

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة أمحمد بوقرة بومرداس

كلية العلوم



قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة التخرج لنيل شهادة ماستر

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

العنوان:

إتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو
ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل

تحت إشراف الأستاذ :

د. داسة بدرالدين

بإعداد الطلبة:

- حوالي رمضان

- بن حبوش هلال

السنة الجامعية: 2021/2020

إهداء

الى أمي وأبي

الى أختي وأخي

الى جميع أفراد أسرتي

شكر وتقدير

الشكر موصول خاصة الى:

الأستاذ داسة بدر الدين

الذي كان لتوجيهاته ونصائحه، لملاحظته، لتوصياته وحرصه الشديد على اتقان العمل ودعمه، القيمة

الكبرى في انجاز واثراء البحث، وفي تعميق الخبرة والتجربة في ميدان البحث العلمي،

كذلك يسرني ان أتقدم بالشكر والامتنان الى أعضاء لجنة المناقشة لتفضلهم بالاطلاع على هذه الرسالة

وتقييمهم، وابداء توجيهاتهم لهذه الدراسة.

كما لا تفوتني في هذا المقام أن أتقدم بأسمى عبارات الشكر والتقدير الى كل من ساعدني في انجاز هذا

العمل.

الفهارس

العنوان

الإهداء

كلمة الشكر

ملخص الدراسة

مقدمة أ-ب

الجانب التمهيدي

الإطار العام للدراسة

- 1- إشكالية الدراسة..... ج
- 2- فرضيات الدراسة د
- 3- أسباب اختيار الموضوع هـ
- 4- أهداف الدراسة..... و
- 5- أهمية الدراسة..... ي
- 6- تحديد مفاهيم الدراسة..... ز
- 7- الدراسات السابقة والمشابهة..... ر

الجانب النظري

الفصل الأول: الاتجاهات النفسية والاجتماعية

- 1-تمهيد.....15
- 2-مفهوم الاتجاهات.....16
- 3-خصائص الاتجاهات.....17
- 4-مكونات الاتجاهات18
- 5-وظائف الاتجاهات20
- 6-النظريات المفسرة لاتجاهات.....22
- 7-أنواع الاتجاهات24
- 8-نمو الاتجاهات25
- 9-أساليب قياس الاتجاهات26
- 31..... خلاصة الفصل

الفصل الثاني أستاذ التربية البدنية والرياضية

- 1- تمهيد.....33
- 2- مفهوم التربية العامة.....34
- 3- مفهوم التربية البدنية والرياضية.....35
- 4- مفهوم التربية البدنية.....36
- 5- مفهوم التربية الرياضية.....37
- 6- أهمية التربية البدنية والرياضية.....37
- 7- تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية.....38
- 8- صفات وخصائص أستاذ التربية البدنية والرياضية.....38
- 9- شخصية الأستاذ.....41
- 10- صفات الأستاذ الناجح.....43
- 11- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية.....45
- خلاصة الفصل.....47

الفصل الثالث النشاط البدني الرياضي

- 1-تمهيد.....49
- 2-تعريف النشاط.....50
- 3-تعريف النشاط البدني.....50
- 4-تعريف النشاط البدني الرياضي.....50
- 5-أوجه النشاط البدني الرياضي.....52
- 6-تقييم ليوناردو للنشاط الرياضي.....54
- 7-أنواع النشاط البدني الرياضي.....55
- 8-أهداف النشاط البدني الرياضي.....62
- 9-خصائص النشاط والبدني الرياضي.....64
- 10-أهمية النشاط البدني الرياضي.....65
- 11-وظائف النشاط الرياضي البدني.....66
- خلاصة الفصل.....70

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للبحث

- 1-تمهيد.....73
- 2-التذكير بالفرضيات74
- 3-الدراسة الاستطلاعية.....74
- 4-المنهج المتبع.....76
- 5-الدراسة الأساسية.....77
- 6-أدوات الدراسة.....83
- 7-مجالات البحث.....87
- 8-ضبط متغيرات البحث.....88
- 9-الأساليب الإحصائية المستعملة.....89
- 10-الوسائل الإحصائية.....90
- 11-خلاصة الفصل.....91

الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الفرضيات

- 1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة.....93
- 2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى.....94
- 3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية.....95
- 4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.....97
- 5- تفسير ومناقشة النتائج الفرضيات99
- 6- مناقشة نتائج الفرضية العامة.....100
- 7- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى.....100
- 8- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية.....101
- 9- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.....102
- 10- الاستنتاج العام.....103
- خاتمة.....104
- التوصيات والاقتراحات.....105
- قائمة المراجع
- الملاحق.....

فهرس الجداول والاشكال:

قائمة الجداول:

رقم الجدول	عنوان الجدول
01	يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس.
02	يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير المؤهل العلمي.
03	يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الغبرة المهنية.
04	العبارات الموجبة والسالبة لأبعاد المقياس.
05	يبين طبيعة اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.
06	يمثل طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.
07	يمثل طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وفقا لمتغير الجنس.
08	يمثل طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وفقا لمتغير المؤهل العلمي.
09	يمثل طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وفقا لمتغير الخبرة المهنية.

قائمة الاشكال:

رقم الشكل	عنوان الشكل
01	مقياس المسافات المتساوية البعد.
02	ميزان التقدير البياني.
03	دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة وفق متغير الجنس.
04	دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة وفقا لمتغير المؤهل العلمي.
05	دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة وفقا لمتغير الخبرة المهنية.
06	عمود بياني يمثل اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي لممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.
07	عمود بياني يمثل مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغير الجنس.
08	عمود بياني يمثل مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغير المؤهل العلمي.
09	عمود بياني يمثل مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية وفقا لمتغير الخبرة المهنية.

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الى التعرف على اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل في ظل متغير الجنس، والمؤهل العلمي، والخبرة المهنية، ومن أجل ذلك تم الاعتماد على المنهج الوصفي لعينة مكونة من 60 أستاذ للتربية البدنية والرياضية للطور الثانوي، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، وقام البحث باستخدام مقياس الاتجاه نحو النشاط البدني الرياضي "جيرالد كينيون" الذي يتكون من 54 عبارة موزعة على ستة أبعاد، وقد تم التوصل الى النتائج التالية:

- مستوى الأساتذة في مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل معتدل.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفق لمتغير الجنس.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفق متغير المؤهل العلمي.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفق متغير الخبرة المهنية.
- الكلمات المفتاحية:** الاتجاهات، أساتذة التربية البدنية والرياضية، النشاط البدني الرياضي.

مقدمة:

ان موضوع الاتجاهات الذي اعتبره العلماء في الدراسات السلوكية والنفسية من اهم مواضيع علم النفس الاجتماعي بل لقد ذهب البعض الى اعتباره أنه الميدان الوحيد لذلك العلم ويستند أصحاب هذه الآراء الى جميع الظواهر النفسية الاجتماعية، بسيطة كانت أو مركبة خاصة أو عامة تخضع في أساسها الى محددة السلوك الإنساني الذ يوجهه ويسيطر عليه تركيب خاص يسمى الاتجاه، بالإضافة الى أن القيم والاهتمامات تؤثر بشكل واضح وفعال على هذا السلوك.

وقد برزت دراسة الاتجاهات منذ أواخر القرن العشرين حيث لاقت اهتماما متنامي من معظم الباحثين في علم النفس وعلم الاجتماع والتربية بصفة خاصة، حيث تلعب الاتجاهات النفسية للأفراد دورا في تفسير سلوكهم الحالي، والتنبؤ بسلوكهم المستقبلي تجاه الاحداث والموضوعات والظواهر، فسلوك الفرد ليس وليد الصدفة بل انعكاس لاتجاهاته النفسية التي يكتسبها من وسائط الاتصال الاجتماعي كالأسرة والمدرسة والمجتمع.¹

ومن الأشياء التي تتميز بها الشعوب الحديثة هو تقدير الرياضة وإعطائها مكانة راقية وذلك من أجل النهوض وتطوير الحالة النفسية والحركية والاجتماعية للمجتمع بحيث ينمو الفرد في مجتمع سليم. اذ يعتبر النشاط البدني الرياضي من العوامل الأساسية التي تساعد على تنمية القدرات المختلفة اذ تؤدي لتنمية شخصية الفرد، فالنشاط الرياضي له دور فعال في تربية الفرد ورعايته جسدا وروحا، تطبيقا للمبدأ القائل (العقل السليم في الجسم السليم) ويعمل على بناء المجتمع وذلك بالاعتناء بصحة الفرد وكيانه واكسابه مهارة حركية ولياقة بدنية.

مجلة علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف وهران، العدد السابع، ديسمبر، 2019.¹

ولقد حظي النشاط الرياضي باهتمام من قبل مختلف العلوم ولعل أبرزها علم الاجتماع ومن بين المواضيع التي يهتم بها هذا الأخير موضوع الاتجاهات التي لها تأثير كبير على ممارسة النشاط الرياضي ومن أهم الفئات التي جلبت اهتمامنا فئة أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نظرا لما عليها من الضغط في العمل والظروف الاجتماعية السائدة والراهنة في هذا الوقت.

فدراسة الاتجاهات تجري في مجالات الحياة المختلفة بشكل عام وفي المجالات التربوية بشكل خاص، ولذا رأينا أنه من الضروري في ميدان تخصص التربية وعلم الحركة القيام بقياس اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، وكعنوان لهذه الدراسة:

اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.

الجانبة التمهيدية

1- إشكالية الدراسة:

التربية البدنية والرياضية ميدان من ميادين التي يظهر فيها التأثير على شخصية الفرد إذ أنها تمثل نظاما تفاعليا واجتماعيا، وفي الربع الأخير من القرن العشرين عرفت تطورا عظيما شملت مختلف مجالات الحياة بما فيها النشاط الرياضي باعتباره أحد المجالات الهامة في ميدان التربية ونضرا لما يلعبه من دور فعال في اعداد المواطن الصالح القادر على التكيف مع مجتمعه، ومواكبة العصر في تطوره اذ ازدهاره.

فالتربية البدنية تعمل على تطوير ورفع مستوى اللياقة البدنية، تحسين القدرات النفسية، والفكرية وتحصيل المعارف تحديد الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، لم تعد اليه على انه وسيلة للهو والترفيه، بل أصبح أحد ضروريات التطور الحركي والوظيفي ان تقلص احتمالات الإصابة بأمراض عدة: (أمراض القلب، الداء السكري، السمنة وغيرها...)

تلعب الاتجاهات دورا أساسيا في تنشيط الفرد نحو ممارسته للنشاط البدني الرياضي وتدفعه الى الاستمرار في ممارسة الرياضة فالإتجاه هو حالة من الاستعداد والتهيؤ النفسي الذي

يجعل الفرد يستجيب نحو موقف او شيء ما بطريقة معينة بين القبول المطلق والرفض المطلق، أما الإتجاه نحو النشاط البدني الرياضي فهو المفهوم الذي يعبر عن محطة استجابات الفرد نحو معارف وخبرات مرتبطة بالنشاط البدني، وذلك من حيث تأييد الفرد لهذه المعارف والخبرات معارفه لها. فان معرفة كيفية استخدام الإتجاهات في الدراسات الاجتماعية هو حاجة ملحة للطلبة والباحثين، وكون أساتذة التربية والرياضية جزء مهم في المجتمع يتأثرون بمحيطهم ويؤثرون فيه وبالخصوص شريحة التلاميذ التي تعتبرهم قدوة لهم، كان لزاما عليهم الاهتمام بممارستهم اليومية في شتى المجالات وبالأخص ممارسة

الانشطة الرياضية خارج أوقات العمل لما لها من فائدة عظيمة لهم، كما يبين (محمد حسن

علاوي 1987) >> ان قياس الإتجاهات نحو النشاط البدني يتيح لنا التنبؤ بسلوك الفرد وذلك بأن الإتجاه

الجانب التمهيدي

نحو موضوع معين يوجه سلوك معين بطريقة يمكن القول عنها ثابتة نسبيا وعلى صعيد اخر فقياس الاتجاهات يساعد المربي على تشجيع الاتجاهات الإيجابية والعمل على خلق اتجاهات إيجابية واكسابها للأفراد»¹

في سياق هذا الأخير نجد (رياض المنشاوي 1991) >> أن موضوع الاتجاهات يحتل مركز بالغ الأهمية لدى علماء النفس باعتباره من العوامل المؤثرة في السلوك بدرجة كبيرة فهي توجه السلوك وتدفعه للعمل على النحو الإيجابي عندما يمتلك اتجاهات إيجابية نحو بعض الموضوعات او الأشياء، وانما هذا كان يحمل اتجاهات سلبية نحو بعض الموضوعات فسيتزع الى الاستجابة بسلوك سلبي <<.

ومن هذا المنطق يجدر بنا ان نطرح التساؤل العام التالي للدراسة:

-ما هي أبرز اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل؟

ومن هذا التساؤل العام تبلورت لدي مجموعة من التساؤلات التي كانت كالتالي:

2-التساؤلات الفرعية للدراسة:

- هل توجد فروق دالة احصائيا في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق دالة احصائيا في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الخبرة المهنية؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير المؤهل العلمي؟

د. أرفيس زبير، أوثن بوزيد، مجلة الابداع الرياضي، المجلد رقم 10، العدد 02، 2019، ص78-98. ¹

3-الفرضيات الدراسية:

➤ الفرضية العامة للدراسة:

-لأساتذة التربية البدنية والرياضية لطور الثانوي اتجاهات إيجابية متنوعة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.

➤ الفرضيات الجزئية للدراسة:

-توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية لطور الثانوي

نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس

- توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية لطور الثانوي نحو ممارسة

النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الخبرة المهنية.

- توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات اساتذة التربية البدنية والرياضية لطور الثانوي نحو ممارسة

النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير المؤهل العلمي

4-أهمية الدراسة:

تكمن أهمية دراستنا في تسليط الضوء على اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي،

لكون أساتذة التربية البدنية والرياضية العنصر الأساسي في تنمية الصحة الجسمية والنفسية، وتكمن أهمية

الدراسة فيما يلي:

-معرفة مستوى النشاط البدني الرياضي عند أساتذة التربية البدنية والرياضية كونهم اهل الاختصاص.

الجانب التمهيدي

-حث المربي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الإيجابية والعمت على زيادة دافعية الإنجاز الرياضي من خلال ممارسة المربي للنشاط البدني خارج أوقات العمل.

-العلاقة بممارسة النشاط البدني الرياضي ومعنويات أساتذة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة التربوية.

5-أسباب اختيار الموضوع:

➤ أسباب ذاتية:

- وجود الموضوع من اختصاصنا

- معرفة مستوى ممارسة النشاط البدني الرياضي عند أساتذة التربية البدنية في الطور الثانوي خارج أوقات العمل.

➤ أسباب موضوعية:

-نشر ثقافة ممارسة النشاط البدني الرياضي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية خاصا والمجتمع عامة.

6-اهداف الدراسة:

تهدف دراستنا الحالية الى ما يلي:

-معرفة مستوى ممارسة النشاط البدني الرياضي عند اساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي.

- معرفة مستوى ممارسة النشاط البدني الرياضي عند الجنسين.

-معرفة مدى تأثير المؤهل العلمي على ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.

7- مصطلحات الخاصة بإشكالية الدراسة:

➤ الاتجاه:

- اصطلاحاً: هو حالة من الاستعداد أو التأهب العصبي والنفسي تهل الفرد للاستجابة بأنماط

سلوكية محددة نحو أشخاص أو أفكار أو حوادث أو أوضاع أو أشياء معينة، تؤلف نظاماً معقداً

تتفاعل فيه مجموعة كبيرة من المتغيرات

المتنوعة.²

- إجرائياً: الاتجاهات هي الميول والرغبة في فعل امر ما قصد تحقيق مبتغى معيّن، وفقاً لمواقف

أساتذة التربية لبدنية والرياضية في الطور الثانوي حيال ممارسة النشاط البدني والرياضي خارج

أوقات العمل، وهي الدرجات المتحصّل عليها من خلال إجابات على بنود مقياس جيرالد كنيون.

➤ أساتذة التربية البدنية الرياضية:

- اصطلاحاً: يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية صاحب الدور الرئيسي في عملية التعليم حيث

يقع على عاتقه اختبار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في درس التربية البدنية والرياضية حيث

يستطيع من خلال تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية وتطبيقها على أرض الواقع، كما أنه يحقق

أدوار مثالية في علاقته بالتلميذ والثقافة والمجتمع والمدرسة ويتوقف ذلك على بصيرته الثاقبة

ونظراته الأكاديمية والمهنية كما أنه يحقق كذلك الأهداف التي يدركها هو شخصياً والمتماشية مع

الأهداف العامة للتربية في المنظومة التربوية ذلك أنه يعمل في خط المواجهة المباشرة مع

الطالب في المدارس والمؤسسات التربوية والتعليمية وهكذا فهو يعكس القيم والاهداف التي

يتمسك بها. (الخولي 1996-ص147)³

- **إجرائيا:** هم الأشخاص القائمون على اختيار أوجه النشاط البدني الرياضي المناسب للتلاميذ في
الطور الثانوي.

➤ التعليم الثانوي:

- **إجرائيا:** هي المرحلة الأخيرة من مسار التلميذ الدراسي حسب رزنامة التربية الوطنية، وهي
ثلاثة سنوات: السنين الأولى، الثانية والثالثة، حيث تخصص معين ادب، علوم تجريبية، تسيير
واققتصاد ولغات اجنبية.

➤ النشاط البدني الرياضي

-**اصطلاحا:** هو وسيلة لبلوغ الأهداف عديدة بتكيفه مع مختلف ميادين الثقافة فهو يخدم
الأهداف الصحيحة اذا تمت الممارسة من اجل ذلك، ويخدم المستوى الرياضي العالي اذا
كان متخصصا ويمارس للترويح عن النفس لدى العامة من الناس (أبو العلاء،
الفتاح، 1994، ص14)⁴

-**إجرائيا:** هو مجموعة من التمرينات، الألعاب، المباريات والمسابقات التي يؤديها أساتذة التربية البدنية
والرياضية داخل وخارج المؤسسة التربوية قصد تنمية مهاراته البدنية الحركية.

د. براهيم قنور مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، ال عدد33مارس 2018 ³

أ. مجيدي محمد مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد الأول، ديسمبر 2010. ⁴

8-الدراسات السابقة للدراسة:

➤ الدراسة الأولى:

وهي بعنوان "اتجاهات تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي" اعداد الطالب حدي على وهي رسالة ماجستير طرحت بجامعة حسيبة بن بوعلي - الشلف - في الموسم الجامعي 2009/2008 وقد قدم الباحث الإشكالية الاتية:

-ما هي طبيعة اتجاهات التلاميذ في المرحلة الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي؟

اما الفرضية التي قدمت من اجل الإجابة على هذا التساؤل هي " طبيعة اتجاهات التلاميذ في المرحلة الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي هي طبيعة إيجابية." ومن أهم النتائج التي تم التوصل اليها:

-لدى تلاميذ الطور الثانوي اتجاهات إيجابية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي.

- لدى تلاميذ الطور الثانوي اتجاهات إيجابية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي بجميع ابعاد المقياس.

➤ الدراسة الثانية:

اتجاهات الطابة نحو الرياضات القتالية الجودو وهذه الدراسة هي رسالة تخرج ماستر من طرف الطالبين سليمان عماد وبعلوج على وقد طرحت في جامعة محمد الشريف مساعديه بولاية سوق اهراس في الموسم الجامعي 2015/2014،

وقد كانت إشكالية الدراسة التي قام بها الباحثان كالاتي: "هل الاتجاه نحو ممارسة الرياضة القتالية الجودو، مرتبط بعوامل أو مميزات أخرى لدى الطلبة الجامعيين".

-أما الفرضية التي قدمها الباحثان فهي "الاتجاه نحو ممارسة الرياضة القتالية الجودو، مرتبط بعوامل أو مميزات أخرى لدى الطلبة الجامعيين". وقد توصل الباحثان الى النتائج التالية:

-لدى طلبة جامعة محمد الشريف مساعديه اتجاهات إيجابية نحو ممارسة الرياضة القتالية الجودو.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاه الذكور والاناث نحو ممارسة الرياضة القتالية الجودو.

➤ الدراسة الثالثة:

اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية وهاته الدراسة رسالة ماجستير من طرف الطالب عثمانى عبد القادر وقد طرحت في جامعة سيدي عبد الله - الجزائر العاصمة - سنة 2008/2007 قد قام الباحث بتوزيع مقياس خماسي مكون من 40 عبارة موجه الى عينة قدرها 469 معلم من الجنسين في ولاية المسيلة وقد توصل الى النتائج التالية:

-معلمي المرحلة الابتدائية للطور الأول والثاني في ولاية المسيلة يمتلكون اتجاهات إيجابية نحو التربية البدنية والرياضية على الدرجة الكلية للمقياس ونحو كل أهداف التربية البدنية والرياضية.

-وجود اتجاهات سلبية وبنسبة كبيرة لمعلمي المرحلة الابتدائية نحو مادة التربية البدنية والرياضية، وقد يرجع ذلك لعدم تفرغ المعلمين لتدريس هذه المادة وانشغالهم الكبير بتدريس مواد أخرى مثل الرياضات واللغة العربية والنشاط والتكنولوجية إلخ.

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية تبعا لمتغير الجنس.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية تبعا لمتغير الخبرة المهنية.

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية فب اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية تبعا لمتغير المؤهل العلمي.

الدراسة الرابعة:

اتجاهات مديري ثانويات ولاية الوادي نحو مادة التربية البدنية والرياضية وفق متغير الخبرة المهنية وهذه الدراسة قام بها بقار ناصر وفلاق أحمد أجريت على مستوى جميع ثانويات ولاية الوادي، حيث تمثلت إشكالية الدراسة في:

- ما هي اتجاهات مدرء التعليم الثانوي بولاية الوادي نحو مادة، أهداف، وأستاذ التربية البدنية والرياضية؟
- هل توجد فروق دالة احصائيا بين مجموعتي البحث المقسمة وفقا لسنوات الخبرة المهنية في المنصب ولصاح المدرء ذوي الخبرة المهنية أكثر من خمس سنوات عند المديرين ذوي الخبرة المهنية اقل من خمس سنوات؟

أما الفرضية التي قدمها الباحثين توجد اتجاهات إيجابية لمديري التعليم الثانوي لولاية الوادي نحو مادة التربية البدنية والرياضية على جميع أبعاد المقياس الثلاثة والمقياس ككل.

-توجد فروق دالة احصائيا بين مجموعتي البحث المقسمة وفقا لمتغير الخبرة المهنية في المنصب ولصالح المدرء ذوي الخبرة المهنية أكثر من 05 سنوات عن المديرين ذوي الخبرة اقل من 05 سنوات، وقد توصل الباحثين الى النتائج التالية:

-توجد اتجاهات إيجابية لمديري التعليم الثانوي بولاية الوادي نحو مادة، أهداف واستاذ التربية البدنية والرياضية.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاتجاهات مديري الثانويات بولاية الوادي نحو مادة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الخبرة المهنية.⁵

الدراسة الخامسة:

اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي في ضوء بعض المتغيرات وهاته الدراسة هي رسالة تخرج ماستر من طرف الطالب قرومي أحمد، وقد طرحت في جامعة آكلي محند أولحاج بالبويرة في الموسم الجامعي 2019/2018 وقد كانت إشكالية الدراسة التي قام بها الباحث كالتالي:

- هل توجد اتجاهات للطلبة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في ضوء بعض المتغيرات؟

أما الفرضية التي قدمها الباحث توجد اتجاهات إيجابية لطلبة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في ضوء بعض المتغيرات، وقد وصل الباحث الى النتائج التالية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات الطلبة حسب التخصص الدراسي نحو النشاط البدني الرياضي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات الطلبة حسب الممارسة نحو النشاط البدني الرياضي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات الذكور والاناث نحو النشاط البدني الرياضي وفقا لمتغير الجنس.

الدراسة السادسة:

الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي وهذه الدراسة هي رسالة لنيل شهادة ماجيستر من طرف الطالب ربوح صالح سعيد وقد طرحت في جامعة الجزائر سيدي عبد الله زرالدة الموسم الجامعي 2009/2008 ولقد كانت إشكالية الدراسة التي قام بها الباحث كالتالي:

الجانب التمهيدي

- طبيعة العلاقة بين اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي ودرجة توافقهم النفسي الاجتماعي.

اما الفرضية التي طرحها هي: توجد علاقة ارتباطية بين اتجاهات التلاميذ المراهقين في المرحلة الثانوية نحو النشاط البدني الرياضي التربوي ودرجة توافقهم النفسي الاجتماعي ومن النتائج المتحصل عليها:

-وجود فروق بين الاتجاهات حسب التوافق النفسي الاجتماعي والذي كان لصالح فئة المتوافقين نفسيا واجتماعيا حيث ساهم التوافق النفسي الاجتماعي في الاتجاه الإيجابي نحو الممارسة الرياضية.

-وجود فروق ذات دلالة احصائية بين ابعاد الاتجاهات على مستوى التوافق النفسي الاجتماعي بالنسبة لبعدها النشاط البدني كخبرة اجتماعية النشاط البدني الرياضي للصحة واللياقة النشاط البدني الرياضي كخبرة جمالية.

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين على مستوى الجنس.

الدراسة السابعة:

وهي بعنوان اتجاهات مديري المتوسطات والثانويات نحو التربية البدنية والرياضية وهذه الدراسة رسالة ماجستير من طرف الطالب سعيد مصطفى وقد طرحت في جامعة الجزائر سيدي عبد الله في الموسم الجامعي 2008/2007 ولقد كانت إشكالية الدراسة التي قام بها الباحث كالتالي: -ما هي اتجاهات مديري المتوسطات نحو التربية البدنية والرياضية، اما الفرضية التي قدمت من اجل الإجابة عن هذا التساؤل هي:

- توجد اتجاهات سلبية لمديري المتوسطات والثانويات نحو التربية البدنية والرياضية.

ومن اهم النتائج المتحصل عليها:

-توجد اتجاهات سلبية لمديري المتوسطات نحو التربية البدنية والرياضية.

الجانب التمهيدي

-توجد اتجاهات سلبية لمديري الثانويات نحو التربية البدنية والرياضية.

-لا توجد فروق في اتجاهات مديري المتوسطات نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير سنوات

الخبرة المهنية في المنصب

-لا توجد فروق في اتجاهات مديري الثانويات نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير سنوات الخبرة

المهنية في المنصب.

الجانبة النظري

المفصل الأول

الاتجاهات

تمهيد

ان الفرد والطبيعة الاجتماعية من الرغبات والميول التي يريد تحقيقها في حياته ف جاء علم النفس الاجتماعي ليقوم بدراسة الرغبات والميول لدى الفرد نحوى الأهداف التي يسعى الانسان الى تحقيقها و قد اطلق علم النفس الاجتماعي على هذه الرغبات و الميول اسم الاتجاهات فكل فرد في الحياة لديه مجموعة نحو هدف او شيء معين يريد الوصول اليه فهذه الاتجاهات يمكن تحديدها من خلال السلوكيات او الأفعال التي يقوم بها الفرد او الجماعات التي ينخرط ضمنها.

1- مفهوم الاتجاهات:

لقد تعددت المفاهيم والتعاريف لمصطلح الاتجاهات عند علماء في الغرب وحتى في الشرق وفيما يلي سنقوم بعرض مجموعة من المفاهيم والتعاريف.

➤ الاتجاهات في اللغة:

جاء في لسان العرب وجهة كل شيء وكما جاء في قوله سبحانه تعالى في كتابه الكريم "فاقم وجهك للدين حنيفا ... سورة الروم الآية 30" اتبع الدين القيم ووجهة الكلام السبيل الذي نقصده وصرف الشيء عن وجهة أي سنته والوجه القصد وتوجه إليه ذهب إليه وشيئي موجه اد جعل على وجهة واحدة ... والتوجه الاقبال وخلاصة القول ان الاتجاه هو الاقبال عليه والاهتمام به والمذهب والطريقة والقصد.¹

➤ الاتجاهات اصطلاحا:

يعرف وتترسون Thurstone الاتجاه درجة الشعور الإيجابي والسلبي المرتبط ببعض الموضوعات السيكولوجية ويقصد بهذه الموضوعات أي رمز او نداء او قضية شخص ومؤسسة او فكرة وغيرها مما يختلق حوله الناس. فالاتجاه لا يكون إزاء الحقائق الثابتة المقررة وإنما اتجاه الموضوعات التي يمكن ان تكون موضوعات جدالية.²

صديق حسين، الاتجاهات من منظور علم الاجتماع، مجلة جامعة دمشق، المجلد 28 العدد 3-4، 2014
عبد الحمان عيسوي، دراسات سيكولوجية، ط2 منشأة المعارف، الإسكندرية مصر، بدون سنة.²

حسب رامز وجيح. ان الاتجاه نزعة انفعالية لدرجة ما انتظمت نتيجة الخبرة وتستجيب بالإيجاب او السلب (نحو او ضد). موضوع سيكولوجي غالبا.³

2- خصائص الاتجاهات

➤ للاتجاهات عدة خصائص منها:

منها ما ذكره خليل المعیضة (2007) أن الاتجاهات تتميز بخصائص من خلاله يتضح مفهومها:

-الاتجاهات مكتسبة ومتعلمة وليست وراثية

-ترتبط بمثيرات ومواقف اجتماعية.

-لا تتكون من فراغ ولكنها تتضمن دائما علاقة بين فرد وموضوع من موضوعات البيئة.

-تتعدد حسب المثيرات التي ترتبط بها.

-يغلب عليها الجانب الذاتي أكثر من الموضوعية ولها وصفات الثبات النسبي.

-منها ما هو غامض ومنها ما هو واضح.

-مؤثر بخبرة الفرد ويؤثر فيها.

-قابلة للقياس والتقييم بأدوات وأساليب مختلفة.

-تقع دائما بين طرفين متقبلين إحداهما موجب والاخر سالب (التأييد والمعارضة).⁴

عزيز حناد علم تغير الاتجاهات النفسية والاجتماعية، مكتبة أنجلو، مصر، بدون سنة.³

معاش حياة، رسالة ماجستير، الاتجاهات نحو المدرسة وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي، السنة 2012/2013.⁴

3- مكونات الاتجاهات النفسية الاجتماعية:

بعد الدراسات والبحوث التي اجرت حول الاتجاهات، حيث اكدت النتائج ان الاتجاه ذو بناء مركب من مجموعة من العناصر الرئيسية التي تتفاعل مع بعضها البعض لتكوين الشكل العام للاتجاه. وذكر (عبد الحافظ سلامة 2007) عن ان تجمع هذه البحوث والدراسات على ان مكونات اتجاهات هي:

➤ المكون الادراكي:

هو مجموعة من المثيرات التي تساعد على إدراك الموقف الاجتماعي او هو الصفة الادراكية التي تحدد للفرد رد فعله في هذا الموقف، وقد يكون هذا التدارك حسيا او اجتماعيا نحو مثيرات، ويتضمن هذا المكون عمليات ادراكية ومعتقدات وأفكار تتعلق بموضوع الاتجاه الى حجج وبراهين منطقية من الفهم والتمييز.

➤ المكون العاطفي (الانفعالي الوجداني):

هي الصفة المميزة للاتجاه النفسي والتي تفرق بينه وبين الراي ويتمثل هذا المكون في مشاعر الفرد ورغباته وميوله واقباله او نفوره إضافة الى حبه او كرهه لموضوع ما.⁵

➤ المكون السلوكي للاتجاه:

ويتمثل في الاستجابة العلمية نحو الاتجاه بطريقة ما تعبر عن طريقة العمل على نحو سلبي او إيجابي نحو الموضوع، يمثل المكون السلوكي العملية او الخطوة الأخيرة لبناء الاتجاه، فبعد إدراك الفرد للموقف ومعرفته وانفعاله تتكامل الجوانب (الادراكية والانفعالية) ليتم توجيه الفرد الى استجابة معينة تعكس حقيقة اتجاه الفرد تتمثل في أنماط سلوكية تتسم بالتصريح العلني والصريح عن حقيقة الاتجاه.

معاش حياة رسالة ماجستير مرجع سابق.⁵

ومن خلال عرض المكونات الثلاثة للاتجاهات يمكن القول ان هذه المكونات وحدة واحدة لا انفعال بينها اذ لا يمكن ان يتشكل الاتجاه من عنصر دون وجود العناصر الأخرى.⁶

معاش حياة، رسالة ماجستير، مرجع سابق.⁶

4-وظائف الاتجاهات:7

لقد اقترح تصنيف وظائف الاتجاهات كمل يلي:

الوظيفة المنفعية التطبيقية (التأقلم/ التوافق) حيث تعمل الاتجاهات كمواجهات سلوكية تساعد الفرد على تحقيق أهدافه واشباع رغباته ودوافعه في إظهار المعايير الاجتماعية الموجودة في المجتمع كما تساعد الفرد على التأقلم مع عناصر البيئة المحيطة به، وأيضا انشاء علاقات اجتماعية سوية سواء داخل المجتمع او خارجه ان الاتجاه يعتبر من اهم أدوات التأقلم والتكيف.

➤ الوظيفة الدفاعية:

(الدفاع عن الانا) حينما يكون الفرد لنفسه اتجاها نحو موضوع معين فهو عبارة عن الدفاع عن النفس وفي كثير من الأحيان يعكس الاتجاه ناحية عدوانية عند الفرد نشأت من احباط لدوافعه او يعكس تبريرا نشأ عن الإحساس بالفشل والصراع لذلك يقوم الفرد بتكوين اتجاهات لتبرير فشله على تحقيق أهدافه للاحتفاظ بكرامته والاعتزاز بنفسه.

➤ الوظيفة التنظيمية:

في كثير من الأحيان يكتسب الفرد وهو بصدد بحثه عن معاني الظواهر لبعض الاتجاهات المعنية، تتجمع الاتجاهات والخبرات المتعددة والمتنوعة في كل منتظم مما يؤدي الى اتساق السلوك وثباته نسبيا في المواقف المختلفة بحيث يسلك اتجاها على نحو ثابت وبذلك تجنب الضياع والتشتت في متاهات الخيارات الجزئية المنفصلة.

جابر نصر الدين، لويا الهاشمي، مفاهيم أساسية في علم النفس الاجتماعي، ط2، ديون المطبوعات الجامعية، الجزائر،

➤ وظيفة التعبير عن القيم:

يكون الفرد لنفسه عدة اتجاهات توجه سلوكه وتتيح له الفرصة للتعبير عن ذاته وتحديد مجموعة من القيم كما تدفعه اتجاهاته للاستجابة بقوة ونشاط وفعالية للمثيرات البيئية المختلفة من اجل تحقيق الذات.

➤ وظيفة التنبؤ:

ان الهدف من دراسة الاتجاهات هو تحديد طبيعة ونوعية الاتجاهات النفسية لدى الافراد العاملين في مؤسسة، هي اتجاهات إيجابية ام سلبية نحو قضية او موضوع معين حتى يتم اتخاذ قرار مناسب، وعلى تعمل الاتجاهات على تحديد الإجراءات والتدابير اللازمة التي تضمن وتحقق سلوكات معينة.

ولقد لخص أهمية وظائف الاتجاهات في السلوك وتفسيره كل من(جابر نصر الدين ولوكيا الهاشمي

(2004) النقاط التالية:

-الاتجاه يحدد السلوك ويفسره.

-الاتجاه يعمل على تنظيم العمليات الدافعية والانفعالية والادراكية والمعرفية حول بعض النواحي الموجودة في المحيط الذي يعيش فيه الفرد.

-الاتجاهات تعمل على مساعدة الفرد على اتخاذ القرارات في مواقف نفسية واجتماعية متعددة في نوع من الاتساق والتوحيد دون تردد او تفكير.

-تبلور الاتجاهات وتوضيح صورة العلاقة بين الفرد وبين عالمه الخارجي.

- توجه استجابات الفرد نحو الأشخاص والموضوعات بطريقة تكاد تكون ثابتة.
- تنعكس الاتجاهات في سلوك وتفاعل الفرد مع الآخرين في الثقافة التي يعيش فيها.
- يعمل الاتجاه على مساعدة الفرد على ان يحس ويدرك ويفكر بطريقة محددة إزاء موضوعات البيئة الخارجية.
- الاتجاهات المعلنة تعبر عن مسايرة الفرد لما يسود مجتمعه من معايير وقيم ومعتقدات.⁸

5- النظريات المفسرة لاتجاه:

هناك مجموعة من النظريات الكبرى التي حاولت تفسير الاتجاه ولكل نظرية من هذه النظريات توجهها ورؤيتها في هذا التفسير ويتم عرض هذه النظريات كما يلي:

➤ نظرية التحليل النفسي:

تؤكد هذه النظرية ان اتجاهات الفرد دور حيوي في تكوين الأنا، وهذا الأنا يمر بمراحل مختلفة ومتغيرة من النمو منذ الطفولة الى مرحلة البلوغ متأثرة بذلك بمحصلة الاتجاهات التي يكونها الفرد لنتيجة لخفض أو عدم خفض توتراته، وإن اتجاه الفرد نحو الأشياء يحدد دور تلك الأشياء في خفض التوتر الناشئ على الصراع الداخلي بين متطلبات النمو الغريزية، وبين الأنا الأعلى ولأعراف _ المعايير _ القيم الاجتماعية...اذ يتكون اتجاه إيجابي نحو الأشياء التي خفضت التوتر، واتجاه سلبي نحو الأشياء التي صنعت خفض التوتر.⁹

جابر نصر الدين، لوكنيا الهاشمي مرجع تم ذكره سابقاً.⁸

أحمد عبد اللطيف، علم النفس الاجتماعي، ط1، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان الأردن، 2001، ص52.⁹

➤ النظرية السلوكية لتفسير تكوين الاتجاهات وتغيرها:

استخدمت هذه النظرية المبادئ المستمدة من نظريات التعلم، سواء نظريات الارتباط الشرطي او نظريات التعزيز فالاتجاهات هي عادات متعلمة من البيئة وفق قوانين الارتباط وإشباع الحاجات، واستخلص "رونزو" من تجارب اشتراطية أن الاتجاه استجابة متوسطة ومتعلمة، ويمكن تعديلها وتكوينها باستخدام التعزيز اللفظي وأن استخدام صورة من التعزيز اللفظي الإيجابي او التعزيز اللفظي السلبي للحجج المؤيدة او المعارضة للرأي نحو الحجة التي كانت قريبة زمنيا من التعزيز الإيجابي وبعيدة عن التعزيز السلبي وافترض "رونزو" أن تغير الرأي يؤدي الى تغير الاتجاه.

➤ النظرية المعرفية:

اهتمت هذه النظرية أساسا في نشر المعلومات الملائمة لاتجاه على البناء المعرفي للفرد، فنظرية الإنسان المعرفي "لترونيتوج وأبلسون" تذهب الى أن الاتجاه حالة وجدانية مع أو ضد موضوع من الموضوعات، وإن هذه الوجدانيات ترتبط عادة بمجموعة من المعارف والمعتقدات وأن الاتجاهات ذات بنية نفسية منطقية.

وعليه فإن أي تغير في المكون الوجداني سيؤدي الى تغير في المكون المعرفي والعكس صحيح.

➤ نظرية التعلم الاجتماعي:

يؤكد علماء هذه النظرية ومنهم "باندورة ووالتر" على أن الاتجاهات متعلمة من النموذج الاجتماعي ومن المحاكاة، فالوالدين مهما أوضح النماذج التي تحاكي الأطفال سلوكهما ويتوحدون معها منذ مراحل العمر المبكرة ثم يأتي دور القران في المدرسة والمجتمع.¹⁰

أحمد عبد اللطيف، علم النفس الاجتماعي، ط1، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان الأردن، مرجع سابق.¹⁰

6-أنواع الاتجاهات:

➤ الاتجاه الفردي والاتجاه الجماعي:

ان الاتجاهات المشتركة بين عدد كبير من الناس تسمى اتجاهات جماعية والاتجاهات التي تميز فردا معن آخر تسمى فردية فأعجاب الناس بالأبطال اتجا جماعي وإعجاب الشخص بصديق له اتجاه فردي.¹¹

➤ الاتجاه العلني والاتجاه السري:

الاتجاه العلني هو الذي لا يجد الفرد حرجا من إظهاره والتحدث عنه أمام الناس، وأما السري فهو الذي يحاول الفرد ان يخفيه عن الناس ويحتفظ به في قرارة نفسه، بل ينكره أحيانا حين يسأل عنه.

➤ الاتجاه الموجب والاتجاه السالب:

الإيجابي هو الذي يجمع شمل الافراد نحو الموضوع للتقرب منه أما السلبي فهو الذي يبعدهم عنه فالحب والطاعة اتجاهات إيجابيات وعكسهما الكراهية والعصيان اتجاهان سالبان.

➤ الاتجاه القوي والاتجاه الضعيف:

فاتجاهنا بالحب والكراهية نحو موضوع معين بصفة شديدة اتجاه قوي، والاتجاه الضعيف كأن نحب او نكره ولكن بشكل أقل درجة من الاتجاه القوي، فصاحب الاتجاه الضعيف يستنكر ما يواجهه ببرودة أما قوي الاتجاه فإن مواجهته تكون بالاستنكار الشديد الذي قد يتبعه لانفعال.

معيذة لمبارك، مذكرة لنيل شهادة الماجيستر، اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التدريس، 2001/2002.¹¹

➤ الاتجاه العام والاتجاه الخاص:

يقصد بالاتجاه العام هو الاتجاه نحو موضوعات تمس الشعب ومنها جميع القضايا العامة مثل "قضايا المساواة والعدل" أما الاتجاه الخاص هو الاتجاه نحو موضوعات تمثل فئة معينة مثل اتجاه القضاة نحو الكادر القضائي الجديد.¹²

7- نمو الاتجاهات:

ثمة عوامل على درجة كبيرة من الأهمية في تكوين وتدعم نمو الاتجاهات وسنتناول أهم هذه العوامل:

➤ تأثير الوالدين:

بعد تأثير الوالدين من أهم العوامل التي تساهم في تكوين الاتجاهات لدى الأطفال الصغار ونموها، إذن إن اتجاهات الوالدين الخاصة وما يقدمانه من تعزيز لبعض أساليب الطفل السلوكية تأثير عميق على تكوين اتجاهات ونموها.¹³

➤ تأثير الاقران:

إن أهم تأثير يحل محل تأثير الوالدين (كلما تقدم الطفل في العمر) يأتي من جانب الأقران ويبدأ هذا التأثير في وقت جد مبكر وتزداد أهميته كلما تقدم الطفل في العمر.

➤ تأثير وسائل الإعلام:

قد تساعد وسائل الإعلام في تكوين الاتجاهات فعلى سبيل المثال قد تقدم بعض البرامج التلفزيونية معلومات هامة تنتقل بعض المسائل السياسية، ومع ذلك لا يتحمل أن تساهم وسائل الإعلام في حد

معيزة لمبارك، مذكرة لنيل شهادة الماجستير، اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التدريس مرجع

سابق،¹²

سعيد مصطفى، مذكرة ماجستير، نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية، 2008/2007.¹³

ذاتها في تكوين الاتجاهات وإنما هي بالأحرى تدعم الاتجاهات التي تأثرت في تكوينها بأحد المصادر الرئيسية الأخرى لتكوين الاتجاهات.

➤ تأثير التعليم:

يعد التعليم مصدراً هاماً آخر يزود بالمعلومات التي تسهم في نمو الاتجاهات وتدعيمها وبصورة عامة كلما ازدادت السنوات التي يقضيها الفرد في التعليم الرسمي كلما بدت اتجاهات أكثر تحرراً.

8-أساليب قياس الاتجاهات:

هناك عدد من الأساليب المستخدمة في مجال قياس الاتجاهات وهي:

-مقياس التقدير الذاتي.

-مقياس ملاحظة السلوك الفعلي.

-مقياس الاستجابة الفيزيولوجية.

-الأساليب الإسقاطية: وتقتصر في هذه الدراسة على أكثر المقاييس شيوعاً لقياس الاتجاهات وهي مقاييس

التقدير الذاتي.¹⁴

➤ مقياس البعد الاجتماعي لبوجاردوس Boyardus:

تعد محاولة "بوجاردوس" في قياس الاتجاهات النفسية سنة 1925 من خلال ما أسماه بالمسافة

الاجتماعية أو البعد الاجتماعي من أقدم المحاولات التي ظهرت في المجال.

ويشير مصطلح البعد الاجتماعي كما استعمله "بوجاردوس" إلى درجة التقبل أو رفض الأشخاص في

مجال العلاقات الاجتماعية والعلاقات بين أعضاء الجماعات العنصرية فهو يحتوي على وحدات أو

سعيد مصطفى، مذكرة ماجستير، نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية، مرجع سابق.¹⁴

عبارات تمثل مواقف الحياة الحقيقية للتعبير عن مدى البعد الاجتماعي لقياس تسامح الفرد او تعصبه وتقبله او نفوره عن جماعة عنصرية او شعب معين.

➤ مقياس المقارنة الزوجية "ثور ستون" Thurstone :

يعتبر ثور ستون اول من استخرج هذه الطريقة في قياس الاتجاهات والتي تتلخص في المقارنة بين مثيرين او شعبين لبيان ايها اشد او اقوى او قصر وتقتصر فائدة هذه الطريقة على المقارنة بين مثيرين فقط، بل يمكن أو تمتد لتشمل أي عدد من المثيرات على ان يقدم كل اثنين معا للمقارنة بينهما بالتالي يتزايد عدد المقارنة.

ويمكن حساب عدد المقارنات في هذه الطريقة بواسطة المعادلة الآتية:

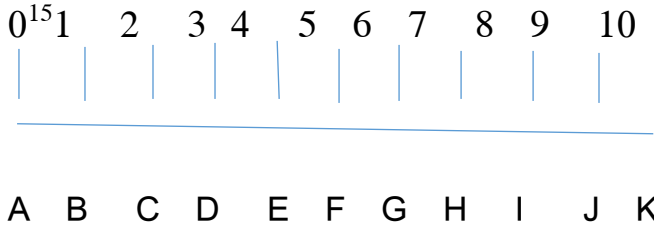
$$n = \frac{n-1}{2}$$

➤ مقياس المسافات المتساوية البعد لثورستون وشيف Thurstone chove

تبين لثورستون انه لا توجد فروق ذات دلالة بين نتائج مقياس المقارنة الزوجية مقياس بوجاردوس لذلك حاول عمل عدد من التحسينات عتي مقياس المقارنة الزوجية و قدم مع شيف سنة 1928 مقياسا جديدا يتمثل في مقياس المسافات المتساوية البعد، ويهدف هذا المقياس الى الحصول على ذي وحدات منتظمة بناء على احكام محكمين خارجين يقومون بترتيب الجمل و العبارات الدالة على الاتجاه نحو الموضوع المطلوب، دراسته في وحدات متتالية من حيث مدى تعبيرها عن شدة هذا الاتجاه إيجابيا او سلبيا، او تسيير الجمل التي تم وضعها من قبل المحكمين في المصاريف الخمسة الأولى المكتوبة عليها الحروف (من A الى E) الى الاتجاه الإيجابي في حيث تشير الحروف الخمسة الأخيرة (من G الى K) الى الاتجاه السلبي، اما الحرف فيعبر عن الحياد.

وذلك كما هو موضح في الشكل التالي:

اقصى درجات القبول → الحياد — اقصى درجات الرفض



شكل 1: يوضح مقياس المسافات المتساوية البعد

وقد استخدم مقياس المسافات المتساوية البعد لقياس الاتجاه نحو عدة موضوعات مثل: الحرب ودور العيادة الرأسمالية والزواج البيض... الخ ويلاحظ عن هذا المقياس انه يستغرق وقتا وجهدا في اعداده، وان الاوزان قد تتأثر بالتحيزات الشخصية للمحكمين خاصة المتطرفين في تحيزهم وقد تكون العبارات المتساوية البعد في نظم الحكام ليست كذلك في الواقع بالنسبة للمفحوصين، وقد يقترب متوسط التقدير للفرد من متوسط التقدير لفرد اخر مع اختلاف دلالة كل من المتوسطين.

➤ مقياس التقديرات التجمعية ليكارت: LIKERTD

في سنة 1932 قدم ليكارت مقياسا عرف باسمه وتمكن بواسطته ان يتغلب على الصعوبات السابقة في مقياس ثرستوت، فهو يتفوق عليه بسهولة اعداده، وفي ثبات نتائجه، وفي هذه طريقة يتم جمع عدد كبير من العبارات او البنود عن الموضوع المراد قياس الاتجاه نحوه.

سعيد مصطفى، مذكرة ماجستير، نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية، مرجع سابق.¹⁵

ويعد الفرد عن درجة اتجاهه بالموافقة والمعارضة على ميزان مقسم الخمس نقاط، كما فيه كل عبارة اعتمدت على التميز بين الذين يوافقون من الذين لا يوافقون، ويقترب هذا المقياس من مقياس التقدير البياني، ويمكن توضيحها كالتالي:

-عارض بشدة



شكل 2: يوضح ميزان التقدير البياني

وقد دخلت على طريقة ليكرت بعض التعديلات ولاقت قبول كبير من هذا التعديلات حذف فئة غير محددة او محايد وبهذا برغم المستجيب او المبحوث على الاختيار بين الاستجابات إما الموافقة او المعارضة.

ويمكن الجمع بين طريقتي ثر ستون وليكر، حيث يتم التخلص أولاً من العبارات المحايدة في مقياس ثر ستون ثم نعطي نفس المقياس (بعد حذف للعبارات المحايدة) بطريقة ليكرت، وبذلك يحصل كل فرد على درجتين تمتلان عدد أكبر من أبعاد الاتجاهات.

➤ مقياس التدرج التجميعي لجوتمان juttman:

لوحظ على هذا المقياس السابق أنهما تشمل أحيانا على أكثر من بعد في قياس الاتجاهات لذلك تقدم "جوتمان" سنة 1944 بطريقة جديدة لقياس الاتجاهات (من خلال بعد واحد).

ومقياس التدرج التجميعي يصنف فيه شرطا هاما هو أنه إذا وافق المفحوص على عبارة معينة فيه فلا بد أن يعني هذا أنه قد وافق على العبارات التي هي أدنى منها ولم يوافق على كل العبارات التي تحولها على غرار مقياس قوة الابصار حيث إذا رأى الفرد صفا فإن معنى هذه أنه يستطيع أن كل

الصفوف الأعلى منه ودرجة الشخص هي النقطة التي تفصل بين العبارات السفلى التي وافق عليها والعليا التي لم يوافق عليها، وهكذا لا يشترك فردان في درجة واحدة على هذا المقياس إلا إذا كان قد اختار نفس العبارات أما عن طريق اختيار العبارات نفسها فتشبه طريقة ليكرت كذلك المقياس المتدرج فيكون عادة خماسيا توضع عليها درجة الاستجابة لكل عبارة.

➤ مقياس تمايز معاني المفاهيم:

هو عبارة عن أداة موضوعية لقياس دلالة ومضمون معاني المفاهيم وقد بدأ "شارلز اسجو" وزملائه في الخمسينات هذه الطريقة أساسا في دراساتهم عن الإدراك والمعاني.

ويقوم هذا المقياس على أساس أن لكل مفهوم أو تصور نوعين من المعاني عند الفرد:

-الأول المعنى الاشاري وهو ما نشير إليه الكلمة.

-الثاني المعنى الدلالي ويقصد به الأفكار والمشاعر التي تحبط بالكلمة أي أنه المعنى الانفعالي

الوجداني للشيء لدى الفرد والتي قد تكون سارة او غير سارة.

وللمعنى الدلالي أهمية كبيرة من الناحية النفسية فهو وسيلة لتحليل شخصيات الافراد والتعرف على

اتجاهاتهم أما المعنى الاشاري فهو أقرب الى اختصاص دراسي اللغة.¹⁶

سعيد مصطفى، مذكرة ماجستير، نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية مرجع سابق،¹⁶

خلاصة:

نستخلص أن الاتجاهات تمثل نظاما متطورا للمعتقدات والميول السلوكية وهي تنمو في الفرد باستمرار نمو وتطور، حيث تعمل على بناء وجهة نظرنا حول مختلف المواضيع سواء كانت نفسية اجتماعية أو دينية أو ثقافية.

كما تعمل على مساعدتنا في اتخاذ القرارات الهامة في حياتنا، يمكن اعتبار الاتجاهات المحرك الرئيسي لأفكارنا.

الفصل الثاني

الأستاذ

تمهيد:

يعد الأستاذ أحد أبرز العناصر في نجاح النظام التربوي والتعليمي إذ يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية أو المربي الرياضي صاحب الدور الرئيسي في عمليات التعليم والتعلم، حيث يقع على عاتقه اختيار أوجه النشاط المناسب للتلاميذ في الدرس وخارجه بحيث يستطيع تحقيق الأهداف التعليمية والتربوية، إذ يعمل في خط المواجهة المباشرة مع التلاميذ في المدارس والمؤسسات التربوية التعليمية، فهو يعكس القيم والأهداف التي يتمسك بها.

1- مفهوم التربية العامة:¹

إن كلمة التربية من الكلمات الشائعة التداول بين الناس في الحياة العامة ويستعملونها كثيرا فيقولون مثلا فلان قليل التربية، أو فلان حسن الاخلاق والتربية، أو فلان متربي تربية حسنة، أو فلان عديم التربية وقد يكون فهم بعض الناس لمعنى التربية مفهوما سطحيا فقد يقتصر على جانب واحد وهو الجانب الأخلاقي أي سلوكيات وتصرفات الفرد.

أما البعض الآخر من الناس فيرى أن التربية هي العمل الذي تقوم به لتنشئة الطفل أو الشباب، وإنها مجموعة من العادات الفكرية أو اليدوية التي تكتسب، ومجموعة من الصفات الخلقية التي تنمو.

كما تعتبر التربية تبليغ الشيء أو كماله أي هي تنمية الوظائف النفسية بالتمرين حتى تبلغ كمالها شيئا فشيئا كأن نقول: رببت الولد بمعنى قويت ونميت قدراته وهذبت سلوكه يصبح صالح للحياة في بيئته.

ولا نستطيع التعرض لهذا التطور قديما وحديثا ويكفي ان نشير الى بعض التعريفات الأساسية للفلاسفة:

فيرى (فاميلدور كايم) أن مصطلح التربية يقتصر استخدامه على التأثير الذي تمارسه الأجيال الراشدة على تلك التي لم تنتهي بعد للمشاركة في الحياة الاجتماعية،

فالتربية في نظره هي عملية النشأة المنظمة للأجيال الصاعدة.

أما وجهة نظر (مانهايم فيري) أن التربية هي إحدى وسائل تشكيل السلوك الإنساني يتلاءم مع الأنماط السائدة للتنظيم الاجتماعي.

د. قدارة شوقي، مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع: العدد السابع 7 سبتمبر 2018 ¹

أما (جون ديوي) فيرى أن التربية العامة هي حاصل جميع العمليات والسبل التي ينقل بها مجتمع ما، سواء كان كبيرا أو صغيرا.

2- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

يلعب النشاط البدني الرياضي دورا هاما في ميادين التربية، إذ يساعد على إعداد المواطن الصالح وذلك عن طريق تزويده بالمهارات الواسعة والخبرات الكبيرة التي تسمح له بالاندماج والتكيف² على مجتمعه، وبالرغم من ذلك مزال هناك فهما خاطئا للتربية البدنية والرياضة وأهدافها بالنظر الى ما وصلت اليه الإنسانية من تطور ثقافي وتكنولوجي في شتى المجالات، ويتجلى ذلك في حصر معظم الناس على أن التربية البدنية والرياضية ما هي الا حركات يقوم بها الفرد سواء كانت منظمة أو غير منظمة ولو كان حقيقة لما تكلمت مختلف العلوم كعلم النفس وعلم الاجتماع عن التربية البدنية والرياضية ومراعاتها.

فالتربية الرياضية والبدنية تعتبر مراعاة الفرد من الناحية العقلية والبدنية والسياسية، وتكوين الفرد تكويننا صالحا وتساعد فب بناء مجتمع قوي ومتماسك، لذا لا ينبغي النظر اليها من زاوية ضيقة وتوجه اهتمامنا الى تكوين الفرد من الناحية البدنية فقط، بل أوسع من ذلك فتهتم بتكوينه تكويننا شاملا ومتكاملا من جميع النواحي الفكرية والاجتماعية والنفسية، والفيزيولوجية فتصدق بذلك مقولة (جون لوك) العقل السليم في الجسم السليم.³

3- مفهوم التربية البدنية:

اختلف آراء العلماء حول مفهوم التربية حيث يرى بعضهم أن التربية البدنية والرياضية هي مختلف أنواع الرياضات وآخرون يفكرون في كون التربية البدنية تربية الجسم بمعنى الحفاظ على الاناقة وانتقاخ العضلات عن طريق التمرينات البدنية التي تؤدي الى العد التوقيت، أما بالنظر الى التربية البدنية كمهنة فهي توفر الكثير من الفحص للفرد الذي يريد العمل مع الأطفال او الكبار، بحيث يميل لممارسة مختلف الألعاب والرياضات، سواء في الهواء الطلق أو في القاعات المغلقة، حيث يرغب في خدمة الإنسانية ويحيا حياة نشطة او مسلية وبسبب الاختلافات الكثيرة لمعنى التربية البدنية فقد اعطى لها العلماء مع مر الزمان تعاريف محددة منها:

-تعريف (ناش) حيث يقول إنها جزء من التربية العامة تستغل دوافع النشاط الطبيعي في الفرد لتمتيته من النواحي العضوية والتوافقية والتهديبية، ويمكن اعتبار هذا التعريف شامل وملم وكامل لأنها تربية كاملة وتشتمل على التهذيب الخلفي وتكوين الشخصية وتنمية الصفات الشجاعة، الطاعة وحب النظام والجماعة بالإضافة الى التوافق الحسي والحركي والعصبي العضلي ويدعم هذا التعريف الجمعية الامريكية للصحة والتربية البدنية والترويج اذ ترى "ان التربية البدنية هي المادة التي يتعلم فيها الأطفال ليتحركوا أو يتعلموا" ويرى (كوتر) أن التربية البدنية هي ذلك الجزء من التربية العامة الذي يختص بالأنشطة القوية من التعليم، ويرى (تشارلزبيكو) ان التربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي يهدف الى تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية العقلية، الانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق الوان من النشاط البدني بغرض تحقيق المهام.

بينما اخصائيين التربية البدنية في الجزائر يعرفون التربية البدنية على أساس نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل ويخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية الى بلوغها.

4- مفهوم التربية الرياضية:

إن الكثير من افراد المجتمع يخلطون بين التربية البدنية والتربية الرياضية إذ نجدهم يدمجون التربية البدنية في التربية الرياضية، ويكتفون بتحديد هذا المفهوم بالتربية فقط. اقتصر مفهوم التربية الرياضية على الناحية البدنية بسبب ارتباط أنشطتها بالجانب البدني الى حد كبير، بينما يرى البعض لآخر أن التربية الرياضية هي مختلف أنواع الرياضات وأن كلمة الرياضة تعني باللغة الأجنبية كلمة سبور وهذه الأخيرة تتجسد في عدة أنشطة رياضية داخل الإطار التربوي على أساس قواعد سليمة تعمل على اعداد الفرد الصالح وذلك بتزويده بالمهارات الواسعة التي تمكنه من الاندماج والتكيف مع مجتمعه ويحتاج هذا النشاط الى مختلف البرامج التربوية والترفيهية عن طريق العديد من العاب ومن خلال هذا:

-فالتربية الرياضية هي تلك الحركات والمهارات التي يتعلمها الفرد تحت قواعد تربوية وتكون هذه الحركات والمهارات على شكل أنشطة وألعاب رياضية مختلفة.

4- أهمية التربية البدنية والرياضية:

➤ أهميتها في التربية العامة:

إن التربية البدنية والرياضية لا تقل أهمية عن بقية المواد التعليمية لأخرى بل أنها جزء هام من العملية التربوية العامة وهذا للدور الهام والفعال الذي تلعبه في تكوين المواطن الصالح من خلال تعليمه مختلف المهارات والوضعيات مع نفسه ومع غيره، كما تعينه على مواكبة عمره وإذا اهتمت مختلف

الحكومات بالتربية البدنية والرياضية فأنجزت مشاريع في الرياضات الشائعة والمشتهرة وكونت إطارات راقية في الميدان وذلك ايمانا منها بأهمية هذا الميدان الحيوي في عجلة التقدم الحضاري للأمم.⁴

5-تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية:

➤ اصطلاحا:

هو الشخص الذي يحقق أدوار مثالية في العلاقة بالتلاميذ والمجتمع والمدرسة ومجال التربية البدنية والرياضية ويتوقف هذا على بصيرته ونظرتة نحو النظام ومهنته كما يتوقف على المناخ المدرسي.⁵

6-صفات وخصائص أستاذ التربية البدنية والرياضية:

بصفة عامة يجب ان يكون اعداد المدرس في أي مجتمع من المجتمعات او في أي دولة من الدول محققا للأمر التالي:

-أن يعرف المفاهيم والاتجاهات السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه.

-أن يلم بالدراسة بالدرجة الأولى التي تجعل منه موردا يستمد منه المتعلمون حاجاتهم من المعلومات والخبرات.

-أن يكون لديه القدرة على توصيل المعلومات.

- أن يكون على علم بخصائص المتعلمين وحاجاتهم.⁶

د. قدارة شوقي، مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع مرجع تم ذكره سابقا.⁴

ديشية امين د. لقوي حميد، مجلة التحدي مجلد رقم 11، العدد رقم 02، 2019.⁵

يخلف احمد، ظاهرة التفاعل الاجتماعي الصفي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية الجزائر، 2001، ص 88⁶

وتعتبر هذه الصفات عامة للمدرسين ككل ومن ضمنهم مدرسو التربية البدنية والرياضية ويقول د-حسن معوض 1982، إن هناك صفات لمدرس التربية يمكن تلخيصها في أربع جوانب:

-جوانب شخصية.

-جوانب الخبرة.

-جوانب الاعداد المهني.

-جوانب الصحة.

وفي دراسة مجلس المدارس بإنجلترا، قد وضعت النتائج صفات مدرس التربية البدنية والرياضية في اعلى الترتيب بين مجموعة من المدرسين والمدرسات وجاءت بالترتيب التالي:

-القدرة على كسب واحترام ثقة التلاميذ.

-القابلية في توصيل الأفكار.

-القدرة على الإيحاء بالثقة.

-مستوى عالي من الأمانة والاستقامة.⁷

وفي دراسة كان قد اجراها حازم النهار "1993" في الأردن، بينت الصفات والسلوكيات التي يفضلها الطلاب ان تتوفر في مدرسي التربية البدنية والرياضية، وقد صنفها الى قسمين وهما:

د-أمين أنور الخولي، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، ط2، مصر، 1998، ص42. ⁷

➤ كفايات مهنية:

- يشجع الطلاب كثيرا على ممارسة الرياضة.
- يهتم بأراء الطلاب.
- يشارك في التطبيق الميداني.
- ينظم البطولات الرياضية المدرسية.
- يوضح المهارة بشكل جيد.
- يشرح المهارة بشكل جيد.
- يحضر الأدوات والأجهزة قبل بداية الدرس.

➤ كفايات شخصية:

- عادل في إعطاء الدرجات.
- أن يكون مهذب ومرح.
- أن يتفهم ميول وحاجات الطلاب.
- يساهم في إيجاد علاقات اجتماعية بين الطلاب.
- لديه سمعة رياضية جيدة.⁸

د أمين أنور الخولي، نفس المرجع السابق، ص 153⁸

وفي مجلس كاليفورنيا لإعداد المعلمين كانت الصفات الرئيسية للمدرس الكفاء هي:

- أن يكون قادرا على تعليم التلاميذ.

- أن يرشد ويوجه الطلبة بحكمه.

- أن يساعد التلاميذ على فهم التراث الثقافي.

- أن يساعد على تكوين علاقات طيبة بين المدرسة والمجتمع.

- أن يساهم بفاعلية فيوجه النشاط المدرسي.⁹

7- شخصية الأستاذ:

➤ الشخصية التربوية للأستاذ:

نظرا للتطور التربوي المتواصل لكل من عمليتي التعليم والتعلم يجب علينا اذا علينا اذا ان نراعي الجوانب الخاصة للتلميذ، لأنه هو العنصر الأهم في العملية التعليمية، وذلك من الناحية النفسية والبدنية والاجتماعية بالطرق المدروسة الهادفة في التعليم، ويدخل العمل المهم للأستاذ في امتلاك الوسائل المادية والمعرفية لمعالجة هذه المجالات الخاصة بالمتعلم، ويفترض على الأستاذ التركيز على جانبي النمو والتكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة، بالتنسيق مع البرامج والدروس، كما أن للأستاذ تأثير كبير على جانب القيم ولأخلاق.

وبسبب العلاقة الحميمة بين التلاميذ وأستاذ التربية البدنية والرياضية فإن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعد من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيرا في تشكيل الاخلاق والقيم الرفيعة لدى التلاميذ،

د أمين أنور الخولي، نفس المرجع السابق، ص153

وفي ظل هذه المعطيات لا يتوقف دور الأستاذ على تقديم الوان النشاط البدني والرياضي المختلف بل يتعدى ذلك بكثير، فهو يعتمد على ميول تلاميذه وإمكانيات وقدراته الشخصية في تقديم واجبات في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيف، حيث تتصف هذه الواجبات بقدرتها على تنشيط النمو وتعجيل مرحله عندما يسمح الأمر بذلك، ومتابعة برامج التربية الرياضية المدرسية من المهارات الحركية، العلاقات الاجتماعية، أنشطة الفراغ، القوام المعتدل، والصحة العضوية النفسية، ولاتجاهات الإيجابية.¹⁰

➤ الشخصية القيادية للأستاذ:

يقول "ارنولد" أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر قائداً لحد كبير بحكم سنه، وتخصصه الجذاب، كما يعتبر الوحيد من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل وهو اللعب، كما زادت وسائل الاعلام من فرض شخصية الأستاذ كقائد في أيامنا هذه ويعتقد "وليامز" أن دور معلم التربية والرياضية فعالاً جداً وذلك إيجابياً أو سلبياً، بالنظر الى أن الطفل يطبق ما يتعلمه من أسرته ومدرسته ومجتمعه، ولقد أفادت بعض الدراسات أن شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية له دور على النمو الاجتماعي والعاطفي للتلميذ، ومن الواجب أن يدرك الأستاذ حساسة التلاميذ والمشاكل التي يعانون منها والفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية.

وفي دراسة قدمها "ويتي" وقام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ وطفل ومراهق التعرف على التلميذ، اظهار الحنان والالفة، اتصافه بروح مرحه، اهتمامه بمشاكل التلاميذ، التعاطف والتسامح).

محمد محمد الشحات، تدريس التربية الرياضية، القاهرة، العلم والايمان للنشر، ط1، 2007، ص105.¹⁰

ولقد وصلت " جنجر بالي " أن الوصف الغالب للقيادات الناجحة هو أنهم أناس يعطون الآخرين إحساسا بالارتياح، ولديهم القدرة على اشعارهم بالأمان والانتهاه وبعض الاهتمام.¹¹

8- صفات الأستاذ الناجح:

إن المسؤولية الكبيرة للأستاذ التربية البدنية والرياضية هي تنفيذ المنهج ونجاح العملية التعليمية التربوية وتحقيقها للأهداف المنشودة، وحتى يتم له ذلك الدور الفعال لابد أن يتصف بصفات متعددة ومتنوعة نلخصها فيما يلي:

➤ الصفات الشخصية:

وتتمثل في الاتي:

- خلوه من العاهات وخاصة في الحواس أو الأعضاء .
- أن يكون كلامه واضحا خاليا من العيوب التعبيرية كالتلعثم وحسة اللسان .
- صحة جيدة ونشاطه واضح، خال من الامراض المزمنة كالهزال العام والربو وغيرها .
- حسن المظهر دون المبالغة .

➤ الصفات النفسية:

- الصبر والتحمل وضبط النفس .

أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، التربية الرياضية المدرسية، القاهرة، دار الفكر العربي، ص 33_34.¹¹

- أن يكون حازماً في إرادته لنفسه ومجموعته ولكن حزماً بغير قسوة.

- المحبة والعطف على التلاميذ.

- القدرة الصالحة وقوة الشخصية.

➤ الصفات العقلية:

- الذكاء ضروري للنجاح في أي مهنة.

- الكفاية العملية أو التمكن العملي، شرط أساسي لنجاح الأستاذ في عمله.

- الخبرة والمران التدريسي الطويل.

- ثقافة علمية واسعة.

➤ الصفات الاجتماعية:

- المرح في غير ابتذال.

- الود ولابتسام وعدم الخلط بين الجد والهزل.

- إظهار ميول قيادي وقوة الإرادة.

- سداد الرأي وعدم الانفعال.

- عدم الاستهزاء بمشاعر الآخرين واحترام خصوصياتهم.¹²

د عبد الله عمر الفراء، عبد الرحمان عبد السلام جامل، المرشد الحديث، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن، 1999، ص34-40.¹²

9- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

➤ الواجبات العامة:

تشكل الواجبات العامة للأستاذ التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي يعمل بها، وهي في نفس الوقت تعبر عن توقعات رؤسائه من نشاطات وفعاليته يديها اتجاه المؤسسة في سياق العملية التعليمية المدرسية.

ولقد ابرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من مدرسي التربية البدنية والرياضية الجدد ما يلي:

-لديه شخصية قوية تتسم بالجسم، الاخلاق ولاتزان والرياضة.

-يعد اعدادا مهنيا جيدا لتدريس التربية البدنية والرياضية.

-يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.

-مستوعب للمعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأساس لخبرات التعليم.

-لديه القابلية للنمو المهني الفعال والعمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني.

-لديه الرغبة للعمل مع كل التلاميذ وليس مع الرياضيين الموهوبين فقط.


➤ الواجبات الخاصة:

- الى جانب الواجبات العامة توجد واجبات خاصة بهم يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة في المؤسسة وهي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة، وهي في نفس الوقت تعتبر أحد الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس بالمدرسة ومنها:
- حضور اجتماعات هيئة التدريس، واجتماعات القسم لقاءاته، تقييم التلاميذ وفقا للخطة الموضوعية.
 - إدارة برامج التلاميذ أصحاب المشكلات الوظيفية والنفسية.
 - تنمية واسعة للمهارات الحركية والقدرات البدنية لدى التلاميذ.
 - تقرير قدرات التلاميذ في مقرراتهم الدراسية.
 - السهر على سلامة التلاميذ ورعايتهم بدنيا وعقليا وصحيا.
 - الاشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية.¹³

د أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والاعداد المهني، دار الفكر العربي، مصر، 1996، ص154. ¹³

خلاصة:

مما سبق ذكره يتضح لنا جليا أن لأستاذ التربية البدنية والرياضية دور مهم وفعال لا يستهان به، شأنه شأن المواد الأخرى في تربية النشء في جميع النواحي المعرفية والخلقية والبدنية داخل او خارج المؤسسة التربوية فهو القلب النابض في المجتمع فعليه ان يسعى جاهدا لأجل تحقيق أهدافه ويجب الا تقشله الأوضاع والصعوبات التي تواجهه لما لها من تأثير على نشاطه البدني الرياضي الذي يقوم بممارسته داخل المؤسسة خاصة وخارج المؤسسة التربوية عامة فيركن الى الكسل ناسيا واجباته نحو مجتمعه التي تستدعي التضحية والمثابرة من أجلها.



الفصل الثالث
النشاط البدني
الرياضي

تمهيد:

يقصد بالنشاط البدني والرياضي المجال الكلي والإجمالي لحركة الإنسان وهو يعتبر شامل لكل النشاطات البدنية والرياضية التي يقوم بها الفرد والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام.

وهو النشاط البدني المنظم والموجه الذي تحكمه قواعد وأسس منظمة تهدف إلى إعداد الفرد إعدادا متكاملًا، بدنيا واجتماعيا وعقليا ونفسيا كما يعتبر النشاط المفعم باللعب التنافسي، داخلي وخارجي المرذود، يتضمن أفرادا تشترك في مسابقة وتقر النتائج على ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطئية.

وفي حين أن النشاط البدني والرياضي هو ذلك العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين أداء المعاق وإثراء الجوانب البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية لديه.

1-تعريف النشاط:

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها اسباع حاجات المعاق ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها المعاق في حياته اليومية¹

كما يعتبرها الآخرون أنها عملية عقلية أو سلوكية أو بيولوجية متوقفة على طاقة الكائن الحي وتمتاز بالتلقائية أكثر منا الاستجابة².

2-تعريف النشاط البدني:

يقصد به المجال الكلي لحركة الإنسان، وكذلك عملية التدريب والتثقيف والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول، والواقع أن النشاط البدني والرياضي في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل أنواع النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام.

ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه في المجال الرئيسي المشتمل على إشكال وألوان وأطوار الثقافة البدنية للإنسان، ومن هؤلاء بيرز LARSEN الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى³.

¹محمد أحمادي-أمين أنور الخوري، برنامج التنمية الرياضية، ط 1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1990، ص 29.

²أسامة كامل راتب، النشاط البدني والاسترخاء، ط 1، دار الفكر العربي، مصر، القاهرة، 1990، ص 08.

³أمين أنور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 2001، ص 12.

3-تعريف النشاط البدني الرياضي:

يعتبر النشاط البدني الرياضي أحد الأشكال الراقية في الظاهرة الحركية لدى الإنسان ، و هو الأكثر تنظيماً والارفع من الاشكال الاخرى للنشاط البدني و يعرف مات فيف أنه نشاط بشكل خاص جوهره المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات و ضمان أقصى تحديد لها، وبذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بانه التدريب البدني بهدف تحقيق افضل نتيجة ممكنة ففي المنافسة لا من اجل الفرد الرياضي فقط و انما من اجل النشاط في حد ذاته و تضيف كسولا ان التنافس سمة اساسية تضيف على النشاط الرياضي طبعاً اجتماعياً ضرورياً ولذلك لان النشاط الرياضي انتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي و ثقافي

ويتميز النشاط البدني والرياضي عن بقية ألوان الأنشطة بالاندماج البدني الخاص وبدونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على انه نشاط رياضي قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة ونزاهة وهذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديماً أو حديثاً، والنشاط الرياضي يعتمد بشكل أساسي على الطاقة البدنية للممارسة وفي شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط وطرق اللعب.

ان النشاط البدني الرياضي عبارة عن مجموعة من المهارات متعلمة من اتجاهات يمكن ان يكتسبها الفرد دون سن معين يوظف ما تعلمه في تحسين نوعية الحياة نحو المزيد من تكييف الفرد مع بيئته ومجتمعه حيث ان ممارسة البدني الرياضي لا تقتصر المنافع على الجانب الصحي والبدني فقط الا انه يتم التأثير الايجابي على جوانب اخرى الا وهي نفسية واجتماعية العقلية والمعارفية الحركية والمهارية جمالي وفني وكل هذه الجوانب تشكل شخصية الفرد شاملاً منسقا كاملاً¹.

¹ امين انور خولي، الرياضة والمجتمع، بدون ط، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، سنة 2001، ص 22.

4- أوجه النشاط البدني الرياضي:

➤ النشاط البدني الداخلي:

وهو الذي يقدم خارج أوقات الجدول المدرسي داخل المؤسسة والغرض منه إتاحة الفرص لكل تلميذ لممارسة النشاط المفضل لديه وتطبيق المهارات التي يبني عليها تخطيط النشاط الداخلي.

ويختلف النشاط الداخلي من مدرسة إلى أخرى، وذلك لأنه يخضع للإمكانيات المتوفرة وطبيعة البيئة. والنشاط الداخلي يحتوي على كل الأنشطة المتوفرة في المدرسة الفردية والجماعية ويتم النشاط الداخلي عادة في أوقات الراحة الطويلة والقصيرة في اليوم المدرسي وتحت إشراف المدرسين والطلاب الممتازين والذين يجدون فرصة جيدة لتعلم إدارة النشاط الرياضي وكذلك التحكم، وبشكل عام فإن هذا النشاط يتيح الفرصة للتلاميذ بالتدريب على المهارات والألعاب الرياضية خارج وقت الدرس.

➤ النشاط البدني الخارجي:

هو النشاط الذي يتم خارج أوقات الجدول المدرسي وخارج المدرسة وهذا النشاط يشمل:

-نشاطات الفرق المدرسية:

فكما هو معروف أن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفردية أو الجماعية وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة وعنوان تقدمها في مجال التربية البدنية والرياضية وهؤلاء التلاميذ يعتبرون نواة الأندية والأحياء ومن هنا كان من الواجب الاهتمام بهذه الفرق وإمدادها بيد المساعدة¹.

¹محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، مصر القاهرة، 1998، ص 160.

-النشاطات الخلوية (المعسكرات والخرجات) :

هي أحد أهم الأنشطة التي يجد فيها التلاميذ راحتهم ويعبرون عن شخصيتهم بحرية وفي هذه الرحلات والمعسكرات تقام العديد من الأنشطة ويتعلم فيها التلاميذ الكثير من الأمور التي تساعدهم في حياتهم المستقبلية بالإضافة إلى الصفات النفسية الأخرى فالنشاط البدني له أهداف أهمها:

- فسح المجال للفرق الرياضية للتنمية الاجتماعية والنفسية وذلك بالاحتكاك مع غيرهم من تلاميذ المدارس الأخرى.
- الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي.
- إتاحة الفرصة لتعلم الاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية.

-النشاطات البدنية من حيث الوسائل والشدة:**• ألعاب هادئة:**

لا تحتاج إلى جهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ كقاعة الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طول اليوم.

• ألعاب بسيطة:

ترجع بساطتها إلى حلولها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد أو قصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تتناسب مع الأفراد.

• ألعاب المنافسة:

تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب مع نوع الألعاب، يتنافس فيها الأفراد، إذا بما أن في المنافسة يشترط تفر خصمين فلا بد من توف جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق الفوز¹.

5-تقييم ليوناردو للنشاط الرياضي:

أولاً: النشاطات الرياضية الفردية: الملاكمة المصارعة، ألعاب القوى، الخ.

ثانياً: النشاطات الرياضية الجماعية: كرة القدم، كرة السلة الخ.

ثالثاً: النشاطات الرياضية الاستعراضية الفروسية سباق السيارات، الخ.

رابعاً: النشاطات الرياضية المائية السباحة الغطس، الخ.

خامساً: المعسكرات وتسلق الجبال، الخ.

سادساً: الشتوية التزلج على الثلج والجليد، الخ².

¹ محمد حسن علاوي، نفس المرجع السابق، ص 160.

² محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، مرجع سبق ذكره، ص 161.

6-أنواع النشاط البدني الرياضي:

➤ النشاط الرياضي والبدني الترويحي:

- مفهوم الترويح:

"الترويح حالة انفعالية تنتج عن شعور الفرد بالارتياح في المجتمع وفي الحياة، ويتصف بمشاعر ايجابية كالإيجاد والانتعاش والقبول والنجاح والبهجة وقيمة الذات وهو بذلك يدعم الصورة الايجابية لذات الفرد، كما أنه يستجيب للخبرة الجمالية ويحقق الأغراض الشخصية ويتخذ الترويح أنشطة مستقلة لوقت الفراغ تكون مقبولة اجتماعيا"¹.

- مفهوم النشاط الرياضي الترويحي:

تتصل الرياضة اتصالا وثيقا بالترويح ،و قد ولدت و ترعرعت في كنف الترويح ،و لعل الترويح أقدم النظم الاجتماعية ارتباطا بالرياضة ،و ربما أقدم من نشاط التربية في اتصاله بالرياضة ،فطالما استخدم الإنسان الرياضة كمتعة و تسلية و نشاط ترويح في وقت فراغه ،و يعتقد رائد الترويح "أن دور مؤسسات الترويح و أنشطة الفراغ في المجتمع المعاصر قد أصبحت كثيرة و متنوعة ،و خاصة فيما يتصل بالأنشطة الرياضية و البدنية ،بحيث تتوزع مشاركة الأفراد و المجتمعات في ضوء الاعتبارات المختلفة كالسن ،الميل ،و مستوى المهارة ...الخ الأمر الذي يعمل على تخطي الانفصال بين الأجيال و تضيق الفجوة بينهما وبالتالي يرتبط المجتمع بشبكة من الاهتمامات و الاتصالات من خلال الأسرة فيما يتيح قدرا كبيرا من التماسك و التقاهم و الاتصال داخل المجتمع الواحد."²

¹ امين انور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية،1996، ص43.

² محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، مرجع سبق ذكره، ص 43 44.

➤ النشاط الرياضي التنافسي:

-مفهومه:

يستخدم تعبير المنافسة استخداما واسعا وعريضا في الأوساط الرياضية، ويعتبر المنافس والمتنافس غالبا ما يكون بديلا أو مرادفا لكلمة رياضي، كما يستخدم تعبير المنافسة بشكل عام من خلال وصف عملياتها، وتحقق عندما يكافح اثنان أو أكثر في سبيل ما لتحقيق هدف معين، وعلى الرغم من أن الفرد إذا حقق غرضه بالتحديد فإنه يحرم المنافسين الآخرين منه، إلا أنه يحزر بعض الأهداف إذا كافح وبذل الجهد، وهكذا تشتد المنافسة كلما اقتربت من باب نهاية المباراة ولقد قدم "شو" نقلا عن "روس" و "هاج" تصنيفا للمنافسات الرياضية وهي على النحو التالي:

- منافسة بين الفردين
- منافسة بين فريقين
- منافسة بين أكثر من فرد ضد بعض العناصر الطبيعية¹

وعموما فإن الأشخاص عندما يمارسون النشاط الرياضي فانهم يتوقعون المسابقة أو المنازلة أو التباري في سبيل تحقيق هدف معين، فكل هذه المضامين تتدرج تحت مفهوم التنافس الذي يحتوي على مشاعر كثيرا ما يعتمد الأشخاص إلى إخفاءها وعدم إبرازها بوضوح في الحياة العامة، لكن الرياضة لا تتجاهل هذه المشاعر، بل تظهرها وتبرزها في إطارها الاجتماعي الصحيح، ويعتبر مفهوم المنافسة المفهوم الأكثر التصاقا بالنشاط الرياضي عن غيره في سائل أشكال النشاط البدني كالترويح واللعب... الخ. ذلك باعتبار روعة الانتصار وبهجته لا يتم إلا من خلال إطار تنافسي، كاحترام قوانين الألعاب وقوانين التنافس والالتزام باللوائح والتشريعات

1 امين انور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية، مرجع سبق ذكره، ص190.

والروح الرياضية والتنافس الشريف، وغيرها من التعابير التي تعمل على تدريب الأطفال والشباب على عملية للتعاون والتنافس.

فممارسة النشاط البدني والرياضي شكل يتصف ببذل الجهد لتحقيق الفوز على الخصم، يندرج هذا ضمن ما يدعى بالنشاط الرياضي التنافسي الذي يتسم بإعطاء الدفع اللوازم للرياضة من خلال أمور معنوية ورمزية، كالنصر والهزيمة وغيرها تعمل على تقبل الهزيمة وألعاب النصر بالتواضع، وذلك لأن النشاط الرياضي التنافسي يعلمنا أننا قد نهزم ولكن لا مانع أن نفوز في المرة القادمة¹.

-إيجابيات النشاط الرياضي:

يحتوي النشاط الرياضي التنافسي على إيجابيات عديدة وسنذكر من خلال هذه الدراسة نموذجين من العمليات الإيجابية التي يحتويها النشاط الرياضي التنافسي.

• عمليات التوافق الاجتماعي:

وهو كالتالي:

- **الاستسلام:** هو عملية اجتماعية تتبع الهزيمة في المنافسة الرياضية، وهو القبول بنتيجة المباراة التي أقيمت على دعائم من إدارة محايدة وفق قواعد اللعب.
- **الوساطة:** وتقوم على الجمع بين الأطراف المتصارعة في محاولة لخلق جو ملائم بينهم رغبة في حل النزاع ويساهم النشاط التنافسي في خلق مثل هذه الظروف لحل الصراع على كل المستويات من خلال المنافسة الرياضية.
- **التحكيم:** يعتمد النشاط الرياضي التنافسي على الحكيم في تقرير الفرق الفائزة، ويتم ذلك وفق قواعد منضبطة إلى حد كبير، مؤسسة على مبادئ كالعدالة والنزاهة والاعتبارات التربوية والخلقية.

¹ امين انور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية، مرجع سبق ذكره، ص 191.

• **التسامح:** عندما تشتد الصراعات لا تقبل أي وساطة أو أي تحكيم، فإن الحل هو التسامح الذي

يسهم النشاط الرياضي بقدر كبير في توفيره، حيث تقبل فرق من عقائد مختلفة على الساحة الرياضية

وفق قواعد لعب محايدة، لا صلة لها بهذه العقائد¹.

وتلعب صفة التسامح على الممارسين الرياضيين حتى في الممارسات الفردية التي تتسم بالاحتكاك البدني

كالملاكمة والمصارعة، وغالبا ما تنص قواعد اللعب على آداب معينة كتقدير المنافس أو الحكم والأمر الذي

يضيء جوا من التسامح والإخاء على المنافسة.

• **التعاون:** يقدم النشاط الرياضي التنافسي طرقا ثرية لتحقيق التعاون واكتسابه للممارسين وباعتبار

الانجازات الرياضية من خلال المنافسة في مجملها، بينما هي ثمرة وتآزر اللاعبين فيما بينهم ومن

هذا يمكن لأن نقول إن النشاط الرياضي التنافسي يمزج بين سلوكيات التعاون وسلوكيات التنافس في

آن واحد، ومثال ذلك الرياضة الجماعية، حيث نجد أن أفراد الفريق الواحد يتعاونون جميعا لتحقيق

الفوز على الفريق الخصم.

-سلبيات النشاط الرياضي التنافسي:

تعالق الأصوات في الآونة الأخيرة مطالبة بالحد من التركيز على الفوز في المنافسات الرياضية، حتى أن

بعض الباحثين طالبو إعادة النظر في طبيعة التنافس الرياضي بعد أن تحولت أغلب المنافسات الرياضية

الأصلية إلى العنف والعدوان والغش وتعاطي المنشطات، ووصل الأمر بالرياضة المعاصرة إلى تقديم رشاي

مباشرة كانت أو غير مباشرة للمسؤولين والرسميين، وهذا ما يزيد من تفشي الفساد في المجال الرياضي.

1 امين انور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية، مرجع سبق ذكره، ص192.

➤ النشاط الرياضي البدني النفسي:

في الحقيقة أن مفهوم النشاط الرياضي النفسي هو مختلف أنواع الأنشطة الرياضية النفعية التي تعود بالفائدة والنفع من ناحية التعبير، يقصد به النفسية العقلية الاجتماعية البدنية والصحية. ومع أن كل أنواع النشاط البدني تعتبر نفعية، كالنشاط الترويحي، التنافسي إلا أن هناك أنواع أخرى نفعية وهامة.

-**التمارين الصباحية:** تعتبر من التمرينات التي تقدم من خلال برامج الإذاعة والتلفزة أكثر البرامج انتشارا وأقلها تكلفة، حيث أنها لا تحتاج إلى أماكن كبيرة للممارسة أو وقتا طويلا لأجرائها فهي عادة تتكون من 06 إلى 12 تمرين يشمل كل العضلات الأساسية مستخدمة تمرينات نمطية مبتدئة بالذراعين والبطن ومختلف عضلات الجذع والرجلين، ثم تتبع بتمرينات التهدئة في الإلقاء وتشجيع الممارسين على أداءها في أوقات فراغهم، بالإضافة إلى شرح قيمة وأهمية هذه التمارين، ومدة البرامج من 10 إلى 20 دقيقة في اليوم.

-**تمارين الراحة:** وهذا النوع من التمارين يمارسه العمال داخل الوحدات الإنتاجية أثناء فترات الراحة، من قضاءها في حالات سلبية وهي تزاوّل بشكل جماعي وأحيانا بشكل فردي وكذلك تقدم هذه التمارين قبل العمل ومدتها من 00 إلى 10 دقائق.

-المسابقات الرياضية المفتوحة:

يؤدي برنامج هذا النوع من المسابقات بين الفرق الهاوية إلى إتاحة الفرصة للمواطنين غير المشتركين في الأندية الرياضية الاشتراك الايجابي في ممارسة الأنشطة المختلفة ويختار فيها الأنشطة الأكثر شعبية لهذا البرنامج مع استخدام قواعد مبسطة لتحطيمها في ضوء الروح العامة للقانون وتحت إشراف قيادات مدربة هذا النشاط¹.

¹امين انور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية، مرجع سبق ذكره 193.

-تمارين من اجل الصحة:

الحرص التي تقوم من اجل الصحة لمجموعات من السكان في تجمعات رياضية، والغرض الأساسي للممارسة هو اكتساب الصحة، وتقدم هذه التمارين في مجموعات مستقلة الذكور عن الإناث خاصة عند الشباب، أما الأعمار المتأخرة متقدم في مجموعة مختلطة، وتؤدي بشكل منظم وفي وقت ثابت، مدتها من 10 الى 15 دقيقة، وتقدم فيها تمارين العضلات الكبيرة كالظهر البطن لفئة الكبار في السن¹.

-المهرجانات الرياضية:

تعد المهرجانات الرياضية نمودجا لارتفاع مستوى التنظيم، ويتجلى ذلك في مجتمع أعداد غفيرة من المواطنين بهدف المشاركة، على اختلاف أعمارهم ومستوياتهم ورغباتهم في مختلف أنواع النشاط، أو لمجرد المشاهدة مما قد يؤدي إلى تخلص الكثيرين منه من عامل الخجل في المشاركة والتفاعل مع المجتمع والأشخاص، كما تعد فرصة لنشر الوعي بين أعداد كبيرة في منافسة واحدة، ومن جانب آخر يمكن استعمال تلك المهرجانات في انتقاء وتوجيه الموهوبين لرياضة المنافسة والبطولة.

➤ التدريب الرياضي:

هو أحد الأشكال المنظمة لممارسة النشاط الرياضي ويخضع لقوانين وقواعد ويتم تحت إشراف المدربين، وهذا النوع يتم في الأندية الرياضية والفرق المدرسية.

- دوافع النشاط البدني الرياضي:

لقد قسم "روديك" الدوافع المرتبطة بالدوافع للنشاط إلى:

• الدوافع المباشرة:

¹امين انور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية، مرجع سبق ذكره 193.

تتلخص أهم الدوافع المباشرة الخاصة بالنشاط البدني فيما يلي:

-الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط البدني الرياضي.

-المتعة الجماعية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية.

-الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها والتي تتطلب المزيد من الشجاعة

الرياضية وما يرتبط من الخبرات الفعالية المتعددة.

- تسجيل الأرقام القياسية والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز.

-نستخلص مما سبق أن الدوافع المباشرة توفر الراحة النفسية للفرد عند قيامه بنشاط رياضي ما¹.

• الدوافع الغير مباشرة:

من أهم الدوافع الغير مباشرة للنشاط البدني الرياضي تتمثل فيما يلي:

-محاولة اكتساب اللياقة والصحة البدنية على طريق ممارسة النشاط الرياضي.

فان سألت الفرد عن سبب ممارسته للنشاط البدني فانه يجيب كالاتي:

-الرياضة تكسبني الصحة وتجعلني قويا.

-ممارسة النشاط البدني يساهم في رفع مستوى قدرته في عمله ويرفع مستوى إنتاجه في العمل.

-بدأت في ممارسة النشاط الرياضي لأنه من الضروري على حضور حصص التربية البدنية والرياضية

بالمدرسة نظرا لأنها إجبارية تدخل ضمن برنامج الدراسة.

-الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به الرياضة إذ يرى الفرد أنه يريد أن يكون رياضيا.

من خلال ما ذكرنا سابقا يمكن القول بأن للنشاط البدني الرياضي دور فعال في حياة الأفراد، فمنه يكتسبون

اللياقة البدنية الجيدة ويزداد نشاطهم العملي ويندرجون في الوسط الاجتماعي ويبرز أثره خاصة عند المراهقين.

¹محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، مرجع سابق، ص 160 161،

7- أهداف النشاط البدني الرياضي:

➤ هدف التنمية البدنية:

يعتبر هدف التنمية البدنية والرياضية عن إسهام النشاط البدني الرياضي في الارتقاء بالأداء الوظيفي الإنساني ولأنه يتصل بصحة الطفل ولياقته البدنية، فهو يعد من أهم أهداف النشاط

البدني الرياضي، إن لم يكن أهمها على الإطلاق، وتطلق عليه أهم المدارس المختصة هدف التنمية العضوية لأنه يعتمد على تحسين وظائف أعضاء الجسم من خلال الأنشطة البدنية الحركية المختارة و كذلك المحافظة على مستوى أداء هذه الوظائف وصيانتها وتتمثل أهمية هذا الهدف على أنه من الأهداف المقصورة على النشاط البدني الرياضي، ولا يدعي أي علم أو نظام آخر يستطيع أن يقدم ذلك الإسهام لبدن الإنسان، بما في ذلك الطب وهذا في سائر المواد التربوية والتعليمية الأخرى بالمدارس أو خارجها كالأندية مثلا، هدف التنمية البدنية والعضوية قيم بدنية جسمية مهمة لها أغراض ملائمة ومهمة على المستوى التربوي والاجتماعي وتتمثل فيما يلي:

- القوام السليم والخالي من العيوب.
- التركيب الجسمي المتناسق والجسم الجميل.
- السيطرة على البدانة والتحكم في الوزن¹.

➤ هدف التنمية المعرفية:

تتناول التنمية المعرفية العاقبة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي وبين القيم والخبرات والمفاهيم المعرفية التي يمكن اكتسابها من خلال ممارسة هذا النشاط والتحكم في أدائه بشكل عام.

¹ عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي للجنسين، ط1، دار ماهي للنشر والتوزيع، لبنان، بيروت، ص 18.

ويهتم الهدف المعرفي بتنمية المعلومات والمهارات المعرفية كالفهم والتطبيق والتخيل والتقدير لجوانب معرفية في جوهرها رغم اكتسابها النشاط الرياضي والبدني مثل:

- تاريخ الرياضة وسيطرة الأبطال.

- مواصفات الأدوات والأجهزة والتسهيلات.

- قواعد اللعب ولوائح المنافسة.

- الخطط واستراتيجية المنافسة.

- الصحة والرياضة والمنافسة.

- أنماط التغذية وطرق ضبط الجسم.

➤ هدف التنمية النفسية:

يعتبر هدف التنمية النفسية من مختلف القيم والخبرات والخصائل الانفعالية المقبولة التي تكسب برامج النشاط البدني الرياضي الممارس لها، حيث يمكن إجمال هذه التأثيرات في تكوين الشخصية المتزنة للإنسان والتي تتصف بالشمول والتكامل. كما يؤثر النشاط البدني الرياضي على الحياة الانفعالية للفرد بتغلغله إلى مستويات السلوك.

فاكتساب المهارة الحركية له منافع كبيرة وفوائد ذات أبعاد نذكر منها:

- المهارة الحركية تنمي مفهوم الذات وتكسب الثقة بالنفس.

- المهارة الحركية توفر طاقته للعمل وتساعد على اكتساب اللياقة البدنية.

- المهارة الحركية تمكن الفرد من الدفاع عن النفس وزيادة فرص الأمان¹.

¹ عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي للجنسين، بدون ط، ص19.

7-4 هدف التنمية الاجتماعية:

تعد التنمية الاجتماعية عبر النشاط الرياضي والبدني أحد الأهداف المهمة الرئيسية فالأنشطة الرياضية تتميز بثناء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها اكتساب الرياضة والنشاط البدني عددا كبيرا من القيم والخبرات والخصائل الاجتماعية المرغوبة والتي تنمي الجوانب الاجتماعية في شخصيته، وتساعده في التطبع والتنشئة الاجتماعية والأخلاقية وقد استعرض كل الجوانب والأهداف الاجتماعية للنشاط الرياضي فيما يلي:

-الروح الرياضية.

-تقبل الآخرين بغض النظر عن الفروق.

-التعود على القيادة والتبعية.

-التعاون.

-متنفس الطاقات.

-التنمية الاجتماعية.

-الانضباط الذاتي.

كما يعمل النشاط الرياضي والبدني على نمو العلاقات الاجتماعية كالصداقة والألفة، ويجعل الفرد يتقبل دوره في المجتمع، ويعلمه الانضباط الاجتماعي والامتثال لنظم المجتمع.

8-خصائص النشاط البدني الرياضي:

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعة منها:

- النشاط البدني عبارة عن نشاط جماعي وهو يعبر عن نشاط اجتماعي وهو يعبر عن تلاقي متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- خلال النشاط الرياضي والبدني يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي.

- أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط الرياضي هو تدريب ثم تنافس.
- يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، يؤثر المجهود الكبير على يسر العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه والتركيز.

لا يوجد رأي نوع من أنواع النشاط الإنساني أثر واضح الفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي باستقطاب جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كثير من فروع الحياة، كما أنه يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف مع مجتمعه ومحيطه، حتى يستطيع إخراج العبق الداخلي والاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه.

9- أهمية النشاط البدني الرياضي:

يعتقد البعض أن النشاط الرياضي والبدني يختص بتكوين الفرد من الناحية البدنية فقط، ولكن هذا غير صحيح، فالفرد عبارة عن وحدة متكاملة غير منفصلة، حيث أكدت الاتجاهات العلمية الحديثة أن هناك وحدة بين جميع النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية، وأن أي نمو في ناحية من هذه النواحي يؤثر بسائر النواحي الأخرى، فالعقل يؤثر على مجهود الجسم، والجسم يؤثر على مجهود العقل، ولا يمكن فصل عمل الاثنين أحدهما على الآخر، كما يقول المثل: "العقل السليم في الجسم السليم"، فلا يقتصر دور النشاط البدني والرياضي على تنمية الجسم فقط كما يعتقد البعض بل يتعداه إلى أبعد من ذلك كتنمية النمو البدني، الحساسية الباطنية لأعضاء الحس من حيث العضلات والأوتار والمفاصل فهو يبعث الرضا والارتياح لدى الفرد، لهذا فالمراهق بحاجة إلى تفريغ الطاقة في النشاط الرياضي الذي يتفق مع قدراته¹.

¹ عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي للجنسين، مرجع سبق ذكره ص 21.

10-وظائف النشاط الرياضي البدني:**➤ النشاط البدني لشغل أوقات الفراغ:**

إذ أردنا أن يكون قويا وسليما في بنيته، عاملا للخير متطلعا لغد أفضل فلا بد أن نعما على استغلال أوقات الفراغ وتحويله من وقت ضائع إلى وقت نافع ومفيد تنعكس فوائده على كل أفراد المجتمع.

قد يكون النشاط الرياضي والبدني أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة على الأقل من وقت فراغهم من نشاط بناء يعود عليهم بالصحة والعافية رغما من وجود الكثير من الأنشطة المفيدة، كالرسم والنحت وقيادة السيارات وغيرها، إلا أنه لا يجب أن تكون بديلة النشاط الرياضي، والوسيلة الوحيدة لتنمية الكفاية البدنية والحركية اللازمة للحياة المتدفقة ولكن أن تكون هذه الأنشطة وسائل مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة. وهكذا يساهم النشاط البدني الرياضي في حسن استغلال وقت الفراغ وحل إحدى مشكلات العصر الخطيرة الكثيرة من المدمنين على الكحول والخدمات، كان سبب إدمانهم عدم الاستغلال مفيد لوقت فراغهم.

➤ النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن:

إن الفرد الذي يقبل على النشاط البدني بحيوية وصدق، ويكون في حالة تهيأ عقلي أفضل من الإنسان الذي يركن إلى الكسل والخمول من حيث تكافؤ العوامل الأخرى المؤثرة على النشاط الذهني مثل، الثقافة، السن، الجنس، كما يبدو منطقيا أن الممارسين للأنشطة الرياضية فان القدرة العقلية في المجالات الرياضية زاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكا بصريا للحركة، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية و تطوير القدرة، وبالتالي تنمية وتطوير التفكير والذكاء العام وهذا يعني بوضوح عام أن النشاط الرياضي يساهم في إنعاش الذهن واستخدامه استخداما أكثر فائدة وتأثير، بالإضافة إلى أن ألوان النشاط الرياضي ليست مقتصرة على الناحية البدنية فقط، بل يصاحبها الاكتساب الكثير من المعلومات والمعارف ذات الأهمية البالغة في تنمية الثقافة العامة¹.

¹علي منصور، علم النفس الرياضي، د ط، دار الفكر الغربي، مصر، القاهرة، بدون سنة ص42.

➤ النشاط البدني لتنمية التفكير:

إن الأداء الرياضي الحركي جانبيين، جانب فكري يتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها، وتحديد غرضها ومسارها " القوة، السرعة، الاتجاه"، وهذا التحديد العقلي هو ما يسمى بالتوقع الحركي إلى المداومة الفكرية الرياضية وجانب آخر عملي وهو يتعلق بتطبيق الحركة فعليا كما فكر الفرد، وصاغها عقليا على ضوء اقتضاه المسبق للعلاقات الكائنة بين الوسيلة والهدف، وهو ما يسمى بالإيقاع الحركي. والمؤكد أن التفكير المسبق للحركة ومدى صياغة العقل وأبعادها هو الذي يتوقف عليه نجاحه فكلما كان التفكير سليم كلما كان الأداء ناجح محقق لأغراضه وأهدافه والعكس صحيح، فالأداء الرياضي لا يتم بصورة آلية ولكنه يتأسس على التفكير الذي يؤثر فيه ويتبين أثر به، وهناك تكمن أهمية الأنشطة الرياضية في تنمية التفكير.

➤ النشاط البدني لدعم مقومة الإنسان لمتاعب الحياة الحديثة:

يحتل النشاط الرياضي مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية والبريئة الهدف التي تساهم بدرجة كبيرة في تحقيق الحياة المتوازنة، والتخلص من حدة التوتر العصبي، ذلك أن الفرد حينما يستغرق في الأداء الرياضي الذي يكون يمارسه أو يتراخى تبعا من قبضة التوتر الذي يشد أن السرعة المتزايدة للحياة الحديثة يمكن أن تخفف وطأتها عن طريق النشاط البدني وأن الملاعب والساحات والشواطئ بمثابة معامل ممتاز يستطيع أن يمارس فيها التحكم في عواطفه وي طرح القلق جانبا ويشعر بالثقة النابعة من قلبه¹.

➤ النشاط البدني لإثراء العلاقات الاجتماعية:

النشاط البدني والرياضي هو الذي يتخذ مرتبة العناية في مجالها للفرد نطاق العضلات البارزة والمنافسة المستعصية، والفرد الذي يعرف من خلال الرياضة ذاته ويتحكم فيها ويتغلب فيها ويطوعها في خدمة الآخرين

¹علي منصور، علم النفس الرياضي، مرجع سبق ذكره، ص43.

والنشاط الرياضي لا يقتصر على تقديم وسائل تتيح للشباب فرص الاقتراب من بعضهم فقط، ولكنه يساعد هؤلاء الشباب أيضا على التكيف الاجتماعي وإثراء العلاقات الاجتماعية والروح الرياضية ليست في المجال الرياضي فحسب، بل في مجال الحياة داخل المجتمع.

➤ النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة وتحسينها:

إن المجهود البدني الذي كان يقوم به الإنسان وحتى المجهودات البدنية الاعتيادية فهي محدودة ومتكررة و هذا جعلها تفقد الإنسان مرونته وحساسيته وقدرته على مقاومته للأمراض من الأمراض مثل السمنة و يشتكى من أمراض لم يكن يشتكى منها من قبل مثل أمراض الدورة الدموية، الجهاز العصبي، الأمراض النفسية لقد استطاع الطب أن يسيطر على مختلف العظام، ولكنه وقف حائرا أمام الكثير منها و الراجعة من انتقال الإنسان من حياة النشاط والحركة إلى حياة الكسل والخمول، مما جعله يتجه للمزيد من التحليل البدني وبالتالي عدم القدرة على النهوض بواجباته الأساسية لأن ذلك يتطلب منه قدرا كبيرا من اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات.

11- دور النشاط الرياضي في تطوير الجانب الاجتماعي:

اجتمع علماء الاجتماع على أن فرص التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والمتاحة عبر الرياضة من خلال متضمناتها كالتدريب، المنافسة،... الخ، تساعد بشكل واضح في خلق القيم الاجتماعية المقبولة، واكتساب المعايير الاجتماعية المتميزة والاهتمام بتشجيع منتخب الدولة، والمشاركة في الشعور العام، وإذا ما نظرنا إلى الواقع فإن العمليات الاجتماعية من صراع وتعاون وتكيف وامتثال،... الخ، كلها تزخر بالتفاعلات والمواقف داخل إطار الفريق الرياضي.

ويظهر دور الرياضة في هذا الجانب في الروح الرياضية التي يبديها الخاسر بعد نهاية المقابلة وتقبله الخسارة وتعتبر بمثابة إحباط، فهو نوع من تقبل الفشل في أحد جوانبه الاجتماعية وتغلبه على الإحباط، ويدرك

بعدها أن الخسارة ماهي إلا خسارة مقابلة وليست كل المقابلات، وهذا ما لا يتوفر في الفرد أو المراهق غير الرياضي الذي يتعرض لأزمة نفسية بمجرد تضارب أهدافه وطموحاته مع الواقع.


ومما يميز مرحلة المراهقة بصفة خاصة هو عدم التكيف وتقبل الآخرين ورفض السلطة المفروضة والابتعاد عن الاحتكاك الاجتماعي، وهذا ما يهيئ الظروف لدخوله عالم الانحراف السلوكي والوقوع في آفة المخدرات إلا أنه يفضل الرياضة، كانت هناك فرق تتمتع بالتعاون والتفاهم في تحقيق الهدف الذي يعود على الفرد بالمنفعة رغم اختلاف العقائد ولون البشرة، والمستويات الاجتماعية، ويكون هناك احترام للرأي الجماعي ورأي قائد الفريق، والحكم والقوانين العامة للعب المنظم، كما تخلق جوا عائليا أخويا بين أفراد الفريق¹.

¹امين انور خولي، أصول التربية البدنية والرياضية، مرجع سبق ذكره، ص 143.

خلاصة:

نستخلص من خلال ما اشرنا إليه حول النشاط البدني والرياضي جزء متكامل من التربية العامة و ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية الاجتماعية اذ يكتسي طابع خاص وهام في بناء المجتمعات ويعمل على اشباع حاجات ورغبات الأفراد المتباينة وكونه علم قائم بداته له فلسفته الخاصة ونظمه وقوانينه واسس وقواعد يسير عليها، فهو يعتبر وسيلة تربوية ووقائية و فعالية للفرد إذا ما تم استغلاله بصفة منظمة ومستمرة، كما أن النشاط البدني والرياضي له دور كبير في تطور قدرات الفرد مثل: القوة والمداومة والمرونة وأنها وسيلة مهمة في تربية روح الجماعة والتعاون والاحترام للآخرين وتدفعه الوصول إلى أعلى المستويات من خلال الاندماج مع الجماعة وتطوير القدرات البدنية.

الجانحة التطبيقية



الفصل الأول
الإجراءات المنهجية
للدراسية

تمهيد:

لقد اهتم الباحثون والعلماء بالقيام بالدراسات وقف معايير واساليب علمية تعرف بأسس ومناهج البحث العلمي، فهي تلزم الباحث على تقديم شروح منهجية لبحثه وإجراءاته الميدانية التي تمكنه من الوصول إلى الأهداف المسطرة في بداية الدراسة كما تمكن من تحديد ووضع نتائجها.

1-التذكير بالفرضيات:**➤ الفرضية العامة للدراسة:**

-لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي اتجاهات إيجابية متنوعة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.

➤ الفرضيات الجزئية:

-توجد فروق ذاتة احصائيا في اتجاهات اساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج اوقات العمل وفق متغير الجنس.

-توجد فروق دالة احصائيا في اتجاهات اساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج اوقات العمل وفق متغير المؤهل العلمي.

-توجد فروق دالة احصائيا في اتجاهات اساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج اوقات العمل وفق متغير الخبرة المهنية.

2-الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية أول خطوة يقوم بها الباحث في الجانب التطبيقي، بحيث انها خطوة هامة في البحث العلمي، فهي صورة مصغرة للبحث.وقد عرفها "مروان عبد المجيد إبراهيم" بأنها تلك الدراسة التي

تهدف الى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث دراستها والتعرف على أهم الظروف التي يمكن وضعها واخضاعها للبحث العلمي.¹

➤ المجال الزمني والمكاني لإجراء الدراسة الاستطلاعية:

لقد أجرينا الدراسة لاستطلاعية في ثانويات التابعة لولاية بومرداس، وقد تمت في فترة الممتدة من 05 ماي الى 13 ماي 2021.

➤ أهداف الدراسة الاستطلاعية:

يتمثل الهدف من الدراسة الاستطلاعية في التقرب والاحتكاك بالميدان وتكوين صورة دقيقة وحقيقية حوله، والتأكد من صحة وسلامة التقنيات المستعملة واختيار عينة البحث، كما تسمح لنا بالتقرب من الأساتذة والكشف من الجو العام في الثانويات وذلك بغرض جمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول الموضوع المدروس، والتحقق من سهولة ووضوح التقنيات المستعملة لجمع البيانات.

➤ خطوات الدراسة الاستطلاعية التي قمنا بها:

كانت خطوات تطبيق هذه الدراسة على النحو التالي:

-**الخطوة الأولى:** استلام رخصة من رئيس قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوقرة التابعة لولاية بومرداس، فمباشرة اتجهنا الى مديرية التربية لولاية بومرداس لتحديد مجتمع بحثنا الذي قدر ب 121 استاذ للتربية البدنية والرياضية لطور الثانوي من الجنسين موزعة على 52 ثانوية.

¹مروان عبد المجيد إبراهيم، أسس البحث العلمي، اعداد الرسائل الجامعية، بدون ط، مؤسسة العرق للنشر والتوزيع، 2000، ص 38.

-**الخطوة الثانية:** لقاء مع مديري بعض ثانويات ولاية بومرداس للإعطاء الموافقة للقاء مع أساتذة التربية البدنية والرياضية، حيث قمنا بتوزيع مقياس جيرالد كينيون لاتجاهات على أساتذة التربية البدنية والرياضية.

-ملاحظات:

خلال مشوارنا في هذه الدراسة تلقينا صعوبات، اذ تم رفضنا من قبل بعض مديري الثانويات تخوفا من انتشار فيروس كورونا في الوسط التربوي لديهم، رغم حصولنا على رخصة الموافقة للإجراء الدراسة الميدانية.

ومن الصعوبات أيضا وجدنا صعوبة التنقل بين المؤسسات الثانوية نظرا لبعد المسافة بينهم.

3- المنهج المتبع:

لتأطير وتنظيم الخطوات المتبعة في الجانب الميداني وتحليل معطياتنا اعتمدنا المنهج الوصفي اذ يعد المنهج الوصفي من أكثر وأهم مناهج البحث الاجتماعي ملائمة لدراسات الواقع الاجتماعي، وهو يشكل الخطوة الأولى نحو تحقيق الفهم الصحيح لهذا الواقع اذ يمكننا من الإحاطة بكل أبعاد هذا الواقع.

وعلى هذا الأساس استخدمنا المنهج الوصفي حيث يهدف هذا الأخير الى وصف ما هو كائن ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توحد بين الوقائع ولا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها بل يمضي الى ما هو أبعد من ذلك، لان الوقوف عند ما هو حاصل لا يشكل ما هو جوهر البحث الوصفي كما أن

عملية البحث لا تكتمل حتى تنظم هذه البيانات وتحلل وتستخرج منها الاستنتاجات ذات الدلالات بالنسبة للمشكلة المطروحة. (المغربي، 2002)²

4- الدراسة الأساسية:

قمنا بدراسة ميدانية في بعض ثانويات بومرداس وطبقنا مقياس جيرالد كينيون الذي أعد صورته العربية محمد حسن علاوي.

ونقصد بالدراسة الأساسية تلك الدراسة التي تسمح لنا بإجراء بحثنا وفق المراحل الآتية:

➤ مجتمع وعينة الدراسة:

- **مجتمع الدراسة:** يعرفه (grawitz) على أنه مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تتركز عليها الملاحظات. (انجرس 2004، صفحة 298).³

كما يقصد بها كامل افراد أو أحداث أو مشاهدات موضوع البحث أو الدراسة. وعليه فإن المجتمع الأصلي لهذه الدراسة هم أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين يزاولون عملهم على مستوى ثانويات بومرداس الذي قدر عددهم 121 استاذ.

- المعايير:

نعني بها اختيار عينة البحث المتمثلة للمجتمع الأصلي، ويعتبر اختيار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل الهامة للبحث عادة بتحديد مجتمع بحثه حسب الموضوع أو الظاهرة أو المشكلة.⁴

² ناجم نبيل طالب دكتور، د. دودو بلقاسم، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ال عدد31/ ديسمبر 2017.

³ مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية مرجع تم ذكره سابقا.

➤ عينة الدراسة وطريقة اختيارها:

- عينة الدراسة:

هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي كذلك جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث. (زررواتي 2007).⁵

وتمثلت عينة الدراسة في 60 أستاذاً للتربية البدنية والرياضية لثانويات ولاية بومرداس،

وينكر (انجرس 2004) في عملية تحديد العينة "أن المجتمع يقدر ببعض المئات الى بعض الالاف من العناصر، فالأفضل أخذ اجماليا 10/ من مجتمع البحث المتكون من بضع آلاف".⁶

وقد تم اختيارهم "بالطريقة العشوائية البسيطة" حيث يعرفها كل من (غنيم، 2000) على أن تشكيل هذه العينة يكون على أساس أن هناك احتمال متساوي امام جميع العناصر في مجتمع الدراسة لاختيارها بمعنى أن فرص اختيار أي عنصر من مجتمع الدراسة متساوية لجميع أفراد المجتمع، وفي نفس الوقت فان اختيار أي عنصر من عناصر المجتمع الدراسة لا يؤثر على اختيار العناصر الأخرى، وعادة ما تستخدم جداول الارقام العشوائية لاختيار مثل هذه العينات.⁷

⁴ سامي ملحم، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط2، عمان، 2002، ص124.

⁵ مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية مرجع تم ذكره سابقا.

⁶ مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية مرجع تم ذكره سابقا.

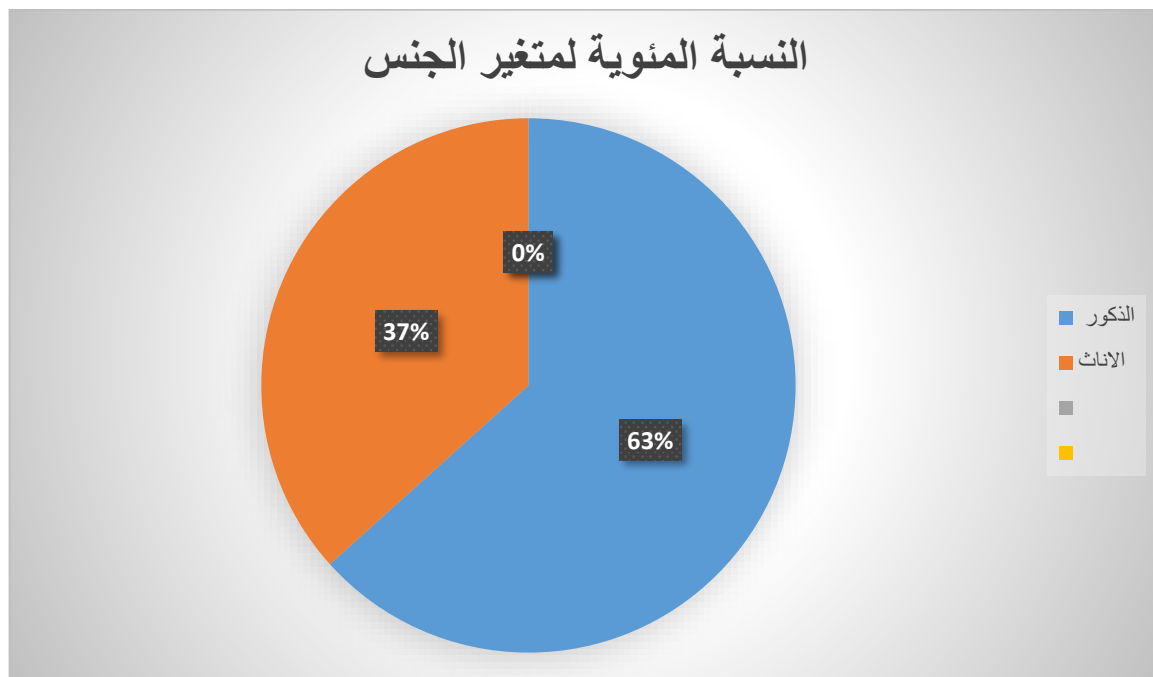
⁷ مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية مرجع تم ذكره سابقا.

الجدول رقم (01) يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس

المتغير	تصنيف المتغير	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	38	%63
	أنثى	22	%37
	المجموع	60	%100

نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) الذي يمثل توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس أن عدد الذكور

مقدر ب 38 وعدد الاناث ب 22.



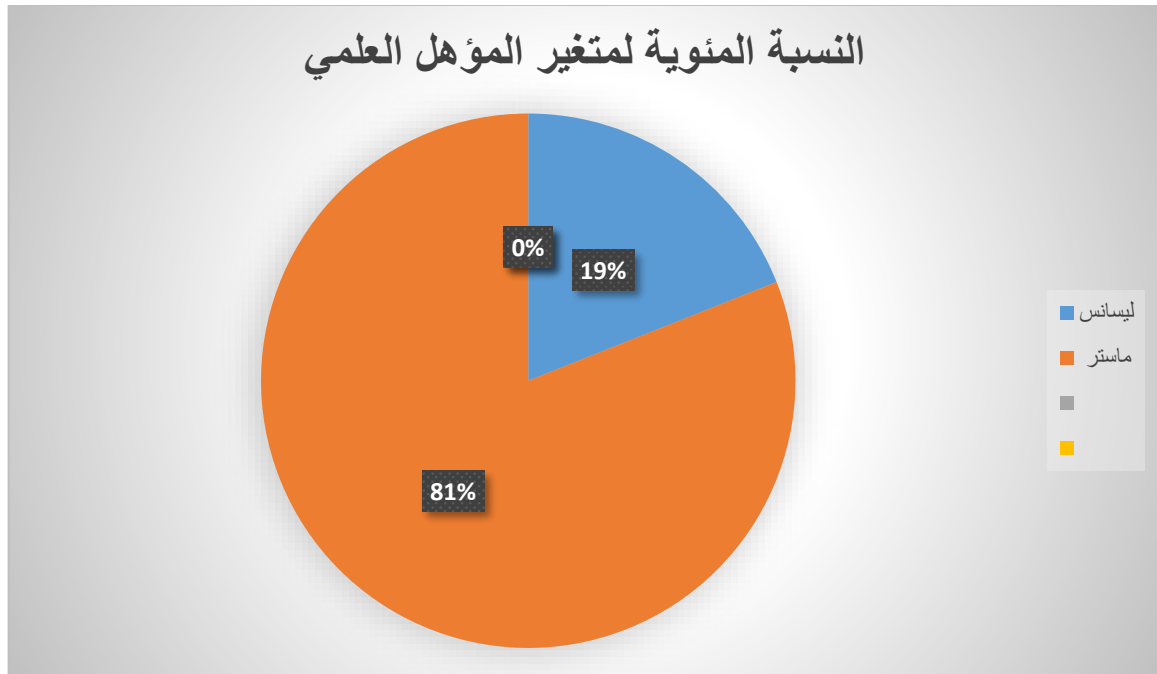
شكل رقم (03): يمثل دائرة نسبية تبين توزيع أفراد العينة وفق لمتغير الجنس.

نلاحظ من خلال الدائرة النسبية ان اغلبية أساتذة التربية البدنية والرياضية هم الذكور وبنسبة 63% من مجموع أفراد العينة أما نسبة الاناث بلغت نسبتهم 37% من أفراد العينة.

الجدول رقم (02): يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير المؤهل العلمي

المتغير	تصنيف المتغير	التكرار	النسبة
المؤهل العلمي	ليسانس	25	42%
	ماستر	35	58%
	المجموع	60	100%

من خلال الجدول رقم (02): يتضح لنا أن اغلبية أساتذة التربية البدنية والرياضية لهم مؤهل علمي ماستر بحيث يقدر عددهم ب 35 أستاذ والأساتذة الذي مؤهلهم العلمي ليسانس يقدر عددهم ب 25 أستاذ.



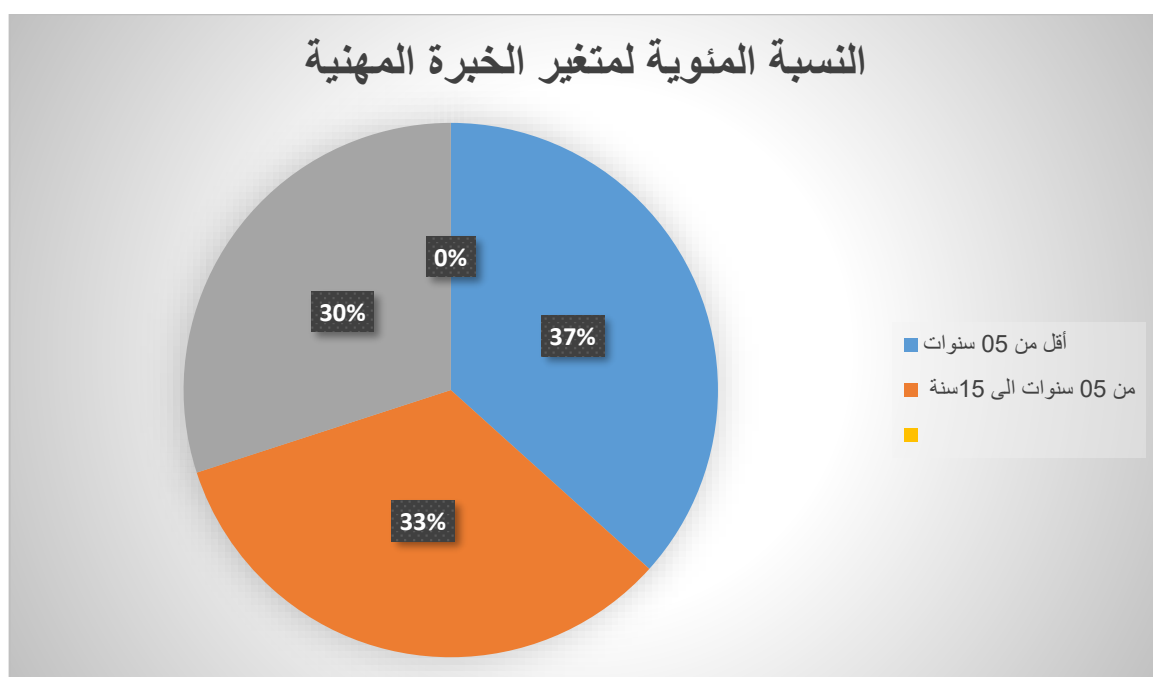
شكل رقم (04): يمثل دائرة نسبية تبين توزيع افراد العينة حسب متغير المؤهل العلمي.

انطلاقا من الشكل نلاحظ أن تقريبا أفراد العينة مؤهلهم العلمي ماستر حيث بلغ نسبتهم 81% بحيث أن بعض افراد العينة مؤهلهم العلمي ليسانس.

الجدول رقم (03): يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الخبرة المهنية:

المتغير	تصنيف المتغير	التكرار	النسبة
الخبرة المهنية	أقل من 05 سنوات	22	37%
	من 05 سنوات الى 15 سنة	20	33%
	أكثر من 16 سنة	18	30%
	المجموع	60	100%

نلاحظ من خلال الجدول رقم 03 أن 22 أستاذاً للتربية البدنية والرياضية خبرتهم المهنية أقل من خمس سنوات و18 أستاذاً تتراوح خبرتهم المهنية من 05 سنوات الى 15 سنة بحيث 18 أستاذاً آخرون خبرتهم المهنية أكثر من 16 سنة.



الشكل (05): يمثل دائرة نسبية تبين توزيع الافراد العينة حسب متغير الخبرة المهنية.

نلاحظ من خلال الشكل ان عدد أساتذة التربية البدنية والرياضية التي خبرتهم المهنية الأقل من خمس سنوات نسبتهم 37% اما عدد أساتذة التي خبرتهم المهنية التي تتراوح بين 05 سنوات الى 15 سنة نسبتهم 33% اما العدد الاخر الذي خبرتهم المهنية أكثر من 16 سنة نسبتهم 30%.

5- أدوات الدراسة:

من أجل التأكد من صحة فرضيتنا وطبيعة وظفنا عدة وسائل في جمع المعلومات ساعدت في الكشف جوانب البحث وتحديدها أبرزها:

-أولا مقياس جيرالد كينيون "مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني attitude to words physical activity (ATPA) وضعه في الأصل "جيرالد كينيون Gerald Kenyon " وأعد صورته العربية محمد حسن علاوي.⁸

وقد تم وضع المقياس على أساس افتراض النشاط البدني (الرياضي) يمكن تبسيطه إلى مكونات أكثر تحديدا وواضح معنى، كما يمكن تقسيمه إلى فئات فرعية غير متجانسة تقريبا. والاتجاه طبقا لمفهوم "كينيون" هو استعداد مركب ثابت نسبيا يعكس كل من وجهة وشدة الشعور نحو موضوع نفسي معين سواء أكان عيانيا أو مجردا، وفي ضوء هذه المفاهيم السابقة وفي إطار بعض الدراسات النظرية والتجريبية استطاع " كينيون " أن يحدد ستة أبعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني على النحو التالي:

⁸محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1998، ص444.

-النشاط البدني كخبرة اجتماعية: social exp rience-

من المفترض أن النشاط البدني الذي يشترك فيه جماعة من إثنين فأكثر ينطوي في نظر بعض الأفراد على قيمة اجتماعية وعلى إمكانية إشباع حاجات اجتماعية معينة وعلى ذلك فإن النشاط البدني كخبرة اجتماعية يتميز بالتفاعل من خلال الأنشطة الرياضية التي تساهم غالباً في توفير التفاعل الاجتماعي والتي تسمح بإمكانية التعرف على أفراد جدد وتكوين علاقات بين الناس.

-النشاط البدني للصحة واللياقة: healthand fitness-

من المعتقد أن هناك بعض الأنشطة البدنية يمكن أن تتميز أساساً بإسهامها وبدرجة كبيرة في تحسين صحة الفرد ولياقته البدنية.

-النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة:

المقصود بذلك تلك الأنشطة الرياضية التي تشتمل على جوانب معينة من المخاطر يدركها الفرد وتشير لديه شعور بالتوتر والتي قد تظهر في بعض الأنشطة الرياضية التي تتميز باستخدام السرعة الزائدة أو التغير السريع المفاجئ للحركات أو توقع التعرض لبعض الأخطار مع افتراض قدرة الفرد على التحكم في مثل هذه المواقف والسيطرة عليها.⁹

⁹محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مرجع سابق.

-النشاط البدني كخبرة جمالية esthétique expérience:

يرى الكثير من الأفراد أن هناك أنشطة رياضية لها قيمة جمالية عالية، وهذا يعني أن هناك أنشطة رياضية معينة يدركها الفرد على أنها ذات طابع جمالي أو قد ترتبط بنوعيات فنية أو جمالية معينة أو قد تمتلك القدرة على إشباع التذوق الجمالي أو الفني لدى البعض.

-النشاط البدني لخفض التوتر catharsis:

يصبح النشاط البدني في هذه الحالة وسيلة للترويح وقضاء وقت الفراغ وكعامل مساعد في تفرغ الانفعالات المكبوتة وبالتالي خفض التوتر.

-النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي Ascétique expérience:

يرى البعض أن النشاط الرياضي قد يوفر المجال لإشباع الحاجة إلى التفوق الرياضي والمنافسة الرياضية، وقد يبدو أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية المعاصرة وخاصة في مجال المستويات الرياضية العالية ترتبط بنوع من الخبرات تدفع إلى المثابرة على التدريب الشاق وبذل الجهد وكبح النفس في العديد من المواقف كما تتطلب التخلي عن كثير من المصادر التي تشبع بعض الرغبات.¹⁰

ويشتمل المقياس في صورته النهائية على صورتين إحداهما للبنين والأخرى للبنات فوق 14 سنة ومقياس البنين يشمل على 59 عبارة لكل بعد يمثله 10 عبارات فيها عدا البعد الخامس في مقياس البنين وتتوزع العبارات على الأبعاد الستة كما يلي : 8 عبارات لكل من البعد الأول والبعد السادس و9 عبارات تمثل أبعاد الثالث والرابع والخامس، 11 عبارة للبعد الثاني ويقوم المفحوص بالاستجابة لكل عبارة

¹⁰محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مرجع سابق.

بطريقة ليكارت على ميزان مدرج من خمس درجات طبقا لدرجة انطباقها على حالته كما يلي: موافق بدرجة كبيرة موافق لم أكون رأي بعد غير موافق على الإطلاق.

وقد تم تقسيم المقياس ايضا الى عبارات موجبة وسالبة وقد تم توزيعها على الابعاد الستة،ويمكن تلخيص ذلك في الجدول التالي:

الابعاد	عبارات موجبة	عبارات سالبة
النشاط البدني كخبرة اجتماعية	11,17,20,25,29	19,39,49
النشاط البدني للصحة واللياقة	4,10,15,18,23,32,40,47	27,36, 6
النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	7,28,42,50,53	1,13,22,38
النشاط البدني كخبرة جمالية	3,8,14,30,33,35,41,45,48	
النشاط البدني لخفض التوتر	12,16,21,26,37,44,51	31
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي	2,9,24,43	5,24,46,52

جدول رقم (04): يمثل توزيع العبارات الموجبة والسالبة لأبعاد المقياس.¹¹

-الصدق:

تم احتساب صدق الابعاد الستة للمقياس على اساس بيان العلاقة بين نتائج درجات كل بعد من الابعاد الستة للمقياس ونتائج درجات التفضيل العالي والتفضيل المنخفض لكل من الابعاد الستة للمقياس وذلك

¹¹محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مرجع سابق.

بافتراض ان الاشخاص الذين يعبرون عن تفضيل شديد نحو بعد معين من ابعاد المقياس يتخذون اتجاهها أكثر ايجابية نحو عبارات المقياس التي تقيس هذا البعد.

وقد ميزت درجات الابعاد الستة للمقياس بين مجموعات التفضيل العالي والتفضيل المنخفض في الاتجاه المتوقع لكل ابعاد القياس عند مستوى دلالة أكبر من 0.001 فيما عدا بالنسبة لمتغير الاتجاه نحو النشاط البدني لخفض التوتر ويوضح " كينيون " أن إعادة تحليل البيانات لم تسفر عن إظهار إيضاحات مقنعة عن أسباب عدم توافر الصدق لهذا البعد من المقياس.

– ثبات المقياس:

تم احتساب معامل ثبات المقياس على أساس " إجراءات هويت " وذلك باحتساب تذبذبات الاستجابة وتميزات المفردات بالنسبة للأبعاد الستة بعد رفع كل مقياس إلى أقصاه وإعادة جدولة الثقل المسبق لحسن المفردات.¹²

6-مجالات البحث:

➤ المجال المكاني:

تتمحور دراسة بحثنا والذي هو تحت عنوان: "اتجاهات أساتذة التربية البدنية في الطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل" في ثانويات ولاية بومرداس.

➤ المجال الزمني:

تمت الدراسة خلال الموسم الدراسي 2021/2020 من 15 أكتوبر 2020.

¹²محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مرجع سابق.

7- ضبط متغيرات البحث:

➤ **المتغير المستقل:** وهو الأداة التي يؤدي التغيير في قيمتها الى احداث التغير في قيم متغيرات

أخرى، ذات صلة به والتأثير عليها، وتعتبر السبب الافتراضي للمتغيرات التابعة.¹³

والمتغير المستقل في هذا البحث الذي بين أيدينا هو: اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية.

➤ **المتغير التابع:** وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول وتأثير قيم متغيرات أخرى.¹⁴

وفي هذه الدراسة فإن المتغير التابع هو: ممارسة النشاط البدني الرياضي

8- الأساليب الإحصائية المستعملة:

كل بحث تقنيات إحصائية خاصة، ونظرا لطبعة بحثنا، فسنقوم باستخدام مجموعة من التقنيات الإحصائية

عن طريق برنامج (SPSS)، وهو برنامج يقوم بالتحليلات الإحصائية البسيطة والمعقدة للبيانات، خاصة

في العينة الكبيرة.¹⁵

➤ الوسائل الإحصائية:

للمعالجة الإحصائية استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية التالية:

¹³ د. مرابط مسعود مجلة التحدي، ال عدد12، جوان 2017.

¹⁴ د. مرابط مسعود مجلة التحدي العدد 12، جوان 2017، مرجع تم ذكره سابقا.

¹⁵ محمد بلال الزغبي، 2006، ص12.

-المتوسط الحسابي:

متوسط عدد من القيم وهو حاصل قسمة مجموع هذه القيم على عددها.¹⁶

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n} \text{ القانون:}$$

\bar{X} : المتوسط الحسابي. X: الدرجة الخام. N: عدد أفراد العينة.

-الانحراف المعياري:

الانحراف المعياري يعد من أهم مقاييس التشتت لأنه أكثر دقة، ويعرف بأنه الجذر التربيعي الموجب للتباين.

وهو الجذر التربيعي لمتوسط مربعات انحرافات القيم على متوسطها الحسابي، والغرض منه هو معرفة ما إذا كانت العينة متجانسة أم مشتتة ويرمز له " S ".¹⁷

$$S = \frac{\sqrt{\sum(x-\bar{x})^2}}{n-1} \text{ وقانونه:}$$

\bar{X} : المتوسط الحسابي. X: الدرجة الخام. N: عدد أفراد العينة

-اختبار التوزيع الطبيعي shapiro wilk:

يعد من أقوى الاختبارات الإحصائية لمعرفة طبيعة توزيع مجموعة من البيانات، يتم حسابه وفق القانون

$$W = \frac{B^2}{sce} \text{ التالي:}$$

¹⁴ غريب سيد أحمد، الإحصاء والقياس في البحث الاجتماع، ج01، دار المعرفة الجامعية، دون بلد، دون تاريخ، ص195
¹⁷ محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الوصفي في علوم التربية البدنية والرياضية، ط01، دار الفكر العربي، دون بلد، 2002، ص 120.

B: حاصل جمع ضرب الفروق الطرفية للمجموعة الحقيقية في الفروق الطرفية للمجموعة النظرية.

Sce: مجموع مربع الانحرافات.¹⁸

-اختبار فيشر:

من أشهر الاختبارات الإحصائية لإيجاد تجانس مجموعتين في التباين ويعبر عنه بالقانون التالي¹⁹:

$$F = \frac{\text{la grande variance}}{\text{la petite variance}}$$

اختبار " ت " للمجاميع المستقلة غير المتساوية المتجانسة في التباين :

يتم حسابه وفق القانون التالي²⁰ :

$$T = \frac{\bar{Y}_1 - \bar{Y}_2}{\sqrt{\left(\frac{n_1 s_1^2 + n_2 s_2^2}{n_1 + n_2 - 2}\right) \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

¹⁸ – M.Mahibur. Rahman & Z. Govindarajulu A modification of the test of shapiro and wilk for normality , journal of applied statistics , 24(2) , 1997, p219–236

– أحمد عبد السميع طبيه، مبادئ الإحصاء، ط1، دار البداية، عمان، 2018، ص58¹⁹

²⁰ – Allen.Rubin : Statistique for evidence – based practise and evaluation , cengage learning , 2009 , p162

خلاصة:

تعرضنا لهذا الفصل لاهم الخطوات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية، والتي تعتبر الركيزة الأساسية لأي بحث علمي، في البداية قمنا بالتذكير بالفرضيات البحث ثم المنهج المتبع والأكثر ملائمة لموضوع دراستنا وقمنا بذكر بعض أدوات المستخدمة في جمع البيانات وكذا الأساليب الإحصائية المستعملة والتعريف بالمقياس الذي طبقناه وهو مقياس جيرالد كينيون لاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، ونتوصل في الأخير الى عرض هذه النتائج التي توصلنا اليها وتفسيرها في الفصل الثاني.

الفصل الثاني

معرض وتحليل نتائج

الدراسة

1- عرض وتحليل نتائج الفرضيات:

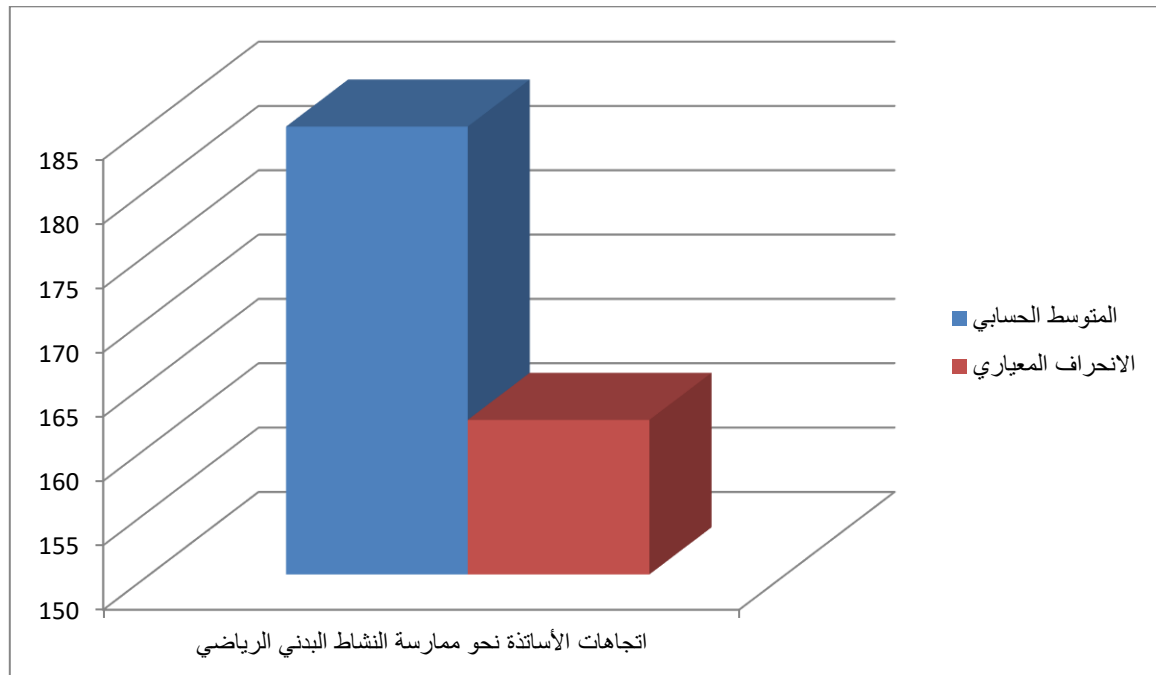
➤ عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة: لأساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي

اتجاهات إيجابية متنوعة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.

جدول رقم(05): يبين طبيعة اتجاهات الأساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو

ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل

المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أصغر قيمة	أكبر قيمة	مقياس
معتدل	9.21	184.80	162	204	الاتجاهات



شكل رقم(06): يبين مستوى اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور

الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.

من خلال الجدول (05) نلاحظ أن أكبر قيمة لعينة البحث في مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل هي 204 فيما كانت أقل قيمة هي 162، كما قدر المتوسط الحسابي للأساتذة بـ 184.80 وهذه القيمة تنتمي إلى المجال [176.01، 190] أي أن مستوى الأساتذة في مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل معتدل.

➤ عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات

أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس.

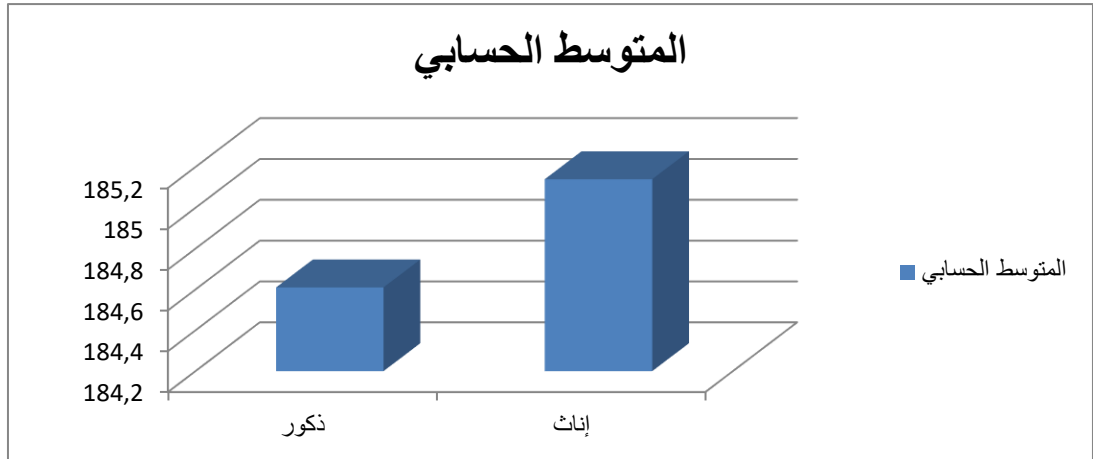
لتحديد طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفق متغير الجنس تم استخدام اختبار ت للمجاميع المستقلة والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (06): طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور

الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس

دلالة اختبار الفرق	قيمة احتمالية اختبارات (sig)	احتمالية اختبار فيشر	إناث			ذكور		
			شابيرو	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	شابيرو	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
غير دال	*0.83	*0.85	*0.94	10.09	185.14	*0.18	8.80	184.61

*معنوي عند نسبة خطأ 0.05



شكل رقم (07): مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي في الاتجاهات نحو ممارسة

النشاط البدني خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس.

من خلال الجدول رقم (06) نلاحظ أن قيمة احتمالية شايبيرو للذكور والإناث والبالغة على التوالي: 0.18، 0.94 على التوالي وهذا ما يدل على أن بيانات اتجاهات الأساتذة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل موزعة توزيعا طبيعيا، كما بلغت احتمالية اختبار فيشر قيمة 0.85 وهي أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على أن نتائج مجموعتي الأساتذة الذكور والإناث متجانستين في التباين، في حين قدرت احتمالية اختبار ت ب 0.83 وهي أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس.

➤ عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات

أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات

العمل وفقا لمتغير المؤهل العلمي.

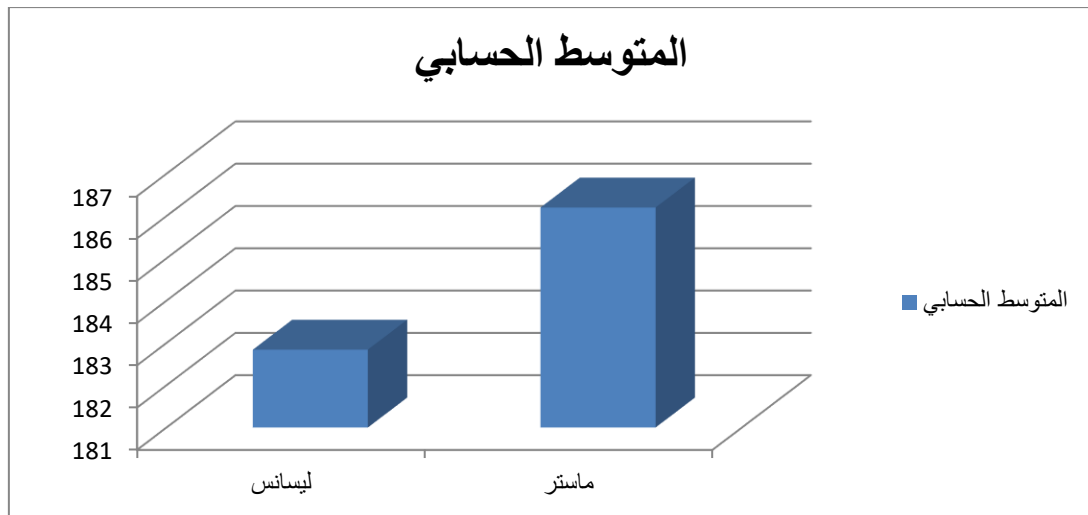
لتحديد طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وفق متغير المؤهل العلمي تم استخدام اختبارات للمجاميع المستقلة والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (07): طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور

الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير المؤهل العلمي.

دلالة اختبار الفرق	قيمة احتمالية اختبار (sig)	احتمالية اختبار فيشر	ماستر			ليسانس		
			شاapiro	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	شاapiro	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
غير دال	*0.17	*0.15	0.97*	9.74	186.20	*0.08	8.21	182.84

*معنوي عند نسبة خطأ 0.05



شكل رقم (08): مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي في الاتجاهات نحو ممارسة

النشاط البدني خارج أوقات العمل وفقا لمتغير المؤهل العلمي

من خلال الجدول (07) نلاحظ أن قيمة احتمالية شابيرو للأساتذة الذين يحوزون على مؤهل الليسانس والماستر والبالغة على التوالي: 0.08، 0.97 على التوالي وهذا ما يدل على أن بيانات اتجاهات الأساتذة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل موزعة توزيعاً طبيعياً، كما بلغت احتمالية اختبار فيشر قيمة 0.15 وهي أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على أن نتائج مجموعتي الأساتذة الحائزين على مؤهلي الليسانس والماستر متجانستين في التباين، في حين قدرت احتمالية اختبار ت ب 0.17 وهي أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الأساتذة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقاً لمتغير المؤهل العلمي.

➤ عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات

أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقاً لمتغير الخبرة المهنية.

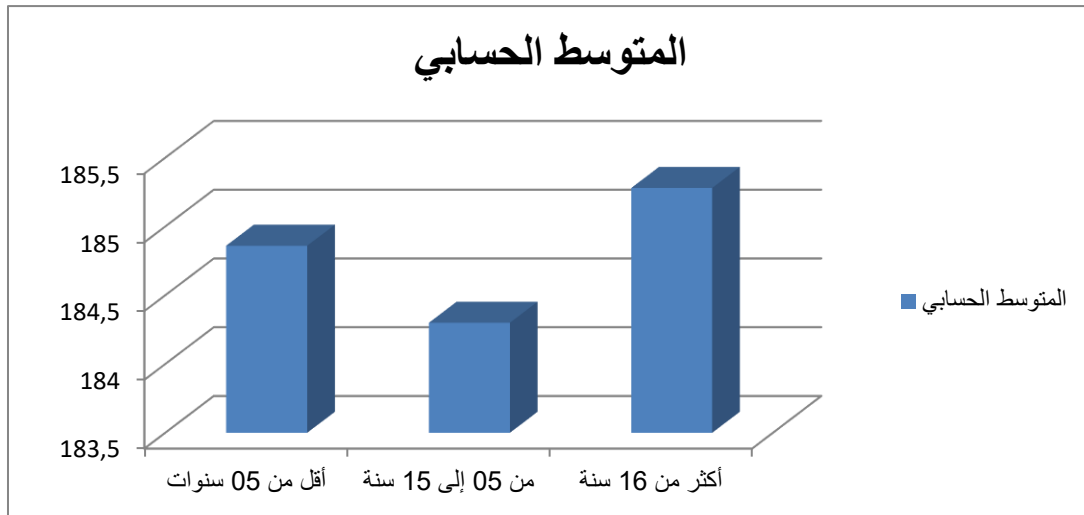
لتحديد طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وفق متغير الخبرة المهنية تم استخدام اختبار ت للمجاميع المستقلة والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (08): طبيعة الفروق في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور

الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الخبرة المهنية

دلالة اختبار الفرق	احتمالية اختبار أنوفا	احتمالية اختبار ليفين			
دال	*0.95	*0.38	184.86	المتوسط الحسابي	أقل من 05 سنوات
			9.15	الانحراف المعياري	
			*0.79	شايبيرو	
			184.30	المتوسط الحسابي	من 05 إلى 15 سنة
			10.17	الانحراف المعياري	
			*0.09	شايبيرو	
			185.28	المتوسط الحسابي	أكثر من 16 سنة
			8.67	الانحراف المعياري	
			*0.27	شايبيرو	

*معنوي عند نسبة خطأ 0.05



شكل رقم (09): مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي في الاتجاهات نحو ممارسة

النشاط البدني خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الخبرة المهنية

من خلال الجدول (08) نلاحظ أن قيمة احتمالية شاييرو للأساتذة ذوي الخبرة: أقل من 05 سنوات، من 05 إلى 15 سنة، أكثر من 16 سنة والبالغة على التوالي: 0.79، 0.09، 0.27 على التوالي وهذا ما يدل على أن بيانات اتجاهات الأساتذة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل موزعة توزيعاً طبيعياً، كما بلغت احتمالية اختبار ليفين قيمة 0.38 وهي أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على أن نتائج مجموعات الأساتذة الثلاث متجانسة في التباين، في حين قدرت احتمالية اختبار أنوفا بـ 0.95 وهي أكبر من نسبة الخطأ 0.05 وهذا ما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في اتجاهات الأساتذة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقاً لمتغير الخبرة المهنية.

2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضيات:

➤ **مناقشة نتائج الفرضية العامة:** لأساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي اتجاهات إيجابية متنوعة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل، توحى النتائج التي اسفرت اليهم خلال المتوسط الحسابي والانحراف المعياري نبين أن مستوى أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي في مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل معتدل يعني أن أساتذة التربية البدنية والرياضية عندهم توجه لممارسة النشاط البدني الرياضي خارج المؤسسة التربوية لكن ليس بدرجة أنهم مهتمين بها بشكل مستمر ودائم أو شيء إجباري يجب القيام به، وهذا ما يمكن أن نستنتجه من خلال النتيجة الإحصائية أن يمكن القول أن بعض أساتذة التربية البدنية والرياضية اتجاههم إيجابي، وبدرجة اقل يمكن القول أن بعض الآخر اتجاههم سلبي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل، قد يرجع السبب حسب رأينا إلى الحجم الساعي لكل أستاذ ومكان العمل.

إذ نبرهن صحة نتيجة دراستنا بدراستي كل من الطالب "على حدي" وسعيد مصطفى" في دراستهما التي تم الإشارة إليها سابقا حيث وجد "حدي علي" لدى تلاميذ الطور الثانوي اتجاهات إيجابية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، أما سعيد مصطفى وجد هناك اتجاهات سالبة لمديري المتوسطات والثانويات نحو التربية البدنية والرياضية، وهذا يدل ويؤكد أن مستوى أستاذ التربية البدنية والرياضية في مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل معتدل.

➤ مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس.

توحي النتائج التي توصلنا إليها من خلال حساب معامل اختبار "ت" للمجاميع المستقلة الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس، وهذا يمكن تفسيره أن أستاذ التربية البدنية والرياضية سواء كان ذكر أو أنثى لديهم اتجاه نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل لإدراكهم بأهمية النشاط البدني الرياضي في إزالة الارق والتوترات الناجمة عن الضغوطات المهنية خاصة وضغوط الحياة الاجتماعية بشكل عام لذا فكلما الجنسين لديهم اتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي للترويح عن انفسهم باعتباره المتنفس الوحيد و الخافض للتوتر، وأن نتائج دراستنا هذه تتفق مع دراسة "عثماني عبد القادر" من الجزائر في الموسم الجامعي 2008/2007 تحت عنوان " اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية »حيث توصل الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الجنس، وتتفق أيضا مع كل من دراسة الطالب "ربوح سعيد" و "قرومي أحمد" في دراستهما المشار إليها سابقا حيث توصلوا الى عدم وجود فروق ذات دلالة

إحصائية في اتجاهات الجنسين نحو النشاط البدني الرياضي وفقا لمتغير الجنس، وبناءا على نتائج دراستنا ومعطيات الدراسات السابقة والمرتبطة يمكننا القول ان الفرضية الأولى لم تتحقق.

➤ مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير المؤهل العلمي. بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية والتي تبين من خلالها أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير المؤهل العلمي، وقد نرجع السبب في ذلك الى نوعية وكيفية اعداد أساتذة التربية البدنية والرياضية فنلاحظ من خلال الجدول أعلاه ان هناك تفاوت بين أساتذة الذين مؤهلهم العلمي ماستر وليسانس ربما يرجع هذا التفاوت المعتبر حسب رأينا كباحثين الى الكفاءات الشخصية وثقافة كل أستاذ و فهمه الصحيح لأهمية النشاط البدني الرياضي بالرغم من ان الأساتذة تقريبا يعملون في نفس الظروف ويتلقون نفس التكوين اثناء الخدمة، فهذه النتيجة لا تتوافق مع الاحتمال الذي فرضناه سابقا اذ هذه النتائج لا تتطابق مع دراسة "عثماني عبد القادر" التي هدفت الى التعرف على اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية والتي كانت اهم نتائجه أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية نحو التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير المؤهل العلمي.

ومن خلال ما سبق يمكن القول ان الفرضية الثانية لم تتحقق.

➤ مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الخبرة المهنية.

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة توصلنا الى انه لا توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات أستاذ التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الخبرة المهنية، وهذا ان دل انما يدل على ان الخبرة المهنية تلعب دور مهم في تكوين الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل لذلك فان عدد سنوات الخبرة تتيح لأستاذ التربية البدنية والرياضية من التمكن من الفهم الصحيح لأهداف النشاط البدني الرياضي وتتيح أيضا التعرف على دور النشاط البدني الرياضي في الاسهام في تنمية شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وهذه النتائج تتوافق مع دراسة "سعيد مصطفى" التي كانت بعنوان اتجاهات مديري المتوسطات والثانويات نحو التربية البدنية والرياضية التي طرحت في جامعة الجزائر ومن أهم النتائج المتحصل عليها لا توجد فروق في اتجاهات مديري المتوسطات نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير سنوات الخبرة المهنية في المنصب، لا توجد فروق في اتجاهات مديري الثانويات نحو التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير سنوات الخبرة المهنية في المنصب، اذ هناك نتائج دراسات لا تتطابق مع نتائج دراستنا كدراسة "بقار ناصر و فلاق احمد" بعنوان اتجاهات مديري ثانويات ولاية الوادي نحو مادة التربية البدنية والرياضية وفق متغير الخبرة المهنية، وكانت اهم النتائج توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاتجاهات مديري الثانويات بولاية الوادي نحو مادة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير الخبرة المهنية.

ومن خلال ما سبق يمكن القول ان الفرضية الثالثة لم تتحقق.

الاستنتاج العام:

حاولت الدراسة الحالية الكشف عن اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس والمؤهل العلمي والخبرة المهنية، وذلك بتطبيق مقياس جيرالد كينيون الذي اعد صورته العربية محمد حسن علاوي، واعتمادا على ما توفر من دراسات سابقة ومثابهاة وبعد توزيع المقياس على عينة قدرت ب 60 أستاذ للتربية البدنية والرياضية للطور الثانوي تابعة لولاية بومرداس وبعد تفرغته ثم تحليله بواسطة نظام **spss** خلصت دراستنا الى النتائج التالية:

-لا توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الجنس.

-لا توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا للمؤهل العلمي.


-لا توجد فروق دالة إحصائية في اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل وفقا لمتغير الخبرة المهنية.

خاتمة:

أن البحث الذي قمنا به هو محاولة دراسة موضوع يدخل في إطار علم النفس الاجتماعي، الا وهو موضوع الاتجاهات، وبالتحديد محاولة معرفة اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية لطور الثانوي نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل فمن خلال الدراسة التي قمنا بها وبعد تحديد المشكلة وصياغة الفرضيات في الجانب التمهيدي ثم تحديد الخلفية النظرية في الجانب النظري مرورا بالجانب التطبيقي والذي تم فيه تحديد الإطار المنهجي في الفصل الأول التطبيقي ثم عرض نتائج الفرضيات وتحليلها ومناقشتها حيث حاولنا في هذه الدراسة المتواضعة التعرف عن الفروق في هذه الاتجاهات تبعا لمتغير الجنس و المؤهل العلمي والخبرة المهنية، تم استخدام مقياس جيرالد كينيون نحو النشاط البدني الرياضي حيث توصلت الدراسة الي ان اتجاهات أساتذة التربية البدنية و الرياضة لطور الثانوي نحو ممارسة نشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل معتدلة، وانه لا توجد فروق تعزى الجنس المؤهل العلمي الخبرة المهنية

الاقتراحات والتوصيات:

- الحرص على تكوين كفاءات ذات مستوى راق في المجال الرياضي قادرة على النهوض بهذه المادة في داخل وخارج المؤسسة التربوية.
- الاهتمام بنشر الوعي بأهمية النشاط الرياضي في تنمية كافة الجوانب التربوية والصحية والنفسية والاجتماعية من خلال عقد الدورات من قبل المختصين في المجال الرياضي والنفسي.
- تهيئة الملاعب والمنشآت الرياضية والمحيط الخاص بالنشاط البدني الرياضي وتوفير الامن والسلامة من أجل ممارسة أفضل.
- يجب المشاركة أساتذة التربية البدنية والرياضية في منافسات رياضية خارج المؤسسة التربوية.



قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- 1-د. أرفيس زبير، أوثن بوزيد مجلة الابداع الرياضي رقم 10، ال عدد02، /2019، ص78-98.
- 2-سعودي الجنيدى، مجلة علمية دولية محكمة، السنة 12، العدد 22، جوان 2017د.
- 3- د. براهيمى قدور، مجلة البحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، ال عدد33، مارس 2018.
- 4-د. مرابط مسعود، مجلة التحدي، ال عدد12، جوان 2017
- 5-أ. مجيدى محمد، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد الأول، ديسمبر 2010
- 6-ناجم نبيل طالب دكتوراة د. دودو بلقاسم، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ال عدد31
ديسمبر 2017
- 7-سامى ملحم، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط02،
عمان، 2002.
- 8-محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1 مركز الكتاب للنشر، مصر، 1998
ص444.
- 9-محمد بلال الزغبى، 2006، ص12.
- 10-د. قدارة شوقى، مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع، العدد 7، سبتمبر، 2018.
- 11- ديشية امين د. لقوي حميد، مجلة التحدي، مجلد رقم 11، ال عددرقم02، 2019
- 12-يخلف أحمد، ظاهرة التفاعل الاجتماعي الصفي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد التربية البدنية
والرياضة، الجزائر، 2001، ص88.

- 13- أمين أنور الخولي، التربية البدنية المدرسية، دار الفكر العربي، ط2، مصر، 1998، ص72.
- 14- محمد محمد الشحات، تدريس التربية الرياضية، القاهرة، العلم وإيمان للنشر، 2007، ص105.
- 15- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح، عنان عدنان، درويش جلون، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، ص33-34.
- 16- د. عبد الله عمر الفراء، عبد الرحمان عبد السلام جامل، المرشد الحديث مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، الأردن، 1999، ص34-40.
- 17 أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والاعداد المهني دار الفكر العربي مصر، 1996، ص154.
- 18- صديق حسين، الاتجاهات من منظور علم الاجتماع، مجلة جامعة دمشق، المجلد 28 العدد 3-4، 2014
- 19- عبد الحمان عيسوي، دراسات سيكولوجية، ط2 منشأة المعارف، الإسكندرية مصر، بدون سنة.
- 20- عزيز حناد علم تغير الاتجاهات النفسية والاجتماعية، مكتبة أنجلو، مصر، بدون سنة
- 21- معاش حياة، رسالة ماجستير، الاتجاهات نحو المدرسة وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي، السنة 2013/2012
- 22- جابر نصر الدين، لوكنيا الهاشمي، مفاهيم أساسية في علم النفس الاجتماعي، ط2، ديون المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2004.
- 23- أحمد عبد اللطيف، علم النفس الاجتماعي، ط1، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان الأردن، 2001، ص52.

24- معيزة لمبارك، مذكرة لنيل شهادة الماجستير، اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التدريس، 2002/2001

25- سعيد مصطفى، مذكرة ماجستير، نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية، 2008/2007

26- مروان عبد المجيد إبراهيم، أسس البحث العلمي، اعداد الرسائل الجامعية، بدون ط، مؤسسة العرق للنشر والتوزيع، 2000، ص 38.

27- محمد الحمامي، أمين أنور الخوري، برنامج التنمية الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة مصر، 1990، ص 29.

28- أسامة كامل راتب، نشاط البدني والاسترخاء، ط1، دار الفكر العربي القاهرة، 1990، ص 8.

أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة مصر، 2001، ص 12.

29- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، بدون ط، سلسلة عالم المعرفة، 2001، ص 22.

30- محمد حسن علاوي، سيكولوجية النمو للمربي الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، مصر القاهرة، 1998، ص 160.

31- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، 1996، ص 43.

32- عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي للجنسين، ط1، دار النشر والتوزيع، لبنان بيروت، ص 18.

33- علي منصور، علم النفس الرياضي، بدون ط، دار الفكر العربي، مصر، ص 42.

34- غريب سيد أحمد، الإحصاء والقياس في البحث الاجتماع، ج01، دار المعرفة الجامعية، دون بلد، دون تاريخ، ص 195.

35-محمد نصر الدين رضوان، الإحصاء الوصفي في علوم التربية البدنية والرياضية، ط01، دار الفكر العربي، دون بلد، 2002، ص120.

36-أحمد عبد السميع طبيه، مبادئ الإحصاء، ط01، دار البداية، عمان، 2018، ص58.

37-A modification of the test of shapiro and wilk M.Mahibur. Rahman & Z.

38-Govindara julu for normality , journal of applied statistics , 24(2) , 1997,
p219-236.

39- Allen.Rubin : Statistique for evidence – based practise and evaluation ,
cengage learning , 2009 , p162

40-مجلة علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، جامعة العلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف وهران، العدد السابع، ديسمبر، 2019.

الملاحق

جامعة امحمد بوقرة بومرداس

قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

"مقياس جيرالد كينيون للاتجاهات موجه

لأساتذة التربية البدنية والرياضية

في إطار إعداد مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر

في التربية البدنية والرياضية

تحت عنوان:

اتجاهات أساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي نحو ممارسة

النشاط البدني الرياضي خارج أوقات العمل.

دراسة ميدانية لثانويات بومرداس

تحت إشراف الأستاذ:

داسة بدر الدين

من إعداد الطلبة:

✓ حوالي رمضان

✓ بن حبوش هلال

نرجو منكم التكرم بالإجابة عن أسئلة هذا الاستبيان وذلك لاستعمال المعلومات المطلوبة لغرض البحث العلمي.

ملاحظة: ضع علامة " x " أمام الإجابة المختارة .

شكرا مسبقا على صدق مساهمتك ومساعدتك.

السنة الجامعية: 2021/2020

1. المعلومات الشخصية:

1. ثانوية العمل:

2. الجنس:

• ذكر

• انثى

3. الخبرة الميدانية:

• اقل من 5 سنوات

• من 5 سنوات الى 15 سنة

• اكثر من 16 سنة

4. المؤهل العلمي:

• ليسانس

• ماستر

الرقم	العبارة	غير موافق	غير موافق	لا أدري	موافق	موافق بشدة
1	أفضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر بسيط من المخاطرة أكثر من الأنشطة كبيرة الخطورة					
2	أستطيع أن أتدرب يوماً إذا كان ذلك يعطيني الفرصة للعضوية بإحدى الفرق الرياضية					
3	أعظم قيمة للنشاط الرياضي هي جمال الحركات الرياضية					
4	في الأنشطة الرياضية ينبغي التركيز على القيمة الصحية للرياضة					
5	لا أستطيع تحمل التدريب اليومي العنيف طوال العام كي أستعد للاشتراك في المنافسات الرياضية					
6	لا أفضل الأنشطة الرياضية التي تمارس بغرض الصحة واللياقة					
7	أفضل الأنشطة الرياضية التي تتضمن القدر الكبير من المخاطرة					
8	تعجبنى الأنشطة الرياضية التي تظهر جمال الحركات الرياضية					
9	تعجبنى الأنشطة الرياضية التي تحتاج إلى تدريب منتظم لفترات طويلة والتي يقيس فيها اللاعب قدرته في المنافسات القوية وضد المنافسين على مستوى عالي من المهارة					
10	الهدف الرئيسي لممارستي للرياضة هو اكتساب الصحة					
11	الاتصال الاجتماعي الناتج من ممارستي للرياضة له اهمية كبرى بالنسبة لي					
12	الممارسة الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات النفسية الشديدة					
13	لا تناسبني الممارسة المتكررة للأنشطة الخطرة					
14	في الأنشطة الرياضية ينبغي وضع أهمية كبرى لجمال الحركات					
15	أفضل الأنشطة الرياضية التي تحافظ على لياقتي البدنية					
16	هناك فرص كبيرة تتيح للإنسان الاسترخاء من المتاعب اليومية للعمل مثل ممارسة الرياضة					
17	أفضل ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد					
18	عند اختياري لنشاط رياضي يهمني جداً فائدته من الناحية الصحية					

					19	لا تعجبني بصفة خاصة الانشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من اللاعبين
					20	في الجامعة ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة بممارسة الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل الجماعي
					21	الممارسة الرياضية تعتبر بالنسبة لي أفضل الفرص للاسترخاء
					22	لا أميل للأنشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطرة واحتمال الإصابة
					23	الصحة بالنسبة لي هي الدافع الرئيسي لممارستي للرياضة
					24	لا أفضل أي نشاط رياضي يزداد فيه الطابع التنافسي بدرجة كبيرة
					25	أهم ناحية تجعلني أمارس الرياضة أنني أستطيع الاتصال بالآخرين
					26	الممارسة الرياضية هي الطريق العملي لتحرر من الصراعات النفسية والعدوان
					27	الوقت الذي قد أقضيه في ممارسة الرياضة يمكن استغلاله بصورة أحسن في أنشطة أخرى
					28	إذا طلب مني الاختيار فأنتني أفضل الأنشطة الخطرة عن الغير خطرة
					29	من بين الأنشطة الرياضية أفضل بصفة خاصة الأنشطة التي أستطيع ممارستها مع الآخرين
					30	الرياضة تتيح الفرص المتعددة لإظهار جمال الحركات
					31	هناك العديد من الأنشطة تمنحني الاسترخاء بدرجة أحسن من ممارسة الرياضة
					32	أعتقد أنه من الأهمية القصوى ممارسة الأنشطة الرياضية التي لها فائدة كبرى بالنسبة للصحة
					33	أفضل بصفة خاصة الأنشطة الرياضية التي تهدف إلى إشباع التذوق الجمالي والفني
					34	أعتقد أن النجاح في البطولات الرياضية يتأسس على إنكار الذات والتضحية وبذل المجهود
					35	أحس بسعادة كبيرة عندما أشاهد قوة التعبير وجمال الحركات الرياضية
					36	لا أفضل الممارسة اليومية للرياضة من أجل الصحة فقط
					37	أشعر بأن الرياضة تعزلني تماما عن المشاكل المتعددة للحياة
					38	أفضل السباحة في المياه ذات الأمواج العالية على السباحة في المياه الهادئة

					39 أفضل الأنشطة الرياضية التي أستطيع ممارستها منفردا
					40 المزايا الصحية لممارستي للرياضة هامة جداً بالنسبة لي
					41 الأنشطة التي تتطلب فن وجمال الحركات أعطيها الكثير من اهتمامي
					42 أفضل الأنشطة الرياضية التي تتطلب الكثير من الجرأة والمغامرة
					43 نظراً لأن المنافسة مبدأ أساسي في المجتمع لذا ينبغي التشجيع على ممارسة الرياضة التي يظهر فيها الطابع التنافسي بصورة واضحة
					44 الممارسة الرياضية تستطيع أن تجعلني سعيداً بصورة حقيقية
					45 الأنشطة الرياضية التي تستخدم الجسم كوسيلة للتعبير مثل الحركات التعبيرية والباليه أعتبرها أحسن أنواع الأنشطة
					46 أفضل ممارسة أو مشاهدة أنواع الأنشطة الرياضية التي لا تأخذ طابع الجدية ولا تحتاج إلى وقت طويل ومجهود كبير
					47 أعتبر ممارسة التمرينات الرياضية اليومية ذات أهمية كبرى للصحة ومقاومة الامراض
					48 أستمتع بمشاهدة حركات التي تتميز بالتوافق والجمال مثل حركات الجمباز والباليه
					49 الاتصال الاجتماعي الذي تمنحه الرياضة لا يمثل بالنسبة لي أهمية كبرى
					50 أفضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط ببعض المواقف الخطرة
					51 عدم ممارسة الرياضة تضيع مني فرص هامة للاستجمام والاسترخاء
					52 يجب عدم الاهتمام بمحاولة الفوز في الرياضة
					53 تعجبني الرياضة التي تتطلب من اللاعب السيطرة على المواقف الخطرة
					54 لا أعتبر ممارسة الرياضة وسيلة هامة من وسائل الترويح

التوزيع الطبيعي

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
VAR00001	,206	18	,043	,928	18	,180
VAR00002	,133	18	,200*	,979	18	,940
VAR00003	,242	18	,006	,909	18	,082
VAR00004	,148	18	,200*	,983	18	,974
VAR00005	,129	18	,200*	,970	18	,791
VAR00006	,147	18	,200*	,911	18	,090
VAR00007	,179	18	,130	,938	18	,272

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lowerbound of the true significance.

اختبار ت بين الذكور والإناث

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
VAR00001	,037	,849	-,213	58	,832	-,53110	2,48830	-5,51197	4,44977
			-,206	39,269	,838	-,53110	2,58144	-5,75141	4,68921

اختبار ت بين الليسانس والماستر

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
VAR00001	2,082	,154	-1,404	58	,166	-3,36000	2,39284	-8,14978	1,42978
			-1,445	56,329	,154	-3,36000	2,32512	-8,01718	1,29718

اختبار ليفين للتجانس بين 03 مجموعات

Test of Homogeneity of Variances

VAR00001

LeveneStatistic	df1	df2	Sig.
,986	2	57	,379

اختبار أنوفا للفروق بين 03 مجاميع

ANOVA

VAR00001					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	9,198	2	4,599	,052	,949
Within Groups	4998,402	57	87,691		
Total	5007,600	59			

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

République Algérienne Démocratique et Populaire

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique

Université M'Hamed BOUGARA- Boumerdes



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد بوفكرة - بومرداس

Faculté des Sciences

Département S.T.A.P.S

كلية العلوم

قسم علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي

بومرداس في : 23 / 05 / 2021

الى السيد(ة): مدير التربية وولاية بومرداس
تسهيل مهمة

يشرفنا أن نتقدم الى سيادتكم المحترمة بهذا الطلب المتمثل في تسهيل مهمة

الطالب (ة): حواي رمضان

مسجل(ة) في السنة: سنة ثانية ماسر

رقم التسجيل: 1816 31017394

في اطار انجاز بحث ميداني تحضيرا لنيل شهادة ماسر خلال الموسم الجامعي
2021/2020 في قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية.

إدارة القسم



ت/ب/بذنية	اسم المؤسسة (الثانوية)
5	/عمر كلالشة خ/خ
4	/جناتي علي خ/خ
2	/الحبيبي بوعلام حمادي
2	/عائشة أم المؤمنين حمادي
2	/ناصر مصطفى أذبعطاش
4	/قريبسي ع/ق أولاد موسى
2	/شكير عيسى أولاد موسى
2	/محمد غالي بودواو
3	/احمد قنديل بودواو
2	/خالد الجزائري بودواو
2	/قويح محمد بودواو
3	/فاطمة نسومر الحلامي
2	/إيموشان رايح قدارة
3	/علام سالم أولاد هداج
3	/علال العيشاوي حوش المخفي
2	/عبد العزيز كبير الخروبة
3	/محمد العيد آل خليفة بومرداس
2	/الإخوة دراوي بومرداس
3	/فرانتزفانون بومرداس
2	/تركات رايح بومرداس
3	/زبو محمد تيجلابين
3	/فورصو الجديدة
2	/الإخوة توزوت الثانية
2	/رحمون أحمد الثانية
2	/قصير رايح واخيه علي بني عمران
2	/بني عمران الجديدة (قنطاس)
2	/كريم بلقاسم يسر
3	/بويري بوعلام يسر
2	/سي مصطفى الجديدة
3	/حسين آيت أحمد شعبة العامر
2	/احمد بوكابوس شعبة العامر
1	/تيمزريت الجديدة
3	/الشافعي أحمد برج منايل
2	/السعيد كنتور برج منايل
2	/خودي السعيد
2	/محمد بوهاوة برج منايل
2	/رأس جنات الجديدة
2	/ريال محمد وعلي زموري
2	/الإخوة تلامعلي سعيد وسعيد زموري
2	/لقاطة الجديدة
2	/السعيد بوقرو
2	/الناصرية الجديدة
2	/أولاد عيسى الجديدة
3	/بغلية
2	/حسين محمد الصغير
2	/تاورقة
	/العربي بن مهدي دلس
3	/19 ماي 1956 دلس

الترتيب	اسم المؤسسة (الثانوية)
3	/الإخوة ظريف
2	/حوسو أعمار دلس
2	/طوماجي محمد السعيد الجديدة (أغفير)
1	/ بن مرزوقة الجديدة
121	المجموع