

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة - رقم الترتيب: .....

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية الرقم التسلسلي: .....

قسم النشاطات البدنية و الرياضية



مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر

التخصص : نشاط بدني رياضي تربوي

بعنوان :

تأثير النشاط اللاصفي الداخلي في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي

لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

دراسة ميدانية أجريت في متوسطات بلدة عمر

إشراف الأستاذ:

ميلود معزوزي

إعداد الطالب :

إسحاق الشرقي

أجيزت بتاريخ :

من قبل السادة :

الأستاذ : معزوزي ميلود - أستاذ محاضر - أ - جامعة ورقلة - مشرفا

الأستاذ : ..... جامعة ورقلة - رئيسا

الأستاذ : ..... جامعة ورقلة - مناقشا

السنة الجامعيّة : 2019 - 2020



جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم النشاطات البدنية و الرياضية



مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر

التخصص : نشاط بدني رياضي تربوي

بعنوان :

تأثير النشاط اللاصفي الداخلي في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي

لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

دراسة ميدانية أجريت في متوسطات بلدة عمر

إشراف الأستاذ:

ميلود معزوزي

إعداد الطالب :

إسحاق الشرقي

أجيزت بتاريخ :

من قبل السادة :

الأستاذ : معزوزي ميلود - أستاذ محاضر - أ - جامعة ورقلة - مشرفا

الأستاذ : ..... جامعة ورقلة - رئيسا

الأستاذ : ..... جامعة ورقلة - مناقشا



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

The image displays the Basmala, the opening of the Quran, written in elegant Thuluth calligraphic script. The text is arranged in a circular, slightly overlapping format. The words are: 'Bismillah' (Bismillah), 'Ar-Rahman' (Ar-Rahman), and 'Ar-Rahim' (Ar-Rahim). The script features thick, black, flowing lines with characteristic loops and sharp points. A faint 'shutterstock' watermark is visible across the center of the calligraphy.

# التشكرات

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

\* ربي أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي و أن أعمل صالحا ترضاه و أصلح لي في ذريتي إني تبت إليك وأني من المسلمين \*

سورة الأحقاف الآية 15

فالحمد لله حتى ترضى والحمد لله إذا رضيته والحمد لله بعد الرضى ونسألك اللهم أن تجعل عملي هذا صالحا لوجهك الكريم وأن تنفعنا به وتنفع كل من

يقراه

وعملا بقوله صلى الله عليه وسلم

\* لا يشكر الله من لم يشكر الناس \*

يسرنا أن نتقدم بأسمى عبارات الثناء والعرفان لكل من مد لنا يد المساعدة في إنجازه من قريب أو من بعيد إلى من كان لنا خير موجه و مؤطر الأستاذ

\* ميلود معزوزي \* حفظه الله

وأخيرا تحية شكر و عرفان إلى كل أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية و إلى كل من ساعدنا على إنجاز هذا العمل من قريب أو من بعيد ولو بكلمة طيبة.

الشرقي إسحاق

# الإهداء

أهدي هذا العمل إلى من قال فيهما عز وجل : ﴿ وبالوالدين إحسانا ﴾

صدق الله العظيم

وإلى من قال فيهما الرسول ﷺ : ﴿ رضي الله من رضى الوالدين وغضب الله من غضب الوالدين ﴾  
إلى التي شقت وتعبت من أجل رعايتي وتربيتي إلى تلك الشمعة التي تحترق لتضيء لي طريقي إلى  
نبع الحنان سر الوجدان أمي ..... أمي ..... أمي

﴿ سألته ﴾ حفظها الله

إلى من شجعني على مواصلة دراستي وإلى من نم يبخل عليا بشيء ..... أبي

﴿ بلخير ﴾ حفظه الله

إلى الشموع التي لا تنطفئ إخوتي الأعزاء : عواطف ، لؤي ، ضحى ، تقوى

و إلى الأهل و الأقارب

وإلى كل من شاركني أيامي الحلوة وتقاسمت معهم أيامي الجامعية وأخص بالذكر : عبد الله ، حسين ،

أيمن ، وليد ، أشرف ، النوي ، يوسف ..... الخ

وإلى زميلات الدراسة : عفاف ، رميساء ، ماما

وإلى جميع طلبة قسم النشاط البدني الرياضي التربوي و أساتذة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية

و الرياضية بورقلة و بالأخص الأستاذ ميلود معزوزي حفظه الله.

وإلى كل من ساعدني من قريب أو من بعيد ولو بكلمة طيبة ، وإلى كل من أحبوني وأحببتهم ..

الشرقي إسحاق

## الملخص :

هدفت الدراسة إلى مساهمة و اثر النشاط اللاصفي الداخلي في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، و اهمية هذا النشاط لهذه المرحلة ، و مدى مساهمته في اعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه ، و محاولة الوقوف على مشاكل التلاميذ في هذا السن كما تحدف هذه الدراسة ايضا الى التعرف على الفروق بين الممارسين و غير الممارسين لنشاط اللاصفي الداخلي من خلال درجة التوافق النفسي و الاجتماعي لهم .

استخدم الطالب المنهج الوصفي التحليلي لمعالجة مشكلة الدراسة ، حيث طبق الدراسة على عينة عشوائية بلغت 100 تلميذ في المرحلة المتوسطة لبعض متوسطات تقرت ببلدة عمر ، كما استخدم الطالب الجزئين لقياس التوافق النفسي و التوافق الاجتماعي الذي اعدته الباحثة الدكتورة المصرية " رشا عبد الرحمان محمود والى سنة 2007 م "

و فيما يخص الجانب الاحصائي فقد استخدم الطالب معامل ألفا كرونباخ لتحقق من مدى الترابط بين عبارات و ابعاد المقياس ، كما تم توظيف اختبار " ت " " T.test " عند مستوى الدلالة 0.05 لتحديد الفروق في درجة التوافق النفسي و الاجتماعي بين الممارسين و غير الممارسين لنشاط اللاصفي الداخلي دالة احصائيا في كافة الابعاد و هذا ما يؤكد صحة الفرضيات المطروحة .

و في الاخير اقترح الطالب مجموعة من التوصيات أهمها تشجيع ممارسة الانشطة صفية كانت أو لاصفية ، لما لها من أهداف نبيلة و برامج متنوعة ، و تعتبر من العوامل و العناصر الأساسية التي تبنى عليها المجتمعات المتطورة ، فهي تسعى إلى تحقيق أفراد صالحين و معافين جسميا و عقليا ، و خلق السمات الإيجابية ، و محاولة تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي بكل أبعاده من خلال ممارسة هذه الانشطة خاصة اللاصفية منها .

**الكلمات المفتاحية : النشاط اللاصفي الداخلي - الجانب النفسي - الاجتماعي**



## **Résumé:**

Cette étude vise à la contribution et l'effet de l'activité extrascolaire interne dans le développement de l'aspect psychologique et social des collégiens, et l'importance de cette activité pour cette étape. Et l'étendue de sa contribution à la préparation de l'individu juste sous tous ses aspects, et à la recherche des problèmes des élèves de cet âge. Cette étude vise également à identifier les différences entre praticiens et non praticiens de l'activité extrascolaire interne à travers le degré de leur compatibilité, psychologique et sociale.

L'étudiant a utilisé une approche descriptive analytique pour résoudre le problème de l'étude dans lequel l'étude est placée sur un échantillon aléatoire de 100 élèves des collèges à Baldat Omar en Touggourt,

l'étudiant a également utilisé les deux parties pour mesurer la compatibilité psychologique et la compatibilité sociale préparées par le chercheur égyptien, "Rasha Abdel Rahman Mahmoud Wali en 2007".

En ce qui concerne l'aspect statistique, l'étudiant a utilisé le coefficient Alpha Cronbach pour atteindre l'étendue de la corrélation entre les termes et dimensions de l'échelle, et le «test T» a été utilisé au niveau de la fonction 0,05 pour déterminer les différences de degré de compatibilité psychologique et sociale entre praticiens et non-praticiens de l'activité extrascolaire interne une fonction statistique en Toutes dimensions et cela confirme la validité des hypothèses proposées.

En fin , l'étudiant a suggéré un ensemble de recommandations, dont la plus importante est d'encourager la pratique d'activités en classe ou parascolaires, en raison de leurs nobles objectifs et de leurs divers programmes, et elles sont considérées comme l'un des facteurs et éléments de base sur lesquels les sociétés développées sont construites, car elles cherchent à atteindre de bonnes personnes physiquement et mentalement en bonne santé. , Et créer des caractéristiques positives et essayer d'atteindre la compatibilité psychosociale dans toutes ses dimensions grâce à la pratique de ces activités, en particulier les activités parascolaires.

**Mots clés: activité extrascolaire interne – l'aspect psycho-social.**

## فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
	الشكر
	الإهداء
	الملخص
	الفهرس
	قائمة الجداول
	مقدمة
	<b>الجانب النظري</b>
	<b>الفصل الأول : مدخل للدراسة</b>
16	(1)- إشكالية الدراسة
17	(2)- التساؤلات الفرعية
17	(3)- الفرضيات العامة
17	(4)- الفرضيات الجزئية
17	(5)- أهمية البحث
18	(6)- أهداف البحث
18	(7)- مصطلحات الدراسة
21	(8)- أهم النظريات المفسرة
	<b>الدراسات السابقة : الفصل الثاني</b>
27	(1)- الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة
34	(2)- تحليل الدراسات
	<b>الجانب التطبيقي</b>
	<b>الفصل الثالث : طرق و منهجية الدراسة</b>
37	تمهيد
38	(1)- المنهج المتبع
38	(2)- الدراسة الإستطلاعية
38	(3)- إجراءات الدراسة الاستطلاعية
38	(4)- مجتمع الدراسة
39	(5)- عينة البحث
39	(6)- حدود الدراسة
40	(7)- أدوات جمع البيانات
40	(8)- مقياس الشخصية للمرحلة الاعدادية و الثانوية
40	(9)- هدف المقياس
40	(10)- طريقة تطبيق الاختبار و تصحيحه
41	(11)- أبعاد الشخصية

43	12)- ثبات الاختبار
43	13)- الأدوات الإحصائية المستعملة
44	خلاصة
	الفصل الرابع: عرض و مناقشة النتائج
47	1)- عرض و تحليل و مناقشة النتائج
53	2)- أهم الاستخلاصات
54	3)- الإقتراحات و التوصيات
55	4)- استنتاج عام
	الخاتمة
	المراجع
	الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
38	يمثل توزيع عدد أفراد العينة في كل متوسطة	الجدول رقم (01)
45	يوضح الاختلاف بين متوسطات درجات أفراد العينة على بعد الاعتماد على النفس والمحك المستخدم .	الجدول رقم (02)
45	يوضح الاختلاف بين متوسطات درجات أفراد العينة على بعد الإحساس بالذات والمحك المستخدم .	الجدول رقم (03)
46	يوضح الاختلاف بين متوسطات درجات أفراد العينة على بعد مستوى اعتراف الفرد بالمستويات الاجتماعية والمحك المستخدم .	الجدول رقم (04)
47	يوضح الاختلاف بين متوسطات درجات أفراد العينة على بعد مستوى اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية والمحك المستخدم .	الجدول رقم (05)

## مقدمة

ان اللبنة الاولى لممارسة الرياضة في عصرنا هذا تبدأ بممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية بطابعها التربوي المدرسي ، فهي تعد عنصرا هاما في عمليتي التطور و التوافق النفسي و الاجتماعي للأفراد عامة و للمراهقين خاصة ، وعبارة أخرى نجدها تلعب دورا هاما في توفير التوازن و التوافق في الجوانب النفسية و الاجتماعية عن طريق عملية الإشباع لمختلف الرغبات و الحاجات التي يتطلبها النمو في مرحلة المراهقة بصفة مقبولة نفسيا و اجتماعيا ، و التي بدورها تعرف عدة تغيرات فيزيولوجية ، عقلية ، مورفولوجية ، اجتماعية ، نفسية ..... إلخ ، و من شأنها أن تؤثر سلبا على توازن الفرد و توافقه النفسي و الاجتماعي ، إلا إذا استطاع تحقيق أكثر اشباع ممكن لحاجاته الفطرية و المكتسبة على حد سواء . و يعتبر النشاط البدني الرياضي من العوامل الأساسية التي تساعد على تنمية القدرات المختلفة و التي تحدث عنها العديد من العلماء و بينتها الكثير من الدراسات ، إذا تبين دراسة سيندر أن الممارسة الرياضية تؤدي دورا هاما في تكوين شخصية الفرد ، و كذلك أوضح فروبل أن العملية التربوية يجب أن تقوم اساسا على النشاط و العمل و التفكير . و انطلاقا من هذا الدور الذي تلعبه ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته و مواهبه الرياضية ، بالإضافة الى تعديل و تغيير سلوكه بما يتناسب و احتياجات المجتمع ، إلا أنها تبقى غير كافية لتحقيق كل الغايات المطلوبة ، لذلك كان النشاط الرياضي اللاصفي داخليا كان أو خارجيا كتكملة للنقص الذي يحققه النشاط الرياضي الصفي المتمثل في درس التربية البدنية و الرياضية ، حيث فتح المجال الواسع و الفضاء الرحب و الحرية في اختيار الأنشطة المفضلة أمام التلاميذ للإبداع ، و بالتالي تحقيق و اكتشاف المواهب أو الوصول للمتوسط المطلوب من الأداء ، و هو ما يعكس تحقيق أكثر قدر من التوافق بأبعاده المختلفة لدى هذه الفئة ، بالنظر للمتعة التي يجلبها للمراهق من خلال الفرص التي يتيحها له لإشباع مختلف الرغبات و الحاجات كالحاجة إلى الانتماء ، الحاجة إلى الاستقلال ، الحاجة إلى إثبات النفس ، الحاجة إلى القيادة ..... إلخ ، و يشغل موضوع التوافق حيزا كبيرا في الدراسات و البحوث لأهميته في حياة الانسان بصفة عامة و حياة المتعلم بصفة خاصة بإعتباره العنصر الأساسي ، و هدفت الكثير من الدراسات إلى فهم سلوكيات المتعلم ضمن نطاق المدرسة و ذلك بدراسة شخصيته من كل الجوانب بما فيها الصحة النفسية و أهم أبعادها ألا و هو التوافق الذي يتمثل في محاولة الفرد إشباع حاجاته النفسية و الاجتماعية من خلال عقد علاقات مرضية ، و السعي إلى التكيف مع متطلبات المجتمع . نظرا لكون التوافق دليل على تمتع الفرد بالصحة النفسية الجيدة فهو يتصل بمجالات و ابعاد عديدة ممثلة للسلوك البشري ، و منها الجانب النفسي و الجانب الاجتماعي الذين يتضمننا الشعور بالحرية و الانتماء للمجتمع وتقدير الذات ، و بالنظر على ذلك جاءت الدراسة لتلقي الضوء و تكشف اثر النشاط اللاصفي الداخلي في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .<sup>1</sup>

و قد تناول الموضوع من جانبه النظري و التطبيقي في أربعة فصول على النحو الآتي :

### الجانب النظري :

– **الفصل الأول :** و خصص لمدخل الدراسة و تضمن تحديد إشكالية الدراسة بتساؤلاتها ثم الأهداف المرجوة من الدراسة ، فرضياتها ، أهمية البحث ، التحديد الاجرائي لمصطلحات الدراسة مع النظريات المفسرة لتغيرات الدراسة .

<sup>1</sup> إلياس لوز : النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي و أثره على التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر 2016 / 2017 . ص 01

- **الفصل الثاني :** و هو فصل الدراسات السابقة ، تضمن الدراسات المرتبطة بالدراسات الحالية حيث يحتوي على عرض و تحليل لهذه الدراسات .

**الجانب التطبيقي :**

- **الفصل الثالث :** شمل طرق و منهجية الدراسة حيث تضمن منهج الدراسة ، الدراسة الاستطلاعية ، العينة و كيفية اختيارها ، حدود الدراسة ، أدوات جمع البيانات ، أساليب التحليل الاحصائي المستعملة في الدراسة .

- **الفصل الرابع :** و تضمن تحليل لنتائج الدراسة و مناقشتها و تفسيرها في ضوء الاطار النظري للدراسة و الدراسات السابقة ، بالإضافة إلى الإستخلاص العام و أهم التوصيات المقترحة .

الجانب النظري

الفصل الأول

ملخض الدراسة



## 1- الإشكالية :

تعتبر التربية البدنية والرياضية هي العملية التربوية التي ترمي الى تكوين الفرد تكويناً متكاملًا من الناحية الحسية والحركية والاجتماعية العاطفية والمعرفية<sup>1</sup>.

و قد اهتمت العلوم التربوية بالتربية العامة اهتماما كبيرا نظرا لما تكتسبه من أهداف بناءة تساعد الفرد في إعدادة سليما لجميع جوانب الشخصية و باعتبار التربية البدنية جزء من التربية العامة وجزء لا يتجزء منها ومادة دراسية تساهم من خلال الأنشطة البدنية والرياضية الممارسة في تنمية مؤهلات المتعلم عن طريق اكتسابه مهارات بدنية إذا إضافة إلى المعارف وتعتبر المتفهم الوحيد بالنسبة للمراهق<sup>2</sup>.

و لقد قدر العلماء أهمية الأنشطة الرياضية و مدى حاجة الانسان إليها منذ العصور القديمة و الدور الذي تلعبه في الحفاظ على اللياقة و الصحة البدنية و الروحية و هذا عن طريق انواع النشاط البدني مستغلة دوافع هذا النشاط الطبيعي للفرد لتنمية الناحية العضوية و التوافقية لما تلعبه من دور أساسي في تكوين الفرد نفسيا و صحيا و اجتماعيا و كذا ثقافيا.

من أجل ذلك تعتبر الأنشطة الرياضية عامة و الأنشطة الرياضية اللاصفية الداخلية خاصة بأهدافها النبيلة و برامجها المتنوعة من العوامل و العناصر الأساسية التي تبنى عليها المجتمعات المتطورة فهي تسعى إلى تحقيق أفراد صالحين و معافين جسديا و عقليا و محاولة إدماجهم في المجتمع لكن هناك بعض العوائق و المشاكل التي يتأثر بها الفرد تحول دون تحقيق الهدف المنشود و يرى علماء النفس و الاجتماع أن أكثر المراحل صعوبة و حساسية في حياة الانسان هي حياة المراهقة من الجانب النفسي و الاجتماعي لما تمر به من تقلبات مزاجية و صراعات نفسية و اجتماعية و جسدية و انفعالية و نخص بالذكر تلميذ المرحلة المتوسطة الذي قد يخرج عن دوره و يفقد اتزانه و يمارس كثيرا من الضروب السلوكية الشاذة بمجرد التعبير و الافصاح عن انفعالاته و ميولاته النفسية و الاجتماعية التي تنعكس على الاسرة و المدرسة و المجتمع الذي يعيش فيه انطلاقا من إيجابيات الأنشطة اللاصفية الداخلية ذات الطابع التنافسي التي ما هي إلا امتدادا لدرس التربية البدنية و الرياضية الذي يقام في الصف و تكون هذه الأنشطة داخل المدرسة و لها تأثير كبير على شخصية التلميذ الممارس لها من الناحية النفسية التي قد تساهم في إحداث توازنات نفسية تجعل منه فردا صالحا يتأثر و يؤثر<sup>3</sup>.

ومن هنا يتبادر إلى أذهاننا طرح إشكالية لبحثنا هذا والمتمثل في السؤال :

**هل النشاط اللاصفي الداخلي يساهم في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة**

**المتوسطة ؟**

<sup>1</sup> محمد شحاتة . محمد جابر بريقع : دليل القياسات الجسمية و اختبارات الذكاء الحركي ، منشأة دار المعارف ، الاسكندرية ، 1995 ، ص 136.

<sup>2</sup> محمود أحمد سيد : مشكلات النظام التربوي ، ط 1 ، دمشق ، 2002 ، ص 90.

<sup>3</sup> إلياس لبوز ، النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي و أثره على التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، ورقة ، مذكرة ماستر ، جامعة قاصدي مرياح ورقة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، 2016 / 2017 ، ص 6.

**(2) - التساؤلات الفرعية :**

- هل النشاط اللاصفي الداخلي يساهم في الاعتماد على النفس لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ؟
- هل النشاط اللاصفي الداخلي يساهم في الاحساس بالذات لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ؟
- هل النشاط اللاصفي الداخلي يساهم في اعتراف الفرد بالمستويات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ؟
- هل النشاط اللاصفي الداخلي يساهم في اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ؟

**(3) - الفرضية العامة :**

انطلاقا من طرحنا لمشكلة بحثنا يمكننا صياغة فرضيتنا العامة نحو التالي :

**- النشاط اللاصفي الداخلي يرفع من مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .**

**(4) - الفرضيات الجزئية:**

- مستوى الاعتماد على النفس مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي .
- مستوى الاحساس بالذات مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي .
- مستوى اعتراف الفرد بالمستويات الاجتماعية مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي .
- مستوى اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي .

**(5) - أهمية البحث :**

- الانشطة اللاصفية تلعب دورا فعالا و بارزا في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته و مواهبه الرياضية بالإضافة إلى تعديل و تغيير سلوكه لذلك أصبحت هذه الانشطة عاملا أساسيا في تكوين الشخصية المتوافقة نفسيا و اجتماعيا للفرد .
- إعداد و علاج التلاميذ عن طريق ممارسة الانشطة الرياضية للوصول الى أعلى المستويات الرياضية العالية بالإضافة الى ما تحققه من مردود صحي و جسدي و نفسي للتلميذ.

- تتيح البطولات و الممارسات الرياضية الداخلية للتلاميذ فرصة لتحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي مع اقراهم و مع الاسرة و المجتمع و فرصة للتطوير و الارتقاء بمواهبهم و قدراتهم الرياضية و الفكرية.

- التأكيد على أثر ممارسة النشاطات الرياضية اللاصفية الداخلية في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الذي يغاني من ضغوطات نفسية و اجتماعية .

## 6- أهداف البحث :

تكمن أهداف بحثنا هذا في إبراز أثر النشاط اللاصفي الداخلي في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة و بالتالي فهي تسعى لتحقيق ما يلي:

- 1- معرفة أثر النشاط اللاصفي الداخلي على مقياس التوافق النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- 2- التعرف على أبعاد مقياس التوافق النفسي و الاجتماعي و مدى تحقيق و تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- 3- توضيح و تبين أثر النشاط اللاصفي الداخلي في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.

## 7- مصطلحات و مفاهيم الدراسة :

### 7-1- النشاط الرياضي اللاصفي :

#### 7-1-1- لغة :

هو عبارة عن نشاط رياضي تربوي خارج ساعات الدوام الهدف منه إتاحة الفرصة للتلاميذ المتفوقين وذوي الهواية للرفع من مستوى أدائهم و يمكن التلاميذ ذوي المستوى الضعيف من تدارك ضعفهم و تحسين مستواهم.<sup>1</sup>

#### 7-1-2- اصطلاحا :

تعتبر الأنشطة الرياضية اللاصفية أنشطة تربوية خارج ساعات الدوام و الهدف الأساسي منها إتاحة الفرصة للتلاميذ المتفوقين للرفع من مستوى أدائهم، كما يمنح لذوي الهواية والرغبة المزيد من ساعات المزاولة الرياضية يمكن التلاميذ ذوي المستوى الضعيف من تدارك ضعفهم و تحسين مستواهم .<sup>2</sup>

<sup>1</sup> حسن شلتوت وحسن معوض ، التنظيم الإداري في التربية الرياضية .القاهرة : دار الفكر العربي ، 1981، ص 117.

<sup>2</sup> إلياس لوز ، نفس المرجع السابق ، ص 9. ص 10 .

**7-1-3- التعريف الإجرائي :**

يرى الطالب أن النشاط الرياضي اللاصفي هو نشاط رياضي تربوي فردي أو جماعي يقام داخل المدرسة أو خارجها و يكون خارج ساعات البرنامج التعليمي للصف على شكل دورات تنافسية بين الاقسام داخل المؤسسة أو بين المؤسسات التربوية و يقام في المناسبات و الاعياد الوطنية و العلمية الهدف منه ابراز المواهب و كشف الهوايات و بالتالي تنميتها و تطويرها.

**7-2- النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي :****7-2-1- اصطلاحا :**

يعرف بأنه نشاط الذي يقدم خارج أوقات الدروس داخل المؤسسات التربوية الغرض منه إتاحة الفرصة لكل تلاميذ المدرسة لممارسة النشاط المحبب لهم و يتم عادة في اوقات الراحة الطويلة و القصيرة في اليوم المدرسي و ينظم طبقا للخطة التي يضعها المدرس سواء كانت مباريات بين الاقسام أو عروض فردية أو أنشطة تنظيمية.<sup>1</sup>

**7-2-2- التعريف الإجرائي :**

يرى الطالب أن النشاط اللاصفي الداخلي هو نشاط تربوي فردي او جماعي يقام داخل المؤسسة التربوية يكون خارج ساعات البرنامج التعليمي للصف على شكل دورات تنافسية بين أقسام المؤسسة و يقام في المناسبات و الاعياد الوطنية و العلمية الهدف منه ابراز المواهب و كشف الهوايات و بالتالي تنميتها و تطويرها ...

**7-3- المراهقة :****7-3-1- لغة :**

تفيد معنى الاقتراب أو الدنو من الحلم و بذلك يؤكد علماء فقه اللغة هذا المعنى في الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج .

**7-3-2- اصطلاحا :**

فهي مشتقة من المصطلح اللاتيني (ADOLECE) معناه التدرج نحو النضج البدني و الجنسي و الانفعالي و العقلي أي النمو النفسي و التغيرات التي تحدث أثناء فترة الانتقال من الطفولة الى الرشد.<sup>1</sup>

<sup>1</sup> -محمد سعيد عزمي ، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية .الإسكندرية: منشأة المعارف ، 1996 ، ص127.

**7-3-3- التعريف الإجرائي :**

هي فترت النمو الجسدي و ظاهرة اجتماعية و تبدأ بالبلوغ اكتمال النضج و تحدث فيها عدة تغيرات بيولوجية .

**7-4-4- النمو النفسي :****7-4-1- اصطلاحا :**

يقصد به القدرة على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا إرضاء متزنا ولا يعني ذلك الخلو من الصراعات النفسية إذا لا يخلو أي إنسان من هذه الصراعات و إنما تعني القدرة على جسم هذه الصراعات و التحكم فيها بصورة مرضية و القدرة على حل المشاكل حلا إنشائيا ايجابيا بدلا من الهروب منها و التمويه عليها .<sup>2</sup>

**7-4-2- التعريف الاجرائي للتوافق النفسي :**

هي حالة الاتزان الداخلي للفرد بحيث يكون الفرد راضيا عن نفسه متقبلا لها مع التحرر النسبي من التوترات و الصراعات التي ترتبط بمشاعر سلبية عن الذات .

**7-5-5- النمو الاجتماعي :****7-5-1- اصطلاحا :**

يعني قدرة الفرد على معايشة غيره من الأفراد و تعامله معهم و تفهمه لتصرفاتهم و أنماط سلوكهم و اكتساب حبههم و احترامهم و تعاونهم في تكوين بيئة اجتماعية صحيحة يمارسون من خلالها حياتهم السعيدة لصالحهم و صالح المجتمع الذي يعيشون فيه .<sup>3</sup>

**7-5-2- التعريف الإجرائي :**

يرى الطالب أن النمو الاجتماعي يعني قدرة التلميذ في المرحلة المتوسطة على تحمل المسؤولية و القدرة على القيادة و تميز علاقاته مع الاسرة و المدرسة و البيئة المحيطة بحسن التعامل و التفاعل و الامتثال لقوانين الجماعة و بالتالي الانسجام و الاتزان مع كل من يحيطون به و منه يكون متقبلا لعادات و تقاليد و قيم مجتمعه و متقبلا من طرف مجتمعه .

<sup>1</sup> احمد عزت راجع : أصول علم النفس . القاهرة ، دار المعارف ، 1979م ، ص 32 .

<sup>2</sup> - نضال أحمد الغفري : الرياضة للجميع ، ط1. مكتبة المجتمع العربي ، الأردن ، 2003 ، ص 159 .

<sup>3</sup> علي محمد زكي : التربية الصحية بين النظرية و التطبيق ، ط 1 ، الكويت ، منشورات ذات سلاسل ، 1983 ، ص 25 .

## 8- النظريات المفسرة لمتغيرات الدراسة :

## 8-1- أهم النظريات المفسرة التي تناولت النمو الاجتماعي :

## 1- النظرية البنائية :

أكد هذا المنظور على التغيرات التي تطرأ على خبرات الفرد المعرفية عبر مراحل نموه المختلفة ، و بين المنظور في هذا المجال أن النمو النفسي و الاجتماعي يحدث حينما تنتظم خبرات الطفل في بني معرفية تزداد تمايزا و تعقيدا مع تقدم عمره .

و أن النمو النفسي يسير متتابعا ( stage concept ) و يرى بياجيه و أتباعه استنادا إلى مفهوم المرحلة و بشكل تطوري ، و بمرور الوقت ينتقل الأفراد من المرحلة الأولى إلى المرحلة الثانية ، حيث يكون الفرد في المرحلة الثانية أكثر تقبلا للآخرين و أكثر تفاعلا معهم فهو يأخذ العديد من القضايا بنظر الاعتبار و يكون أكثر ملائمة لصنع القرارات ، فضلا عن ذلك فقد

أكد على دور البيئة الاجتماعية الجيدة في البناء النفسي السليم من خلال خلق فرض التفاعل مع الآخرين على أساس

المساواة و خلق جو المساعدة و الفهم المتبادل من جهة ، و من جهة أخرى فقد شدد على أهمية تفاعل الأقران كأسلوب نقل رئيسي للخبرات التي تساعد النمو النفسي السليم<sup>1</sup>.

## 2- نظرية اريكسون للنمو النفسي الاجتماعي في مرحلة المراهقة :

يرى اريكسون بأن الفرد قادر على تطوير شخصيته خلال مراحل النمو المتلاحقة طيلة حياته و يعتقد بوجود فترات حرجة للنمو و هذه الفترات تتسم بنقاط تحول حاسمة ، و يؤكد اريكسون أن الأزمة النفسية الاجتماعية يجب ان تحل قبل أن ينتقل الفرد بنجاح إلى المرحلة التالية ، و قد شكلت المرحلة الخامسة من مراحل النمو و هي مرحلة المراهقة أساسا قويا في نظرية اريكسون لأنه يعتبرها جسر الانتقال من الطفولة إلى عالم الرشد و البلوغ ، كما تشكل المرحلة الخامسة من مراحل النمو النفسي الاجتماعي عند اريكسون و تسمى هذه المرحلة ب : الإحساس بالهوية مقابل الإحساس بغير الهوية ( من السنة الثانية عشر حتى الثامنة عشر ) تمتد هذه المرحلة طيلة فترة المراهقة و يتميز المراهق بالتأثر بالتغيرات الفسيولوجية و العقلية التي تثير الكثير من الشكوك لديه و بالتالي تولد لديه التردد في القيام بالمهام المحاطة به ، و المراهق فاقد للهوية ، و همه

الأساسي هو الاعتراف بهويته بأنه أصبح رجلا و لم يعد طفلا ، فإذا حصل على ذلك الاعتراف من الوسط الذي يعيش فيه

<sup>1</sup> جبر سعاد : سيكولوجيا التنشئة الاسرية للبنات ، عمان دار صفاء للنشر و التوزيع ، 2008 ، ص 45 .

فإنه يساعده على اجتياز الاحساس بالهوية بسلام ، و إذا شعر بأن المشرفين على تربيته مازالوا يتعاملون معه كأنه طفل ، سيحاول اللجوء إلى أساليب العنف لانتزاع هويته ، و قد تلازمه تلك الأساليب طيلة حياته .

و يطلق **عبد المعطي و قناوي** على النمو في بداية مرحلة المراهقة " بزوبعة النمو " حيث أن هذه المرحلة هي اعنف ما يواجهه الإنسان في مراحل تطوره ، فالجسد يعود ليقحم نفسه على الوجود من خلال نموه المفاجئ في الحجم و الشكل علاوة على التغيرات الكيميائية ( الهرمونية ) ، مما يسبب للشباب هزة في كيانه تجعله يفقد التعرف على نفسه فيسأل في إلحاح " من أنا ؟ " ، و هنا تبرز مشكلة الهوية التي تمكن جوهر الصراع في هذه المرحلة في حياة الفرد .<sup>1</sup>

## 8-2- أهم النظريات المفسرة التي تناولت اللعب :

لقد شغلت ظاهرة اللعب عند الأطفال العلماء و الباحثين في مختلف العصور و على مر الأزمنة فتأملوا هذه الظاهرة عند الإنسان و الحيوان و حاولوا أن يفسرها فوضعوا نظريات عدة في ذلك و من أهم هذه النظريات :

### 1- نظرية فصل الطاقة أو الطاقة الزائدة ( Schiller et Spencer ) :

و تتلخص هذه النظرية في أن لعب أي كائن حي ناتج عن الطاقة الزائدة التي يمثلها و التي تزيد عما يحتاجه الكائن الحي لعمليات النمو و هو صغير أو كبير ، و خلصا من أنه توفر لدى الكائن الحي طاقة تزيد عن حاجاته ، استخدمها في اللعب و رغم أن هذه النظرية تفسر تعدد أشكال و أنواع اللعب و لكنها تعجز عن تفسير السبب الذي يدفع الكائن الحي إلى اللعب و لقد نقد بعض العلماء هذه النظرية و قالوا : لماذا يفسر شيلر و سبنسر "Schiller et Spencer" السبب في لعب الأطفال و هو متعب أو بالنسبة للكبار اللذين يمارسون بعض أنواع اللعب بعد الانتهاء من عملهم الرسمي الذي يدل فيه كل جهد . و هذا يؤكد على أن سواء الأطفال أو الكبار عندما يلعبون لا يكون السبب هو التخلص من الطاقة الزائدة فقط .<sup>2</sup>

### 2- نظرية الاستجمام ( Lazaros ) : فحوى هذه النظرية يتلخص في أن اللعب وسيلة من وسائل راحة العقل و

الجسم بعد الكد و اللعب في تدبير متطلبات الحياة للعيش و هذه الراحة تؤدي إلى الاستجمام الذي ينتج من الحرية و الانطلاق و التلقائية المصاحبة للعب .

و لقد تناول هذه النظرية بعض العلماء بالبحث فقالوا بماذا يفسر لازاروس السبب في لعب 1 الطفل عقب استيقاظه من نومه مباشرة أينما يكون أقل ما يمكن احتياجه الاستجمام .<sup>3</sup>

<sup>1</sup> عبد المعطي : علم النفس الأسس و النظريات ، الجزء الأول ، مصر القاهرة ، دار قباء للنشر و التوزيع ، 2001 ، ص 21 .

<sup>2</sup> نجم الدين السهرودي : فلسفة اللعب ، القاهرة ، 1977 م ، ص 49 .

<sup>3</sup> تشارلز بيوكر : أسس التربية البدنية ، نيويورك ، 1964 ، ص 445 و 448 .

**3- نظرية التلخيص (Stanley Holl) :** و تقول هذه النظرية أن الطفل يتطور لعبه حيث يشابه هذا التطور نفس التطور الذي يمر به أجداده منذ بدء الخليقة فنجد الطفل يرقى بلعبه تدريجياً ففي البداية يكون فردياً ثم يتطور ليكون لعباً جماعياً و يتطور اللعب الجماعي ليكون جماعياً تعاونياً تنافسياً اعترافياً منهم بقوة الجماعة و حب الانتماء لها و هكذا و لكن تعرض إليها بعض العلماء و أخذ عليها أن هذه النظرية تعرضت لنوع واحد من اللعب و هو تلخيص الحياة الاجتماعية فقط و لم تتعرض للألعاب الحاضر و أن هناك ألعاب ليس لها علاقة بالماضي مثلاً و أن هناك ألعاب يمارسها الصغار و الكبار في نفس الوقت إذن أي 2 التلخيص هنا . إن مؤدى نظرية ستانلي أن لعب الأطفال إنما هو تعبير لغرائزهم و إنما يعود أصلاً إلى الدوافع الموروثة من الأجداد الأولين و التي تتمثل في السلوك البدائي لأجدادنا أثناء الأحقاب الأولى للتطور العقلي البشري .<sup>1</sup>

**4- نظرية الإعداد للمستقبل لكارل جروس (Carl Gross) :** و فحوى هذه النظرية يقول أن اللعب تتلخص وظيفته في إشباع حاجات الكائن الحي و اللعب بذلك يعد الكائن الحي للعمل الرئيسي المنوط في الحياة المستقبلية و فترة اللعب هذه قد تطول و قد تقصر و يتوقف هذا على مدى تعقيد حياة الكائن الحي و بساطتها فكلما كانت الحياة المستقبلية بسيطة قصرت فترة اللعب في حياته فمثلاً نجد أن فترة الطفولة في القطط قصيرة إذا ما قورنت بفترة الطفولة في حياة الإنسان . إن ألعاب الطفل تتعدد و تتشكل حيث تتعدد مهامه في حياته المستقبلية و هكذا . فتعتبر هذه النظرية من أفضل النظريات الحديثة و أكثرها وضوحاً حيث أنها توضح أن فترة اللعب تختلف تبعاً للمكان الذي ينتمي إليه الكائن في شجرة التطور . فكلما زاد تعقيد الكائن طالت فترة عدم النضج عنده و هذه الفترة المتباينة من عدم النضج تعتبر ضرورية و ذلك للكائنات الأكثر تعقيداً حتى تتيح للكائن أن يدرّب مهارته الضرورية في فترة البلوغ و على هذا فإن جروس يقدم وجهة النظر القائلة بأن اللعب وجد لسمح بالتدريب على أنشطة الكبار . و كالعادة لأن العلم لا يتوقف فقد تعرض بعض العلماء لهذه النظرية و أخذوا عليها أن هذه النظرية تعرضت للعب الأطفال الصغار و لم تتعرض للعب الكبار.<sup>2</sup>

**5- نظرية التوازن (Conrad Lange) :** و تتلخص في أن لكل فرد العديد من الدوافع و الميول و قد يجد حياته العلمية ما يملأ بعض هذه الدوافع و الميول و يبقى البعض الآخر دون تعديّة فيلجأ إلى اللعب لإشباع هذه الدوافع ، يقول لانج أن في العمل الجدية و الالتزام و في اللعب الحرية و الانطلاق .

<sup>1</sup> محمد إبراهيم عبد المجيد : تعلم الأنشطة و المهارات لدى الأطفال المعاقين عقلياً ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 م ، ص 49 .

<sup>2</sup> فيصل عباس : علم النفس الطفل ، بيروت ، 1997 م ، ص 1 .



تحدث عمليات التوازن النفسي عند الطفل عن طريق اللعب و هناك أمور متشابهة و كثيرة من هذه المواقف التي يتم فيها التفرغ عن مكونات النفس البشرية و من هنا يرى لان جان اللعب يقوم بإحداث عمليات التوازن عند الطفل عن طريق إشباع الطفل و دوافعه .<sup>1</sup>

**6- نظرية فرويد : ( Freud )** و تعتبر من النظريات الهامة في اللعب حيث يرى فرويد أن اللعب وسيلة لتحقيق أمنيات الأطفال و كذلك التحكم في الأحداث الصادمة . كما أنه يرى عكس اللعب ليس ما هو جاد . و لكن ما هو حقيقي كما أن الأطفال يكررون كل شيء ولديهم انطباع قويا في حياتهم الواقعية . و هم يتحررون من قوة ضحاياها فهناك اتفاق على أن اللعب له أهمية عظيمة في تعليم الأطفال و نموهم .

و في النهاية أقول أن النظريات السابقة إلا تتنافس في تفسير اللعب و طبيعته و كلها تتكامل فهي كلها تتكامل فهي كلها مجتمعة تعبر عن مفهوم اللعب فنجد أن كل نظرية من النظريات السابقة فلا يمكن إنكار أن الميل إلى اللعب قوي و طبيعي و تلقائي . و هو بهذه الفئات أصبح من الوسائل الفعالة المستخدمة في العملية التربوية ولا يمكن لأي مدرس أو ولي أمر أن يتجاهل أو يهمل هذه الحقيقة بل يجب استغلال هذا الميل الفطري في مساعدة الطفل على النمو الصحيح باختيار و انتقاء النوع المناسب من أنواع اللعب لمرحلة النمو التي يجتازها الطفل و تقديمه في جو تربوي اجتماعي الشكل نظيف تحت إشراف قيادة حكيمة واعية و متهمة و هذا يتطلب منا أمرين هما :

- تفهم طبيعة النمو كعملية بيولوجية نفسية و تفهم اللعب و أصوله و قواعده و طرق تدريبه أو تعليمه و بمراعاة الأمور يمكن تقديم النوع المناسب للمرحلة السنوية المطلوبة ثم اختيار الطريقة المناسبة التي تتماشى مع هذا اللون من النشاط و في نفس الوقت تلائم هذه المرحلة من النمو . هذا كما يراه الدكتور عبد الحميد شرف .<sup>2</sup>

### 8-3- أهم النظريات المفسرة التي تناولت المراهقة :

#### 1- نظرية سيجموند فرويد ( Sigmund Freud ) :

يشير فرويد في نظريته إلى أن الغريزة الجنسية تظهر و تنكشف لأول مرة عندما يصل الطفل إلى سن البلوغ و يضيف فرويد قائلا : " لقد علمتنا التجارب بأن عملية قبولية الإرادة الجنسية للجيل سوف تتم فقط عندما يسعى الراشدين الكبار

<sup>1</sup> فاضل حنا : اللعب عند الأطفال ، ط 1 ، دار مشرق - مغرب ، سوريا ، 1999 م ، ص 161.

<sup>2</sup> فيصل عباس : مرجع سابق . ص 1

إلى فرض حياتهم الجنسية قبل وصولهم إلى سن البلوغ . بدلا من الانتظار و التريث حتى تنتهي العاطفة المدمرة " . و هذا ما ذهب إليه الدكتور عبد الغني ديدي على أن المراهقة مرحلة انفعالية و تناقضات سلوكية تحدث فيها النكوص إلى الطفولة و تظهر الصعاب بشكل لا لبس فيه .<sup>1</sup>

## 2- نظرية إريكسون ( Erich Erikson ) : ( مرحلة اكتساب الإحساس بالذات )

يرى إريكسون أن بعض المراهقين يشعرون بإحباطات متتالية من الراشدين الذين يتعاملون معهم و غالبا ما يمتحن المراهق في هذه الحالة ذاته و التي تتألف من صور و أدوار اجتماعية اللتان تتصفان بالتعريف و عدم التقبل من جانب الوسط الذي يعيش فيه و في هذه الفترة يتمرد المراهق و يتجه نحو الجماعة و يصبح نشاطه فيها اجراءا دفاعيا يحمي نفسه اتجاه مخاطر تشتت الذات و بسبب التغيرات الجسمية السريعة غير المتناسقة يعيش حياة مضطربة قلقة و مع نضج الوظيفة الجنسية يتحول المراهق من كائن جنسي قادر على أن يحافظ على نوعه و استمرار سلالته لكن المراهق لا يستطيع إشباع الدافع الجنسي إلا بالطريقة التي حددها المجتمع و تقاليده.

<sup>1</sup> فاخر عاقل . معجم علم النفس . ط2 . دار العلم للملايين . بيروت . 1979 م . ص 83

## الفصل الثاني

# الدراسات السابقة

**1- الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة :**

لإجراء البحث على الباحث على مؤشرات في إثراء بحثه والدراسات السابقة بداية بالنسبة للباحث لأنه يستطيع مقارنة ما وصل إليه في بحثه ،لما وصل إليه غيره في نفس الاتجاه ،فإما إن يؤكد النتائج السابقة أو الخروج بنتائج جديدة ، ومن هنا أردت الإطلاع على بعض الدراسات التي تصب في موضوع البحث المراد دراسته ، من بين الدراسات التي لها علاقة بالموضوع الذي نحن بصدد تناوله :

**1-1- الدراسة الأولى :****1- دراسة السويدي (1997):**

عنوان " الأنشطة المدرسية اللاصفية و أهميتها في العملية التربوية "

هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع و ممارسة الأنشطة اللاصفية ( المنهجية و اللامنهجية ) في مرحلة التعليم الابتدائي في دولة قطر من خلال التعرف على درجة تحقيق الأهداف التي تسعى النشطة إليها و خصائص الأنشطة و درجة ممارستها و معوقات ممارسة الأنشطة و الوقوف على مدى الاتفاق بين وجهات نظر أفراد العينة حول محاور الأهداف و أنواع الأنشطة و استخدمت الباحثة الاستبانة أداة للدراسة و المكونة من عدة محاور هي الهدف من النشاط و توقيت النشاط و نوعية المشاركة في النشاط و مصدر المشاركين في النشاط و و نوع النشاط و المحور الاخير معوقات ممارسة النشاط بشكل عام و اختارت الباحثة عينة عشوائية تتكون من 120 معلما و معلمة منهم 56 معلما و 64 معلمة .<sup>1</sup>

**توصل الباحث إلى النتائج التالية :**

- إن الأنشطة اللاصفية ( المنهجية و اللامنهجية ) تعمل على إكساب التلاميذ المعلومات و مساعدتهم في تنمية مختلف جوانب شخصيتهم و تنمية علاقات طيبة بين التلاميذ.
- تحديد نشاط الطلاب و حيويتهم و إضفاء جو من البهجة و المتعة لدى التلاميذ .
- إن الأنشطة اللاصفية بنوعها لا تجد لها مكانا ضمن اليوم الدراسي.
- الأنشطة الأكثر ممارسة هي الاذاعة المدرسية و قراءة الصحف و الرسم.
- تتنوع معوقات النشاط منها ما يتعلق بالمدرسة ، الطالب ، المعلمين ، الامكانيات المادية و البشرية و القائمين على المناهج الدراسية .

<sup>1</sup> السويدي ، الأنشطة المدرسية اللاصفية و أهميتها في العملية التربوية ، رسالة ماجستير ، جامعة قطر ، 1997

## 2- دراسة رويح كمال (2006-2007) :

عنوان " أثر ممارسة التربية البدنية و الرياضية في التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق تلاميذ السنة اولى ثانوي "

هدفت الدراسة الوقوف على مدى أثر ممارسة التربية البدنية و الرياضية في الثانوية و مدى مساهمتها في إعداد الفرد المتكامل من جميع جوانبه و كذلك هدفت هذه الدراسة إلى محاولة الوقوف على مشاكل التلاميذ في مرحلة بداية المراهقة على الجانب النفسي و الاجتماعي و الصحي ، كذلك الهدف من الدراسة هو وضع الأسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة النشاط البدني الرياضي في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية .

و استخدم الباحث المنهج الوصفي و مقياس التوافق النفسي الاجتماعي كأداة لجمع المعلومات و اجري الاختبار على عينة عشوائية بلغت 200 تلميذ ، 100 تلميذ ممارس لتربية البدنية و الرياضية و 100 تلميذ غير ممارس لتربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية (أولى ثانوي) لبعض ثانويات الاغواط.

## توصل الباحث الى النتائج التالية :

- إن ممارسة التربية البدنية و الرياضية بالنسبة لتلاميذ مرحلة الثانوي لها علاقة في نموهم النفسي و نموهم الاجتماعي .
- أن هناك فرق في التوافق النفسي الاجتماعي بين الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية.
- إن هناك فرق بين الاناث و الذكور الممارسين للتربية البدنية .<sup>1</sup>

## 3- دراسة مخلفي رضاء (2008) :

عنوان " أهمية التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة "

هدفت الدراسة إلى محاولة الوقوف على مدى أهمية التربية البدنية و الرياضية و مدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه و كذلك الوقوف على مشاكل التلاميذ في سن المراهقة و مساعدة الاسرة و لو بشي قليل ي تفهم ابنائهم في هذه المرحلة و وضع الاسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة التربية البدنية و الرياضية في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة المتوسطة و قد صيغت الفرضيات في هذا البحث على الشكل التالي :

- 1- توجد فروق دالة احصائيا في درجات التوافق النفسي بالنسبة للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية مقارنة بغير الممارسين .

<sup>1</sup> رويح كمال ، أثر ممارسة التربية البدنية و الرياضية في التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق تلاميذ السنة اولى ثانوي ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر ، 2007/2006

2- هناك فروق دالة إحصائية بين درجات التوافق الاجتماعي بالنسبة للتلاميذ الممارسين و غير الممارسين و كانت

الفرضية العامة على الشكل التالي :

توجد فروق دالة إحصائية في مستويات التوافق النفسي و الاجتماعي بالنسبة لتلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين للتربية البدنية و الرياضية و الغير ممارسين ، و قد استعمل الباحث المنهج الوصفي (الطريقة المسحية) الملائمة لبحثه و كانت عينة بحثه على تلاميذ المرحلة المتوسطة باختيار عينة عشوائية .

### توصل الباحث الى النتائج التالية :

إن ممارسة التربية البدنية و الرياضية من الناحية الاجتماعية تنمي السمات الارادية و الخلقية للأفراد ، فهي تكسبهم الجيران كما تتضح لنا أهمية التوافق النفسي الاجتماعي و ذلك يتمكن المراهق من التوافق مع نفسه و مع بيئته المادية و الاجتماعية ، و الرضا و الراحة .<sup>1</sup>

### 4- دراسة ماهر أحمد مصطفى البزم (2010) :

بعنوان " دور الأنشطة اللاصفية في تنمية قيم طلبة المرحلة الاساسية من وجهة نظر معلمهم بمحافظات غزة "

هدفت الدراسة الى التعرف على درجة مساهمة الأنشطة اللاصفية في تنمية القيم ( الأخلاقية ، الاجتماعية و الوطنية ) لدى طلبة المرحلة الأساسية بمحافظة غزة و الوقوف على مدى الفروق بين متوسطات تقديرات معلمي المرحلة الأساسية بمحافظات غزة نحو درجة مساهمة الأنشطة اللاصفية في تنمية قيم الطلبة (الأخلاقية - الاجتماعية - الوطنية) . ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي ، و اعتمد الاستبانة أداة للدراسة التي تتضمن ثلاثة مجالات رئيسية : هي مجال القيم الاخلاقية و الاجتماعية و الوطنية و اشتملت عينة الدراسة على 577 معلما و معلمة ، منهم 277 معلما و 300 معلمة في المدارس الاساسية العليا الحكومية بمحافظات غزة و كانت العينة طبقية عشوائية ، و قد وزعت الإستبانة بشكل متساوي .

### توصل الباحث الى النتائج التالية :

- أن الأنشطة اللاصفية لها دور فعال في تنمية قيم طلبة المرحلة الاساسية من وجهة نظر معلمهم بمحافظات غزة حيث جاء مجال القيم الاجتماعية في المرتبة الاولى ثم مجال القيم الوطنية و مجال القيم الأخلاقية .

- بينت الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مجال القيم الوطنية تعزى لمتغير الجنس ، و لقد كانت الفروق لصالح الاناث .<sup>1</sup>

<sup>1</sup> مخلفي رضاء ، أهمية التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير ، جامعة الشلف ، 2008

## 5- دراسة رحمانى قوادري إبراهيم (2011) :

بعنوان " دور التربية البدنية و الرياضية في تحقيق كلا البعدين التوافق النفسي و التوافق الاجتماعي في مرحلة التعليم الثانوي " .

هدفت هذه الدراسة الى محاولة الوقوف على مدى أهمية التربية البدنية و الرياضية في الثانوية و مدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه بالإضافة الى التعرف على مشاكل التلاميذ في سن المراهقة و أيضا مساعدة الأسرة و لو بشيء قليل في تفهم أبنائهم في هذه المرحلة و كيفية التعامل معهم كذلك وضع الاسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة التربية البدنية و الرياضية في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية و تفهم المراحل التي يمر بها المراهق و أيضا مدى تأثيرها على النمو النفسي و الاجتماعي للمراهق لأنه يحاول ان يتحرر من قيود الاسرة لفرض شخصيته و التعرف على الفارق بين الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية و طبقت الدراسة على عينة عشوائية بلغت 100 تلميذ 50 ممارس للتربية البدنية و الرياضية و 50 غير ممارس في المرحلة الثانوية لبعض الثانويات بالشلف و استخدم الباحث مقياس التوافق النفسي الاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية " رشا عبد الرحمان محمود والي سنة 2007 " .

## توصل الباحث الى النتائج التالية :

فقد تمكن الباحث من الوقوف على مدى أهمية التربية البدنية و الرياضية في الثانوية و مدى مساهمتها في اعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه و الوقوف على مشاكل التلاميذ في سن المراهقة ووضع الاسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة التربية البدنية و الرياضية في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية كما كشف عن الفارق بين الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.<sup>2</sup>

## 6- دراسة أحمد رميلات (2012) :

بعنوان " دور الأنشطة اللاصفية للتربية الحركية في تطوير بعض العناصر البدنية (قوة.رشاقة. مرونة) " .

يسعى الباحث من خلال هذه الدراسة إلى ابراز الأهداف التالية :

- إنجاز حصة التربية البدنية و الرياضية بالاستعمال برنامج التربية الحركية بمعدل حصتين في الاسبوع على الاقل .
- دراسة خصوصية الطفل (9-12 سنة) المتعددة.

<sup>1</sup> ماهر أحمد مصطفى الزم ، دور الأنشطة اللاصفية في تنمية قيم طلبة المرحلة الأساسية من وجهة نظر معلمهم ، رسالة ماجستير ، جامعة فلسطين ، 2010 .

<sup>2</sup> -قوادري ابراهيم ، دور التربية البدنية والرياضية في تحقيق كلا البعدين التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي .رسالة ماجستير،جامعة الشلف 2011.

- إبراز مختلف أشكال الالعاب الصغيرة و دورها في تطوير العناصر البدنية .
- تحييب الرياضة للصغار عن طريق الالعاب الصغيرة مما يحفزهم أكثر على الممارسة فتكون النتائج إيجابية على مستقبل التلاميذ في البلاد و في هذه الدراسة استوجبت مشكلتنا على الباحث إتباع المنهج التجريبي بتصميم الاختبار القبلي و البعدي للمجموعتين الضابطة و التجريبية ذلك لتناسبه مع طبيعة البحث و قد استخدم الباحث عينة بحثية مكونة من 62 تلميذا تتوفر فيهم شروط الدراسة و يدرسون في الطور الثاني بمؤسسة الشهيد محمد فرحات الابتدائية و لقد تم تقسيم التلاميذ عشوائيا إلى مجموعتين متساويتين (مجموعة تجريبية و مجموعة ضابطة) .

### توصل الباحث الى النتائج التالية :

في ضوء ما سبق استنتج الباحث أن لبرنامج التربية الحركية المطبق خلال الانشطة اللاصفية تأثير ايجابي على العناصر البدنية المستهدفة في البحث (القوة.الرشاقة.المرونة) حيث اثبتت هذه الدراسة أن هذا البرنامج يساهم في تطوير مستوى هذه العناصر لدى اطفال الطور الثاني(ذكور) الذين اجريت عليهم التجربة مما يؤكد اهمية دراسة الموضوع من طرف الباحث لما له من مردود بعدي جيد ذو فائدة على صحة البدن و الجسم للطفل في المستقبل بالإضافة الى انه يمنح الاطفال شعور الثقة بالنفس الذي يولد نوع من السيطرة الجيدة و المرنه لمهاراتهم الحركية تمهيدا للممارسة الرياضية سواء في أندية رياضية أو جماعة أصدقاء .<sup>1</sup>

### 7- دراسة ميساء نديم أحمد و محمد إسماعيل مهدي (2012):

بعنوان " الثقافة الرياضية و علاقتها بالتوافق النفسي و الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الخامسة "

هدفت الدراسة الى اعداد مقياسي التوافق النفسي و الاجتماعي مقياس الثقافة الرياضية و التعرف على مستوى التوافق النفسي و الاجتماعي و الثقافة الرياضية لدى عينة البحث و كذلك إيجاد علاقة الثقافة الرياضية بالتوافق النفسي و الاجتماعي لدى عينة البحث أما منهج البحث الذي استخدمه الباحثان هو المنهج الوصفي لملاءمته مشكلة و اهداف البحث و اشتملت عينة البحث على (75) طالبا من طلاب المرحلة الخامسة بمعهد إعداد المعلمين صباحي / ديالى اختيرت بالطريقة العشوائية.

### توصل الباحث الى النتائج التالية :

- توجد علاقة ارتباط معنوية بين الثقافة الرياضية و التوافق النفسي و الاجتماعي لصالح طلاب قسم التربية الرياضية بمعهد إعداد المعلمين (ديالى).

<sup>1</sup> دراسة رميلات أحمد ، دور الانشطة اللاصفية للتربية الحركية في تطوير بعض العناصر البدنية ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر، 2011/2012



- لا توجد فروق معنوية بين طلاب أقسام معهد إعداد المعلمين (ديالى) في الثقافة البدنية .
- توجد فروق معنوية بالتوافق الاجتماعي بين طلاب أقسام معهد إعداد المعلمين (ديالى).<sup>1</sup>

### 8- دراسة غالمي عمر (2012) :

بعنوان " هل حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في بناء العلاقات الاجتماعية ( التوافق و الانتماء ) لدى المراهقين " .

يهدف هذا البحث الى لفت الانتباه الى مكانة التربية البدنية بالمدارس و معرفة العلاقة بين التربية البدنية بالتوافق و الانتماء الاجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية ، و معرفة مدى تأثيرها على المراهقين بعد نهاية النشاط البدني و الرياضي ، و معرفة نوع التغييرات التي تحدث للمراهق من الجوانب النفسية و الاجتماعية أثناء حصة التربية البدنية و بعدها كيفية التعامل ، و كيف تأثر على التلميذ المراهق حتى يتوافق شخصيا مع أفراد العائلة الواحدة كالاندماج في المجتمع ككل ، حيث اعتمد على المنهج الوصفي و ذلك لتلاؤمه مع طبيعة الموضوع ، و كانت طريقة العينة هي الطريقة عشوائية و قدر عدد أفراد العينة ب 04 أساتذة و ذلك من مختلف ثانويات عين الدفلى المقدرة ب 37 ثانوية .

### توصل الباحث للنتائج التالية :

- حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في تعزيز الانتماء الاجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية .
- حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية .<sup>2</sup>

### 9- دراسة بوشاشي سامية (2013) :

بعنوان " السلوك العدواني وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة "

يهدف هذا البحث إلى دراسة العلاقة القائمة بين السلوك العدواني و علاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة و تحقيقا لأغراض البحث ثم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي و تكونت عينة البحث من 340 طالبا و طالبة جامعيين ثم اختيارها بطريقة عشوائية طبقية و طبق عليها مقياس السلوك العدواني من إعداد الباحثين " باص و بيري " المقنن من قبل الباحثين " معتر سيد عبد الله و صالح ابو عبادة " و كذلك مقياس التوافق النفسي و الاجتماعي من اعداد الباحث " صلاح الدين احمد الجماعي " و تم تعديلهما بما يتلاءم مع البيئة الجزائرية .

<sup>1</sup> ميساء ندعم ، الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي و الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الخامسة ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الثالث ، المجلد الخامس ، 2012 م .

<sup>2</sup> غالمي عمر ، هل حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في بناء العلاقات الاجتماعية ( التوافق و الانتماء ) لدى المراهقين ، مذكرة ماستر ، جامعة شلف ، 2012 م ،

## توصل الباحث للنتائج التالية :

توصلت نتائج البحث إلى أن لدى طلبة الجامعة سلوك عدواني متوسط كما وجدت أن هناك فروق دالة احصائية في السلوك العدواني بين الجنسين لصالح الذكور كما أشارت النتائج إلى أن طلبة الجامعة يتميزون بتوافق نفسي اجتماعي متوسط كما وجدت أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التوافق النفسي الاجتماعي بين الجنسين و توصلت ايضا إلى ان هناك علاقة سالبة ذات دلالة احصائية بين السلوك العدواني و التوافق النفسي الاجتماعي بين طلبة الجامعة .<sup>1</sup>

## 10- دراسة ربوح صالح (2013) :

بعنوان " الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية "

و يهدف الطالب من خلال هاته الدراسة الى ابراز العلاقات الإرتباطية بين كل من ابعاد الاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي و التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية و كذلك معرفة طبيعة الاتجاهات المميزة لهاته المرحلة العمرية في الطور الثانوي و بالنسبة للتوافق العام (النفسي الاجتماعي) التي تولدها البيئة الجغرافية من خلال تحليلها وفق تتراوح اعمارهم بين ( 15-18 سنة ) اناثا و ذكورا من مستويين ( سنة اولى - سنة ثانية ) معتمدا على مقياس كينيون المناطق الدراسية لمجموع تلاميذ العينة الدراسة . وقد اختار الطالب عينته من تلاميذ المرحلة الثانوية ( 840 تلميذ و تلميذة للإتجاهات النفسية نحو النشاط البدني الرياضي و مقياس التوافق الاجتماعي مستخدما المنهج الوصفي الارتباطي لكشف جوانب الدراسة.

## توصل الباحث للنتائج التالية :

- توجد علاقة ارتباطية بين أبعاد الإتجاهات و التوافق العام بمستوى إيجابي .
- توجد علاقة ارتباطية حسب متغير الجنس و درجة الإرتباط عند الذكور أكبر من الإناث .
- كذلك الحال بالنسبة للفرضيتين الثالثة و الرابعة.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> بوشاشي سامية ، السلوك العدواني و علاقته و بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة .رسالة ماجستير ، جامعة مولود معمري تيزي وزو، 2013.

<sup>2</sup> ربوح صالح ، الإتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي و علاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر ، 2008/2009.

## 2- مناقشة و تحليل الدراسات السابقة :

من خلال الدراسات السابقة نجد أنها كانت تقريبا متشابهة و تدور حول المواضيع النفسية و الاجتماعية حيث توصلت نتائجهم إلى وجود فروق دالة احصائية و ذلك من حيث دراستهم حول الجانب النفسي و الاجتماعي ، حيث تشابهت هذه الدراسات في وجود بعض الأنشطة الرياضية في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي ، و تعتبر الدراسات السابقة جزء من الاطار النظري للدراسة الحالية حيث استفدنا من الخلفية النظرية لها .

- التعرف على الادوات المستخدمة في الدراسات السابقة مما ساعد الباحث على اختيار أداة بحثه ، و هي مقياس اختبار الشخصية للمرحلة الاعدادية و الثانوية لمحمود عطية هنا .

- بعد أن تعرف الباحث على الوسائل الاحصائية اخيار الوسائل التي تتناسب بياناته و اهداف بحثه ، أنها تمثل دراسة من الدراسات التي تهتم بأهم العوامل التي تساعد و تساهم في تنمية و تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لدى التلاميذ بصفة عامة ، و بما أن اللعب مهم جدا للطفل لنموه السليم كذلك النشاط البدني الرياضي التربوي مهم جدا لمرحلة المراهقة ، و في دراستنا هذه نحاول معرفة اثر الانشطة اللاصفية الداخلية في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .

- و تبين لنا مما سبق عرضه أن التوافق النفسي و الاجتماعي للمراهق يتأثر بالعديد من العوامل تنعكس على سلوكه و توافقه و تعامله مع مواقف الحياة التي يمر بها .

- أما ناحية المنهج جل الدراسات استخدمت المنهج الوصفي لدراسة موضوع التوافق النفسي و الاجتماعي مستعملة أدوات مختلفة كالمقياس و الاستبيان ، و قد تنوعت المقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة حيث اعتمدت معظمها على أدوات معدة مسبقا ، و من هذه الادوات مقياس التوافق النفسي و الاجتماعي اختبار التوافق النفسي و الاجتماعي اي اختبار الشخصية للمرحلة الاعدادية و الثانوية للدكتور محمود عطية هنا .

ومن مزايا الدراسات ما يلي :

- تجنب المشكلات المعيقة للتقدم في البحث ، و تشكيل برنامج للقيام بالعمل خلال فترة التحضير للرسالة و تحديد المراجع الخاصة في مجال الدراسة الحالية .

- اختيار المنهج و العينة و ادوات جمع البيانات المناسبة ، و كيفية بناء الاستبيانات .

- كيفية اختيار القوانين و المعادلات الاحصائية المناسبة لطبيعة البحث .

- كيفية عرض البيانات و تحليلها .

الجانب التطبيقي

## الفصل الثالث

# طرق و منهجية الدراسة

## تمهيد:

بعد إنهاء الدراسة النظرية لبحثنا ، وذلك بالاستعانة بالمراجع والمصادر المتمثلة في الكتب ، ورسائل ليسانس والدكتوراه ، وذلك قصد تغطية بعض الجوانب الخاصة بدراستنا ، فإننا نتطرق الآن إلى الجانب التطبيقي الذي سنحاول فيه أن نحيط بالموضوع من هذا الجانب ، لذا سوف نتناول في هذا الفصل المنهجية المتبعة ، وعينة البحث ، وحدود الدراسة ، وأدوات جمع البيانات ، وأساليب التحليل الإحصائي .

**(1)- المنهج المتبع :**

تختلف مناهج البحث باختلاف المواضيع المدروسة للوصول إلى الحقيقة و للكشف عن هذه الحقيقة و إتباع منهج علمي و الذي يعرفه عبد الرحمان بدوي حسب عمار بوحوش بأنه : " فن تنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار العديدة إما من أجل الكشف عن الحقيقة عندما نكون جاهلين و إما من أجل البرهنة عليها حين نكون بها عارفين " <sup>1</sup>.

و لقد اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي ، باعتبار انه المنهج المناسب لدراسة الظواهر الانسانية حيث يعرف المنهج الوصفي على انه يهتم بوصف ما هو كائن و تفسيره و يهتم بتحديد الظروف و العلاقات التي توجد بين الوقائع ، بمعنى أنه يعتبر أحد أشكال التحليل و التفسير العلمي المنظم لوصف عن الظاهرة المدروسة ، و تصنيفها و إخضاعها للدراسة الدقيقة .<sup>2</sup>

**(2)- الدراسة الاستطلاعية :**

تشكل الدراسة الاستطلاعية الشرط الضروري و الالزامي للدراسة إذا يمكن أن نتصور من دونها أي مصداقية للعمل العلمي و عليه فإن الدراسة الاستطلاعية هي مترادفات لها غايات علمية لا يمكن تجاهلها بأي حال من الاحوال .<sup>3</sup>

**(3)- إجراءات الدراسة الاستطلاعية :**

قمنا بالتقرب من المؤسسات التعليمية التي اجرينا فيها الدراسة كأول خطوة و نقصد هنا المتوسطات طبعا ، و ذلك من أجل الوقوف على السلبيات أو المعوقات التي قد تعترض او توافق التجربة الاساسية و كذلك مدى ملائمة أسئلة المقياس مع العينة التي تم اختيارها و التعرف على التلاميذ حيث قدم مقياس استطلاعي على 100 تلميذ حتى تتمكن من تقديم مقياس متكامل و ملائم لخصائص العينة.

**(4)- مجتمع البحث :**

يعتبر مجتمع البحث إطارا مرجعيا للباحث في اختيار عينة البحث و قد يكون هذا الاطار مجتمع كبير أو صغير و قد يكون الاطار افراد أو مدارس أو جامعات او اندية رياضية .<sup>4</sup>

<sup>1</sup> عمار بوحوش . محمد محمود الذنبيات : مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث . ط3 ، ديوان المطبوعات الجزائرية ، الجزائر 2001 م ، ص99 .

<sup>2</sup> سامي محمد ، مناهج البحث في التربية و علم النفس ، دار العبرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، 2000 ، ص 370 .

<sup>3</sup> محمد سليم ، منهجية البحث العلمي جليل طلاب العلوم الاجتماعية و الانسانية ، وهران ، دار الغرب للنشر و التوزيع ، 2004 ، ص 29.

<sup>4</sup> مروان عبد المجيد إبراهيم ، طرق و مناهج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية ، عمان ، دار الثقافة للنشر ، 2006 ، ص 10.

و يتكون مجتمع بحثنا هذا من 100 تلميذ بدون مراعاة عامل الجنس و الذين يدرسون في المستوى الرابعة متوسط في مختلف متوسطات بلدية بلدة عمر في الولاية المنتدبة تقرت و كانت كالآتي :

متوسطة معركة قرداش – متوسطة مولاي محمد السايح

### 5- عينة الدراسة :

العينة هي جزء من مجتمع البحث و التي تسمح لنا بالإنجاز بحثنا نظرا لصعوبة استجواب كل أفراد المجتمع و كانت طريقة اختيار العينة العشوائية البسيطة لأنها تعطي فرص متكافئة لجميع أفراد مجتمع البحث ، العينة العشوائية تعتبر من ابسط طرق العينات<sup>1</sup>.

و تمثل عينة بحثنا هذا في التلاميذ الذين يزاولون دراستهم بالمتوسطات للموسم 2020/2019 و الذين مستواهم الدراسي سنة رابعة متوسط و تم اختيار عينة بطريقة عشوائية قوامها (100) تلميذ و تلميذة ، و عددها الاجمالي لتلاميذ السنة الرابعة المتوسط المقدر ب 268 تلميذ و التي أخذت منها نسبة موزعين على المتوسطات كما هو موضح في الجدول رقم (1) يمثل توزيع العينة في كل متوسطة

المتوسطات	عدد التلاميذ
1- متوسطة معركة قرداش	123 تلميذ
2- متوسطة مولاي محمد السايح	145 تلميذ
المجموع	268 تلميذ

### 6- حدود الدراسة :

#### 6-1- المجال المكاني :

لقد تم هذا البحث على مجموعة معينة من التلاميذ الذين ينتمون إلى متوسطات بلدية بلدة عمر ، و منه فمجتمع دراستنا يتكون من 100 موزعين على متوسطتان .

#### 6-2- المجال الزمني :

لقد تم إنجاز هذا البحث في مدة زمنية موزعة كالآتي :

الجانب النظري : أوائل شهر جانفي 2020 إلى غاية شهر مارس 2020.

<sup>1</sup> محمد سليم ، نفس المرجع السابق ، ص 36.



الجانب التطبيقي : من بداية شهر مارس 2020 إلى غاية شهر سبتمبر 2020 .

و قد تم في هذه المدة إعداد الاستمارة و توزيعها ليتم بعد ذلك تفرغ محتواها و تحليل النتائج المتحصل عليها باستعمال الطرق الإحصائية .

### (7)- أدوات جمع البيانات :

قصد الوصول الى حلول اشكالية البحث المطروحة و للتحقق من صحة الفرضيات لهذا البحث لزم اتباع أنجح الطرق و ذلك باستخدام الأداة التالية :

### (8)- مقياس الشخصية للمرحلة الاعدادية و الثانوية :

و هو المقياس من إعداد ثلارك واليس و تيجرو ثورية سنة 1939 و يعرف باختبار كاليفورنيا للشخصية و قد أعده الدكتور عطية محمود ليناسب البيئة المصرية 1986 م يشمل الاختبار على 180 سؤال مقسمة على 12 بند يحتوي كل بند على 15 سؤال .

### (9)- هدف المقياس :

يهدف هذا المقياس إلى تحديد نواحي الشخصية للمراهقين من طلبة المدارس المتوسطة و الثانوية و هي النواحي التي في نطاق التوافق الشخصي و الاجتماعي و العام و لذلك فإن هذا المقياس يعتبر أداة أساسية في هذا البحث لكونه يشمل على البنود التي تقيس التوافق الشخصي و الاجتماعي الذي يسعى الباحث إلى معرفته لدى طلاب المرحلة المتوسطة يكشف هذا المقياس عدة نواحي من توافق المراهق مع نفسه و مع غيره و مع مشكلاته و الظروف التي تواجهه ، و كذا عن مدى إرضاء الأسرة و المدرسة و البيئة التي يعيش فيها المراهق لحاجاته الأساسية ، و كذلك في الدراسات المتعلقة بالمراهق و طريقة تنشئته نواحي الضعف أو القوة في النظم المدرسية السائدة .<sup>1</sup>

### (10)- طريقة تطبيق الاختبار و تصحيحه :

من الممكن أن يستخدم هذا الاختبار بطريقة فردية أو طريقة جماعية على أنه من الضرورة على المحرب-المطبق أن يتأكد من أن كل فرد قد فهم المطلوب منه و التعليمات الخاصة بطريقة الاجابة و من الافضل أن يقسم إلى جلستين أو أكثر دون أن يتعجل المختبر في إجراءه كما ينبغي أن يلاحظ أن هذا الاختبار ليس اختبار لقدرة الفرد على فهم العبارات الواردة فيه و ليس السرعة و لكنه استفتاء عن بعض نواحي سلوك الفرد عندما ينتهي المختبر من تطبيق الاختبار يقوم بتصحيحه

<sup>1</sup> عطية محمد هنا ، اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة و الثانوية ، الكويت ، دار القلم ، 1986 ، ص 07.

بالاستعانة بمفتاح التصحيح الواردة في كراس التعليمات و ذلك بأن يعطي درجة الإجابة التي تتفق مع مفتاح التصحيح و يلاحظ أن كل جزء من الاختبار يحتوي على 15 عبارة بذلك تكون أقصى درجة يحصل عليها الفرد في أي جزء من أجزاء الاختبار هي 15 و تجمع الدرجات فتحصل على درجة الفرد في التوافق الاجتماعي.<sup>1</sup>

### 11- ابعاد الشخصية التي تقيس المقياس :

هناك بعدين الأول التوافق الشخصي و الثاني التوافق الاجتماعي و في بحثي هذا سنتطرق لكلى البعدين و لقد أخذت بعين الاعتبار أو بعدين و الذين يعدون الأقرب لدراسة الحالية .

#### أ- القسم الاول ( التوافق النفسي ) :

يقوم هذا القسم على الجوانب التالية :

#### 1- الاعتماد على النفس :

يقصد به ميل الفرد إلى القيام بما يراه من عمل دون أن يطلب منه ذلك و دون الاستعانة بغيره مع قدرته على توجيه سلوكه دون الخضوع في ذلك لأحد غيره و تحمل المسؤولية .

#### 2- الاحساس بالقيمة الذاتية :

يتضمن شعور الفرد بتقدير الآخرين له ، و أنهم يرونه قادرا على تحقيق النجاح و شعوره بإمكانية قيامه بما يستطيع غيره القيام به و ذلك محبوب و مقبول من طرف الآخرين .

3- الشعور بالحرية الذاتية : يتضمن شعور الفرد بقدرته على توجيه سلوكه و أنه يستطيع أن يضع خطط مستقبله بنفسه و لديه الحرية بتقرير سلوكه .

4- الشعور بالانتماء : الفرد يتمتع بحب والديه و أفراد أسرته و يشعر بأنه مرغوب به بين زملائه ولا يميل إلى الوحدة و الانعزال

5- التحرر من الميل إلى الانفراد : أي أن الفرد لا يميل إلى الانفراد أو الانطواء و لا يستبدل النجاح الواقعي في الحياة بالنجاح الخيالي و ما يستتبعه من تمتع جزئي غير دائم .

<sup>1</sup> عطية محمد هنا ، نفس المرجع السابق ، ص 14 .

**6- الخلو من الأعراض العصبية :**

أي أنه لا يشكو من الاعراض و المظاهر التي تشير إلى الانحراف النفسي .

**ب- القسم الثاني ( التوافق الاجتماعي ) :****1- إعراف المراهق بالمستويات الاجتماعية :**

أي أنه يدرك حقائق الآخرين و موقفه حيالهم ، و كذلك يدرك ضرورة اخضاع بعض رغباته لحاجات الجماعة و بعبارة اخرى أنه يعرف ما هو الصواب و ما هو الخطأ من وجهة نظر الجماعة ، كما أنه يتقبل أحكامها برضا .

**2- إكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية :**

أي أنه يظهر مودته نحو الآخرين بسهولة ، كما أنه يبذل من راحته و جهده و تفكيره ليساعدهم و يسرهم ، و يتصف مثل المراهق بأنه لبق في معاملاته مع معارفه و مع الغرباء مثل هذا الشخص يتميز بأنه ليس أنانيا يرمى الآخرين و يساعدهم .

**3- تحرر المراهق من الميول المضادة للمجتمع :**

و يتميز هذا المراهق بأنه مسالم لا يميل الى الشجار مع الآخرين غير مشاحن غير رافض للأوامر و العصيان ، و غير عدواني لا يرضي رغباته على حساب الآخرين ، كما انه عادل في معاملاته و تصرفاته مع غيره .

**4- علاقة المراهق بأسرته :**

أي أن المراهق على علاقة طيبة مع أسرته و تعامله معاملة حسنة ، كما يشعر في كنفها بالأمن و احترام أسرته ، وهذه العلاقات لا تتنافى مع الوالدين من سلطة عادلة على المراهق و توجيه سلوكه .

**5- علاقات المراهق بالمدرسة :**

أي أن المراهق متوافق مع المدرسة ، فهو يشعر بأنه مدرسية يحبونه ، يستمتع بزمالة قرائنه ، و يجد بأن العمل المدرسي يتفق مع مستوى نضجه و ميوله ، و هذه العلاقات الطيبة تتضمن شعور الفرد بأهميته و قيمته في المعهد الذي يتعلم فيه .

## 6- علاقة المراهق في البيئة المحلية :

أي أن المراهق يشعر بتوافق في البيئة التي يعيش فيها و يشعر بالسعادة و الرضا مع جيرانه و اقرانه و يتعامل معهم دون شعور عدواني أو سلبي ، كما يحترم القواعد التي تحدد العلاقة فيما بينهم .

## 12- ثبات الاختبار :

فيما يتعلق بثبات الاختبار هذا الاختبار أن معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية بعد التصحيح باستخدام معادلة " سبيرمان - برومان " مع 792 تلميذا كانت النتائج كما يلي :

- الاخبار بأكمله التوافق العام 0.932

- القسم الاول التوافق الشخصي 0.898

- القسم الثاني التوافق الاجتماعي 0.893<sup>1</sup>

و ان ثبات الاختبار هو ان يعطي نفس النتائج إذا ما أعيد تطبيقه على نفس الأفراد في نفس الظروف ، و يقاس هذا الثبات إحصائيا بحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها الأفراد في المرة الأولى و بين نتائج الاختبار في المرة الثانية ، فإذا أثبتت الدرجات في الاختبارين و تطابقت قيل أن درجة ثبات الاختبار كبيرة .

## 13- أساليب الاحصائية المستعملة :

بعد جمع الاستمارات الخاصة بتلاميذ المتوسطات قمنا بتفريغ البيانات بحساب عدد التكرارات الخاصة لكل سؤال ثم بعد ذلك حساب النسبة المئوية لكل سؤال :

$$\text{المتوسط الحسابي} = \frac{\text{مجم س}}{\text{ن}}$$

حيث : م = المتوسط الحسابي ، مج = المجموع ، س = الدرجة ، ن = عدد أفراد العينة .

## - الانحراف المعياري :

$$ن \leq 30$$

$$ع^2 = \sqrt{\frac{\sum (س - \text{مجم})^2}{ن}}$$

<sup>1</sup> محمود عطية هنا ، مرجع سابق ، ص 06 ص 07 ص 09 .

<sup>2</sup> بشير معمري ، بحوث و دراسات متخصصة في علم النفس ، الجزء الاول ، الجزائر ، منشورات الحبر ، 2006 م ، ص 182 .

- معامل الارتباط برسون .
- معامل ألفا كرونباخ .
- اختبارات لعينة مستقلة .
- اختبار التباين المختلط LSD فيشر .
- معالجة البيانات عن طريق SPSS :

يعتبر البرنامج الجاهز SPSS من أكثر البرامج الإحصائية استخداما من قبل شريحة واسعة من الطلبة و الباحثين في مختلف الاختصاصات الاجتماعية و الإحصائية .

## خلاصة :

من خلال الدراسات السابقة و التي شملت الاستبيانات موزعين على التلاميذ في عدة متوسطات و التي اتفق بالإجماع على أهم النقاط المشتركة حاولنا من خلالها تسليط الضوء على النقاط التي تخدم دراسة بحثنا و تدعمها للوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية و عملية مبرزين في ذلك بعض نقاط التشابه و الاختلاف بين الدراسات و دراستنا كما حرصنا على أن تكون دراستنا تكملة من زاوية أخرى و هو أننا قمنا بدراسة أثر النشاط اللاصفي الداخلي في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة أي أن دراستنا جاءت بالجديد ألا و هو تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لتلاميذ المرحلة المتوسطة بواسطة النشاطات اللاصفية الداخلية محاولين في ذلك إعطاء صبغة جديدة لدراستنا.

الفصل الرابع

عرض و مناقشة

النتائج

1- عرض و تحليل و مناقشة النتائج :

1-1- عرض و تحليل الفرضية الأولى :

تنص الفرضية على أنه " مستوى الاعتماد على النفس مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط اللاصفي"، لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة بحساب الفروق بين متوسط درجات تقدير الذات لأفراد العينة والمحك المستخدم المقدر بـ 75%، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (02) يوضح الاختلاف بين متوسطات درجات أفراد العينة على بعد الاعتماد على النفس والمحك المستخدم .

عدد أفراد العينة	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحك	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
100	99	8.12	2.16	11.25	-14.480	0.000

من خلال الجدول السابق تبين أن متوسط درجات تلاميذ التعليم المتوسط الممارسين للنشاط اللاصفي بلغ (8.12) بإنحراف معياري يساوي (2.16) وهو متوسط أقل من المحك المستخدم والمقدر بـ (11.25)، وباستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين المتوسطات التي بلغت (-14.480) بمستوى دلالة قدره (0.000) وهو أقل من (0.05)، وبالتالي هي قيمة دالة إحصائياً وهذا يدل أن مستوى الاعتماد على النفس ليس مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط اللاصفي.

1-2- عرض نتيجة الفرضية الجزئية الثانية:

تنص الفرضية على أنه " مستوى الاحساس بالذات مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي"، لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة بحساب الفروق بين متوسط درجات تقدير الذات لأفراد العينة والمحك المستخدم المقدر بـ 75%، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (03) يوضح الاختلاف بين متوسطات درجات أفراد العينة على بعد الاحساس بالذات والمحك

المستخدم

عدد أفراد العينة	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحك	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
100	99	9.11	1.94	11.25	-11.013	0.000



من خلال الجدول السابق تبين أن متوسط درجات تلاميذ التعليم المتوسط الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي بلغ (9.11) بإختراف معياري يساوي (1.94) وهو متوسط أقل من المحك المستخدم والمقدر بـ (11.25)، وباستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين المتوسطات التي بلغت (-11.013) بمستوى دلالة قدره (0.000) وهو أقل من (0.05)، وبالتالي هي قيمة دالة إحصائياً وهذا يدل أن مستوى الاحساس بالذات ليس مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسط الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي.

### 1-3- عرض نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة:

تنص الفرضية على أنه " مستوى اعتراف الفرد بالمستويات الاجتماعية مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة للنشاط اللاصفي الداخلي"، لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة بحساب الفروق بين متوسط درجات تقدير الذات لأفراد العينة والمحك المستخدم المقدر بـ 75%، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

#### الجدول رقم (04) يوضح الاختلاف بين متوسطات درجات أفراد العينة على بعد مستوى اعتراف الفرد

##### بالمستويات الاجتماعية والمحك المستخدم

عدد أفراد العينة	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحك	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
100	99	6.04	1.88	11.25	-27.636	0.000

من خلال الجدول السابق تبين أن متوسط درجات تلاميذ التعليم المتوسط الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي بلغ (6.04) بإختراف معياري يساوي (1.88) وهو متوسط أقل من المحك المستخدم والمقدر بـ (11.25)، وباستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين المتوسطات التي بلغت (-27.636) بمستوى دلالة قدره (0.000) وهو أقل من (0.05)، وبالتالي هي قيمة دالة إحصائياً وهذا يدل مستوى اعتراف الفرد بالمستويات الاجتماعية ليس مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسط للنشاط اللاصفي الداخلي .

### 1-4- عرض نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة:

تنص الفرضية على أنه " مستوى اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة للنشاط اللاصفي الداخلي"، لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينة واحدة بحساب الفروق بين متوسط درجات تقدير الذات لأفراد العينة والمحك المستخدم المقدر بـ 75%، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (05) يوضح الاختلاف بين متوسطات درجات أفراد العينة على بعد مستوى اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية والمحك المستخدم .

عدد أفراد العينة	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحك	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
100	99	9.46	2.06	11.25	-8.661	0.000

من خلال الجدول السابق تبين أن متوسط درجات تلاميذ التعليم المتوسط الممارسين للنشاط اللاصفي الداخلي بلغ (9.46) بإنحراف معياري يساوي (2.06) وهو متوسط أقل من المحك المستخدم والمقدر بـ (11.25)، وباستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين المتوسطات التي بلغت (-8.661) بمستوى دلالة قدره (0.000) وهو أقل من (0.05)، وبالتالي هي قيمة دالة إحصائياً وهذا يدل أن مستوى اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية ليس مرتفع لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة للنشاط اللاصفي الداخلي.

**(2)- مناقشة و تفسير نتائج الدراسة :**

في ضوء ما جاء في الفصل الاول للدراسة ، و كذا ما أكدته و وضحته الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية ، و ما تم عرضه في الجداول السابقة المتعلقة بنتائج الدراسة فإنه تم مناقشة و تفسير النتائج حسب ترتيب العرض السابق كما يلي :

**(1-2)- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الأولى :**

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الاولى في مستوى الاعتماد على النفس كانت النتائج متوسطة لدى التلاميذ الممارسين المرحلة المتوسطة في النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي ، حيث أظهروا التلاميذ الممارسين تطوعهم لتحملهم المسؤولية من أجل زملائهم و تعاونهم معهم ، كما يتاح لهم إبداء الرأي في مختلف الأمور ، و يستطيعون الاعتماد على انفسهم من خلال قضاء حاجاتهم و قيامهم بإنجاز واجباتهم المدرسية بأنفسهم ، مما يفسر بأن النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي له دور على بعد الإعتماد على النفس ، و يمكن تفسير هذه النتيجة إستنادا إلى بعض الدراسات التي اتفقت مع هذا الطرح منها دراسة أحمد رميلات ( 2012 ) التي تؤكد على دور الأنشطة اللاصفية للتربية الحركية في تطوير بعض عناصر اللياقة البدنية و بالتالي تمنح التلميذ شعور الثقة بالنفس ، و هذا من خلال إنجازهم لواجباتهم المدرسية بأنفسهم و كذلك باستطاعتهم تكوين صداقات جديدة ، هذا ما يفسر بأن التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية اللاصفية الداخلية هم أكثر تمتعا و تميزا بالسمات التي تجعل من التلميذ معتمدا على نفسه ، و لديهم القدرة على تحمل المسؤولية و التعبير عن آرائهم و آراء أصدقائهم ، و بالتالي هم أكثر قدرة على الاعتماد على انفسهم .

**(2-2)- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثانية :**

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الثانية في مستوى الاحساس بالذات كانت النتائج متوسطة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين لنشاط اللاصفي الداخلي و أكثر رضا عن أنفسهم و أكثر إدراكا و شعورا بحبهم لذاتهم ، و أكثر يقينا بقدراتهم الجسمانية و تمتعهم بلياقة بدنية عالية ، مما يفسر بأن النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي له دور في بعد الاحساس بالذات ، و هذا ما أكدته مجموعة من الدراسات السابقة و التي نجد منها دراسة أحمد رميلات ( 2012 ) التي أكدت على دور الأنشطة اللاصفية للتربية الحركية في الاحساس بالذات للتلميذ ، مما يؤكد أهمية دراسة الموضوع من طرف الباحث لما له من مردود بعدي جيد ذو فائدة لأنه يمنح الأطفال شعور الثقة بالنفس الذي يولد نوع من السيطرة الجيدة لشخصية الطفل تمهيدا للممارسة الرياضية سواء في فريق المدرسة أو جماعة أصدقاء أو أندية رياضية .

من خلال الدراسات السابقة لا نجد أي دراسة تتناقى مع هذه النتائج ، و من هذا المنطلق يتضح لنا أن التلاميذ الممارسين لنشاط

اللاصفي الداخلي هم أكثر شعورا بالثقة بالنفس ، و أكثر ابداء لحبهم لذواتهم ، كما يقرون بأن لديهم لياقة بدنية عالية و بالتالي احساسهم بالذات .

**2-3)- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الثالثة :**

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الثالثة في مستوى اعتراف الفرد بالمستويات الاجتماعية فكانت النتائج متوسطة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين لنشاط اللاصفي الداخلي حيث يعتبر النشاط اللاصفي الداخلي من أحد الاماكن المخصصة في ممارسة الرياضة المدرسية الهامة ، و التي لها دور كبير في تكوين الأطفال و المراهقين من الناحية الاجتماعية فهي تحقق التكيف الاجتماعي للفرد داخل أسرته ، و مجتمعه و وطنه فيتشبع بالقيم الاجتماعية و الاتجاهات المرغوب فيها ، و لكي يتحقق ذلك الطلب يتطلب توجيههم التعليمي و المهني الصحيح ، و يرجع ذلك بالدرجة الأولى إلى المربي الذي يجب عليه أن يعي هذا جيدا ، و يقوم بعمله على احسن وجه ازاء هذا النشاط ، و يكون ذلك بمراعاة دوافع التلاميذ و رغباتهم في الممارسة الرياضية لتدعيمها و توجيهها حتى يستطيع النجاح في عمله.

و لها اهمية في اعداد أو تعديل سلوك الفرد بالاتجاه الذي يطور شخصيته ، و بالتالي يؤثر في تكيفه الاجتماعي ، إذ أن تطوير الجوانب البدنية يؤثر في تحسين مفهوم و تقدير الذات لدى الفرد باعتبارها وسيلة لتطوير السلوك الانساني ، حيث تتوقف شخصية الفرد و مكانته و مسؤوليته الاجتماعية على حسن سلوكه الذي يكتسبه في أثناء حياته من خلال المشاركة العملية في لون من الوان النشاط البدني الرياضي التربوي و تنمي في نفسه خدمة الصالح العام و احترام الغير و الاعتزاز بالانتماء للجماعة و الاخلاص لها مما يؤثر تأثيرا فاعلا في تدعيم شخصيته في التماسك الاجتماعي فضلا عن انسجام أفراده ، أضف الى ذلك أن هذه المزاولة تؤدي إلى خفض التوتر و تساعد في التخلص من بعض الأحاسيس في الفروق في المستويات الاجتماعية .<sup>1</sup>

و تتحقق نتائج هذه الدراسة مع دراسة **غالمي عمر** سنة 2012 م من جامعة شلف تحت عنوان : هل حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في بناء العلاقات الاجتماعية ( التوافق و الانتماء ) لدى المراهقين ، حيث اسفرت نتائجها الى أن حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في تعزيز الانتماء للعلاقات الاجتماعية.

**2-4)- مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الرابعة :**

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الجزئية الثالثة في مستوى اكتساب المهارات الاجتماعية كانت النتائج متوسطة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة الممارسين لنشاط اللاصفي الداخلي و من اهمية هذا البعد تتمحور في فترة مراهقة و هي الفترة الواقعة بين نهاية الطفولة و بداية الرشد ، و تنفرد بتغييرات البلوغ و ما يرتبط بها من طفرة في النمو الجسمي بتغييرات في أبعاد الجسم و مقاييسه و مظهره ، علاوة على ما يشعر به المراهق من أحاسيس جديدة نتيجة النضج الجنسي ، أما مجال النمو العقلي فتزداد قدراته على التفكير التجريدي و يبدأ في تجريب هذه القدرات و فحص أفكاره المتعلقة بمن هو بعالمه الحالي و بما سيكون في المستقبل.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> سموم علي ، انعكاسات النشاط البدني الرياضي التربوي على التوافق النفسي و الاجتماعي لدى المراهقين في التعليم الثانوي ، الجزائر العاصمة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة الجزائر 3 معهد التربية البدنية و الرياضية سيدي عبد الله زيلدا ، 2013 م ، ص 325-326.

<sup>2</sup> إبراهيم قشقوش ، سيكولوجيا المراهقة ، ط 1 ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1980 م ، ص 77 .

و تتحقق نتائج هذه الدراسة مع دراسة دراسة رويح كمال (2006-2007) من جامعة الجزائر تحت عنوان أثر ممارسة التربية البدنية و الرياضية في التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق تلاميذ السنة اولى ثانوي حيث اسفرت نتائجها على أن ممارسة التربية البدنية و الرياضية بالنسبة لتلاميذ مرحلة الثانوي لها علاقة في نموهم النفسي و نموهم الاجتماعي و أن هناك فرق في التوافق النفسي الاجتماعي بين الممارسين و غير الممارسين للتربية البدنية و الرياضية و أن هناك فرق بين الاناث و الذكور الممارسين للتربية البدنية .

## 2- أهم الاستخلاصات :

- سعى الطالب جاهدا للكشف عن أثر النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي في مساهمة تنمية الجانب النفسي الاجتماعي ، لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة لمؤسستين واقعتين في تراب المقاطعة الادارية تقرت ببلدة عمر .
- تبادر في ذهن الطالب من الوهلة الاولى أن الدراسة سهلة لكن بعد مرور الوقت و اجراءات الدراسة تبين له عكس ذلك .
- استخدم الطالب المنهج الوصفي التحليلي للدراسة ، بعد تحديد مشكلة الدراسة خلال الخلفية النظرية للدراسات المرتبطة السابقة .
- اعتمد الطالب مقياس التوافق النفسي و الاجتماعي للباحثة الدكتورة المصرية رشا عبد الرحمان محمود والي .
- قام الطالب بصياغة فرضيات الدراسة ، و قام بدراسة استطلاعية على عينة مكونة من 15 تلاميذ ممارسا للنشاط الرياضي اللاصفي الداخلي لضبط متغيرات الدراسة و مصطلحاتها و الاطار العام لها .
- قام الطالب بالدراسة الأساسية على عينة كلية مكونة من 100 تلميذ من كلا الجنسين .
- قام الطالب باختيار الفرضيات اعتمادا على اساليب احصائية مناسبة .
- انطلقا من النتائج المتحصل عليها و بعد عرضها و تحليلها و تفسيرها و مناقشتها ، و استنادا إلى التراث النظري و الدراسات سالفة الذكر و النظريات المفسرة لمتغيرات الدراسة توصل الطالب إلى ما يلي :
- اتضح للطالب من خلال البعد العام للتوافق النفسي و الاجتماعي أن الانشطة الرياضية اللاصافية الداخلية هي وسيلة لتحقيق غاية كبرى و هي بناء فرد أو شخصية متكاملة و متوازنة من جميع النواحي البدنية و النفسية من خلال اكتساب التلميذ القدرة على التوافق النفسي و الاجتماعي .

## 3- الاقتراحات و التوصيات :

- و في الأخير أوفي بعض الإقتراحات العلمية و العملية التي أرى بأنها بالغة الأهمية بالنسبة للنشاط البدني الرياضي بصفة عامة و النشاط البدني الرياضي التربوي بصفة محددة ، لإظهار الأهمية البالغة له بالنسبة لفئة المراهقة ، في هذه المرحلة ، و أهم الاقتراحات :
- الاستفادة من الجانب العلمي لهذا البحث في الاعداد الجيد لأستاذ التربية البدنية و الرياضية ، خاصة من الناحية النفسية و الاجتماعية التي تؤهله إلى القدرة على فهم سلوكيات التلميذ المراهق و اتجاهاته من أجل مساعدته .
  - ضرورة التدعيم و المساندة لممارسة النشاط الرياضي اللاصفي من أجل الرفع اتجاهات التلاميذ نحوه في كل التخصصات .
  - بث الوعي و الاهتمام بالأنشطة الرياضية اللاصفية من خلال وسائل الاعلام و ربطها بعلاقتها في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي.
  - تنبيه المختصين بالمجال الرياضي سواء كانوا أساتذة ، مربين أو مدربين إلى ضرورة جلب و ترغيب التلاميذ نحو المشاركة في المنافسات المدرسية ، لما لها من انعكاسات ايجابية على حياة التلاميذ ، و خاصة الذين يظهرون تدني مستوى توافقهم النفسي و الاجتماعي .
  - توطيد العلاقات بين الأسرة و المؤسسات التعليمية المعنية بالأنشطة البدنية و الرياضية لترسيخ مبدأ الثقة بينهما ، و بالتالي التعاون لدعم الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني و الرياضي .
  - ضرورة تدعيم الهياكل التي لها علاقة بالنشاط البدني و الرياضي لدى التلاميذ ، بأخصائي نفسي و اجتماعي و تحسين علاقاته مع التلاميذ باستمرار ، و اتصاله بالآباء لحل ما قد يتعرض له الابن من مشاكل سوء التوافق النفسي و الاجتماعي .
  - التنسيق في الممارسة بين المدارس و النوادي لخلق نوع التكامل و التوسيع في المشاركة في الانشطة الرياضية اللاصفية .
  - اجراء الدورات الرياضية بين التلاميذ في أوقات العطل و المناسبات لما فيها من احتكاك و تبادل الخبرات .
  - إجراء منافسات رياضية بين التلاميذ تتخللها عمليات تحسيسية للحد من ظواهر و آفات اجتماعية ، مثل العنف بكافة انواعه مع اشعار التلميذ بمدأ الروح الرياضية .
  - تكفل الجهات الوصية بتشجيع الممارسة الرياضية التربوية عن طريق إعطاء التلاميذ فرصة إختيار الشكل الذي يتناسب و اتجاههم نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي ، و ذلك بناء على طبيعة شخصياتهم و رغباتهم .
  - توفر جو اجتماعي داخل الحصص الرياضية مما يساعد التلاميذ على التوافق الجيد مع أنفسهم و من يحيطون بهم .
  - التركيز على أهمية البرمجة المناسبة للتطلع إلى مخطط مستقبلي في إعداد البرامج ، و اعطاء صورة واضحة حول أهمية النشاط البدني الرياضي بالنسبة لفئة المراهقة و خاصة المرحلة المتوسطة .

انطلاقاً من النتائج التي تبقى في حدود عينة البحث ، آمل أن تكون هذه الدراسة نقطة بداية لقيام دراسات مستقبلية بهدف التعرف على أثر العوامل السابقة الذكر على شخصية المراهق المتحكمة أساساً في اتجاهاته من جهة ، و إظهار أهمية الأنشطة البدنية و الرياضية خاصة اللاصفية منها في تطوير المنظومة التربوية الأخرى .

#### 4 - استنتاج عام :

بعد عرض و مناقشة النتائج المتحصل عليها من الدراسة توصلنا من خلالها إلى إثبات صحة الفرضيات المقترحة في بداية الدراسة و بالتالي فهي تحقق صحة الفرضيات العامة و التي تنص على أثر النشاط اللاصفي الداخلي يساهم في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .



## خاتمة

لقد حاولت في دراستي هذه اظهار مساهمة النشاط اللاصفي الداخلي في تنمية الجانب النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة و العوامل المؤثرة في ذلك ، فكانت الفكرة الرئيسية و الهامة التي استوحيتها من خلال بحثي هذا استنادا على الدراسة التطبيقية التي قمت بها باستعمال أدوات بحثي ، و بعد تحليل و استخلاص النتائج وجدت أن التلاميذ الممارسين للنشاط اللاصفي يتميزون بمفهوم إيجابي لشخصياتهم ما أدى بهم إلى التوافق الجيد في صحتهم النفسية ، علما أن هؤلاء التلاميذ من خلال ممارستهم لهذه الأنشطة و هم من يكون سلوكهم سويا متوافقا و إنتاجهم عاليا ، و في ضوء هذه الدراسة أمكنني التأكد من الاختلاف في مستويات و درجات التوافق عند التلاميذ الممارسين و التلاميذ غير الممارسين لنشاط الرياضي ، و من هذا المنطق تأكد و يتأكد لنا جميعا أن الانشطة الرياضية ليست وظيفة بقدر ما هي فن لدى العاملين بها ، و علم يحمل على عاتقه مصير جيل بأكمله .

فالنشاط البدني الرياضي صفييا كان أو لاصفيا ، خارجيا أو داخليا يتيح اثار على الفرد و المجتمع ، و لكي يحقق مجتمعا ما حققته الدول المتقدمة و يواكب ما توصلت إليه هاته الدول من إنجازاته ، عليه أن يولي التلميذ العناية الكاملة و الكافية بشخصيته و مساعدته في الوصول إلى ما يصبوا إليه ، فالنشاط اللاصفي الداخلي يعتبر الوسيلة المثلى لتحكم في سلوكات المراهق ، و ذلك لتوظيفها في استثمار قدراته في المجتمع ، فلا احد يجادل في مكانة هذا النشاط بالنسبة لهذا المراهق ، و على هذا الأساس فمن الواجب أن نعطي حقه الكامل من الاهتمام حتى يتمكن أبناءنا من التعبير عن أنفسهم من خلال ممارسته .

لذلك فعلى الأساتذة و المعلمين و المربين في هذا الميدان أن يدركوا الغاية المرجوة من ممارسة الانشطة الرياضية المتمثلة في بناء الشخصية المتوازنة المتكاملة ، و بالتالي بناء مجتمع متقدم .

و رغم ما تقدم إلا أن الأنشطة البدنية و الرياضية سواء صفية أو لاصفية تحتل مكانة منخفضة في السلم التعليمي ، و لا تحظى بمكانة لائقة كمادة تربوية مكملة للمواد الأخرى ، رغم تميزها بكونها تنظر للتلميذ كوحدة متكاملة و كاملة لشخصيته من كل الجوانب النفسية و البدنية ، العقلية و الاجتماعية .

## قائمة المراجع و المصادر:

### ❖ قائمة الكتب:

- 1- محمد شحاتة . محمد جابر بريقع : دليل القياسات الجسمية و اختبارات الذكاء الحركي ، منشأة دار المعارف ، الاسكندرية ، 1995 م .
- 2- محمود أحمد سيد : مشكلات النظام التربوي ، ط 1 ، دمشق ، 2002 م .
- 3- حسن شلتوت وحسن معوض ، التنظيم الإداري في التربية الرياضية .القاهرة : دار الفكر العربي ، 1981 م .
- 4- محمد سعيد عزمي ، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية .الإسكندرية: منشأة المعارف ، 1996 م .
- 5- احمد عزت راجع : أصول علم النفس . القاهرة ، دار المعارف ، 1979 م .
- 6- نضال أحمد الغفري : الرياضة للجميع ، ط1. مكتبة المجتمع العربي ، الأردن ، 2003 م .
- 7- علي محمد زكي : التربية الصحية بين النظرية و التطبيق ، ط 1 ، الكويت ، منشورات ذات سلاسل ، 1983 م .
- 8- جبر سعاد : سيكولوجيا التنشئة الاسرية للبنات ، عمان دار صفاء للنشر و التوزيع ، 2008 م .
- 9- عبد المعطي : علم النفس الأسس و النظريات ، الجزء الأول ، مصر القاهرة ، دار قباء للنشر و التوزيع ، 2001 م .
- 10- نجم الدين السهر ودي : فلسفة اللعب ، القاهرة ، 1977 م .
- 11- تشارلز بيوكر : أسس التربية البدنية ، نيويورك ، 1964 م .
- 12- محمد إبراهيم عبد المجيد : تعلم الأنشطة و المهارات لدى الأطفال المعاقين عقليا ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 م .
- 13- فيصل عباس : علم النفس الطفل ، بيروت ، 1997 م .
- 14- فاضل حنا : اللعب عند الأطفال ، ط 1 ، دار مشرق - مغرب ، سوريا ، 1999 م .
- 15- فاخر عاقل . معجم علم النفس . ط 2 . دار العلم للملايين . بيروت . 1979 م .
- 16- عمار بوحوش . محمد محمود الذنبيات : مناهج البحث العلمي و طرق إعداد البحوث . ط 3 ، ديوان المطبوعات الجزائرية ، الجزائر 2001 م .
- 17- سامي محمد ، مناهج البحث في التربية و علم النفس ، دار العبرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، 2000 م .
- 18- محمد سليم ، منهجية البحث العلمي جليل طلاب العلوم الاجتماعية و الانسانية ، وهران ، دار الغرب للنشر و التوزيع ، 2004 ، ص 29 .
- 19- مروان عبد المجيد إبراهيم ، طرق و مناهج البحث العلمي في التربية البدنية و الرياضية ، عمان ، دار الثقافة للنشر ، 2006 م .
- 20- عطية محمد هنا ، اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة و الثانوية ، الكويت ، دار القلم ، 1986 م .
- 21- إبراهيم قشقوش ، سيكولوجيا المراهقة ، ط 1 ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1980 م .
- 22- بشير معمريه ، بحوث و دراسات متخصصة في علم النفس ، الجزء الاول ، الجزائر ، منشورات الحبر ، 2006 م .

### ❖ المذكرات و الرسائل:

- 1- إلياس لبوز : النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي و أثره على التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر 2016 / 2017 م .

- 2- إلياس لبوز ، النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي و أثره على التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ، ورقة ، مذكرة ماستر ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ، 2016 / 2017 م .
- 3- السويدي ، الأنشطة المدرسية اللاصفية و أهميتها في العملية التربوية ، رسالة ماجستير ، جامعة قطر ، 1997 م .
- 4- رويح كمال ، أثر ممارسة التربية البدنية و الرياضية في التوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق تلاميذ السنة أولى ثانوي ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر ، 2006/2007 م .
- 5- مخلفي رضاء ، أهمية التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التوافق النفسي و الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير ، جامعة الشلف ، 2008 م .
- 6- ماهر أحمد مصطفى البزم ، دور الأنشطة اللاصفية في تنمية قيم طلبة المرحلة الأساسية من وجهة نظر معلمهم ، رسالة ماجستير ، جامعة فلسطين ، 2010 م .
- 7- قوادري ابراهيم ، دور التربية البدنية والرياضية في تحقيق كلا البعدين التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي . رسالة ماجستير ، جامعة الشلف ، 2011 م .
- 8- دراسة رميلات أحمد ، دور الأنشطة اللاصفية للتربية الحركية في تطوير بعض العناصر البدنية ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر ، 2011/2012 م .
- 9- ميساء ندم ، الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي و الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الخامسة ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد الثالث ، المجلد الخامس ، 2012 م .
- 10- غالمي عمر ، هل حصة التربية البدنية و الرياضية تساهم في بناء العلاقات الاجتماعية ( التوافق و الانتماء ) لدى المراهقين ، مذكرة ماستر ، جامعة شلف ، 2012 م .
- 11- بوشاشي سامية ، السلوك العدواني و علاقته و بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طلبة الجامعة . رسالة ماجستير ، جامعة مولود معمري تيزي وزو ، 2013 م .
- 12- ربح صالح ، الإتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي و علاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي ، رسالة ماجستير ، جامعة الجزائر ، 2008/2009 م .
- 13- سمسوم علي ، انعكاسات النشاط البدني الرياضي التربوي على التوافق النفسي و الاجتماعي لدى المراهقين في التعليم الثانوي ، الجزائر العاصمة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة الجزائر 3 معهد التربية البدنية و الرياضية سيدي عبد الله زيرلدا ، 2013 م .

الملاحق

اختبار الشخصية لتوافق النفسي الاجتماعي للمرحلة المتوسطة

## جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني الرياضي التربوي

استمارة موجهة إلى التلاميذ المرحلة المتوسطة

الإكاملية : ..... القسم : .....  
الجنس : ذكر  انثى  السن : .....  
التعليمية :

اقرا كل سؤال من الاسئلة الاتية ثم أجب بوضع دائرة على الاجابة التي تنطبق عليك ليست هناك إجابات صحيحة و أخرى خاطئة في هذا الاختبار .

المطلوب منك أن تبين ما تشعر به و ما تفعله و أجب عن جميع الاسئلة ولا تترك سؤالا دون إجابة .

السنة الجامعية : 2020 / 2019

القسم الأول (التوافق النفسي):

1- الاعتماد على النفس :

لا	نعم	هل تستمر في العمل الذي تقوم به حتى و لو كنت متعبا ؟	01
لا	نعم	هل يصعب عليك أن تحتفظ بجدولك عندما تصبح الامور سيئة ؟	02
لا	نعم	هل تتضايق عندما يختلف معك الناس ؟	03
لا	نعم	هل تشعر بعدم الارتياح عندما تكون مع مجموعة من الناس لا تعرفهم ؟	04
لا	نعم	هل يصعب عليك أن تعترف بالخطأ اذا ما وقعت فيه ؟	05
لا	نعم	هل تجد أن من الضروري أن يذكرك شخص ما بعملك حتى تقوم به ؟	06
لا	نعم	هل تفكر عادة بنوع العمل الذي تود ان تقوم به ؟	07
لا	نعم	هل تشعر بالمضايقة عندما يهزأ بك زملائك في القسم ؟	08
لا	نعم	هل يصعب عليك أن تقابل الناس و أن تعرفهم بالآخرين ؟	09
لا	نعم	هل تعتقد من السهل عليك أن تقوم بما يخطئه لك أصحابك ؟	10
لا	نعم	هل تشعر عادة بالحزن على نفسك عندما يصيبك ضرر ؟	11

لا	نعم	هل تعتقد أن معظم الناس يحاولون السيطرة عليك ؟	12
لا	نعم	هل يصعب عليك التحدث إلى الناس ذوي المراكز العليا ؟	13
لا	نعم	هل تخسر عادة في اللعب ؟	14
لا	نعم	هل من عادتك أن تكمل ما تبدأ من اعمال ؟	15

## 2- الإحساس بالذاتية :

لا	نعم	هل تحضر حفلات من هم في سنك ؟	01
لا	نعم	هل تعتقد أن معظم الناس سيئين ؟	02
لا	نعم	هل يعتقد معظم زملائك أنك شجاع ؟	03
لا	نعم	هل يطلب منك عادة ان تساعد في اعداد الحفلات ؟	04
لا	نعم	هل يعتقد الناس ان لك افكار جيدة ؟	05
لا	نعم	هل يهتم زملائك عادة بما تقوم به من اعمال ؟	06
لا	نعم	هل تعتقد ان الناس يظلمونك عادة ؟	07
لا	نعم	هل يظن زملائك في القسم أنك ذكي مثلهم ؟	08
لا	نعم	هل يفرح الزملاء عندما تكون معهم ؟	09
لا	نعم	هل تعتقد أنك محبوب عند زملائك ؟	10
لا	نعم	هل تعتقد انه من الصعب عليك ان تنجز ما تقوم به من عمل ؟	11
لا	نعم	هل تشعر ان الناس لا يعاملونك بما ينبغي ؟	12
لا	نعم	هل تعتقد ان معظم الناس الذين تعرفهم لا يحبونك ؟	13
لا	نعم	هل تعتقد أن الناس يظنون أنك سوف تنجح في عملك عندما تكبر ؟	14
لا	نعم	هل تعتقد أن الناس لا يعاملونك معاملة حسنة ؟	15

## القسم الثاني ( التوافق الاجتماعي ) :

### 1- اعتراف المراهق بالمستويات الاجتماعية :

لا	نعم	هل من الصواب ان يجتنب الانسان العمل الذي يجب عليه عمله ؟	01
لا	نعم	هل من الضروري دائما أن تحافظ على وعودك و مواعيدك ؟	02
لا	نعم	هل من الضروري أن تكون رحيما نحو من لا تحبهم ؟	03
لا	نعم	هل من الصواب ان تسخر ممن لديهم آراء شادة ؟	04
لا	نعم	هل من الضروري أن يكون الانسان مجاملا للأغبياء ؟	05
لا	نعم	هل من حق الطالب أن يحتفظ بالأشياء التي يجدها ؟	06
لا	نعم	هل من حق الناس أن يطلبوا من الآخرين ألا يتدخلوا في شؤونهم ؟	07
لا	نعم	هل ينبغي دائما على الانسان أن يشكر الآخرين بالمجاملات البسيطة حتى ولو لم تفد أحد ؟	08

09	هل من الصواب ان تأخذ الاشياء التي أنت في حاجة ماسة إليها إذا لم يكن لديك نقود؟	نعم	لا
10	هل ينبغي أن يعاملك أصحابك معاملة أفضل من معاملة من هم افضل منك؟	نعم	لا
11	هل يصح أن تضحك من الذين في مأزق إذا كانت منظرهم باعثا للضحك؟	نعم	لا
12	هل من المهم أن يتودد الانسان لجميع التلاميذ الجدد؟	نعم	لا
13	هل من الصواب أن يضحك الانسان على الاخرين إذا كانت اعتقاداتهم ضعيفة؟	نعم	لا
14	إذا عرفت أنك لن تنضبط و أنت تغش فهل تفعل ذلك؟	نعم	لا
15	هل من الصواب أن تثور إذا رفض والدك أن يدعك تذهب إلى السينما أو إلى حفلة من الحفلات؟	نعم	لا

## 2- اكتساب المراهق للمهارات الاجتماعية :

01	هل من السهل عليك ان تتذكر أسماء من تقابلهم؟	نعم	لا
02	هل تجد أن معظم الناس يتكلمون كثيرا لدرجة أنك تضطر إلى مقاطعتهم حتى تقول ما تريده؟	نعم	لا
03	هل تفضل أن تقيم حفلات في منزلك؟	نعم	لا
04	هل تستمتع عادة بالحديث مع من تقابلهم لأول مرة؟	نعم	لا
05	هل تجد عادة أن الإحسان جزاء الإحسان؟	نعم	لا
06	هل تجد من السهل عليك أن تحي حفلة بدأت تصبح مملة؟	نعم	لا
07	هل يمكنك أن تخفي مضايقتك إذا هزمت في لعبة من الألعاب دون أن يغير الناس بذلك؟	نعم	لا
08	هل تعرف الناس بعضهم ببعض عادة؟	نعم	لا
09	هل تجد من الصعب أن تساعد في إعداد الحفلات و غيرها من الاجتماعات؟	نعم	لا
10	هل من السهل أن تكون صدقات جديدة؟	نعم	لا
11	هل ترغب عادة في أن تشترك في بعض المباريات في المناسبات الإجتماعية حتى و لو لم تكن قد اشتركت في هذه المباريات من قبل؟	نعم	لا
12	هل من الصعب عليك أن توجه عبارات رقيقة إلى من يحسن التصرف؟	نعم	لا
13	هل تجد من السهل أن تساعد زملائك في القسم حتى يستمتعوا بالحفلات و يحضرونها؟	نعم	لا
14	هل تبدأ بالتحدث عادة إلى زملائك الجدد عندما تقابلهم؟	نعم	لا
15	عندما يضايقك الناس هل تكتم ذلك في نفسك عادة؟	نعم	لا

## نتيجة الفرضية ج 1:

### Statistiques sur échantillon unique

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الاعتماد على النفس	100	8.1200	2.16156	.21616

### Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 11.25					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
الاعتماد على النفس	-14.480-	99	.000	-3.13000-	-3.5589-	-2.7011-

## نتيجة الفرضية ج 2:

### Statistiques sur échantillon unique

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الاحساس بالذات	100	9.1100	1.94310	.19431

### Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 11.25					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
الاحساس بالذات	-11.013-	99	.000	-2.14000-	-2.5256-	-1.7544-

## نتيجة الفرضية ج 3 :

### Statistiques sur échantillon unique

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
المسؤوليات الاجتماعية	100	6.0400	1.88519	.18852



**Test sur échantillon unique**

	Valeur du test = 11.25					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
المسؤوليات الاجتماعية	-27.636-	99	.000	-5.21000-	-5.5841-	-4.8359-

نتيجة الفرضية ج 4 :

**Statistiques sur échantillon unique**

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
المهارات الاجتماعية	100	9.4600	2.06667	.20667

**Test sur échantillon unique**

	Valeur du test = 11.25					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
المهارات الاجتماعية	-8.661-	99	.000	-1.79000-	-2.2001-	-1.3799-