



عنوان الدراسة

الاسم : عبد القادر - اللقب: بكة

الاسم : حكيم - اللقب : عقون

الثانية ماستر: علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تحت إشراف : أ- بن قويدر ابراهيم العبد

أهمية الممارسة الرياضية اللاصفية وانعكاسها على مستوى التحصيل الدراسي لدى التلاميذ المراهقين (15-18 سنة)

الإشكالية:

تعتبر الممارسة الرياضية من المواضيع المعالجة بكثرة من قبل العلماء في الميدان، باعتبارها سلوكا فعليا للممارسة فهو لا يضل سلوكا بعيدا عن بقية السلوكيات الفردية والجماعية التي تتعلق بشتى الجوانب: الاجتماعية، الثقافية، النفسية، الصحية، والأخلاقية. فهي بالإضافة إلى أنها أكثر الأساليب وطرق الرعاية اجتذابا للطلبة، فإنها أيضا أداة فعالة في تأهيل الجوانب الرعاية المادية الأخرى كالعمل والفعل، ولا غرابة اذا شاهدنا أكثر الدول تقدما في تنفيذ برامج الرعاية تظهر أكثر واقعية والاستمرار بالنسبة لواقعنا، حيث تأخذ اهتماما أوسع للجماهير.

ان التقدم الشامل في مناهج الرياضة و أساليبها وأهدافها جعلها أكثر عمقا في تغير التحولات البدنية، الذهنية العلمية والصحية، فأصبحت الرياضة الآن طريقا علميا في تحقيق التقدم، وفي إعداد الأرضية الصالحة بشريا، ذهنيا، ونفسيا لانجاز التحولات الشاملة التي تتطلبها المرحلة الآتية في حياة المجتمع. فأصبحت الرياضة تآلف مدخلا رحبا إلى رعاية الشباب لتحقيق أهداف مركبة تشغل اهتمامات أساسية للفرد.

ان الممارسة الرياضية توفر للطفل المراهق الراحة الجسمية، النفسية، باعتبارها تعبير عن ما هو شعوري ومكبوت، وكذلك لإبراز حرياته ووجوده كفرد لم تمنح له فرصة لاثبات النفس، أو هو عبارة عن وقت فراغ حركي إرادي وحر يهدف إلى الانشراح والشخصية وتحضيره. وهي من حق كل فئات المجتمع دون التمييز في العمر الجنس وهي منتظمة و مزورة في الأوساط الخارجية عن المدرسة، على شكل نشاط بدني ورياضي، على حسب أساس البرامج المرسومة الموضوعية لتطبيق من طرف المؤسسات والأجهزة العامة و الخاصة. فالمراهق في أمس الحاجة إلى ممارسة الرياضة، لكي ينمي قدراته ويخرج مكبوتا ته الداخلية، وتفسير بعض ما يصعب تفسيرها إلى اضطرابات نفسية محاولا بذلك جعل ممارسة الرياضة أداة وسيل للترويح النفسي ورغم كل ما توصل إليه الباحثون حول دور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في حياة المراهقين النفسية والدراسية، إلا أن البعض وللأسف يعتبرها مضيعة للوقت ووسيلة تضعف نتائج الدراسية للتلميذ.

فالممارسة الرياضية لها علاقة بالتحصيل الدراسي للتلاميذ، ويقاس مستوى التعلم لدى الفرد الى مستوى التحصيل في مختلف الاكتسابات العقلية والحركية التي ترجمت إلى سلوك خلال الحياة العملية ومنه نخلص إلى طرح التساؤلات التالية:

الإشكالية العامة:

هل الممارسة الرياضية اللاصفية لها دور في رفع المستوى الدراسي لدى التلاميذ المراهقين (15-18 سنة).

الإشكالية الجزئية:

- 1- هل النشاطات الفكرية في الممارسة اللاصفية لها دور في مستوى الأداء التحصيل الدراسي؟
- 2- هل التلميذ الممارس للرياضة اللاصفية يكون له مردود في حصة التربية البدنية والرياضية؟
- 3- هل النشاط الرياضي الممارس فردي أو جماعي له دور في تحسين المردود الاداء التحصيل الدراسي؟

فرضيات البحث:

الفرضية العامة:

الممارسة الرياضية اللاصفية لها دور في رفع مستوى التحصيل الدراسي لدى التلاميذ المراهقين (15-18 سنة)

الفرضيات الجزئية:

- النشاطات الفكرية في الممارسة اللاصفية لها دور في رفع المستوى أداء التحصيل الدراسي
- التلاميذ الممارسين للرياضة اللاصفية لهم مردود جيد في حصة التربية البدنية والرياضية ويحققون تحصيل دراسي.
- النشاط الرياضي الممارس فردي أو جماعي له دور في تحسين مردود الأداء التحصيل الدراسي.

أسباب اختيار الموضوع :

من الأسباب التي جعلتنا ودفعتنا إلى اختيار هذا الموضوع نجد:

- إقبال وميل التلاميذ للممارسة الرياضية اللاصفية.
- إلحاح الأولياء على توجيه أبنائهم إلى ممارسة الرياضة.
- شعور التلميذ بالملل والقلق الدائم مما يعود سلبا على تحصيلهم الدراسي .
- وجود فترات الفراغ في سائر أيام الأسبوع لدى التلاميذ.
- التجربة الشخصية ومعاشتها اليومية طيلة المشوار الدراسي.
- معرفة العلاقة الموجودة بين الممارسة الرياضية والتحصيل الدراسي.

مقدمة :

لقد أصبحت الممارسة الرياضية ظاهرة اجتماعية لها مكانة في جميع المؤسسات الخاصة التعليمية والتربوية، فهي تسعى إلى تكوين الفرد السليم القوي في المجتمع من كل النواحي، سواء البدنية أو العقلية، حيث تزودها بخبرات ومهارات تؤهله للتكيف مع مجتمعه، وبناء حياته، حيث أثبتت الدراسات الحديثة ومن بينها دراسة أقيمت في المعهد "ماكس بلان" حيث تثبت أن الممارسة الرياضية مهمة جدا لعقل الإنسان، لأن بالممارسة الرياضية يمكن للدماغ أن يعيد تجديد الخلايا". وقد يخطئ كثيرا من يظن أن الهدف الممارسة الرياضية مقتصر فقط على ترويض الأجسام القوية والعضلات بصورة آلية، بل إن هدف الممارسة فن ترويض كامل تساهم في تربية الجسم وتنشيط العقل ضمن عادات حسنة وأخلاق رفيعة، فالممارسة تساعد على تهيئة المواطن الصالح السليم في جسمه النير، وفي عقله الكريم في خلقه، ليكون مع أمثاله في المجتمع النشط الراقى، حيث يقال "العقل السليم في الجسم السليم"، فالتدريبات والتمارين الرياضية تنمي في الفرد الصحة والنشاط والشجاعة و الألعاب الجماعية تعود على النظام والطاعة والإخلاص، الشعور بالمسؤولية وضرورة التعاون مع الغير لهذا لاحظنا الإقبال الكثير للمراهقين على الانخراط في النوادي الرياضية المختلفة وخاصة منهم المعلمين، لأن التلميذ أثناء حياته الدراسية وبالضبط في المرحلة الثانوية يعيش أزمة المراهقة، بحيث يصادف مشاكل وتحويلات لا يفهمها متأثرا بنفسه من جهة ومع أفراد مجتمعه من جهة أخرى، في كل الضغوطات تؤثر على شخصيته عامة، وقد تكون أحد أسباب الانحراف والتشرد، حيث كل هذا يؤدي إلى ضعف النتائج المدرسية له خاصة، ممارسة الرياضية في النوادي تخفف من حدة هذه الضغوطات والاضطرابات، وتقوم بإدماجه في المجتمع و الاحتكاك بأفواده وتسعى أيضا الى الرفع من قدراته الشخصية والمعرفية التي تساعده على الاستقرار النفسي والاجتماعي من أجل مواصلة المشوار الدراسي بنجاح وتفوق. ولقد أصبح التخلف أو التراجع المدرسي محل الدراسات الحديثة، خاصة أن الجزائر في السنوات الأخيرة رفعت التحدي للحد من هذه الظاهرة وهذا بتصحيح وتعديل بعض البرامج وتغيير بعض المناهج، لكن نحن نحاول في دراستنا هذه تسليط الضوء على أهمية الممارسة الرياضية اللاصفية وانعكاسها على التحصيل الدراسي للتلاميذ المراهقين.

أهداف البحث:

- إبراز مدى أهمية الممارسة الرياضية اللاصفية عند التلاميذ وعلاقتها بالتحصيل الدراسي .
- التعرف على رغبات التلاميذ بالنسبة للأنشطة المفضلة، والتي تساعدهم في التحصيل الدراسي.
- الحوافز التي تساعد على الرفع من الممارسة الرياضية.
- لفت انتباه المسؤولين المعنيين (جمعيات رياضية، النوادي الرياضية...) كي يولوا الاهتمام الخاص وتوفير المناخ المناسب للتلاميذ للممارسة الرياضية اللاصفية.
- معرفة الفرق الموجود في النتائج المدرسية من التلاميذ الممارسين للرياضة في الأندية و زملائهم الذين لا يمارسونها.
- لإثراء مكتباتنا ببحوث ومعلومات قيمة.
- كشف الجوانب التي تؤثر فيها الممارسة الرياضية الخارجية.

قائمة المراجع:

- إعداد فريق من الأخصائيين ، جسمك كله عجبنا، دار الحضارة الجزائر، ص 38.
- وسام إسماعيل، الطريقة الوحيدة لتخفيف الوزن، دار الإرشاد للنشر، سوريا 2008 ص 119.
- نجم الدين السمرودي ، مايدن رعاية الشباب، العراق 1988 ص 40 .
- جلال جمال ، مذكرة لنيل شهادة الدراسات العليا في منهجية الرياضة، أعمال العنف والشغب في الملاعب، 1990 ص 12.
- مدى محمد الناشق وآخرون، إدارة الصف المدرسي، دار الفكر العربي ، القاهرة دار المناهج للطباعة، 1994 ، ص 125 -126.
- العبد أزوجة، دراسة تحليلية لأثر بعض السمات الانفعالية والتربوية عند المعلم على التلميذ، جامعة الجزائر 1982 ،ص34.
- عصام بدوي، موسوعة التنظيم والادارة في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة،ص291.
- عبد الرحمان الوافي، قاموس مصطلح علم النفس ص36
- السيد خير الله، بحوث نفسية وتربوية، دار النهضة العربية بيروت لبنان 1981 ص76
- محمد عباد الدين إسماعيل، النمو، مرحلة المراهقة ط1 دار الفكر 1982 ص39
- محمد عبد الرحمان عدس، مرجع سابق ص59
- فاخر عاقل معجم علم النفس، دار العلم السالبيين ط3 1979 ص81
- صالح عبد العزيز، التربية وطرق التدريس دار المعارف القاهرة ط2 ، 1986 ص 85
- نعيم الرفاعي، الصحة النفسية، مطبعة طبرين، دمشق، ط1 1977 ص 46