

الإطار للرقم التسلسلي

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم النشاط التربية البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي تخصص تربية حركية للطفل والمراهق

بعنوان:

## مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط (12-15 سنة)

دراسة ميدانية أجريت على مستوى متوسطات مدينة حاسي مسعود

إعداد الطالب:

✓ . دراف عبد النور

بالقاعة/ المدرج: Am

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: 2017/05/ 23

أمام اللجنة المكونة من السادة:

(أستاذ مساعد قسم " أ " - جامعة ورقلة - ) رئيسا

الأستاذ (ة): . قويدر بن برهيم العيد

( أستاذ مساعد قسم " أ " - جامعة ورقلة - ) مشرفا

الأستاذ (ة) معزوزي ميلود

(أستاذ مساعد قسم " أ " - جامعة ورقلة - ) ممتحنا

الأستاذ (ة): عبيدي صالح

السنة الجامعية: 2016م / 2017م



الإطار للرقم التسلسلي



جامعة قاصدي مرباح ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم النشاط التربية البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي تخصص تربية حركية للطفل والمراهق

بعنوان:

## مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط (12-15 سنة)

دراسة ميدانية أجريت على مستوى متوسطات مدينة حاسي مسعود

إعداد الطالب:

✓ . دراف عبد النور

بالقاعة/ المدرج: Am

نوقشت وأجيزت علنا بتاريخ: 2017/05/ 23

أمام اللجنة المكونة من السادة:

(أستاذ مساعد قسم " أ " - جامعة ورقلة - ) رئيسا

الأستاذ (ة): . قويدر بن برهيم العيد

( أستاذ مساعد قسم " أ " - جامعة ورقلة - ) مشرفا

الأستاذ (ة) معزوزي ميلود

(أستاذ مساعد قسم " أ " - جامعة ورقلة - ) ممتحنا

الأستاذ (ة): عبيدي صالح

السنة الجامعية: 2016م / 2017م

# الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم "قل عملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون" إلهي لا تطيب لي الليل إلا بشكرك ولا يطيب لي النهار إلا بطاعتك ولا تطيب لي اللحظات إلا بذكرك .. ولا تطيب لي الآخرة إلا بعفوك .. ولا تطيب لي الجنة إلا برويتك .... إلهي من بلغ الرسالة أهدى الأمانة. ونصح الأمة..إلهي نبي الرحمة ونور العالمين سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم

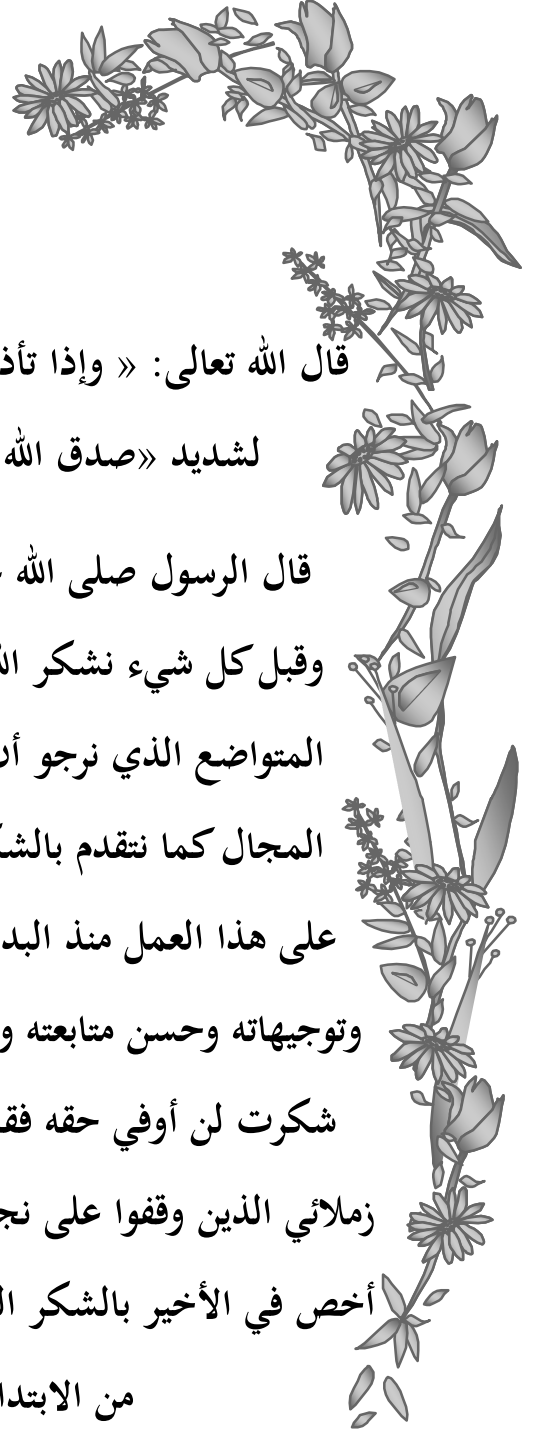
إلهي أهدي ثمرة جهدي المتواضع إلهي " روح أخي العزيز " سيد أحمد" رحمه الله و إلهي من يحترقان كشمعة التضحية لينيرا لي الطريق، إلهي من سقياني الصبر و العنان إلهي من كانا لي الحزن الدافئ في ليالي الشتاء القارصة، إلهي من أقاما لِنفسي تمثالا الحنان، إلهي من لم تضعه يد إنسان، إلهي من أعيتهما ألام نجاحي، إلهي اللذان ابتسما في وجه الصعاب من أجل رؤية أبنائهما سعداء ... إلهي اللذان ممما ذكرتك لم و لن أوفيهما حقهما مثقال ذرة وهما :

الوالدة العزيزة " حمدي جميدة"، و الوالد الفاضل: " درافع علي" أطل الله في عمرهما و إلهي من عشت معهم تحت سقف واحد في السراء و الضراء أخواتي "نسرين، إبتيسام، ألام، يسرى، وإلهي أعمامي و عماتي وخاصة عمي " أحمد" و حميد" و الأخوال و الأخوات وخاصة خالتي "نورة" وكل فردا من العائلة بإسما

إلهي أصدقائي "زياد"، "عيماد"، "حمزة"، "صدام"،

"فيصل"، "نوبل"، "رضا"، "مصطفى"، "جمال"

# الشكر و التقدير



قال الله تعالى: « وإذا تَأذَن رِبِك لئن شَكَرْتَم لأزِيدنَكَم ولئن كَفَرْتَم إن عَذَابِي

لَشَدِيد » صدق الله العظيم. سورة إبراهيم الآية 07

قال الرسول صلى الله عليه وسلم: " من لم يشكر الناس لم يشكر الله " أولاً وقبل كل شيء نشكر الله عز وجل الذي وفقنا وقدرنا على إنجاز هذا العمل المتواضع الذي نرجو أن يكون عملاً نافعا لنا ولجميع الطلبة الباحثين في هذا المجال كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ "معزوزي ميلود" الذي أشرف على هذا العمل منذ البداية الذي لم يبخل علينا بمعلوماته القيمة ونصائحه وتوجيهاته وحسن متابعته وشكر خاص للأستاذ القدير نجيب عباسية الذي مهمم شكرت لن أوفي حقه فقد مهد لي الطريق لإتمام هذا العمل المتواضع، إلى زملائي الذين وقفوا على نجاحي والله في عون العبد مادام العبد في عون أخيه و أخص في الأخير بالشكر الواسع إلى أوليائي الأعزاء وإلى كل من علمني حرفاً من الابتدائي إلى الجامعة .

## قائمة المحتويات

الصفحة	العنوان
أ	الإهداء
ب	الشكر
ج	الملخص
د	فهرس المحتويات
هـ	قائمة الجداول
و	قائمة الأشكال (إذا وجدت)
1	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: مدخل للدراسة ( التعريف بالبحث )	
5	1- الإشكالية
7	2- الأهداف
8	3- الفروض
8	3-1 الفرضية العامة
8	3-2 الفرضيات الجزئية
8	4- أهمية الدراسة
9	5- مفاهيم و مصطلحات الدراسة
10	5-1 تمرين الألعاب الشبه رياضية
10	5-2 تعريف القدرات النفسية
11	5-3 تعريف تلاميذ الطور المتوسط
12	6- النظريات المفسرة
12	6-1 نظرية فصل الطاقة الزائدة

12	2-6 نظرية الاستجمام
13	3-6 نظرية التلخيص
13	4-6 نظرية الإعداد للمستقبل
14	5-6 نظرية التوازن ( كونراد لانج )
14	6-6 نظرية فرويد
15	7- النظريات المفسرة للقدرات النفسية
15	7-1 نظرية تفسر التصور الذهني
15	7-1-1 النظرية النفسية العصبية العظمية
16	7-1-2 نظرية التعلم الرمزي
16	7-2 نظرية الثقة بالنفس
17	7-2-1 نظرية فعالية الذات
17	7-2-2 نظرية واقعية الكفاية ل"هارتر"
17	7-2-3 نظرية إدراك القدرة "نيكولاز"
18	7-3 نظرية القلق
18	7-3-1 نظرية فرويد
19	7-3-2 نظرية ادلر
19	7-3-3 نظرية كارين هورني
20	7-3-4 النظرية التفاعلية للشخصية
	الفصل الثاني:
	عرض و تحليل و نقد الدراسات السابقة
	1- عرض، تحليل و نقد الدراسات السابقة
	2- تحليل الدراسات السابقة
	الجانب التطبيقي
	الفصل الثالث: طرق ومنهجية الدراسة
31	1-المنهجية
31	2- الدراسة الاستطلاعية

30	3- العينة
31	4- حدود الدراسة
32	5- أدوات جمع البيانات
34	6- أساليب التحليل الإحصائي
	الفصل الرابع: عرض وتحليل النتائج
39	1- عرض، مناقشة وتحليل النتائج
57	2- مناقشة النتائج
59	2- أهم الإستخلاصات
61	3- الخاتمة
63	4- المراجع
/	5- الملاحق



## قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم
31	يبين عدد المؤسسات و مجموع الأساتذة و التلاميذ لعينات البحث	01
33	يبين كيفية تفريغ الاستبيان الخاص بالتلاميذ (المقياس)	02
34	يوضح توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس	03
39	يبين نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين مجموعة الممارسين و غير الممارسين للألعاب شبه الرياضية في القدرة على التصور العقلي	04
41	يبين نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين مجموعة الممارسين و غير الممارسين للألعاب شبه الرياضية في القدرة على مواجهة القلق	05
42	يبين نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين مجموعة الممارسين و غير الممارسين للألعاب شبه الرياضية في القدرة على الثقة بالنفس	06
43	يبين نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين مجموعة الممارسين و غير الممارسين للألعاب شبه الرياضية في القدرات النفسية	07
45	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (1)	08
46	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (2)	09
47	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (3)	10
48	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (4)	11
49	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (5)	12
50	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (6)	13
51	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (7)	14
52	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (8)	15
53	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (9)	16
54	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (10)	17
55	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (11)	18
56	يبين النسب المئوية للعبارة رقم (12)	19

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
40	التمثيل البياني لنتائج الفرضية رقم (1)	01
41	التمثيل البياني لنتائج الفرضية رقم (2)	02
42	التمثيل البياني لنتائج الفرضية رقم (3)	03
44	التمثيل البياني لنتائج الفرضية العامة	04
45	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (1)	05
46	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (2)	06
47	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (3)	07
48	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (4)	08
49	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (5)	09
50	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (6)	10
51	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (7)	11
52	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (8)	12
53	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (9)	13
54	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (10)	14
55	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (11)	15
56	التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (12)	16

## مقدمة

نظرا للتطور السريع الذي شهدته العديد من المجالات في الحياة ، سوء كانت العلمية منها او المعرفية خاصة تلك المتعلقة بالمجال التربوي و ذلك لما له من أهمية بالغة في تكوين أفراد المجتمع تكوينا متكاملما مما يساعده على التكيف و مسايرة العصر في تطوره الفكري و العلمي .

و بما ان التربية العامة هي إعداد الفرد للحياة علميا و عمليا و جسميا و عقليا و خلقيا و اجتماعيا وذلك من خلال الانشطة البدنية و الحركية و المعرفية و الثقافية التروحية ليتحملو مسؤوليتهم حول أنفسهم و أجسامهم و حياتهم الشخصية و الإجتماعية لينشأوا مواطنين صالحين ينفعون انفسهم و ويخدمون اوطنهم

و للوصول إلى هذه الأهداف نجد أن مدربي التربية البدنية و الرياضية في المؤسسات يستخدمون العديد من الطرق تتلائم مع خصائص الفرد ، و من بين هذه الطرق نجد طريقة اللعب ، و التي هي إحد الطرق التي لها علاقة كبيرة في تحقيق أهداف الحصة التدريبية ، و ذلك لم تتطلبه هذه الطريقة من سيطرة على نوع من الادوات ، و الاداء الجيد الذي يستلزم أولا السيطرة على الجسم و على الأداة ، و لكون اللعب ليس مرتبطا بمرحلة سنية معينة حيث نجد أن المدرب يوجه الألعاب من حيث استعدادات اللاعبين لممارستها وجعلها تبدو سهلة او صعبة ، بسيطة او معقدة حسب اختيار اللعبة و التخطيط المسبقا لكيفية إنجازها بغرض الارتقاء بمستوى الاداء الحركي و تنمية المهارات البدنية و النفسية و هذا ما يعرف بتطبيق الألعاب الشبه رياضية ، كما نعلم ان الحصة التربية البدنية والرياضية تهدف لتنمية خمسة جوانب أساسية : الجانب النفسي ، الحس حركي، الاجتماعي ، العاطفي و المعرفي ، و من اهم العلوم المتطورة اليوم نجد التربة التي تهتم بتكوين فرد صالح يخدم نفسه و مجتمعه ، فالتربية في المجال الرياضي تعني بشخصية الفرد وهذا بتنمية جميع جوانبه النفسية الإجتماعية الروحية و البدنية ، حيث ان للعب دورا هاما في هذا السياق وذلك بتعليم و تزويد الطفل و المراهق بمختلف المهارات و الخبرات الحركية المرافقة ببذل جهد بدني و عقلي منظم ، ضمن نشاط يتماشى و إحتياجات التلميذ المراهق خلال مراحل نموه المتميز بميوله الشديدة نحو اللعب .<sup>1</sup>

<sup>1</sup>.أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، القاهرة، دار سلام، 1996، ص39

و تمثل الألعاب حاجة هامة لصحة الفرد النفسية لتحقيق التوافق بأبعاده المختلفة و تنمية المهارات النفسية لدى هذه الفئة بالنظر إلى المتعة التي تجلبها للمراهق من خلال الفرص التي تتيحها له لإشباع مختلفة الرغبات و الحاجات التي يتطلبها النمو في هذه المرحلة بصفة مقبولة اجتماعيا و نفسيا كالحاجة إلى الإنتماء ، الحاجة إلى إثبات النفس، ولتحقيق حاجة التلميذ المراهق تم إقتراح مجموعة من الالعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية و الرياضية من جهة، و من جهة اخرى لتنمية القدرات البدنية والنفسية ، لذا ستهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن مساهمة الالعاب الشبه رياضية في تنمية القدرات النفسية للتلميذ.<sup>2</sup>

وسنقوم بتقسيم هذه الدراسة إلى جانبين أحدهما نظري والأخر ميداني ، فالجانب النظري هو عبارة عن أرضية ينطلق منها هذا البحث حتى تتضح الرؤية وسيضم هذا الجانب فصلين :

الفصل الاول: يضم مدخل للدراسة(تعريف بالبحث)

(الإشكالية الاهداف،الفروض،أهميةالبحث،مصطلحات ومفاهيم الدراسة،أهم النظريات المفسرة و التي تناولت متغيرات الدراسة).

الفصل الثاني : يضم الدراسات المرتبطة (عرض وتحليل الدراسات السابقة )

ثانيا الجانب التطبيقي : أما الجانب الميداني فسيقسم بدوره إلى فصلين :

الفصل الثالث: ويضم طرق و منهجيةالدراسة( المنهجية ،الدراسة الإستطلاعية ،العينة ،حدود الدراسة ، أدوات جمع البيانات أساليب التحليل الإحصائي)

الفصل الرابع: عرض ،مناقشة وتحليل النتائج أهم الإستخلاصات .

---

<sup>2</sup>أمين أنور الخولي، مرجع سابق، ص211.

# الجانب النظري

# الفصل الأول:

مدخل للدراسة (التعريف بالبحث)

✓ الإشكالية

✓ الأهداف

✓ الفروض

✓ أهمية الدراسة

✓ مصطلحات ومفاهيم الدراسة

✓ أهم النظريات المفسرة و التي تناولت متغيرات الدراسة

### 1- الإشكالية :

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

ويلاحظ اللعب مثل الجري ، المطاردة ، السباحة ، السباق ، والألعاب الرياضية المنظمة وغير ذلك من ألوان النشاط التي تصرف الطاقة المتدفقة لدى الطفل " ، بالإضافة إلى أهميته الكبيرة في التعلم والتسلية ، كما يعتبر من أهم النشاطات التي تساعد الأطفال في تفهمهم للمحيط الذي يعيشون فيه وأحد الوسائل الهامة التي يعبرون من خلالها على أنفسهم وعلى حالتهم الاجتماعية، فمن خلال موضوع بحثنا هذا تعتبر : الألعاب الشبه الرياضية العامل الفعال الذي لا يتخلى عنه الطفل وهذا راجع لأهميتها الفيزيولوجية و النفسية و الاجتماعية ، خاصة لمرحلة التعليم المتوسط التي أكد عليها علماء النفس على أنها حالة قلق و توتر نفسي للمراهق و هذا راجع إلى النمو البيولوجي السريع، وتمثل الألعاب الشبه الرياضية مدخلا لظاهرة اللعب حيث أنها تعتبر جزء هام من النشاط المدرسي كما أنها تشكل حيزا كبيرا في محيط الأنشطة المدرسية و خصوصا في حصة التربية البدنية و الرياضية وحيث أن مشاركة الأطفال في عملية اللعب و بصورة عامة تؤدي إلى تنمية الجانب النفسي و الإجتماعي من خلال العلاقات التي تنشئ من خلال ممارسة تلك الألعاب ، فإحترام الذات يبنى من خلال خبرات النجاح وتعلم اللعب الجماعي ، وبذلك نرى أن ممارسة الالعاب بأنشطتها الواسعة توسع من دائرة الطفل و معارفه وتجعله قادرا على إقامة العلاقات مع الآخرين و كيفية التعامل مع الجماعة و احترامها و العمل بقوانينها و الإنتماء إليها.<sup>1</sup>

وتعتبر مرحلة التعليم المتوسط هي مرحلة المراهقة و التي تعني محاولة المراهق الإنتقال من كائن يعتمد على الآخرين إلى راشد و مستقل متكيف مع ذاته ، حيث تعرف هاته الفترة تطورات جديدة لاتقتصر على الأعضاء الجنسية فقط و إنما تتعداها إلى كمال الجسم ، كما تعرف أيضا تغيرات نفسية وعاطفية و عقلية مع ظهور مشاكل في اوجه التطوير

<sup>1</sup> محمد عماد الدين إسماعيل: النمو في فترة المراهقة، ط4، الكويت، دار القلم، 1986، ص13

النفسي ، و إذا كانت هاته المشاكل راجعة إلى أسباب نفسية أو عضوية فإن بعضها الآخر راجع إلى الإضطرابات في الرعاية و إهمال تنمية و تطوير القدرات النفسية

فقد اتفق كل من "رتشارد لورمان" و "فرايد" على أن اللعب و النشاط الرياضي كمخفض للقلق الذي هو وليد الإحباط و هذا الأخير من شأنه أن يعرقل الطاقة الغريزية للنمو ، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة إجتماعية مقبولة إذ يستطيع المراهق الوصول إلى حل أو على الأقل التحكم في مراعاته النفسية و يتمكن من تقسيم و تقويم إمكاناته النفسية و البدنية و العاطفية و محاولة تطويرها بإستمرار ، لذ تحتاج هذه الفئة إلى رعاية كبيرة و بهذا النشاط الرياضي يتعلم التلميذ بعض الألعاب لتحقيق أفضل النتائج مستقبلا .<sup>1</sup>

و للوصول إلى أفضل النتائج لابد من تطوير مختلف المهارات للتلاميذ خاصة النفسية حيث أشار محمد حسن أبو عبية (1986م) أن الفرد الرياضي الذي يفتقر إلى السمات النفسية لن يستطيع مهما بلغت قدراته و مستوياته البدنية و الفنية من تحقيق أعلى المستويات نظرا لأن هذه السمات تؤثر مباشرة في شخصية المراهق.

و يضيف محمد العربي شمعون (1996م) أن تنمية القدرات النفسية و التي تتمثل في الثقة بالنفس – التصور العقلي – القدرة على مواجهة القلق، يجب أن تسير جنبا إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى و يجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة.<sup>2</sup>

و تشير نبيلة أحمد محمود نقلا عن أسامة راتب (2000م) إلى أن التصور العقلي يمثل إحدى الطرق التي تعمل على تدعيم الممرات العصبية ، فاللاعب من خلال إستحضار الصورة الذهنية للمهارة بشكل منظم يؤدي إلى الإشتراك الفعلي لعضلات الجسم في أداء هذه المهارة ، كما تشير إلى أن دافعية الانجاز تعتبر من الدوافع التي تكمن خلف كل نجاح أو تفوق في الأداء الرياضي ، و أن الثقة بالنفس من المهارات الهامة في المجال الرياضي نظرا لتأثيرها على أداء اللاعبين و أن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدرا إيجابيا هاما لتحقيق الطاقة النفسية الإيجابية.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مكتبة النهضة، 1992، ص191.

<sup>2</sup> محمد العربي شمعون "التدريب العقلي في المجال الرياضي" ط1 ، القاهرة، دار الفكر العربي، 1996م ص27

<sup>3</sup> صدقي نور الدين "علم نفس الرياضة" المفاهيم النظرية- التوجيه و الإرشاد- المقياس" الطبعة 1، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، 2004م ص20



وأكثر مايجلب انتباه التلاميذ في هذه المادة هو اللعب بأشكاله المختلفة ، سواء كان جماعي أو فردي لذا لفت إنتباهنا في هذا البحث إلى : مساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية و واقعها في وسطنا المدرسي وكيفية تحقيق أفضل النتائج مستقبلا من خلالها.

هذا مادفعنا في بحثنا إلى طرح التساؤل التالي :

### التساؤل العام :

هل توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين في القدرات النفسية لصالح الممارسين لدى تلاميذ التعليم المتوسط ؟

ومن هذا المنطلق ارتأينا ان تكون التساؤلات الجزئية موزعة على النحو التالي :

### التساؤلات الجزئية :

- هل يطبق أساتذة التعليم المتوسط الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على الثقة بالنفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين ؟

### 2 - أهداف البحث :

- معرفة واقع ممارسة الألعاب الشبه الرياضية داخل مؤسساتنا التربوية وهل يطبقها الأساتذة أثناء الحصة

- معرفة هل هنالك فروق في القدرات النفسية بين التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين من أجل الخروج بنتيجة للبحث .
- معرفة هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على الثقة بالنفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية .

### 3-الفرضيات :

#### 3-1- الفرضية العامة :

- توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين في القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط ؟.

#### 3-2- الفرضيات الجزئية :

- يطبق أغلب أساتذة الطور المتوسط الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية ؟
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على الثقة بالنفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية لصالح الممارسين.

### 4- أهمية الدراسة :

إيماننا مني بأهمية الألعاب الشبه الرياضية و نظرا للإختلالات العديدة الموجودة و التي تساهم في عدم إبراز فاعلية هذه الألعاب منها عدم وجود مناهج تعليمية تهتم بهذه الألعاب في مدارسنا و جهل الأساتذة بمدى أهميتها و أحيانا سوء توظيفها في بناء حصة التربية البدنية والرياضية وخاصة في المتوسط لأهمية المرحلة العمرية ومدى فعاليتها في نجاح التعلم الحركي العام وتنميتها للعديد من القدرات.

تتمحور هذه الدراسة حول جانب مهم من الجوانب التي تعمل الألعاب الشبه رياضية على تنميتها ألا و هو الجانب النفسي و الذي يتمثل في القدرات النفسية، و التي أصبحت تلعب دورا هاما في تطوير الأداء و الإنجاز الرياضي و الرفع من قدرات الفرد الرياضي.

### 5- مفاهيم و مصطلحات الدراسة :

#### 5-1- تعريف الألعاب الشبه رياضية :

\* **إصطلاحا** : الألعاب الشبه رياضية هي ألعاب منظمة تنظيما بسيطا ، و سهلة في أدائها ، ولا تحتاج الى مهارات حركية كبيرة عند تنفيذها ، ولا توجد لها قوانين ثابتة او تنظيمات محددة ، ولكن يمكن للمعلم من وضع القوانين التي تناسب مع سن اللاعبين و استعداداتهم و الهدف المراد تحقيقه و يمكن ممارستها في اي مكان كما يمكن ادائها باستخدام أدوات بسيطة أو بدون ادوات وهي لا تحتاج الى تنظيم معقدة و دقيق .<sup>1</sup>

\* **التعريف الإجرائي** : هي عبارة عن ألعاب صغيرة يبتكرها و يوظفها الأستاذ في الحصة التعليمية أو التدريبية و غالبا ماتكون في بداية الحصة تتخذ أشكال متعددة و متنوعة على حسب ميول و رغبة التلميذ ، يغلب عليها طابع الترويح و المرح و التسلية.

<sup>1</sup> نجم الدين السهرودي: فلسفة اللعب، ط4، الطبعة الثانية، القاهرة، الفجر، 1977، ص20

5-2- تعريف القدرات النفسية :

\* إصطلاحا:

هي عبارة عن قدرة يمكن تعلمها و إتقانها عن طريق التعلم و المران و التدريب، فاللاعب الرياضي لن يستطيع اكتساب و تعلم و إتقان المهارات الحركية كالتصويب أو التمرير أو الإرسال أو غير ذلك من المهارات الحركية إلا إذا تعلمها و تدرب عليها لدرجة الإتقان، و ينطبق ذلك أيضا على القدرات النفسية، فلن يستطيع اللاعب الرياضي إتقانها إلا إذا تعلمها و تدرب عليها، فكأن القدرة النفسية لأي عمل من الأعمال أو السلوك ترتبط ارتباطا وثيقا بالنجاح في أداء هذا العمل أو السلوك، كما يمكن تعلم و إتقان القدرات النفسية عن طريق عمليات التعلم و المران و التدريب.<sup>1</sup>

لقد أشار العديد من الباحثين في علم النفس إلى أن هنالك عددا كبيرا من القدرات النفسية ( أو العقلية أو المعرفية) المرتبطة بالرياضة.

و من بين أبرز النماذج التي حاولت تحديد القدرات النفسية المرتبطة بالرياضة نموذج "علاوي" للمهارات النفسية و التي حصرها في المهارات التالية:

- ❖ قدرة التصور الذهني.
- ❖ قدرة مواجهة القلق.
- ❖ الثقة بالنفس.

\* التعريف الإجرائي :

القدرات النفسية هي المهارات او القدرات التي تمكن التلميذ او الرياضي من مواجهة و مجابهة للمواقف التعليمية او الرياضية أثناء النشاط البدني الرياضي وفي هذه الدراسة حصرنا القدرات النفسية في :

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي- محمد نصر الدين رضوان " الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي " القاهرة، دار الفكر العربي، 1987م- ص 21.

- ❖ قدرة على الثقة بالنفس .
- ❖ القدرة على مواجهة القلق .
- ❖ القدرة على التصور الذهني .

### 5-3- تعريف تلاميذ الطور المتوسط :

#### \* التعريف الإجرائي :

هم المتدربين أو التلاميذ الذين يزاولون دراستهم على مستوى التعليم المتوسط وتتراوح أعمارهم بين (12-15 سنة) وهم يمرون بمرحلة عمرية حساسة وهي مرحلة المراهقة حيث يتمتعون برغبة كبيرة في اللعب وكذلك تتنامى في هاته الفترة عدة خصال و سمات على مستوى الشخصية .

### 6- النظريات المفسرة للعب :

لقد تناول معظم المربين التربويين اللعب من جوانب عديدة منها المنشأ ولطبيعة والأسباب في تشابه ألعاب الأطفال رغم اختلاف مجتمعاتهم وكذلك أسباب تعدد أنواع اللعب وغير ذلك وأسفرت دراسات هؤلاء العلماء عن عدد من النظريات والتي تفسر أسباب اللعب، ولعل أول هذه الإسهامات النظرية تلك التي قدمها "أرنو لد جزيل Gezelle" وقدم خلالها دراسات وافية عن النمو وتطور حركات ومهارات الأطفال منذ الميلاد وحتى عشر سنوات ووضع هذه المعايير النمائية في شكل قوائم جاء في محتواها رصد وتسجيل للتطور لاستجابات اللعب

### 6-1- نظرية فصل الطاقة أو الطاقة الزائدة لكل من شيلر وسبنسر : وتتلخص هذه النظرية في أن

اللعب أي كائن حي ناتج عن الطاقة الزائدة التي يمتلكها والتي تزيد عما يحتاجه الكائن الحي لعمليات النمو وهو صغير أو كالكبير وهو كبير، وخلصا من أنه توفر لدى الكائن الحي طاقة تزيد عن حاجته، استخدامها في اللعب ورغم أن هذه النظرية تفسر تعدد أشكال وأنواع اللعب ولكنها تعجز عن تفسير السبب الذي يدفع الكائن الحي إلى اللعب ولقد نقد بعض العلماء هذه النظرية وقالوا " :لماذا يفسر شيلر وسبنسر " Schiller et Spencer"السبب في لعب الأطفال وهو متعب أو بالنسبة للكبار الذين يمارسون بعض أنواع اللعب بعد الانتهاء من عملهم الرسمي الذي

يدل فيه كل الجهد". وهذا يؤكد على أن سواء الأطفال أو الكبار عندما يلعبون لا يكون السبب هو التخلص من الطاقة الزائدة فقط.<sup>1</sup>

### 6-2- نظرية الاستجمام لـ: "لازاروس" "la za rus" وفحوى هذه النظرية يتلخص في أن اللعب

وسيلة من وسائل راحة العقل والجسم بعد الكد والتعب في تدبير متطلبات الحياة للعيش وهذه الراحة تؤدي إلى الاستجمام الذي ينتج من الحرية والانطلاق والتلقائية المصاحبة للعب، ولقد تناول هذه النظرية بعض العلماء بالبحث فقالوا بماذا يفسر لازاروس لسبب في لعب 1 الطفل عقب استيقاظه من نومه مباشرة أينما يكون أقل ما يمكن احتياجه الاستجمام<sup>2</sup>.

### 6-3- نظرية التلخيص لـ "ستانلي هول": "Holl Stanley". "وتقول هذه النظرية أن الطفل يتطور

لعبه حيث يشابه هذا التطور نفس التطور الذي مر به أجداده منذ بدء الخليقة، فنجد الطفل يرقى بلعبه تدريجياً ففي البداية يكون فردياً ثم يتطور ليكون لعباً جماعياً ويتطور اللعب الجماعي ليكون جماعياً تعاونياً معه الآخرين ويتطور ليكون تعاونياً تنافسياً اعترافاً منهم بقوة الجماعة وحب الانتماء لها وهكذا، ولكن تعرض إليها بعض العلماء وأخذ عليها أن هذه النظرية تعرضت لنوع واحد من اللعب وهو تلخيص الحياة الاجتماعية فقط ولم تتعرض للألعاب الحاضر وأن هناك ألعاب ليس لها علاقة بالماضي مثلاً، وأن هناك ألعاب يمارسها الصغار والكبار في نفس الوقت إذن أي 2 التلخيص هنا. إن مؤدى نظرية ستانلي أن لعب الأطفال إنما هو تعبير لغرائزهم، وإنما يعود أصلاً إلى الدوافع الموروثة من الأجداد الأولين، والتي تتمثل في السلوك البدائي لأجدادنا أثناء الأحقاب الأولى للتطور العقلي للجنس البشري.<sup>3</sup>

### 6-4- نظرية الإعداد للمستقبل لـ "كارل جروس": "Gross Karl" وفحوى هذه النظرية يقول أن

اللعب تلخيص وظيفته في إشباع حاجات الكائن الحي، واللعب بذلك يعد الكائن الحي للعمل الرئيسي المنوط في الحياة المستقبلية وفترة اللعب هذه قد تطول وقد تقصر ويتوقف هذا على مدى تعقيد حياة الكائن الحي وبساطتها فكلما كانت الحياة المستقبلية بسيطة قصرت فترة اللعب في حياته فمثلاً نجد أن فترة الطفولة في القطط قصيرة إذا ما

<sup>1</sup> نجم الدين السهرودي، فلسفة اللعب، القاهرة، 1977، ص 20

<sup>2</sup> تشارلز بيوكر: أسس التربية البدنية، نيويورك، 1964، ص 448، 445

<sup>3</sup> محمد إبراهيم عبد المجيد: تعلم الأنشطة والمهارات لدى الأطفال المعاقين عقلياً، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص 49

قورنت بفترة الطفولة في حياة الإنسان. إن ألعاب الطفل تتعدد وتشكل حيث تتعدد مهامه في حياته المستقبلية، فنجد مثلا الطفل يمتطي عصا لكي يتعلم أن يكون فارسا وتلعب الطفلة بعروستها لتمارس وظيفة الأم المستقبلية وهكذا. فتعتبر هذه النظرية من أفضل النظريات الحديثة، وأكثرها وضوحا حيث أنها توضح أن فترة اللعب تختلف تبعا للمكان الذي ينتمي إليه الكائن في شجرة التطور. فكلما زاد تعقيد الكائن، طالت فترة عدم النضج عنده، وهذه الفترة المتباينة من عدم النضج تعتبر ضرورية وذلك للكائنات الأكثر تعقيدا حتى تتيح للكائن أن يدرّب مهارته الضرورية في فترة البلوغ، وعلى هذا فإن جروس يقدم وجهة النظر القائلة بأن اللعب وجد لسمح بالتدريب على أنشطة الكبار. وكالعادة لأن العلم لا يتوقف فقد تعرض بعض العلماء لهذه النظرية وأخذوا عليها أن هذه النظرية تعرضت للعب الأطفال الصغار ولم تتعرض للعب الكبار.

### 6-5- نظرية التوازن لـ "كونراد لانج": Lang Konrad

فرد العديد من الدوافع والميول وقد يجد حياته العملية ما يملأ بعض هذه الدوافع والميول ويبقى البعض الآخر دون تعديّة فيلجأ إلى اللعب لإشباع هذه الدوافع، يقول لانج أن في العمل الجدية والالتزام وفي اللعب الحرية والانطلاق. تحدث عمليات التوازن النفسي عند الطفل عن طريق اللعب وهناك أمور متشابهة وكثيرة من هذه المواقف التي يتم فيها التفرغ عن مكونات النفس البشرية ومن هنا يرى لانج أن اللعب يقوم بإحداث عمليات التوازن عند الطفل عن طريق إشباع الطفل ودوافعه<sup>1</sup>.

### 6-6- نظرية "فرويد": Freud

"وتعتبر من النظريات الهامة في اللعب حيث يرى فرويد أن اللعب وسيلة لتحقيق أمنيات الأطفال، وكذلك التحكم في الأحداث الصادمة، كما أنه يرى عكس اللعب ليس ما هو جاد، ولكن ما هو حقيقي، كما أن الأطفال يكررون كل شيء ولديهم انطبعا قويا في حياتهم الواقعية، وهم يتحررون من قوة ضحاياها، فهناك اتفاق على أن اللعب له أهمية عظيمة في تعليم الأطفال وتموهم

وفي النهاية، أقول أن النظريات السابقة إلا تتنافس في تفسير اللعب وطبيعته وكلها متكامل فهي كلها مجتمعة تعبر عن مفهوم اللعب فنجد أن كل نظرية من النظريات السابقة فلا يمكن إنكار أن الميل إلى اللعب قوي وطبيعي وتلقائي، وهو بهذه الفئات أصبح م الوسائل الفعالة المستخدمة في العملية التربوية، ولا يمكن لأي مدرس أو ولي أمر أن يتجاهل

<sup>1</sup> فيصل عباس: علم النفس الطفل، بيروت، 1997، ص1

أو يهمل هذه الحقيقة بل يجب استغلال هذا الميل الفطري في مساعدة الطفل على النمو الصحيح باختيار وانتقاء النوع المناسب من أنواع اللعب لمرحلة النمو التي يجتازها الطفل و تقديمه في جو تربوي اجتماعي الشكل نظيف تحت إشراف قيادة حكيمة واعية ومتفهمة، وهذا يتطلب منا أمرين هما:

- تفهم طبيعة النمو كعملية بيولوجية نفسية و تفهم اللعب وأصوله وقواعده وطرق تدريبه أو تعليمه وبمراعاة الأمور يمكن تقديم النوع المناسب للمرحلة السنوية المطلوبة ثم اختيار الطريقة المناسبة التي تتماشى مع هذا اللون من النشاط وفي نفس الوقت تلائم هذه المرحلة من النمو. هذا كما يراه الدكتور عبد الحميد شرف<sup>1</sup>.

### 7- النظريات المفسرة للقدرات النفسية :

#### 7-1- نظريات تفسر أكثر التصور الذهني :

من بين النظريات التي حاولت شرح تفسير ظاهرة التصور العقلي في مجال علم النفس الرياضي هناك نظريتين :

- النظرية النفسية العصبية الحركية ( La théorie psycho-neuro-musculaire )

- نظرية التعلم بالرموز ( La théorie d'apprentissage par symbole ).<sup>2</sup>

#### 7-1-1- النظرية النفسية العصبية العضلية ( الحركية )

تقوم هذه النظرية على الأحداث والسلوكيات التي يتم تخيلها أو تصورها لا بد وان ينتج عنها استجابة عضلية عصبية مثلما هو الحال مع الأحداث الواقعية ، بمعنى أن الصور التخيلية في العقل ينبغي أن ترسل إشارات إلى العضلات لكي تقوم بما تخيله و تصوره من مهارات ، رغم أن تلك الإشارات قد تكون ضعيفة جدا بحيث لا يصدر عنها حركة تذكر والدليل الأساسي على هذه النظرية يقدمه " ادموند جاكوسين " (1932) الذي ذكر انه عند تخيل أو تصور حركة ثني الذراع ، بالإضافة إلى ذلك ، فقد لاحظ « م.ب.ارنولد»(1946) انه عند إخبار شخص ما بتخيل الوقوع

<sup>1</sup>فصل عباس: علم النفس الطفل، مرجع سبق ذكره .

<sup>2</sup> Richard H .Cox « Psychologie du Sport»1<sup>er</sup> Bruxelles- Edition 2005 Deboeck Université . P : 222



للأمام أو للخلف ، ترى أن هناك حركة خفيفة في الاتجاه المتخيل للوقوع وفي تجربة لاختبار الفكرة القائلة بان التصور أو التخيل يؤدي إلى نشاط كهربائي في العضلات ، أوصل "ريتشارد سوين " (1980) أقطابا كهربائية إلى عضلات أرجل متزحلق على جبال الألب عند تخيله التزحلق إلى أسفل فوجد أن هناك استجابة في العضلات تماثل تقريبا استجابة العضلات عند التزحلق الحقيقي.<sup>1</sup>

### 7-1-2- نظرية التعلم الرمزي:

وتشير هذه النظرية إلى أن التصور العقلي يساعد على تسهيل الأداء عن طريق مساعدة اللاعب في عمل "شفرة معينة" أو "ترميز عقلي" للأداء الحركي من صورة تكوينات رمزية لها معنى أو صورة أنماط مركبة معينة ، وبالتالي فإن الحركات قد تبدو أكثر ألفة وفهما لدى اللاعبين وهو الأمر الذي قد يساعد على أن تصبح الحركات أكثر إلية (أي تؤدي بصورة آلية دون المزيد من التفكير)؟

وتقول هذه النظرية أن التخيل أو التصور يساعد على تنمية صورة تفصيلية عقلية ليس بإثارة العضلات عند التخيل بل تخلق برنامج حركي في الجهاز العصبي المركزي (نظام كودي لنماذج الحركة )

وعلى أية حال فإن النظريتين تقودنا إلى نتيجة واحدة هامة وهي فاعلية التصور حتى بالنسبة للدراسات التي يقضي فيها الأفراد أوقاتا اقل في التدريب على مهارات التصور.<sup>2</sup>

وهناك نظرية ثالثة تجمع بين الظواهر المعرفية لنظرية التعلم الرمزي وبين الظواهر الفيزيولوجية للنظرية النفسية العصبية ، أي أن التصور العقلي يحسن الأداء بطريقتين ، من جهة نظر فيزيولوجية التصور العقلي يمكن أن يساعد الرياضي على تحقيق مستوى نشاط إلى في الأداء ومن جهة أخرى نظر معرفية ، يمكن التصور أن يساعد الرياضي على التركيز في المهمة التي سيقوم بها إن أحسن نظرية لتفسير اثر التصور يمكن أن تكون متكونة من الثلاث نظريات المذكورة أعلاه ، وبالتالي من غير المنطق أن تفصل نظرية عن النظرية الأخرى.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مصطفى حسين .باهي وسميرعبدالقادر جاد « المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي »مصدر سبق ذكره ص98

<sup>2</sup> مصطفى ح.باهي وسميرعبدالقادر جاد « المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي » مصدر سبق ذكره 2004- ص 98-99

<sup>3</sup> Richard H .Cox « Psydrologie du Sport»1 Edit .Bruxelles.Edition De Boeck Université 2005 . P223

7-2- نظريات الثقة بالنفس :

7-2-1- نظرية فعالية الذات لـ "باندورا "

تعتمد نظرية باندورا على مفهوم كفاءة الذات كشرط أساسي لأداء بكفاءة في المواقف التنافسية التي يشترك فيها الفرد الرياضي ، حيث تشير الكفاءة إلى " قدرة الفرد على عمل ما يحتاجه ، أو القدرة على أداء المهارات بصفة خاصة " وعلى هذا فكلما يرفع مستوى كفاءة الذات ارتفع انجاز الأداء لدى الفرد .

وعندما نلاحظ أن مفهوم كفاءة الذات لدى نظرية باندورا يعبر عن جانب هام من مفهوم الثقة بالنفس وهو اعتقاد الفرد انه كفي ويستطيع انجاز ما بنجاح وفعالية ، وعلى هذا يتضح أن درجة أو مستوى كفاءة الذات لدى الرياضي هي التي تحدد مدى إمكانية إقباله ودخوله المواقف التنافسية والابتعاد عنها ، وهذا يشير إلى كفاءة الذات هي دالة للثقة بالنفس لدى الرياضي.<sup>1</sup>

7-2-2- نظرية واقعية الكفاية لـ " هارتر "

تعتبر نظرية واقعية الكفاية لهارتر (1981 ، 1978 ) النظرية الوحيدة التي تهتم بوصف وشرح التنبؤ ، بماذا يكون الأفراد مدفوعين للاشتراك في مجالات الانجاز بشكل خاص ، حيث توضح أن الأفراد يكونوا مدفوعين لكي يكونوا أكفاء في مجالات الانجاز المعرفية ، والبدنية والاجتماعية ، من منطلق الشعور بالكفاية وتكامل المسؤولية عن محاولات نجاحهم و فشلهم ، أو بمعنى آخر فان الرياضيين الذين يدركون كفاءتهم في المجال الرياضي يكونون أكثر إقبالا على المشاركة في المواقف التنافسية الرياضية ، بينما الرياضيين الذين يكون إدراكهم لكفاءتهم منخفضا فإنهم لا يستمرون ولا يقبلون على المشاركة في المواقف الرياضية التنافسية.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> محمد حسن علاوي « علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية » 2، ط، القاهرة، دار الفكر العربي، 2002 ، ص51

<sup>2</sup> Christine le Scanff-"manuel de psychologie du sport" tome- Paris-2 L'intervention auprès du sportif- Editions Revue E. P.S –2003 P-160

### 7-2-3- نظرية إدراك القدرة ل " نيكولز "

تتم هذه النظرية بإيضاح العلاقة بين إدراك الرياضي لقدرته ومدى صعوبة الهدف ( الواجبات ) التي يتجه الرياضي إليه لتحقيقه ، بمعنى آخر توضح الأهداف التي يتجه الرياضي لإنجازها تتأثر بمعرفته وإدراكه لقدرته ، وعلى ذلك فان سلوك الرياضي لإنجاز الهدف الذي اختاره سوف يختلف من حيث مستوى الأداء ، ومعدل الجهد المبذول ، والمثابرة والإصرار على تحقيقه .

ولهذا تختلف الرياضيين في توجههم نحو نوعين من الأهداف ، هما هدف " المهمة " و هدف " الذات " نظرا لأنهما يعكسان حكما لإدراك الرياضي لمفهوم النجاح والفشل.<sup>1</sup>

### 7-3- نظريات القلق :

#### 7-3-1- نظرية فرويد :

بني القلق و الرغبة الجنسية ( libid ) باعتبارها احد مكونات الشخصية ، و لقد فسر " فرويد " هذا بأنه عندما يكون الفرد في حالة استثارة جنسية قوية ، و لا يجد إشباعا لها فسوف ينتج عن ذلك اختفاء الاستثارة الجنسية القوية ، وإذا لم يتمكن صاحبها من إشباعها أدى ذلك إلى ظهور أعراض القلق بصورة عنيفة، فينظر فرويد إلى القلق باعتباره إشارة إنذار بخطر قادم يمكن أن يهدد الشخصية أو يكدر صفوها على الأقل ، فمشاعر القلق عندما يشعر بها الفرد تعني أن دوافع " الهي " والأفكار غير مقبولة و التي عملت الأنا بالتعاون مع الأنا الأعلى على كبتها و تقوم مشاعر القلق بوظيفة الإنذار للقوى الكابطة المتمثلة في الأنا و الأنا الأعلى للحشد مزيدا من القوى الدفاعية لتحويل دون المكبوتات و النجاح في الافلات من اسر اللاشعور، و قد راجع " فرويد " نظريته في مفهوم القلق و لخصها فيما يلي :

- القلق الذي يؤدي إلى الكبت بينما كان في نظريته الأولى يعتقد أن القلق هو نتيجة للكبت .

<sup>1</sup> صدقي نور الدين محمد " علم نفس الرياضة "، مصدر سابق الذكر، ص9

- وجود مواقف خطيرة تهدد الفرد في مراحل النمو المختلفة فمثلا خوف الطفل من فقدان الأم يثير القلق خاصة في السنوات المبكرة من حياته و هو خوف الطفل من نبد المجتمع له كذلك تعرض الطفل إلى أحوال إحباطية تتصل بإشباع الدوافع الأولية مثل التغذية و العدوان و السلوك الجنسي و غير ذلك و يترتب على محاولات الطفل إشباع هذه الدوافع عقاب الوالدين مما يؤدي إلى الشعور بالخوف و القلق كلما استثبرت هذه الدوافع.<sup>1</sup>

### 7-3-2- نظرية ادلر :

ويرى ادلر أن القلق النفسي ترجع نشأته إلى طفولة الإنسان الأولى كان يشعر الفرد بالقصور ، الذي ينتج عنه عدم الشعور بالأمن المقصود بنظرية القصور العضوي في نظر "ادلر " أن هذا القصور يمثل في احد أعضاء جسمه ، وأما نتيجة لعدم استكمال نحوه وتوقفه أو لعدم كفايته التشريحية أو الوظيفية أو بسبب عجزه عن العمل بعد المولد .

ولقد استدل "ادلر" من التغيير الذي يحدث في وظائف الأعضاء القاصرة في الجسم على وجود علاقة بين الشعور بهذا القصور و النحو النفسي ، فاعتقد أن وجود احد الأعضاء القاصرة يؤثر دائما على حياة الشخص النفسية ، لأنه ناقص في نظر نفسه ، فيزيد شعوره بعدم الأمن ، ومن ثم ينشأ القلق النفسي ، ولم يلتزم "ادلر " بحدوث القصور العضوي و ما يستلزمه من تغيير في الحياة النفسية ، بل وسع مدلول القصور متى جعله يشمل القصور المعنوي أو الاجتماعي ، أضاف إلى ذلك نوع التربية التي يتلقاها الطفل في أسرته أيام طفولته ، حيث لها اثر كبير في نشأة القلق النفسي عند محاولته التعويض عنه .<sup>2</sup>

### 7-3-3- نظرية كارين هورني :

وترى أن القلق سببه يرجع إلى ثلاث عناصر :

❖ الشعور بالعجز

❖ الشعور بالعداوة

<sup>1</sup>صبره محمد علي و أشرف علي شريت : "الصحة النفسية و التوافق النفسي " ،4ط، الطبعة الاولى، القاهرة، دار المشرق، 2001، ص:94  
<sup>2</sup>مصطفى فهمي : "الصحة النفسية " الطبعة 2، القاهرة، الخانجي، 1987، ص:200

### ❖ الشعور بالعزلة

وهذه العوامل تنشأ عن الأسباب الآتية :

- أ) انعدام الدفء العاطفي في الأسرة و تصور الطفل بأنه شخص عدوم من الحب والعطف و الحنان وانه مخلوق ضعيف وسط عالم عدواني هو أهم مسببات القلق .
- ب) بعض أنواع المعاملة التي يتلقاها الطفل تؤدي إلى نشوء القلق لديه ، فالسيطرة المباشرة أو الغير مباشرة ، وعدم العدالة بين الإخوة و الاختلاف ، وعدم احترام الطفل و الجو الأسري العدواني .....الخ كلها عوامل توقظ مشاعر القلق في النفس.<sup>1</sup>

### 7-3-4- النظرية التفاعلية للشخصية :

حسب رأي أصحاب هذه النظرية فان الفرد الذي يتصف بالثبات الانفعالي سيظهر عليه ذلك بشكل ثابت في اغلب تصرفاته بغض النظر عن اختلاف الظروف و المواقف و بمعنى آخر فان هذا الأسلوب في دراسة الشخصية يقلل من تأثير العوامل الوقفية أو العوامل البيئية ، هذا و في ضوء محددات مدخل السمات الشخصية في دراسة السلوك فان العديد من الباحثين اتجهوا إلى النظرية الوقفية باعتبارها تؤكد على أن السلوك يتحدد بدرجة كبيرة بواسطة العوامل الوقفية و البيئية ، وفي نفس الوقت يقلل أصحاب هذه النظرية من دو السمات الشخصية في نفسي السلوك، فالنظرية التفاعلية تنظر إلى الموقف و الشخصية باعتبارهما عاملين يساهمان معا في تشكيل السلوك دون تحديد أيها الأكثر أهمية وتأثيرا ، وإنما درجة الأهمية لكل منهما تحدد تبعا لتفاعل الشخص مع الموقف ، أي أن السلوك هو تفاعل الشخصية مع البيئة.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> صبره محمد علي و أشرف علي شريت : "الصحة النفسية و التوافق النفسي" مصدر سابق ص:95

<sup>2</sup> أسامة كامل راتب "قلق المنافسة - ضغوط التدريب - الاحتراف الرياضي"، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997 ص 18 و 20

# الفصل الثاني:

الدراسة المرتبطة ( عرض وتحليل ونقد للدراسات السابقة

✓ عرض وتحليل الدراسات السابقة

✓ تعقيب على الدراسات السابقة

### 1- الدراسات السابقة :

#### \* الدراسة الأولى :

من بين الدراسات المنجزة التي لها عالقة بالموضوع الذي نحن بصدد تناوله نجد :

أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراة في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية من إعداد الباحث

" بن عبد الرحمان سيد علي " بعنوان : إقتراح مجموعة من الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية

والرياضية في تنمية الجانب النفسي والإجتماعي لمرحلة التعليم المتوسط ، تحت إشراف الدكتور "حريتي حكيم" السنة

الجامعية 2000 حيث اجريت هته الدراسة على بعض المتوسطات ولاية البويرة ، وجاءت إشكالية البحث

والتساؤلات على الشكل التالي :

**التساؤل العام :** هل لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية انعكاس فعال في

تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ؟، هذا وكانت التساؤلات الجزئية حسب ما

إرتأه الباحث موزعة على الشكل التالي :

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

تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط ؟

-هل لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية دور في الشعور بالانتماء من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ

التعليم المتوسط ؟

في المقابل كانت فرضيات البحث مبنية على هذا الشكل ، الفرضية العامة : لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية المقترح

أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية انعكاس فعال في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ

مرحلة التعليم المتوسط ، وبالنسبة للفرضيات الجزئية نذكر منها :

-لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية دور في تعلم الاعتماد على النفس من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

-لبرنامج الألعاب الشبه الرياضية دور في الشعور بالانتماء من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ التعليم المتوسط ، وكانت لهته الدراسة عدة اهداف اهمها : تهدف الدراسة إلى التحقق من مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي وتحسين المستوى البدني لمرحلة التعليم المتوسط ، إكساب تلاميذ المرحلة المتوسطة المهارات الاجتماعية وكذلك إبراز القيمة العلمية والعملية للألعاب الشبه الرياضية ، و إتبع الباحث في هذا البحث المنهج التجريبي حيث كان الاكثر مألومة لهذه الدراسة و كانت العينة المختبرة تتمثل في 200 أستاذ من أساتذة الطور المتوسط ، و إستعمل الباحث من أدوات البحث الأستبيان مكون من 22 سؤال، وكان إستنتاج الباحث انه يمكن القول أن للألعاب الشبه الرياضية المقترحة دور كبير في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، إن أحسنا وعرفنا كيفية استعمالها بوجه صحيح خلال حصة التربية البدنية والرياضية.<sup>1</sup>

### \* الدراسة الثانية :

من بين الدراسات المنجزة التي لها عالقة بالموضوع الذي نحن بصدد تناوله نجد :

دراسة كل من **حساني حميد ، بشيري محمد وبحامدي سليم** بعنوان : " دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات العقلية والحركية لأطفال الروضة" والتي أشرف عليها الأستاذ شريفي مسعود دفعة 2004-2005 حيث كانت طبيعة الدراسة دراسة ميدانية لبعض روضات ولاية الجزائر العاصمة وتمثلت إشكالية

الفرضية العامة : الالعاب الشبه رياضية لها دور في تنمية القدرات العقلية والحركية لاطفال الروضة

الفرضيات الجزئية :

1- الالعاب الشبه رياضية لها دور التأثير على الحالة النفسية للأطفال

<sup>1</sup> بن عبد الرحمان سيد علي، " إقتراح مجموعة من الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لمرحلة

التعليم المتوسط " ،إطروحة دكتور ،جامعة الجزائر 3 ، 2012/2013



### 2- الالعاب الشبه رياضية لها دور في نمو الصفات البدنية للأطفال

وقد اعتمدوا على المنهج الوصفي التحليلي ، وكانت أداة البحث تقنية الإستبيان وتمثلت عينة البحث في مجموعة من المريات لبعض روضات ولاية الجزائر العاصمة حيث تم استجواب 30 مربية من مجموع خمسة روضات، وكان هدف الدراسة إبراز الوظيفة الفعالة التي تلعبها الروضة في حياة الطفل ما قبل المدرسة ، وتأثيرها على مختلف جوانب نموه خاصة الجانب العقلي والحركي . وقد توصل هذا البحث إلى نتيجة مفادها : أن للالعاب الشبه رياضية أهمية بالغة في حياة الطفل لفعاليتها في تحقيق الاهداف البدنية والعقلية التي يكتسبها الطفل ، بحيث تسمح هذه الانشطة المقترحة في الروضة في تحقيق قدرات عقلية وحركية تسهل صقلها في المرحلة الابتدائية والاساسية مستقبلا<sup>1</sup>

### \* الدراسة الثالثة :

الدراسة التي تناولتها الباحثة " فاطمة الزهراء بوراس " تحت عنوان : أهمية الالعاب الصغيرة في تحسين المستوى البدني ومستوى الذكاء الأطفال المتأخرين عقليا القابلين للتعلم (الواقعون في المدى 50-70 نسبة الذكاء)"رسالة دكتوراه بمعهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبدالله جامعة الجزائر ، من خلال هذه الدراسة حاولت الباحثة الإجابة على الإسئلة التالية :

-هل تؤدي الالعاب الصغيرة إلى إحداث فروق كمية ذات دلالة إحصائية بين العينة التجريبية والعينة الضابطة في المستوى البدني ومستوى ذكاء العينة ؟

-هل الالعاب الصغيرة لها تأثير ايجابي في تحسين المستوى البدني للأطفال المتأخرين عقليا القابلين للتعلم ؟

-هل الالعاب الصغيرة لها تأثير ايجابي في تحسين مستوى ذكاء الأطفال المتأخرين عقليا القابلين للتعلم ؟

-هل وجود مدرس للتربية الحركية إلى جانب الأطباء والأخصائيين النفسانيين ضروري في المؤسسات الخاصة بفتة

الأطفال المتأخرين عقليا ؟ وجاءت فرضيات البحث كالتالي :إن المثبرات الحسية الحركية (الالعاب الصغيرة) تؤثر ايجابيا

<sup>1</sup>دراسة كل من حساني حميد ، بشيري محمد وبجامدي سليم بعنوان : "دور الالعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات العقلية والحركية أطفال الروضة" والتي أشرف عليها الأستاذ شريفي مسعود دفعة 2004

على فئة المتأخرين عقليا القابلين للتعلم في استقلال قابليتهم البدنية والحركية لتحسين قدراتهم العقلية (الذكاء) وقسمت هذا الفرض إلى فرضيتين أساسيتين هما:<sup>1</sup>

إن الألعاب الصغيرة تؤثر ايجابيا على العينة التجريبية المكونة من أطفال متأخرين عقليا قابلة للتعلم في تحسين مستواهم البدني.

- إن الألعاب الصغيرة تؤثر ايجابيا على العينة التجريبية في تحسين مستوى ذكاء الأفراد

- **الفرض الثاني:** عدم توفر مدرس للتربية الحركية بالمؤسسات الخاصة للأطفال المتأخرين عقليا يؤدي إلى عدم امتصاص القبلات البدنية لصالح تحسين القدرات العقلية لهؤلاء الأطفال .

أما المنهج المتبع لهذه الدراسة كان المنهج التجريبي لأنه أكثر ملائمة للمشكلة التي طرحتها بالإضافة إلى المنهج المسحي الذي أرادت من خلاله مسح للظاهرة وهي معرفة واقع فئة الأطفال المتأخرين عقليا بالمراكز الخاصة أما عن الأدوات التي استعملتها الباحثة لاختبار صحة فرضياتها فهي طريقة الاستبيان الذي يحتوي على 45 سؤال الموجه إلى مربيون الأطفال المتأخرين عقليا كما استعملت الباحثة المقابلات الشخصية والملاحظة ومجموعة من الاختبارات (اختبارات الذكاء واختبارات عناصر اللياقة البدنية) من خلال جميع المعطيات النظرية والتطبيقية توصل الباحثة إلى خلاصة انه للألعاب الصغيرة تأثير ايجابي على مستوى ذكاء الأطفال المتأخرين عقليا القابلين للتعلم وقد خلصت الباحثة إلى بعض الاستنتاجات يمكن إيجازها كالآتي :

-عدم وجود مربيون مختصون في التربية الحركية يؤدي إلى عدم استغلال قدرات هؤلاء الأطفال البدنية من اجل تحسين قدراتهم العقلية .

- كما استنتجت أن هؤلاء الأطفال يمكن إدماجهم مع الأطفال العاديين في المدارس لان ذكائهم يتحسن إذا ما قدمت لهم الرعاية الهادفة والمناسبة للدراسة.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>دراسة الباحثة فاطمة الزهراء بوراس " أهمية الالعب الصغيرة في تحسين المستوى البدني ومستوى الذكاء الأطفال المتأخرين عقليا القابلين للتعلم (الواقعون في المدى 50-

70 نسبة الذكاء)"رسالة دكتوراه جامعة الجزائر

<sup>2</sup>دراسة الباحثة فاطمة الزهراء بوراس ،مرجع سبق ذكره.

### \* الدراسة الرابعة :

-دراسة قيصر عبد القادر وذلك بعنوان : " دور الالعب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد " 9 - 12 سنة والتي اشرف عليها الأستاذ جوادي خالد دفعة 2006 - 2010 , حيث كانت طبيعة الدراسة دراسة ميدانية لثلاثة فرق وطنية وهم كالتالي : المسيلة - برج بوعرييج - سطيف وتمثلت إشكالية الدراسة في هل للالعب شبه الرياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد 9 - 12 سنة ؟ وكانت الفروض على الشكل التالي :

الفرضية العامة : للالعب الشبه الرياضية دور في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد 9-12 الفرضيات الجزئية :

-الالعب شبه الرياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسن للطفل .

-تساهم الالعب شبه الرياضية في الوصول بالطفل إلى الاداء الجيد للحركة، وقد اعتمدوا على المنهج الوصفي المسحي الذي يعتمد على جمع البيانات الميدانية هذا وكانت أداة البحث تقنية الإستبيان وتمثله عينة البحث وشملت 20 مدرب لكرة اليد على مستوى ثلاثة ولايات من القطر الوطني , تم توزيع الإستمارات عليهم وذلك بغية تزويد بحثهم وكان من أهداف الدراسة :

إبراز أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات الحسية الحركية وكذلك معرفة أهمية الالعب الشبه الرياضية في تنمية بعض الجوانب الحسية الحركية للطفل ، معرفة فائدة الالعب الشبه الرياضية بالنسبة لمرحلة الطفولة من جميع النواحي ( النفسية الإجتماعية البدنية الصحية الخلقية) وقد توصل هذا البحث إلى نتيجة مفادها أن : الالعب شبه الرياضية لها دور ايجابي في تحسين السلوك الحسي للطفل بحيث تساهم في الوصول بالطفل إلى الاداء الجيد للحركة.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>دراسة قيصر عبد القادر " دور الالعب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد جامعة الجزائر، " 2010-2011

\* الدراسة: الخامسة:

2- دراسة نبيلة أحمد محمود

بعنوان "المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة و علاقتها بالسمات الدافعية الرياضية"، دراسة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية البدنية و الرياضية على مستوى جامعة الإسكندرية حيث كانت إشكالية الدراسة هل للمهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة علاقة بالسمات الدافعية الرياضية ؟ هذا وكانت فرضيات الدراسة على الشكل التالي:<sup>1</sup>

الفرضية العامة : هناك علاقة دالة إحصائية بين المهارات النفسية و السمات الدافعية الرياضية لدى لاعبات كرة السلة ام الفرضيات الجزئية فكانت موزعة على الشكل التالي :

- التعرف على المهارات النفسية التي تميز لاعبات كرة السلة بمنطقة الإسكندرية.

- التعرف على السمات الدافعية الرياضية التي تميز لاعبات كرة السلة بمنطقة الإسكندرية.

فقد هدف الباحث من هذه الدراسة الى تحديد المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وتحديد السمات الدافعية المميزة للاعبات كرة السلة وكذلك التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية و السمات الدافعية للاعبات كرة السلة حيث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي (الدراسة المسحية) و ذلك لملائمته لأهداف البحث و فروضه و اتخذ عينة قوامها 45 لاعبة من لاعبات كرة السلة ، ام أدوات البحث فقد إستخدمت الباحثة إختبار المهارات النفسية و مقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية من تصميم :

إختبار المهارات العقلية (النفسية) الذي صممه كل من ستيفان بل "Bull"، بون ألبنسون "Albinson" و كريستوفر شامبروك "Shambrook" و الذي قام محمد حسن علاوي بإعداده و تعريبه وكذلك مقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية من تصميم " تنكو" و " ريتشارد " و يتضمن المقياس 55 عبارة تقيس 11 سمة و هي:

<sup>1</sup> دلراسة نبيلة احمد محمود، "المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة و علاقتها بالسمات الدافعية الرياضية"، رسالة ماجستير، جامعة الإسكندرية 2004-2005

الحافز، العدوان، التصميم، المسؤولية، القيادة، الثقة بالنفس، التحكم الإنفعالي، الصلابة، التدريبية، الضمير الحي، الثقة بالآخرين و قد قام بتعديله و اقتباسه محمد حسن علاوي، وكانت أهم الإستخلاصات التي خرج بها الباحثة هي توصلت إلى تميز لاعبات كرة السلة " قيد الدراسة " بالمهارات النفسية الآتية: مهارة دافعية الإنجاز، مهارة القدرة على التصور، الثقة بالنفس، القدرة على الإسترخاء، القدرة على تركيز الإنتباه و القدرة على مواجهة القلق وكذلك تميز لاعبات كرة السلة " قبل الدراسة " بسمات الدافعية الرياضية الآتية: الحالة التدريبية، الضمير الحي، المسؤولية، الثقة بالآخرين، الحافز، التصميم، الصلابة، الثقة بالنفس، القيادة و التحكم الانفعالي ، وفي الاخير وجود علاقات ايجابية عند مستوى (0,01) و (0,05) بين المهارات النفسية و أبعاد السمات الدافعية الرياضية فيما عدا مهارة القدرة على التصور<sup>1</sup>

و القدرة على تركيز الإنتباه فقد أظهرت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين هاتين المهارتين و سمة العدوان حيث أنه كلما زادت قدرة اللاعبة على إستخدام مهارة التصور و مهارة تركيز الإنتباه أثناء أدائها أدى ذلك إلى قدرتها على المواجهة و السيطرة على إنفعالاتها و تقدير قدرتها البدنية و المهارة مما يقلل من إظهار سمة العدوان التي تعتبر رد فعل للإحباط و الأداء غير الموفق.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>مرجع سبق ذكره ، نبيلة أحمد محمود

<sup>2</sup>مرجع سبق ذكره ، نبيلة أحمد محمود

### 2- تحليل الدراسات السابقة :

تلقي الدراسات السابقة والمرتبطة الضوء على الكثير من المعالم التي تفيد هذه الدراسة، كما أنارت لي الطريق بتحديد أسلوب وخطة الدراسة، وقد استخلصت من العرض السابق للدراسات والبحوث مايلي :

- استخدمت الدراسات السابقة التي أشرنا إليها مزيج بين المنهج الوصفي والمنهج التجريبي، وهما المنهجان المناسبان لطبيعة هذا النوع من الدراسات، والتي تعتمد على تقييم الوضع الراهن وكشف نواحي القوة والضعف، كما استخدمت الدراسات السابقة أيضا أدوات البحث لجمع المعلومات كالاستبيان والإختبارات والملاحظة والمقابلة الشخصية، حيث أفادتني في :

- تجنب بعض المشكلات المعيقة للتقدم في البحث، وتشكيل برنامج للقيام بالعمل خلال فترة التحضير للمذكرة ، وتحديد المراجع الخاصة في مجال الدراسة الحالية.

- اختيار المنهج والعينة وأدوات جمع البيانات المناسبة، وكيفية بناء الاستبيانات.

- كيفية اختيار القوانين والمعادلات الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث وكيفية عرض البيانات وتحليلها.

هذا وكانت أوجه الشبه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية تتمثل في : المنهج المتبع و هو المنهج الوصفي و كذلك مجتمع البحث و العينة (أساتذة و تلاميذ الطور المتوسط) وكذلك في الأدوات المستعملة (الإستبيان، إختبار المهارات النفسية)

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

# الجانب التطبيقي

# الفصل الثالث:

طرق ومنهجية الدراسة

- ✓ المنهجية
- ✓ الدراسة الإستطلاعية
- ✓ العينة
- ✓ حدود الدراسة
- ✓ أدوات جمع البيانات
- ✓ أساليب التحليل الإحصائي



### تمهيد :

بعد محاولتنا لتغطية الجوانب النظرية سنحاول في هذا الجزء أن نخطط بالموضوع من الجانب التطبيقي ، بالقيام بدراسة ميدانية عن طريق توجيه استبيان لأساتذة الطور المتوسط، وكذلك عرض للإجراءات الميدانية للمقياس المطبق على التلاميذ وحساب درجاته ، وطرق ووسائل المعالجة الإحصائية لكلتا الأداتين.

والذي تمحور أساسا على الفرضيات التي قمنا بوضعها ، ثم تقديم ومناقشة النتائج للأسئلة التي طرحناها في الاستبيان للأساتذة و العبارات للتلاميذ حيث نقوم بوضع جداول لهذه الأسئلة تتضمن عدد من الإجابات والنسب الموافقة لها ، ومن خلال هذه الدراسة التي نقوم بها نريد أن نبين مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض القدرات النفسية المتوسط لتلاميذ الطور المتوسطة. وفي الأخير نقوم بعرض الإستنتاج ونوضح فيه مدى صدق الفرضيات التي يتضمنها البحث.

### 1- المنهج المتبع :

من اجل تحليل ودراسة المشكلة التي طرحناها ، واستجابة لطبيعة الموضوع الذي إقترحناه إعتدنا على المنهج الوصفي لإجراء هذا البحث الميداني والذي يتطابق مع مثل هذه البحوث، وبناء على ذلك إرتأينا أن المنهج الوصفي هو المنهج المناسب لطبيعة هذا الموضوع الذي ندرسه في بحثنا هذا ، ويتم ذلك عن طريق جمع البيانات ووصف الظروف ثم تنظيم البيانات وتستخرج الإستنتاجات والإقتراحات.

### 2-الدراسة الإستطلاعية :

باعتبار أن دراستنا (مساهمة الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط) كانت بداية المشروع منذ توجيه و إرشاد الأستاذ المشرف وبعدها فقد قمت بزيارة لمجموعة من المؤسسات التربوية في مدينة حاسي مسعود، وهذه الدراسة الميدانية الإستطلاعية مكنتني من الإطلاع على عمل بعض الأساتذة، وكانت لنا لقاءات مع بعضهم وطرح بعض الأسئلة عليهم بخصوص استعمال الألعاب الشبه رياضية في حصص التربية البدنية والرياضية، والغرض منها هو إيضاح بعض المفاهيم المتعلقة بموضوع الدراسة، ثم بعد ذلك تلتها زيارات ميدانية إلى مقر مديرية التربية لولاية ورقلة للحصول على بعض المعلومات والإحصاءات المتعلقة بتوزيع وتقسيم المؤسسات على

مستوى مدينة حاسي مسعود وعدد الأساتذة العاملين بها و العدد الإجمالي للتلاميذ ، هذان الإختيبان و الإختبار تم عرضهما على الأستاذ المشرف والغرض منهما هو التأكد من أن الأسئلة و العبارات واضحة ومفهومة وتحقق غرض الدراسة وتخدم فرضيات البحث ، وبعد مراجعة الأسئلة و العبارات والتصحيح وتغيير البعض منها حسب ملاحظات الأستاذ و أين قمنا بتوزيع الإختيبان الأولي على مجموعة من أساتذة التربية البدنية والرياضية المقدرين ب03 أساتذة، من أجل الوقوف على نقائص وثغرات الإختيبان قبل التوزيع النهائي له، ونفس الشيء بالنسبة للإختبار وزعته على 10 تلاميذ كذا لكي تعرف على مدى وضوح الأسئلة و العبارات بصفة عامة وقياسها للشيء المطلوب قياسه و التعرف على الأسئلة التي قد تسبب حرجا للمستجوبين أو يحاولون عدم الإجابة عليها حتى يتم إعادة صياغتها بطريقة أخرى تبعد هذا الحرج ، و كذلك لمعرفة ثباته حيث أعدنا توزيع الإختيبان بعد 15 يوم على نفس العينة وكان هدف الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- معرفة مدى تناسب مقياس المهارات النفسية لعينة البحث.
- التدريب على طرق القياس و التسجيل و التصحيح و تفرير البيانات.
- معرفة الصعوبات التي يمكن مواجهتها ميدانيا لتفاديها و تجنبها
- إبراز الأسس العلمية للاختبار و مدى صلاحيته ( الصدق، الثبات، الموضوعية)

### 3- مجتمع البحث :

أساتذة و تلاميذ الطور المتوسط

### 3-1- عينة البحث:

تعتبر جزء من الكل بمعنى انه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع الذي تجرى عليه الدراسة فهو جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله ، و وحدات العينة

قد تكون أشخاصا كما تكون أحياءا أو شوارع أو مدن أو غير ذلك والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر المجتمع بحث معين.<sup>1</sup>

وفي بحثنا هذا شملت العينة من مجتمع دراسة على بعض متوسطات مدينة حاسي مسعود وقد تم اختيار العينة القصدية لتعميم النتائج ، واشتملت على 10 أساتذة من 6 متوسطات مختلفة وذلك من اجل إيجاد فرص متكافئة لكل من الأساتذة لإجابة على التساؤلات ، ام بالنسبة للإختبار إشمطت العينة على 70 تلميذ ممارس للألعاب الشبه الرياضية من 5 متوسطات مختلفة و عينة من 24 تلميذ غير ممارس للألعاب الشبه رياضية من متوسطة واحدة.

### جدول رقم (1) يبين عدد المؤسسات و مجموع الأساتذة و التلاميذ لعينات البحث .

إسم المؤسسة	التلاميذ الممارسين	عدد الأساتذة	التلاميذ غير الممارسين
متوسطة محمد العيد ال خليفة	/	2	/
متوسطة بن مير بوجمعة	20	2	/
متوسطة محمد بوراس	20	1	/
متوسطة البشير الإبرهيمي	10	2	/
متوسطة زيان عشور	20	3	/
متوسطة بوعمامة	/	/	24

#### 4- حدود الدراسة :

4-1- المجال المكاني :لقد ارتأينا في بحثنا هذا إلى إجراء الدراسة الميدانية على مستوى بعض متوسطات

مدينة حاسي مسعود .

<sup>1</sup> إخلاص محمد عبد الحفيظ، مصطفى حسين باهي: طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي، ط1 مصر، مركز الكتاب للنشر، 2000، ص129

4-2- المجال الزمني: لقد تم ابتداء البحث منذ أواخر شهر جانفي عن طريق البحث في الجانب النظري أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد تم توزيع الإستمارات على الأساتذة و التلاميذ خلال الفترة الممتدة ما بين 02 أفريل 2017 إلى غاية 15 أفريل 2017.

### 5- أدوات جمع البيانات:

لغرض دراسة موضوع أهمية الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات النفسية استخدم الباحث مقياس أو اختبار المهارات العقلية (النفسية) موجه للتلاميذ (عينة ممارسة و عينة غير ممارسة)، هذا الاختبار صممه كل من " ستيفن بل " و "جون البنسون " و "كريستوفر شامبروك" (1996) لقياس بعض الجوانب النفسية الهامة للأداء الرياضي، وقد قام بترجمته و تعديله للبيئة العربية محمد حسن علاوي.

الأبعاد التي يقيسها:

1- القدرة على التصور الذهني

2- الثقة بالنفس

3- القدرة على مواجهة القلق

ويتضمن الاختبار 12 عبارة و كل عبارة و كل بعد من الأبعاد الثلاثة (3) تمثله أربع (4) عبارات و يقدم التلاميذ بالإجابة على عبارات الاختبار على مقياس ثلاثي الدرجات (تنطبق علي بدرجة كبيرا - تنطبق علي بدرجة متوسطة - لا تنطبق علي )

\* المعاملات العلمية لإستبيان التلاميذ:

الثبات : تم إيجاد معاملات ثبات الإختبار عن طريق تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه بعد ثلاثة أسابيع فكانت قيمة الارتباط بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني (0.80) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01) مما يدل أن الإختبار ثابتة

الصدق : تم التأكد من الصدق المرتبط بالمحك عند تطبيق الإختبار بالتلازم مع بعض المقاييس التي تقيس بعض الأبعاد المتشابهة و كذلك نفس المقياس .

جدول رقم (2) يبين :كيفية تفريغ الإستبيان الخاص بالتلاميذ (المقياس) :

التدرج	نقاط العبارت الإيجابية	نقاط العبارت السلبية
تنطبق علي بدرجة كبيرة	3	1
تنطبق علي بدرجة متوسطة	2	2
لا تنطبق علي	1	3

ولإضفاء الموضوعية والدقة اللازمة إلى دراسة علمية لا بد من استعمال بعض الأدوات العلمية والوسائل التقنية التي بواسطتها يصل الباحث إلى كشف النقاب على الظاهرة التي هي محل الإهتمام والدراسة، وقد استخدمنا في دراستنا أيضا أداة الإستبيان ، و هو أداة من أدوات الحصول على الحقائق و البيانات و المعلومات فيتم جمع هذه البيانات من خلال وضع استمارة للأسئلة" ، و من بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد و الوقت كما أنها تساهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق و ثبات و موضوعية، حيث كانت الأداة الثانية "الإستبيان" موجهة للأساتذة لمعرفة الألعاب الشبه رياضية من وجهة نظرهم حيث تكون الإستبيان من 12 سؤالا يبين أهمية الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية و يبين واقع الألعاب الشبه رياضية في وسطنا التربوي.

\* المعاملات العلمية لإستبيان الأساتذة:

الصدق : صدق المحكمين تم وضع هذا الإستبيان بين ايادي الدكاترة الكرام حيث قامو بتحكيمة .

جدول رقم (3) يوضح توزيع العبارات الايجابية و السلبية حسب أبعاد المقياس

الأبعاد	أرقام العبارات الايجابية	أرقام العبارات السلبية	المجموع
1- القدرة على التصور الذهني	10-4-1	7	4
4- الثقة بالنفس	9-3	12-6	4
5- القدرة على مواجهة القلق	11-8-5-2	—	4

6- أساليب التحليل الإحصائي

6-1- النسب المئوية:

استخدم الباحث قانون النسب المئوية لتحليل النتائج في جميعا الأسئلة بعد حساب تكرارات كل منها ومثال ذلك الإجابة على السؤال التالي: هل تطبق الألعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية و الرياضية؟ فكانت الإجابة بنعم =10 والإجابة بلا=00 بعد تطبيق الطريقة المألوفة لحساب النسب المئوية" الطريقة الثالثة" تكون النتيجة كما يلي:

مجموع الإجابات بنعم 100x	100x10
الإجابات بنعم =	=
المجموع الكلي لأفراد العينة "ن"	10
مجموع الإجابات بلا 100x	100x0
الإجابات بلا =	=
المجموع الكلي لأفراد العينة "ن"	10

## 6-2- مقاييس النزعة المركزية:

\* المتوسط الحسابي : و هو حاصل جمع مفردات القيم مقسوما على عدده

\* الإنحراف المعياري : و هو من أهم مقاييس التشتت و أدقها ، و يستخدم لمعرفة مدى تشتت القيم عن المتوسط الحسابي.

\* تحليل ستيودنت "T.test de student" ( إختبار T لعينتين مستقلتين ) و يستعمل لتوضيح ما إذا كان المتوسطين الحسابيين لعينتين مختلفتين متساويين

\* برنامج الأسبساس SPSS

## خلاصة :

شمل هذا الفصل التعريف بالبحث ومنهجيته وإجراءاته الميدانية حيث وضع الباحث مشكلة الدراسة بشكل مباشر وهذا بفضل الدراسة الاستطلاعية للمشكلة التي كانت قاعدة أساسية لكي نبين أن الظاهرة موجودة فعلا وان استخدام هذا النوع من الألعاب في حصة التربية البدنية والرياضية يساهم في تنمية بعض القدرات النفسي. ويعتبر هذا الفصل بمثابة الدليل والمرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة في هذا البحث، كما تناولنا فيه أهم العناصر التي تفيد الدراسة بشكل مباشر منها (المنهج المتبع، الدراسة الاستطلاعية، عينة ومجتمع الدراسة، أدوات البحث، الأساليب الإحصائية) .

# الفصل الرابع:

عرض، مناقشة وتحليل النتائج

✓ عرض وتحليل النتائج

✓ تفسير النتائج



**تمهيد :**

من متطلبات البحث العلمي تقتضي عرض مناقشة وتحليل مختلف النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية وعلى أساس العلاقة الوظيفية وبينها الإطار النظري.

وانطلاقاً من هذه الاعتبارات المنهجية يمكننا تفسير النتائج التي كشفت عنها الدراسة الميدانية في البحث وانطلاقاً من افتراضنا العام وهو أنه توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية والغير ممارسين في القدرات النفسية .

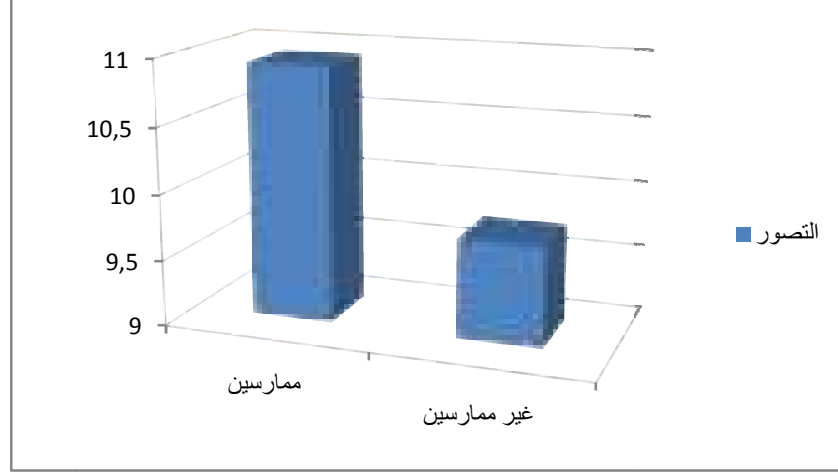
**عرض نتائج الفرضية الأولى:**

تشير الفرضية الأولى إلى وجود فروق دالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية.

وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للقدرة على التصور العقلي عند مجموعتي الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية، ثم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، والنتائج يوضحها الجدول التالي:

**جدول (4) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين مجموعة الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية في القدرة على التصور العقلي**

المتغير المقاس	مجموعات المقارنة	ن	متوسط	إنحراف معياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
القدرة على التصور العقلي	الممارسين	69	10.93	0.96	28.43	3.263	0.003
	غير الممارسين	24	9.75	1.67			



شكل رقم (1) التمثيل البياني لنتائج الفرضية رقم (1)

يظهر الجدول (4) أن متوسط القدرة على التصور العقلي عند الممارسين (10.93) بانحراف معياري (0.96) بينما بلغ المتوسط عند غير الممارسين (9.75) بانحراف معياري (1.67)، وبلغت "ت" القيمة (3.263) بمستوى دلالة (0.003) أي أنها دالة إحصائياً وبالتالي توجد فروق بين متوسطي القدرة على التصور العقلي عند الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين؛ بناء على هذه النتائج يمكن اعتبار أن الفرضية الأولى تحققت.

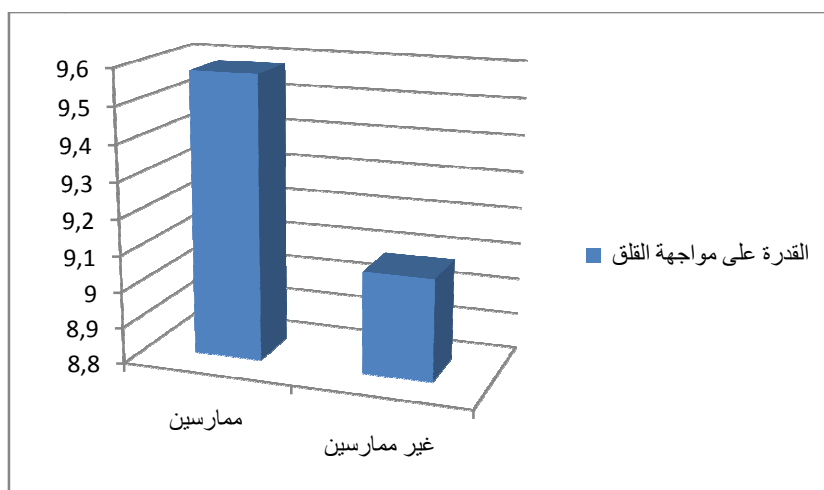
### عرض نتائج الفرضية الثانية:

تشير الفرضية الثانية إلى وجود فروق دالة إحصائياً في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية.

وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للقدرة على مواجهة القلق عند مجموعتي الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية، ثم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، والنتائج يوضحها الجدول التالي:

جدول (5) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين مجموعة الممارسين وغير الممارسين للألعاب  
شبه الرياضية في القدرة على مواجهة القلق

المتغير المقاس	مجموعات المقارنة	ن	متوسط	إنحراف معياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
القدرة على مواجهة القلق	الممارسين	69	09.58	1.71	40.69	1.233	0.225
	غير الممارسين	24	9.08	1.69			



شكل رقم (2) التمثيل البياني لنتائج الفرضية رقم (2)

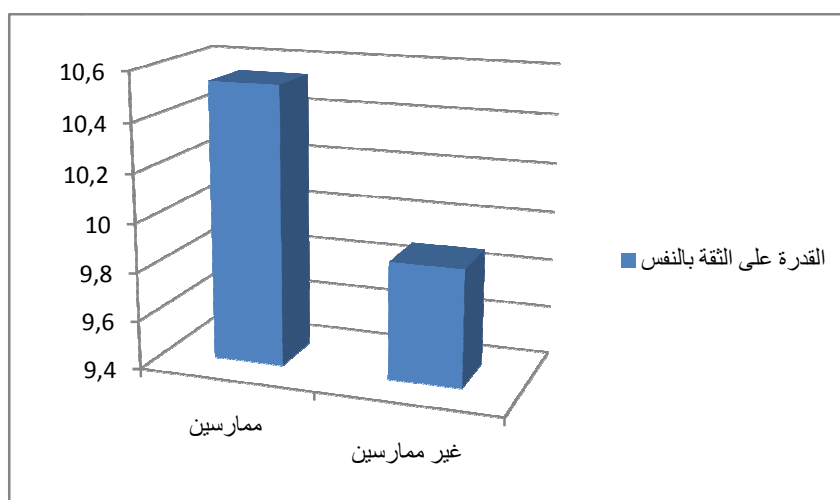
يظهر الجدول (5) أن متوسط القدرة على مواجهة القلق عند الممارسين (09.58) بإنحراف معياري (1.71) بينما بلغ المتوسط عند غير الممارسين (9.08) بإنحراف معياري (1.69)، وبلغت "ت" القيمة (1.233) بمستوى دلالة (0.225) أي أنها غير دالة إحصائياً وبالتالي لا توجد فروق بين متوسطي القدرة على مواجهة القلق عند الممارسين وغير الممارسين؛ بناء على هذه النتائج إذا قبل الفرض الصفري لا توجد فروق بين الممارسين وغير الممارسين في القدرة على مواجهة القلق.

عرض نتائج الفرضية الثالثة:

تشير الفرضية الثالثة إلى وجود فروق دالة إحصائية في القدرة على الثقة بالنفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية، وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للقدرة على الثقة بالنفس عند مجموعتي الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية، ثم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، والنتائج يوضحها الجدول التالي:

جدول (6) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين مجموعة الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية في القدرة على الثقة بالنفس

المتغير المقاس	مجموعات المقارنة	ن	متوسط	إنحراف معياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
القدرة على الثقة بالنفس	الممارسين	69	10.54	1.49	41.04	1.906	0.064
	غير الممارسين	24	9.88	1.45			



شكل رقم (3) التمثيل البياني لنتائج الفرضية رقم (3)

يظهر الجدول (6) أن متوسط القدرة على الثقة بالنفس عند الممارسين (10.54) بانحراف معياري (1.49) بينما بلغ المتوسط عند غير الممارسين (9.88) بانحراف معياري (1.45)، وبلغت "ت" القيمة (1.906) بمستوى دلالة (0.064) أي أنها غير دالة إحصائياً وبالتالي لا توجد فروق بين متوسطي القدرة على الثقة بالنفس عند الممارسين وغير الممارسين؛ بناءً على هذه النتائج إذا قبل الفرض الصفري لا توجد فروق بين الممارسين وغير الممارسين في القدرة على النفس.

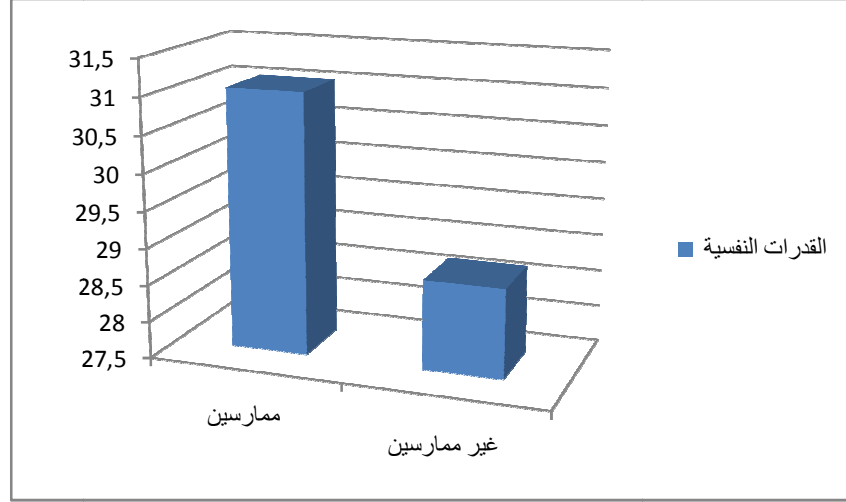
### عرض نتائج الفرضية العامة: الفرق بين الممارسين وغير الممارسين في المقياس ككل :

تشير الفرضية العامة إلى وجود فروق دالة إحصائية في القدرات النفسية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية.

وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للقدرات النفسية عند مجموعتي الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية، ثم حساب اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، والنتائج يوضحها الجدول التالي:

### جدول (7) نتائج اختبار "ت" للمقارنة بين مجموعة الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية في القدرات النفسية

المتغير المقاس	مجموعات المقارنة	ن	متوسط	انحراف معياري	درجة الحرية	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
القدرات النفسية	الممارسين	69	31.04	2.44	30.48	2.913	0.007
	غير الممارسين	24	28.71	3.65			



شكل رقم (4) التمثيل البياني لنتائج الفرضية العامة.

يظهر الجدول (7) أن متوسط القدرات النفسية عند الممارسين (31.04) بانحراف معياري (2.44) بينما بلغ المتوسط عند غير الممارسين (28.71) بانحراف معياري (3.65)، وبلغت "ت" القيمة (2.913) بمستوى دلالة (0.007) أي أنها دالة إحصائياً وبالتالي توجد فروق بين متوسطي القدرات النفسية عند الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين؛ بناء على هذه النتائج يمكن اعتبار أن الفرضية العامة تحققت أي أن الألعاب الشبه رياضية تنمي بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط .

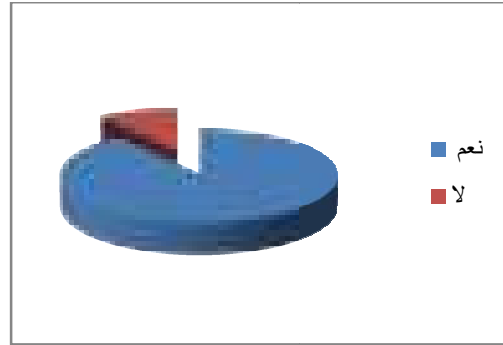
عرض وتحليل نتائج الاستبيان ( الفرضية الجزئية الرابعة)

\* العبارة رقم (1): هل تطبق الألعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية؟

\* الهدف من العبارة رقم (1) : هو معرفة مدى تطبيق الألعاب الشبه رياضية في حصة التربية البدنية والرياضية .

الجدول رقم (8) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (1)

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	10	0	10
النسبة المئوية	100	00	100



شكل رقم (5) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (1)

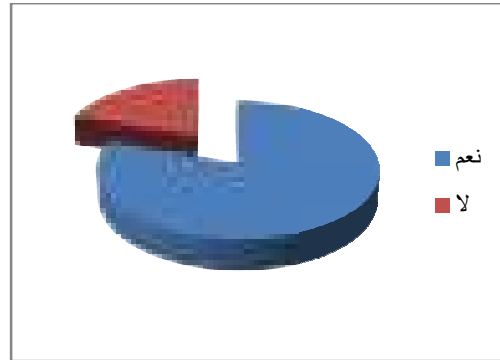
- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (8) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا " بنعم " أي يستعملون الألعاب الشبه الرياضية عددهم 10 ونسبة مئوية 100 % ، بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا "بلا" 0 أساتذة بنسبة مئوية 00% و هذا يدل على أن أغلب الأساتذة يطبقون الألعاب الشبه الرياضية في حصة (ت.ب.ر) وكذلك مدى وعي و إهتمام الأساتذة بأهمية الألعاب الشبه الرياضية .

\* العبارة رقم (2): هل الألعاب الشبه الرياضية المقترحة اثناء حصة التربية البدنية والرياضية تتماشى وقدرات التلاميذ؟

\* الهدف من العبارة رقم (2) : هو معرفة ما إذا كانت الألعاب الشبه الرياضية المقترحة تتماشى مع قدرات التلاميذ.

الجدول رقم (9) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (2)

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	8	2	10
النسبة المئوية	80	20	100



شكل رقم (6) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (2)

- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (9) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا "بنعم" أي يؤكدون على أن الألعاب المقترحة تتماشى وقدرات التلاميذ عددهم 8 وبنسبة مئوية 80 % ، بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "لا" 2 أساتذة بنسبة مئوية 20 % و هذا يدل على أن أغلب الأساتذة يوظفون الألعاب الشبه الرياضية التي تتماشى وقدرات التلاميذ .

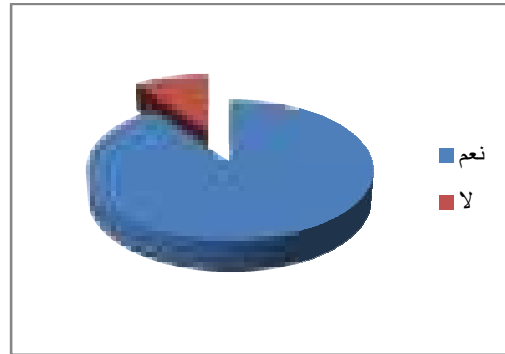


\* العبارة رقم (3): هل تعتبر الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هامة للتلاميذ ؟

\* الهدف من العبارة رقم (3) : هو معرفة أهمية الألعاب الشبه الرياضية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول رقم (10) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (3) .

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	9	1	10
النسبة المئوية	90	10	100



شكل رقم (7) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (3)

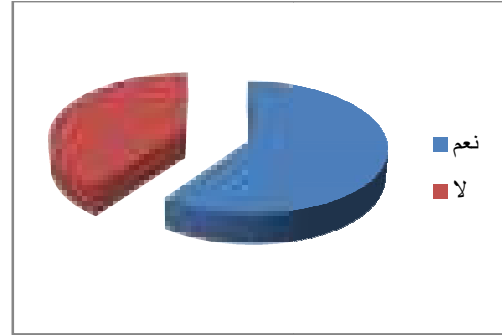
- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (10) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا " بنعم " أي يؤكدون على أن الألعاب الشبه الرياضية هامة لتلاميذ عددهم 9 ونسبة مئوية 90 % ، بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "لا" 1 أساتذة بنسبة مئوية 10 % و هذا يدل على أن الألعاب الشبه الرياضية هامة للتلاميذ في رأي أغلب الأساتذة .

\* العبارة رقم (4): هل تنتفون نوعية الألعاب الشبه رياضية التي تخدم هدف الحصة ؟

\* الهدف من العبارة رقم (4) : معرفة أهمية انتقاء الألعاب الشبه رياضية التي تخدم هدف الحصة .

الجدول رقم (11) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (4) .

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	6	4	10
النسبة المئوية	60	40	100



شكل رقم (8) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (4)

- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (11) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا "بنعم" أي يؤكدون على أنهم ينتفون نوعية الألعاب حسب هدف الحصة عددهم 6 وبنسبة مؤية 60 % ، بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "لا" 4 أساتذة بنسبة مؤية 40 % حيث يدل هذا على أن أغلب الأساتذة ينتفون نوعية الألعاب التي تخدم الحصة .

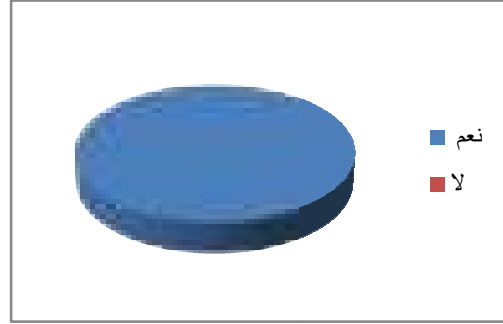
\* العبارة رقم (5): هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية المقترحة في رفع معنويات التلاميذ؟

\* الهدف من العبارة رقم (5) : معرفة أهمية الألعاب الشبه الرياضية المقترحة في رفع معنويات التلاميذ أثناء

ممارستهم لها

الجدول رقم (12) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (5) .

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	10	0	10
النسبة المئوية	%100	%00	%100



شكل رقم (9) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (5)

- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (12) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا " بنعم " أي

يؤكدون على أن الألعاب الشبه رياضية المقترحة تساهم في رفع معنويات التلاميذ أثناء ممارستهم لها عددهم 10 وبنسبة مؤية 100 % ، بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "لا" 0 أساتذة و بنسبة مؤية 00 % حيث

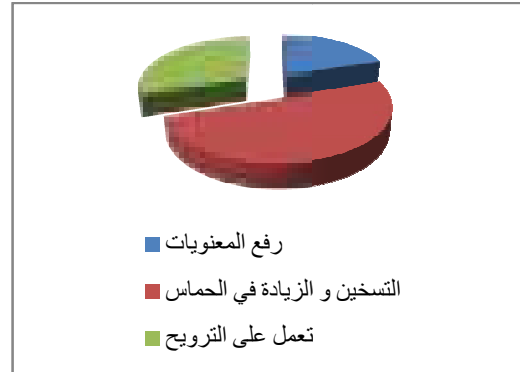
يدل هذا على الأهمية الترويجية للألعاب الشبه رياضية و مساهمتها في رفع معنويات التلاميذ أثناء ممارستهم لها.

\* العبارة رقم (6): ما هو الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية؟

\* الهدف من العبارة رقم (6) : هو معرفة الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية .

الجدول رقم (13) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (6) .

الإجابة	رفع المعنويات	التسخين و الزيادة في الحماس	تعمل على الترويح	المجموع
العدد	2	5	3	10
النسبة المئوية	20 %	50 %	30 %	100 %



شكل رقم (10) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (6) .

- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (13) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا بأن الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه الرياضية هو "رفع المعنويات" عددهم 2 وبنسبة مئوية 20 % بالمقابل كان عدد الأساتذة

## الفصل الرابع

### عرض، مناقشة وتحليل النتائج

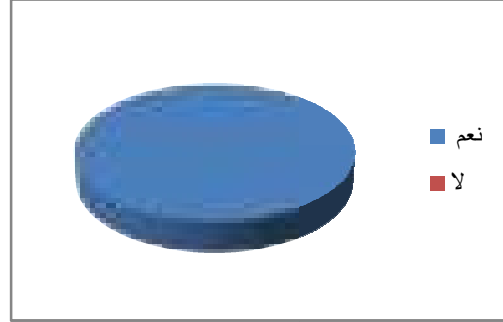
الذين أجابوا ب "التسخين والزيادة في الحماس" 5 أساتذة و بنسبة مؤية 50% وعدد الأساتذة الذين أجابوا ب "تعمل على الترويح" 3 أساتذة بنسبة مؤية 30% حيث يدل هذا على أنها تستعمل لعدد أغراض كلها تخدم الحصة .

\* **العبرة رقم (7):** في رأيك هل للألعاب الشبه الرياضية اثر على اللياقة البدنية للتلاميذ؟

\* **الهدف من العبرة رقم (7) :** معرفة أثر الألعاب الشبه رياضية على اللياقة البدنية للتلاميذ .

**الجدول رقم (14) يبين النسب المئوية للعبرة رقم (7) .**

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	10	0	10
النسبة المئوية	100%	0%	100%



**شكل رقم (11) التمثيل البياني لنتائج العبرة رقم (7) .**

- **التحليل و المناقشة :** من خلال الجدول رقم (14) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا "بنعم" أي يرون

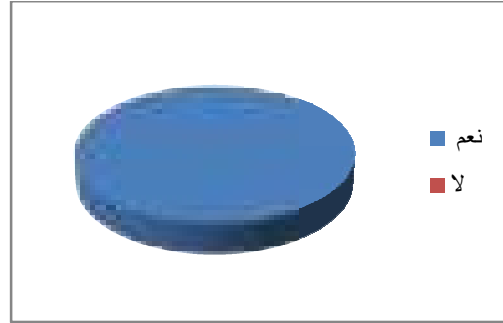
أن للألعاب الشبه الرياضية أثر على اللياقة البدنية للتلاميذ عددهم 10 وبنسبة مؤية 100% ، بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "لا" 0 أساتذة و بنسبة مؤية 00% حيث يدل هذا على أن للألعاب الشبه رياضية أثر على اللياقة البدنية للتلاميذ.

\* العبارة رقم (8): هل يشعر التلاميذ بالإرتياح والمتعة عندما تحتوي الحصة على مجموعة كبيرة من الألعاب الشبه رياضية؟

\* الهدف من العبارة رقم (8) : هو معرفة مدى إقبال وتجاوب التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية .

الجدول رقم (15) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (8) .

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	10	0	10
النسبة المئوية	%100	%00	%100



شكل رقم (12) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (8) .

- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (15) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا " بنعم " أي يرون أن التلاميذ يشعرون بالمتعة والإرتياح لوجود عدد كبير من الألعاب الشبه الرياضية عددهم 10 وبنسبة مؤية 100 % ، بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "لا" 0 أساتذة و بنسبة مؤية 00 % حيث يدل هذا على أن للألعاب الشبه رياضية تلقى إقبالا وتجاوب من طرف للتلاميذ ويجذبون كثرة الألعاب .

## الفصل الرابع

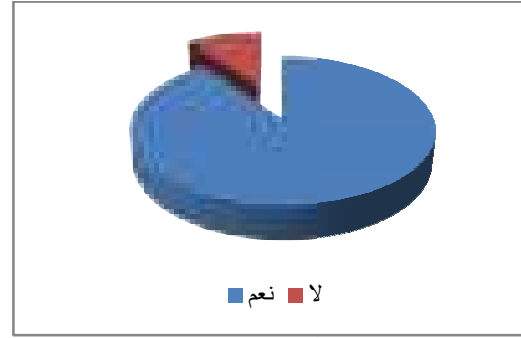
## عرض، مناقشة وتحليل النتائج

\* العبارة رقم 9: في رأيك هل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمجوها أثناء الحصة تعمل على تنمية القدرات النفسية للتلاميذ؟

\* الهدف من العبارة رقم (9) : هل الألعاب الشبه رياضية التي تبرمج أثناء الحصة تعمل على تنمية القدرات النفسية للتلاميذ؟

الجدول رقم (16) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (9) .

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	9	1	10
النسبة المئوية	%90	%10	%100



شكل رقم (13) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (9) .

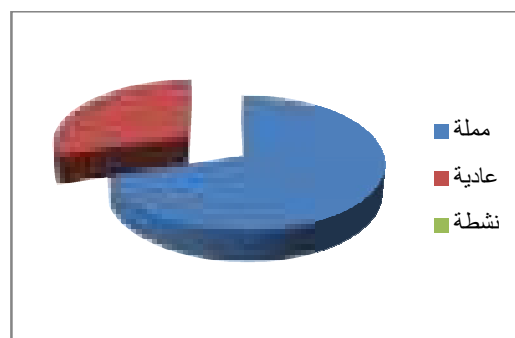
- التحليل والمناقشة: من خلال الجدول رقم (16) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا " بنعم " أي يؤكدون على أن الألعاب الشبه رياضية التي يبرمجونها تعمل على تنمية القدرات النفسية للتلاميذ عددهم 09 وبنسبة مئوية 90 بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "لا" 1 أستاذة و بنسبة مئوية 10 % حيث يدل هذا على أن لألعاب الشبه رياضية تنمي القدرات النفسية للتلاميذ.

\* العبارة رقم (10): كيف ترى الحصة بدون ألعاب شبه رياضية؟

\* الهدف من العبارة رقم (10) : هو معرفة مكانة و أهمية الألعاب الشبه رياضية أثناء الحصة.

الإجابة	مملة	عادية	نشطة	المجموع
العدد	7	3	0	10
النسبة المئوية	% 70	% 30	%00	%100

الجدول رقم (17) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (10) .



شكل رقم (14) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (10) .

- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (17) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "مملة"

عددهم 7 وبنسبة مؤية 70 % بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "عادية" 3 أساتذة و بنسبة مؤية

30% وعدد الأساتذة الذين أجبو ب "نشطة" 0 أساتذة بنسبة مؤية 00% حيث يدل هذا على أن للألعاب الشبه

الرياضية مكانة متميزة في حصة التربية البدنية والرياضية و بفضلها يخلق الحماس و التنافس و الفرح .

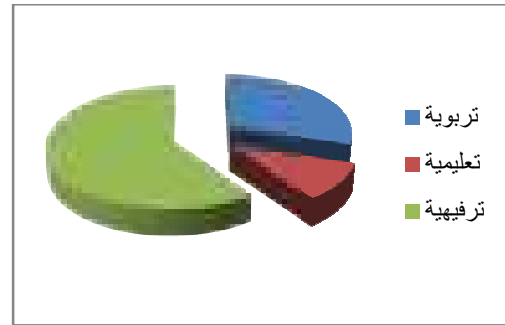


\* العبارة رقم (11): كيف ترى للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟

\* الهدف من العبارة رقم (11) : هو معرفة الألعاب الشبه رياضية من وجهة نظر الأساتذة.

الإجابة	تربوية	تعليمية	ترفيهية	المجموع
العدد	3	1	6	10
النسبة المئوية	% 30	% 10	%60	%100

الجدول رقم (18) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (11) .



شكل رقم (15) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (11) .

- التحليل و المناقشة : من خلال الجدول رقم (18) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "تربوية" عددهم 3 وبنسبة مؤية 30 % بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "تعليمية" 1 أساتذة و بنسبة مؤية 10% وعدد الأساتذة الذين أجابوا ب "ترفيهية" 6 أساتذة بنسبة مؤية 60% حيث يدل هذا على أن معظم

## الفصل الرابع

## عرض، مناقشة وتحليل النتائج

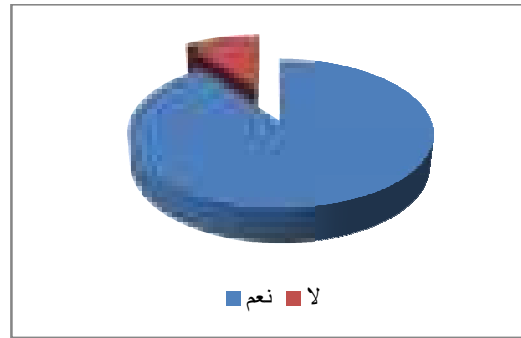
الأساتذة يرون بأن الألعاب الشبه الرياضية ترفيهية أكثر من تعليمية أو تربوية و يوضفونها لإطفاء المرح على الحصة و إسعاد التلاميذ.

\* **العبارة رقم (12):** هل ترى أن الألعاب الشبه رياضية تحفز التلاميذ على الإقبال على حصة التربية البدنية والرياضية؟

\* **الهدف من العبارة رقم (12) :** هو معرفة ما إذا كانت الألعاب الشبه رياضية تحفز التلاميذ على الإقبال على حصة التربية البدنية والرياضية؟

**الجدول رقم (19) يبين النسب المئوية للعبارة رقم (12) .**

الإجابة	نعم	لا	المجموع
العدد	9	1	10
النسبة المئوية	%90	%10	%100



**شكل رقم (16) التمثيل البياني لنتائج العبارة رقم (12) .**

- **التحليل والمناقشة:** من خلال الجدول رقم (19) نلاحظ أن عدد الأساتذة الذين أجابوا " بنعم " 09 أساتذة وبنسبة مؤية 90 % بالمقابل كان عدد الأساتذة الذين أجابوا ب "لا" 1 أساتذة و بنسبة مؤية 10 % حيث يدل هذا على أن الألعاب الشبه رياضية تحفز التلاميذ على الإقبال على حصة التربية البدنية و الرياضية.

## 2- مناقشة النتائج و مقابلتها بالفرضيات:

\* **الفرضية الأولى** حيث توقع الباحث من خلالها أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية .

طبقا للنتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية والتي تؤكد على تحقق الفرضية الجزئية الأولى أي وجود فروق دالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية لصالح التلاميذ الممارسين، من هنا نستنتج أن التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية يتميزون بدرجة عالية في القدرة على التصور العقلي، أي أن الألعاب الشبه الرياضية تساهم في تنمية القدرة على التصور العقلي، وهذا لعدت أسباب منها المواقف التي تخلقها وتضع التلميذ في مواجهتها حيث أن حبه للفوز يدفعه للتصور ماسيقوم به ليضمن فوزه، وتتفق هذه النتائج مع النظريات المفسرة التي إهتمة بمحد الجانب على غرار النظرية النفسية العصبية العضلية، وتفتت كذلك مع نتائج الدراسة التي أجرتها بثينة محمد فاضل (2009) على ناشئات كرة اليد حيث توصلت إلى تميز الاعبات التي تمارسن الألعاب الشبه الرياضية على نظيراتهم الغير ممارسات في القدرة على التصور العقلي و في القدرة الدافعية للإبحاز

\* **فيما يتعلق بالفرضية الثانية** والتي توقع الباحث من خلالها أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية .

ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية والتي تؤكد على عدم تحقق الفرضية أي لا توجد فروق دالة إحصائية في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ، ومن خلال نتائج البحث نستنتج أن التلاميذ الممارسين وغير الممارسين يتساوون في بعد القدرة على مواجهة القلق

وهذا بالرغم من أن جل الدراسات أثبتت عكس ذلك خاصة دراسة نبيلة أحمد محمود التي تشير إلى أن الممارسين للألعاب الشبه رياضية يتفوقون على الغير ممارسين في القدرة على مواجهة القلق، حيث قد ترجع النتائج التي توصلنا إليها إلى عدت عوامل منها: ضغوطات الدراسة و البرامج المكثفة، ظروف عائلية هكذا أمور تؤثر على التلميذ ولا تسمح له بمواجهة القلق حيث تصبح هته القدرة ضعيفة بطبيعة الحال أمام هته المعوقات و المشاكل .

**أما الفرضية الثالثة** والتي توقع الباحث من خلالها أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على الثقة بالنفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية .

ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية والتي تؤكد على نفي الفرضية أي عدم وجود فروق دالة إحصائية في القدرة على النفس بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية ، ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها نستنتج أن التلاميذ الممارسين وغير الممارسين يتساوون في بعد القدرة على الثقة بالنفس حيث كذلك جل الدراسات أثبتت عكس ذلك خاصة دراسة حساني حميد و بشيري محمد التي تشير إلى أن الممارسين للألعاب الشبه رياضية يتفوقون على الغير ممارسين في القدرة على الثقة بالنفس، هذا وكانت النتائج على مشارف وجود فروق بين العينتين

\* أظهرت نتائج أساءلة الاستبيان المخصص للأساتذة أن للألعاب الشبه الرياضية أهمية كبيرة في مؤسساتنا التربوية حيث كانت نتائج الدراسة التي توصلنا إليها وبعد تحليل كل سؤال تدل على أن جل و أغلبية ساحقة من الأساتذة يولون إهتماما كبيرا بالألعاب الشبه الرياضية حيث كانت نسبة الإجابات بنعم يفوق متوسطها 80% ، حيث يطبقونها في برامجهم التربوية و في كل حصة و يوظفونها لخدمة هدف الحصة وذلك لأهميتها العلمية و العملية، وهذا ما تبنته و أكدت عليه دراسة بن عبد الرحمان سيدعلي 2014/2013 .

\* **الفرضية العامة** حيث توقع الباحث من خلالها أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرات النفسية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للألعاب شبه الرياضية، ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية والتي أظهرت صحة الفرضية و أكدت على وجود فروق دالة إحصائية في بعض القدرات النفسية بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين للألعاب الشبه الرياضية لصالح التلاميذ الممارسين، نستنتج أن جل الأساتذة يطبقون

الألعاب الشبه الرياضية ويوظفونها ويعون أهميتها الكبيرة في حصة التربية البدنية والرياضية، و بالتالي و طبقا للنتائج الدراسة فإن التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية يتميزون بدرجة عالية في القدرات النفسية، حيث يبدو واضحاً وجليا مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط لما لها أهمية بالغة وما تعود به على التلميذ من فائدة.

### إستنتاج عام :

تبين من خلال نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة والمقياس الخاص بالتلاميذ للمرحلة المتوسطة والذي أردنا من خلاله تبين دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات النفسية، و واقع الألعاب الشبه رياضية في وسطنا المدرسي و من وجهة نظر الأساتذة، وهذا ما أظهرته أيضا النتائج بعد المعالجة الإحصائية، وفي الأخير يمكن القول أن تطبيق الألعاب الشبه الرياضية وحسن استغلالها في حصة التربية البدنية والرياضية تنمي للتلاميذ قدراتهم النفسية ، وأغلب الأساتذة في التعليم المتوسط يطبقون هته الأخيرة .

### أهم الإقتراحات:

في إطار هذا البحث، وعلى ضوء فروض ونتائج الدراسة، ورغبة منا في المساهمة في إعطاء صورة عامة عن مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط من خلال ما توصلنا إليه في هذا البحث تم الخروج باقتراحات وبعض الفرضيات المستقبلية التي تسمح لنا بترك مجال البحث مفتوح في هذه المواضيع الهامة، والتي ندرجها كما يلي:

- الإلمام بأكثر من لعبة والتنوع في استخدامها خلال حصة التربية البدنية والرياضية .
- ضرورة استعمال الألعاب الشبه الرياضية في التعليم المتوسط خاصة لكون التلميذ في هاته المرحلة من العمر بحاجة إلى اللعب للنمو السليم لشخصيته في جميع جوانبها.
- توعية التلاميذ بأهمية حصة التربية البدنية والرياضية بشكل عام والألعاب الشبه الرياضية بشكل خاص
- اخذ البرنامج المقترح للألعاب الشبه الرياضية كأداة ضرورية داخل الحصة.

– الاهتمام بالألعاب الشبه الرياضية من طرف الوزارة الوصية من خلال إدماجها في الوحدات التعليمية في حصة التربية البدنية والرياضية

– قيام مفتش المادة بزيارات لأساتذة التربية البدنية والرياضية والحث على استعمال الألعاب الشبه الرياضية المقترحة كوسيلة لتنمية مختلف القدرات للتلاميذ وجلب التلاميذ لحصة التربية البدنية والرياضية .

– ضرورة استعمال الألعاب الشبه الرياضية في كل من الرياضات الفردية والجماعية

– ضرورة تحسيس الأساتذة بأهمية الألعاب الشبه الرياضية في تحسين علاقة التلاميذ فيما بينهم أثناء في حصة التربية البدنية والرياضية

– كما نوصي المسؤولين عن التربية والتعليم الاهتمام بتزويد المؤسسات التربوية بالأدوات الرياضية التي تتيح لتلاميذ مزاوله الأنشطة الرياضية بكل حرية.

### خلاصة:

إحتوى هذا الفصل على عرض وتحليل النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية بعد معالجتها إحصائيا، وقد تبين من نتائج الاستبيان الخاص بالأساتذة والمقياس الخاص بالتلاميذ المرحلة المتوسطة والذي أردنا من خلاله تبين دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات النفسية، و واقع الألعاب الشبه رياضية في وسطنا المدرسي و من وجهة نظر الأساتذة، وهذا ما أظهرته أيضا النتائج بعد المعالجة الإحصائية، وفي الأخير يمكن القول أن تطبيق الألعاب الشبه الرياضية وحسن استغلالها في حصة التربية البدنية والرياضية تنمي للتلاميذ قدراتهم النفسية ، وأغلب الأساتذة في الطور المتوسط يطبقون هته الأخيرة .

## الخاتمة :

لقد بدأنا بحثنا من المجهول وها نحن الآن ننهي هذا العمل المتواضع بما هو معلوم، وبدأنا بما هو غامض وها نحن الآن ننهيه بما هو واضح، وبدأنا بإشكال وافتراضات وها نحن الآن ننهيه بحلول ونتائج، حيث أن لكل بداية نهاية ولكل منطلق هدف مسطر ومقصود، وها نحن الآن نخط أسطر خاتمة بحثنا التي سنحاول من خلالها تقديم زبدة الموضوع ومدى تحقيق الهدف المرجو من ذلك وتقديم افتراضات مستقبلية تساعد الباحثين على مواصلة البحث أو إعادة دراسته من جوانب أخرى، حيث انطلقنا من تعاريف ومصطلحات، وجسدت بجمع المعلومات ومعالجتها وتحليلها معتمدين في ذلك على العمل المنهجي الذي لا يخلو من الضوابط والالتزامات المنهجية المطلوبة، حيث وضعنا في مقدمة أهدافنا إزالة الغموض والالتباس الذي لمسناه أثناء بداية هذا الموضوع، لهذا كانت من أهم الخطوات المعتمدة هي تنظيم العمل في إطار علمي ومنهجي، فإن أهمية اللعب للتلميذ في مرحلة التعليم المتوسط مهم، وأيضاً له أهمية كبيرة في حصة التربية البدنية والرياضية ونظراً للطبيعة المعقدة لشخصية التلميذ المراهق، فعملية التوافق تزداد أهميتها وصعوبتها خلال مرحلة المراهقة نظراً لحاجة المراهق الماسة لميكانيزمات هذه العملية للتوفيق بين إشباع القدر الأكبر من دوافعه، وحاجاته المختلفة وظروف الواقعة التي يعيشها، فإنه ليس من السهل إدماجه في مثل هذه الألعاب، ويظهر ذلك بشعوره بالملل خلال ممارسة التمرينات الرياضية، أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ويظهر جلياً دور اللعب في كونه يسهم بقسط كبير في تنمية اللياقة البدنية لدى التلميذ في هذه المرحلة وهذا يفرض علينا إدراج الألعاب الشبه الرياضية في حصص التربية البدنية والرياضية من أجل تحسين اللياقة البدنية ورفع مستوى القدرات النفسية و العقلية من جهة ومن جهة أخرى فهي ذات طابع ترويحي وتعليمي وتنافسي، يساعد التلميذ المراهق في مرحلة التعليم المتوسط على الرفع من معنوياتهم ، ما يؤدي به إلى النشاط والحيوية في حصة التربية البدنية والرياضية، الشيء الذي يحفز على تحقيق التوافق بين نفسه ومجتمعه دون الإحساس بالملل، ولهذا كان الهدف من دراستنا معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية القدرات النفسية للتلاميذ الطور المتوسط ، حيث أثبتت دراستنا هذه أن إدماج الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية، يساهم بشكل كبير في تنمية القدرات النفسية.

وعلى ضوء الإستنتاجات وإستنادا إلى هذه الدراسة التي قمنا بها والتي أكدنا بها صحة فرضياتنا، توصلنا إلى كشف حقيقة الألعاب الشبه الرياضية و مساهمتها في تنمية بعض القدرات النفسية لمرحلة التعليم المتوسط، و واقع هته الأخيرة في وسطنا المدرسي وأخيرا نذكر أن هذا البحث يبقى مفتوح للبحث فيه والتعمق في دراسته من جوانب أخرى لم نتطرق إليها وكإنطلاقة لدراسات أخرى من زوايا أخرى .



المراجع :

أ/ المراجع باللغة العربية :

- 01- أحمد زكي صالح: علم النفس التربوي، مكتبة النهضة، 1992، ص191
- 02- أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية، القاهرة، دار سلام، 1996، ص39.
- 03- اسامة كامل راتب " قلق المنافسة - ضغوط التدريب - الاحتراف الرياضي "، القاهرة، دار الفكر العربي، 1997، ص 18 و 20
- 04- حمد حسن علاوي « علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية » 2، ط، القاهرة، دار الفكر العربي، 2002، ص 51
- 05- حسين فايد " علم النفس العام " رؤية معاصرة-، مصر، مؤسسة طيبة للنشر، 2005م- ص 222.
- 06- دراسة نبيلة احمد محمود، "المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة و علاقتها بالسلمات الدافعية الرياضية" ،رسلة مجستار ،جامعة الإسكندرية 2004-2005 .
- 07- دراسة كل من حساني حميد ، بشيري محمد وبحامدي سليم بعنوان : "دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية القدرات العقلية والحركية أطفال الروضة" والتي أشرف عليها أستاذ شريف مسعود دفعة 2004 .
- 08 - دراسة الباحثة فاطمة الزهراء بوراس " أهمية الالعاب الصغيرة في تحسين المستوى البدني ومستوى الذكاء الأطفال المتأخرين عقليا القابلين للتعلم (الواقعون في المدى 50-70 نسبة الذكاء)" رسالة دكتوراه جامعة الجزائر.
- 09- دراسة قيصر عبد القادر " دور الالعاب الشبه الرياضية في تنمية الجانب الحسي الحركي لدى ممارسي كرة اليد جامعة الجزائر، " 2010-2011.
- 10- دراسة بن عبد الرحمان سيد علي، " إقتراح مجموعة من الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصص التربية البدنية والرياضية في تنمية الجانب النفسي والاجتماعي لمرحلة التعليم المتوسط " ،إطروحة دكتوراه ،جامعة الجزائر 3 ، 2012/2013
- 11- شارلز بيوكر: أسس التربية البدنية، نيويورك، 1964، ص445،448.

- 12- فيصل عباس: علم النفس الطفل، بيروت، 1997، ص1
- 13- صدقي نور الدين "علم نفس الرياضة" المفاهيم النظرية- التوجيه و الإرشاد- المقياس " الطبعة 1، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، 2004م ص20 .
- 14- صدقي نور الدين محمد " علم نفس الرياضة " المفاهيم النظرية- التوجيه و الإرشاد- المقياس " الطبعة 1، مصر، المكتب الجامعي الحديث، 2004م-ص 31، 34.
- 15- نجم الدين السهر ودي: فلسفة اللعب، ط4، الطبعة الثانية، القاهرة، الفجر، 1977، ص20 .
- 16- نجم الدين السهرودي، فلسفة اللعب، القاهرة، 1977، ص20.
- 17- مصطفى فهمي: " الصحة النفسية " الطبعة 2، القاهرة، الخانجي، 1987، ص: 200 .
- 18- محمد حسن علاوي- محمد نصر الدين رضوان " الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي " القاهرة، دار الفكر العربي، 1987م- ص 21.
- 19 - محمد حسن علاوي "علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية" مصدر سبق ذكره ص248.
- 20 - محمد إبراهيم عبد المجيد: تعلم الأنشطة والمهارات لدى الأطفال المعاقين عقليا، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص49.
- 21- محمد عماد الدين إسماعيل: النمو في فترة المراهقة، ط4، الكويت، دار القلم، 1986، ص13.
- 22- " محمد العربي شمعون "التدريب العقلي في المجال الرياضي" ط1 ، القاهرة، دار الفكر العربي، 1996م ص 27 .
- 23- محمد إبراهيم عبد المجيد: تعلم الأنشطة والمهارات لدى الأطفال المعاقين عقليا، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص49
- 24- مصطفى ح.باهي وسميرعبدالقادر جاد « المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي » مصدر سبق ذكره 2004- ص 98-99 .
- 25- صبره محمد علي و أشرف علي شريت : "الصحة النفسية و التوافق النفسي " ، ط4، الطبعة الاولى، القاهرة، دار المشرق، 2001، ص:94.
- 26- مصطفى فهمي: " الصحة النفسية " الطبعة 2، القاهرة، الخانجي، 1987، ص: 200 .

ب/ المراجع باللغة الأجنبية :

- 1- Richard H.COX « psychologie du Sport » Bruxelles- Edition deboeck université-2005- p 29.
- 2- Richard H .Cox « Psychologie du Sport»1er Bruxelles- Edition 2005 Deboeck Université . P : 222
- 3- Richard H .Cox « Psydrologie du Sport»1 Edit .Bruxelles.Edition De Boeck Université 2005 . P223.
- 4- Christine le Scanff-"manuel de psychologie du sport" tome- Paris-2 E. P.S –.2003 P-160

الملاحق:

وزارة البحث العلمي والتعليم العالي

جامعة قاصدي ورقلة

مهد علوم وتقنيات النشاطات التربوية البدنية و الرياضية

الاكمالية :

- الصف:

- السن:

-التعليمات

إقرأ كل عبارة من الأسئلة الآتية ثم ضع علامة X امامة الإجابة التي تنطبق عليك، ليست هناك إجابة صحيحة و أخرى خاطئة في هذا الاختبار ، المطلوب منك أن تبين ما تشعر به و ما تفعله .

الرقم	العبارة	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	لا تنطبق علي
1	استطيع ان أقوم بتصوير أي مهارة حركية في مخيلتي بصورة واضحة			
2	اشعر غالبا باحتمال هزيمتي في المنافسة التي اشترك فيها اثناء الحصة.			
3	اشترك في جميع المنافسات وافكاري كلها تتضمن الثقة في نفسي.			
4	استطيع في مخيلتي تصور ادائي للحركات دون ان أقوم بادائها فعلا			
5	اخشى من عدم الاجادة في اللعب اثناء المباراة.			
6	عندما لا تكون نتيجة المباراة في صالحني فان ثقتي في نفسي تقل كلما قاربت المباراة على الانتهاء.			

			7	يصعب علي ان أتصور في محيلتي ما سوف أقوم به من أداء حركي
			8	عندما أشارك في منافسة فاني اشعر بمزيد من القلق .
			9	طوال فترة المنافسة استطيع الاحتفاظ بدرجة عالية من ثقتي في نفسي .
			10	أقوم دائما بعملية تصور لما سوف أقوم به من أداء في المنافسة التي سوف اشترك فيها.
			11	ينتابني الانزعاج عندما ارتكب بعض الأخطاء اثناء المنافسة .
			12	اعاني من عدم ثقتي في أداء بعض المهارات الحركية اثناء اشتراكي في المنافسة.

## وزارة البحث العلمي والتعليم العالي

### جامعة قاصدي ورقلة

### مهد علوم وتقنيات النشاطات التربوية البدنية و الرياضية

#### استبيان خاص بالأساتذة

#### تحية طيبة وبعد:

شرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة راجيا منكم الإجابة على الأسئلة الموجودة فيها بكل صدق وموضوعية قصد مساعدتنا في إنجاز هذا البحث من أجل إثراء البحث العلمي، ولكم جزيل الشكر والتقدير مسبقا.

موضوع البحث: دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط (12-15 سنة)

#### - ملاحظة:

ضع علامة (X) في مكان الإجابة.

ولكم منا فائق التقدير والاحترام.

#### -معلومات عامة:

- الشهادة المحصل عليها .....

- سنوات الخبرة.....

## أسئلة البحث:

1/ هل تطبق الألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

- نعم  - لا

2 / هل الألعاب الشبه الرياضية المستخدمة في حصة التربية البدنية والرياضية تماشى وقدرات التلاميذ؟

- نعم  - لا

3/ هل تعتبر الألعاب الشبه الرياضية المقترحة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية هامة للتلاميذ؟

- نعم  - لا

4/ هل تنتقون نوعية الألعاب الشبه الرياضية التي تخدم متطلبات التلاميذ؟

- نعم  - لا

5/ هل تساهم الألعاب الشبه الرياضية المقترحة في رفع معنويات التلاميذ؟

- نعم  - لا

6/ ماهو الغرض الذي تؤديه الألعاب الشبه الرياضية في حصة التربية البدنية والرياضية؟

- نعم  - لا

7/ في رأيك هل للألعاب الشبه الرياضية اثر على اللياقة البدنية للتلاميذ؟

- نعم  - لا

8/ هل يشعر التلاميذ بالإرتياح عندما تحتوي الحصة على مجموعة كبيرة من الألعاب الشبه الرياضية ؟

- نعم  - لا

9/ هل الألعاب الشبه الرياضية التي تدرجونها أثناء الحصة تعمل على تنمية القدرات النفسية ؟

- نعم  - لا

إذا كانت الاجابة ب نعم، كيف

ذلك .....

10/ كيف ترى الحصة بدون ألعاب شبه رياضية ؟

- مملة  - عادية  - نشطة

11/ كيف ترى للألعاب الشبه الرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية ؟

- تربية  - تعليمية  - ترفيهية

12/ هل ترى أن الألعاب الشبه الرياضية تحفز التلاميذ على الإقبال على حصة التربية البدنية و الرياضية؟

- نعم  - لا



الفرق بين الممارسين وغير الممارسين في القدرة على مواجهة القلق

Statistiques de groupe

	الأفراد	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
القلق مواجهة على القدرة	ممارسين	69	9.58	1.718	.207
	ممارسين غير	24	9.08	1.692	.345

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes							
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence		
								Inférieure	Supérieure	
القلق مواجهة على القدرة	Hypothèse de variances égales	.109	.742	1.224	91	.224	.496	.406	-.309-	1.302
	Hypothèse de variances inégales			1.233	40.697	.225	.496	.403	-.317-	1.310

الفرق بين الممارسين وغير الممارسين في المقياس ككل

Statistiques de groupe

	الأفراد	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الكلية_الدرجة	ممارسين	69	31.04	2.446	.294
	ممارسين غير	24	28.71	3.653	.746

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes							
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence		
								Inférieure	Supérieure	
الكلية_الدرجة	Hypothèse de variances égales	7.798	.006	3.518	91	.001	2.335	.664	1.017	3.654
	Hypothèse de variances inégales			2.913	30.482	.007	2.335	.802	.699	3.971

الفرق بين الممارسين وغير الممارسين في القدرة على الثقة بالنفس

Statistiques de groupe

الأفراد	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
ممارسين	69	10.54	1.491	.179
ممارسين غير	24	9.88	1.454	.297

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes							
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence		
								Inférieure	Supérieure	
بالنفس الثقة على القدرة										
	Hypothèse de variances égales	.316	.576	1.883	91	.063	.661	.351	-.036-	1.359
	Hypothèse de variances inégales			1.906	41.043	.064	.661	.347	-.039-	1.362

الفرق بين الممارسين وغير الممارسين في التصور العقلي

Statistiques de groupe

	الأفراد	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
العقلي التصور على القدرة	ممارسين	69	10.93	.960	.116
	ممارسين غير	24	9.75	1.675	.342

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
العقلي التصور على القدرة	7.000	.010	4.204	91	.000	1.178	.280	.621	1.734
			3.263	28.430	.003	1.178	.361	.439	1.916

النتائج:

معامل الاستقرار

Corrélations

	التطبيق 1	التطبيق 2
التطبيق 1		
Corrélation de Pearson	1	.802**
Sig. (bilatérale)		.005
N	10	10
التطبيق 2		
Corrélation de Pearson	.802**	1
Sig. (bilatérale)	.005	
N	10	10

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الإستاذ المحكم	الدرجة العلمية
تقيق جمال	دكتور
نصير حميدة	دكتور
نجيب عباسة	دكتور
كريبع محمد	أستاذ أ
مولود كنيوة	دكتور

## ✓ ملخص:

مشكلة بحثنا هذا هي هل تساهم الألعاب الشبه رياضية في تنمية بعض القدرات النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط حيث قمنا بقياس القدرات النفسية لدى الممارسين و الغير ممارسين للألعاب الشبه الرياضية ، وكانت أهداف الدراسة متمثل في معرفة واقع الألعاب الشبه الرياضية في وسطنا المدرسي و إبراز القيمة العلمية والعملية للألعاب الشبه الرياضية و معرفة ما إذا كانت تساهم في تنمية بعض القدرات النفسية، حيث كانت الفرضية العامة كما يلي: الفرضية العامة: توجد فروق دالة إحصائيا بين التلاميذ الممارسين للألعاب الشبه الرياضية و الغير ممارسين في القدرات النفسية ، أما الفرضيات الجزئية كانت كما يلي : 1 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على التصور العقلي بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للألعاب شبه الرياضية، 2 توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على مواجهة القلق بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للألعاب شبه الرياضية، أما بالنسبة للمنهج المتبع فقد اتبعنا في دراستنا المنهج الوصفي وهو المناسب لهذا النوع من البحوث، أما الأدوات المستعملة في الدراسة هي الاستبيان و مقياس القدرات النفسية وحللت النتائج بالنسبة المئوية و برنامج ال "SPSS" (مقاييس النزعة المركزية)، حيث كانت أهم النتائج: تساهم الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات النفسية و أغلب الأساتذة يطبقونها في الحصة التربية البدنية.

Summary : The problem of our research is : Do the substantif sports participate in the development of some psychological capacities of the middle-school pupils ?

So ; we valued the pschological capacities of the pupils who practise and don't practise substantif sports. The purposes or objectives of this study are : To know the reality of substantif sports in the school milieu and if these sports participate in the development of some psychological capacities.

The general hypothesis :-there are stastic differnces in the pschological capacities of the pupils who practise substantif sports and the pupils who don t. The partial hypotheses : 1- there are stastic differences in the power of mental imagination between the pupils who practise and don t practise substantif sports. there are stastic differences in the capacity to face anxiety between the pupils who practise and .who don t. Concerning the method followed ; we have chosen the descriptive method which is appropriate to this kind of research.

Concerning the tools used in the study ; it is findings and pschological capacity value ; the results have been valued by percentage and SPSS program.

-The main results are : The substantif sports really participate in the development of some of the pschological capacities and most of the teachers apply them in their sport sessions.