

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد ابن باديس - مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي تحت عنوان:

الانشطة الرياضية الصفية و انعكاساتها على السمات الانفعالية لتلاميذ الطور المتوسط بمدينة معسكر

(بحث وصفي اجري على التلاميذ المتمدرسين في الطور المتوسط مستوى الثانية و الرابعة بمدينة معسكر)

بإشراف:

د/ حرشاوي يوسف

من إعداد الطالبان:

-شرف حسام الدين

-زرقوق بن عبدالله

السنة الجامعية: 2021/2020

إهداء

نحمد الله حمدا كثيرا ونشكره الذي بعونه أتممنا بحثنا هذا
و الصلاة والسلام على خير الخلق سيدنا وعظيمنا وحبيبنا محمد رسول الله.
نهدي هذا البحث و ثمرة مجهودنا إلى من لا تستطيع الكلمات عن شكرهما
من بذلا النفس و النفيس من أجل تربيتنا وتعليمنا الوالدين الذي قال فيهما
الله عز وجل: "ووصينا الإنسان بوالديه حملته أمه وهنا على وهن وفصاله في عامين أن اشكر

لي ولوالديك إلى المصير... " لقمان - 14

وإلى أخوتي وأخواتي رعاهم الله بحكمته
إلى كل من أكن له المحبة والمودة والتقدير
إلى أستاذنا القدير حرشاوي يوسف
إلى كل من ساعدني من قريب أو بعيد
إلى زملائي طلبة السنة الثالثة ليسانس وكل أساتذة قسم التربية البدنية والرياضية .
"شرف حسام الدين"

إهداء

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين

أهدي هذا العمل

إلى من ربّني وأنارت دربي و إلى من عمل بكدي في سبيلي وأوصلني إلى ما أنا عليه والدي الكريمين

و إلى كل إخوتي

وأساتذة المعهد عامة

و إلى أستاذينا ومشرفنا (حرشاوي يوسف)

و إلى رفقاء الدرب في كل مكان

"زرقوق بن عبدالله"

شكر و تقدير

إلى جميع الأصحاب والأحاب

إلى إخوتي وأصدقائي في الله

إلى كل الزملاء... وجميع الأصدقاء

إلى كل محب للعلم

إن الاعتراف بالجميل ما هو إلا جزء يسير من رده ولأن الكلمات كل ما
نملكه إزاء من غمرنا بالجميل وأنا على أهبة هذا البحث أتقدم بخاص

شكري وامتناني

إلى كل من كن له الفضل في انجاز هذا البحث ولو

بدعاء أو كلمة تشجيع، وأخص بالذكر أستاذي المشرف الدكتور الفاضل

حشاوي يوسف الذي ستبقى هذه الصفحات شاهدة على جهده

ولمساهمته في هذا البحث ومن خلال مساعدته وتوجيهاته

كما أشكر كل أساتذة قسم التربية البدنية والرياضية

ملخص البحث:

كان الهدف من الدراسة الحالية و التي كانت تحت عنوان "الانشطة الرياضية الصفية و انعكاساتها على السمات الانفعالية لتلاميذ الطور المتوسط بمدينة معسكر" (بحث وصفي اجري على التلاميذ المتمدرسين في الطور المتوسط مستوى الثانية و الرابعة بمدينة معسكر) التعرف على مدى انعكاس الانشطة الرياضية الصفية على السمات الانفعالية لدى تلاميذ الطور المتوسط و أعتد الباحثان خلال هذه الدراسة المنهج الوصفي كونه المنهج الأنسب لإتمام هذه الدراسة و تم الاعتماد على مقياس السمات الانفعالية الذي وضعه توماس تنكوا و قام بترجمته الى اللغة العربية كل من محمد حسن علاوي و محمد العربي شمعون كأدات للقياس، حيث طبق على عينة قوامها 200 تلميذ و تلميذة تم اختيارها بطريقة عشوائية من بعض متوسطات مدينة معسكر، وبعد المعالجة الاحصائية و عرض ومناقشة النتائج تبين أنه يوجد فروق ذات دلالة احصائية في بعض أبعاد السمات الانفعالية بين تلاميذ مستوى السنة الثانية متوسط و تلاميذ مستوى الرابعة متوسط تبعا لمتغير ممارسة الانشطة الرياضية الصفية. وقد أوصى الباحثان الى ضرورة التشجيع على ممارسة الانشطة الصفية خاصة عند الاناث و على وجوب تركيز المربين على مختلف السمات الانفعالية خلال العملية التعليمية.

Summary:

The aim of this research which is under the title "Classroom sports activities and their reflections on the emotional traits of middle school students in the city of mascara" was to investigate the effect of classroom sports activities on emotional traits in middle school stage.

The two researchers used the descriptive method because it's the appropriate method to achieve this studying.

The study included a random sample of 200 male and female students of second and fourth year, that was distributed to them a measure of emotional traits that developed by "Thomas Tetko" and translated into Arabic by Mohamed Alaoui and Mohamed Al-Arbi Shamoun.

After statistical treatments and showing and discussing the results we found that there is a statistically significant differences in the emotional traits between the level of second year and forth year.

Résumé:

L'objet de la présente étude, qui s'intitulait « Les activités sportives en classe et leurs réflexions sur les traits affectifs des collégiens de la ville de Mascara » (une recherche descriptive menée sur des collégiens de deuxième et quatrième niveaux de la ville de Mascara) était d'identifier l'étendue de la réflexion des activités sportives en classe sur les traits émotionnels chez les collégiens. Au cours de cette étude, les deux chercheurs ont adopté l'approche descriptive car c'est l'approche la plus appropriée pour compléter cette étude. par Thomas Tetkoa et traduit en arabe par Muhammad Hassan Allawi et Muhammad al-Arabi Shamoun comme outils de mesure. Lorsqu'il a été appliqué à un échantillon de 200 étudiants masculins et féminins choisis au hasard dans certaines moyennes de la ville de Mascara, et après un traitement statistique, une présentation et une discussion des résultats, il a été constaté qu'il existe des différences statistiquement significatives dans certaines dimensions de l'émotion traits entre les élèves du niveau moyen de deuxième année et les élèves du niveau moyen de quatrième selon La variable de la pratique d'activités sportives en classe. Les chercheurs ont recommandé la nécessité d'encourager la pratique d'activités en classe, en particulier pour les femmes, et que les éducateurs devraient se concentrer sur les différentes caractéristiques émotionnelles au cours du processus éducatif.

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يوضح المجال البشري للعينة	64
02	يبين أوزان العبارات الايجابية و السلبية	66
03	يبين أرقام الفقرات الايجابية و السلبية في مقياس السمات الانفعالية	67
04	يبين معاملات الصدق والثبات لأداة القياس	69
05	يبين درجات وترتيب السمات الانفعالية عند ذكور السنة الثانية متوسط تبعا لمقياس السمات الانفعالية	76
06	يبين درجات وترتيب السمات الانفعالية عند اناث السنة الثانية متوسط تبعا لمقياس السمات الانفعالية	78
07	درجات وترتيب السمات الانفعالية عند ذكور السنة الرابعة متوسط تبعا لمقياس السمات الانفعالية	80
08	درجات وترتيب السمات الانفعالية عند اناث السنة الرابعة متوسط تبعا لمقياس السمات الانفعالية	82
09	يبين الفروق في السمات الانفعالية بين ذكور السنة الثانية متوسط و السنة	84

	الرابعة متوسط	
88	الفروق في السمات الانفعالية بين اناث السنة الثانية متوسط و السنة الرابعة متوسط	10

قائمة المحتويات

الصفحة	فهرس المحتويات
أ	الاهداء 1
ب	الاهداء 2
ت	الشكر و التقدير
ث	ملخص البحث
ج	ملخص البحث باللغة الانجليزية
ح	ملخص البحث باللغة الفرنسية
خ-د	قائمة الجداول
ذ-ظ	فهرس المحتويات
التعريف بالبحث	
3-2	مقدمة
5-4	اشكالية البحث
6-5	فرضيات البحث
6	أهداف البحث

8-7	التعريف بمصطلحات البحث
17-9	الدراسات السابقة و المشابهة
17	التعليق على الدراسات السابقة
الباب الأول : الخلفية النظرية للموضوع	
الفصل الاول: التربية البدنية و الرياضية و الانشطة الرياضية الصفية	
20	تمهيد
التربية البدنية و الرياضية	
20	1-1-1-تعريف التربية
21	1-1-2-مفهوم التربية البدنية و الرياضية
22	1-1-3-أهداف التربية البدنية والرياضية
22	1-1-3-1-الناحية البدنية
22	1-1-3-2-الناحية الاقتصادية
22	1-1-3-3-الناحية الإجتماعية والثقافية
23-22	1-1-4-تقسيم أهداف التربية البدنية والرياضية
23	1-1-4-1-المجال المعرفي
23	1-1-4-2-المجال الوجداني
23	1-1-4-3-المجال المهاري

23	1-1-5- التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة
	الأنشطة الرياضية الصفية
24	1-2-1- مفهوم الأنشطة الرياضية الصفية
25-24	1-2-2- ماهية وأهمية الأنشطة الرياضية الصفية
26-25	1-2-3- أهمية لآنشطة الرياضية الصفية في المرحلة المتوسطة
27-26	1-2-4- أغراض الأنشطة الرياضية الصفية
26	1-2-4-1- تنمية الصفات البدنية
27	1-2-4-2- تنمية المهارات الحركية
27	1-2-4-3- النمو العقلي
28-27	1-2-5- فوائد الأنشطة الرياضية الصفية
28	خلاصة
	الفصل الثاني: السمات الانفعالية
30	تمهيد
	2- السمات الانفعالية
33-31	2-1- تعريف السمة
33	2-2- تعريف الانفعالات
34-33	2-3- تقسم الانفعالات

34	2-3-1-انفعالات ايجابية
34	2-3-2-انفعالات سلبية
35-34	2-4-خصائص الانفعالات
34	2-4-1-الذاتية
34	2-4-2-التعدد
34	2-4-3-الاختلافات في الدرجة
35	2-4-4-الارتباط بالتغيرات العضوية و الداخلية و التغيرات الخارجية
39-35	2-5-السمات الانفعالية
36	2-5-1-الرغبة
37-36	2-5-2-الاصرار
37	2-5-3-الحساسية
37	2-5-4-التحكم في التوتر
38-37	2-5-5-الثقة بالنفس
38	2-5-6-المسؤولية الشخصية
39-38	2-5-7-الضبط الذاتي
39	2-6-معايير تحديد السمات
40	2-7-نظرية السمات

43-41	2-8-نظريات في تفسير حدوث الانفعال:
41	2-8-1-نظرية "جيمس لانج" (النظرية الفسيولوجية الحشوية)
42	2-8-2-نظرية كانون (نظرية الهيبوثلاموس)
43-42	2-8-3-نظرية لندسلي (نظرية التكوين الشبكي)
43	2-9-النظريات المعرفية المسببة للانفعال
45-44	2-10-فوائد ومضار الانفعالات
47-45	2-11-تقسيم الانفعالات وأنواعها
45	2-11-1-انفعالات إيجابية
45	2-11-2-انفعالات سلبية
46	2-11-2-1-الأولية
46	2-11-2-2-الثانوية
47	2-11-2-3-المشتقة
48	خاتمة
الفصل الثالث: مرحلة المراهقة	
50	تمهيد
50	3-1-تعريف المراهقة
51	3-2-مراحل المراهقة

52	3-2-2- المراهقة الوسطى
52	3-2-3- المراهقة المتأخرة
52	3-3- مظاهر المراهقة عند تلاميذ الطور المتوسط (11-15 سنة)
53-52	3-3-1- الصراعات النفسية
53	3-3-2- الضغوط الاجتماعية: (الخارجية)
53	3-3-3- الاختيارات و القرارات
53	3-3-4- مظاهر البطالة
53	3-3-5- الخلط في أذهان الكبار
55-54	3-4- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهق
56-55	3-5- الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراهق
57-56	3-6- مظاهر النمو الانفعالي خلال مرحلة المراهقة
57	3-7- المشاكل الانفعالية
58	خلاصة
الباب الثاني: الدراسة التطبيقية	
الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية	
61	تمهيد
62-61	1- منهجية البحث

63-62	2-مجتمع و عينة البحث
63	3-ضبط متغيرات البحث
64	4-مجالات البحث
64	4-1-المجال البشري
64	4-2-المجال المكاني
64	4-3-المجال الزمني
65	5-أدوات البحث
65	5-1-المصادر والمراجع
67-65	5-2-المقياس
68	6-الدراسة الاستطلاعية
69-68	7-ثبات و صدق المقياس
69	9-الأساليب الاحصائية
69	9-1-النسبة المئوية
70	9-2-المتوسط الحسابي
70	9-3- الانحراف المعياري
72-71	9-4-اختبارات ستودنت
72	9-5-صدق الاختبار

73	خاتمة
	الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج
75	تمهيد
76	1- عرض و تحليل النتائج
76	1-1- طبيعة السمات الانفعالية
77-76	1-1-1- طبيعة السمات الانفعالية عند ذكور السنة الثانية متوسط
79-78	1-1-2- طبيعة السمات الانفعالية عند اناث السنة الثانية متوسط
81-80	1-1-3- طبيعة السمات الانفعالية عند ذكور السنة الرابعة متوسط
83-82	1-1-4- طبيعة السمات الانفعالية عند اناث السنة الرابعة متوسط:
84	1-2- الفروق في السمات الانفعالية
87-84	1-2-1- مقارنة السمات الانفعالية بين ذكور السنة الثانية و الرابعة متوسط
91-88	1-2-2- مقارنة السمات الانفعالية بين اناث السنة الثانية و الرابعة متوسط
91	2- مقابلة النتائج بالفرضيات
91	2-1- مناقشة الفرضية الأولى
92-91	2-2- مناقشة الفرضية الثانية
93-92	2-3- مناقشة الفرضية الثالثة
94-93	3- الاستنتاجات

95	4-التوصيات
97-96	خلاصة عامة
	قائمة المصادر و المراجع
	قائمة الملاحق



التعريف بالبحث

مقدمة:

يعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي بجميع أشكاله ميدان تجريب داخل المتوسطات هدفه هو تكوين الفرد من الناحية البدنية ، الخلقية ، الانفعالية ، العقلية و الاجتماعية وفق مناهج و معايير مدروسة من قبل مؤطرين ذوي كفاءات عالية و هذا لتحقيق اندماج ايجابي للفرد في الجماعة و هنا يظهر الدور الفعال للمربي الرياضي في تحقيق هذا التفاعل الايجابي بين التلاميذ.

وتعتبر الانشطة الرياضية الصفية مجموعة الانشطة البدنية المختارة التي تمارس داخل المدرسة والنشاط البدني الرياضي يلعب دورا هاما و محوريا في بناء شخصية الفرد من جميع النواحي البدنية، الخلقية ، النفسية والاجتماعية. فحصة التربية البدنية والرياضية تعد واحدة من الطرق التي تؤدي إلى توجيه النمو البدني والعقلي و النفسي للفرد باستخدام التمرينات الرياضية والتدابير الصحيحة وبعض الأساليب التربوية وبالتالي تنمية بعض الصفات خاصة النفسية الايجابية.

ومن بين الصفات النفسية الايجابية هناك السمات الانفعالية. التي تمثل أحد أبعاد الشخصية التي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها، وتعني السمات الانفعالية المميّزة للسلوك الانفعالي، وتمثل الأسلوب العام لفاعلية الشخصية، وتعطى مجموعة متنوعة من الاستجابات النوعية.

(جابر، 2011، صفحة 399)

والنشاط الرياضي يزخر بأنواع متعددة من الخبرات الانفعالية التي تتميز بقوتها والتي تؤثر بشكل واضح على سلوك الفرد ويتطلب ذلك كله من الفرد الرياضي القدرة على التحكم في انفعالاته، وإخضاعها لسيطرته كما أن ديناميكية الحالات الانفعالية في أثناء المباريات التي تتميز بالتغير الدائم السريع من انفعال معين لانفعال آخر مغاير من أهم العوامل التي تؤثر بصورة واضحة على المستويات التي يظهرها الفرد في المنافسة الرياضية، أو قد تحول الفوز إلى هزيمة والنجاح إلى فشل والعكس صحيح. (جابر، 2011، صفحة 400)

وبغيت معرفة دور الأنشطة الرياضية الصفية في تنمية السمات الانفعالية الايجابية أختارنا ان يكون عنوان بحثنا "الأنشطة الرياضية الصفية و انعكاساتها على السمات الانفعالية لتلاميذ الطور المتوسط بمدينة معسكر" حيث قمنا بتقسيم بحثنا الى ثلاث جوانب، الجانب التمهيدي الذي قمنا فيه بطرح الاشكالية و وضع الفرضيات و تطرقنا الى اهداف و اهمية البحث، و بعض المصطلحات.

و في الجانب النظري تناولنا ثلاثة فصول و هي:

الفصل الأول : تحدثنا فيه عن التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة الرياضية الصفية.

الفصل الثاني : تطرقنا فيه الى السمات الانفعالية و المفاهيم المتعلقة بها.

الفصل الثالث : خصصناه للتحدث عن مرحلة المراهقة.

أما في الجانب التطبيقي تناولنا فصلين وهما:

الفصل الاول : تناولنا منهجية البحث و الاجراءات الميدانية

الفصل الثاني : قمنا بتحليل و مناقشة النتائج المحصل عليها و مقابلتها بالفرضيات و
وبعدها و ضعنا مجموعة من التوصيات.

اشكالية البحث:

تعتبر التربية البدنية و الرياضية جزءا هاما من التربية العامة ولا يمكن أبدا الاستغناء
عنها ، والإيمان بأن تدريس التربية البدنية و الرياضية يوفر فرصة جيدة لتعويد التلاميذ على
ممارسة مهارات عملية وعلمية من شأنها أن تعود على التلاميذ بالعديد من المحاسن.
و تعتبر الأنشطة الرياضية الصفية أحد دعائم البناء الجسمي السليم و المتوازن من جميع
النواحي لذا انصب الاهتمام بادراج حصة التربية البدنية و الرياضية كمقررات رئيسية في
المناهج التربوية كفاعل تربوي من شأنه أن يوجه و يدعم و يضبط السلوك الانساني.
و بما أن المواقف الرياضية تشهد حالات نفسية و انفعالية متعددة تختلف حسب طبيعة
الأنشطة الممارسة فردية كانت أو جماعية تعمل الأنشطة الصفية على ضبطها و توجيهها
لما يخدم التوازن النفسي الاجتماعي.

ولكون الانفعال يعد احد العناصر المسببة للفشل استوجب علينا التطرق للخوض في هذا
الشق لدى التلاميذ المتمدرسين بغيت الإحاطة بأهم العوامل و الجوانب التي من شأنها
الإسهام في ضبط السمات الانفعالية للمستوى المقبول وهذا من خلال إسهام دروس التربية
البدنية والرياضية في بناء شخصية قوية ومرتنة بإمكانها التفاعل مع المواقف المختلفة بتمكن
واقنتدار . (حرشاي يوسف، 2020، صفحة 107)

و لقد زاد الاهتمام في السنوات الأخيرة بمظاهر تأثير الأنشطة الرياضية الصفية على السمات الشخصية و بالخصوص السمات الانفعالية منها. و تمثل السمات الانفعالية أحد أبعاد الشخصية التي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها و تعني السمات الانفعالية المميّزة للسلوك الانفعالي و تمثل الأسلوب العام لفاعلية الشخصية و تعطي مجموعة متنوعة من الاستجابات النوعية (محمد ع.، 1998، صفحة 34)

و لهذا فان الباحثان و من خلال خبرتهما المتواضعة يرون أن الجانب الوجداني وبقدر لم يحظى حتى الآن بالقدر الكافي من اهتمام الباحثين.
وعليه نطرح التساؤل الآتي:

-ما طبيعة السمات الانفعالية المصاحبة للأنشطة الرياضية الصفية لدى تلاميذ الطور المتوسط بمدينة معسكر؟
التساؤلات الجزئية:

-هل تتباين طبيعة السمات الانفعالية المصاحبة للأنشطة الرياضية الصفية بين ذكور السنة الثانية و الرابعة متوسط؟

-هل تتباين طبيعة السمات الانفعالية المصاحبة للأنشطة الرياضية الصفية بين اناث السنة الثانية و الرابعة متوسط؟

فرضيات البحث:

الفرضية العامة:

-تفرز الأنشطة الرياضية الصفية سمات انفعالية حسب مستويات تقدير متباينة.

الفرضيات الجزئية:

—يوجد تباين في طبيعة السمات الانفعالية المصاحبة للأنشطة الرياضية الصفية بين ذكور السنة الثانية و الرابعة متوسط.

—يوجد تباين في طبيعة السمات الانفعالية المصاحبة للأنشطة الرياضية الصفية بين اناث السنة الثانية و الرابعة متوسط.

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:

- تحديد السمات الانفعالية للتلاميذ كونها تعتبر من الامور بالغة الاهمية في فهم الشخصية الانسانية.
- معرفة الظروف الاجتماعية التي يعيشها التلاميذ.
- معرفة تأثير الانفعالات على حياة تلاميذ الطور المتوسط.
- ابراز دور الأنشطة الرياضية الصفية في تطوير و تنمية السمات الانفعالية لدى تلاميذ الطور المتوسط.

التعريف بمصطلحات البحث:

السمات الانفعالية:

التعريف الاصطلاحي: هي السمات المميزة للسلوك الانفعالي و تمثل الاسلوب العام لفاعلية الشخصية لتعطي مجموعة متنوعة من الاستجابات النوعية. (شمعون، 1983، صفحة 365)

التعريف الاجرائي: هي مجموعة من الابعاد تمت دراستها في موضوع بحثنا معتمدين على مقياس علاوي و شمعون (الرغبة، الاصرار، الحساسية، التحكم في التوتر، الثقة، المسؤولية الشخصية و الضبط الذاتي)

الأنشطة الصفية:

هي الممارسات التي يؤديها الطلاب بتوجيه من المعلم ضمن الوقت المخصص للحصة الدراسية مما يعد جزءا من عملية التعليم و التعلم المقصود بهدف اكتساب الطلاب الخبرات اللازمة في المجالات المعرفية و المهارية و الوجدانية.

التربية البدنية و الرياضية:

لقد تعددت التعريفات للتربية البدنية و الرياضية حيث عرفها بيوتشر على أنها جزء متكامل من التربية العامة يهدف إلى إعداد المواطن اللائق في الجوانب البدنية و النفسية و الإجتماعية وذلك عن طريق ألوان النشاط الرياضي المختارة بغرض تحقيق هذه الحصائل.

(الشحاة، 2007، صفحة 31)

كما أن تعريف فيري لا يختلف عن التعريف السابق بقوله: إن التربية البدنية و الرياضية جزء لا يتجزء من التربية العامة و أنها تشغل إذن دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص للتنمية من الناحية العضوية و الإنفعالية. (مقني، 1996، صفحة 38)

التعريف الاجرائي:

التربية البدنية والرياضية نظام تربوي، له أهداف يسعى من خلالها إلى تحسين الأداء الإنساني العام، من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسيط تربوي يتميز بخصائص تعليمية

وتربوية هامة، وتعمل التربية البدنية والرياضية كنظام على إكتساب المهارات الحركية و
اتقانها و العناية باللياقة البدنية. (الخولي، التربية البدنية و الرياضية ، 1996، صفحة 19)

مرحلة التعليم المتوسط:

و تدعى هذه المرحلة بالطور الثالث أو مرحلة المراهقة المبكرة و تمتد من (12-15) سنة
من عمر التلميذ يزداد المراهق في نهايتها قوة و قدرة على الضبط و التحكم في القدرات فهي
فرصة كي يتقن المهارات و كذلك يصل نمو الذكاء في هذه المرحلة تقريبا حوالي 15 سنة
من عمر التلميذ و تزداد عملية الفهم و الإدراك نتيجة بعض التجارب و الخبرات و تظهر
في هذه المرحلة نقطة هامة في حياة المراهق حيث يميل الفرد و يستعد للبدء في تكوين
مبادئ و اتجاهات عن الحياة و المجتمع. (حسنا، إتجاهات تلميذات المرحلة المتوسط نحو
حصة التربية البدنية بالناطق الريفية ، 2017، صفحة 103)

الدراسات السابقة و المشابهة:

الدراسة الأولى: دراسة لخضاري ناصر و سليمان بلال سنة 2019 مذكرة ليسانس بعنوان
"العلاقات الاجتماعية و انعكاساتها على السمات الانفعالية في رياضة كرة القدم -U17-

أهداف الدراسة:

- دراسة للجانب النفسي للاعب و بالتحديد لظاهرة تعرف بالعلاقات الاجتماعية و معرفة
علاقتها بالسمات الانفعالية.

- العمل على إيجاد حلول ملائمة تسمح بالقضاء أو على الأقل التخفيف من حدة الانفعالات.

- اعادة تعميم الفائدة في ميدان البحث العلمي و ملأ النقص و الفراغ الملموي في مكتبائنا و خاصة في ميدان علم النفس.

المنهج المستخدم:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي و ذلك لملائمته لأهداف البحث و فروضه.

العينة:

تم اختيار العينة بشكل دراسة ميدانية على بعض فرق ولاية تيزي وزو الرابطة الولائية.

أهم النتائج:

- توجد علاقة بين عملية التعاون و السمات الانفعالية لدى لاعبي كرة القدم.

- توجد علاقة بين عملية التنافس و السمات الانفعالية لدى لاعبي كرة القدم.

- توجد علاقة بين عملية الصراع و السمات الانفعالية لدى لاعبي كرة القدم.

الدراسة الثانية:

دراسة عيشور سهام و قفايفية الياس سنة 2019 مذكرة شهادة ماستر تحت عنوان "دور

دروس التربية البدنية و الرياضية في ضبط السمات الانفعالية لدى تلاميذ الطور الثانوي"

أهداف الدراسة:

- التعرف على الاختلافات الجوهرية في أبعاد السمات الانفعالية لدى تلاميذ الطور الثانوي.

- معرفة أفضلية السمات الانفعالية أثناء الممارسة الرياضية عند تلاميذ المرحلة الثانوية لذكور المدينة و ذكور الريف.

- محاولة الوصول الى التغيرات الممكن أن تطرأ عند التلاميذ من الناحية النفسية من خلال ممارسة النشاط الرياضي.

المنهج المستخدم:

اتبع الباحثان المنهج الوصفي و ذلك لملائمته لأهداف البحث و فروضه

العينة:

تم اختيار العينة بشكل تلاميذ بعض ثانويات ولاية مستغانم

أهم النتائج:

- توجد فروق في أبعاد السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف لصالح ذكور المدينة.

- توجد فروق جوهرية في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة و ذكور الريف فيما يخص بعد (الرغبة، الاصرار، الحساسية، الثقة، الضبط الذاتي و المسؤولية) لصالح ذكور المدينة.

- لا توجد فروق جوهرية في السمات الانفعالية بين ذكور المدينة وذكور الريف فيما يخص بعد التحكم.

الدراسة الثالثة:

دراسة رمزي رسمي جابر سنة 2011 تحت عنوان "السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين"

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الى التعرف على:

- السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين.
- الفروق في السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تبعا الى متغيرات (الدرجة، مركز اللاعب و اليد المستخدمة في اللعب)

المنهج المستخدم:

استخدم الباحث المنهج الوصفي ومقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة وذلك لملائمة لطبيعة الدراسة.

العينة:

أجريت الدراسة على عينة قوامها 150 لاعب من مجتمع الدراسة الاصلي البالغ عدده 280 لاعب في فلسطين.

أهم النتائج:

- السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين كانت متوسطة حيث حصلت على نسبة مئوية قدرها (69.2%)
- ان مجال الثقة احتل المرتبة الأولى يليه مجال الضبط الذاتي و بعده مجال التحكم في التوتر في المرتبة الثالثة و في المرتبة الرابعة مجال الاصرار و المرتبة الخامسة مجال

المسؤولية الشخصية و المترتبة السادسة مجال الرغبة أما في المرتبة السابعة و الأخيرة يأتي مجال الحساسية.

الدراسة الرابعة:

دراسة عبد الرحمان ناصر راشد سنة 2005 بعنوان "دراسة السمات الانفعالية المميزة للاعبات خماسي كرة القدم"

أهداف الدراسة:

- التعرف على السمات الانفعالية المميزة للاعبات الفرق المشاركة في بطولة الأردن بخماسي الكرة.

- التعرف على الفروق في السمات الانفعالية المميزة لفرق المقدمة و فرق المؤخرة تبعا لنتائج هذه البطولة.

المنهج المستخدم:

اختار الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته حل مشكلة البحث.

عينة البحث:

اختار الباحث عينته بالاسلوب العمدي متمثلة بالفرق التي شاركت في بطولة الأردن بخماسي الكرة القدم للنساء و عددها 7 فرق اذ تم اختيار 56 لاعبة من الفرق أعلاه و شكلت هذه العينة نسبة 56 % من اللاعبات المشاركات في البطولة.

أهم النتائج:

- هناك تفاوت في ظهور تمتع الفرق المشاركة في البطولة في أبعاد السمات الانفعالية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين فرق المقدمة و فرق المؤخرة في سمات (ضبط التوتر، الثقة بالنفس، المسؤولية الشخصية و الضبط الذاتي).
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين فرق المقدمة و فرق المؤخرة في سمات (الرغبة، الاصرار و الحساسية).
- هناك عوامل أخرى تضاف الى العوامل النفسية للتفوق مثل (طرق الاعداد، الخبرة، المباريات التجريبية و غيرها من الأمور).

الدراسة الخامسة:

دراسة رمزي جابر سنة 2007 بعنوان "أثر ممارسة الأنشطة الرياضية على السمات الشخصية لدى الأحداث"

أهداف الدراسة:

- التعرف إلى النواحي الاقتصادية والاجتماعية والتعليمية لأسر الأحداث الجانحين.
- التعرف إلى أثر ممارسة الأنشطة الرياضية على سمات الشخصية لدى الأحداث.

المنهج:

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته لميدان الدراسة.

العينة:

أجرى الباحث دراسته على عينة قوامها 14 شخصا.

أهم النتائج:

- برامج الأنشطة الرياضية المقترح لم يحدث تأثير على عبارات كل محور من محاور المقياس المستخدم (العصبية، العدوانية، الاكتئاب، القابلية للاستثارة، الاجتماعية و الهدوء).
- البرنامج المقترح من قبل الباحث أدى إلى احداث لها تأثيرات ذات دال احصائيا على المحور ككل ولكل أبعاد المقياس المستخدم.

الدراسة السادسة:

دراسة أ.د. حرشاي يوسف بالمجلة الدولية للعلوم النفسية و الرياضية تحت عنوان دراسة مقارنة لمستوى السمات الانفعالية بين تلاميذ الريف والمدينة المتمدرسين في الطور الثانوي بمدينة بولاية مستغانم.

أهداف الدراسة:

- إبراز طبيعة السمات الانفعالية لدى التلاميذ المتمدرسين في كل من المدينة والريف.
- التعرف على ترتيب السمات الانفعالية من حيث أولوية الأهمية لدى الممارسين للأنشطة الرياضية.

- إبراز طبيعة التباينات في أبعاد السمات الانفعالية بين تلاميذ المدينة والريف.

منهج البحث:

نظرا لطبيعة الموضوع انتهج الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح.

عينة البحث:

- تم اختيار عينة البحث بالطرية العشوائية حيث شملت تلاميذ الريف و المدينة في كل من :
 - ثانوية حي 5 جويلية وسط المدينة وعددهم 35 تلميذ يمثلون المدينة.

-ثانوية معروف الشارف ببلدية فرناكة وعددهم 35 تلميذ يمثلون الريف.

نتائج الدراسة:

-امتلاك تلاميذ المدينة لسمتي الثقة و الرغبة بدرجة كبيرة.

-امتلاك تلاميذ المدينة للسمات الإصرار و الحساسية والضبط الذاتي بدرجة متوسطة.

-امتلاك تلاميذ المدينة لسمتي التحكم في التوتر و المسلولة بدرجة قليلة.

-امتلاك تلاميذ الريف لسمة الثقة بدرجة متوسطة.

-امتلاك تلاميذ الريف للسمات الرغبة والإصرار والتحكم في التوتر بدرجة قليلة.

-امتلاك تلاميذ الريف للسمات الحساسية والضبط الذاتي و المسلولة بدرجة قليلة جدا.

-تباين ترتيب السمات الانفعالية من حيث الأهمية والأولوية لدى تلاميذ المدينة بما يخدم متطلباتهم الاجتماعية و النفسية.

-تباين السمات الانفعالية لدى تلاميذ الريف حسب الأهمية.

-تفوق تلاميذ المدينة عن تلاميذ الريف في السمات الانفعالية الرغبة , الإصرار , حساسية , الثقة , الضبط الذاتي و المسؤولية.

-تقارب مستويات سمة التحكم في التوتر بين تلاميذ المدينة والريف.

الدراسة السابعة:

دراسة لمتيوي فاطمة الزهراء ايمان تحت عنوان تأثير الانشطة الرياضية على السمات الانفعالية عند التلميذات المراهقات بالطور الثانوي من 15-18 سنة.

أهداف الدراسة:

-دراسة مفهوم السمات.

- محاولة فهم شريحة مهمة من المجتمع.

-تسليط الضوء على تأثير الانفعالات على حياة المراهقات الاناث.

-ابرار دور الانشطة البدنية و الرياضية في تطوير و تنمية السمات الانفعالية عند مراهقات

المرحلة الثانوية.

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي لكونه انسب منهج و ادق المناهج للوصول الى اهداف البحث.

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من تلميذات ممارسات للأنشطة الرياضية و تلميذات غير ممارسات

لمرحلة التعليم الثانوي بولاية الشلف و المقدر عددهم ب: 10 تلميذا ممارسات و عشر

تلميذات غير ممارسات.

نتائج الدراسة:

-هناك فروق ذات دلالة مابين التلميذات الممارسات للأنشطة البدنية و الرياضية و

التلميذات غير الممارسات للأنشطة البدنية و الرياضية في جميع أبعاد السمات الانفعالية

وهذا لصالح الممارسات.

التعليق على الدراسات السابقة ونقدها :

يتضح من خلال عملية المسح للدراسات المشابهة لموضوع بحثنا ما لي:

اتفقت الدراسات السابقة في النقاط التالية:

استخدام المنهجي الوصفي بأسلوبه المسحي كمنهج لدراستهم.

كل الأبحاث تدور في مجال علم النفس الرياضي.

أغلب البحوث توصلت إلى أهمية التربية البدنية و الرياضية في دعم و تنمية الانفعالات الايجابية.

توصل جميع الباحثين إلى ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي عند التلاميذ.

و اختلفت الدراسات السابقة فيما يلي:

الفئات العمرية التي اجريت عليها الدراسات.

تواريخ انجاز البحوث و ممدتها.

اختلاف في كيفية اختيار العينة و مكانها.

مواضيع الدراسة فمنهم من خص بحثه بالتلاميذ و منهم من اجراها على اللاعبين.

النقد:

تناولت أغلب الدراسات الجوانب النفسية لدى التلاميذ و الانشطة الرياضية لكن اختلفت في

طريقة تناولها للموضوع و المجال الزمني و المكاني و البشري وحتى النتائج المحصل

عليها.



الباب الأول: الخلفية النظرية

الفصل الأول: التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة الصفية

1-1- التربية البدنية

1-1-1- تعريف التربية

1-1-2- مفهوم التربية البدنية و الرياضية

1-1-3- أهداف التربية البدنية و الرياضية

1-1-4- تقسيم أهداف التربية البدنية و الرياضية

1-1-5- التربية البدنية و الرياضية في المرحلة المتوسطة

1-2- الأنشطة الرياضية الصفية

1-2-1- مفهوم الأنشطة الرياضية الصفية

1-2-2- ماهية وأهمية الأنشطة الرياضية الصفية

1-2-3- أهمية أنشطة الرياضية الصفية في المرحلة المتوسطة

1-2-4- أغراض الأنشطة الرياضية الصفية

1-2-5- فوائد الأنشطة الرياضية الصفية

خلاصة

1- التربية البدنية و الرياضية و الأنشطة الصفية

1-1- التربية البدنية و الرياضية:

تمهيد:

تعتبر التربية البدنية جزءا متكاملًا من التربية العامة ،وميدانا تجريبيا هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية و الانفعالية.

كما أنها تكتسي طابعا خاصا و هاما في بناء المجتمعات لما لها من أهمية في إعداد الأفراد صحيا ، اجتماعيا ،بدنيا ،عقليا و انفعاليا ،و صار لها اليوم من الأهمية ما يجعلها عنصر فعال في بناء المجتمعات ،حتى صارت علما قائما بذاته لها فلسفتها الخاصة ونظمها وقوانينها وأسس و قواعد تدير عليها.

التربية البدنية و الرياضية:

1-1-1-تعريف التربية:

تعني نقل التراث الثقافي من جيل قديم إلى جيل جديد بعد تعديله وتنقيته وتنقيحه ،وقد تكون عملية نقل التراث مقننة كما في الوضع المدرسي حيث تستلزم وضع خبرات التراث الثقافي في إطار تنظيمي كالمناهج ،وقد تكون عملية غير مقننة ومفتوحة كما في غير الوضع المدرسي كالنادي والتلفزيون والصحف وجماعة الرفاق والأصدقاء ،عندما يتم تناول الرياضة كثقافة أو كجانب ثقافي. (الخولي، أصول التربية البدنية و الرياضية المدخل التاريخ-الفلسفة ط3، 2001، صفحة 29)

1-1-2- مفهوم التربية البدنية و الرياضية:

إن ميدان التربية البدنية والرياضية يزخر بالعديد من التعاريف والمفاهيم وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على السواء ،وبذلك يمكن حصر تعريف التربية البدنية والرياضية من خلال المفاهيم التالية:

التربية البدنية هي العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيلة الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك. وقد تناول هذا التعريف بالتحليل مشيراً إلى أن التربية البدنية والرياضية تشمل على اكتساب وصقل المهارات الحركية ،وتطوير اللياقة البدنية والمحافظة عليها من أجل أفضل مستوى صحي ،ومن خلال آثار طيبة واكتساب معارف وتنمية الاتجاهات الايجابية نحو النشاط البدني. (لخضر، 2017، صفحة 43)

وتعرف أيضا التربية البدنية على أنها العملية الاجتماعية للتعبير عن سلوكيات الكائن البشري الناشئ أساسا عن استثارة اللاعب من خلال أنشطة العضلات وما يرتبط بها من نشاط .

والتربية البدنية والرياضية نظام له أهدافه التربوية التي يسعى إلى تحقيقها من خلال الأنشطة البدنية المختارة التي تتميز بخصائص تعليمية وتربوية هامة. وتعمل التربية الرياضية على إكساب المهارات الحركية و إتقانها و العناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل و حياة أكثر نشاطا. (لخضر، 2017، صفحة 43)

1-1-3-أهداف التربية البدنية والرياضية: (صالح، 2008، صفحة 65)

ينتظر أن تؤدي التربية البدنية والرياضية في المجال التربوي ثلاث أهداف:

1-1-3-1-الناحية البدنية:

تهدف إلى تحسين قدرات الفرد الفيزيولوجية والنفسية من خلال تحكم جسماني لتكييف

السلوك مع البيئة وذلك بتسهيل تحويلها عن سبيل تدخل ناجح منظم تنظيميا عقلايا.

1-1-3-2-الناحية الاقتصادية:

تهدف إلى تحسين صحة كل فرد وما يكتسبه من ناحية المحرك النفساني الأمر الذي يزيد

من مقدرته على مقاومة التعب ،إذ يمكن من إستعمال القوى المستخدمة في العمل استعمالا

جيذا فانه يؤدي بذلك إلى زيادة المردودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري والبدني .

1-1-3-3-الناحية الإجتماعية والثقافية :

إن التربية البدنية حاملة للقيم الثقافية والخلقية التي توجه وتقود أعمال كل مواطن ومواطنة

في تعزيز الولائم الوطني وتجعلها توفر الظروف الملائمة للفرد لكي يتعدى ذاته في العمل

منمية روح الانضباط ،والتعاون والمسؤولية ،علاوة على ذلك فإنها توفر للشباب والكبار على

حد سواء استعمال أوقات فراغهم بشكل مفيد مع امتياز وظائف الانشراح و التنمية.

1-1-4-تقسيم أهداف التربية البدنية والرياضية:

يعد تصنيف بلوم للأهداف من أشهر التصنيفات ، وقد اتفق الكثير من علماء النفس

والتربية البدنية الرياضية على هذا التصنيف الذي اشتمل على:

1-1-4-1- المجال المعرفي:

يؤكد على النواحي العقلية وتنمية المعارف والفهم ومهارات التفكير والإدراك.

1-1-4-2- المجال الوجداني:

ويؤكد على اكتساب القيم والعادات والاتجاهات التي تصاحب الأداء الحركي

1-1-4-3- المجال المهاري:

و يعمل على تنمية المهارات الحركية اكتساب مختلف عناصر اللياقة البدنية

والتنمية العضوية لمختلف أجهزة الجسم واكتساب الصحة. (صالح، 2008، صفحة 70)

1-1-5- التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة:

باعتبار التربية البدنية جزءا لا يتجزأ من التربية العامة ،كما نجد أن تطورها عبر العصور قد خضع لنفس المؤثرات التي خضعت لها التربية العامة ،حيث اختلفت و تطورت حسب تطور الحضارات والثقافات باختلاف النظم السياسية و الاقتصادية للمجتمعات ،ويفهم الكثير من الناس التربية البدنية فهما خاطئا خاصة في المناطق الريفية والمنعزلة أو المجتمعات المحافظة ،التي تقيد توجهات التلميذات نحو ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية ،لذلك من الواجب العمل على توضيح المقصود بهذا التعبير في صفوف الطلبة و التلاميذ.

(البديري، 1979، صفحة 105)

حيث أن التربية البدنية و الرياضية تعد جزءا متكاملا من العملية التربوية التي تعمل على تحقيق التوافق من جميع النواحي سواء العقلية او الاجتماعية او التربوية و تنمي شخصية الفرد و تكمن أهميتها الكبرى في عملية بناء كيان التلميذ.

1-2-1- الأنشطة الرياضية الصفية:

1-2-1- مفهوم الأنشطة الرياضية الصفية:

لقد أصبح درس التربية البدنية والرياضية أحد المواد الأكاديمية ككل العلوم الأخرى ،بحيث تطور وأصبح أداة فعالة لتحقيق أغراض المجتمع الحديث ،واتجهت اتجاهها اجتماعيا و تربويا سواء في برامجها أو في وسائلها التعليمية وأساليبها ،وذلك لتكوين التلاميذ لا من الناحية الجسمانية فحسب ،بل من النواحي الاجتماعية والخلفية و الصحية و العقلية أيضا. يعرف "عباس أحمد صالح" درس التربية البدنية والرياضية أنه الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي ،فمادة التربية البدنية تشمل أوجه النشاط التي يتطلب أن يمارسها الطلبة ،وأن يكسبوا المهارات الحركية التي تتضمنها هذه الأنشطة ،بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مصاحب مباشر وتعليم مصاحب غير مباشر.

ومن خلال هذا التعريف يمكن القول بأن درس التربية البدنية والرياضية يحقق عدة أغراض تربوية وكذا تحقيق النمو البدني والصحي للتلاميذ في مختلف الأطوار. (محمد س.، 2019، صفحة 24)

1-2-2- ماهية وأهمية الأنشطة الرياضية الصفية:

للأنشطة الرياضية الصفية أهمية خاصة تجعلها تختلف عن باقي الأنشطة الأخرى وتتضح من خلال تعاريف بعض العلماء من بينهم "محمود عوض بسيوني" والذي يقول: تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل العلوم ،الكيمياء واللغة ولكن تختلف عن هذه المواد بكونها تمتد للتلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنها

تمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات بتكوين جسم الانسان ،وذلك باستخدام الأنشطة الحركية مثل التمرينات و الالعاب المختلفة (الجماعية والفردية) التي تتم تحت

الاشراف التربوي من مربين أعدوا لهذا الغرض. (آخرون، 1992، صفحة 90)

أما "أحمد خاطر" فيرى أن أهمية الأنشطة الرياضية الصفية تكمن في اكتساب التلاميذ القدرات الحركية وينطلقون بكل قواهم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر من غيرهم.

(خاطر، 1988، صفحة 18)

أما أهمية الأنشطة الرياضية الصفية عند "كمال عبد المجيد" تتجلى في توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع فيما يتعلق بهذا البعد ومن الضروري الاهتمام بتقويم التكيف البدني و المهارى وتطوير المعلومات والفهم ... (الحמיד، 1994،

صفحة 177)

ومن هذا نستخلص أن الأنشطة الرياضية الصفية تهدف أساسا إلى بناء الفرد و تكوينه من مختلف النواحي.

1-2-3- أهمية لأنشطة الرياضية الصفية في المرحلة المتوسطة :

تتميز أهمية الحصة كمادة مساعدة ومنشطة ومكيفة ل نفسية المراهق ،وتحقق له فرص لاكتساب الخبرات والمهارات البدنية والحركية التي تزيد رغبة وتفاعلات في الحياة ،وتجعله يتحصل على القيم التي يعجز على توفيرها له، وتقوم بصقل مواهبه البدنية و العقلية، بما يتماشى مع متطلبات هذا العصر، لهذا يجب على مناهج التربية البدنية أن لا تقف عائقا

لذلك ، و لا يأتي ذلك إلا بتكثيف ساعات الرياضة داخل وخارج المتوسطة لأنها تشغل الوقت الذي يحس فيه المراهق بالملل ، والضجر والقلق وعندما يتعب الرياضي ، أو الرياضية المراهقة ، يجد نفسه يستسلم للراحة و النوم ، ويضيع وقته بما لا يحمد عقباه ، و لا يستعيد نشاطه الفكري ، والدراسي بعد ذلك ، وبما أن التربية البدنية والرياضية بصفة عامة هي جزء متكامل من التربية العامة ، والميدان هدفه تكوين الأفراد اللائقين من الناحية البدنية والعقلية و الانفعالية و الاجتماعية ، وذلك عن طريق ألوان حصص التربية البدنية و الرياضية ، و التي اختيرت لغرض تحقيق هذه الأغراض ، فإن ذلك يعني أيضا أن حصة التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات ، يحقق أيضا هذه الأهداف ، وعلى مستوى المتوسطة ، المدرسة فهو يضمن النمو الشامل و الملزم للتلميذ ، ويحقق احتياجاتهم البدنية مع مراعاة المرحلة الحرجة للتلميذ ، حيث يعدل الانتظام في النمو . (آخرون ، 1992 ، صفحة 09)

1-2-4-أغراض الأنشطة الرياضية الصفية:

ويمكن تلخيص أهم أغراض حصة التربية البدنية والرياضية كالآتي

1-4-2-1-تنمية الصفات البدنية :

ان أهم أغراض الأنشطة الرياضية الصفية هي تنمية الصفات البدنية الأساسية كالقوة العضلية ، السرعة ، التحمل ، الرشاقة و المرونة وتقع أهمية هذه الصفات أو العناصر وتنميتها في مجال الرياضة المدرسية ليس فقط من واقع علاقتها بتعلم المهارات والفعاليات المختلفة الموجودة في المنهاج المدرسي ، بل تتعدى هذه الأهمية لحاجة التلميذ إليها في المجتمع .

(بسطويمي ، 1984 ، الصفحات 74-75)

1-2-4-2- تنمية المهارات الحركية:

يعتبر النمو الحركي من الاغراض الرئيسية لحصة الأنشطة الرياضية الصفية ،ويقصد بالنمو الحركي تنمية المهارات الحركية وتنقسم المهارات إلى مهارات حركية منها طبيعية وفطرية التي يزاولها الفرد تحت الظروف العادية مثل :العدو ،المشي ،القفز... أما المهارات الرياضية في الألعاب أو الفعاليات المختلفة التي تؤدي تحت إشراف الأستاذ ولها تقنيات خاصة بها ،ويمكن للمهارات الحركية الأساسية أن ترتقي إلى مهارات حركية رياضية.

1-2-4-3- النمو العقلي:

إن عملية النمو معقدة ويقصد بها التغيرات الوظيفية والجسمية والسيكولوجية تحدث للكائن البشري ،وهي عملية نضج القدرات العقلية ،ويلعب أستاذ التربية البدنية والرياضية دورا ايجابيا وفعالا في هذا النمو بصورة عامة ،والنمو العقلي بصورة خاصة. (بسطويمي، 1984، صفحة 27)

1-2-5- فوائد الأنشطة الرياضية الصفية:

للأنشطة الرياضية الصفية العديد من الفوائد و نذكر من بينها :

-المساعدة على الاحتفاظ بالصحة والبناء البدني السليم لقوام التلاميذ.

-المساعدة على تكامل المهارات والخبرات الحركية ووضع القواعد الصحية لكيفية ممارستها

داخل و خارج المؤسسة مثل :القفز ،الرمي ،الوثب.

-المساعدة على تطوير الصفات البدنية مثل :القوة ،السرعة ،المرونة ...

-التحكم في القوام في حالي السكون والحركة.

-اكتساب المعلومات والحقائق والمعارف على الأسس الحركية والبدنية وأحوالها الفسيولوجية والبيولوجية و البيوميكانيكية.

-تدعيم الصفات المعنوية والسمات الارادية والسلوك اللائق.

-التعود على الممارسة المنتظمة للأنشطة الرياضية.

-تتمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي من خلال الأنشطة الرياضية.
ومما سبق ذكره يتبين لنا أن التربية البدنية تؤدي وظيفتها القائمة على أسس علمية قادرة على إعطاء تفسيرات واضحة كماهيتها و أهميتها وجوهرها داخل المنظومة التربوية. (فرج، 1988، صفحة 91)

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه نستخلص أن الأنشطة الرياضية الصفية لها مكانه مهمة في المنظومة التربوية بل يمكننا القول أنها جوهر العملية التربوية مما لها من أهمية في تطوير و تنمية الفرد.

فالأنشطة الرياضية الصفية تعود بالفائدة على الصحة النفسية و البدنية التي تؤدي إلى حياة سعيدة ،وتساهم أيضا في صقل الجانب الخلقى للتلميذ من خلال تقوية الخلق القويم و تعزيز العالقات الإنسانية التي تجعل منه فردا متكيفا في حياته الاجتماعية بصورة أفضل.
ولهذا يجب علينا إعطائها حقا الكافي من العناية و الحرص للوصول إلى أهدافها المرجوة.

الفصل الثاني: السمات الانفعالية

تمهيد

2- السمات الانفعالية

2-1 تعريف السمة

2-2- تعريف الانفعالات

2-4- خصائص الانفعالات

2-5- السمات الانفعالية

2-6- معايير تحديد السمات

2-7- نظرية السمات

2-8- نظريات في تفسير حدوث الانفعال:

2-9- النظريات المعرفية المسببة للانفعال

2-10- فوائد ومضار الانفعالات

2-11- تقسيم الانفعالات وأنواعها

خاتمة

تمهيد:

تعد السمات الانفعالية من أبسط الطرق وأقدمها في وصف شخص ما وتعود نظرية السمات إلى علم النفس. وقياس الفروق الفردية والسمات مفاهيم استعدادية تشير إلى نزعات للفعل أو الاستجابة بطرق معينة وقد تكون هذه السمات عامة وتؤثر على معظم سلوك الفرد وقد تكون خاصة تؤثر في مواقف معينة من سلوك الفرد وتعتبر السمات الانفعالية محددات مهمة في المجال الرياضي ولهذا تم توجيه اهتمام ملحوظ للتعرف على السمات الانفعالية المناسبة في إرشاد التلاميذ والرياضيين حول كيفية اكتسابها و تطبيقها بغرض تحسين مستوى الأداء الرياضي .

و لهذا سنتطرق في هذا الفصل إلى التعرف على السمات الانفعالية وكل ما يتعلق بها.

2-1-تعريف السمة:

قبل التطرق لبعض التعاريف، يمكننا أن نعرف السمات بشكل بسيط ونقول عنها أنها صفة أو علامة مميزة أو أنها جملة الصفات الاجتماعية والخلقية والمزاجية التي تميز الفرد عن غيره مضافا إلى ذلك ما لديه من دوافع مختلفة فمن السمات الاجتماعية قدرة الفرد على معاملة الناس، وقدرته كذلك على ضبط نفسه والتحكم في شهواته ومنها أسلوبه في الحياة أي طريقته الخاصة في حل مشاكله، ومن هذه السمات أيضا ما يتصف به من تسامح أو تشدد من مثابرة أو تخاذل من انطواء أو انبساط، من استقلال أو اتكال على الغير ومن السمات الخلقية الصدق أو الكذب، الأمانة أو الخداع إلى غير ذلك من السمات التي يحكم عليها المجتمع بأنها خير أو شر صواب أو خطأ. (راجح، 1965، صفحة 183)

وفيما نذكر تعاريف بعض العلماء:

تعريف البورت Allport: يرى أن السمة نظام نفسي عصبي مركزي عام يتميز به الفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفيا، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري. (الأشلول، 1978، صفحة 139)

تعريف جيلفورد Guilford: السمة هي أية طريقة مميزة ثابتة نسبيا، بها يتميز الفرد عن غيره من الأفراد. (علاوي، علم النفس الرياضي، 1983، صفحة 290)

تعريف كاتل **Cattel**: يرى أن السمة هي مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من الوحدة التي تسمح بهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد. (علاوي، علم النفس الرياضي، 1983، صفحة 293)

تعريف **Anastasi**: ترى أن السمة وصف منظم لسلوك الفرد، ومفهوم السمة أي خصلة أو خاصية أو صفة ذات دوام نسبي يمكن أن يختلف فيها الأفراد، فتميز بعضهم عن بعض، وقد تكون السمة وراثية أو مكتسبة ويمكن أن تكون كذلك جسمية أو انفعالية أو متعلقة بمواقف اجتماعية معينة. (جبل، 2000، صفحة 301).

تعريف سيد خير الله: هي علاقة أو صفة جسمية أو عقلية أو مزاجية أو خلقية أو اجتماعية أو حركية شعورية أو لا شعورية، فطرية أو مكتسبة، تطبع سلوك الفرد بطابع خاص، وتشكله وتعين نوعه وكيفيته وتميزه عن غيره من الأفراد.

تعريف صبحي عبد الحفيظ قاضي: المقصود بالسمة هو الميزة أو الصفة التي يختلف بها الإنسان أو شخص معين عن شخص آخر بطريقة ثابتة ومتناسقة نسبياً، وتأتي عادة من ملاحظة السلوك. (قاضي، 1984، صفحة 08)

من هذه التعاريف نلاحظ أن البعض يرى أن السمات صفة أو خاصية يمكن تمييزها والبعض الآخر يرى أنها أفعال أو ردود أفعال أو استجابات بينما هناك اتفاق كبير بين "البورت، كاتل، عبد الخالق ... على أنه يمكن عن طريق السمة تمييز الأفراد بعضهم عن بعض بينما يختلف "سيد خير الله" الذي يرى أن السمة (بناء نفسي عصبي)، ومن كل هذا نلخص

أن السمة سواء كانت صفة أو بناء نفسي أو فعل أو رد فعل، فإنها تطبع الفرد بطابع معين يمكن تمييزه على أساسها وذات ثابت نسبي. (جبل، 2000، صفحة 301)

2-2- تعريف الانفعالات:

يعتبر الانفعال حالة شعورية حادة تنشأ من مصدر نفسي، ويصاحبه اضطراب قوي يتميز بحالة شديدة من التوتر والقلق والهيجان تتتاب الفرد كله وتؤثر على سلوكه ووظائفه الفسيولوجية الداخلية وتساهم في تشكيل خبراته الشعورية.

كما يعرفه بعض العلماء على أنه حالة توتر في الكائن الحي تصاحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر جسمانية خارجية غالبا ما تعبر عن نوع الانفعال. وتلعب الانفعالات المختلفة دورا هاما بالغ الأثر في حياة الفرد. إذ ترتبط بدوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة المتعددة التي يمارسها. فلا يوجد على الإطلاق أنواع من التعلم أو العمل أو اللعب أو النشاط المبدع الخلاق أو العلاقات الاجتماعية المختلفة دون أن تصطبغ باللون الانفعالي المميز لها. (علاوي، علم النفس الرياضي، 1994، الصفحات 245-246)

2-3- تقسيم الانفعالات:

يقسم العلماء الانفعالات من حيث تأثيرها على نشاط الفرد، ومن حيث حالة التوتر العامة للخبرة النفسية للفرد إلى نوعين وهما:

2-3-1- انفعالات إيجابية (انفعالات سارة): كالفرح والسرور والأمن والحب والفوز والنجاح... الخ.

2-3-2- انفعالات سلبية (انفعالات غير سارة): كالحزن والخوف والغضب والكراهية والهزيمة والفشل ... الخ. (علاوي، علم النفس الرياضي، 1994، صفحة 246)

2-4- خصائص الانفعال:

2-4-1- الذاتية:

تحمل الخبرات الانفعالية دائما طابعا ذاتيا، إذ تختلف من فرد لأخر تبعا لدرجة ادراكه للأشياء المادية المحيطة به، وبالمواقف المختلفة التي يمر بها و كذلك بالنسبة لعلاقته بالآخرين.

2-4-2- التعدد:

تمتلى حياة الفرد بمختلف الحالات الانفعالية التي لا عد لها ولا حصر، فهناك على سبيل المثال الفرح والحزن والخجل والندم والعطف والابتهاج والأمل والشك. والغضب والحنق والكراهية والتوقع والانتظار والتعجب والحق... الخ.

2-4-3- الاختلاف في الدرجة:

قد يفرح الفرد لرؤية صديق، أو لفوزه في منافسة رياضية أو لنجاحه في الامتحان أو بمناسبة اشتراكه في عمل، ولكن الفرح في كل تلك الحالات يختلف ويتباين من حيث الدرجة.

2-4-4- الارتباط بالتغيرات العضوية الداخلية والتغيرات الخارجية:

ترتبط الانفعالات المختلفة بكثير من التغيرات الفسيولوجية الداخلية لأعضاء الجسم المختلفة وكذلك بأنواع متعددة من المظاهر التغيرات الجسمية الخارجية التي كثيرا ما

تعتبر عن نوع الانفعال. (علاوي، علم النفس الرياضي، 1994، صفحة 247)

2-5- السمات الانفعالية:

وقد ربط الكثير من الباحثين بين السمات الانفعالية وبين أبعاد الشخصية بحيث أكدوا على أن السمات الانفعالية هي إحدى أبعاد الشخصية التي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها وبذلك قسموا السمات الانفعالية إلى سمات عامة تدل على مجموعة صفات مشابهة لعدد من الأفراد أي التي تكون مشتركة في أفراد حضارة ما كما توجد سمات خاصة تميز كل فرد عن باقي الأفراد.

إن أبعاد السمات الانفعالية تمثل وحدة ديناميكية واحدة تتأثر بأي موقف انفعالي وأن اختلاف درجة ظهور السمة عن الأخرى يرجع لطبيعة هذا الموقف. تتضمن السمات الانفعالية الأبعاد التالية:

- بعد الرغبة.
- بعد الإصرار.
- بعد الحساسية.

- بعد التحكم في التوتر.
- بعد الثقة.
- بعد المسؤولية الشخصية.
- بعد الضبط الذاتي.

2-5-1- الرغبة:

هي الدافع الشخصي لمزاولة الرياضي أو هي الدافع للنجاح والكفاح من أجل التفوق والامتنياز وتعتبر مقياساً لمدى مزاولة اللاعب أن يكون الأفضل أو يؤدي أفضل ما عنده. غالباً ما يكون الدافع الشخصي لذلك الرياضي نحو ممارسة النشاط الرياضي أثناء المنافسات الرياضية بسبب تبادل النجاحات التي بدورها تقع على اللاعب وبذلك يبذل قصارى جهده من أجل تحقيق أفضل ما عنده لتحقيق الفوز والفرحة التي تغمر اللاعب تستمر طيلة مدة المنافسة وقد تستمر وقتاً أطول وتساعد بالتصرف بكفاءة عالية وفاعلية أكبر، كأن يقول أحدهم سأدخل المنافسة بكل عزيمة ولن أفكر في شيء فكل اهتمامي يخص اللعب فقط والأداء الحسن. (ابوبكر، 2019، صفحة 64)

2-5-2- الإصرار:

هو الشعور بأن اللاعب يستطيع أن يفعل في مبارياته شيئاً ما يحدث تغييراً، وتشير إليه المخاطر المعقولة التي يجازف بها اللاعب وعدم لجوئه الدائم إلى الطرق السهلة،

والإصرار السليم يتضمن معرفة اللاعب لحدوده، والخضوع عند الضرورة مع عدم السماح للاعبين ولا لصعوبة المنافسة بتحديد طريقة أدائه. (ابوبكر، 2019، صفحة 64)

2-5-3-الحساسية:

هي القدرة على الحصول على المتعة من الأداء الرياضي من غير أن ينتابه الاكتئاب الشديد عندما يخطئ أو حتى عندما يرتكب سلسلة من الأخطاء، وهي المرح والنشاط والقدرة على التوافق مع الآخرين أو التكيف مع الظروف المحيطة. (ابوبكر، 2019، صفحة 64)

2-5-4-التحكم في التوتر:

وتعني القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعترى اللاعب من قلق ومعالجة الضغوط الانفعالية بطريقة منتجة واستغراق وقتا قصيرا في الاضطرابات. (محمد ع.، 1998، صفحة 34)

2-5-5-الثقة بالنفس:

يعرف علاوي الثقة بالنفس بأنها درجة التأكد واليقينية من أن اللاعب يمتلك القدرة على النجاح والتميز في الرياضة، وتعرفها مانز نقلا عن "عبد العزيز" 2008 بأنها خاصية ثابتة نسبيا ومكونة من درجة مرتفعة من التفكير الإيجابي والاعتقاد أنكفي التحكم والسيطرة (تحكم مدرك) مع تداخل هذه المكونات الثلاث في التناغم لتشكيل درجة الثقة الرياضية. (الحوري، 2016، الصفحات 85-86)

ويؤكد "علاوي" على أن الثقة هي إيمان اللاعب بقدرته وثقته في مواهبه، وتقبل التحديات التي تختبر صموده، وهي معرفته بنواحي قوته وضعفه واستخدامها جميعا في الوصول إلى

أفضل النتائج، وهي تعني أن هناك استعدادا لمواجهة أي عقبات في حدود وقدرات اللاعب.
(محمد ع.، 1998، صفحة 35)

كما يعرفها "كمال راتب" على أنها درجة الاعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح ولا شك أن توقعه لنتائج أدائه يعد عاملا هاما من حيث التأثير على نتائج الأداء. (راتب، 1997، الصفحات 342-343)

2-5-6- المسؤولية الشخصية:

وتعني تحمل المسؤولية في الأداء الرياضي أثناء المنافسات الرياضية بما تتضمنه في الإرادة للمواجهة، وبذل الجهد لمحاولة تصحيح الأخطاء والمعالجة الواقعة المتوازنة بين المسؤولية الشخصية والشعور بالألم.

ويؤكد "علاوي" أن المسؤولية الشخصية هي تحمل المسؤولية عن أدائه في المباراة وهي الإرادة في مواجهة اللاعب لأخطائه بشجاعة وبذل الجهد في المحاولة الجادة لتصحيح هذه الأخطاء. (محمد ع.، 1998، صفحة 35)

2-5-7- الضبط الذاتي:

يعرفه "علاوي" على أنه الاستعداد لتطوير خطة اللعب والالتزام بها والاندماج فيها والوصول بها الى مستوى الإتقان مع الاحتفاظ طوال الوقت بالمرونة الكافية لتغييرها، والثبات الذي يعكس هذه القدرة، وتمثل هذه السمة القدرة على الحفاظ على خطة اللعب طالما كانت

صالحة أو التخلي عنها فقط بعد ثبوت عدم صلاحيتها. (محمد ع.، 1998)

ويلعب الضبط الذاتي أو الداخلي للاعب دورا بارزا ومهما في مدى تطوير دافعية اللاعب نحو الأداء الرياضي وبهذا يمكن اعتبار مفهوم الضبط من المفاهيم الحديثة التي تؤكد على أن رياضي الأنشطة الرياضية العنيفة ذات الاحتكاك الجسماني المباشر تتميز بارتفاع درجة السمات الانفعالية الخاصة بضبط النفس مقارنة بالأنشطة المتوازنة. (البوكر، 2019،

صفحة 62)

2-6-معايير تحديد السمات:

لقد وضع "ألبرت" 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 وتتسقان 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 بالسبة للمجموعة العام من الناس (أي أن السمات قد تكون فريدة). (سهام، 2019،

صفحة 33)

2-7- 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 لنظرية الأنماط من انتقادات يرى 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. ولقد لجأ العلماء إلى التحليل العالمي لنتائج اختيارات الشخصية، لبيان السمات الأساسية التي تقيسها هذه الاختيارات ويرى كاتل وآخرين 1940

السمات السطحية: سمات يمكن ملاحظتها بسهولة، تبدو في التفاعل مع الآخرين، وتبدو هذه السمات فريدة من السطح في شخصية الفرد وتتعدل مثل هذه السمات بسهولة، مثل: الحيوية والمرح.

السمات المنبعية: لا يتم التعبير عنها مباشرة، ولكن يتم التعبير عن طريق السمات السطحية، وهذه قد تكون عامة أو تكون فريدة (جلال، 2001، الصفحات 175-176)

2-8- نظريات في تفسير حدوث الانفعال:

2-8-1- نظرية "جيمس لانج" (النظرية الفسيولوجية الحشوية):

من النظريات الباكورة لتفسير حدوث الانفعالات النظرية التي تعزى إلى كل من "وليا جيمس" الأمريكي و "لانج الدنماركي، حيث استطاع كل منهما بصورة منفصلة التوصل على نفس النتائج في وقت واحد تقريبا ولذا سميت هذه النظرية ب "جيمس لانج".

وتفترض هذه النظرية أن مثير الانفعال ينتج عليه تغيرات جسمية والتي تجعل الفرد يشعر بالانفعال ، فكان إدراك مثير الانفعال يؤدي إلى تغيرات فسيولوجية حشوية وعن طريق إدراك هذه التغيرات ينتج الشعور بالانفعال ، أي أن اللاعب يواجه المنافس فتسرع دقات قلبه ثم يشعر بالقلق فكأن الاستجابة الانفعالية (سرعة دقات القلب) تحدث أولا والخبرة الانفعالية (القلق) تعتبر نتيجة للاستجابة الانفعالية ، وفي مجال توضيح هذه النظرية أشار "جيمس" إلى ما يلي " إن الفرد يخاف لأنه يجري ، ولا يجري لأنه يخاف " وقد يلاحظ أن هذه النظرية تختلف بصورة واضحة عن نظرة اللاعب الرياضي لتفسير الانفعال ، إذ كثيرا ما نسمع بعض اللاعبين يرددون (أنهم يشعرون قبل المباراة بالقلق ثم بعد ذلك تسرع دقات القلب).

وقد واجهت هذه النظرية الكثير من الانتقادات وأظهرت الدراسات التجريبية أن التغيرات الفسيولوجية الحشوية ليست السبب الرئيسي في الشعور بالانفعال، إلا أن أهم ما أبرزته هذه النظرية هو تأكيدها لدور التغيرات الجسمية والعضلية في حالة الانفعال.

2-8-2- نظرية كانون (نظرية الهيوثلاموس):

تؤكد هذه النظرية كما أشار إليها "كانون" على أهمية دور (الهيوثلاموس) من حيث أنه أحد الأجزاء من المخ والذي يلعب دورا هاما في النشاط العصبي في حالة الانفعال، وتسير هذه النظرية إلى أن التابع الانفعالي يبدأ بإدراك الفرد للمواقف على أنه مثير للانفعال (كالقلق مثلا) ثم يأخذ الهيوثلاموس دوره بأن يبدأ بإرسال دفعات عصبية من هذا الجزء المركزي من المخ على العديد من الأجزاء العليا من المخ وإلى الأجزاء الأخرى من الجسم وبذلك يحدث الشعور في نفس الوقت الذي تحدث فيه التغيرات الجسمية.

فكان لنظرية "كانون" على العكس من نظرية "جيمس لانج" نفترض حدوث الشعور بالانفعال والتغيرات الجسمية جنبا إلى جنب في نفس الوقت أي بمجرد أن يبدأ الهيوثلاموس القيام بدوره.

ومن أبرز إيجابيات هذه النظرية تأكيدها لدور الهيوثلاموس في السلوك الانفعالي، إلا أن معارضي هذه النظرية يركزون على قصور المعلومات الحالية المتاحة عن الوظائف الدقيقة للهيوثلاموس وعلاقته مع الأجهزة العصبية الأخرى.

2-8-3- نظرية لندسلي (نظرية التكوين الشبكي):

أشار "لندسلي" إلى أن (الهيوثلاموس) يعتبر المصدر الأول في تنظيم السلوك الانفعالي ولكي يقوم (الهيوثلاموس) بوظائفه فإنه ينبغي أن يكون تحت تأثير المنشط للجهاز الشبكي في جذع الدماغ، وفي ضوء ذلك نفترض هذه النظرية أن التكوين الشبكي هو المصدر

الأساس للإثارة والنشاط ومن خلال ذلك يعمل الهيبوثلاموس على التعبير عن مظاهر السلوك الانفعالي.

2-9- النظريات المعرفية المسببة للانفعال:

العديد من الدراسات الحديثة في مجال الانفعالات أشارت الى التفاعل بين التأثيرات المعرفية (الذهنية أو العقلية) وبين التأثيرات الفسيولوجية (الجسمية) وتؤكد النظريات المعرفية على التأثير تحدثه عمليات التفكير على الانفعال الذي يشعر به الفرد ، فالتغيرات الفسيولوجية بمفردها لا ينظر إليها على أنها المحدد الوحيد للانفعال ، ولكن تقدير الفرد أو تقييمه أو تفسيره للمواقف له تأثير واضح على الخبر الانفعالية التي يشعر بها الفرد ، فكأن النظريات المعرفية تؤكد على قدرة الفرد لإدراك علاقة السبب و الأثر بين مختلف المواقف والخبرات الانفعالية.

فعلى سبيل المثال قد يعزو اللاعب قلقه كنتيجة لعدم قدرته على النوم ليلة المباراة، أو الإرهاق في الانتقال لمكان المباراة أو الحساسية أو أهمية المباراة، وفي كل حالة من هذه الحالات الثلاث قد تكون أعراض القلق متشابهة ولكن مع اختلاف أسبابها. (راتب، 1997، صفحة 490)

2-10- فوائد ومضار الانفعالات:

الفوائد:

من بين أهم فوائد الانفعالات المعتدلة أو النشطة ما يلي:

- تسهم في قدرة الفرد على بذل المزيد من الجهد وتعمل كدافع للفرد توجيهه وتديره نحو الأداء ومحاولة تحقيق الأهداف كما تساعد على المقاومة ومواجهة الأحداث ومجابهة الصعاب.
- تساعد الفرد على الاستمتاع بوقته نظرا لحاجته إلى درجة معينة من الانفعالات السارة والمنشطة.
- تساعد على المزيد من التفاهم الاجتماعي بين الأفراد وتسهم في التفاهم المشترك بينه.
- لا يستطيع الفرد أن يحيا دون انفعالات تميز سلوكه وأدائه.

المضار:

من بين الأضرار الحادة والغير السارة ما يلي:

- تؤثر على العمليات العقلية العليا كالإدراك والانتباه والتذكر والتفكير إذ 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 ومن القدرة على النظرة الناقدة للأحداث ولا تساعد على إخضاع سلوك الفرد لإدارته 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 وعدم القدرة على مواجهتها. (سهام، 2019،

الصفحات 34-35)

2-11- تقسيم الانفعالات وأنواعها:

في الوقت الحالي بفضل الكثير من علماء النفس إطلاق اسم الانفعالات على هذه الحالات ويقسمونها من حيث درجة تأثيرها على نشاط الفرد ومن حيث حالة التوتر العامة للخبرة النفسية للفرد إلى نوعين هما:

2-11-1- انفعالات إيجابية:

والمقصود بها "انفعالات سارة" كالفرح والسرور والأمن والحب والفوز والنجاح...الخ.

2-11-2- انفعالات سلبية:

وهي انفعالات "غير سارة" كالحزن والخوف والغضب والكراهية والهزيمة والفشل...الخ.

بينما تطرق بعض علماء النفس الآخرون وعلى رأسهم "مكدوجل" الى تصنيف

الانفعالات الى ثلاث أنواع وهي:

الأولية: "البسيطة" كالخوف والفرح والغضب.

الثانوية: "المركبة" الرهبة، الاعجاب، الاستطلاع.

المشتقة: وهي ليست ثابتة أو دائمة كاليأس الشك والقلق.

2-11-2-1-الأولية:

وهي التي تمثل في الانفعال الخص بكل غريزة وهذا حسب الرأي العام "مكدوجيل"

ونظريته في الغرائز التي توضح كل وما يقابلها من انفعال:

- غريزة الهرب = يعتبر انفعال للخوف.
- غريزة المقاتلة = انفعالها الغضب.
- غريزة الاستطلاع = انفعالها التعجب.
- غريزة النفور = انفعالها التقزز والاشمئزاز.
- غريزة السيطرة = انفعالها الزهو.
- غريزة الأبوة والأخوة = انفعالها الحنان.

2-11-2-2-الثانوية:

وهي تثير الانفعالات فيها نزعتان مختلفتان في نفس الوقت، مثال: انفعال الغيرة ويحمل

مزيجا من الغضب وحب التملك، بينما انفعال الرهبة فيه مزيج من الخوف والاعجاب.

2-11-3-المشتقة:

وهي الانفعالات التي تأتي أثناء الفعل الغريزي، مثال: الإنسان أثناء ما يشعر بالخوف فإنه قد يشعر باليأس من الهروب، والأمل في الهروب، وكلا من اليأس والأمل انفعال مشتق. (مخلوف، 2016-2017، الصفحات 9-10)

خاتمة:

انطلاقاً مما تناولناه في هذا الفصل توصلنا أن كثير من التجارب اليومية التي نمر بها في حياتنا ظلت تكشف وبأشكال عدة أن تلاميذ الطور المتوسط قد تمتلكهم أنواع مختلفة من الانفعالات وأن لكل إنفعال آثار يتركها على مستوى النفس والجسد، فالانفعال يصيب الفرد بكامله فهي حالات داخلية تصنف جوانب معرفية خاصة و إحساسات وردود أفعال فيزيولوجية و سلوكات تعبيرية معينة قد تؤدي إلى اضطراب التفكير أو تحسينه مما يؤدي إلى الغضب أو السعادة وهذا حسب الانفعال سواء كان سلبياً أو إيجابياً

الفصل الثالث: مرحلة المراهقة

3- المراهقة

تمهيد

3-1- تعريف المراهقة

3-2- مراحل المراهقة

3-3- مظاهر المراهقة عند تلاميذ الطور المتوسط (11-15 سنة)

3-4- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهق

3-5- الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراهق

3-6- مظاهر النمو الانفعالي خلال مرحلة المراهقة

3-7- المشاكل الانفعالية

خاتمة

3-مرحلة المراهقة:

تمهيد:

يمر الفرد منذ ولادته بالعديد المراحل المختلفة من النمو، فعملية النمو تعتر من أهم عناصر استمرارية الحياة و الحفاظ على العنصر البشري. والمراهقة تعتبر أحد حلقات نمو الفرد، ففيها تتسارع وتيرة النمو الذي يؤدي الى حدوث تحولات جسمية و نفسية و شخصية وغير ذلك.

3-1- تعريف المراهقة:

تعتبر المراهقة فترة من فترات حياة الفرد تبدأ من نهاية طفولته ،وتنتهي من بداية بلوغه سن الرشد فهي تعد مرحلة انتقالية يمر بها كلا الجنسين، مع محاولة الاستقلال الذاتي. و هي ليست بالمصطلح الجديد ،فقد تناولها علماء القدم و علماء العصر الحديث بمعاني مختلفة فقال عنها:

ريسبال: أنها العمر الممتد بين الطفولة و الرشد و تقع بين (18-19) سنة إلى 20 سنة. لوهار: ان المراهقة فترة جديدة في عملية التحرر ،من مختلف أشكال التبعية القديمة فهو يرى الاستقلالية للمراهق من الناحية العاطفية. (تناوي، 1992، صفحة 3)

يعرفها العادل "هول ستانلي" على أنها فترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواطف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة.

فالمراهق يودع الطفولة مستقبلا العالم الخارجي من خلال احتكاكه به و التفاعل معه والاندماج فيه، فهو يعرب عن مشاعره وعواطفه وانفعالاته من خلال إظهار سلوكيات وتصرفات تميزه عن مرحلة الطفولة ،كما تظهر على المراهق العديد من التغيرات البيولوجية كظهور الشعر على الذقن ،تغيرات على مستوى الصوت ،والنمو في الجهاز الغدي .وبالتالي فان المراهق يصبح مسؤولا عن افعاله ،وبصفة عامة فالمراهق في مرحلة انتقالية من الطفولة إلا الرشد ،تصبحها تغيرات على المستوى النفسي والبيولوجي والاجتماعي من شأنها أن تغير من سلوك هذا المراهق بحسب اتجاهات الوسط أو المحيط الذي يعيش فيه.

(علي، 2019، صفحة 22)

3-2- مراحل المراهقة:

لقد اختلف العلماء في تقسيم وتحديد مراحل المراهقة من حيث البداية والنهاية ،نظرا لعدم وجود مقاييس موضوعية خاصة تخضع لها هذه التقسيمات ،و تسهيلا لدراستها قسمت إلى ثلاثة مراحل أساسية هي :

3-2-1 المراهقة المبكرة : تمتد هذه المرحلة من 12 إلى 15 سنة ، و هي تقابل في النظام التربوي الطور المتوسط . كما أنها تمتد كذلك منذ النمو السريع الذي يصاحب البلوغ إلى حوالي سنة إلى ثلاث سنوات بعد البلوغ ، واستقرار التغيرات البيولوجية الجديدة عند الفرد . وفيها يسعى المراهق إلى الاستقلال ، ويرغب في التخلص من القيود والسلطات التي تحيط

به ويستيقظ لديه الإحساس بذاته وكيانه ، و يصبحها التفتن الجنسي الناتج عن الاستثارة الجنسية التي تحدث جراء التحولات البيولوجية ونمو الجهاز التناسلي عند المراهق.

3-2-2- المراهقة الوسطى: تمتد هذه المرحلة من 15 إلى 18 سنة ، يطلق عليها المرحلة الثانوية ، وتتميز هذه المرحلة ببطء في سرعة النمو الجنسي نسبيا مقارنة مع المرحلة السابقة، و تزداد التغيرات الجسمية و الفيزيولوجية من زيادة في الطول والوزن. وفي هذه المرحلة نجد المراهق يهتم بمظهره الجسدي ، صحته ،القوة الجسمية.

3-2-3- المراهقة المتأخرة : وتكون هذه المرحلة بين 19 إلى 21 سنة تمتد مع نهاية التعليم الثانوي وبداية التعليم الجامعي ،ويطلق عليها اسم مرحلة الشباب ،حيث أنها تعتبر مرحلة اتخاذ القرارات الحاسمة مثل اختيار مهنة المستقبل وفي هذه المرحلة يحل السلمي إلى مرحلة النضج الجنسي و ينجيه الطلبات الانفعالي و بروز بعض العواطف الشخصية كالاهتمام. (علي، 2019، صفحة 22)

3-3-مظاهر المراهقة عند تلاميذ الطور المتوسط (11-15 سنة) : (زهران، 1965، الصفحات 292-293)

مرحلة المراهقة مرحلة حرجة في حياة الفرد ومن بين ما يظهرها بهذه الصورة :

3-3-1-الصراعات النفسية: التي قد تطرأ على المراهق ،فالمراهق الصغير يسعى لأن يكبر ويتحمل المسؤولية ،ولكنه يحتاج لأن يظل طفلا ينعم بالأمن ،وهو يسعى للاستقلال ،كما

أنه يحتاج للمساندة والدعم والاعتماد على الآخرين خاصة الوالدين والأسرة وهو يسعى للحرية الشخصية ولكن المعايير والقيم الاجتماعية تكبله أحيانا.

3-3-2- الضغوط الاجتماعية: (الخارجية): وهذه كثيرة على المراهق فعليه أن يقف على قدميه ،و ان يفكر بنفسه حيث يحتار ويقرر ،اذ يريد تحقيق ذاته ،ميولاته وأن يشبع حاجاته ولكن عليه أن يتطابق تفكيره وسلوكه مع المعايير الاجتماعية ،لكن عليه أن لا ينسى مفهوم التوافق الاجتماعي.

3-3-3- الاختيارات و القرارات: فعلى المراهق القيام بالاختبارات واتخاذ القرارات الحيوية التي تحدد مستقبل حياته . ومن هذه الاختيارات والقرارات ما يتعلق بالتعليم (مستواه ونوعه ومداد) ومنها ما يتعلق بالزواج (الزواج أو الاضطراب منه)

3-3-4- مظاهر البطالة: كما يسميها جيرسيلد (1963) jersild ويقصد بها البطالة الاقتصادية والاعتماد على الآخرين و يقصد بها أيضا البطالة الجنسية. فالمراهق مؤهل جنسيا إلا أنه غير مسموح له أن يمارس الجنس إلا في الحلال شرعا وبعد أن يستطيع الباءة. وهذا لا يأتي إلا بعد فترة قد تطول

3-3-5- الخلط في أذهان الكبار: (الوالدين أو المربين) بخصوص مفاهيم مثل السلطة الحرية، النظام، الطاعة، و الديمقراطية واختلاف وجهات النظر بين الكبار وبين المراهقين بخصوص هذه المفاهيم.

3-4- أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للمراهق:

بما أن النشاط الرياضي جزء من التربية العامة ،وهدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية و العقلية والانفعالية والاجتماعية ،وذلك عن طريق أنواع مختلفة من النشاط البدني لتحقيق هذه الأغراض ،وذلك يعني أن النشاط الرياضي يضمن النمو الشامل والمتوازن للطفل ويحقق احتياجاته البدنية ،مع مراعاة المرحلة السنية التي يجتازها الطفل حيث يكون عدم انتظام في النمو من ناحية الوزن والطول مما يؤدي إلى نقص التوافق العصبي وهذا ما يحول دون نمو سليم للمراهق .إذ يلعب النشاط الرياضي دورا كبيرا وأهمية بالغة في تنمية عملية التوافق بين العضلات والأعصاب ،و زيادة الانسجام في كل ما يقوم به المراهق من حركات وهذا من الناحية البيولوجية.

أما من الناحية الاجتماعية فبوجود التلاميذ في مجموعة واحدة خلال الممارسة الرياضية يزيد من اكتسابهم الكثير من الصفات التربوية .

إذ يكون الهدف الأسمى هو تنمية السمات الخلقية كالطاقة وصيانة الملكية العامة والشعور بالصدقة والزمانة واقتسام الصعوبات مع الزملاء ،إذ أن الطفل في المرحلة الأولى من المراهقة ينفرد بصفة المسيرة للمجموعة التي ينتمي إليها ،ويحاول أن يظهر بمظهرهم ويتصرف كما يتصرفون ،ولهذا فإن أهمية ممارسة النشاط الرياضي في هذه المرحلة هي العمل على اكتساب الطفل للمواصفات الحسنة ،حيث كل الصفات السابقة الذكر تعتبر من المقومات الأساسية لبناء الشخصية الإنسانية.

أما من الناحية الاجتماعية فإن للنشاط الرياضي دورا كبيرا حيث نشأة الاجتماعية للمراهق، إذ تكمن أهميتها خاصة في زيادة أواصر الأخوة والصداقة بين التلاميذ.

وكذا الاحترام وكيفية اتخاذ القرارات الاجتماعية، وبذلك مساعدة الفرد على التكيف مع الجماعة، ويستطيع النشاط الرياضي أن يخفف من وطأة المشكلة العقلية عند ممارسة المراهق للنشاط الرياضي المتعدد و مشاركته في اللعب النظيف واحترام حقوق الآخرين ، فيستطيع المراهق أن يحول بين الطفل والاتجاهات المرغوبة التي تكون سلبية كالغيرة مثلا، وهكذا نرى أنه باستطاعة النشاط الرياضي أن يساهم في تحسين الصحة العقلية وذلك بإيجاد منفذ صحي للعواطف وخلق نظرة متفائلة جميلة للحياة وتنمية حالة أفضل من الصحة الجسمية والعقلية . (علي، 2019، الصفحات 25-26)

3-5- الممارسة الرياضية و علاقتها بالمراهق:

تشير النتائج والبحوث المعنية بدراسة دوافع المشاركة أو الانسحاب من الرياضة وخاصة للأطفال والمراهقين إلا ان تلك الدوافع تتميز بالتعدد والتنوع، ومن أمثلة عن الدوافع التي عبروا عنها للمشاركة في الرياضة ، الرغبة تحقيق الاستماع، والمشاركة واكتساب الاصدقاء، وتحسين وتطوير مهاراتهم والارتقاء والتقدم بمستوى اللياقة البدنية، وتحقيق خبرات النجاح والتفوق، وقد استطاع كل من "ويس" و "بتلشكوف" 1989 تصنيف اسباب مشاركة النشئ في الرياضة الى فئات اربعة هي :

الكفاية، الانتماء، اللياقة و الاستماع.

ولقد حاول العالم "روديك" RUDIK تحديد أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي و تقسمها إلى نوعين:

-الدافع المباشر:

-الشعور بالارتياح كسبب للتغلب على التدريبات الشاقة والصعبة.

-المتعة الجمالية كنتيجة الرشاقة والمهارة ،وجمال الحركات.

-الاحساس بالرضا بعد نشاط بدني أو عضلي يتطلب جهدا أو وقتا خاصة إذ يرتبط بالنتائج.

-المشاركة في النشاطات الرياضية والمنافسات التي تعتبر ركنا لهما من أركان النشاط البدني والرياضي.

دوافع غير المباشرة:

-ممارسة النشاط البدني السهامه في رفع قدرة الفرد.

-محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عند ممارسة النشاط البدني.

-الوعي بالشعور الاجتماعي الذي يقوم به الرياضي لنادي.

3-6-مظاهر النمو الانفعالي خلال مرحلة المراهقة:

تتصف الانفعالات في هذه المرحلة بأنها انفعالات عنيفة منطلقة متهورة لا تتناسب مع

مثيراتها يلاحظ عدم الثبات الانفعالي والتذبذب الانفعالي ،وقد يلاحظ التناقض الانفعالي

،والسعي نحو الاستقلال الانفعالي ،كما يلاحظ الخجل ،وقد يلاحظ الشعور بالذنب والخطيئة

،والتردد ،ويكون الخيال خصباً ،ويستغرق المراهق في أحلام اليقظة ،وينمو الإحساس

بالحاجة إلى الحب بشكل يفوق المراحل السابقة حيث يعتبر الحب من أهم مظاهر الحياة الانفعالية للمراهق. (عدس، 2000، الصفحات 27-28)

ولقد أشار "جولمان" في أطروحته حول درجة مصداقية التنبؤ النموذجي بأن الذكاء الانفعالي عامل هام في نجاح الفرد في بيئته وفي مدرسته وفي عمله، وهو الذي يقود الشباب إلى التخفيض من فظاظتهم وعدوانيتهم اتجاه الآخرين، وإلى المزيد من الشهرة والشعبية، و إلى المزيد من القدرة على التعلم وتطويرها و إلى اتخاذ قراراتهم بشكل افضل حول مسائل هامة مثل المخدرات، والتدخين، والممارسات الجنسية، فهي مجال العمل يستطيع الذكاء الانفعالي أن يساعد الناس على العمل الجماعي وعلى التعاون وعلى التعلم الجماعي بشكل أكثر فعالية. (غزال، 2011، صفحة 298)

3-7- المشاكل الانفعالية:

إن العامل الانفعالي في حياة المراهق يبدو واضحاً في عنفه وحدة انفعالاته، وهذا الاندفاع الانفعالي ليس بالأساس نفسي خالص، بل يرجع ذلك إلى التغيرات الجسمية و احساس المراهق بنمو جسمه، وشعوره بأن جسمه لا يختلف عن أجسام الرجال وقد أصبح خشناً، فيشعر المراهق بالفرحة والافتخار ويشعر في نفس الوقت بالحياء والخجل من هذا التغيير المفاجئ، كما يتجلى بوضوح خوف المراهقين من هذه المرحلة الجديدة التي ينتقل إليها و التي تتطلب منه أن يكون رجل في سلوكه وتصرفه. (حسنا، اتجاهات تلميذات المرحلة المتوسطة نحو حصة التربية، 2016، صفحة 97)

خلاصة:

ومن هذا نجد أن مرحلة المراهقة تعتبر من أخطر المراحل التي يمر بها الفرد كما أنها الأهم في نفس الوقت إذا انها تتميز بالكثير من التغيرات و التحولات الفيزيولوجية و المورفولوجية و النفسية، ولها تأثير بالغ على الفرد كما أنها مرحلة حساسة جدا حيث ينك فيها اعداد تلميذ الطور المتوسط ليصبح مسؤولا و يكون عضوا في المجتمع.



الباب الثاني: الدراسة التطبيقية

الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

تصنيف

1- منهجية البحث

2- مجتمع و عينة البحث

3- ضبط متغيرات البحث

4- مجالات البحث

5- أدوات البحث

6- الدراسة الاستطلاعية

7- ثبات و صدق المقياس

9- الأساليب الإحصائية

خاتمة

تمهيد:

إن البحوث العلمية عموما تهدف إلى الكشف على الحقائق، حيث تكمن قيمة هذه البحوث في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، ومصطلح المنهجية يعني مجموعة المناهج و الطرق التي تواجه الباحث في بحثه و بالتالي فان الوظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وتركيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على الثوابت الظاهرة المراد دراستها. (معتوق،فريدك، 1998)

وتهدف إلى توضيح الطرق التي تم اعتمادها في تصنيف و ترتيب وقياس وتحليل المعلومات التي تم جمعها في الجانب النظري.

1-منهجية البحث:

يعتبر المنهج المستخدم في البحث الركيزة الأساسية لكل باحث لاسيما في الميادين الاجتماعية، النفسية والتربوية ، فهو يكسب البحث طابعه العلمي، ويجب على كل باحث أن يعرف اختيار المنهج المناسب لموضوعه، لان نتائج وصحة بحث ما تقوم أساسا على نوعية المنهج المستخدم، حيث أن صحة وسلامة الطريقة المستخدمة في الوصول إلى الحقيقة العلمية هي التي تضفي على البحث أو الدراسة الطابع الجاد كما تؤثر أيضا في محتوى ونتائج البحث (رابح، 1984، صفحة 131).

وقد اعتمدنا المنهج الوصفي في دراستنا نظرا لكونه المنهج الأكثر ملائمة لدراسة العلاقة الارتباطية و الكشف عن الفروق بين متغيرين. و يعرف على أنه المنهج الذي يهتم بوصف

ما هو كائن وتفسيره، و يهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع، كما يهتم أيضا بتحديد الممارسات الشائعة أو السائدة و التعرف على المعتقدات و الاتجاهات عند الأفراد و الجماعات. (بوداود، 2009، صفحة 123)

و هو طريقة منظمة لدراسة الحقائق الراهنة المتعلقة بظاهرة أو بموقف أو بأفراد أو بأحداث أو بأوضاع معينة، بهدف اكتشاف حقائق جديدة أو التحقق من صحة حقائق وآثارها والعلاقات التي تتصل بها و تغييرها وكشف الجوانب التي تحكمها. (الجيلاني، القاهرة، صفحة 113)

2-مجتمع و عينة البحث:

بعد تحديد الباحثان لمشكلة البحث وما يرتبط به من فرضيات، تأتي خطوة جمع البيانات كي يتأكد من فروضه، و أول خطوة من هذه الخطوات هي اختيار المجتمع و العينة التي تطبق عليها الدراسة.

مجتمع الدراسة هو: المجتمع الكلي للعناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العالقة بالمشكلة المدروسة، أي أنها المجموعة الأصلية التي تؤخذ منها العينة. (صالح، 2014، صفحة 74)

و كان مجتمع بحثنا هو تلاميذ الطور المتوسط لثلاث مؤسسات تربوية بمدينة معسكر وهي متوسطة مزغاش عبد المجيد بمجموع قدر ب 425 تلميذ(ة)، متوسطة غلال زين العابدين

717 تلميذ(ة) و متوسطة الحاج بن حوا 543 تلميذ وبلغ التعداد الاجمالي لمجتمع البحث الكلي 1685 تلميذ(ة).

عينة البحث هي: الجماعة التي تجرى عليها الدراسة و هي عبارة عن جزء صغير من الكل أي من مجتمع الدراسة. (مسعد، 2002، صفحة 175)

أما عينة البحث فقد اخذ الطلبة الباحثان عينة عشوائية و التي تعتبر أكثر العينات مصداقية و المكونة من 200 تلميذ ذكور و إناث السنة الثانية و الرابعة متوسط من المتوسطات الثلاث والتي تمثل نسبة 11 بالمائة من مجتمع البحث.

3-ضبط متغيرات البحث:

المتغير المستقل : الأنشطة الرياضية الصفية.

المتغير التابع : السمات الانفعالية.

4-مجالات البحث :

4-1-المجال البشري : اجريت الدراسة على ذكور و إناث السنة ثانية و الرابعة متوسط و

كان حجم العينة مقدر بـ 200 تلميذ.

جدول رقم 01 يوضح المجال البشري للعينة:

المجموع	عدد التلاميذ				اسم المؤسسة
	اناث		ذكور		
	س4	س2	س4	س2	
65	10	15	20	20	متوسطة مزغاش عبد المجيد
70	15	15	20	20	متوسطة غلال زين العابدين
65	15	10	20	20	متوسطة الحاج بن حوا
200	40	40	60	60	المجموع

4-2-المجال المكاني : أجريت الدراسة بثلاث متوسطات بمدينة معسكر وهي:

- متوسطة مزغاش عبد المجيد

-متوسطة غلال زين العابدين

-متوسطة الحاج بن حوا

4-3-المجال الزمني : تراوحت فترة الدراسة ما بين شهر فيفري الى شهر مايو من سنة

2020.

5-أدوات البحث :

أي دراسة يقوم بها الباحث تعتمد على مجموعة من الأدوات التي تساعد على جمع المعلومات و تقصي الحقائق و عليه فان دراستنا اعتمدت حسب طبيعة ومتطلبات الموضوع على ما يلي:

5-1-المصادر والمراجع :

الإلمام النظري حول موضوع البحث من خلال الدراسة في كل المصادر والمراجع العربية والأجنبية،شبكة الانترنت،معرض الكتاب،ديوان المطبوعات الجامعية.

5-2-المقياس :

قمنا بالاستعانة بمقياس السمات الانفعالية الذي وضعه في توماس تتكوا و قام بترجمته إلى اللغة العربية كل من محمد حسن علاوي ومحمد العربي مشعون و 1968 يتكون المقاس من 42 عبارة بهدف قياس سبع سمات انفعالية و هي كالتالي:

الرغبة : هي الدافع الشخصي لمزاولة النشاط الرياضي أو هي الدافع للنجاح الكفاح من أجل التفوق الامتياز.

الإصرار : هو الشعور بأن اللاعب يستطيع أن يفعل في مباراته شيئاً ما يحدث تغييراً.
الحساسية : هي القدرة على الحصول على المتعة من الأداء الرياضي ،من غير أن ينتاب اللاعب الاكتئاب الشديد عندما يخطئ أو حتى عندما يرتكب سلسلة من الأخطاء و هي المرح و النشاط و القدرة على التوافق مع الآخرين أو التكيف مع الظروف المحيطة.

ضبط التوتر : هي القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعتري اللاعب من قلق،خوف،غضب... إلخ و معالجة الضغوط بطريقة ايجابية .

الثقة : هي إيمان اللاعب بقدرته ثقته في مواهبه، تقبل التحديات التي تختبر حدوده .

المسؤولية الشخصية : هي تحمل المسؤولية الشخصية عن أداء اللاعب في المباراة

الضبط الذاتي : هو الاستعداد لتطوير "كيفية اللعب" و الالتزام بها و الاندماج فيها والوصول

بها الى مستوى إتقان ، تمثل هذه السمة القدرة على الحفاظ على "كيفية اللعب." (لمتيوي

فاطمة الزهراء ايمان، 2020، صفحة 232)

جدول رقم 02 يبين أوزان العبارات الايجابية و السلبية:

أوزان العبارات السلبية	أوزان العبارات الايجابية	نوع الاستجابة
1	5	دائما
2	4	غالبا
3	3	أحيانا
4	2	نادرا
5	1	أبدا

وفي ضوء ذلك تكون مستويات التقدير كما يلي:

▪ 80 فأكثر : درجة كبيرة جدا

▪ 70 الى 79 : درجة كبيرة

▪ 60 الى 69 : درجة متوسطة

▪ 50 الى 59 : درجة قليلة

▪ اقل من 50 : درجة قليلة جدا (حرشاي يوسف، 2020، صفحة 109)

جدول رقم 03 يبين أرقام الفقرات الايجابية و السلبية في مقياس السمات الانفعالية:

36	29	22	15	8	1	رقم العبارة	الرغبة
سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	نوع العبارة	
37	30	23	16	9	2	رقم العبارة	الاصرار
سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	نوع العبارة	
38	31	24	17	10	3	رقم العبارة	الحساسية
سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	نوع العبارة	
39	32	25	18	11	4	رقم العبارة	التحكم في التوتر
سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	نوع العبارة	
40	33	26	19	12	5	رقم العبارة	الثقة
سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	نوع العبارة	
41	34	27	20	13	6	رقم العبارة	المسؤولية الشخصية
سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	نوع العبارة	
42	35	28	21	14	7	رقم العبارة	الضبط الذاتي
سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	سلبية	ايجابية	نوع العبارة	

6- الدراسة الاستطلاعية :

باشر الطالبان الباحثان دراستهما الاستطلاعية بداية من شهر فيفري سنة 2021 بزيارة

ميدانية لمجموعة من متوسطات مدينة معسكر و هذا لغرض:

-التعرف على عينة البحث.

-التعرف على الصعوبات التي قد تواجهنا خلال بحثنا.

-تجربة وسائل البحث للتأكد من سلامتها و دقتها و وضوحها وهذا لضمان دقة و موضوعية

النتائج المحصل عليها.

-معرفة الوقت الكافي اللازم لإجراء دراستنا.

-التعرف على تعداد التلاميذ.

7- ثبات و صدق المقياس :

بهدف التعرف على مدى صدق و ثبات المقياس قام الطالبان بتوزيعه على مجموعة مكونة

من 10 تلاميذ بمتوسطات مختلفة من ولاية معسكر وقاما بالمقياس و اعادة القياس مرة أخرى

بعد أسبوع وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول 04 يبين معاملات الصدق والثبات لأداة القياس:

الأبعاد	حجم العينة	معامل الصدق	معامل الثبات
الرغبة	10	0.88	0.93
الاصرار		0.91	0.95
الحساسية		0.95	0.97
التحكم في التوتر		0.98	0.98
الثقة		0.92	0.95
المسؤولية		0.90	0.94
الضبط الذاتي		0.99	0.99

9- الأساليب الإحصائية :

9-1- النسبة المئوية : اعتمد الطلبة الباحثان على أسلوب النسبة المئوية لتيسير عملية ترتيب

مستويات السمات الانفعالية عند التلاميذ ويعطى القانون بالشكل الآتي: (محمود اسماعيل،

1996، صفحة 184)

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{100 \times \text{مجموع الدرجات}}{\text{المجموع الكلي}}$$

9-2- المتوسط الحسابي :

هو أكثر المقاييس الإحصائية انتشارا و شيوعا بين الناس لسهولة و فائدته في حياتنا اليومية. فكثيرا ما يتحدث الناس عن متوسطات الأسعار في الشهر أو العام. و متوسطات الأعمار، وفي مجال التربية الرياضية كثيرا ما نتكلم عن متوسط انجاز رياضي في نشاط أو لعبة معينة.

و المتوسط الحسابي من اهم مقاييس النزعة المركزية و اكثرها استخداما في النواحي الإحصائية و يعرف بأنه مجموع القيم مقسوما على عددها. (ابراهيم، 2000، الصفحات 152-153)

$$\frac{\text{مجموع القيم}}{\text{عدد القيم}} = \text{الوسط الحسابي}$$

9-3- الانحراف المعياري :

هو الجذر التربيعي الموجب لمجموع مربعات انحراف قيم لمجموعة عن متوسطها الحسابي مقسوما على عددها، بمعنى ان الانحراف المعياري هو الجذر التربيعي الموجب للتباين وقانونه كالآتي:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n}}$$

و يعتبر الانحراف المعياري أفضل أسلوب لقياس التشتت حيث يدخل استخدامه في كثير من قضايا التحليل و الاختبارات الرياضية. (ابراهيم، 2000، صفحة 231)

9-4-اختبار ت ستودنت :

ان الغرض من اختبار ستودنت والذي يرمز إليه بالحرف (ت) هو اختبار أهمية الفرق بين الوسط الحسابي للعينة والوسط الحسابي لمجتمع البحث وذلك لمعرفة شريعية العينة في تمثيلها للمجتمع المذكور الذي سحبت منه العينة أي بمعنى اخر هل أن العينة صادقة وأمانة ويمكن الاعتماد عليها في دراسة مجتمع البحث ، أم أن العينة غير صادقة ولا أمانة ولا يمكن الاعتماد عليها في استخراج واشتقاق التصميمات والقوانين الاحصائية عن مجتمع البحث. واختبار مقياس (ت) يعتمد على الفرضية الاحصائية الصفرية التي تزعم بأنه لا يوجد فرق معنوي بين العينة ومجتمع البحث على جميع مستويات الثقة.

و يعطى القانون التالي لحساب ت ستودنت لعينتين غير مرتبطتين:

$$t = \frac{s_1 - s_2}{\sqrt{\left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right) \left(\frac{(s_{1e})^2 (n_2) + (s_{2e})^2 (n_1)}{n_2 + n_1 - 2} \right)}}$$

حيث:

س₁: متوسط المتغير الاول.

س₂: متوسط المتغير الثاني.

ن₁: عدد افراد المتغير الاول.

ن₂: عدد تفرد المتغير الثاني.

ع₁: التباين للمتغير الأول.

ع2: التباين للمتغير الثاني. (حمودي، 2009، صفحة 223)

9-5- صدق الاختبار:

هو جذر الثبات و يستعمل لمعرفة مدى صدق الاختبار.

ويكون بالشكل الآتي: (السمرائي، 1980، صفحة 89)

$$\sqrt{\text{الثبات}} = \text{الصدق}$$

خاتمة:

من خلال هذا الفصل تطرقنا الى المنهجية المتبعة في بحثنا وكذا عينة البحث التي اخترناها و التي تمثل مجتمع البحث الأصلي و تحققنا من صدق وثبات أداة القياس ومدى تحققها على أرض الواقع. و أهم الإجراءات الميدانية التي يجب أن نتبعها من أجل نجاح بحثنا وبهذا نكون قد أزلنا اللبس عن بعض العناصر الغامضة التي وردت في هذا الفصل.

الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج

تمهيد

1- عرض و تحليل النتائج

1-1- طبيعة السمات الانفعالية

1-2- الفروق في السمات الانفعالية

2- مقابلة النتائج بالفرضيات

3- الاستنتاجات

4- التوصيات

خاتمة عامة

تمهيد:

بعد محاولتنا تغطية الجوانب النظرية الخاصة بالبحث ،سنحاول في هذا الفصل أن نحيط بالموضوع من الناحية التطبيقية والقيام بدراسة ميدانية نسعى من خلالها إلى التحقق من الفرضيات المطروحة، فهذه المرحلة أهمية كبرى وذلك لان قيمة البحث لا تنحصر فقط في جمع المعلومات النظرية و الاطلاع على تراث وأدبيات البحث و انما تكمن في الاعتماد على العمل الميداني الذي يمكن الباحث من استغلال قدراته وجهوده في جمع المعلومات المتعلقة بمجتمع دراسته لان هذه البيانات تفقد شيئاً من قيمتها إذا لم نحللها ونفسرها وفقاً للواقع الميداني باستخلاص النتائج والتوصيات المتعلقة بالمشكلة المطروحة للدراسة.

1- عرض و تحليل النتائج:

1-1- طبيعة السمات الانفعالية :

1-1-1- طبيعة السمات الانفعالية عند ذكور السنة الثانية متوسط:

جدول رقم 05: درجات وترتيب السمات الانفعالية عند ذكور السنة الثانية متوسط تبعا لمقياس

السمات الانفعالية

الترتيب	درجة الاستجابة	ن.م. %	س	مج	المتغيرات
1	درجة متوسطة	68.05	20.41	1225	الرغبة
2	درجة متوسطة	66.72	20.01	1201	الاصرار
4	درجة متوسطة	65.27	19.58	1175	الحساسية
3	درجة متوسطة	65.55	19.66	1180	التحكم في التوتر
5	درجة متوسطة	64.72	19.41	1165	الثقة
6	درجة متوسطة	64.33	19.3	1158	المسؤولية
7	درجة متوسطة	64.16	19.25	1155	الضبط الذاتي

تحليل نتائج الجدول رقم 05:

يتبين لنا من الجدول أعلاه و الذي يتضمن درجات السمات الانفعالية عند ذكور السنة الثانية متوسط حيث جاءت سمة الرغبة في المرتبة الاولى بمجموع الدرجات قدر ب 1225 و متوسط حسابي قدر ب 20.41 و نسبة مئوية وصلت الى 68.05% أي بدرجة متوسطة ويليه سمة الاصرار بمجموع الدرجات قدر ب 1201 و متوسط حسابي قدر ب 20.01 و

نسبة مؤوية وصلت الى 66.72% أي بدرجة متوسطة ومن ثم تأتي سمة التحكم في التوتر بمجموع الدرجات قدر ب 1180 و متوسط حسابي قدر ب 19.66 و نسبة مؤوية وصلت الى 65.55% أي بدرجة متوسطة و بعدها تأتي سمة الحساسية بمجموع الدرجات قدر ب 1175 و متوسط حسابي قدر ب 19.58 و نسبة مؤوية وصلت الى 65.72% أي بدرجة متوسطة ثم تليهم سمة الثقة بمجموع الدرجات قدر ب 1165 و متوسط حسابي قدر ب 19.41 و نسبة مؤوية وصلت الى 64.71% أي بدرجة متوسطة ثم تأتي سمة المسؤولية بمجموع الدرجات قدر ب 1158 و متوسط حسابي قدر ب 19.3 و نسبة مؤوية وصلت الى 64.33% أي بدرجة متوسطة وفي الأخير تأتي سمة الضبط الذاتي بمجموع الدرجات قدر ب 1155 و متوسط حسابي قدر ب 19.25 و نسبة مؤوية وصلت الى 64.16% أي بدرجة متوسطة. عموما كانت درجة الاستجابة لذكور السنة الثانية متوسط متوسطة عند جميع أبعاد السمات الانفعالية .

1-1-2- طبيعة السمات الانفعالية عند اناث السنة الثانية متوسط:

جدول رقم 06: يبين درجات وترتيب السمات الانفعالية عند اناث السنة الثانية متوسط تبعا لمقياس

السمات الانفعالية

الترتيب	درجة الاستجابة	ن.م. %	س	مج	المتغيرات
3	درجة متوسطة	63.58	19.07	763	الرغبة
1	درجة متوسطة	64.58	19.37	775	الاصرار
2	درجة متوسطة	64.16	19.25	770	الحساسية
4	درجة متوسطة	63.25	18.97	759	التحكم في التوتر
6	درجة قليلة	59.41	17.82	713	الثقة
7	درجة قليلة	58.58	17.57	703	المسؤولية
5	درجة قليلة	59.5	17.85	714	الضبط الذاتي

تحليل نتائج الجدول رقم 06:

يتبين لنا من الجدول أعلاه و الذي يتضمن درجات السمات الانفعالية عند اناث السنة الثانية متوسط حيث جاءت سمة الاصرار في المرتبة الاولى بمجموع الدرجات قدر بـ 775 و متوسط حسابي قدر بـ 19.37 و نسبة مئوية وصلت الى 64.58% أي بدرجة متوسطة و يليه سمة الحساسية بمجموع الدرجات قدر بـ 770 و متوسط حسابي قدر بـ 19.25 و نسبة مئوية وصلت الى 64.16% أي بدرجة متوسطة ومن ثم تأتي سمة الرغبة بمجموع الدرجات قدر بـ 763 و متوسط حسابي قدر بـ 19.07 و نسبة مئوية وصلت الى

63.58% أي بدرجة متوسطة و بعدها تأتي سمة التحكم في التوتر بمجموع الدرجات قدر ب 759 و متوسط حسابي قدر ب 18.97 و نسبة مؤوية وصلت الى 63.25% أي بدرجة متوسطة

ثم تليهم سمة الضبط الذاتي بمجموع الدرجات قدر ب 714 و متوسط حسابي قدر ب 17.85 و نسبة مؤوية وصلت الى 59.5% أي بدرجة متوسطة ثم تأتي سمة الثقة بمجموع الدرجات قدر ب 713 و متوسط حسابي قدر ب 17.82 و نسبة مؤوية وصلت الى 59.41% أي بدرجة متوسطة وفي الأخير تأتي سمة المسؤولية بمجموع الدرجات قدر ب 703 و متوسط حسابي قدر ب 17.57 و نسبة مؤوية وصلت الى 58.58% أي بدرجة قليلة.

عموما كانت درجة الاستجابة لانات السنة الثانية متوسط متوسطة عند بعد الرغبة، الاصرار، الحساسية و التحكم في التوتر بينما عند بعد الثقة، المسؤولية و الضبط الذاتي فكانت قليلة جدا.

1-1-3- طبيعة السمات الانفعالية عند ذكور السنة الرابعة متوسط:

جدول رقم 07: درجات وترتيب السمات الانفعالية عند ذكور السنة الرابعة متوسط تبعا لمقياس

السمات الانفعالية

الترتيب	درجة الاستجابة	ن.م. %	س	مج	المتغيرات
1	درجة كبيرة	74	22.2	1332	الرغبة
2	درجة كبيرة	70.88	21.26	1276	الاصرار
7	درجة متوسطة	64.5	19.35	1161	الحساسية
4	درجة متوسطة	67.11	20.13	1208	التحكم في التوتر
3	درجة كبيرة	69.11	20.73	1244	الثقة
5	درجة متوسطة	65.9	19.78	1187	المسؤولية
6	درجة متوسطة	65.27	19.58	1175	الضبط الذاتي

تحليل نتائج الجدول رقم 07:

يتبين لنا من الجدول أعلاه و الذي يتضمن درجات السمات الانفعالية عند ذكور السنة الرابعة متوسط حيث جاءت سمة الرغبة في المرتبة الاولى بمجموع الدرجات قدر ب 1332 و متوسط حسابي قدر ب 22.2 و نسبة مئوية وصلت الى 74% أي بدرجة كبيرة و يليه سمة الاصرار بمجموع الدرجات قدر ب 1275 و متوسط حسابي قدر ب 21.26 و نسبة مئوية وصلت الى 70.88% أي بدرجة كبيرة ومن ثم تأتي الثقة بمجموع الدرجات قدر ب 1244 و متوسط حسابي قدر ب 20.73 و نسبة مئوية وصلت الى 69.11% بدرجة كبيرة و

بعدها تأتي سمة التحكم في التوتر بمجموع الدرجات قدر ب 1208 و متوسط حسابي قدر ب 20.13 و نسبة مؤوية وصلت الى 67.11% أي بدرجة متوسطة

ثم تليهم سمة المسؤولية بمجموع الدرجات قدر ب 1187 و متوسط حسابي قدر ب 19.78 و نسبة مؤوية وصلت الى 65.9% أي بدرجة متوسطة ثم تأتي سمة الضبط الذاتي بمجموع الدرجات قدر ب 1175 و متوسط حسابي قدر ب 19.58 و نسبة مؤوية وصلت الى 65.27% أي بدرجة متوسطة وفي الأخير تأتي سمة الحساسية بمجموع الدرجات قدر ب 1161 و متوسط حسابي قدر ب 19.35 و نسبة مؤوية وصلت الى 64.5% أي بدرجة متوسطة.

عموما كانت درجة الاستجابة لذكور السنة الرابعة متوسط كبيرة عند بعد الرغبة، الاصرار و الثقة و متوسطة عند بعد الحساسية، التحكم في التوتر، المسؤولية و الضبط الذاتي.

1-1-4- طبيعة السمات الانفعالية عند اناث السنة الرابعة متوسط:

جدول رقم 08: درجات وترتيب السمات الانفعالية عند اناث السنة الرابعة متوسط تبعا لمقياس السمات

الانفعالية

الترتيب	درجة الاستجابة	ن.م. %	س	مج	المتغيرات
2	درجة متوسطة	64.58	19.37	775	الرغبة
4	درجة متوسطة	63.91	19.17	767	الاصرار
5	درجة متوسطة	61.75	18.52	741	الحساسية
3	درجة متوسطة	64.41	19.32	773	التحكم في التوتر
1	درجة متوسطة	65.5	19.65	786	الثقة
6	درجة متوسطة	60.66	18.2	728	المسؤولية
7	درجة متوسطة	59.08	17.72	709	الضبط الذاتي

تحليل نتائج الجدول رقم 08:

يتبين لنا من الجدول أعلاه و الذي يتضمن درجات السمات الانفعالية عند السنة الرابعة متوسط حيث جاءت سمة الثقة في المرتبة الاولى بمجموع الدرجات قدر ب 786 و متوسط حسابي قدر ب 19.65 و نسبة مئوية وصلت الى 65.5% أي بدرجة متوسطة ويليه سمة الرغبة بمجموع الدرجات قدر ب 775 و متوسط حسابي قدر ب 19.37 و نسبة مئوية وصلت الى 64.58% أي بدرجة متوسطة ومن ثم تأتي سمة التحكم في التوتر بمجموع الدرجات قدر ب 773 و متوسط حسابي قدر ب 19.32 و نسبة مئوية وصلت الى

64.41% أي بدرجة متوسطة و بعدها تأتي سمة الاصرار بمجموع الدرجات قدر ب 767 و متوسط حسابي قدر ب 19.17 و نسبة مؤوية وصلت الى 63.91% أي بدرجة متوسطة ثم تليهم سمة الحساسية بمجموع الدرجات قدر ب 741 و متوسط حسابي قدر ب 18.52 و نسبة مؤوية وصلت الى 61.75% أي بدرجة متوسطة ثم تأتي سمة المسؤولية بمجموع الدرجات قدر ب 728 و متوسط حسابي قدر ب 18.2 و نسبة مؤوية وصلت الى 60.66% أي بدرجة متوسطة وفي الأخير تأتي سمة الضبط الذاتي بمجموع الدرجات قدر ب 709 و متوسط حسابي قدر ب 17.72 و نسبة مؤوية وصلت الى 59.08% أي بدرجة متوسطة. عموما كانت درجة الاستجابة لذكور السنة الثانية متوسط متوسطة عند جميع أبعاد السمات الانفعالية .

عموما كانت درجة الاستجابة لانات السنة الثانية متوسط متوسطة عند جميع أبعاد السمات الانفعالية .

1-2-الفروق في السمات الانفعالية:

1-2-1-مقارنة السمات الانفعالية بين ذكور السنة الثانية و الرابعة متوسط:

جدول رقم 09 : مقارنة السمات الانفعالية بين ذكور السنة الثانية متوسط و السنة الرابعة متوسط:

السمات	ن 2	ن 4	ذكور السنة الثانية			ذكور السنة الرابعة			ت.ج	ت.م	د.ح	الدالة
			مج د	المتوسط	ع	مج د	المتوسط	ع				
الرغبة	60	60	1225	20.41	2.76	1332	22.2	3.52	1.98	3.08	118	دال
الاصرار			1201	20.01	2.70	1276	21.26	2.51		2.62	118	دال
الحساسية			1175	19.58	2.59	1161	19.35	2.80		0.47	118	غير دال
التحكم في التوتر			1180	19.66	2.29	1208	20.13	2.65		1.02	118	غير دال
الثقة			1165	19.41	2.66	1244	20.73	3.31		2.39	118	دال
المسؤولية			1158	19.3	2.68	1187	19.78	2.60		1	118	غير دال
الضبط الذاتي			1155	19.25	2.62	1175	19.58	2.22		0.74	118	غير دال
هذا عند مستوى ثقة 95%												

تحليل نتائج الجدول رقم 09:

من خلال الجدول رقم 09 و المتضمن لمقارنة لأبعاد السمات الانفعالية بين ذكور السنة

الثانية متوسط و السنة الرابعة متوسط التي كانت على النحو التالي:

بداية بسمة الرغبة التي كان متوسطها الحسابي مقدار ب 22.2 عند ذكور السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند ذكور السنة الثانية الذي قدر ب 20.41 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت ت المحسوبة ب 3.08 و هي أكبر من ت الجدولية المقدرة ب 1.98 ما يبين وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 118 لصالح ذكور السنة الرابعة متوسط وهذا يبرز جليا فعالية الانشطة الرياضية الصفية في تنمية سمة الرغبة عند ذكور الطور المتوسط.

أما بخصوص سمة الاصرار فكان متوسطها الحسابي مقدار ب 21.26 عند ذكور السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند ذكور السنة الثانية الذي قدر ب 20.01 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت ت المحسوبة ب 2.62 و هي أكبر من ت الجدولية المقدرة ب 1.98 ما يبين وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 118 لصالح ذكور السنة الرابعة متوسط وهذا يبرز جليا فعالية الانشطة الرياضية الصفية في تنمية سمة الاصرار عند ذكور الطور المتوسط.

و فيما يخص سمة الحساسية فكان متوسطها الحسابي مقدار ب 19.58 عند ذكور السنة الثانية متوسط أكبر مما هو عليه عند ذكور السنة الرابعة الذي قدر ب 19.35 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت ت المحسوبة ب 0.47 و هي أصغر من ت الجدولية المقدرة ب 1.98 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 118.

أما سمة التحكم في التوتر فكان متوسطها الحسابي مقدر بـ 20.13 عند ذكور السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند ذكور السنة الثانية الذي قدر بـ 19.66 لكن و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت ت المحسوبة بـ 1.02 و هي أصغر من ت الجدولية المقدرة بـ 1.98 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 118.

و بخصوص سمة الثقة كان متوسطها الحسابي مقدر بـ 20.73 عند ذكور السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند ذكور السنة الثانية الذي قدر بـ 19.41 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت ت المحسوبة بـ 2.39 و هي أكبر من ت الجدولية المقدرة بـ 1.98 ما يبين وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 118 لصالح ذكور السنة الرابعة متوسط وهذا يبرز جلليا فعالية الانشطة الرياضية الصفية في تنمية سمة الثقة عند ذكور الطور المتوسط.

و سمة المسؤولية كان متوسطها الحسابي مقدر بـ 19.78 عند ذكور السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند ذكور السنة الثانية الذي قدر بـ 19.3 لكن و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت ت المحسوبة بـ 1 و هي أصغر من ت الجدولية المقدرة بـ 1.98 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 118.

و أخيرا لدينا سمة الضبط الذاتي حيث كان متوسطها الحسابي مقدر بـ 19.58 عند ذكور السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند ذكور السنة الثانية الذي قدر بـ 19.25 و مع

ذلك و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت ت المحسوبة ب 0.74 و هي أصغر من ت الجدولية المقدرة ب 1.98 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 118.

عموما ومن خلال النتائج أعلاه يتبين لنا وجود فروق ذات دلالة احصائية بين ذكور السنة الثانية متوسط و ذكور السنة الرابعة متوسط على مستوى سمة الرغبة،الاصرار و الثقة لصالح ذكور السنة الرابعة وهذا لما تملكه هذه السمات من أهمية بالغة كما يبين لنا جلها أهمية الانشطة الرياضية الصفية في تنمية الصفات المذكورة.

في حين تقاربت مستويات سمة الحساسية،التحكم في التوتر،المسؤولية و الضبط الذاتي بين و يرجح الطالبان الباحثان هذا التقارب الى عدم التركيز على تنمية هذه السمات أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.

الفصل الثاني: عرض و تحليل و مناقشة النتائج

1-2-2- مقارنة السمات الانفعالية بين اناث السنة الثانية و الرابعة متوسط:

جدول رقم 10 : الفروق في السمات الانفعالية بين اناث السنة الثانية متوسط و السنة الرابعة

متوسط:

السمات	ن 2	ن 4	اناث السنة الثانية			اناث السنة الرابعة			ت.ج	ت.م	د.ح	الدالة
			س	المتوسط	ع	س	المتوسط	ع				
الرغبة	40	40	763	19.07	3.33	775	19.37	3.05	1.99	0.41	78	غير دال
الاصرار			775	19.37	3.18	767	19.17	2.79		0.29	78	غير دال
الحساسية			770	19.25	3.43	741	18.52	2.03		1.14	78	غير دال
التحكم في التوتر			759	18.97	2.43	773	19.32	2.49		0.63	78	غير دال
الثقة			713	17.82	3.09	786	19.65	2.73		2.79	78	دال
المسؤولية			703	17.57	3.14	728	18.2	2.84		0.93	78	غير دال
الضبط الذاتي			714	17.85	3.06	709	17.72	2.17		0.21	78	غير دال
هذا عند مستوى ثقة 95%												

تحليل نتائج الجدول رقم 10:

من خلال الجدول رقم 10 و المتضمن لمقارنة لأبعاد السمات الانفعالية بين اناث السنة

الثانية متوسط و السنة الرابعة متوسط التي كانت على النحو التالي:

بداية بسمة الرغبة التي كان متوسطها الحسابي مقدار ب 19.37 عند اناث السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند اناث السنة الثانية الذي قدر ب 19.07 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت ت المحسوبة ب 0.41 و هي اقل من قيمة ت الجدولية المقدرة ب 1.99 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 78.

أما بخصوص سمة الاصرار فكان متوسطها الحسابي مقدار ب 19.37 عند اناث السنة الثانية متوسط أكبر مما هو عليه عند اناث السنة الرابعة الذي قدر ب 19.17 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت قيمة ت المحسوبة ب 0.29 و هي اقل من قيمة ت الجدولية المقدرة ب 1.99 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 78.

و فيما يخص سمة الحساسية فكان متوسطها الحسابي مقدار ب 19.25 عند اناث السنة الثانية متوسط أكبر مما هو عليه عند اناث السنة الرابعة الذي قدر ب 18.52 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت قيمة ت المحسوبة ب 1.14 و هي اقل من قيمة ت الجدولية المقدرة ب 1.99 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 78.

أما سمة التحكم في التوتر كان متوسطها الحسابي مقدار ب 19.32 عند اناث السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند اناث السنة الثانية الذي قدر ب 18.97 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت قيمة ت المحسوبة ب 0.41 و هي اقل من قيمة ت الجدولية المقدرة ب 1.99 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 78.

و بخصوص سمة الثقة كان متوسطها الحسابي مقدار ب 19.65 عند اناث السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند اناث السنة الثانية الذي قدر ب 17.82 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت قيمة ت المحسوبة ب 2.79 و هي اعلى من قيمة ت الجدولية المقدرة ب 1.99 ما يبين وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 78 لصالح اناث السنة الرابعة متوسط وهذا يبرز لنا فعالية الانشطة الرياضية الصفية في تنمية سمة الثقة عند اناث الطور المتوسط.

و سمة المسؤولية كان متوسطها الحسابي مقدار ب 18.2 عند اناث السنة الرابعة متوسط أكبر مما هو عليه عند اناث السنة الثانية الذي قدر ب 17.57 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت قيمة ت المحسوبة ب 0.93 و هي اقل من قيمة ت الجدولية المقدرة ب 1.99 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 78.

و أخيرا لدينا سمة الضبط الذاتي حيث كان متوسطها الحسابي مقدار ب 17.85 عند اناث السنة الثانية متوسط أكبر مما هو عليه عند اناث السنة الرابعة الذي قدر ب 17.72 و بدراستنا دلالة الفروق لهذه السمة قدرت قيمة ت المحسوبة ب 0.21 و هي اقل من قيمة ت الجدولية المقدرة ب 1.99 ما يبين عدم وجود دلالة احصائية عند درجة حرية 78.

عموما يوجد تقارب في جميع مستويات السمات الانفعالية بين اناث السنة الثانية متوسط و اناث السنة الرابعة متوسط باستثناء سمة الثقة ويرجح الطالبان الباحثان هذا التقارب إلى عزوف الاناث عن ممارسة الأنشطة الرياضية الصفية و قلة الممارسة و عدم الجدية.

و بخصوص وجود فروق ذات دلالة احصائية بين اناث السنة الثانية متوسط و اناث السنة الرابعة متوسط يعزي الطلبة الباحثان هذا إلى التركيز على هذه السمة و أهميتها البالغة.

2-مقابلة النتائج بالفرضيات:

2-1-مناقشة الفرضية الأولى:

تشير فرضيتنا الأولى الى أن الأنشطة الرياضية تفرز سمات انفعالية حسب مستويات تقدير متباينة.

وعلى ضوء النتائج المحصل عليها من خلال دراستنا فقد تحققت فرضيتنا بحيث أنه ثبت امتلاك تلاميذ السنة الثانية و السنة الرابعة متوسط لمختلف أبعاد السمات الانفعالية لكن تباينت درجات امتلاكهم للسمة فيما بينهم و ترتيبها عند كل فئة و هذا يتطابق مع دراسة (حرشاي يوسف) في العدد السادس من المجلة الدولية للعلوم النفسية و الرياضية سنة 2020 تحت عنوان دراسة مقارنة لمستوى السمات الانفعالية بين تلاميذ الريف و المدينة المتمدرسين في الطور الثانوي بمدينة بولاية مستغانم حيث اسفرت الدراسة على تباين في درجة امتلاك تلاميذ الريف و المدينة لأبعاد السمات الانفعالية وأيضا ترتيب أبعاد السمات.

2-2-مناقشة الفرضية الثانية:

تشير الفرضية الثانية على أنه يوجد تباين في طبيعة السمات الانفعالية المصاحبة للأنشطة الرياضية الصفية بين ذكور الثانية و الرابعة من التعليم المتوسط.

و من منطلق دراستنا لاختبار دلالة الفروق الاحصائية ت ستيودنت ومقارنته ب ت الجدولية فقد لمسنا وجود دلالة احصائية بين ذكور السنة الثانية متوسط و الرابعة متوسط في كل من بعد الرغبة ، الاصرار و الثقة لصالح ذكور السنة الرابعة متوسط الممارسين للأنشطة الرياضية الصفية.

ما يعزیه الباحثان الى أهمية هته السمات بالنسبة للتلاميذ و تركيز المربين على تنميتها. و هذا ما يتفق مع نتائج دراسة الطالبان (عیشور سهام و قفايفية الياس) التي كانت تحت عنوان "دور دروس التربية البدنية و الرياضية في ضبط السمات الانفعالية لدى تلاميذ الطور الثانوي".

أما في بعد الحساسية ، التحكم في التوتر ، المسؤولية و الضبط الذاتي فلم نلمس دلالة احصائية تميز ذكور السنة الرابعة عن الثانية ومن المرجح أن الامر راجع الى عدم التركيز على هذه السمات و عدم ادراك أهمية تنميّات و مردودها الايجابي على التلميذ.

2-3- مناقشة الفرضية الثالثة:

تشير الفرضية الثالثة الى أنه يوجد تباين في طبيعة السمات الانفعالية المصاحبة للأنشطة الرياضية الصفية بين اناث الثانية و الرابعة من التعليم المتوسط.

و من منطلق دراستنا لاختبار دلالة الفروق الاحصائية ت ستيودنت ومقارنته ب ت الجدولية فقد لمسنا عدم وجود دلالة احصائية بين اناث السنة الثانية و الرابعة من التعليم المتوسط في كل من الابعاد التالية: الرغبة ، الاصرار ، الحساسية ، التحكم في التوتر ، المسؤولية و

الضبط الذاتي. وهذا يختلف عن النتائج المتحصل عليها في دراسة (لمتيوي فاطمة الزهراء ايمان) تحت عنوان تأثير الانشطة الرياضية على السمات الانفعالية عند التلميذات المراهقات بالطور الثانوي من 15-18 سنة والتي كانت النتائج المحصل عليها تشير الى انه يوجد فروق ذات دلالة مابين التلميذات الممارسات للأنشطة البدنية و الرياضية و التلميذات غير الممارسات للأنشطة البدنية و الرياضية في جميع أبعاد السمات الانفعالية وهذا لصالح الممارسات و يعزي الطالبان الباحثان هذا الاختلاف في النتائج الى مدى ادراك أهمية الانشطة الرياضية و الجدية اثناء الممارسة الممارسة ما يؤثر على امتلاك السمات من عدمه.

أما من ناحية بعد الثقة في النفس فقد التمسنا وجود دلالة احصائية بين اناث السنة الثانية و اناث السنة الرابعة لصالح اناث السنة الرابعة الممارسين للأنشطة الرياضية الصفية و هذا ما يتفق مع دراسة لمتيوي فاطمة. و عزي الطالبان الباحثان امتلاك هذه السمة الى أهميتها الكبيرة بالنسبة للتلاميذ.

3-الاستنتاجات:

- امتلاك ذكور السنة الثانية متوسط متوسطة لجميع أبعاد السمات الانفعالية بدرجة متوسطة.
- امتلاك إناث السنة الثانية متوسط لسمة الرغبة،الاصرار،الحساسية و التحكم في التوتر بدرجة متوسطة.

-امتلاك إناث السنة الثانية متوسط لسمة الثقة،المسؤولية و الضبط الذاتي بدرجة قليلة.

-امتلاك ذكور السنة الرابعة متوسط لسمة الحساسية،التحكم في التوتر،المسؤولية و الضبط الذاتي بدرجة متوسطة.

-امتلاك ذكور السنة الرابعة متوسط لسمة الرغبة،الاصرار و الثقة بدرجة كبيرة.

-امتلاك اناث السنة الرابعة متوسط لجميع أبعاد السمات الانفعالية بدرجة متوسطة.

-وجود تباين في ترتيب السمات بين مختلف الفئات المدروسة وهذا حسب اهمية كل سمة.

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين ذكور السنة الثانية متوسط و ذكور السنة الرابعة متوسط على مستوى سمة الرغبة،الاصرار و الثقة وهذا لصالح ذكور السنة الرابعة متوسط ما يبرز لنا جليا أهمية الأنشطة الرياضية الصفية في تنمية السمات المذكورة.

-توجد فروق ذات دلالة احصائية بين اناث السنة الثانية متوسط و اناث السنة الرابعة متوسط على مستوى سمة الثقة و هذا لصالح اناث السنة الرابعة متوسط ما يبين لنا أهمية ممارسة الانشطة الرياضية الصفية في تنمية السمة المذكورة.

-تقارب مستويات سمة الحساسية،التحكم في التوتر،المسؤولية و الضبط الذاتي بين ذكور السنة الثانية متوسط و ذكور السنة الرابعة متوسط.

-تقارب في جميع مستويات السمات الانفعالية بين اناث السنة الثانية متوسط و اناث السنة الرابعة متوسط باستثناء سمة الثقة.

4-التوصيات:

- في ضوء النتائج التي توصلنا اليها من خلال دراستنا حول الانشطة الرياضية الصفية و انعكاساتها على السمات الانفعالية لتلاميذ الطور المتوسط نوفي ببعض الاقتراحات:
- ضرورة تركيز المربين على تنمية مختلف السمات الانفعالية الانفعالية خلال العملية التعليمية.
- وجوب الاهتمام بالانشطة الرياضية الصفية في مختلف المراحل المتوسطة لما لها من أهمية كبيرة في تنمية السمات الانفعالية لدى التلاميذ.
- تشجيع ممارسة الانشطة الرياضية الصفية خاصة عند الاناث.
- توضيح الفعالية و المساهمة الكبيرة للأنشطة الرياضية الصفية في تنمية السمات الانفعالية عند التلاميذ.
- العمل على زيادة الحجم الساعي لحصة التربية البدنية و الرياضية و استثمارها خير استثمار.
- ضرورة الالتزام بالجدية في ممارسة الأنشطة الرياضية الصفية لتحقيق النتائج المنشودة.

خلاصة عامة:

تتخر الانشطة الرياضية الصفية بأنواع متعددة من الخبرات الانفعالية التي تتميز بقوتها و التي تؤثر بشكل واضح على سلوك الفرد ما يبرز ضرورة اهتمام الانشطة الرياضية الصفية بتنمية الجوانب النفسية لدى التلاميذ و من بين هذه الجوانب النفسية هناك السمات الانفعالية التي تلعب دورا هاما بالغ الاثر في حياة الفرد.

و عليه فقد حاولنا جاهدين من خلال دراستنا هذه تسليط الضوء على الأنشطة الرياضية الصفية لإبراز مكانتها و دورها في تنمية السمات الانفعالية الايجابية عند تلاميذ الطور المتوسط و لهذا اخترنا أن تحمل دراستنا عنوان "الأنشطة الرياضية الصفية و انعكاساتها على السمات الانفعالية لتلاميذ الطور المتوسط بمدينة معسكر" .

و بعد جمع المادة العلمية الخاصة ببحثنا وزعنا على عينتنا مقياسا للسمات الانفعالية الذي اعدّه توماس تنكوا و قام بترجمته الى اللغة العربية كل من محمد حسن علاوي و محمد العربي شمعون و بعد جمعنا للنتائج قمنا بدراستنا الاحصائية حيث قمنا بتحليل و مناقشة التي النتائج اسفرت عن وجود فروق ذات دلالة احصائية على مستوى بعد الرغبة و الاصرار و الثقة في النفس بين ذكور السنة الثانية متوسط و ذكور السنة الرابعة متوسط لصالح ذكور السنة الرابعة متوسط الممارسين للأنشطة الرياضية الصفية على مدى أوسع أما بين اناث السنة الثانية و الرابعة متوسط فقد لسمنا وجود فروق ذات دلالة احصائية على مستوى بعد الرغبة فقط وكانت لصالح اناث السنة الرابعة متوسط الممارسات للأنشطة

الرياضية الصفية على مدى اوسع و هذا لما تملكة سمة الثقة في النفس من أهمية بالنسبة للتلاميذ.

لنتوصل في الاخير الى أن الأنشطة الرياضية الصفية لها دور في تنمية بعض السمات الانفعالية الاجابية عند تلاميذ الطور المتوسط.

وبعد ذلك حاول الطالبان الباحثان اعطاء بعض التوصيات و الاقتراحات انطلاقا من النتائج التمحصل عليها.

و في الأخير نأمل نكون قد وفقنا في الاحاطة بهذا الموضوع ولو بالشئ القليل و أن يكون في خدمة الباحثين لزيادة البحث و التعمق في هذا الموضوع الحساس.

قائمة المصادر و المراجع

- (1) إبراهيم مقتي. (1996). التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة الى المراهقة ط1. القاهرة : دار الفكر العربي .
- (2) أحمد خاطر. (1988). القياس في المجال الرياضي. بغداد: دار الفكر العربي.
- (3) احمد عزت راجح. (1965). علم النفس الصناعي. القاهرة: الدار القومية للطباعة و النشر.
- (4) أحمد عكاء الله، عبد اليمين بوداود. (2009). المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- (5) اسامة كمال راتب. (1997). علم نفس الرياضة المفاهيم و التطبيقات. القاهرة: دار الفكر العربي.
- (6) أمين أنور الخولي. (2001). أصول التربية البدنية و الرياضية المدخل التاريخ-الفلسفة ط3. القاهرة-مصر: دار البازوري العلمية.
- (7) أمين أنور الخولي. (1996). التربية البدنية و الرياضية . مصر: دار الفكر العربي.
- (8) براهمي يعقوب، خرشي مخلوف. (2016-2017). تنمية السمات الانفعالية وعلاقتها بالأداء الرياضي للاعبين كرة الطائرة. الجلفة: جامعة ريان عاشور.
- (9) بلقاسم سلاطنية، حسان الجيلاني. (القاهرة). مناهج البحث العلمي في علوم و تقنيات النشاط البدني الرياضي. 2012: دار الفجر للنشر والتوزيع.
- (10) بن حامد علي. (2019). دور الأنشطة الرياضية في تفعيل عملية التعلم الحركي دراسة ميدانية في بعض متوسطات ولاية المسيلة. المسيلة: جامعة محمد بوضياف -المسيلة.
- (11) بوزاه محمد لخضر. (2017). أهمية التربية البدنية والرياضية في تنمية التكيف. بسكرة: جامعة محمد خيضر-بسكرة.
- (12) تركي رابح. (1984). مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس. الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب.
- (13) حامد عبد السلام زهران. (1965). الطفولة و المراهقة ط1. عالم الكتب.
- (14) حرشاي يوسف. (2020). دراسة مقارنة لمستوى السمات الانفعالية بين تلاميذ الريف و المدينة المتمدرسين في الطور الثانوي بمدينة بولاية معسكر. حفر الباطن-المملكة العربية السعودية: المجلة الدولية للعلوم النفسية الرياضية.
- (15) ربوح صالح. (2008). الإتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي و علاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي. الجزائر العاصمة: معهد التربية البدنية و الرياضية سيدي عبدالله-زرادة.
- (16) رمزي رسمي جابر. (2011). السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين. غزة: مجلة جامعة الأزهر- غزة، سلسلة العلوم الإنسانية م13-ع2.
- (17) سعد جلال. (2001). القياس النفسي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- (18) سعد شاكر حمودي. (2009). مبادئ علم الاحصاء تطبيقاته. دار الثقافة للنشر و التوزيع.

قائمة المصادر و المراجع

- 19) سليمان الحوري. (2016). علم النفس الرياضي رؤية معاصرة. القاهرة: مركز الكتاب الحديث.
- 20) سي العربي أكلي، زقاي محمد. (2019). التربية البدنية والرياضية ودورها في تحقيق التربية العامة في ظل مناهج المقاربة بالكفاءات. البويرة: جامعة اكلي محند اولحاج البويرة.
- 21) شلولي ابوبكر. (2019). السلوك القيادي لمدر كرة القدم و علاقته بإدارة الاستجابة الانفعالية لدى اللاعب في حال خروجه أثناء المباراة. مستغانم: معهد التربية البدنية و الرياضية-مستغانم.
- 22) صبحي عبد الحفيظ قاضي. (1984). سيكولوجية العمل و العلاقات الادارية. مصر: مكتبة الانجلومصرية.
- 23) صلحاي حسناء. (2017). اتجاهات تلميذات المرحلة المتوسطة نحو حصة التربية البدنية بالناطق الريفية . بسكرة: جامعة محمد خيضر.
- 24) صلحاي حسناء. (2016). اتجاهات تلميذات المرحلة المتوسطة نحو حصة التربية. بسكرة: جامعة محمدم خيضر - بسكرة.
- 25) عادل عز الدين الأشلول. (1978). سيكولوجية الشخصية . مصر: المطبعة الفنية الحديثة.
- 26) عباس أحمد السمرائي، بسطويمي. (1984). طرق التدريس فس مجال التربية البدنية . بغداد.
- 27) عصام حسن الدليمي، علي عبد الرحيم صالح. (2014). البحث العلمي أسسه و مناهجه. عمان: دار الرضوان للنشر و التوزيع.
- 28) علاوي حسن محمد. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية ط1. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 29) غنيات محمد أحمد فرج. (1988). مناهج و طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 30) فوزي محمد جبل. (2000). الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية. الاسكندرية: المكتبة الجامعية.
- 31) قاسم حسن البدري. (1979). نظرية التربية البدنية-ط1. بغداد: مطبعة جامعة بغداد.
- 32) قفايفية الياس، عيشور سهام. (2019). دور دروس التربية البدنية و الرياضية في ضبط السمات الانفعالية لدى تلاميذ الطور الثانوي. مستغانم: مههد التربية البدنية و الرياضية-مستغانم.
- 33) كمال عبد الحميد. (1994). مقدمة التقييم في التربية البدنية . القاهرة.
- 34) لمتيوي فاطمة الزهراء ايمان. (2020). تأثير الأنشطة الرياضية على السمات الانفعالية عند التلميذات المراهقات بالطور الثانوي من 15-18. الشلف: مجلة الأكاديمية للدراسي الاجتماعية و الانسانية م12، ع02.
- 35) محمد الشحاة. (2007). التربية الرياضية. المنصورة: العلم و الإيمان للنشر و التوزيع.
- 36) محمد العربي شمعون. (1983). السمات الانفعالية و مستوى الأداء المهاري للناشئين. الرياض-المملكة العربية السعودية: الاتحاد العربي السعودي للجماز بحث منشور.
- 37) محمد حسن علاوي. (1983). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
- 38) محمد حسن علاوي. (1994). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار المعارف للنشر و التوزيع.
- 39) محمد عبد الرحيم عدس. (2000). تربية المراهقين ط1. الاردن: دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع.
- 40) محمود اسماعيل. (1996). مناهج البحث في اعلام الطفل. القاهرة: دار النشر للجامعات.

قائمة المصادر و المراجع

- (41) محمود عوض البيسوني و آخرون. (1992). *نظريات و طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية-ط2*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية.
- (42) محي محمد مسعد. (2002). *الطريقة العلمية لاعداد البحث العلمي*. الاسكندرية: مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية .
- (43) مروان عبد المجيد ابراهيم. (2000). *الاحصاء الوصفية الاستدلالي ط1*. دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع.
- (44) معاوية محمود أبو غزال. (2011). *النمو الانفعالي الاجتماعي من الرضاعة الى مرحلة المراهقة ط1*. الاردن: عالم الكتب الحديث.
- (45) معتوق، فريدك. (1998). *معجم العلوم الاجتماعية*. بيروت-لبنان: اكااديمية بيروت لبنان.
- (46) نزار مجيد طالب، محمد السمراي. (1980). *مبادئ الإحصاء و الإختبارات البدنية و الرياضية*. بغداد: دار الكتاب للطباعة و النشر.
- (47) هدى محمد تناوي. (1992). *سيكولوجيا المراهقة ط1*. مصر: مكتبة الانجلو المصرية.

قائمة الملاحق

المقياس:

مقياس موجه الى التلاميذ

يشرفنا أن نضع بين أيديكم هذا المقياس في اطار انجاز بحثنا لانجاح مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة شهادة ماستر تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي بعنوان "الانشطة الرياضية الصفية و انعكاساتها على السمات الانفعالية لتلاميذ الطور المتوسط بمدينة معسكر"

نرجو منكم ملئ الاستبيان بالاجابة على هذه الاسئلة بصدق لمساعدتنا على الوصول الى المعلومات الصحيحة بوضع العلامة (X) في الخانة المناسبة لتكونوا قد ساهمتم في اثراء هذا البحث العلمي ولكم فائق الاحترام و التقدير.

المستوى:

الجنس:

رقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	لا أعتبر لعبي ذا قيمة ما لم يقترب من أحسن مستوى					
2	يتملكني الخوف من المنافس العدواني					
3	المضايقات البسيطة يمكن أن تشتت تركيزي أثناء اللعب					
4	أستطيع الاحتفاظ بتفكيري هادئا أثناء اللعب					
5	أنا واثق كل الثقة في قدراتي على الأداء					
6	أعتذر عندما أخطى أو حينما أكون غير موفق في اللعب					
7	أفكر في كيفية اللعب					
8	أمارس اللعب أساسا بقصد الترويح					
9	أبدي رأيي بصراحة اذا كان لي بعض					

					الملاحظات على اللعب	
					تكون اعصابي قوية أثناء اللعب	10
					تكثر أخطائي أثناء اللعب	11
					أفتقر الى الثقة في أدائي أثناء اللعب	12
					لا أهتم بما أرتكبه من أخطاء	13
					لا أفكر في كيفية اللعب	14
					أريد أن أكون أحسن لاعب في الملعب	15
					أفضل الابتسام في مواجهة غضب المنافسين حرصا على عدم تماديهم في ذلك	16
					أناثر بآراء الآخرين في مستوى أدائي الرياضي	17
					أستطيع أن أحتفظ بهدوئي رغم مضايقة الآخرين لي	18
					أتوقع الفوز قبل اللعب	19
					أخطائي في اللعب تجعلني في حالة سيئة لعدة أيام	20
					في حصة التربية البدنية و الرياضية ألتزم بالانضباط سواء في التدريب أو اللعب	21
					أفضل اللعب مع اللاعبين الذين لا يجعلون من المباراة صراع	22
					أتحمل المسؤولية كاملة في اللعب	23
					يملكني الشعور بعدم المبالاة أثناء اللعب	24
					عصبيتي (نرفزتي) تؤثر على أدائي	25
					أخشى الهزيمة حتى قبل اللعب	26
					أفكر في الأخطاء التي قد يقع فيها المنافس	27

					أكثر من تفكيري في اللعب	
					28 أتعجل في الانتقال من طريقة الى أخرى لتحسين مستواي	
					29 لا أشعر بالميل للعب الا في حالة وجود التحدي	
					30 عندما يظهر الغضب على المنافسين أحاول تجاهلها خشية زيادة غضبهم	
					31 أي تعليق جرح يمكن أن يؤثر على ادائي أثناء اللعب	
					32 أستمتع بوقت اللعب لأنني أحسن التصرف فيه	
					33 أميل الى تحدي المنافسين الأقوياء	
					34 أشعر بضيق عند الفشل أكثر من شعوري بالفرح عند النجاح	
					35 احاول البحث عن طرق متعددة لكي اكون اكثر كفاءة في لعبي	
					36 اسمتع باللعب على الرغم من ارتكابي العديد من الاخطاء	
					37 اتصف بالاصرار في اللعب	
					38 اثناء اللعب احاول عزل تفكيري كلية عن ما يدور حولي	
					39 اخشى الوقوع في المواقف الحرجة	
					40 يضايقتني ان المنافس سوف يهزمني	
					41 احاول ان اتجنب التفكير فيما وقعت فيه من اخطاء	
					42 لا اعرف ما ينبغي عمله حتى يبدأ اللعب	

وثائق تسهيل المهمة و تعداد المؤسسات:

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

معسكر في: 2021/04/29

مديرية التربية لولاية معسكر
مصلحة التكوين و التفتيش
مكتب التكوين
الرقم: 1304/م.ت.ت/2021

مدير التربية
إلى

السيدات و السادة مديري المتوسطات :
مرغاش عبد المجيد - حبوس النبية - سلطاني الطيب -
الحاج بن حواء - غلال زين العابدين
ماحي محمد - قاضي مراحي - معسكر

الموضوع: تسهيل مهمة

المرجع: مراسلة السيد رئيس قسم التربية البدنية - جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم -
تحت الرقم : 199/2021 بتاريخ: 2021/04/27

تبعاً للمراسلة المذكورة في المرجع أعلاه، يشرفني أن أطلب منكم تسهيل مهمة

المتربص(ة): حسام الدين شرف
المولود(ة): بتاريخ: 1997/09/17 بغريس

المتربص(ة): بن عبد الله زرقوق
المولود(ة): بتاريخ: 1997/04/03 بتغنيف

لإجراء دراسة ميدانية بالمؤسسة التي تشرهون عليها من أجل تحضير مذكرة التخرج لنيل
شهادة ماستر.

مدة التربص شهر ابتداء من 2021/05/02.

ع/ مدير التربية

رئيس مصلحة التكوين و التفتيش





معهد التربية البدنية والرياضية
قسم التربية البدنية والرياضية
الرقم: (٢٠٢١) / ق ت ب ر / ٢٠٢١

تفسيريل مهمه

إلى السيد مدير.....القرية لولاية معسكر

في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر نرجو عن سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة
الطالب(ة) : المزداد في :
الطالب(ة) : المزداد في :
لغرض :

المسجل (ان) في السنة الثانية ماستر نشاط بدني رياضي (مدرسي / تروحي) للسنة الجامعية

2021/2020



مجلس التعليم العالي
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

University Abdelhamid Ibn Badis - Mostaganem -
PO.Box 188 Mostaganem 27000 Algérie Tel : + 213 (0) 45 42 11 28 Fax : + 213 (0) 45 42 11 28
WebSite : <http://www.univ-mosta.dz> Email : departement@univ-mosta.dz

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

السنة الدراسية : 2018-2019

مديرية التربية بولاية مسكـر
مصلحة التمرين والامتحانات
مكتب التقويم الأكاديمي والمتوسط
المتوسطة :

م. صرغاسي عبد الحميد

حالة حضور التلاميذ لشهر: فيفري 2019 حسب الرقمنة

الاسم	الداخليون			النصف الداخليون			الخارجيون			المجموع العام		
	مجموع	ذكور	إناث	مجموع	ذكور	إناث	مجموع	ذكور	إناث	مجموع	ذكور	إناث
الاولى متوسط 1	34	14	20	34	14	20	34	14	20	34	14	20
الاولى متوسط 2	28	14	14	28	14	14	28	14	14	28	14	14
الاولى متوسط 3	29	14	15	29	14	15	29	14	15	29	14	15
الاولى متوسط 4	28	13	15	28	13	15	28	13	15	28	13	15
الاولى متوسط 5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
الاولى متوسط	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
المجموع	120	53	67	120	53	67	120	53	67	120	53	67
الثانية متوسط 1	24	10	14	24	10	14	24	10	14	24	10	14
الثانية متوسط 2	24	11	13	24	11	13	24	11	13	24	11	13
الثانية متوسط 3	26	11	15	26	11	15	26	11	15	26	11	15
الثانية متوسط 4	22	12	10	22	12	10	22	12	10	22	12	10
الثانية متوسط 5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
الثانية متوسط	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
المجموع	98	48	50	98	48	50	98	48	50	98	48	50
الثالثة متوسط 1	31	10	21	31	10	21	31	10	21	31	10	21
الثالثة متوسط 2	29	12	17	29	12	17	29	12	17	29	12	17
الثالثة متوسط 3	29	14	15	29	14	15	29	14	15	29	14	15
الثالثة متوسط 4	26	14	12	26	14	12	26	14	12	26	14	12
الثالثة متوسط 5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
الثالثة متوسط	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
المجموع	115	50	65	115	50	65	115	50	65	115	50	65
الرابعة متوسط 1	23	11	12	23	11	12	23	11	12	23	11	12
الرابعة متوسط 2	22	10	12	22	10	12	22	10	12	22	10	12
الرابعة متوسط 3	23	16	7	23	16	7	23	16	7	23	16	7
الرابعة متوسط 4	24	13	11	24	13	11	24	13	11	24	13	11
الرابعة متوسط 5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
الرابعة متوسط	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
المجموع	92	50	42	92	50	42	92	50	42	92	50	42
المجموع	425	201	224	425	201	224	425	201	224	425	201	224
المجموع العام	425	201	224	425	201	224	425	201	224	425	201	224

الإقسام	الداخلون			النصف الداخلون			الخارجون			المجموع العام		
	مجموع	اناث	ذكور	مجموع	اناث	ذكور	مجموع	اناث	ذكور	مجموع	اناث	ذكور
الأولى متوسط 1	0	0	0	0	0	0	39	14	25	39	14	25
الأولى متوسط 2	0	0	0	0	0	0	39	16	23	39	16	23
الأولى متوسط 3	0	0	0	0	0	0	38	17	21	38	17	21
الأولى متوسط 4	0	0	0	0	0	0	39	14	25	39	14	25
الأولى متوسط	0	0	0	0	0	0	155	61	94	155	61	94
الثانية متوسط 1	0	0	0	0	0	0	37	16	21	37	16	21
الثانية متوسط 2	0	0	0	0	0	0	39	20	19	39	20	19
الثانية متوسط 3	0	0	0	0	0	0	37	21	16	37	21	16
الثانية متوسط 4	0	0	0	0	0	0	36	20	16	36	20	16
الثانية متوسط	0	0	0	0	0	0	149	77	72	149	77	72
الثالثة متوسط 1	0	0	0	0	0	0	34	16	18	34	16	18
الثالثة متوسط 2	0	0	0	0	0	0	34	15	19	34	15	19
الثالثة متوسط 3	0	0	0	0	0	0	32	17	15	32	17	15
الثالثة متوسط	0	0	0	0	0	0	100	48	52	100	48	52
الرابعة متوسط 1	0	0	0	0	0	0	47	25	22	47	25	22
الرابعة متوسط 2	0	0	0	0	0	0	46	24	22	46	24	22
الرابعة متوسط 3	0	0	0	0	0	0	46	25	21	46	25	21
الرابعة متوسط	0	0	0	0	0	0	139	74	65	139	74	65
المجموع العام	0	0	0	0	0	0	543	260	283	543	260	283

متوسطة الميالح بـ حواء بـ حواء (معكرا

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية معسكر
متوسطة غلال زين العابدين

الخميس 20 05 2021

التقرير اليومي لمستشار التربية

التلاميذ المسجلون										التلاميذ الغائبون										
نظام			نصف داخلي			خارجي			المجموع			نصف داخلي			خارجي			المجموع		
جنس	ذ	ا	مج	ذ	ا	مج	ذ	ا	مج	ذ	ا	مج	ذ	ا	مج	ذ	ا	مج		
م4	82	84	166																	
م3	79	87	166																	
م2	107	85	192																	
م1	97	96	193																	
مج	365	353	717																	

النتائج الخام:

ذكور السنة الثانية متوسط							
	الضبط الذاتي	المسؤولية	الثقة	التحكم	الحساسية	الاصرار	الرغبة
تلميذ 01	22	18	17	22	17	21	20
تلميذ 02	19	20	20	20	20	20	17
تلميذ 03	16	22	22	19	22	20	19
تلميذ 04	22	19	17	18	19	25	22
تلميذ 05	17	16	23	20	23	21	23
تلميذ 06	16	20	15	17	24	22	21
تلميذ 07	22	23	20	15	18	19	18
تلميذ 08	20	24	21	20	15	20	22
تلميذ 09	11	16	13	16	18	22	24
تلميذ 10	19	19	22	20	20	21	20
تلميذ 11	20	21	21	21	21	19	15
تلميذ 12	14	23	19	17	17	19	22
تلميذ 13	21	17	15	20	15	16	19
تلميذ 14	23	17	22	19	19	17	15
تلميذ 15	19	20	25	18	20	19	20
تلميذ 16	22	22	17	19	21	22	23
تلميذ 17	18	18	20	22	22	24	27
تلميذ 18	22	24	17	18	20	24	22
تلميذ 19	17	19	20	14	15	20	18
تلميذ 20	22	14	18	20	20	22	20
تلميذ 21	19	20	16	21	23	20	23
تلميذ 22	20	16	19	19	14	19	17
تلميذ 23	23	21	22	20	19	18	23

تلميذ 24	22	19	17	19	17	22	17
تلميذ 25	19	17	20	22	24	20	19
تلميذ 26	23	20	19	25	21	18	24
تلميذ 27	17	22	16	22	16	16	19
تلميذ 28	20	23	25	24	22	20	18
تلميذ 29	16	21	17	19	17	17	14
تلميذ 30	23	19	23	19	20	21	17
تلميذ 31	20	17	22	22	23	18	20
تلميذ 32	18	18	20	21	19	23	20
تلميذ 33	21	17	22	19	16	17	18
تلميذ 34	25	21	18	25	21	22	17
تلميذ 35	21	23	21	18	18	20	23
تلميذ 36	18	20	21	20	19	14	20
تلميذ 37	24	19	19	23	20	21	20
تلميذ 38	17	22	21	18	18	22	21
تلميذ 39	20	21	22	21	23	17	17
تلميذ 40	22	25	20	19	20	19	22
تلميذ 41	17	18	19	20	22	21	20
تلميذ 42	23	20	24	22	25	22	19
تلميذ 43	27	25	20	19	22	18	20
تلميذ 44	22	21	22	18	18	15	18
تلميذ 45	20	18	19	21	20	24	17
تلميذ 46	21	22	17	17	16	20	21
تلميذ 47	18	15	21	20	20	22	18
تلميذ 48	20	21	17	23	15	13	18
تلميذ 49	19	14	19	17	19	20	18
تلميذ 50	21	16	24	19	17	18	22
تلميذ 51	20	18	21	20	21	21	25
تلميذ 52	17	13	18	24	22	16	17

الملاحق

تلميذ 53	25	19	20	21	20	19	20
تلميذ 54	15	18	19	17	19	16	18
تلميذ 55	23	25	16	17	16	20	21
تلميذ 56	20	23	20	21	20	15	18
تلميذ 57	19	20	14	16	17	21	16
تلميذ 58	22	20	23	18	20	22	22
تلميذ 59	21	24	17	20	18	19	16
تلميذ 60	19	17	20	19	23	20	21

اناث السنة الثانية متوسط							
	الضبط الذاتي	المسؤولية	الثقة	التحكم	الحساسية	الاصرار	الرغبة
تلميذ 01	20	14	19	16	22	15	21
تلميذ 02	15	17	16	21	17	14	17
تلميذ 03	17	20	19	18	17	18	23
تلميذ 04	22	19	19	20	18	22	17
تلميذ 05	12	17	20	15	22	23	20
تلميذ 06	21	15	15	22	24	18	15
تلميذ 07	16	13	9	17	15	17	13
تلميذ 08	18	20	21	18	18	26	22
تلميذ 09	21	16	21	23	20	19	20
تلميذ 10	16	22	19	18	25	22	18
تلميذ 11	15	16	16	19	22	15	16
تلميذ 12	18	20	17	22	15	18	20
تلميذ 13	20	13	14	21	18	17	17
تلميذ 14	16	16	19	19	14	19	18
تلميذ 15	23	20	23	20	21	21	23
تلميذ 16	13	20	17	21	19	18	25

تلميذ 17	16	15	20	21	21	18	21
تلميذ 18	19	17	18	13	12	25	17
تلميذ 19	26	19	19	22	21	22	16
تلميذ 20	22	26	23	21	17	16	20
تلميذ 21	19	18	23	14	19	14	12
تلميذ 22	18	21	18	17	16	23	16
تلميذ 23	22	23	25	20	24	17	20
تلميذ 24	23	19	24	20	21	18	17
تلميذ 25	16	17	14	16	16	11	16
تلميذ 26	21	20	18	22	15	16	18
تلميذ 27	23	20	26	19	20	20	15
تلميذ 28	18	20	24	18	15	16	20
تلميذ 29	22	22	17	19	17	17	18
تلميذ 30	22	17	17	20	18	20	16
تلميذ 31	16	19	15	16	11	16	20
تلميذ 32	15	16	16	20	19	12	23
تلميذ 33	20	18	20	20	16	19	21
تلميذ 34	14	20	23	21	19	20	16
تلميذ 35	16	23	19	20	22	17	12
تلميذ 36	11	15	16	19	17	15	20
تلميذ 37	18	26	19	16	18	23	18
تلميذ 38	19	24	20	22	19	17	23
تلميذ 39	20	22	16	16	17	18	15
تلميذ 40	22	16	13	17	19	15	21

ذكور السنة الرابعة متوسط							
	الضبط الذاتي	المسؤولية	الثقة	التحكم	الحسسية	الاصرار	الرغبة
01 تلميذ	18	19	25	20	15	17	22
02 تلميذ	22	20	28	22	19	23	27
03 تلميذ	20	26	20	16	20	25	25
04 تلميذ	22	19	21	20	17	25	22
05 تلميذ	19	21	18	15	23	20	22
06 تلميذ	17	20	22	18	19	20	25
07 تلميذ	19	14	20	19	18	22	24
08 تلميذ	17	20	27	21	17	20	28
09 تلميذ	21	19	19	23	22	21	25
10 تلميذ	23	22	24	19	18	22	25
11 تلميذ	17	20	22	19	16	18	28
12 تلميذ	23	20	22	20	26	22	21
13 تلميذ	20	24	22	19	14	20	18
14 تلميذ	19	20	24	16	18	22	28
15 تلميذ	19	22	25	19	13	20	18
16 تلميذ	22	19	24	22	24	23	21
17 تلميذ	20	20	17	15	19	16	17
18 تلميذ	23	19	15	20	19	22	25
19 تلميذ	19	18	22	19	23	20	23
20 تلميذ	19	24	20	23	22	20	16
21 تلميذ	22	19	18	22	15	23	26
22 تلميذ	20	16	23	25	17	22	20
23 تلميذ	24	24	23	20	19	19	23
24 تلميذ	20	16	17	19	20	17	15
25 تلميذ	23	22	26	23	19	24	26
26 تلميذ	19	20	24	18	17	22	26

تلميذ 27	22	26	17	22	19	18	22
تلميذ 28	20	19	21	26	24	25	19
تلميذ 29	22	24	20	18	25	22	18
تلميذ 30	26	22	23	20	19	19	20
تلميذ 31	25	24	17	21	20	18	20
تلميذ 32	14	17	22	19	22	15	19
تلميذ 33	24	24	22	18	21	19	20
تلميذ 34	25	22	20	19	20	18	21
تلميذ 35	22	23	21	22	20	19	22
تلميذ 36	23	22	19	20	23	15	19
تلميذ 37	25	23	19	26	20	22	18
تلميذ 38	25	22	17	19	16	18	20
تلميذ 39	20	22	21	19	15	17	19
تلميذ 40	22	20	13	17	20	16	20
تلميذ 41	15	19	22	20	17	18	15
تلميذ 42	19	18	18	19	23	22	19
تلميذ 43	23	23	20	18	18	20	19
تلميذ 44	22	19	19	21	18	22	22
تلميذ 45	24	22	18	26	26	21	21
تلميذ 46	25	20	23	23	22	15	17
تلميذ 47	20	24	22	19	24	19	16
تلميذ 48	21	25	20	17	19	18	14
تلميذ 49	26	19	16	19	16	19	19
تلميذ 50	24	18	22	22	12	21	18
تلميذ 51	20	21	17	16	22	22	16
تلميذ 52	23	23	21	26	19	23	23
تلميذ 53	18	24	21	21	22	20	20
تلميذ 54	16	19	19	23	18	24	18
تلميذ 55	23	21	23	20	21	18	17

الملاحق

تلميذ 56	26	22	16	18	16	23	18
تلميذ 57	18	26	22	17	23	22	23
تلميذ 58	20	24	24	23	21	17	15
تلميذ 59	16	19	19	22	20	20	21
تلميذ 60	22	15	18	20	15	19	20

اناث السنة الرابعة متوسط							
	الرضا	الاصرار	الحساسية	التحكم	الثقة	المسؤولية	الضبط الذاتي
تلميذ 01	16	19	19	19	22	20	19
تلميذ 02	22	16	17	16	19	17	20
تلميذ 03	17	22	16	18	16	20	17
تلميذ 04	20	21	21	20	22	19	18
تلميذ 05	14	15	18	22	21	17	19
تلميذ 06	13	19	17	21	18	21	20
تلميذ 07	19	12	15	19	16	16	16
تلميذ 08	22	22	20	16	18	18	14
تلميذ 09	24	20	19	19	14	20	18
تلميذ 10	16	19	17	14	19	15	17
تلميذ 11	19	20	23	22	21	20	22
تلميذ 12	18	14	17	21	22	17	18
تلميذ 13	20	21	22	17	23	23	20
تلميذ 14	20	22	16	19	24	17	15
تلميذ 15	15	16	20	22	18	15	21
تلميذ 16	24	19	19	18	16	20	18
تلميذ 17	17	22	21	19	21	17	14
تلميذ 18	20	20	17	22	16	18	15
تلميذ 19	18	18	20	19	25	20	20

تلميذ 20	19	20	16	16	17	19	19
تلميذ 21	22	23	20	22	15	21	22
تلميذ 22	25	20	16	18	23	17	19
تلميذ 23	21	18	17	20	22	14	15
تلميذ 24	20	14	21	16	16	21	17
تلميذ 25	22	18	19	22	22	19	21
تلميذ 26	15	17	19	23	16	18	18
تلميذ 27	21	24	22	19	22	17	15
تلميذ 28	18	20	16	22	21	15	14
تلميذ 29	17	15	17	17	20	16	19
تلميذ 30	23	22	19	15	22	22	17
تلميذ 31	22	23	20	23	19	21	18
تلميذ 32	18	18	18	18	18	18	18
تلميذ 33	16	20	15	20	22	20	16
تلميذ 34	15	17	20	18	21	17	17
تلميذ 35	22	20	20	21	19	19	18
تلميذ 36	25	22	19	17	18	12	16
تلميذ 37	20	19	18	22	21	22	17
تلميذ 38	18	18	20	16	22	9	15
تلميذ 39	22	23	19	22	18	22	20
تلميذ 40	20	19	16	23	21	19	17

