

إهداء:

إلى التي سهرت وربت وتعبت وابتسمت لبسمتي ودمعت لحزني أُمي أطال الله في عمرها،
ووالدي حفظه الله ورعاه إلى الجدة الحنونة، إلى زوجتي وابنتي الغالية عائشة، إلى إخوتي
وأخواتي إلى كل الأصدقاء طرمون ، احمد ، عبد القادر، عبد الله، عبد القهار ، سحنون ، بن
علي ، سليمان ، يوسف ، إدريس، العربي ، الى الأخوال والخالات، الأعمام والعمات، وإلى كل
العائلة، إلى زملاء المعهد جميعا دون استثناء خاصة حمود ، السائح ، هشام، ياسين ، سيبويه،
وإلى أساتذة وعمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وجامعة قاصدي مرباح
ورقلة .

وإلى كل من أسدى بنصيحة أو أدلى برأي في إنجاز هذه الدراسة.

الطالب: همال عبد القادر

إهداء:

إلى الوالدين الكريمين اللذان كانا لي سنداً ودعماً في هتة الحياة، غالى التي سهرت وربت
وتعبت وابتسمت لبسمتي ودمعت لحزني جدتي الغالية أطل الله في عمرها، ، إلى إخوتي
وأخواتي إلى كل رفقاء الدرب عبد المالك ، مناد ، أيوب، يحي، محمد علي ، خالد ، فواز ،
يعقوب، عبد المنعم ، إلى الأخوال والخالات، الأعمام والعلمات، وإلى كل العائلة، إلى زملاء
المعهد جميعاً دون استثناء خاصة حمود ، عبد القادر ، هشام، ياسين ، سيبويه، وإلى أساتذة
وعمال معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وجامعة قاصدي مرباح ورقلة .
وإلى كل من أسدى بنصيحة أو أدلى برأي في إنجاز هذه الدراسة.

الطالب: حود ميسة محمد السائح

كلمة شكر وتقدير

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله صلى الله عليه وسلم
بداية نشكر الله عز وجل الذي ساعدنا في إكمال مهمتنا وكامل الشكر والتقدير إلى الأستاذ
زيناى بلال الذي لم يبخل بأي شيء دون أن ننسى دكاترة المعهد دون استثناء وأساتذته
المحترمين وإلى كل الأساتذة المحترمين بجامعة قاصدي مرباح وإلى كل الأصدقاء والزملاء،
إلى كل من نسيناه في إعداد المذكرة.

الملخص:

عنوان البحث الحالي هو " أهمية التربية البدنية والرياضية لتحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية الرويسات دراسة متمحورة حول البعد النفسي الاجتماعي .

فقد تمكن الباحثان بعون الله وتوفيقه من إتمام هذا البحث الذي يهدف إلى محاولة الوقوف على مدى أهمية التربية البدنية والرياضة في الثانوية ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه ومحاولة الوقوف على مشاكل التلاميذ في سن المراهقة، ووضع الأسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية كما يهدف إلى التعرف على الممارسين والغير الممارسين للتربية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية.

وطبقت الدراسة على عينة عشوائية بلغت 100 تلميذ 50 مارس لتربية البدنية والرياضة و 50 غير ممارسين لها في المرحلة الثانوية بالرويسات، واستخدم الباحثان مقياس التوافق النفسي الاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان والي سنة 2007 م.

كما استخدم الباحثان معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين المتفرقين، حيث أظهرت النتائج أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضة يتميزون عن غيرهم الغير الممارسين في جميع أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

وتم توظيف اختبار " ت " " T " عند مستوى الدالة 0.05 لتحديد الفروق بين الممارسين والغير الممارسين، حيث توصلت النتائج إلى وجود فروق بين الممارسين والغير الممارسين في كافة الأبعاد وهذا ما يؤكد صحة الفرضيات المطروحة.

وخرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات أهمها تشجيع الممارسة الرياضية المستمرة التي تساهم في خفض درجة العدوانية وخلق السمات الإيجابية ومحاولة تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي من خلال التربية البدنية والرياضية.

الكلمات المفتاحية: التربية البدنية والرياضية، التوافق النفسي الاجتماعي، المرحلة الثانوية.

Abstract

The extent to which physical and sports to achieve social psychological adjustment of secondary education students - ROUISSAT - a study focusing on the psychosocial dimension.

The researcher may God help and advice to complete this research , which aims to try to stand on the importance of physical education in high school and the extent of its contribution to the preparation of individual interest in all its aspects and to try to identify the problems of students at the age of adolescence and family situation of education in the right way to know the status of education and sport in the education system the fight against the problems of high school students also aims to identify non-practitioners and practitioners of education degree in the social psychological adjustment of secondary schoolstudents

And implemented a study on a random sample of 100 students 50 practitioners of physical education and sports and 50 non- practitioners in the secondary stage for some secondary schools ROUISSAT , the researcher and the use of psycho -social measure compatibility prepared by the Egyptian scholar, " Rasha Abdel Rahman and 2007.

The researcher used the correlation coefficient raises to reveal the relationship between scattered , where the results showed that the practice of students of physical education and sports differ from other non- practitioners in all aspects of the social psychological adjustment. Were recruited test "T" " T " function at the 0.05 level to identify the differences between practitioners and non- practitioners, which results in the existence of differences between practitioners and non- practitioners in all dimensions , which confirms the validity of assumptions

The study was released the largest set of recommendations to encourage the practice of sports that have continued to contribute to reduce the level of aggression and the creation of positive features and try to reach a social consensus through denial of physical education and sports .

Key Words: Physical Education and Sports, Compatibility psychosocial, Secondary.

الفهرس

	الإهداء
	كلمة شكر
	الملخص
	الفهرس
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
أ-ب	مقدمة
	الجانب النظري
	الفصل الاول: مدخل عام لدراسة
01	الإشكالية
04	الإشكالية العامة
04	الأسئلة الجزئية
04	الفرضيات
04	الفرضية العامة
04	الفرضيات الجزئية
05	أهداف الدراسة
05	أهمية الدراسة
05	الأهمية النظرية
06	الأهمية التطبيقية
06	أسباب اختيار الموضوع
06	تحديد مفاهيم و مصطلحات الدراسة
07	التربية البدنية والرياضية

07	التوافق النفسي
07	التوافق الاجتماعي
07	المراهقة
07	التوافق
09	أهم النظريات المفسرة
09	الاتجاه النفسي (الشخصي)
10	الاتجاه الاجتماعي
11	الاتجاه النفسي الاجتماعي (التكاملي)
	الفصل الثاني : الدراسات السابقة
13	الدراسات العربية
18	الدراسات الأجنبية
19	نقد مناقشة وتحليل الدراسات السابقة
21	الخلاصة
	الجانب التطبيقي
	الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية
24	تمهيد
24	المنهج المتبع
25	الدراسة الاستطلاعية
25	مجالات الدراسة
25	المجال الزمني
25	المجال المكاني
26	عينة البحث
26	تحديد متغيرات الدراسة

26	المتغير المستقل
26	المتغير التابع
26	أدوات الدراسة
26	مقياس التوافق النفسي والاجتماعي
27	التوافق النفسي
27	البعد الأول المهارات الشخصية
27	البعد الثاني الإحساس بالقيمة الذاتية
27	البعد الثالث الاعتماد عن النفس
27	البعد الرابع من الميل إلى الانفراد
27	البعد الخامس الحالة الصحية
27	البعد السادس الحالة الانفعالية
28	التوافق الاجتماعي
28	البعد السابع اللياقة في التعامل مع الآخرين
28	البعد الثامن الامتثال للجماعة
28	البعد التاسع القدرة على القيادة
28	البعد العاشر العلاقات في الأسرة
28	البعد الحادي عشر العلاقات في المدرسة
28	البعد الثاني عشر العلاقات في البيئة المحيطة
30	الأساليب و التقنيات الإحصائية المستخدمة في الدراسة
30	اختبار T.test
30	معامل الارتباط بيرسون
30	المتوسط الحسابي
31	الانحراف المعياري

31	صدق وثبات القياس
33	خلاصة
	الفصل الرابع: عرض وتحليل النتائج
35	عرض النتائج وتحليلها
35	الفرضية الجزئية الأولى
37	التحليل والمناقشة لأبعاد التوافق النفسي
37	البعد الأول المهارات الشخصية
37	البعد الثاني الإحساس بالقيمة الذاتية
37	البعد الثالث الاعتماد على النفس
38	البعد الرابع التحرر من الميل إلى الإنفراد
38	البعد الخامس الحالة الصحية
38	البعد السادس الحالة الانفعالية
40	الفرضية الجزئية الثانية
42	التحليل والمناقشة لأبعاد التوافق الاجتماعي
42	البعد السابع اللياقة في التعامل مع الآخرين
42	البعد الثامن الامتثال للجماعة
43	البعد التاسع القدرة على القيادة
43	البعد العاشر العلاقات مع الأسرة
43	البعد الحادي عشر العلاقات في الدراسة
43	البعد الثاني عشر العلاقات في البيئة المحيطة
47	مناقشة الفرضية الجزئية الأولى
47	مناقشة الفرضية الجزئية الثانية
49	إستنتاج عام

50	الاقتراحات
52	الخاتمة
	المراجع.
	الملاحق

قائمة الجداول:

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
29	يمثل توزيع العبارات في كل بعد	01
32	توضيح معامل الصدق الذاتي للاختيار	02
32	يوضح ثبات كل بعد مقارنة بالمقياس	03
35	يمثل الدلالة الإحصائية للفروق بين الممارسين وغير الممارسين	04
39	يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق النفسي	05
40	يمثل الدلالة الإحصائية للفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق الاجتماعي	06
44	يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة بمقياس التوافق النفسي الاجتماعي	07
45	يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق النفسي الاجتماعي	08

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
36	يمثل الدلالة الإحصائية للفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق النفسي	01
39	يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق النفسي	02
42	يمثل الدلالة الإحصائية للفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق الاجتماعي	03
44	يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق الاجتماعي	04
46	يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة بمقياس التوافق النفسي الاجتماعي	05

مقدمة:

لا يختلف اثنان عن ثلاثة على أن الإنسان يمر بحلاقات متسلسلة أثناء نموه الوحدة تكمل الأخرى ويقطع خلالها أشواط من التقدم والرقى في ميادين مختلفة من الحياة ويتفق علماء النفس ودارسوا السلوك الاجتماعي على أن التوافق بأبعاده المختلفة يعد من المعايير الأساسية ومن أبرز العوامل في إحراز الارتقاء الحضاري نظرا لما يحققه من توافق نفسي اجتماعي للفرد في إطار علاقته بذاته وبالجمتمع ، وموضوع التوافق كان وما زال محور العديد من الدراسات التي تهدف له بالبحث والتحليل نظرا لما يحققه من طور وارتقاء على الصعيدين النفسي والاجتماعي في جوهر نتائج عمليات مستمرة من التوافق والاستعدادات الفطرية للفرد، وعناصر التنشئة الاجتماعية خلال مراحل النمو المتعاقبة.

وتعد التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة لكونها تعتني وتراعي الجسم وصحته، وتهدف إلى إعداد المواطن الصالح جسديا، عقليا، وخلقيا، وقادر على الإنتاج والقيام بواجباته نحو مجتمعه ووطنه، كما هناك مفهوم آخر للتربية البدنية والرياضية " أنها مجموعة الأنشطة والمهارات والفنون التي يتضمنها البرنامج بمختلف مراحل التعليم، وتهدف إلى اكتساب التلميذ مهارات وأدوات تساعد على عملية التعليم، وترمي التربية البدنية إلى العناية بالكفاية البدنية أي صحة الجسم ونشاطه، رشاقته وقوته، كما تهتم بنمو الجسم وقيام أجهزته بوظائفها"¹.

فالتربية البدنية الرياضة هي نظام مستحدث يستغل وينظم الغريزة الفطرية للعب وذلك من خلال أهداف تربوية اجتماعية كانت بدنية أو سلوكية، كما تعتبر منظومة التربية البدنية الرياضية محور بالغ الأهمية من العملية التربوية، فمفهومها يشمل الهدف التربوي ثم الهدف التعليمي².

ولذلك نجد أنها تخص بمكانة خاصة في المنظومة التربوية الشاملة، حيث أن السلطات الوطنية وبكل أجهزتها المختلفة ساهمت في توطيد أركان هذه المادة حيث تم تعميم التربية البدنية والرياضية داخل المدارس، وتدعيم الأنشطة الرياضية في الثانويات والجمعيات وتكوين إطارات وتكليف اختصاصاتهم مع طبيعة ومتطلبات كل نوع من الرياضة. ومن أهم العلوم المتطورة اليوم نجد التربية التي تهتم بتكوين فرد صالح يخدم نفسه ومجتمعه، فالتربية في المجال الرياضي تعتني بشخصية الفرد وهذا بتنمية جميع جوانبه النفسية، الاجتماعية الروحية والبدنية، لذا يظهر جليا الدور

¹ - أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضة. القاهرة، 1996، ص 39.

² علي احمد مذكور، مناهج التربية ، اسسها وتطبيقها . دار الفكر ، ط1، سنة 1998 ، ص30.

الهام الذي تلعبه حصة التربية البدنية والرياضية في هذا السياق وذلك بتعليم وتزويد الطفل أو المراهق بمختلف المهارات والخبرات الحركية المرافقة ببذل جهد بدني وعقلي منظم، ضمن نشاط يتماشى واحتياجات التلميذ المراهق خلال مراحل نموه المتميزة بميوله الشديد نحو اللعب¹.

وتمثل التربية البدنية والرياضية حاجة هامة لصحة الفرد النفسية لتحقيق التوافق بأبعاده المختلفة لدى هذه الفئة، بالنظر المتعة التي تجلبها للمراهق من خلال الفرص التي تتيحها له لإشباع مختلف الرغبات والحاجات التي يتطلبها النمو في هذه المرحلة بصفة مقبولة اجتماعيا كالحاجة إلى الانتماء، الحاجة إلى الاستقلال، الحاجة إلى إثبات النفس². لتحقيق حاجة التلميذ المراهق تم إدماج التربية البدنية والرياضية من جهة، ومن جهة أخرى لتحقيق التوافق النفسي الاجتماعي، لذا أردنا أن تكون دراستنا تتمحور حول مساهمة التربية البدنية و الرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي في مرحلة التعليم الثانوي في الجزائر.

وعليه سوف نتطرق في بحثنا هذا وبعد الإلمام ببعض المفاهيم الأساسية والمصطلحات لغرض تحقيق هذه الدراسة إلى، الجانب النظري الذي ينقسم إلى فصلين.

ففي الفصل الأول سنتطرق إلى الإشكالية المطروحة، الفرضيات، الهدف من الدراسة، أهمية الدراسة، أسباب اختيارنا للموضوع، تحديد المفاهيم والمصطلحات، وأهم النظريات والاتجاهات المفسرة للتوافق النفسي والاجتماعي والدراسات السابقة.

أما الفصل الثاني فسنستطرق إلى الدراسات السابقة والمشاهدة، تحليلها ونقدها، بعد هذا ننتقل إلى الجانب التطبيقي الذي بدوره ينقسم إلى فصلين هما :

الفصل الثالث والذي سيشمل الخلفية المعرفية التطبيقية، وتتمثل في منهجية البحث وإجراءاته الميدانية، أما الفصل الرابع فيتضمن عرض و تحليل ومناقشة النتائج، وفي الأخير نتطرق إلى استنتاج عام، خاتمة، وتوصيات واقتراحات ختمنا بها دراستنا هذه.

¹ - غياث بوتلجة ، **اهداف التربية وطرق تحقيقها** . د.د.ج ، الجزائر : 1989، ص 61

² - راجع يركي ، **اصول التربية والتعليم** . ط2 : الجزائر : 1990 ، ص 18

الجانب

النظرية

الفصل الأول

مدخل عام للدراسة

1 الإشكالية:

لقد تميز عصرنا الحالي بكثير من المظاهر التي لم تكن موجودة في العصور السابقة والتي بلغت فيها الاكتشافات العلمية أرقى مستوياتها، وتوصل الإنسان إلى علاج عدة أمراض كانت تفتك بالمجتمعات¹. لكن مع كل مظاهر هذه الحضارة الغربية إلا أن البشرية تعاني أزمة اجتماعية وأخلاقية تجعلها لا تهتم إلى ما وصلت إليه من إنجازات عملية، ومن هنا فإن المفكرون الغربيون قد اقرؤا بعدم قدرة حضارتهم بصفة عامة وقطاع التربية بصفة خاصة في تكوين مجتمع متوازن لا يطغى فيه الجانب المادي على الجانب الروحي وللأسف هذا ما ينطبق على المجتمعات المسلمة، حيث تسربت إليها مظاهر السلبية فأهلكتها فكان الضحية هو الشاب المراهق الذي أصبح يستقبل كل ما هو غربي لانخداعه بمظاهر تلك الحضارة الغربية، فبقي هذا الشاب تائه، لم يجد للخلاص سبيل في مجتمع تكاثرت فيه عوامل الفشل والانحراف بالإضافة إلى المرحلة التي يمر بها في نموه وهي المراهقة والتي كثرت التفسيرات حولها، إذ يعتبرها البعض مرحلة من مراحل النمو لها خصائصها التي تميزها عن باقي المراحل، وهي الجسر الذي يمر من خلاله الفرد من مرحلة الطفولة إلى الرشد، وتعد أكثر المراحل صعوبة وتعقيدا لما فيها من تغيرات في جوانب شخصية، وأيضا لكونه يعيش في مجتمع لا يوفر له البيئة الصالحة لاستقامته مما أدى به إلى عدم التكيف مع محيطه والوقوع في أزمات نفسية تربوية كان لها تأثير على المراهق من جهة وعلى المجتمع من جهة أخرى². ولقد ازداد الاهتمام في السنوات الأخيرة بحل المشكلات في إطار سيكولوجية التفكير والابتكار، وتحلى طريقة حل المشكلات بتحديد المشكلة كإحدى أهم الطرائق لتنمية التفكير في أن الباحث في شروط الموقف الإشكالية يكشف عناصر جديدة وينمي أساليب مألوفة ويختبر فرضيات وتوقعات من صنعه هو³. إن مرحلة المراهقة من أصعب المراحل العمرية التي يمر بها الفرد خلال حياته، حيث يتعرض فيها إلى مشاكل نفسية واجتماعية نتيجة لعدة تغيرات، تطرأ عليه في هذه المرحلة فتختلف هذه الأزمة العابرة في درجتها باختلاف

¹ - بسيوني محمد عوض: يصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية الجزائرية. ط2، و.م.ج، 1992، ص39

² - - بسيوني محمد عوض: يصل ياسين الشاطي، نفس المصدر، ص41.

³ - شفيق زكي محمد، البحث العلمي الخطوات والمنهج لإعداد البحوث الاجتماعية. مصر: المكتب الجامعي، 1985، ص56.

ظروف الفرد ومدى عدته لاستقبالها، فيصبح المراهق يثور لأتفه الأسباب، فنجدته يبحث عن الاستقلالية والطمأنينة والاندماج الاجتماعي أمام ضغوطات الأسرة من جهة والمحيط أو المجتمع من جهة⁴.

يتعرض المراهق لتغيرات مختلفة التي تجعله في صراع مع نفسه ومع المحيطين به، فيصبح عنيفا وقلقا وغير مستقر وهذا ما يدفعه إلى اتخاذ أسلوب قد يلحق الضرر بنفسه، ويحاول التأكيد عن إنهاء حاجاته بإنهاء العلاقات الاجتماعية المكونة مع مختلف الجماعات⁵.

وبمارس المراهق في الثانوية التربية البدنية والرياضية، والتي تسعى إلى تحقيق التربية بمفهومها الشامل، التي تتضمن التربية البدنية والصحية والنفسية والاجتماعية، إلا أننا نجد هذه المادة في مختلف الأطوار مهمشة لكونها غير أساسية كما إن حجمها الساعي ساعتان في الأسبوع، كما نجد الاهتمام بالمواد الدراسية الأخرى على حساب مادة التربية البدنية من طرف أغلب شرائح المجتمع بما فيها الطبقة المتعلمة، ومنه ارتأينا أن نسلط الضوء على أهمية التربية البدنية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي للمراهق الذي يمر بمرحلة تنشأ فيها بعض الصعوبات التي ينتج عنها قلة تقدير الذات والعزلة عن المجتمع، وكثرة الارتباك والاضطرابات السلوكية، فهناك دراسة قام بها "أمارداكا" حيث يقول "إن اللعب يعطي ويعكس الحياة النفسية للطفل بحيث يعتبر هو المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل من أجل تفريغ كل الضغوطات والشحون والغرائز المكبوتة"⁶.

واهتم كل من "طاش" و "يوردو" بخصائص السلوك والدور الاجتماعي وبيّنوا أهمية الممارسة الرياضية للمراهق، إذ يلجأ المراهق إلى ممارسة النشاطات البدنية والرياضية قصد التخفيف من الاضطرابات النفسية والمشاكل الاجتماعية⁷.

تعتبر التربية البدنية والرياضية أسلوبا لتنمية الذات، ووسيلة لتدعيم الصحة النفسية للممارس، كما أنها تتيح له حياة اجتماعية تخضع للتنظيم والتوجيه، مميزة بمواقف وتفاعلات اجتماعية بناءة، مما تشكل تدريجا على الحياة الاجتماعية الناجحة وتدعيما لها، كما تساعد على التفتح والنمو الاجتماعي السليم لشخصية الممارس، كما تعتبر

⁴ - إسماعيل محمد عماد الدين، **النمو في فترة المراهقة**. الكويت: دار القلم، 1986، ص29.

⁵ - إسماعيل محمد عماد الدين، نفس المصدر، ص33.

⁶ - إسماعيل محمد عماد الدين، نفس المصدر، ص33.

⁷ - دسوقي كمال: **علم النفس ودراسة التوافق**. ط2، مصر: 1976، ص47.

التربية البدنية مصدراً لمجاهة الأزمات النفسية التي تطرأ على الإنسان مع الاحساس الإيجابي بالسعادة، والنشاط والحركة، فأصبحت المدرسة في هذا العصر مؤسسة اجتماعية تهيئ الفرص لتحقيق النمو المتكامل لنشأ والبيئة المحيطة بهم، وذلك بإعداد الفرد حتى يكون مواطناً صالحاً منتجاً يستطيع النهوض بالمجتمع في جميع مفاهيم حياته. فالتربية البدنية والرياضية العامل الفعال الذي لا يتخلى عنه التلاميذ وهذا راجع لأهميتها الفيزيولوجية، والاجتماعية والنفسية خاصة لمرحلة التعليم الثانوي التي أكد عليها علماء النفس أنها حالة قلق وتوتر نفسي للمراهق وهذا راجع إلى النمو البيولوجي السريع.⁸

وتعتبر هذه المرحلة مرحلة التعليم الثانوي هي فترة مراهقة والتي تعني محاولة المراهق الانتقال من كائن يعتمد على آخرين إلى راشد ومستقل متكيف مع ذاته، حيث تعرف هذه الفترة تطورات جديدة لا تقتصر على الأعضاء الجنسية فقط وإنما تنعكسها إلى كمال الجسم، كما تعرف أيضاً تغيرات نفسية وعاطفية وعقلية مع ظهور مشاكل في أوجه التطوير النفسي، وإذا كانت هذه المشاكل راجعة إلى أسباب نفسية، اجتماعية أو عضوية فإن بعضها الآخر راجع إلى الاضطرابات في الرعاية أو الإهمال التربوي مثل التربية البدنية والرياضية.⁹

فقد اتفق كل من "رتشارد لورمان وفرويد" سنة 1883 على أن اللعب والنشاط الرياضي كمخفض للقلق الذي هو وليد الإحباط وهذا الأخير من شأنه أن يعرقل الطاقة الغريزية للنمو، فعن طريق اللعب يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة اجتماعية مقبولة إذ يستطيع المراهق الوصول إلى حل أو على الأقل التحكم في مراعاته النفسية ويتمكن من تقسيم وتقويم إمكاناته الفكرية والعاطفية والبدنية ومحاولة تطويرها باستمرار. لذا تحتاج هذه الفئة إلى رعاية كبيرة، وبهذا النشاط الرياضي يتعلم التلاميذ بعض الألعاب لتحقيق أفضل النتائج مستقبلاً.¹⁰

⁸ - الخولي أنور أمين: أصول التربية البدنية، والرياضية، المدخل التاريخي والفلسفة. ط1، دار الفكر العربي، 1998، ص18.

⁹ - إسماعيل محمد عماد الدين، النمو في فترة المراهقة. الكويت: دار القلم، 1986، ص29.

¹⁰ - زيدان مصطفى، النمو النفسي للطفل والمراهقة والأسس الصحيحة. ط1، جدة: دار الشرق، ب.ت، ص53.

التربية البدنية والرياضية يراها المختصون جزء لا يتجزأ عن باقي العلوم الأخرى باعتبارها تحقق توافقاً نفسياً واجتماعياً لمستقبل أفضل من حيث النتائج، وبناءً على هذه التقديمات النظرية لموضوعنا نجد أنفسنا أمام التساؤل الآتي:

ما مدى أهمية التربية البدنية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية (المراهقة) ؟

1-1 الإشكالية العامة:

- هل هناك فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في كلا البعدين النفسي والاجتماعي في مرحلة التعليم الثانوي؟.

2-1 الأسئلة الجزئية:

- هل هناك فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد التوافق النفسي في مرحلة التعليم الثانوي؟.

- هل هناك فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد التوافق الاجتماعي في مرحلة التعليم الثانوي؟.

2 - الفرضيات:

تعرف الفرضية على أنها ذلك الحل المسبق لإشكالية البحث وهناك من يرى أن فروض البحث هي تنبؤ لعلاقة قائمة بين المتغيرين كما أن الفرضية هي أيضاً نقطة التحول من البناء النظري إلى التصميم التجريبي للإجابة على الإشكالية القائمة وبناءً على التساؤلات الواردة في الإشكالية والأهداف التي يمكن دراستها وضعت الفرضيات التالية:

1-2 الفرضية العامة:

توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في كلا البعدين التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي في مرحلة التعليم الثانوي.

2-2 الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد التوافق النفسي في مرحلة التعليم الثانوي.

توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد التوافق الاجتماعي في مرحلة التعليم الثانوي.

3- أهداف الدراسة:

إن أهم هدف من هذه الدراسة هو محاولة الوقوف على مدى أهمية التربية البدنية والرياضية في الثانوية ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه، وكذلك الهدف من هذا البحث هو محاولة الوقوف على مشاكل التلاميذ في سن المراهقة وأيضاً مساعدة الأسرة ولو بشيء قليل في تفهم أبنائهم في هذه المرحلة وكيفية التعامل معها، كذلك الهدف من الدراسة هو وضع الأسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية، وتفهم المراحل التي يمر بها المراهق وأيضاً مدى تأثيرها على النمو النفسي والاجتماعي للمراهق لأنه يحاول أن يتحرر من قيود الأسرة لفرض شخصيته.

والتعرف على الممارسين والغير الممارسين للتربية البدنية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

4- أهمية الدراسة:

حيث أن الدراسة الحالية تبحث في أهمية التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من التلاميذ في الطور الثانوي فان أهمية البحث تظهر في الجوانب التالية:

4-1 الأهمية النظرية:

- تناولها لإحدى الموضوعات البحثية المهمة في مجال علم النفس وهو التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي اللذان يعتبران من مشاكل المراهقة وذلك في علاقته بالتربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وأثرها على نمو شخصياتهم وتكوينها، وما لذلك من تأثير على صحتهم النفسية وكذلك في تطوير العلاقات الاجتماعية والاندماج الاجتماعي.

- تفيد الدراسة في إبراز أهمية التربية البدنية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي في المرحلة الثانوية.

- توفير بعض المعلومات عن طبيعة دور الأسرة خلال تنشئة أبنائها محاولة لتجنيبهم سوء التوافق النفسي في مرحلة عمرية حرجة مثل مرحلة المراهقة.

4-2 الأهمية التطبيقية:

- تساعد نتائج هذه الدراسة على إظهار أهمية التربية البدنية والرياضية ودورها في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي، ومن ثم الاستفادة من نتائج الدراسة في توجيه الأساتذة ليمكنوا من ممارسة دورهم وتحقيق النمو السوي للأبناء.
- تزيد من أهمية هذه الدراسة أنها تجري في البيئة الجزائرية وبخاصة على تلاميذ المرحلة الثانوية الذين يحظون بعناية كبيرة من طرف المجتمع.
- الإضافة العلمية في هذا المجال خاصة في البيئة الجزائرية التي تفتقر لمثل هذه الدراسات.

5- أسباب اختيار الموضوع:

- هناك جملة من الأسباب التي دفعتنا إلى اختيار الموضوع نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر ما يلي:
- الميل الشخصي للموضوع.
 - التعرف على المشاكل النفسية والاجتماعية التي يعاني منها تلميذ المرحلة الثانوية ودور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل منها.
 - معرفة الصعوبات والعراقيل التي يواجهها التلاميذ المراهقين في مختلف الثانويات.
 - قلة الدراسات التي تناولت هذا الموضوع.
 - إعطاء أهمية بالغة لهذه الشريحة من طرف المربين.
 - تحسيس القارئ بمدى أهمية المواضيع النفسية في المجال التدريسي والرياضي.
 - تزويد المكتبة بالبحوث العلمية التي تخدم المراهقين وتسهل البحوث للقراء.

6- تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

- يعد تحديد المصطلحات عمل علمي ومنهجي يتطلبه كل بحث أو دراسة علمية وقد لجأنا لتحديد هذه المصطلحات بغية نزع اللبس والغموض عليها كي يتسنى للقارئ فهمها بكل وضوح.

6-1 التربية البدنية والرياضية:

يقصد بها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية، إذ تعتبر إحدى فروع التربية العامة والتي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة والتي تعمل على تكييف الفرد بما يتلاءم وحاجاته والمجتمع الذي يعيش فيه، وتعمل على تقويم سلوكه العام وتطويره¹¹.

6-2 التوافق النفسي:

التوافق النفسي عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يتضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة¹².

6-3 التوافق الاجتماعي:

يتضمن السعادة مع الآخر والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي، وتقبل التغيير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية¹³.

6-4 المراهقة:

هي مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد وهي من المراحل الحساسة في حياة كل فرد لما يحدث فيها من تغيرات فيزيولوجية وجسمية مفاجئة تترتب عنها توترات انفعالية وتكثر فيها المشاكل النفسية والاجتماعية التي غالبا ما تعكر حياة المراهق وتتطلب من المحيطين به التدخل¹⁴.

6-5 التوافق:

تذهب أغلب التعاريف الواردة في علم النفس إلى أن مفهوم وأصل التوافق مشتق من علم الأحياء والبيولوجيا، ويؤكد على ذلك "لازاروس" في قوله "إن مفهوم التكيف انبثق من علم الأحياء"، وهو ما يؤكد داروين في نظرية

¹¹ - أحمد مختار عضاضة، التربية العلمية التطبيقية في المدارس التكميلية . ط3، بيروت: مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر، ب.س، ص123.

¹² - أحمد مختار عضاضة، نفس المصدر

¹³ - حامد عبد السلام زهران: علم النفس الاجتماعي. ط5، القاهرة: علم الكتب، 1984، ص29.

¹⁴ - مصطفى زيدان، النمو النفسي للطفل والمراهقة والأسس الصحيحة. ط1، جدة: دار الشرق، ب.ت، ص62.

النشوء والإرتقاء"، وقد عدله من قبل علماء النفس ويسمى التوافق بدل التكيف، ويؤكد على كفاح الفرد من أجل العيش والبقاء.¹⁵

ويشير هذا التعريف نقطة هامة تتمثل في الاختلاف حول مدلول كل من مفهومي التكيف والتوافق عند البعض من علماء النفس، والمهتمين بالسلوك الإنساني.

فالتكيف كما يقول "جون بياجى" هو عملية تتم عن طريق تحقيق التوازن بين مظهرين من مظاهر التفاعل بين الفرد والبيئة، فالفرد أما أن يدخل على سلوكه التعديل، مما يساعده على تحقيق التوازن بين سلوكه، وبين ظروف البيئة المحيطة به بكل مطالبها، أما أن يحاول التأثير في البيئة والوسط المحيط به حتى تستجيب هذه البيئة بدورها لرغباته، وحاجاته في الاتجاه الذي يريده .

أما التوافق فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وكل صراعاته، ومواجهة مشكلاته في إشباعات وإحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية، أو السواء، أو الانسجام، أو التناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة، والعمل وفق التنظيمات التي ينخرط فيها الإنسان، وعليه فالتوافق هو مفهوم إنساني.¹⁶

وبناء على ما سبق يمكن القول بأن التوافق والتكيف مفهومان مختلفان فيما بينهما لكنهما مكملان لبعضهما، فالإنسان يتكيف بيولوجيا ويتوافق نفسيا واجتماعيا، إذ يبدأ التكيف وهو جنين في بطن أمه ويستمر ذلك طول حياته وبعد الولادة، في حين يبدأ التوافق النفسي والاجتماعي مع تكوين ذاته في السنوات الأولى من حياته، وبهذا ترتبط العمليتان التكيف والتوافق ارتباطاً وثيقاً بمرحل النمو المختلفة التي يمر بها الإنسان انطلاقاً من خصائص كل مرحلة ومطالب النمو فيها، علماً بأن هذه المطالب تختلف من مرحلة لأخرى ابتداء بالطفولة وإنهاء بالشيخوخة، وعموماً فإن الشخص المتوافق هو الذي يشغل جميع الجوانب النفسية والاجتماعية، والانفعالية إلى أقصى درجة ممكنة في مواجهة مشكلاته حتى يحقق الصحة النفسية المرغوبة في أية مرحلة يعيشها.¹⁷

¹⁵ - قريشي عبد الكريم، علاقة الإختلاط في التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية . القاهرة : رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة عين شمس، سنة 1988 ، ص45.

¹⁶ - حسن صالح الدهري، الشخصية والصحة النفسية. الاردن : دار الكندي للنشر والتوزيع، 1999 ، ص55.

¹⁷ - حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية. ط1، القاهرة: عالم الكتاب ، 1978، ص33.

وهناك الكثير من مراجع علم النفس التي لم تطبق الفرق بين المفهومين، وظلت الكلمتين المهتمتين للدلالة على نفس المعنى، ومصطلحات التوافق والتكيف، التلاؤم، الانسجام والاتزان الانفعالي و السواء، العقل السوي يقصد بها في الغالب التعبير عن حالة الصحة النفسية للفرد .

وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن علم النفس استعار المفهوم البيولوجي للتكيف، والذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح الموائمة، واستخدامه في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح التكيف أو التوافق، فالإنسان كما يتلاءم مع البيئة الطبيعية يستطيع مع الظروف الاجتماعية والنفسية والتي تطلب منه باستمرار أن يقوم بموائمتها بينها وبينه، وظروف الحياة تدفعه إلى هذا التكيف، وما يساعده على ذلك هو ما لديه من القدرة على التطيع الاجتماعي والذكاء.¹⁸

ونماشيا مع وجهة النظر هذه فإننا نشير إلى أن استعمال كلمة التكيف في هذه الدراسة يقصد بها التوافق والعكس صحيح.

7- أهم النظريات والاتجاهات المفسرة للتوافق النفسي والاجتماعي:

7-1 الاتجاه النفسي (الشخصي):

ويعرف التوافق أو التكيف ضمن هذا الاتجاه بأنه إشباع الفرد للقدر الأكبر من حاجاته الجسمية النفسية والاجتماعية.

التوافق لا يكون إلا إذا أحس الفرد بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، ويتمثل ذلك في إشباع الحاجة إلى الطعام والشراب والجنس، (بطريقة شرعية) وكل ما يتعلق بحاجاته البيولوجية والفسولوجية، وكذلك الأمن، وهي حاجة نفسية ضرورية، وإحساسه بأنه محبوب من الآخرين، وأن لديه القدرة على الحب.¹⁹ ويذكر سعد جلال أن تكيف الفرد يتوقف على مدى إشباع حاجته لتأكيد ذاته عن طريق إشباع الحاجات الأخرى النفسية والاجتماعية، إلا أنه قد تعترض سبيل الفرد عقبات تحول دون إشباع هذه الحاجات، فتؤدي إلى عدم تكيف الفرد.²⁰

¹⁸ - مصطفى فهمي، دراسات سيكولوجية التكيف. ط1، القاهرة: 1987، ص67.

¹⁹ - حسن صالح الدهري، مصدر سابق ص 56.

²⁰ - سعد جلال، المرجع في علم النفس. ط1، القاهرة: دار المعارف، 1971، ص 487.

ويذكر أيضا بأن الحاجة تؤدي إلى استشارة الدافع، والدافع ما هو إلا حالة توتر إلى عدم استقرار الكائن الحي واختلال توازنه، فيقوم بنشاط قصد التواصل إلى إشباع الحاجة والتخفيف من الدوافع لإعادة التوازن وإزالة التوتر، ولما كان الإنسان في عملية تفاعل مستمر مع بيئته المادية والاجتماعية، وهذا التفاعل عملية ديناميكية، فعمليات التكيف مستمرة وتوازن الإنسان دائما في حالة تذبذب بين الاتزان وعدمه.²¹

وانطلاق من أن الإنسان اجتماعي بطبعه فإنه لا يمكننا أن ننصره دون إطار اجتماعي وثقافي معين ونقول عنه أنه متوافق، وعليه وانطلاقا من التعاريف السابقة فإن أنصار هذا الاتجاه قد بالغوا في إشباع الحاجات و تناسوا الجانب الطبيعي والاجتماعي الذي يؤثر ويعدل من سلوك الفرد، حيث أن عملية التوافق أو التكيف لا تتوقف على الفرد فقط بل هناك معايير أخرى تتحكم وتتدخل فيها كالمعايير الاجتماعية والثقافية والطبيعية، فالفرد لا يعيش بمعزل عن هذه المعايير والعوامل فهي تؤثر فيه ويتأثر بها ويتأثر فيها.

7-2 الاتجاه الاجتماعي:

حسب هذا الاتجاه فإن تحقيق التوافق والتكيف على مسايرة الفرد لمعايير وثقافة مجتمعه، وفي هذا السياق يرى مصطفى فهمي أن كل مجتمع إنساني ينظم مجموعة من القواعد والنظم التي تضبط علاقات الفرد بالجماعة وتحكمها وفقا لمعايير التطبيع الاجتماعي، يتعرف على هذه القواعد وتلك القوانين ويمتثل لها حتى تصبح جزءا من تكوينه الاجتماعي، ونمطا محددًا لسلوكه داخل الجماعة.²²

كما يرى أحمد عزت راجح أن التوافق حالة من الانسجام والتلاؤم بين الفرد وبيئته التي تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته، وتصرفه المرضي إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية والثقافية، ويتضمن التوافق قدرة الفرد على تغيير سلوكه وعاداته عندما يواجه موقفا جديدا أو مشكلة مادية أو خلقية أو صرعا نفسيا، تغييرا يناسب الظروف الجديدة.²³

²¹ - سعد جلال، في الصحة العقلية الأمراض النفسية والانحرافات السلوكية . مصر: دار المطبوعات الحديثة ، ب.ت، ص483.

²² - مصطفى فهمي، مصدر سابق ص13.

²³ - أحمد عزت راجح، أصول علم النفس، المكتب المصري الحديث . ط10، الاسكندرية: 1976، ص10.

ويتضح من هذا العرض أن الاتجاه الاجتماعي يعاكس الاتجاه النفسي بتركيزه على المجتمع ومكوناته المختلفة، ويرى أن الشخصية المتوافقة هي التي تسير المجتمع وثقافته ومعاييرها، غير أنه قلل من قيمة الفرد وطاقته المبدعة والتي غالبا ما تقف في وجه تلك المعايير.

3-7 الاتجاه التكاملي (النفسي الاجتماعي):

التوافق أو التكيف حسب هذا الاتجاه عملية حيوية مركبة من قطبين أساسيتين هما: الفرد وما به من حاجات ودوافع وطموحات والمجتمع أو البيئة المحيطة بالفرد بأبعادها المختلفة المادية والاجتماعية والثقافية، فالتوافق لا يحدث حسب هذا الاتجاه إلا بتكامل وتفاعل الفرد ومحيطه الاجتماعي، وترى سمية فهمي في هذا الصدد أن التكيف يتضمن تفاعلا مستمرا بين الشخص وبيئته فللشخص حاجات وللبيئة مطالب وكل منهما يفرض مطالبه على الآخر ويتم التكيف أحيانا عندما يرضخ الشخص ويتقبل الظروف البيئية التي لا يقوى على تغييرها، ويتحقق التكيف أحيانا أخرى عندما يبذل الشخص إمكانياته البناء فيعدل الظروف البيئية التي تقف في سبيل تحقيق أهدافه، وفي أغلب الأحيان يكون التكيف حلا وسطا بين هذين الطرفين، وينشأ سوء التكيف عندما يفشل الشخص في تحقيق مثل هذا الحل الوسط، فتسوء صحته النفسية فالصحة النفسية إذا هي قدرة الشخص على التوفيق بين رغباته وأهدافه من جهة وبين الحقائق المادية والاجتماعية التي يعيش في وسطها من جهة أخرى.²⁴

ومن هنا فإن التوافق في نظر هذا الاتجاه (التوفيقي) يعتمد على الفرد وما ينطوي عليه من بناء نفسي وحاجات ودوافع (الحيط النفسي للفرد)، كما يعتمد على المحيط الخارجي، ويقصد به المحيط الذي يقع فيه الفرد سواء كان الطبيعي أو الاجتماعي أو الثقافي.

وبناء على ما سبق فإن هذا الاتجاه هو الأكثر قبولا واستعمالا لأنه يمثل نظرة أكثر موضوعية لعملية التكيف أو التوافق، فهذا الأخير عملية حيوية في حياة الفرد وتمثل سلسلة من محولات التوافق بين حاجات الفرد ومطالب البيئة ولا تكون السيطرة المطلقة أو الدائمة لأي منها.

²⁴ - سمية أحمد فهمي، مجالات الصحة النفسية في المدرسة . القاهرة: بحوث منشورة في حوليات كلية البنات جامعة عين شمس، 1989، ص 80.

الفصل الثاني

الدراسات السابقة والمثابفة

1 - تمهيد:

الدراسات السابقة هي مصدر اهتمام لكل باحث مهما كان تخصصه، فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى وتمهيد لبحوث قادمة، لذلك يجب القيام أولاً بتصفح أهم ما جاء في الكتب ومختلف المصادر، والإطلاع على الدراسات السابقة ليكتسي أهمية كبيرة، فهي تفيد في نواحي النقص والفجوات وتفيد كلها في أنها تزود الباحث بأفكار ونظريات وفروض وتفسيرات معينة تفيد الباحث في تحديد أبعاد المشكلة التي يبحث عنها، يؤكد " تركي رابح" (1984) فيما يتعلق بأهمية الدراسات السابقة يقول "من الضروري ربط المصادر الأساسية من دراسات ونظريات سابقة حتى تتمكن من تصنيف وتحليل معطيات البحث والربط بينها وبين الموضوع الوارد البحث فيه، وانطلاقاً من هذا المبدأ يتضح أنه من المنطقي استعراض أهم الدراسات السابقة والمشابهة ذات العلاقة بموضوع البحث، وذلك من أجل التحديد السليم للإشكالية وكذا صياغة الفرضيات المناسبة لهذه الدراسة، لكن في إطار حدود البحث والإمكانيات المتوفرة¹.

لم نوفق في الحصول على عدد كبير من دراسات سابقة تعالج الموضوع بالرغم من الأهمية الكبيرة التي يكتسبها هذا الموضوع الذي تطرقنا إليه وأثره البالغ في المجال التربوي.

2 - الدراسات العربية:**1-2 دراسة محمد السيد محمد صديق (1997م):**

والتي هدفت إلى محاولة التعرف على الطلاب الموهوبين ومشكلاتهم النفسية والاجتماعية وما يعوق توافقهم الشخصي والاجتماعي، ومحاولة تصميم برنامج للإرشاد النفسي من أجل رفع مستوى الصحة النفسية وتحقيق التوافق النفسي لهم، واستخدام مقياس للتوافق النفسي بأبعاده المختلفة، وتم إعداد البرنامج الإرشادي - جماعات المواجهة -، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت العينة من 13 طالباً من بين الطلاب الحاصلين على درجات منخفضة في مقياس التوافق النفسي، كما استخدمت الأساليب الإحصائية المناسبة في معالجة البيانات، وكانت أهم النتائج:

¹ - محجوب وجيه، طرائق البحث العلمي ومناهجه، الموصل: دار الكتاب للطباعة والنشر، 1991، ص28.

- أن البرنامج الإرشادي المستخدم وهو جماعات المواجهة، كان له فاعلية واضحة في تحقيق التوافق النفسي بأبعاده المختلفة.

2-2 دراسة حسين محمد الأطرش (2005م):

والتي هدفت إلى التعرف على التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى عينة من طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته بليبيا، وفقا لمتغيري الجنس والتخصص، ومحاولة تفسير هذه العلاقة، واستخدام الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية، وبلغ قوامها 264 طالبا وطالبة من كليات العلوم الإنسانية والتطبيقية، كانت أهم النتائج:

- عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين التوافق النفسي الاجتماعي، والذكاء لدى العينة الكلية عند مستوى دلالة 0.05 عدم وجود علاقة ارتباطية بين التوافق النفسي الاجتماعي والذكاء لدى الذكور ووجود هذه العلاقة لدى الإناث

- وجود فروق غير دالة إحصائية في التوافق النفسي الاجتماعي وفقا لمتغيري الجنس والتخصص.

2-3 دراسة كاميليا زين العابدين عبد الرحمن (2003م):

وهدف إلى التعرف على تأثير برنامج ترويجي على التوافق النفسي لدى المسنين، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة من المسنين مستخدمة القياس القبلي والبعدى، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة الطبقية العشوائية. حيث بلغ قوامها 31 مسنا من دور المسنين بمدينة طنطا بمحافظه مصر العربية ، وكانت أهم النتائج:

- يؤثر البرنامج الترويجي إيجابيا على مستوى التوافق النفسي لدى المسنين- التحسن بنسبة 42.86% في مستوى التوافق النفسي لدى المسنين

- تراوحت نسبة التحسن في القياسات الثلاثة ما بين 18.57% للقياس القبلي، و42.86% للقياس البعدي.

2-4 دراسة محمد عثمان المحيسي 2000:

موضوعها المشكلات الدراسية للشباب والطلاب بالجامعات السودانية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والتربوية بالجامعات السودانية، واستخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي وبلغت عينة الدراسة (100)

طالب وطالبة جرى سحبها بالطريقة العشوائية المرحلية من مجتمع الدراسة الأصلي البالغ عددهم 525 طالبا وطالبة الذي يمثل الطلاب والطالبات بالجامعات السودانية بولاية الخرطوم. وتم استخدام مقياس المشكلات الدراسية الذي أعده فؤاد أبو حطب، وكذلك مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وهو من إعداد العالم الأمريكي هيو. م. بل، وكذلك مقياس التوافق الدراسي وهو من إعداد محمود الزيايدي، وتم التأكد من صدق وثبات هذه المقاييس، وأجريت المعالجات الإحصائية المناسبة، وتم استخراج النتائج ثم جرى تحليلها، وجاءت النتائج على النحو التالي:

- توجد نسبة من الشباب الطلاب بالجامعات السودانية يعانون من مشكلات دراسية بمستوياتها المختلفة (بسيطة ومتوسطة).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي والاجتماعي بين الطلاب والطالبات بالجامعات السودانية.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في أبعاد التوافق الدراسي ما عدا بعد علاقة الطالب بزملائه.

- توجد علاقة ارتباطية دالة عند مستوى (0.05) بين أبعاد التوافق الدراسي والدرجة الكلية للمشكلات الدراسية لطلبة الشهادة العربية.

وقد خلصت الدراسة إلى ذكر بعض التوصيات والمقترحات التي من شأنها مساعدة طلبة الشهادة العربية بالجامعات السودانية في التغلب على مصاعبهم الدراسية والتربوية والنفسية بغية جعلهم أكثر فاعلية وتكيفاً وسعادة.

2-5 دراسة السيد خير الله (1973):

موضوعها التوافق الشخصي والاجتماعي وعلاقته بالتحصيل لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية في القرية والمدينة، واشتملت عينة البحث على 1094 تلميذ ذكور من الصف السادس ابتدائي، 589 من القرية و505 من المدينة وقد توصل الباحث إلى أن هناك ارتباط موجب ودال بين التوافق والتحصيل الدراسي.

2-6 دراسة رشا عبد الرحمن محمد والي (2007):

- والتي هدفت إلى التعرف على تأثير برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية والتعرف على التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية، واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لتصميم مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بقياس القبلي والبعدي لكل منهما، وتم اختيار العينة بالطريقة الطبقيّة العشوائية قوامها 60 تلميذاً بمدرسة أجا الإعدادية للبنين التابعة لإدارة أجا التعليمية، وكانت أهم النتائج :
- بناء مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية وتقنيته، والبالغ عدد عباراته 76، تمثل 12 بعداً، ويمكن عن طريق أن يعرف التلميذ بمستوى توافقه النفسي والاجتماعي، وكذلك معرفة الفروق بين الفئات المختلفة.
 - تصميم برنامج ألعاب تمهيدية جماعية، والمكون من ثلاثة أجزاء رئيسية، وهي: التهيئة (36 تمريناً) الألعاب التمهيدية باستخدام مهارات الألعاب الجماعية (36 لعبة تمهيدية جماعية موزعة بالتساوي بين: كرة القدم- كرة السلة- كرة اليد- الكرة الطائرة) - التهيئة (24 تمريناً)، الذي أسهم في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي للعينة قيد البحث.
 - معدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي للعينة قيد البحث للمجموعة التجريبية، والتي طبق عليها برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية المقترح بنسبة 9.65%.
 - معدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي للعينة قيد البحث للمجموعة الضابطة، والتي لم يطبق عليها برنامج الألعاب التمهيدية الجماعية المقترح بنسبة 1.84%.
 - وجود علاقة ارتباطية عكسية لمعدلات التحسن للتوافق النفسي والاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة، ولصالح المجموعة التجريبية بنسبة 5.38%.

2-6 دراسات نعيمة محمد بدور يونس:

- وذلك سنة (1983) عن علاقة المناخ المدرسي بالتوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية ، و كان هدف هذه الدراسة هو وضع مقياس يمكن بواسطته قياس المناخ المدرسي في المرحلة الثانوية، والكشف عن العلاقة بين المناخ والتوافق النفسي العام للتلاميذ.

اشتملت هذه الدراسة على عينة قوامها 600 طالب وطالبة، ينتمي نصفهم إلى الثانوية العسكرية، وينتمي النصف الآخر إلى الثانوية العامة.

في هذه الدراسة قامت الباحثة بمقارنة بين نوعين من النظم المدرسية، وهما النظام العسكري والنظام العادي فيما يخص التوافق النفسي العام للطلاب، وتوصلت أثناء استخدامها لمقياس المناخ المدرسي، واختبار كاليفورنيا للشخصية إلى:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في المدارس العسكرية والطلّابات في الثانوية العامة، وذلك لصالح الطلّابات، وتعني هذه النتيجة بالدرجة الأولى أن المناخ الموجود في المدارس العسكرية يساعد على التوافق النفسي الجيد بالمقارنة بالمناخ في المدارس العادية، أو بمعنى آخر (المدينة)، وقد يعود هذا إلى النظام والصرامة المتواجدين في المدارس العسكرية، الساعية إلى تكوين الطالب تكويناً عسكرياً ليكون أحد أفراد القوات المسلحة في المجتمع، وهذا خلافاً للتكوين في المدارس العادية التي تسعى إلى التكوين العلمي والتربوي.

2-7 دراسة صالح حمد مرحاب:

وذلك (1984) عن التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح، وكان الهدف من الدراسة هو الكشف عن العلاقة التي قد تكون بين مظاهر التوافق النفسي ومستوى الطموح لدى مجموعة من المراهقين المغاربة من كلا الجنسين، والفروق مستوى الطموح المنخفض من حيث التوافق النفسي العام بأبعاده المختلفة على نحو يمكن أن يؤدي إلى فهم أوضح لطبيعة التوافق النفسي في علاقته بمستوى الطموح، وأوضحت نتائج هذه الدراسة إلى:

- هناك علاقة موجبة ودالة إحصائية بين التوافق النفسي العام ومستوى الطموح لدى المراهقين والمراهقات بالمغرب.

- هناك علاقة موجبة بين جميع أبعاد التوافق الفرعية (المتزلي، الصحي، الاجتماعي والانفعالي) ومستوى الطموح

- وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوى مستوى الطموح المنخفض وذوى مستوى الطموح العالي، وذلك فيما يتعلق بمستوى التوافق العام لدى المجموعتين الذكور والإناث لصالح ذوى مستوى الطموح العالي.

وجمل القول فإن هذه الدراسة أوضحت لنا أن هناك علاقة موجبة بين مستوى الطموح والتوافق النفسي، وعليه فإن مستوى الطموح يمثل أحد العوامل التي يمكن أن تكون الأثر في إيجاد أشخاص متوافقين بصورة جيدة.

2-8 دراسة ميخائيل عبده: (عن سوء التوافق الطلاب المراهقين)

هدف هذه الدراسة هو معرفة العوامل التي يمكن أن تؤثر على سوء التوافق عند الطلاب المراهقين، وقد شملت الدراسة عينة قوامها 90 حالة من حالات الطلاب المراهقين في المدارس الثانوية بالإسكندرية، وذلك للتعرف على السلوك الشاذ في المدرسة، وسوء التوافق في البيت وحاجات المراهقين وعدوانهم وشعورهم بالإثم.

اتباع الباحث أسلوب دراسة الحالة كمنهج وتوصل إلى نتائج مفادها:

- أن هناك، عوامل تتصل بشخصية الفرد مثل درجة النمو والصفات الجسمية والنواحي الصحية والقدرات العقلية وأهمها الذكاء، وبعض العوامل المتصلة بالناحية النفسية كالعادات والعواطف.
 - وعوامل متصلة بالبيئة كالحالة الاقتصادية وشخصية الوالدين، وطرق تربيتها لأبنائهما والعلاقات الأسرية.
 - وعوامل متصلة بالمدرسة كالنظام التعليمي، وأساليب التربية وطرق التدريس وعوامل اجتماعية كوسائل التسلية المادية وجماعة الرفاق والأندية والجماعات والتراث الثقافي.
- عموماً فإن هذه الدراسة استطاعت إلى حد ما إظهار أهم العوامل المؤثرة في سوء التوافق خاصة العوامل المدرسية، حتى يمكننا الاهتمام بها ومحاولة تحسينها، حتى لا تكون معوقة للتوافق نشده للمراهق.

3 -الدراسات الأجنبية:

3-1 دراسة إبراهيم اسبيرليج (Abraham Sperling1980):

والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين توافق الشخصية والإنجاز في أنشطة التربية الرياضية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وكانت عينة البحث قومها 171 لاعبا من الرياضيين الجامعيين والمحليين و 126 من غير الرياضيين، وكانت أهم النتائج:

- وجود فروق بين مجموعات البحث في النواحي الدينية والحالة التعليمية والوظيفية للوالدين- الرياضيين أكثر انبساطا وإعلاء من مجموعة غير الرياضيين.

3-2 دراسة كيرك، وجروتبندر (CRUCK & GROTPETER1995):

والتي هدفت إلى التعرف على طبيعة علاقة كل من جنس الطفل، والتوافق النفسي والاجتماعي بالسلوك العدواني لدى الأطفال، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وقد تكونت عينة الدراسة من 491 تلميذا وتلميذة من الذين يدرسون بالصف الثالث حتى السادس الابتدائي، وكانت أهم النتائج:

- ووجد علاقة إرتباطية موجبة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب والمفهوم السالب عن الذات، والسلوك العدواني لدى الأطفال من الجنسين، مستوى العدوانية يرتفع لدى الأطفال مع تقدم أعمارهم.

4 نقد وتحليل الدراسات السابقة والمشابهة:

من خلال المسح العلمي الذي قام به الباحثان للدراسات والبحوث السابقة المرتبطة، التي تناولت في مجملها التوافق النفسي والاجتماعي، والمرتبطة بالتربية والرياضية، توصل الباحث إلى النتائج التالية:

من حيث المنهج استخدم الدراسات (2-4-5-7-8-9-10-11) المنهج الوصفي أما الدراسات (1-3-6) استخدمت المنهج التجريبي لمناسبه لطبيعة وأهداف وإجراءات تلك الدراسات، أما العينة فاختلقت أعدادها حيث تراوحت ما بين (13) كما في دراسة محمد السيد محمد صديق و(1094) في دراسة السيد خير الله تنوعت العينات حيث انحصرت في (أطفال- تلاميذ- طلاب جامعيين- مسنين) واختلقت الدراسات السابقة في طريق اختيار العينة وانحصرت في الطريقة العشوائية والطريقة الطبقيّة العشوائية، كما اتفقت كل الدراسات على استخدام المعالجات الإحصائية وذلك طبقاً لمتغيرات وطبيعة أهداف كل دراسة كما انحصرت تلك الأساليب في: المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والتكرارات والنسب المئوية ومعاملات الصدق والثبات بأنواعها ومعامل الارتباط بيرسون واختبار "ت" t TEST.

ومما سبق يمكن القول أن معظم نتائج الدراسات السابقة التي تعرضنا إليها تشير إلى أن الفاعلية والتأثير الإيجابي في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.

وعلى ضوء ما أشارت إليه الدراسات السابقة من نقاط تباين واتفاق في إطار أهداف ومتغيرات تلك الدراسات، وفي ضوء تعليق الباحث على هذه الدراسات استخلص الأسس العلمية والمنهجية البحثية في النقاط التالية:

– كيفية اختيار عينة البحث.

– استخدام المنهجان الوصفي والتجريبي لمناسبتهم لطبيعة ومتغيرات وأهداف تلك الدراسة.

– اختيار الاختبارات والأجهزة الميدانية المقننة وكيفية استخدامها وإجراء المعاملات العلمية لها لخدمة أهداف الدراسة.

خلاصة:

يتخذ الاختصاصي من النشاط الرياضي وسيلة لإعداد المراهق في المؤسسة كمواطن صالح وينمي لديه الشعور بالثقة بالنشاط الرياضي من الوسائل الهامة في التربية البدنية والرياضية عند المراهق وإظهار مهاراته في حالة تفوقه ومن ناحية أخرى يهدف إلى تربية أخلاقية تتميز بالثول إلى تعاليم لدين الحنيف الذي أوصانا به نبينا الكريم وحثنا على التمسك به وذلك عن طريق تعويد المراهق على النظام والصبر وتحمل المسؤولية والعدل وحسن المظهر والتعلم من الخطأ وتنمية الثقة بالنفس.

كما تعتبر منشطا ضد الكسل والخمول الذي يميز مرحلة المراهقة، فالألعاب الجماعية تخلق عند المراهق قدرات التعامل مع الجماعة ، وأخلاقيات التصرف العام إلى جانب، وهي بذلك تحقق خطوة متقدمة في التقويم سلوك المراهق المنحرف إلى جانب ما توفره أيضا في صحة بدنية ونفسية تعمل على إزالة الشعور بالنقص وغرس الثقة الركيزة الأساسية لتكوين الشخصية التي تتميز بالسلوك السليم السوي .

الجانِب التطبيقِي

الفصل الثالث

طرق ومنهجية الدراسة

1 تمهيد:

لا شك في تقديم أي بحث علم من العلوم يقاس بدرجة الدقة التي يصل إليها في تحديد مفاهيمه وفي دقة الأدوات المستخدمة لقياسه وتزداد الصعوبة في المقياس الذي يعتمد على السلوك البشري في مجالاته المتعددة، ولا يمكن للباحث أن يقوم بدراسة ظاهرة دون أن تكون له الأداة المناسبة لقياس هذه الظاهرة.

وفي هذا الفصل سنحاول أن نوضح أهم الإجراءات الميدانية التي أتبعناها في الدراسة، ومن أجل الحصول على نتائج علمية، يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى، كما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي، هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا يتحقق ألا إذا اتبع صاحب الدراسة، منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

2 المنهج المتبع:

يتميز البحث العلمي بتعدد مناهجه، فالمنهج لغة هو الطريق الواضح والمستقيم¹. حيث يعتبر اختبار منهج الدراسة مرحلة هامة في عملية البحث العلمي، إذا يحدد كيفية جمع البيانات والمعلومات حول الموضوع المدروس، لذا فإن منهج الدراسة له علاقة مباشرة بموضوع الدراسة، وبإشكالية البحث، حيث طبيعة الموضوع هي التي تحدد اختبار المنهج المتبع، وانطلاقاً من موضوع دراستنا، (إلى أي مدى يمكن للتربية البدنية والرياضية تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي في المرحلة التعليم الثانوي) حيث نتطرق في بحثنا إلى موضوع أو ظاهرة من الظواهر التربوية والنفسية والاجتماعية ما هي عليه في الحاضر وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها، بغرض توضيح تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع واستجابة لطبيعة الدراسة، اعتمدنا المنهج الوصفي الذي يعرف ب: "تصور دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتصور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية"²... إلخ. وقد عرفه (هويي) في تصنيفه للمناهج: "بأنه يعتمد على تجميع الحقائق والمعلومات ثم مقارنتها وتحليلها وتفسيرها للوصول إلى تعميمات مقبولة"³... إلخ.

¹ - العيسوي عبد الرحمان: مناهج البحث العلمي. مصر: المكتب العربي الحديث، 1996، ص76.

² - وجيه محجوب، طرائق البحث العلمي ومناهجه. الموصول: دار الكتاب للطباعة والنشر، 1991، ص219.

³ - أحمد بدر، أصول البحث العلمي ومناهجه، وكالة المطبوعات. الكويت: 1979، ص224.

ويعرف " الطريقة المنظمة لدراسة حقائق راهنة متعلقة بظاهرة أو موقف أو أفراد أو أحداث أو أوضاع معينة بهدف اكتشاف حقائق جديدة أو لتحقيق من صحة حقائق قديمة، وأثارها، والعلاقات التي تتصل بها وتفسيرها وكشف الجوانب التي تحكمها"¹....إلخ.

عرفه (بشير صالح الرشيدى) بأنه " مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوعات اعتماد على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا للاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات على الظاهرة أو الموضوع محل البحث"²....إلخ.

3 الدراسة الاستطلاعية:

إن الغرض من الدراسة الاستطلاعية هو معرفة مدى وضوح العبارات الخاصة بالمقياس و ملائمتها بحيث يمكن الجيب من الإجابة دون الحاجة إلى أي تفسير، حيث قمنا بتوزيع المقياس على عينة من أفراد الدراسة الاستطلاعية وبلغ عددها 20 تلميذ، لقياس صدق وثبات المقاس، وفقا لأهداف وفرضيات البحث.

4 مجالات الدراسة:

4-1 المجال الزمني:

تم ابتداء من أوائل مارس 2014 إلى غاية أواخر شهر أفريل عن طريق جلب المادة العلمية وهذا في الجانب النظري، أما الجانب التطبيقي فقد دام قرابة شهرين وذلك من بداية شهر مارس إلى غاية أواخر شهر أفريل وهذه المدة تم التطبيق الميداني بثانويتي مالك بن نبي، وحي الزاينة بالرويسات ومعالجة النتائج المحصل عليها بالطرق الإحصائية المناسبة.

4-2 المجال المكاني:

أجري البحث بثلثوويتي الرويسات، ثانوية مالك بن نبي و ثانوية حي الزاينة بالرويسات .

¹ -محمد شفيق زكي، البحث العلمي الخطوات والمنهج لإعداد البحوث الاجتماعية . مصر: المكتب الجامعي، 1985، ص84.

² - بشير صالح الرشيدى، مناهج البحث التربوي . دار الكتاب الحديث، 2000، ص59.

5 عينة البحث:

يقول محمود قاسم في كتابه المنطلق الحديث ومنهج البحث، " ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو البعض من الجميع" ¹

وإبراهيم بسيوني عميرة " فإن عدد الحالات التي يشملها "الكل" الذي تنتمي إليه أو يتضمنها "الجميع" الذي يحتويها كبيراً أصبح من الصعوبة. يمكن بل من المستحيل دراسة جميع هذه الحالات، ولهذا يلجأ الباحث إلى اختيار عدد محدود من الكل" ².

ومن هذا المنطلق يتكون مجتمع البحث من تلاميذ المرحلة الثانوية وقد قام الباحثان باختيار عينة عشوائية من عدد من المؤسسات حيث تم اختيار مؤسستين بشكل عشوائي، وقام باختيار 50 تلميذاً ممارساً للتربية البدنية والرياضة و50 تلميذاً غير ممارس للتربية البدنية والرياضية (معفى) وذلك أيضاً بشكل عشوائي.

6 -تحديد متغيرات الدراسة:

1-6 المتغير المستقل: التربية البدنية والرياضية.

2-6 المتغير التابع: التوافق النفسي الاجتماعي.

7 -أدوات الدراسة:

تعد أدوات البحث تعد المحور الأساسي في منهجية البحث وذلك بغية الوصول إلى كشف الحقيقة التي يصبوا إليها البحث، ومن هذا المنطلق وصف الباحثان عدة وسائل في جميع المعلومات، قد ساعدتهما في الكشف عن جوانب البحث وهي:

1-7 مقياس التوافق النفسي والاجتماعي:

استخدمنا في دراستنا مقياس التوافق النفسي والاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمن محمود والي" سنة 2007م حيث يقيس إشباع التلميذ لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية، وكذلك استمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة

¹ - محمود قاسم، المنطلق الحديث ومنهج البحث. ط 5، القاهرة: دار المعارف، 1976، ص151.

² - إبراهيم بسيوني عميرة، منهج البحث التربوي. مصر: دار المعارف ، 1974، ص67.

الاجتماعية، وتقبله لعادات وتقاليده وقيم مجتمعه، وبعد اطلاع الباحثة على العديد من المراجع والمقاييس المرتبطة بهذا المقياس اقترحت، مع العلم أنه يقيس بعدين أساسيين هما بعد التوافق النفسي وبعد التوافق الاجتماعي حيث يحتوي كل منهما على ستة أبعاد ثانوية (مجالات)، وهذه الأبعاد هي:

أولاً: التوافق النفسي:

وهو مقسم إلى ستة أبعاد كما يلي

البعد الأول المهارات الشخصية: وتعني التمتع ببعض القدرات الخاصة، والتي تميز تلميذا عن الآخر.

البعد الثاني الإحساس بالقيمة الذاتية: إدراك التلميذ لذاته ولعلاقاته بالعالم المحيط به ووعيه بخصاله وقدراته وحدوده وجوانب قوته وضعفه وبما يعوق انطلاق طاقاته.

البعد الثالث الاعتماد عن النفس: مدى قدرة التلميذ على تلبية حاجاته لنفسه مع مراعاة المرحلة السنية وما يتناسب معها من قدرات، حيث أنه يوجد بعض الحاجات لا يستطيع التلميذ تلبيتها لنفسه وتختلف تلك الحاجات باختلاف المرحلة السنية.

البعد الرابع من الميل إلى الانفراد: قدرة التلميذ على الاندماج مع أقرانه في نفس المرحلة السنية وعدم الانطواء على نفسه والابتعاد عنهم.

البعد الخامس الحالة الصحية: تعني حالة كون التلميذ لائقاً من الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية، وليس مجرد خلوه من المرض أو العاهة.

البعد السادس الحالة الانفعالية: قدرة التلميذ على التحكم في انفعالاته في مختلف مواقف الحياة سواء في المنزل أو المؤسسات التربوية أو المجتمع المحيط به.

ثانيا: التوافق الاجتماعي:

وهو مقسم إلى ستة أبعاد كما يلي:

البعد السابع اللياقة في التعامل مع الآخرين: قدرة التلميذ على التعامل مع الآخرين من زملاء وجيران وأقرباء والذين لا يعرفهم بطريقة لائقة.

البعد الثامن الامتثال للجماعة: شعور التلميذ بالانتماء إلى جماعة تتقبله ويتقبلها، وشعوره بالأمن والطمأنينة، ويشبع حاجاته الإنتمائية وحاجاته التي يلبي بالمركز والمكانة.

البعد التاسع القدرة على القيادة: تمتع التلميذ بمجموعة من السمات التي تميزه عن أقرانه وتؤهله لأن يقوم بعملية التأثير في الجماعة المتواجدة فيها، ومن هذه السمات هي (الذكاء، القدرة على تحمل المسؤولية والقدرة على المثابرة، المشاركة الاجتماعية، الالتزام، القدرة على التعبير عن رأي الجماعة التي يقودها).

البعد العاشر العلاقات في الأسرة: مدى قدرة التلميذ في التعامل والتفاعل مع أفراد أسرته، ومدى ترابطه معهم وتوافر الحب والاحتواء والحنان بين أفراد الأسرة الواحدة ومدى تأثيرها على التلميذ.

البعد الحادي عشر العلاقات في المدرسة: مدى قدرة التلميذ على التعامل والتفاعل مع إدارة المدرسة بما تحويه من زملاء ومدرسين وإداريين، ومدى تأثير ذلك عليه سواء كان سلبيا أو إيجابيا.

البعد الثاني عشر العلاقات في البيئة المحيطة: مدى قدرة التلميذ على التعامل والتفاعل مع عناصر البيئة بما تحويه من أفراد سواء كانت في الاتجاه السلبي والاتجاه الإيجابي.

جدول (1) يمثل توزيع العبارات في كل بعد:

الرقم	الأبعاد	عدد الأسئلة
التوافق النفسي		
01	المهارات الشخصية	08
02	الاحساس بالقيمة الذاتية	05
03	الاعتماد عن النفس	04
04	التحرير من الميل إلى الانفراد	05
05	الحالة الصحية	07
06	الحالة الانفعالية	06
التوافق الاجتماعي		
01	اللياقة في التعامل مع الآخرين	05
02	الامثال للجماعة	09
03	القدرة على القيادة	06
04	العلاقات في الأسرة	06
05	العلاقات في المدرسة	09
06	العلاقات في البيئة المحيطة	06

إن مقياس التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية والبالغ عدد عبارته ال 76، تمثل 12 بعداً، تخضع لميزان تقدير ثنائي تمثل بالتدرج الدرجة، (نعم = درجة واحدة، ولا = صفر)، والتي تعطى لكل عبارة، ويتم اختيار استجابة واحدة لكل عبارة، ويوجد بالمقياس عبارات سلبية تصحح في الاتجاه العكسي، وفي النهاية جمع الدرجات الخاصة بكل بعد على حده، وكذلك الدرجة الكلية للمقياس.

8 الأساليب و التقنيات الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

استخدم الباحثان الأساليب الإحصائية التالية:

1-8 اختبار T.test:

يعد الرائد "T" من أكثر الروايز دلالة شيوعا في الأبحاث النفسية والتربوية والرياضية، إذا يهدف إلى معرفت معنوية الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وما إذا كانت الفروق بين المتوسطات حقيقية وتعزى إلى متغيرات معينة أم أنها تعزى إلى الصدفة وحدها، ويستخدم اختبار "T" إلى أبحاث (STUDENT) لقياس دلالة فروق المتوسطات المرتبطة وغير المرتبطة للعينات المتساوية وغير المتساوية وتكثر استخداماته للعينات الصغيرة التي يقل حجمها عن 30 فردا ولا يزيد عن 60 فردا. معادلة "T" للعينتين المتساويتين وغير مرتبطتين:

$$T = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_p^2}{n_1} + \frac{S_p^2}{n_2}}}$$

2-8 معامل الارتباط بيرسون:

وهو يخص العلاقة بين متغيرين من خلال المعادلة التالية:

$$r = \frac{\sum (X - \bar{X})(Y - \bar{Y})}{\sqrt{\left[\sum (X - \bar{X})^2 \right] \left[\sum (Y - \bar{Y})^2 \right]}}$$

3-8 المتوسط الحسابي:

المتوسط الحسابي وهو أكثر مقاييس الوسيط استخداما كم أنه يعتبر أهمها من جهة الدراسة النظرية والتطبيق العلمي على السواء، ويحسب من خلال المعادلة التالية:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

4-8 الانحراف المعياري:

وهو الجذر التربيعي لمتوسط مربعات انحرافات القيم عن وسطها الحسابي ويحسب من خلال المعادلة

التالية:

$$ع = \frac{\sum (س - م)^2}{ن}$$

5-8 صدق وثبات القياس:

إن التوصل إلى نفس النتائج باستمرار إذا تكرر تطبيق المقياس على نفس العينة وتحت نفس الشروط فإن

لمقياس صدق وثبات حيث يفترض أن يعطي المقياس نفس النتائج تقريبا إذا أعيد استخدامه مرة أخرى.¹

ويشير مقدم عبد الحفيظ أن ثبات المقياس يدل على مدى استقرار ظاهرة معينة في مناسبات عدة ويضيف

أن ثبات الاختبار وصدقه يعني مدى دقة واستقرار نتائج المقياس فيما عينة على عينة من أخرى في مناسبتين

مختلفتين.²

ومن أجل التأكد من صدق القياس استخدام الطالب الباحث الصدق باعتباره من أصدق الدرجات

التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار حيث قام الطالب

¹⁹

الباحث باستخدام معامل الارتباط البسيط " ليهوسون " عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية ¹⁸ وجد أن

قيمة "ر" المحسوبة" والتي كانت 0.95 وهي أكبر من قيمة "..." الجدولية مما يؤكد أن مقياس يتمتع بدرجة عالية

من الثبات وذلك لفترة زمنية قدرها 05 أيام على نفس العينة المكونة من 20 تلميذ من الممارسين والغير

الممارسين مما يسمح استخدامه في الدراسات العلمية وفي قياس التوافق الزمني الاجتماعي والجدول الآتي يوضح

النتائج:

¹ - سيد محمد خيرى، الإحصاء النفسي . القاهرة : دار الفكر العربي، 1997، ص 24.

² - زكي شريني، الإحصاء وتصميم التجارب في البحوث النفسية والتجريبية. القاهرة: دار الكتاب ، بدون سنة ، ص78.

جدول (2): توضيح معامل الصدق الذاتي للاختبار

معاملات الارتباط	التوافق الاجتماعي	معاملات الارتباط	التوافق النفسي
0.97	اللياقة في التعامل مع الآخرين	0.94	المهارات الشخصية
0.96	الآخرين	0.98	الإحساس بالقيمة الذاتية
0.92	الامتثال للجماعة	0.84	الاعتماد على النفس
0.87	القدرة على القيادة	0.83	التحرر من الميل إلى الإنفراد
0.97	العلاقات في الأسرة	0.90	الحالة الصحية
0.93	العلاقات في الدراسة	0.94	الحالة الانفعالية
	العلاقات في البيئة المحيطة		

جدول (3): يوضح ثبات كل بعد مقارنة بالمقياس

معاملات الثبات	التوافق الاجتماعي	معاملات الثبات	التوافق النفسي
0.95	اللياقة في التعامل مع الآخرين	0.89	المهارات الشخصية
0.93	الامتثال للجماعة	0.97	الإحساس بالقيمة الذاتية
0.85	القدرة على القيادة	0.71	الاعتماد على النفس
0.77	العلاقات في الأسرة	0.69	التحرر من الميل إلى إنفراد
0.96	العلاقات في المدرسة	0.82	الحالة الصحية
0.87	العلاقات في البيئة المحيطة	0.90	الحالة الانفعالية

الخلاصة:

نظرا لطبيعة مشكلة بحثنا الحالي استدعي من التعريف بالبحث ومنهج وإجراءاته في هذا الفصل فطرحنا من خلال مشكلتنا معتمدين في ذلك على المعاينة الميدانية لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية للتأكد من أن المشكلة موجودة فعلا، والتطرق إلى المقياس المستعمل في الدراسة، والأساليب الإحصائية المستخدمة، ويعتبر هذا الفصل بمثابة الدليل والمرشد الذي يحاول الوقوف معنا على أرض الواقع مع بحثنا هذا.

الفصل الرابع

مناقشة وتحليل النتائج

1 عرض النتائج وتحليلها:

1 1 الفرضية الجزئية الأولى:

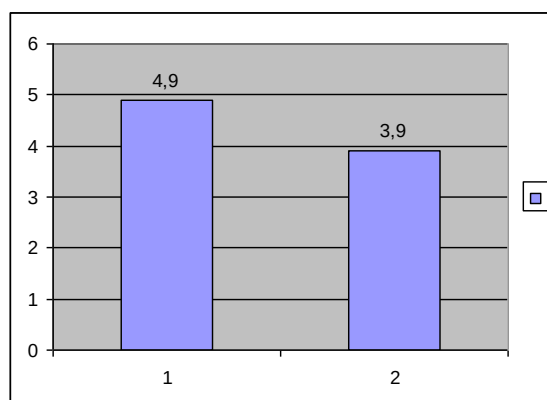
– هناك فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين التربية البدنية والرياضية في درجات التوافق النفسي.

الجدول رقم (4): يمثل الدلالة الإحصائية للفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة

ببعد التوافق النفسي

الرقم	الأبعاد	البيانات	الممارسين للتربية البدنية والرياضية	غ الممارسين للتربية البدنية والرياضية
01	المهارات الشخصية	المتوسط الحسابي	4.900	3.900
		الانحراف المعياري	0.302	0.602
		عدد الأفراد: ن	50	50
		قيمة: ت	12.075	
02	الإحساس بالقيمة الذاتية	المتوسط الحسابي	8.583	7.333
		الانحراف المعياري	0.696	0.914
		عدد الأفراد: ن	50	50
		قيمة: ت	9.880	
03	الاعتماد على النفس	المتوسط الحسابي	5.933	4.616
		الانحراف المعياري	0.311	0.691
		عدد الأفراد: ن	50	50
		قيمة: ت	13.750	
04	التحرر من الميل	المتوسط الحسابي	5.633	4.350
		الانحراف المعياري	0.486	0.546

50	50	عدد الأفراد: ن	إلى الأفراد	
	14.001	قيمة: ت		
6.600	8.483	المتوسط الحسابي	الحالة الصحية	05
0.763	0.747	الانحراف المعياري		
50	50	عدد الأفراد: ن		
	14.014	قيمة: ت		
4.750	5.933	المتوسط الحسابي	الحالة الإنفعالية	06
0.750	0.251	الانحراف المعياري		
50	50	عدد الأفراد: ن		
	12.221	قيمة: ت		



الشكل رقم (1): يمثل الدلالة الإحصائية للفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة
ببعد التوافق النفسي

1 1 1 تحليل ومناقشة أبعاد التوافق النفسي:

1-1-1-1 البعد الأول المهارات الشخصية:

يبين الجدول الفروق الإحصائية بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الرياضية و غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية الخاصة بالبعد الأول المهارات الشخصية حيث قيمة المحسوبة (ت) = 12.075 هي دالة عند مستوى (0.05) وهي أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 وهذا ما يعكس تمتع التلاميذ الممارسين بقدرات خاصة في الممارسات الشخصية والتي تميزهم عن أقرانهم من التلاميذ غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية.

1-1-1-2 البعد الثاني الإحساس بالقيمة الذاتية:

هناك فروق دالة إحصائية في درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية ومتوسط درجات مجموعة التلاميذ غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الإحساس بالقيمة الذاتية حيث أن قيمة (ت) المحسوبة = 9.880 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 عند مستوى الدلالة (0.05) يدل أن التلاميذ الممارسين أكثر إدراك لذواتهم ولعلاقتهم بالعالم المحيط بهم وأكثر وعي بخصائصهم وجوانب قوتهم وضعفهم وما يعوق طاقتهم مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين.

1-1-1-3 البعد الثالث الاعتماد على النفس:

تبين من خلال الجدول أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية ومتوسط درجات مجموعة التلاميذ غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند البعد الثالث الاعتماد على النفس حيث أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي 13.750 وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.05) وهي أكبر من "ت" الجدولية عند درجة حرية 98 ومن هذا تبين لنا أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية أكثر قدرة على تلبية حاجياتهم ومن جميع النواحي بما يناسب قدراتهم سواء البدنية أو النفسية أو العقلية، وبالتالي هم يعتمدون على أنفسهم بدرجة كبيرة مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين.

1-1-1-4 البعد الرابع التحرر من الميل إلى الإنفراد:

يلاحظ من الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية ومتوسط درجات مجموعة التلاميذ غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد التحرر من الميل إلى الإنفراد حيث أن قيمة (ت) المحسوبة 14.001 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 وعند مستوى الدلالة (0.05) يدل أن لتلاميذ الممارسين أكثر قدرة على اندماج والتواصل الاجتماعي وعدم إنطواء على أنفسهم وأكثر ميل لتوطيد العلاقات الاجتماعية الإيجابية وذلك مقارنة بغير الممارسين.

1-1-1-5 البعد الخامس الحالة الصحية:

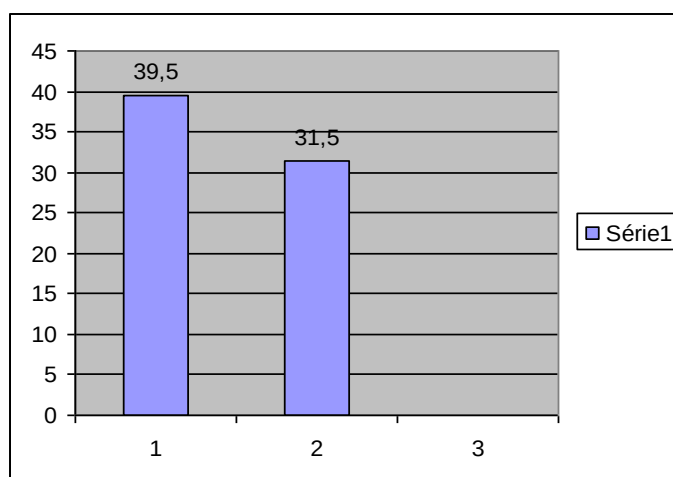
يتبين من الجدول أنه توجد فروق دالة بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية ومتوسط درجات مجموعة التلاميذ غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الحالة الصحية حيث أن قيمة (ت) المحسوبة = 14.014 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 وعند مستوى الدلالة 0.05 مما يدل أن لتلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية يتمتعون بلياقة بدنية جيدة من الناحية الصحية والبدنية والنفسية والاجتماعية، إضافة إلى خلوهم من بعض الأمراض والعاهات مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين.

1-1-1-6 البعد السادس الحالة الانفعالية:

يتبين لنا من الجدول أنه توجد فروق دالة بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الحالة الانفعالية حيث أن قيمة (ت) المحسوبة = 12.221 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 وعند مستوى الدلالة 0.05 مما يدل أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية يتمتعون بالاستقرار والتوازن ولديهم قدرة الاستعداد لأي تغير مفاجئ و صعوبة غير متوقعة إضافة إلى تحقيق التوافق في ميولهم والبيئة المحيطة بهم وبالتالي هم أكثر قدرة على التحكم في انفعالاتهم في مختلف مواقف الحياة مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين.

جدول رقم (5): يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق النفسي:

البعد	البيانات	الممارسين للتربية البدنية والرياضية	غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية
التوافق النفسي	المتوسط الحسابي	39.500	31.500
	الانحراف المعياري	1.308	1.682
	عدد الأفراد: ن	50	50
	قيمة: ت	30.011	



الشكل رقم (2): يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق النفسي

بعد معرفة الدلالة الإحصائية للفروق بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية

البدنية والرياضية في بعد التوافق النفسي نرجع إلى قيمة (ت) الجدولية المقابلة لدرجة حرية 98 وبالكشف عند قيمة

(ت) في الجدول القيم الحرية نجد أنها تساوي 2.617 عند مستوى الدلالة 0.01 وكذا عند مستوى الدلالة

0.05 = 1.980 ومن خلال المعطيات السابقة يمكن القول إن قيمة (ت) المحسوبة = 30.011 أكبر من قيمة (ت)

الجدولية في مختلف الحالات وعليه نستخلص أن الفروق الحاصلة بين متوسطات الدرجات الخام دالة إحصائياً بين

التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد التوافق النفسي في الاتجاه

الإيجابي لصالح الممارسين مما يدل على أنهم أكثر توافقاً نفسياً من خلال تمتعهم بصحة نفسية وحل المشكلات

ومواجهة العقبات وأكثر استغلال لقدراتهم والشعور بالسعادة التي تقرها الشخصية السوية الخالية من المشاكل المتعددة وهذا ما يبينه واقعنا المعاش.

بالإضافة إلى ضبط الذات والتحكم في الرغبات وإشباع حاجياتهم وإدراك عواقب الأمور والاستقرار الانفعالي إلى حد كبير وبالتالي الاستمتاع بالحياة واتساع مجال التجاوب معها مما يؤدي إلى نمو متكامل المتوازن بكافة الجوانب.

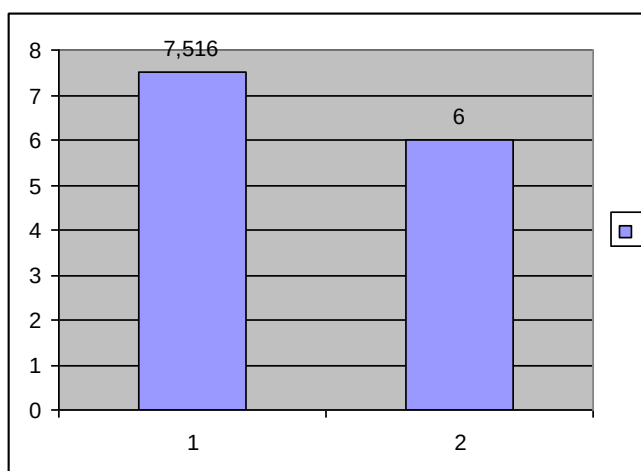
1 2 الفرضية الجزئية الثانية:

هناك فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في درجات التوافق الاجتماعي.

**الجدول رقم (6): يمثل الدلالة الإحصائية للفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة
ببعد التوافق الاجتماعي:**

الرقم	الأبعاد	البيانات	الممارسين للتربية البدنية والرياضية	غير الممارسين للتربية البدنية والرياضية
7	اللياقة في التعامل مع الآخرين	المتوسط الحسابي	7.516	6.00
		الانحراف المعياري	0.747	1.041
		عدد الأفراد: ن	50	50
		قيمة: ت	10.120	
8	الامتثال للجماعة	المتوسط الحسابي	4.816	3.850
		الانحراف المعياري	0.431	0.515
		عدد الأفراد: ن	50	50
		قيمة: ت	12.074	
9	القدرة على القيادة	المتوسط الحسابي	3.666	3.300
		الانحراف المعياري	0.628	0.530

50	50	عدد الأفراد: ن		
	4.451	قيمة: ت		
4.016	4.550	المتوسط الحسابي	العلاقات مع الأسرة	10
0.676	0.768	الانحراف المعياري		
50	50	عدد الأفراد: ن		
	5.040	قيمة: ت		
4.966	6.300	المتوسط الحسابي	العلاقات في المدرسة	11
0.920	0.530	الانحراف المعياري		
50	50	عدد الأفراد: ن		
	10.520	قيمة: ت		
4.383	5.761	المتوسط الحسابي	العلاقات في البيئة المحيطة	12
1.121	0.490	الانحراف المعياري		
50	50	عدد الأفراد: ن		
	9.110	قيمة: ت		
26.933	32.550	المتوسط الحسابي	التوافق الاجتماعي	
1.964	1.630	الانحراف المعياري		
50	50	عدد الأفراد: ن		
	18.112	قيمة: ت		



الشكل رقم (3): يمثل الدلالة الإحصائية للفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة

بعد التوافق الاجتماعي

1-2-1 تحليل ومناقشة أبعاد التوافق الاجتماعي:

1-1-2-1 البعد السابع اللياقة في التعامل مع الآخرين:

تشير البيانات إلى وجود فروق دالة بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد اللياقة في التعامل مع الآخرين حيث أن قيمة (ت) المحسوبة = 10.120 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 وعند مستوى الدلالة 0.05 وبالتالي فالتلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية أكثر قدرة على التعامل مع الآخرين بطريقة لائقة وأكثر انضباط وتقبل للآخرين وبالتالي اكتساب المواطنة وهذا مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين.

2-1-2-1 البعد الثامن الامتثال للجماعة:

يشير الجدول إلى وجود فروق بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد الامتثال للجماعة، حيث أن قيمة (ت) المحسوبة = 12.074 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 وعند مستوى الدلالة 0.05 وعليه يتضح لنا أن التلاميذ الممارسين أكثر بالانتماء للجماعة إضافة إلى الشعور بالأمن والطمأنينة والحاجات التي تتعلق بالمكانة الاجتماعية وهذا مقارنة بنظرائهم غير الممارسين.

3-1-2-1 البعد التاسع القدرة على القيادة:

يتبين من الجدول وجود فروق دالة بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد القدرة على القيادة حيث أن قيمة (ت) المحسوبة = 4.451 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 عند مستوى الدلالة 0.05 هذا يدل على أن التلاميذ الممارسين أكثر تمتع بالسمات التي تؤهلهم لأن يقوموا بعملية التأثير في الجماعة ولديهم القدرة على تحمل المسؤولية والتعبير عن رأي الجماعة التي يقودونها وبالتالي هم أكثر قدرة على القيادة مقارنة بغير الممارسين.

4-1-2-1 البعد العاشر العلاقات مع الأسرة:

يشير الجدول إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات مجموعة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد العلاقات مع الأسرة ، حيث ن قيمة (ت) المحسوبة 5.040 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 وعند مستوى الدلالة، مما يدل أن التلاميذ الممارسين لديهم قدرة كبيرة في التعامل والتواصل الاجتماعي مع أفراد أسرهم ومدى ترابطهم معها والتي من شأنها إكسابهم عدد كبير من القيم والخبرات منمية بذلك الجوانب الاجتماعية في شخصياتهم مقارنة بغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية.

5-1-2-1 البعد الحادي عشر العلاقات في المدرسة:

يتبين من الجدول وجود فروق دالة بين متوسط درجات التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في بعد العلاقات في الدراسة حيث ن قيمة (ت) المحسوبة = 10.520 أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 وعند مستوى الدلالة 0.05 مما يدل أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية أكثر قدرة على التواصل والترابط الإيجابي مع البيئة المدرسية بما يحتويه من مدرسين وإداريين وزملاء مقارنة بالتلاميذ غير الممارسين.

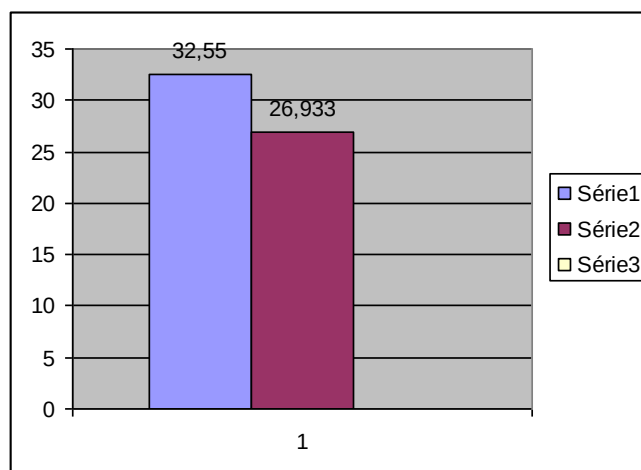
6-1-2-1 البعد الثاني عشر العلاقات في البيئة المحيطة:

يشير الجدول إلى وجود فروق دالة بين متوسط درجات التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد العلاقات في البيئة المحيطة حيث أن قيمة (ت) = 9.110 وهي دالة عند مستوى (0.05) وهي أكبر من (ت) الجدولية عند درجة حرية 98 مما يدل أن التلاميذ الممارسين أكثر قدرة على

التفاعل الاجتماعي مع عناصر البيئة المحيطة بهم والتكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعايير الاجتماعية وقيمه الخلقية وبالتالي هم يدركون معاني التماسك والمشاركة والانتماء وبالتالي هم أكثر قابلية للانتماء وذلك مقارنة بغير الممارسين.

جدول رقم (7): يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق الاجتماعي:

26.933	32.550	المتوسط الحسابي	التوافق الاجتماعي
1.964	1.630	الانحراف المعياري	
50	50	عدد الأفراد: ن	
	18.112	قيمة: ت	



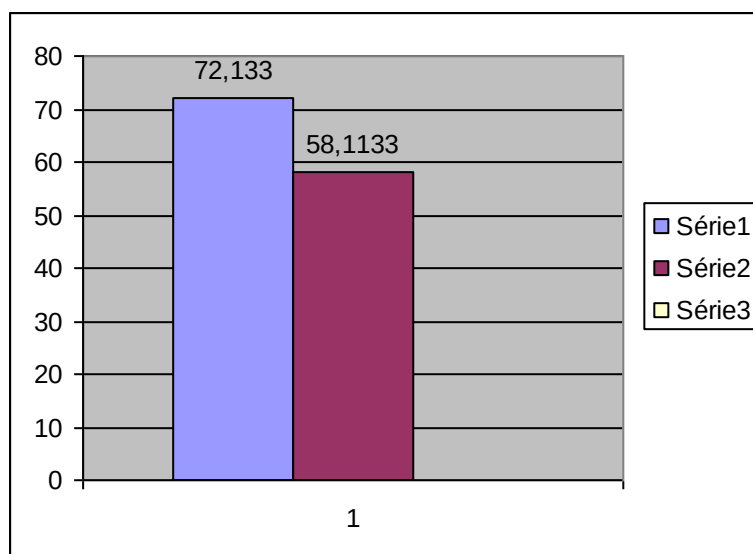
الشكل رقم (4): يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة ببعد التوافق الاجتماعي:

بعد معرفة الدلالة الإحصائية للفروق الحاصلة بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية عند بعد التوافق الاجتماعي نرجع إلى قيمة (ت) المحسوبة وقيمة (ت) الجدولية المقابلة لدرجة حرية 98 وبالكشف عن قيمة (ت) في الجدول القيم الحرجة نجد أنها تساوي 2.617 عند مستوى الدلالة 0.01 وكذا عند مستوى الدلالة $0.05 = 1.980$.

وعلى ضوء المعطيات السابقة يمكن أن قيمة (ت) المحسوبة والمقدرة بـ 18.112 أكبر من قيمة (ت) الجدولية في مختلف الحالات وفي هذا يتبين لنا أن الفروق الحاصلة بين متوسطات الدرجات الخام دالة إحصائياً بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير ممارسين في بعد التوافق الاجتماعي في الاتجاه الإيجابي لصالح الممارسين مما يدل على أنهم أكثر قدرة على التوافق الاجتماعي من خلال نجاحهم في إقامة علاقات اجتماعية سوية مع الآخرين وشعوره بالمسؤولية الاجتماعية وبالتالي تكون أكثر قدرة على التغير والمرونة في السلوك نحو الاتجاهات المرغوبة مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي.

جدول رقم (8): يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة بمقياس التوافق النفسي الاجتماعي:

البعد	البيانات	الممارسين للتربية البدنية الرياضية	غ الممارسين للتربية البدنية الرياضية
التوافق	المتوسط الحسابي	72.133	58.1133
النفسي	الانحراف المعياري	2.174	2.638
والاجتماعي	عدد الأفراد: ن	50	50
	قيمة: ت	31.039	



الشكل رقم (5): يبين الفروق بين الممارسين وغير الممارسين الخاصة بمقياس التوافق النفسي الاجتماعي:

لمعرفة الدلالة الإحصائية للفروق الحاصلة بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين عند بعد التوافق النفسي الاجتماعي نرجع إلى قيمة (ت) المحسوبة وقيمة (ت) الجدولية المقابلة لدرجة حرية 98 وبالكشف عند قيمة (ت) في جدول القيم الحرجة التي تساوي 2.617 عند مستوى دلالة 0.01 وكذا عند مستوى الدلالة $1.980 = 0.05$ وعلى ضوء هذه المعطيات يمكن القول أن قيمة (ت) المحسوبة والمقدرة بـ 32.114 أكبر من قيمة (ت) الجدولية في مختلف الحالات نستخلص أن الفروق الحاصلة بين الثانويات الدرجات الخام لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي دالة إحصائياً بين الممارسين وغير الممارسين في درجة التوافق مما يدل أنهم أكثر قدرة على التوافق من الناحية النفسية والاجتماعية وبالتالي هم أكثر قدرة على إشباع حاجياتهم وتلبية مطالبهم مما يؤدي على خفض التوتر وتحقيق التوازن والانسجام مع البيئة المحيطة بهم ومسايرة المعايير الاجتماعية والتغير الاجتماعي وإقامة علاقات ناجحة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع وهم أكثر تقبل للنقد والمشاركة في النشاط الاجتماعي مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية مما يعطيهم فرصة لنمو الشخصية والتي يعرفها الباحثون على أنها قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع البيئة المحيطة به والشعور بالسعادة وتحديد أهداف وفلسفة سليمة للحياة يسعى إلى تحقيقها إذن ممارسة التربية البدنية والرياضية تعمل على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي وبالتالي بناء الشخصية المتكاملة والمتوازنة من جميع النواحي.

2 مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

من خلال النتائج المحصل عليها والتي جاء مفادها إن الممارسين للتربية البدنية والرياضية هم أكثر توافق نفسيا من غير الممارسين لها وبالرجوع إلى نتائج الدراسات السابقة والمتمثلة في دراسة رشا عبد الرحمن محمد والي والتي خلصت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية لمعدلات لتحسن في التوافق النفسي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة الضابطة بنسبة 5.38% وهذا مما عكس أثر برنامج الأنشطة الرياضية المقترحة في زيادة معدل التحسن في التوافق النفسي، وعليه فالنشاط البدني الرياضي يلعب دور في تحقيق التوافق النفسي وبالتالي هو أكثر تحقيق وإشباع لحاجات المراهقين ودوافعهم ومن هذا المنطلق يمكن القول أنهم يتميزون بالضبط الذاتي وتحليلهم وتقدير المسؤولية وأكثر مساهمة لمعايير المجتمع ولمواصفاته والثقافية وذلك من خلال القدرة على القيام باستجابات متنوعة تتلاءم والمواقف المختلفة إضافة على أنهم يتميزون بفاعلية الاستجابة تجاه المتوقعات الاجتماعية ومدى استعدادهم لهذه الأخيرة وبالتالي تتناسب وسلوكياتهم مع ما يحدث في البيئة من تغيرات، والتحكم فيها وبالتالي أكثر فاعلية لتحقيق الطاقة الكامنة للإدراك والشعور بالسعادة مع النفس والرضا عنها وإشباع الدوافع والحاجات الداخلية الأولية والفطرية والثانوية وبالتالي فممارسة التربية البدنية والرياضية لها أهمية بالغة في تحقيق التوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

كما أن هناك فروق دالة إحصائية وواضحة تبين التباين الموجود بين الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية وذلك ما أثبتته دراستنا وعليه يمكن القول أن الفرضية الجزئية لأولى تحققت.

3 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال النتائج المحصل عليها والتي جاء مفادها أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية هم أكثر توافق اجتماعي من غير الممارسين لها والتي أوضحناها قيم فروق متوسطات الدرجات الخام لبعث التوافق الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين، وبالرجوع إلى الدراسات السابقة والمتمثلة في دراسة رشا عبد الرحمن محمد والي بعنوان تأثير برنامج للألعاب التمهيدية الجماعية على النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الإعدادية والتي خلصت نتائجها إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية لمعدلات التحسن للتوافق الاجتماعي بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية بنسبة 9.65% وهذا مما عكس أثر برنامج الأنشطة الرياضية المقترحة في زيادة معدل التحسن في التوافق الاجتماعي وعليه فممارسة التربية البدنية والرياضية تلعب دور في تحقيق التوافق

الاجتماعي من خلال تشكيل الاتجاهات والسلوكيات المواجهة للمواقف الجديدة والشعور بالأمن الاجتماعي وتحقيق السعادة مع الآخرين والتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغيير والتفاعل الاجتماعي السليم وبالتالي الوصول إلى الصحة الاجتماعية وأخيراً تحقيق حالة الانسجام والاتزان في العلاقة التلاميذ المراهق بأصدقائه وأفراد أسرته وبيئته المحلية ومجتمعه الكثير ما يؤدي إلى إشباع حاجاته مع قبول ما يفرضه عليه من مطالب والالتزامات وما يرضيه له من معايير وقيم وبالتالي إنشاء علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها، إذن التربية البدنية والرياضية لها أهمية في تحقيق التوافق النفسي، كما ن هناك فروق دالة إحصائية تبين التباين الموجود بين الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين للتربية لبدنية والرياضية وذلك ما أثبتته دراستنا وعليه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية تحققت.

استنتاج عام:

يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الأولى والفرضية الجزئية الثانية تحققت، التي كانت تهدف إلى معرفة الفروق المعنوية في متوسطات درجات كل من أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي وبكل ما يتضمنه كل بعد سواء البعد النفسي الذي تمثل في المهارات الشخصية، الإحساس بالقيمة الذاتية، الاعتماد على النفس، التحرر إلى الميل للإنفراد، والحالة الصحية والانفعالية حيث كانت "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجذولية وهذا ما يدل على أن الفروق كانت دالة إحصائياً في كل من مكونات البعد النفسي. وفيما يخص البعد الاجتماعي كذلك كانت الفروق كلها دالة إحصائياً هذا ما يدل على أن "ت" المحسوبة أكبر من "ت" الجذولية التي فسرتها النتائج المتوصل إليها من خلال المكونات التالية:

اللياقة في التعامل مع الآخرين والامتنال للجماعة والقدرة على القيادة والتواصل والترابط العلاقات في الأسرة ناهيك عن العلاقات في المدرسة والبيئة المحيطة والتي أكدت على أن الممارسين يتمتعون بدرجة أكبر في التوافق الاجتماعي عكس الغير الممارسين.

وفي هذا يمكننا القول أن هذه النتائج تتفق إلى درجة كبيرة مع نتائج الدراسات السابقة والتي أظهرت أن في المجال الرياضي توجد علاقة إيجابية بين أنماط التوافق النفسي والنجاح الدراسي وأن هناك فروق بين المتفوقين رياضياً وغير المتفوقين رياضياً في التوافق النفسي لصالح المتفوقين والافتراض النظري والمؤكد للسمات الإيجابية للتلاميذ المراهقين ومن خلاله تبين لنا أن الأنشطة البدنية والرياضية وسيلة لتحقيق غاية كبرى وهي بناء الفرد ذو الشخصية متوازنة متكاملة من جميع النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية من خلال اكتساب التلميذ المراهق قدرة على تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي في شتى المجالات الرياضية ومن هذا يمكننا القول على أن ممارسة التربية البدنية والرياضية يمكن من خلالها تحقيق الاستقرار النفسي إرضاء دوافعه تساعد على الاطمئنان والتعبير عن شخصية وتنمي السمات الإدارية والخلقية للأفراد فهي تكسبهم قوة العزيمة والصبر وإكسابهم الروح الرياضية العالية وهذا ما يؤدي بنا إلى القول أن الممارس للتربية البدنية والرياضية ليس في مستوى الغير الممارس لعدة عوامل غير متوازنة تماماً تعرقل السير الحسن للمراهق فعملي التوافق النفسي والاجتماعي لا يتحقق إلا بـ أبعادها وفي هذا تنمي العوامل والمظاهر النفسية والاجتماعية.

الاقتراحات:

- من خلال الدراسة التي قمنا بها توصلنا إلى نتائج واستنتاجات في الباب التطبيقي، تثبت بأن التربية البدنية والرياضية لها دور في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي.
- وقد ارتأينا في الأخير تقديم اقتراحات وتوصيات إلى كل من يهتم الأمر، من أولياء ومربين ومسؤولين للاقتداء بها وتنفيذها، أملين في أن نكون قد ساهمنا في تكوين جيل سليم من جميع النواحي، وخاصة الاجتماعية والنفسية، وهذه الاقتراحات والتوصيات تتمثل في:
- 1- إعطاء أكثر أهمية واهتمام بالمراهقين، باعتبارهم فئة بقدر ما هي مفعمة بالحياة والنشاط، بقدر ما هي حساسة وشديدة التأثير والتغير، لذلك توجيهها والاهتمام بها وذلك يكون بصرفها للممارسة الرياضة والتي تبدأ بالمؤسسات التربوية التعليمية.
 - 2- توعية التلاميذ بأهمية ممارسة التربية البدنية والرياضية، لما لها من فوائد نفسية وبدنية وعقلية على المراهق.
 - 3- زيادة عدد حصص التربية البدنية والرياضية للوصول إلى الأهداف المرجوة منها، والرفع إن أمكن معاملها لزيادة الاهتمام بها والدفع إلى ممارستها.
 - 4- ننصح الأولياء بتوطيد العلاقة مع أبنائهم المراهقين خاصة، والتعامل بأكثر ليونة وتفهم مع الأبعاد عن أسلوب القسوة والإهمال الذي يقابل حتما بالعناد واللامبالاة، مع محاولة صرف أبنائهم إلى الممارسة الرياضية عامة وتشجيعهم على المشاركة في حصص التربية البدنية والرياضية في المدارس.
 - 5- إبراز الصورة والدور الحقيقي للتربية البدنية والرياضية من الجانبين النفسي والاجتماعي، وتأثيرها على المراهق من خلال توعية وإرشاد الأولياء عم طريق برامج دورية ينشطها أساتذة وأطباء مختصون.
 - 6- تحسين ظروف العمل وتوفير جميع الإمكانيات اللازمة، مما يساعد على أداء مهمة على أحسن وجه لكي نصل إلى تحقيق جميع أهداف الحصص.
 - 7- الاعتناء بأساتذة التربية البدنية والرياضة ورسكلتهم في ميدان علم النفس الحديث وتقنيات التدريب.
 - 8- تحسين الأساتذة بالاهتمام بالمشاكل النفسية والاجتماعية التي يعاني منها المراهق ومساعدته في حلها.
 - 9- ضرورة وعي الإدارة المدرسية بالدور المهم الذي يؤديه الأخصائي النفسي في المدرسة بالتنسيق مع أساتذة التربية البدنية والرياضية.

- 10- التوعية لأهمية مادة التربية البدنية والرياضية في خلق التوافق النفسي والاندماج الاجتماعي للمراهق.
- 11- تدخل وسائل الإعلام لتحسيس بالدور النفسي والاجتماعي لحصة التربية البدنية والرياضية، وكذا توعية المجتمع بأهمية التربية البدنية والرياضة على الفرد عامة والمراهق خاصة.
- وفي الأخير نرجو من كل المسؤولين والمربين والأولياء أخذ هذه الاقتراحات والتوصيات بعين الاعتبار والعمل بتجسيدها على أرض الواقع إذا أمكن ذلك.

خاتمة.

من خلال بحثنا هذا تطرقنا إلى التعريف بأهمية التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لتلميذ المرحلة الثانوية والعوامل المؤثرة في ذلك، فكانت الفكرة الرئيسية والهامة التي استوحيناها من خلال بحثنا هذا واستنادا على الدراسات التطبيقية التي قمنا بها، باستعمال أدوات بحثنا وبعد تحليلنا واستخلاص النتائج، وجدنا التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية يتميزون بمفهوم إيجابي لشخصيتهم والذي أدى بهم إلى التوافق الحسن في صحتهم النفسية، علما أن التلاميذ ومن خلال ممارسته للأنشطة البدنية هم أشخاص الذين يحققون أدوارا مثالية في علاقتهم بمجتمعهم بقدر ما يكون التلاميذ أسوياء السلوك متوافقين، وفي ضوء هذه الدراسات أمكننا التأكد من أن الاختلاف في مستويات ودرجات التوافق ودرجات التوافق عند تلاميذ الممارسين والغير ممارسين للتربية البدنية والرياضية.

فهذه العملية التربوية تتيح آثار على الفرد والمجتمع ولكي تحقق بلادنا ما حققته الدول المتقدمة وتواكب ما توصلت إليه من إنجازات، وعليه يجب أن نولي التلميذ العناية الكاملة والكافية بشخصية بمساعدته في الوصول إلى ما يصبوا إليه، فالتربية الوطنية تعتبر الوسيلة المثلى للتحكم في سلوكيات المراهق وذلك بتوظيفها في استثمار قدراته في المجتمع فلا أحد يجادل في مكانة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للمراهق وعلى هذا الأساس فمن الواجب أن نعطيها حقها الكامل من الاهتمام حتى يتمكن أبنائنا من التعبير عن أنفسهم من خلال ممارستها، وحتى يكون لديهم اتزان نفسي واجتماعي، لذلك فعلى الأساتذة والمعلمين في هذا الميدان أن يدركوا الغاية المرجوة من ممارسته التربية البدنية والرياضية والمتمثلة في بناء الشخصية المتوازنة والمتكاملة والتي لها دور فعال في بناء مجتمع متقدم ذو شخصية قوية متوازنة متكاملة لا يمكن لأي انتقادها على سبيل بناء مجتمع متكامل يحقق أغراضه التربوية من كل الجوانب العقلية النفسية، البدنية، الاجتماعية،

وفي هذا لنا أمنية مواصلة الدراسة التي تطرقنا إليها.

الملاحق

جامعة قاصدي مرباح – ورقلة-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

استمارة موجهة إلى التلاميذ

أكون لك شاكرا لو قمت بإجابة على هذه الأسئلة التي تدور حول أهمية التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية، والرجاء أن تكون إجابتك معبرة عما تشعر به دون أن تذكر اسمك

نموذج الإجابة:

العبارات	نعم	لا
أنا متعاون مع زملائي	X	

فيما يلي مقياس يهدف إلى قياس التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية، وتوجد استجابتان هي: نعم، لا.

والمطلوب منك قراءة كل عبارة بدقة، والإجابة عليها بأول انطباع يتكون لديك، بمعنى:

وضع علامة (X) تحت عمود نعم في حالة المعنى المتضمن في العبارة ينطبق عليك.

وضع علامة (X) تحت عمود لا في حالة المعنى المتضمن في العبارة لا ينطبق عليك.

وضع أكثر من علامة لعبارة واحدة يلغي درجة هذه العبارة.

الإجابة على جميع عبارات المقياس، ولا تترك عبارة بدون إجابة.

الالتزام بزمن الإجابة على عبارات المقياس، وهو : 45 دقيقة.

ملاحظات:

لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، وإنما المطلوب معرفة إجابتك انطباع لديك.

إجابتك على هذا المقياس سرية، وليس لها علاقة بدرجاتك في المواد الدراسية وتستخدم في أغراض البحث العلمي فقط.

الرقم	عبارات المقياس		الاستجابة	
			نعم	لا
1	أفكر كثيرا في الابتعاد عن الآخرين			
2	أنا متعاون مع زملائي			
3	أتمتع بحسن التصرف			
4	يمكنني قيادة الفريق وإعطاء لكل فرد دور			
5	أتردد في الإجابة على الأسئلة الشفوية للمعلم			
6	ارتدى ملابس لائقة			
7	أسعى لاكتساب صداقات جديدة.			
8	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري تجاه الآخرين			
9	أحسن بالرضا عن نفسي			
10	أعتمد على غيري في تلبية احتياجاتي			
11	كثيرا ما أشعر بالكراهية لنفسي			
12	كثيرا ما أشعر بحبي لذاتي			
13	أمارس اللعبة التي أحبها عادة			
14	أجد صعوبة في بدء حديث مع تلميذ تعرفت عليه لأول مرة			
15	أقوم بإنجاز واجباتي المدرسية بنفسي			
16	ألقي القمامة من النوافذ خارج الفصل			
17	أستطيع تكوين صداقات جديدة			
18	كثيرا ما أعاني من الوحدة			
19	أشعر كثيرا بالضيق والاكتئاب			
20	أحافظ على مشاعر جيواني			
21	أشعر كثيرا بالخجل			

22	أميل إلى الوقوف في مؤخرة الطابور المدرسي	
23	أشعر بأن سمعي ثقيل	
24	أنتمي إلى إحدى جماعات النشاط المدرسي وأنسجم معهم، مثل: أنشطة التربية الرياضية والكاشفة - جماعة الصحافة- جماعة المسرح.. وغيرها	
25	أشعر بالسعادة في تعاملي مع الجيران وأهل الحي	
26	أشعر بالتوتر عندما يسألني المعلم أثناء الحصة.	
27	أشعر بالتعب عقب حصة التربية الرياضية	
28	أعاني من الوزن الزائد بالنسبة لزملائي	
29	أعتبر نفسي عصيبا إلى حد ما	
30	لدي لياقة بدنية عالية	
31	أسيطر على انفعالاتي	
32	تتقلب حالتي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب	
33	لدى إحساس بالرغبة في عقاب نفسي	
34	عندما أغضب أضرب الكراسي والإدراج بعضا	
35	أغضب بسهولة وأهدأ بسرعة	
36	أتضايق من تدخل الآخرين في شؤوني	
37	أعتقد بأنني مطيع لوالدي	
38	ألتزم بالحضور للمدرسة في المواعيد المحددة	
39	أحرص على مشاركة الآخرين في أفراحهم وأحزانهم	
40	أحب مساعدة غيري	
41	أشعر بأنني أنتمي لمن حولي	
42	عادة ما يحتاج إلى زملائي	
43	أشعر بالفرح عند سماع نجاح زملائي	

44	أمتثل لإرشادات ونصائح المعلمين
45	أحسن اختيار أصدقائي
46	أقبل دعوة زملائي لي لحضور أي مناسبة
47	ألتزم بأخلاقيات المجتمع الذي أعيش فيه
48	أحافظ على أثاث وأدوات المدرسة
49	أشعر بأني أعامل زملائي معاملة حسنة لائقة
50	أطوع لتحمل المسؤولية من أجل زملائي
51	يتاح لي إبداء الرأي في مختلف الأمور
52	أشعر بأن أسرتي تحاول أن تتخذ لي قراراتي بدلا مني
53	لدى القدرة على التضحية وخدمة الآخرين
54	أستطيع التأثير في الآخرين
55	أعتمد على نفسي في قضاء حاجاتي
56	أحظى بالحب والرعاية من قبل أسرتي
57	أقوم بدعوة أقاربي لحضور أي مناسبة تخصني
58	تتسم علاقتي بأخوتي بالحب والتفاهم
59	أشعر أنني موضع تقدير واحترام من الآخرين
60	غالبا ما تنتهي مشكلاتي مع أخوتي قبل أن تبدأ
61	أشعر بأن يجب على رد الجميل لزميل قدم لي أية خدمة
62	أتبع آداب الدخول والخروج للفصل
63	أحافظ على نظافة مدرستي
64	أغيب كثيرا عن المدرسة بسبب المرض
65	أحافظ على أدوات الأنشطة المدرسية المختلفة
66	أحب أن اشترك مع زملائي في بعض الرحلات المدرسية

67	أقبل عادات وتقاليـد وقيم مجتمعي		
68	أضايـق كثيرا عندما يناديني المعلم فجأة للإجابة على سؤال ما		
69	ينظر إلى المعلمون على أنني تلميذ مجتهد		
70	أشعر بالضيق بسبب حصولي على درجات ضعيفة من التعلم		
71	أشعر بأن المحافظة على الممتلكات العامة أمر بالغ الأهمية		
72	أحرص على إقامة علاقات طيبة مع جيراني		
73	أراجع في قراراتي عندما يختلف معي زملائي		
74	أستعمل نظارة طبية		
75	قدرتي على التحصيل الدراسي أفضل من زملائي		
76	أتولى قيادة الفصل في حصة التربية البدنية والرياضية.		

المراجع

المراجع

باللغة العربية:

الكتب:

- 1 - الرشيدى بشير صالح، مناهج البحث التربوي. دار الكتاب الحديث، 2000.
- 2 - أبو النيل محمد سيد، علم النفس الاجتماعي دراسات عربية وعالمية. ج 1، الجهاز المركزي للكتب الجامعية، 1984.
- 3 - إسماعيل محمد عماد الدين، النمو في فترة المراهقة. الكويت: دار القلم، 1986 .
- 4 - أمين مصطفى، تاريخ التربية. القاهرة: دار الفكر العربي، سنة 1926.
- 5 - أيير رونيه ، التربية العامة. بيروت: دار العلم للملايين، سنة 1982.
- 6 - بدر أحمد، أصول البحث العلمي ومناهجه. الكويت: وكالة المطبوعات، 1979.
- 7 - بسيوني عميرة إبراهيم، مناهج البحث التربوي. مصر: دار المعارف، 1974.
- 8 - بسيوني محمد عوض، يصل ياسين الشاطي، نظريات وطرق التربية البدنية. ط2، الجزائر : و.م.ج، 1992.
- 9 - بسيوني محمود عوض، فيصل ياسين الشاطي، نفس المصدر.
- 10 - بوثلجة غياث، أهداف التربية وطرق تحقيقها. الجزائر: د.دج ، 1989.
- 11 - الجسماني عبد العالي، علم النفس والتعليم. ط1، بيروت: دار العربية للعلوم، 1994.
- 12 - جلال سعد، المرجع في علم النفس. ط1، القاهرة دار المعارف بمصدر، 1971..
- 13 - جلال سعد، الصحة العقلية الأمراض النفسية والانحرافات السلوكية. مصر: دار المطبوعات الحديثة ، ب.س.
- 14 - حشمت حسين أحمد و ناهي مصطفى حسين ، التوافق النفسي والتوازن الوظيفي. ط1، مصر: الدار العلمية للنشر والتوزيع الأهرام 2006.
- 15 - الخولي أنور أمين، أصول التربية البدنية، والرياضية. ط1، القاهرة: دار الفكر العربي ، 1998.
- 16 - خيرى سيد محمد، الإحصاء النفسي. القاهرة: دار الفكر العربي ، 1997.

- 17 - دسوقي كمال، علم النفس ودراسة التوافق. ط2، مصر: ب.د.ن، 1976.
- 18 - الدهري حسن صالح، الشخصية والصحة النفسية. الاردن: دار الكندي للنشر والتوزيع، 1999.
- 19 - راجح أحمد عزت، علم النفس الصناعي. ط3، مصر: دار القومية، 1965 .
- 20 - راجح أحمد عزت ، أصول علم النفس. ط10، الاسكندرية: المكتب المصري الحديث، سنة 1976 .
- 21 - رزوق أسعد، موسوعة علم النفس. بيروت: مكتبة لبنان، ب.س .
- 22 - زهران حامد عبد السلام، الصحة النفسية. ط1، القاهرة: عالم الكتاب ، 1978.
- 23 - زهران حامد عبد السلام، علم النفس الاجتماعي. ط5، القاهرة: عالم الكتاب، 1984.
- 24 - زيدان مصطفى ، النمو النفسي للطفل والمراهقة والأسس الصحيحة. ط1، جدة: دار الشرق، ب.ت.
- 25 - السيد الهابطك محمد، التكيف والصحة النفسية. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث، 1990.
- 26 - شفيق زكي محمد، البحث العلمي الخطوات والمنهج لإعداد البحوث الاجتماعية . مصر: المكتب الجامعي، 1985.
- 27 - صالح أحمد زكي ، علم النفس التربوي. مصر: مكتبة النهضة، 1992.
- 28 - صالح عباس أحمد ، طرق تدريس التربية الرياضية. مصر: عالم الكتاب ، سنة 1981.
- 29 - عزمي سعيد محمد ، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية. الاسكندرية: منشأة المعارف ، 1996.
- 30 - عضاضة أحمد مختار ، التربية العلمية التطبيقية في المدارس التكميلية . ط3، بيروت: مؤسسة الشرق الأوسط للطباعة والنشر ، ب.ت.
- 31 - عقاق عبد الكريم ، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية. دار المغرب ، 1987.
- 32 - علاوة محمد حسين، علم النفس الرياضي. ط3، مصر: دار العارف ، 1995.
- 33 - علي الحاج فايز، الصحة النفسية. ط1، بيروت: المكتب الإسلامي، 1984.
- 34 - العيسوي عبد الرحمان، مناهج البحث العلمي. مصر: المكتب العربي الحديث، 1996.
- 35 - الفائدي علي بشير ، إبراهيم حكومة زايد فوائد عبد الوهاب ، المرشد التربوي الرياضي . طرابلس: المنشآت للنشر والتوزيع والإعلام ، 1983.

- 36 - قاسم محمود، المنطلق الحديث ومناهج البحث. ط 5، القاهرة: دار المعارف، 1976.
- 37 - القاضي يوسف مصطفى آخرون، الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي. ط 1، المملكة العربية السعودية: دار المرخ الرياضي، 1981.
- 38 - محجوب وجيه، طرائق البحث العلمي ومناهجه. الموصل: دار الكتاب للطباعة والنشر، 1991.
- 39 - مذكور على أحمد، مناهج التربية أسسها تطبيقها. ط 1، مصر: دار الفكر، 1998.
- 40 - مصطفى فهمي، دراسات سيكولوجية التكيف. ط 1، مصر: المكتب العربي الحديث، 1987.
- 41 - ميغاريوس صموئيل، الصحة النفسية والعمل المدرسي. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية، 1974.

المذكرات والرسائل:

- 1 - أحمد فهمي سمية، مجالات الصحة النفسية في المدرسة. القاهرة: بحوث منشورة في حوليات كلية البنات جامعة عين شمس، 1989.
- 2 - الأطرش حسين محمد، التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته. ليبيا: رسالة ماجستير غير منشورة جامعة 7 أكتوبر، 2005.
- 3 - بدر يونس نعيمة محمد، دراسة المناخ المدرسي في المرحلة الثانوية وعلاقته بالتوافق النفسي للطلاب. القاهرة: رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية جامعة عين شمس، 1983.
- 4 - جابر نصر الدين، علاقة التقبل الرفض الوالدي بتكيف الأبناء. الجزائر: رسالة دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر، 1997.
- 5 - رزين العابدين عبد الرحمان كاميليا، تأثير برنامج ترويجي على التوافق النفسي لدى المسنين. مصر رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية بجمعة طنطا، 2003.
- 6 - السيد محمد صديق محمد، مدى فاعلية برنامج للإرشاد النفسي الجماعي في تحقيق التوافق النفسي للطلاب الموهوبين بالتعليم الثانوي. القاهرة: دراسة أكاديمية، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، 1997.
- 7 - طه فرج عبد القادر، سيكولوجية المعوقة للإنتاج. القاهرة: دراسة ثانوية ميدانية في التوافق المهني الصحي النفسية، مكتبة الحاجي، ب.ت.

- 8 - عبده مخائيل، سوء التوافق عند الطلاب المراهقين. القاهرة: رسالة دكتوراة غير منشورة بمعهد الدراسات العليا للطفولة، الدراسات النفسية والاجتماعية، دار المعارف بمصر، 1971.
- 9 - قريشي عبد الكريم، علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي لطلاب المرحلة الثانوية . القاهرة : رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة عين شمس، 1988.
- 10 - مرحاب صالح أحمد، التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح. القاهرة: رسالة دكتوراة غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، الدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة عين الشمس، 1984.
- 11 - نفيسة جمعون، التوافق النفسي والاجتماعي للتلميذ المبتكر . رسالة ماجستير في علوم التجريبية، سنة 2001.

باللغة الفرنسية:

الكتب

- 1- CRICK N.R GROTETER J.K.: RELATION AGGRESSION, GENDER
- 2- ND SOCIAL PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT, CHILD DEVELOPMENT, V66, 1995.

الجرائد والمجلات:

- 1- ABRAHAM S: THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY ADJUSTMENT AND ACHIEVEMENT IN PHYSICAL ACTIVITIIES , INTERNATIONAL JOURNAL OF PSYCHOLOGY 1.11 NO.3, 1980.

أهمية التربية البدنية والرياضية في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية دراسة متمحورة حول البعد النفسي الاجتماعي

الملخص: عنوان البحث الحالي هو " أهمية التربية البدنية والرياضية لتحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية الرويسات دراسة متمحورة حول البعد النفسي الاجتماعي، فقد تمكن الباحثان بعون الله وتوفيقه من إتمام هذا البحث الذي يهدف إلى محاولة الوقوف على مدى أهمية التربية البدنية والرياضة في الثانوية ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه ومحاولة الوقوف على مشاكل التلاميذ في سن المراهقة، ووضع الأسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية كما يهدف إلى التعرف على الممارسين والغير الممارسين للتربية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية، وطبقت الدراسة على عينة عشوائية بلغت 100 تلميذ 50 ممارس لتربية البدنية والرياضة و50 غير ممارسين لها في المرحلة الثانوية بالرويسات، واستخدم الباحثان مقياس التوافق النفسي الاجتماعي الذي أعدته الباحثة المصرية "رشا عبد الرحمان والي سنة 2007، كما استخدم الباحثان معامل الارتباط يرسون للكشف عن العلاقة بين المتفرقين، حيث أظهرت النتائج أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضة يتميزون عن غيرهم الممارسين في جميع أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي، وتم توظيف اختبار " T " عند مستوى الدالة 0.05 لتحديد الفروق بين الممارسين والغير الممارسين، حيث توصلت النتائج إلى وجود فروق بين الممارسين والغير الممارسين في كافة الإبعاد وهذا ما يؤكد صحة الفرضيات المطروحة، وخرجت الدراسة بمجموعة من التوصيات أهمها تشجيع الممارسة الرياضية المستمرة التي تساهم في خفض درجة العدوانية وخلق السمات الإيجابية ومحاولة تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي من خلال التربية البدنية والرياضية.

الكلمات المفتاحية: التربية البدنية والرياضية، التوافق النفسي الاجتماعي، المرحلة الثانوية.

Abstract

The extent to which physical and sports to achieve social psychological adjustment of secondary education students - ROUISSAT - a study focusing on the psychosocial dimension.

The researcher may God help and advice to complete this research , which aims to try to stand on the importance of physical education in high school and the extent of its contribution to the preparation of individual interest in all its aspects and to try to identify the problems of students at the age of adolescence and family situation of education in the right way to know the status of education and sport in the education system the fight against the problems of high school students also aims to identify non-practitioners and practitioners of education degree in the social psychological adjustment of secondary schoolstudents, and implemented a study on a random sample of 100 students 50 practitioners of physical education and sports and 50 non- practitioners in the secondary stage for some secondary schools ROUISSAT , the researcher and the use of psycho - social measure compatibility prepared by the Egyptian scholar, " Rasha Abdel Rahman and 2007. The researcher used the correlation coefficient raises to reveal the relationship between scattered , where the results showed that the practice of students of physical education and sports differ from other non- practitioners in all aspects of the social psychological adjustment, were recruited test "T" " T " function at the 0.05 level to identify the differences between practitioners and nonractitioners, which results in the existence of differences between practitioners and nonractitioners in all dimensions , which confirms the validity of assumptions, the study was released the largest set of recommendations to encourage the practice of sports that have continued to contribute to reduce the level of aggression and the creation of positive features and try to reach a social consensus through denial of physical education and sports .

Key Words: Physical Education and Sports, Compatibility psychosocial, Secondary.