



جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد - باتنة 2  
مخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE)



MOSTEFA BENBOULAI D BATNA 2 UNIVERSITY  
Laboratory of Technological Sciences for Educational Sports Activities



# مجلة الأوراس لعلوم الرياضة

# Journal of Auras Sports Sciences

العدد  
- 00 -

فيفري 2023

المجلد  
- 01 -

VOLUME  
- 01 -

February 2023

NUMBER  
- 00 -

ISSN 2830-9987

ISSN 2830-9987

مجلة علمية محكمة تصدر عن مخبر العلوم التكنولوجية  
للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE)

Refereed scientific journal published by the Laboratory of Technological  
Sciences for Educational Sports Activities (LSTASE)

✉ journal.lstase@univ-batna2.dz 🌐 www.univ-batna2.dz ☎ 0021333230155

✉ journal.lstase@univ-batna2.dz 🌐 www.univ-batna2.dz ☎ 0021333230155



جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد - باتنة 02.  
معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية  
مخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE)

# مجلة الأوراس لعلوم الرياضة

مجلة علمية محكمة تصدر عن مخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية  
التربوية (LSTASE)

## التعريف بمخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE)

استجابة لمتطلبات المشروع الوطني لترقية البحث العلمي الهادف إلى تحقيق الغايات السامية للتنمية الوطنية، جاءت فكرة إنشاء مخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية التربوية من اقتراح مجموعة من أساتذة معهد علوموتقنيات النشاطات البدنية والرياضية الذي عرف تطورا ملحوظا كما يتكون هذا المخبر من مجموعة من الباحثين موزعين على أربع فرق بحث، تعمل على محاور بحث مختلفة، الاولى بعنوان {انتقاء المواهب الرياضية}، والثانية {الألعاب الرياضية في الروضة}، الثالثة {النشاط الرياضي لذوي الاحتياجات الخاصة}، والفرقة الرابعة {بيوميكانيك النشاط الرياضي}، هذه الفرق تهدف إلى تطوير وفتح آفاق البحث العلمي في مجال النشاط الرياضي التربوي، وذلك من خلال إجراء البحوث والتجارب المخبرية والميدانية في كثير من الموضوعات التي تخدم الأهداف (الصحية والتربوية والتنمية الاجتماعية والاقتصادية) للنشاطات الرياضية التربوية المتعلقة بجميع الفئات المستهدفة، وكذا كافة المستويات من المرحلة التحضيرية (الروضة) مرورا بالمرحلة الابتدائية، المتوسطة، الثانوية، وصولا إلى المستوى الجامعي، ويهدف المخبر إلى توفير بيئة بحثية للأساتذة المختصين من أجل إجراء البحوث العلمية المختلفة في الظروف الملائمة، وكذا تمكين طلاب الدراسات العليا بالمعهد من إجراء التجارب المخبرية والميدانية تحت إشراف أساتذتهم ومشرفيهم، وتنظيم الندوات والايام الدراسية الملتقيات والمؤتمرات العلمية، والعمل بالتعاون مع مخابري بحث أخرى سواء كانت داخل الوطن أو خارجه، وكل هذا من أجل المساهمة في ترقية البحث في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، وكذا تحقيق الأهداف السامية للبحث العلمي، ويسعى الباحثين المنتسبين للمخبر تحقيق الأهداف المسطرة بالمخبر كتقييم واقع النشاط الرياضي التربوي، ومحاولة اقتراح مناهج تربوية ورياضية جديدة تعمل على تحقيق الأهداف التربوية وفقا لخصائص المجتمع الجزائري، والعمل على تطوير الرياضة المدرسية والجامعية والنهوض بها لمواكبة المستوى الدولي، من خلال تأليف ونشر الكتب العلمية والبيداغوجية والمطبوعات الجامعية، وأيضا تبادل الخبرات بين الهيئات التدريسية والبحثية في الجامعات العربية والعالمية، وقد حقق المخبر العديد من الاهداف المسطرة، ويصبوا مستقبلا إلى مضاعفة الجهود خدمة للنشاط البحثي للوصول الى الجودة.

**المدير الشرفي للمجلة**  
 د/ حسان صمادي مدير الجامعة  
**مدير المجلة**  
 أ.د/ السعيد يحيوي  
**رئيس تحرير المجلة**  
 د/ عبد الحفيظ قادري.  
**هيئة تحرير المجلة**  
 أ.د/ عبد المالك معلم  
 د/ حسام الدين شريط  
**منسق المجلة**  
 د/ عامر شافع

### اللجنة العلمية والاستشارية

المؤسسة	الإسم واللقب	المؤسسة	الإسم واللقب
جامعة بومرداس-الجزائر	أ.د/ نذير قندوزان	جامعة باتنة 02-الجزائر	أ.د/ محمد مرتان
جامعة البويرة-الجزائر	أ.د/ نبيل منصوري	جامعة باتنة 02-الجزائر	أ.د/ عيسى هدوش
المركز الجامعي البيض-الجزائر	أ.د/ خالد مسعودي	جامعة باتنة 02-الجزائر	أ.د/ مفيدة بن حفيظ
جامعة أم البواقي-الجزائر	أ.د/ رضا مالك	جامعة باتنة 02-الجزائر	أ.د/ عقبة دغوش
جامعة أم البواقي-الجزائر	د/ أسامة أمزيان	جامعة باتنة 02-الجزائر	أ.د/ كمال حزحازي
جامعة سوق أهراس-الجزائر	د/ محمود محفوظي	جامعة باتنة 02-الجزائر	أ.د/ عبد المالك قاسمي
جامعة المسيلة-الجزائر	د/ عبد الناقة حسنة	جامعة العاقبة-العراق	أ.د/ ظاف ناموس الطاء
جامعة المسيلة-الجزائر	د/ عبد المعقب	جامعة باتنة 02-الجزائر	أ.د/ مصطفى عيسى
جامعة أم البواقي-الجزائر	د/ هشام بوراشيد	جامعة قسنطينة 2-الجزائر	أ.د/ عبد الرحيم سلامي
جامعة النيلين-السودان	أ.د/ محمود يعقوب محمود	جامعة طنطا-مصر	د/ أماني البحيري
جامعة باتنة 02-الجزائر	د/ بن بوزة هشام	جامعة المسيلة-الجزائر	أ.د/ عادل خوجة
جامعة سطيف 2-الجزائر	د/ عبد الرزاق قصير	جامعة البويرة-الجزائر	د. / بن عبد الرحمان سيد علي
جامعة الجزائر 3-الجزائر	د/ صدوقي بلال	جامعة بنها-مصر	د. / تامر الشتيحي
جامعة الجزائر 3-الجزائر	أ.د/ عبد الرحمان شلغوم	جامعة المسيلة-الجزائر	أ.د/ بن عمر مراد
جامعة البويرة-الجزائر	د/ رفيق علوان	مركز أسبيطار-قطر	أ.د/ كريم شماری
المدرسة العليا لعلوم	أ.د/ رشيدة قريين	جامعة باتنة 02-الجزائر	د/ علوي منير
جامعة الجزائر 3-الجزائر	أ.د/ يوسف بن صايبي	جامعة بوردو-فرنسا	D/ Jean Christophe
جامعة سوق أهراس-الجزائر	د/ فؤاد العيدان	جامعة باتنة 02-الجزائر	د/ السايح مدور عبد العال
جامعة تبسة-الجزائر	د/ عبد القادر بوخالفة	جامعة باتنة 02-الجزائر	د/ مهدي محمدي
جامعة بسكرة-الجزائر	أ.د/ بلقاسم زموري	جامعة بجاية-الجزائر	أ.د/ سليم زعبار
جامعة البيضاء-اليمن	أ.د/ محمد حسين النظاري	جامعة باتنة 02-الجزائر	د/ يعقوب بن قسمي
جامعة البويرة-الجزائر	أ.د/ مزيان بوحاج	جامعة الأغواط-الجزائر	د/ حاج عيسى
جامعة الجلفة-الجزائر	أ.د/ عبد القادر بن عبد الله	جامعة طنطا-مصر	د/ علاء حلاويش
جامعة خميس مليانة-الجزائر	أ.د/ بن حاج الطاهر ع القادر	جامعة باتنة 02-الجزائر	د/ النذير قارة
جامعة طرابلس-ليبيا	د/ عبد الحافظ غوار	جامعة باتنة 02-الجزائر	د/ نور الدين عبدلي
جامعة تبسة-الجزائر	أ.د/ فيصل قاسمي	جامعة صفاقس-تونس	أ.د/ فيروز عبد العزيز
جامعة لبنان-لبنان	د/ مازن مروة	جامعة المسيلة-الجزائر	أ.د/ زحاف محمد
جامعة خميس مليانة-الجزائر	د/ توشن صافية	جامعة باتنة 02-الجزائر	د/ أحمد يونس عماد الدين.
جامعة تيسمسيلت-الجزائر	د/ نغال محمد	جامعة مستغانم-الجزائر	أ.د/ ناصر عبد القادر
جامعة ورقلة-الجزائر	أ.د/ عبد القادر برفوق	جامعة قسنطينة 2-الجزائر	أ.د/ مسعود بورغدة محمد
جامعة وهران-الجزائر	أ.د/ هشام لوح	جامعة قسنطينة 2-الجزائر	د/ عبد المالك قاسمي
جامعة عنابة-الجزائر	أ.د/ بن الشيخ يوسف	جامعة أم البواقي-الجزائر	د/ عمار شليحي
جامعة المسيلة-الجزائر	د/ أحمد لبشيري	جامعة سكاريا-تركيا	أ.د/ مصطفى كمال شان

## ضوابط النشر في مجلة الأوراس لعلوم الرياضة

مجلة الأوراس لعلوم الرياضة مجلة علمية دولية محكمة تصدر عن مخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE) سداسية النشر، تُعَيِّنُش الأبحاث والدراسات الأكاديمية المتخصصة في مجال علوم الرياضة، ومن أهم شروط النشر بالمجلة:

- ✍ أن يكون العمل أصيلاً ولم يسبق نشره من قبل أو قدم لجهات أخرى للنشر.
- ✍ أن يتبع الباحث الأصول العلمية المتعارف عليها في إعداد وكتابة البحوث العلمية خاصة فيما تعلق بتوثيق الاقتباس والأمانة العلمية، وإتباع أخلاقيات البحث العلمي الجيد.
- ✍ تنشر البحوث والدراسات في المجلة بإحدى اللغات الثلاث: العربية، الإنجليزية، الفرنسية.
- ✍ ألا يتجاوز عدد صفحات المقال خمسة وعشرون (25) صفحة.
- ✍ أن يتم إتباع قالب المجلة الموضوع على موقع المجلة ضمن موقع المعهد.
- ✍ يتم تدوين وتوثيق المصادر والمراجع العلمية على طريقة جمعية علم النفس الأمريكية (APA) الإصدار السادس.
- ✍ تخضع المقالات المقدمة للتحكيم السري.
- ✍ كل الآراء والأفكار في البحوث المنشورة في المجلة تعبر عن آراء أصحابها فقط.
- ✍ يمكن لهيئة تحرير المجلة ادخال التعديلات المناسبة على البحوث والدراسات التي تم قبولها للنشر في ضوء قواعد النشر العلمية المعمول بها.
- ✍ المقالات التي ترسل الى المجلة لا ترد الى أصحابها نشرت أم لم تنشر.
- ✍ يجب أن يكون المقال خالياً من الأخطاء الإملائية والنحوية واللغوية.
- ✍ الفاصلة (،) والنقطة (.) وباقي علامات التوقف (؟) - } - ] - \* - ≥ - « - \_ - : - ! - % - ( - - ) ... يجب أن تكون ملتصقة بالكلمة التي قبلها، ولا يجب ترك فراغات بينها.
- ✍ واو (و) العطف يجب أن تكون ملتصقة بالكلمة التي تليها مباشرة ولا يترك فراغ بينهما.
- ✍ كتابة أسماء العلماء الأجانب باللغة العربية والأجنبية في نفس الوقت. وأيضا بالنسبة للمصطلحات العلمية باللغة العربية والأجنبية في نفس الوقت.
- ✍ تتكفل الهيئة التحريرية بكتابة العنوان والصفحات وأسماء المؤلفين في رؤوس الصفحات
- ✍ يرفض قبول اي مقال ما لم يحترم هذه الشروط.
- ✍ يتحمل الباحث وحده المسؤولية الكاملة في حال وجود سرقة علمية.
- ✍ يقوم الباحث بإرسال المقال منسقا بصيغة (ورد 2007)، ويرسل إلى البريد الإلكتروني للمجلة التالي:

[journal.lstase@univ-batna2.dz](mailto:journal.lstase@univ-batna2.dz)

## افتتاحية العدد

ها نحن نستقبل ميلاد (مجلة علمية دولية محكمة) مجلة الاوراس لعلوم الرياضة التي تصدر عن عن مخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE) دوريا أي نصف سنوية، كما تعد لبنة تضاف الى الصرح العلمي الذي تتشرف في جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد باتنة 2 بالإسهام فيه، أين تسعى الى تفعيل وتطوير البحث العلمي في ميدان علوم الرياضة عبر مختلف الجامعات الوطنية والعالمية، اذ يعتبر أحد الركائز الرئيسية التي تعتمد عليها دول العالم للنهوض والرقى بشعوبها.

ان رغبة هيئة التحرير وهدفها هو الارتقاء بمستوى هذه المجلة الى افاق عالمية ومستوى علمي راقى وتحقيق الانتشار الأوسع، وهذا مرهون بجهد وعطاء الباحثين من خلال موضوعات وإسهامات تتسم بجدة الطرح وعمق القراءة والتحليل يجعلها تتلاقى حول قضايا وطروحات جامعة ترتبط بأفاق علوم الرياضة في الجامعات الجزائرية خاصة والعربية والأجنبية عامة.

فهنيئاً لنا جميعاً بهذا العدد المبارك الذي نأمل ان يكون فاتحة خير للمسار العلمي للمخبر. ومن هذا المنطلق نرجو ان لا تبخلوا علينا بما لديكم من مقترحات وأفكار قد تسهم في تطوير الاعداد القادمة من المجلة واستشراف افاق المستقبل.

ويطيب لي في الختام أن اقدم خالص الشكر والثناء والتقدير لجميع الذين شاركوا في اخراج هذا العمل العلمي الى حيز الوجود، وجميع من كان لهم الفضل في انتاج المادة العلمية والتحرير والمراجعة والإخراج النهائي، بما في ذلك أعضاء هيئة التحرير والمحكمين الاستشاريين من داخل الوطن وخارجه.

**الأستاذ الدكتور/السعيد يحيوي**

## كلمة رئيس التحرير

تشهد الجامعة الجزائرية في السنوات الأخيرة حركة علمية متزايدة، يعود الفضل فيها إلى جهود الدولة الجزائرية، وجهود كل القائمين عليها من هيئات إدارية وعلمية متنوعة، في النهوض بمجال البحث العلمي، فللجامعة دور متميز في الرقي بالفرد والمجتمع في جميع المستويات العلمية والثقافية والاجتماعية... إلخ، وأيضا في تكوين مواطن قادر على العطاء والإنتاج، ويعتبر النشر العلمي منبر من المنابر المهمة في هذا التكوين، من خلال العديد من المجلات العلمية المحكمة التي تقوم بنشر الإنتاج العلمي للباحثين، وها قد نشأت مجلة الأوراس لعلوم الرياضة والتي تصدر عن مخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE) بمعهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد- باتنة 02، ومنه نبارك ميلادها من خلال جهود كل الطاقم الإداري والعلمي والإستشاري، آملين في الأعداد القادمة إلى الرفع من جودة المنتج العلمي ضمن مقاربة معرفية هادفة تقدم عطاء علميا متميزا، في شتى مجالات البحوث الرياضية، وهي على تنوعها (النشاط البدني الرياضية المدرسي والتربوي والمكيف، والتدريب الرياضي وكل ماله علاقة وإرتباط بها مع العلوم الأخرى كالعلوم الطبية والحيوية ومختلف العلوم الاجتماعية والنفسية والإنسانية، والتي تضفي على البحوث والدراسات المقدمة الكثير من الحلول لمختلف القضايا قيد النشر.

ومن خلال هذه الكلمة أشكر جزيل الشكر كل من ساهم من قريب أو بعيد في الرقي بهذه المجلة، ونتمناها شامخة سموخ جبال الأواس من خلال الزاد العلمي الذي ستقدمه بحول الباري عزل وجل في الحقل البحثي الجزائري والعربي والعالمي.

**د . عبد الحفيظ قادري**



## محتوى العدد

الصفحات	الباحث	عنوان المقال	الرقم
7-1	أ : طويل عجال صغير نور الدين بوشيبة مصطفى	أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي في تحسين المؤشرات التنفسية لدى الأطفال المصابين بمرض الربو.	01
16-8	دينس محمد حاج احمد مراد	القيم البدوية لبنات الريف وانعكاسها على ممارسة الرياضة داخل الوسط المدرسي "دراسة وصفية أجريت على قرى ومداشر ولاية تيارت"	02
25-17	فليفة عبد الباقي بهاء الدين جوبر خالد	دور الأنشطة البدنية الرياضية المدرسية في تحسين القدرات العقلية للطفل	03
37-26	عبد الرحيم أعراب، مهدي محمدي	دور ممارسة التربية البدنية في النمو النفسي والاجتماعي في المدارس الابتدائية .	04
47-38	إبراهيم حماني	النشاط الرياضي الترويحي المكيف ودوره في مساعدة ذوي الهمم على تقبل إعاقاتهم. -دراسة ميدانية على مستوى ولاية البويرة-	05
63-48	خالد كتاب هوارى خويلدي سفيان زروقي	واقع تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية دراسة ميدانية لبعض ابتدائيات مدينة بركة	06
74-64	دقباج محمد بن زيدان حسين	دور الممارسة الرياضية في تحقيق الصحة النفسية للطفل	07
83-75	ربوحي أنور ربوحي سليم شريط عادل	دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.	08
94-84	زكيه قريح مقران جفال	الرياضة الجماعية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طفل لقسم التحضيري من وجهة نظر المربيات دراسة وصفية بلدية الوادي	09
105-95	بن دراجي عبد الرفيق ميهوبي عيسى	دور الأنشطة الرياضية في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط (دراسة ميدانية على تلاميذ متوسطة الاخوة شطوح -باتنة-)	10

## أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي في تحسين المؤشرات التنفسية لدى الأطفال المصابين بمرض الربو.

### The importance of exercising physical activity in improving respiratory indicators in children with asthma

ط.د: طويل عجال<sup>1</sup>، د.صغير نور الدين<sup>2</sup>، د.بوشيبة مصطفى<sup>3</sup>

<sup>1</sup>جامعة محمد بوضياف وهران (الجزائر). [kamele484@gmail.com](mailto:kamele484@gmail.com)

<sup>2</sup>جامعة محمد بوضياف وهران (الجزائر). [noureddine.seghir@univ-usto.dz](mailto:noureddine.seghir@univ-usto.dz)

<sup>3</sup>جامعة محمد بوضياف وهران (الجزائر). [mustaphabouchiba@yahoo.fr](mailto:mustaphabouchiba@yahoo.fr)

#### ملخص:

تهدف دراستنا هذه إلى معرفة مدى مساهمة النشاط البدني الرياضي في تحسين المؤشرات التنفسية (السعة الحيوية القسرية cvf / حجم الزفير الأقصى في الثانية الأولى vems1 / ذروة تدفق الهواء من الرئتين dep) وكفاءة الجهاز التنفسي ومساهمته في التخفيف من حدة الربو وهذا محاولة منا لإعطاء فئة الأطفال حقهم في ممارسة النشاط البدني، حيث أصبح العديد من أولياء الأمور يمنعون أبنائهم من المشاركة في النشاطات الرياضية خوفا على صحة أبنائهم وهذا ما يؤثر سلبا على نموهم البدني والحركي والنفسي عكس أقرانهم الأصحاء، كما سنحاول تقديم بعض التوصيات والتوجيهات حول نوع الأنشطة التي توجه لهذه الفئة والإجراءات المتبعة قبل وأثناء وبعد ممارسة النشاط البدني الرياضي.

**الكلمات المفتاحية:** نشاط بدني رياضي ؛ مؤشرات تنفسيّة ؛ مرض الربو.

#### Abstract:

Our study aims to find out the extent to which physical activity contributes to improving respiratory indicators (Coercive bio-capacity cvf/maximum exhale volume per first second vems1/peak air flow of the lungs dep) Respiratory efficiency and its contribution to the alleviation of asthma. This is an attempt by us to give the category of children their right to physical activity. Many parents are preventing their children from participating in sports activities for fear of their children's health, which adversely affects their physical, motor and psychological development as opposed to their healthy peers. We will also try to provide some recommendations and guidance on the type of activities directed to this category and the procedures followed before, during and after physical activity

**Keywords:** Sports physical activity;respiratory indicators;asthma disease .

## 1. مقدمة:

لقد أصبحت التربية البدنية من العلوم الحديثة التي تمتد جذورها لتصل وترتبط بمختلف العلوم الأخرى، ويظهر ذلك جليا في الحقبة الأخيرة حيث أصبحت تعتمد على الأساليب العلمية من أجل تحقيق أهدافها.

كما أن للنشاط البدني تأثيرا مباشرا على مختلف الأجهزة الحيوية لأعضاء الجسم من الناحية العلمية والفسولوجية مما يجعل التربية البدنية بحاجة ماسة للعلوم الأخرى للكشف عن طرق وأساليب التي تسمح بتحقيق الأهداف المرجوة والتأثير الإيجابي المؤمول (جباري، 2017، صفحة 11).

ولعل أهم الأجهزة الحيوية التي تتأثر بالنشاط البدني هو الجهاز التنفسي، حيث أن ما يحدث من عمليات تنفسية أثناء ممارسة النشاط البدني تأثر بشكل إيجابي على الصحة العامة للفرد حيث تعمل على تقوية عمل الرئتين وتحسين الدورة الدموية والتخلص من الكثير من السموم التي تضر الجسم كما أصبح النشاط البدني يقدم كوصفات طبية علاجية وقائية من الأمراض المزمنة المختلفة وعلى رأسها مرض الربو عند الاطفال وهو موضوع بحثنا هذا.

والربو هو مرض مزمن يصيب الرئة مما تتطور مضاعفاته الي التهابات في الشعب الهوائية وهذا ما يؤدي إلي صعوبة وضيق في التنفس والسفير وهو منشر ويزيد بشكل رهيب في الوقت الحالي حيث تشير إحصائيات منظمة الصحة العالمية إلي إصابة 262 مليون شخص بمرض الربو في سنة 2019 حيث تسبب في وفاة (461000). ([https://www.who.int/ar/news-](https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/asthma))

وبنسبة لممارسة النشاط البدني لمرضى الربو يعتقد الكثير من أولياء الأمور أن له أثر سلبي على صحة أبنائهم خوفا من الأزمات الفجائية أثناء الممارسة ، مما يجعلهم يمنعون أبنائهم من ممارسة النشاط البدني ويقدمون شهادات إعفاءات من حصص التربية البدنية بالمؤسسات التربوية ، لاكن للأسف زيادة على حرمانهم من النشاط الرياضي يحرمون من النمو الحركي والنفسي والإجتماعي عكس أقرانهم الأصحاء .

ومن خلال ماسبق نطرح **التساؤل التالي** : هل للنشاط البدني الرياضي تأثير إيجابي على مستوى المؤشرات التنفسية لدى الأطفال المصابين بمرض الربو ؟.

## 2. أهداف الدراسة:

الهدف العام: معرفة مدى تأثير النشاط الرياضي على بعض مؤشرات الجهاز التنفسي لدى الأطفال المصابين بمرض الربو.

### الأهداف الجزئية:

1- أثر ممارسة النشاط البدني على نسبة مؤشر حجم الهواء الزفير الأقصى في الثانية الأولى VEMS لفئة الأطفال المصابين بمرض الربو .

2- أثر ممارسة النشاط البدني على نسبة ذروة تدفق الهواء DEP لفئة الأطفال المصابين بمرض الربو.

3- أثر ممارسة النشاط البدني على نسبة السعة الحيوية القصوى CVF لفئة الأطفال المصابين بمرض الربو.

## 3. أهمية البحث:

يكشف عن أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لمرضى الربو ، وتأثيره على بعض الجوانب الفسيولوجية التنفسية من خلال المؤشرات التنفسية ومدى تحسن كفاءة الجهاز التنفسي .

#### 4. مصطلحات البحث:

النشاط البدني : تعرفه وزارة الصحة السعودية بأنه " هو كل حركة يقوم بها الجسم وتؤديها العضلات وتتطلب إستهلاك الطاقة، بما في ذلك الأنشطة أثناء العمل واللعب وأداء المهام المنزلية وممارسة الأنشطة الترفيهية"

<https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/EducationalContent/PublicHealth/Pages/physical-Activity.aspx>

**المؤشرات التنفسية:** يقصد بها القدرات الفسيولوجية المتعلقة بالجهاز التنفسي عند الأفراد .

**السعة الحيوية القصوى:** هي حجم الهواء الزفير بأقصى شهيق ممكن بحيث عمق الشهيق الممكن هو 3.3 لتر والتنفس الإعتيادي هو 5.0 لتر وإحتياطي الزفير هو 1.1 لتر ويصبح المجموع 9.5 لتر الذي يمثل السعة الحيوية للرجال الغير رياضيين ، أما عند الرياضيين تصل إلي 6 لتر (الكعبي، 2007، صفحة 314)

**حجم الزفير القسري عند الثانية الأولى:** عرب عنه بأنه " أقصى حجم من الهواء يمكن إخراجه في الثانية الأولى من أقوى زفير ويعرب عنه باللتر ويعتبر مؤشر لقدرة الرئتين على استيعاب أكبر كمية من الهواء (ويست، 1982، صفحة 174)

ذروة تدفق الهواء من الرئتين ( جريان الزفير الأعظمي ): اختبار يستخدم لغرض معرفة سرعة تدفق الهواء من الرئتين.

**الربو:** تقول الدكتورة مني عطا الله خليفة أن الربو هو مرض مزمن إلتهابي يصيب المسالك التنفسية وهذا نتيجة إنسداد في القصبات الهوائية بنسب مختلفة ، وأن وهذه الإنسدادات قابلة للعلاج إذا ماتم التدخل المناسب (خليفة، 2012، صفحة 4).

#### 5. الدراسات السابقة:

**دراسة بن طاوطة وآخرون،** 2009 بعنوان: تقييم فعالية السباحة على الأطفال المصابين بمرض الربو و أثرها على الوظائف الرئوية و التنفسية و كذا تحسين الحياة .

عينة البحث شملت 13 طفل متمدرس من بينهم بنتين بمتوسط 10 سنوات ويعانون من بربو غير متحكم فيه ، أجرى الباحثون مجموعة من الإختبارات عن طريق L'ACT و PEAK-FLOW قبل وبعد كل حصة تدريبية وقياسات بجهاز السبيرومتر كقياس قبلي وقياس بعدي وذلك بعد إدخال عنصر المعالجة المتمثل في نشاط السباحة .

ووصل الباحثون إلي وجود تطور ملحوظ في المؤشرات التنفسية حيث كانت 53DEP % و 30 VEMS % و 46 CVF % في حين أصبح 8 % من الأطفال ربوهم متحكم فيه وهذا مايدل على أن للسباحة أثر إيجابي على الأطفال مرضى الربو وتحسن من كفاءة الجهاز التنفسي .

**-دراسة بوخبشة نورالدين وبوعبد الله محمد الأمين (2015/2014) مستغانم .**

تحت عنوان : دراسة مقارنة لبعض المؤشرات التنفسية ( CVF,VEMS ,DEP ) لدى الأطفال المصابين بالربو الممارسين والغير ممارسين للسباحة.

هدفت هذه الدراسة إلي معرفة مدى تأثير السباحة على بعض مؤشرات الجهاز التنفسي لدى الأطفال المصابين بمرض الربو ، حيث شملت العينة 20 طفل مصاب بمرض الربو تتراوح أعمارهم من 09 إلي 12 سنة و إعتد الباحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين وإستعمل تم المقابلات الشخصية والإختبارات الفسيولوجية كأدوات لجمع المعلومات ، وبعد إجراء الإختبار القبلي

والبعدي ومقارنة النتائج توصل الباحثان الي أن لنشاط السباحة أثر إيجابي في تحسين القدرات الفسيولوجية لدى الأطفال المصابين بمرض الربو .

#### **دراسة بلعسل الحاج وزيتوني عبد القادر (2017/2016) . مستغانم .**

بعنوان : أثر الأنشطة البدنية على مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وإنعكاساتها في تحسين بعض المؤشرات الفسيولوجية التنفسية لمرضى الربو .

هدفت هذه الدراسة إلي العمل على تحسين مستوى بعض المؤشرات التنفسية وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لمرضى الربو وفي هذا السياق إعتمد الباحثان على المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة ، حيث تم إختيار العينة بطريقة مقصودة والتي بلغ عددها 07 تلاميذ تتراوح أعمارهم من 09 إلي 12 سنة وتم إستخدام مجموعة من الاختبارات الفسيولوجية التنفسية ( إختبار حجم السعة الحيوية ، إختبار حجم الزفير الأقصى في الثانية الأولى ، إختبار ذروة تدفق الهواء ) إختبارات أخرى تهدف إلي قياس عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة ، وبعد تطبيق القياس القبلي وإدخال المعالجة المتمثلة في البرنامج الرياضي المقترح ثم تطبيق القياس البعدي ومقارنة النتائج توصل الباحثان إلي تحسن مستوى بعض المؤشرات الفسيولوجية التنفسية وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة بفضل البرنامج الرياضي المقترح لمرضى الربو .

#### **-دراسة دليمي عمر (2018/2017) . مستغانم .**

بعنوان : برنامج تأهيلي مقترح باستخدام التمارين المائية الهوائية لتحسين بعض المؤشرات التنفسية والتقليل من شدة و حدة الربو عند الاطفال ( 07-12 ) سنة .

هدفت هذه الدراسة إلي الكشف عن دور التمارين المائية الهوائية في تنمية العضلات التنفسية وبالتالي زيادة كفاءة الجهاز التنفسي ، واعتمد الباحث على المنهج التجريبي لملائمته لخصائص الدراسة حيث شملت عينة البحث ( 09 ) أطفال تتراوح أعمارهم بين ( 07 إلى 12 سنة) تم اختيارهم بطريقة مقصودة من مجتمع البحث أي بنسبة 50 % من المجتمع الأصلي للبحث وتم إستخدام إستمارة خاصة بالمرضى وموجهة إل الأولياء و جهاز السبيرومتر تم استخدامه لقياس المؤشرات التنفسية قيد الدراسة كأدوات لجمع المعلومات ، وتوصل البحث إلي أن أن التمرينات المائية الهوائية دور فعال في تحسين كفاءة الجهاز التنفسي و تحديدا تطوير القدرات القلبية الوعائية، وتحسين القدرات الهوائية، و زيادة عمق التنفس و تطور من القوة العضلية وخاصة العضلات التنفسية مما أدى الى التقليل من شدة و حدة الربو عند الأطفال .

#### **دراسة أبو بكر بختاوي وآخرون ( 2022 ) . الجزائر .**

بعنوان : أثر برنامج رياضي لتحسين مستوى اللياقة القلبية التنفسية على تلاميذ المرحلة المتوسطة ذكور غرب الجزائر .

هدفت الدراسة إلي إقتراح برنامج تدريبي لتطوير مستوى اللياقة القلبية التنفسية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة وإعتمد الباحثون على المنهج التجريبي بتصميم مجموعتين ، حيث تم إختيار العينة بطريقة عمدية وشملت 80 تلميذ من 12 إلي 15 سنة وتوصل الباحثون إلي أن للبرنامج الرياضي المقترح دور إيجابي في تحسين مستوى اللياقة القلبية التنفسية لتلاميذ المرحلة المتوسطة ذكور غرب الجزائر .

## تحليل الدراسات السابقة :

لقد هدفت الدراسات السابقة إلى الكشف عن تأثير النشاط البدني على كفاءة الجهاز التنفسي حيث إتمدت على المنهج التجريبي سواء بتصميم المجموعة الواحدة أو تصميم المجموعتين مع تطبيق برنامج رياضي مقترح والذي كان في معظم الدراسات في الوسط المائي أما العينة فكان الإختيار عليها بطريقة عمدية وتختلف في حجمها من دراسة إلى أخرى .

ولقد إتفتت في نتائجها حيث أظهرت تطور ملحوظ في بعض المؤشرات التنفسية ( إختبار حجم السعة الحيوية ، إختبار حجم الزفير الأقصى في الثانية الأولى ، إختبار ذروة تدفق الهواء ) لمرضى الربو بفعل البرنامج الرياضي المقترح ، مما يدل على التأثير الإيجابي للنشاط البدني لصالح هذه الفئة .

لكن لا بد قبل ممارسة الرياضة لمرضى الربو وضع خطة علاجية بواسطة الطبيب للوقاية من أزمات الربو بسبب التدريب حيث يقدم كل من روبرجس وروبرتس سنة 1997 مجموعة من الإرشادات بهذا الخصوص وهي كالتالي :

- حمل جهاز الاستنشاق عند الذهاب للتدريب وإستعمالها لتوسيع الشعب الهوائية عند الحاجة .
- إحترام مبدأ التدرج في شدة الحمل مع الوقت .
- خفض شدة الحمل في حال ظهور أزمات أثناء التدريب .
- قبل البدء في التدريب لا بد من إستخدام جهاز الإستنشاق لتفادي حدوث الأزمات .
- الإعتداد على الجهاز التنفسي في بناء وتصميم البرامج التدريبية .
- شرب الماء الكافي قبل وأثناء التدريب .
- التسخين الجيد والتهدة الكافية .
- يستطيع المريض إرتداء قناع واقى للوجه يساعد على دفي ونقاء الهواء .
- وبالإضافة إلى هذه الإرشادات يجب تجنب ممارسة النشاط البدني في درجات حرارة منخفضة أو أماكن التلوث ويسحسن الممارسة داخل الصالات المغلقة للتحكم في درجة الحرارة فيها .
- وفي حالة شعر المريض بأزمات الربو أثناء الممارسة يجب التوقف مباشرة وتناول الأدوية اللازمة .

## 6. تصميم برنامج تدريبي مبسط لمرضى الربو :

- 1- نوع التدريب : الإعتداد على التمرينات الهوائية ( مشي ، هرولة ، سباحة ، ركوب الدراجة .. الخ ) وتفادي التمرينات التي تستخجم الأطراف العليا بشدة عالية وذلك نظرا لمتطلبات التهوية الرئوية .
- 2- الشدة : إحترام مبدأ التدرج في الحمل إنطلاقا من المنخفضة وتحدد حسب لياقة المريض .
- 3- الدوام : إعطاء فترة تزيد عن 10 دقائق للتسخين وتزيد الحصص التدريبية من 20 إلى 40 دقيقة (الفتاح، 2003، صفحة 599).

وتعتبر رياضة السباحة من أفضل الأنشطة المفيدة لمرضى الربو ، لما لها من دور فعال في تقوية العضلات التنفسية ومن ثم تحسين عمليتي الشهيق والزفير نسبيا لدى المريض .

#### 7. خاتمة:

يعتبر مرض الربو من بين أمراض العصر التي أصبحت منتشرة في المجتمع الحديث إنتشارا واسعا ويتزايد بنسب مخيفة مما يجعلنا ندق ناقوس الخطر ، ولابد من تكاتف جهود الجميع كل في مجال تخصصه لمجابهة هذا المرض ، فنحن في المجال الرياضي حاولنا من خلال هذه الدراسة الكشف عن دور وأهمية ممارسة النشاط البدني لمرضى الربو وفوائده على كفاءة الجهاز التنفسي من خلال تسليط الضوء عن بعض المفاهيم المرتبطة بالموضوع وعرض وتحليل بعض الدراسات السابقة التي تطرقت للموضوع ، ولعل أهم نتيجة تم التوصل إليها هي أن ممارسة الأنشطة البدنية المكيفة وبالأخص نشاط السباحة والنشاطات ذات الأحمال التدريبية الهوائية التي تعتمد على إستخدام الأكسجين تؤدي إلي جملة من التغيرات الفسيولوجية ، وعلى المؤشرات التنفسية فتقل شدة حداث الربو بالإضافة إلي تحسن حالة المريض ويزداد شعوره بالراحة.

#### 8. إقتراحات:

- ✓ توعية أفراد المجتمع حول أهمية ممارسة النشاط البدني لمرضى الربو.
- ✓ تزويد مؤسسات الصحة المدرسية بالعتاد الطبي اللازم للكشف المبكر عن مرض الربو وبالتالي المتابعة الصحية للمصابين .
- ✓ العمل على تأسيس جمعيات تضامنية خاصة بمرضى الربو .
- ✓ إنخراط المرضى في النوادي الرياضية وبالأخص النوادي المتخصصة في نشاط الساحة .
- ✓ بناء وتصميم برامج رياضية مكيفة لهذه الفئة من طرف العاملين في المجال الرياضي .
- ✓ تزويد أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمعلومات الكافية حول كيفية التعامل مع هذه الفئة ونوع التمارين والرياضات المناسبة لها .
- ✓ القيام بالمزيد من البحوث والدراسات حول تأثير النشاط الرياضي على كفاءة الجهاز التنفسي لدى مرضى الربو وتكثيف الجهود من طرف الجميع للتخفيف من آلام ومعانات هذه الفئة .

## 9. المراجع:

- أبو العلا عبد الفتاح. (2003). فسيولوجيا التدريب والرياضة القاهرة. دار الفكر العربي.
- جباري أحمد بن عبد الرحمان حراملية وعلي بن محمد ( 2017 ). الصحة واللياقة البدنية. الدمام. مكتبة المتنبّي.
- جون ويست. (1982). أسس فسيولوجيا التنفس). خ. ا. الدين (Trad.). الموصل. مطبعة الجامعة.
- الكمعي جبار رحيم. (2007). الأسس الفسيولوجية والكميائية للتدريب الرياضي. الدوحة. مطابع قطر الوطنية.
- مني عطا الله خليفة. (2012). دليل عمل تشخيص وعلاج الربو. العراق. دائرة الصحة العامة.
- <https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/EducationalContent/PublicHealth/Pages/physical-Activity.aspx>. (s.d.).
- <https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/EducationalContent/PublicHealth/Pages/physical-Activity.aspx>. (s.d.).
- <https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/asthma>. (s.d.).



## القيم البدوية لبنات الريف وانعكاسها على ممارسة الرياضة داخل الوسط المدرسي

### "دراسة وصفية أجريت على قرى ومدى ولاية تيارت"

**Bedouin values of rural girls and their impact on the practice of sports within the school milieu.**

**A descriptive study conducted on the villages and outskirts of the state of Tiaret.**

دينس محمد<sup>1</sup>، حاج أحمد مراد<sup>2</sup>

<sup>1</sup> جامعة البويرة (الجزائر). m.daines@univ-bouira.dz

<sup>2</sup> جامعة البويرة (الجزائر). m.hadjahmed@univ-bouira.dz

#### ملخص:

تناولنا في بحثنا هذا الثقافة البدوية لبنات الريف وتأثيرها على ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية داخل المدرسة، بحيث وجهنا الى معرفة الثقافة البدوية ومجموع القيم التي تتمتع بها هذه الفئة وأهميتها في بعث روح التعلم والعمل والمثابرة وتحقيق الهدف المنشود دون المساس بها او الاخلال بالنظم التي توجهها، كما حاولنا التعرف نظرة المحيط العائلي للرياضة المدرسية ومدى تقبل ممارسة البنات لها.

**الكلمات المفتاحية:** الثقافة البدوية ؛ الرياضة المدرسية .

#### Abstract:

In our research, we dealt with the Bedouin culture of rural girls and their impact on the practice of physical and sports activities within the school, so that we were directed to know the Bedouin culture and the total values enjoyed by this group and its importance in reviving the spirit of learning, work and perseverance and achieving the desired goal without compromising it or violating the regulations that direct it. We tried to identify the family environment's view of school sports and the extent to which girls are réceptive to it.

**Keywords:** the Bedouin culture; school sports.

**1- مقدمة:**

إن تطور التربية الرياضية في أي بلد يعتمد أولاً وأخيراً على التخطيط العلمي الذي يستخدم جميع العلوم والمعارف والقيم بوعي كامل لإرساء مقومات البناء الرياضي. فقد بدأ العاملون في المجال الرياضي بوضع رؤية شاملة وكاملة حول المفاهيم العصرية الحضارية التي تحكم الاتجاهات الفعلية لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية خاصة في المدرسة التي تعد اهم منطلق في بناء الفرد الرياضي العصري ومنذ بداية القرن الماضي بالاهتمام بالنواحي الثقافية كالقيم البدوية التي تتميز ببناءنا في الريف ودورها في رفع الإحالة النفسية التاهبية التي تحكم على منطلق الممارسة الرياضية النفسية. وتعد القيم البدوية من المفاهيم العصرية التي ظهرت واعطت مفهوم خاص للأساليب النفسية في الحكم على الممارسة الرياضية حيث يرى عنوة "ان القيم تمثل حكم تفضيلي يمثل إطار مرجعياً بحكم تصرفات الانسان في حياته الخاصة والعامه " بينما البداوة: فيتضح أن ابن خلدون وهو يحدد قيم البداوة العربية قد جمع فيها العديد المحاسن والمساوئ حيث من ضمنها صفة الشهامة والكرم والفة والصرحة والوفاء والصدق والتكافل والتعاقد وأيضا احترام السلب والنهب والتخريب وتقديس البداوة بكل مظاهرها واحتقار العلم والعمل.

**2. مشكلة البحث:**

يعتقد الكثير من الإداريين العاملين في المجال الرياضي أن تحقيق فرص النجاح والتفوق الرياضي يرتبط بالاهتمام بالقواعد والأسس التي تنتج من المحيط العائلي المعيشي ومن عادات وتقاليد التي من خلالها يمكن التطور بمنهج التفكير عند مختل الفئات الاجتماعية في تصور القيم الرياضية فكما نصور عند ذكرنا للقيم البدوية يظهر لمخيلتنا ان هذه الفئة من المجتمع في معزل تام عن ممارسة الأنشطة البدنية بينما عند الرؤية الخلفية للممارسة اليومية في الحياة نجد هذه الفئة كثير الترحال والتنقل دائمة النشاط والحيوية تمارس مختلف الأنشطة الرياضية ولكن بطريقة غير مباشر. ومن هنا كان الفضول في الاتجاه الى أبناء هذه الفئة خاصة البنات ومحاولة التعرف على مختلف هذه الممارسات اليومية ونظرتهم لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية داخل المدرسة وكيفية التعامل معها إدارة الوقت باستخدام القدرات العقلية والتعامل معها بوصفها مهارات قيادية يجب أن الإداري لكي يتمكن من تحسين مستواه وتطويره مع تقدم المدة الزمنية الخاصة بمرحلة الإعداد للمستقبل.

ومن هنا كان التساؤل "ما هو انعكاس القيم البدوية لبنات الريف على ممارسة الرياضة في المدرسة؟"

**3. أهداف البحث:**

- التعرف على مختلف القيم البدوية.
- التعرف على الظروف المحيطة بهذه الفئة اتجاه المدرسة.
- معرفة المعوقات اتجاه ممارسة الأنشطة الرياضية.
- إعطاء نظرة شاملة حول هذه الفئة من المجتمع.

**4. فرضيات البحث:** يفترض ان للقيم البدوية لبنات الريف إثر على ممارسة الرياضة كلاتي

- 1-4-1 تعلق القيم البدوية لبنات الريف دورا سلبيا اتجاه ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية داخل المدرسة.
- 1-4-2 للقيم البدوية كترحال تأثير في ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.
- 1-4-3 للمحيط العائلي دور في تحديد اتجاه هذه الفئة نحو ممارسة الأنشطة.
- 1-4-4 لأستاذ دور في تحديد اتجاه ممارسة الرياضة لبنات الريف.

## 5. مجالات البحث:

**المجال البشري:** أبناء الريف والبدو الرحل بولاية تيارت منطقة ملاكو وتوسنية

**المجال الزماني:** المدة من 2022/06/06 ولغاية 2022 / 09 / 1.

**المجال المكاني:** ولاية تيارت-منطقة ملاكو -توسنية.

## 6. تحديد المصطلحات:

- **مفهوم القيم البدوية:** يرى ابن خلدون ان أي تناقص للقيم البدوية يؤدي بالضرورة الى التحول البدوي عن بداوته بنفس درجة تناقص هذه القيم. ولا شك فيه ان هذه النظرة تعتبر أحد المداخل لأحداث التغيير في هذه القيم البدوية والذي لا بد منه عند كل اصلاح.

ويعرفه (جيرارد ولاند زمن، 1988) "أن مفهوم الذات هو الصورة التي نمتلكها عن ذاتنا". (جيرارد ولاند زمن، 1988، 216).

ومن هنا يمين القول ان القيم البدوية هي جملة المظاهر والعادات والتقاليد التي تتميز بها الفئات الكثير الترحال والمنعزلة عن المدينة

-**التربية البدنية والرياضية:** هي جملة الأنشطة البدنية والرياضية التي تمارس داخل المدرسة بتأطير مجموعة من الأساتذة.

## 7-الإطار النظري والدراسات السابقة:

### 1.7 الإطار النظري:

#### 1-1-2 مدخل إلى مفهوم القيم البدوية:

بما لا شك فيه ان القيم البدوية لعبت دورا كبيرا في بناء المجتمع العربي لدرجة ان معظم القيم لاتزال الى يومنا هذا ويرى بعض المؤرخون ان المشكلة لا تكمن في هذه القيم بل في اندثار القيم الحسنة وبقاء الاسوء في جملة الثقافة العربية كالجهل والعصبية والغلول والقبلية وغيرها من القيم التي حاربها الإسلام.

#### -**خصائص المجتمع البدوي:**

- **عدم الاستقرار:** وهو ناتج عن كثرة الترحال وتعلق الرجل العربي بمحيطه والبيئة وطلبه الدائم لكألا لماشيته.

-**القبلية:** الظاهر عند معظم هذه التجمعات البدوية انها تربطها صلات قرابة وذات انساب موحدة وهذا يعود لطبيعة الترحال الدائم وعدم توفر الاستقرار والخوف من التفرق والانفراد والولاء لزعيم القبيلة والقيم البدوية (صلاح مصطفى الفوال، 1983، ص111).

#### -**مدخل إلى مفهوم التربية البدنية والرياضية:**

ان ممارسة الأنشطة الرياضية تفي بحاجات الشباب الملحة ومنها الحاجة الى تفريغ طاقاته في نشاط يميل اليه ويتفق مع قدراته ويرتضه المجتمع ويتمشى معه (قلادة، 1979، 45) وان تحقيق هذه الحاجات من خلال اوجه النشاط المختلفة تساعد على اكتساب انواع مختلفة من المهارات. (يونس، 1965، 153).

ولابد من الاشارة الى اهمية دور المعلم كونه الرائد والموجه للتغيرات التربوية والاجتماعية ، فينبغي ان يكون محبا لعمله ، مؤمنا برسالته وبقيم التربية الرياضية واهدافها ، دائم التتبع والاطلاع على كل ما هو جديد من الأساليب التربوية والتعليمية

ذات العلاقة بمجال عمله لكي يتمكن من الوصول الى غاياته بأقصر وقت و اقل جهد ، وان يكون حريصا بحسن الاستفادة من الامكانيات المتوفرة وقدرة حسنة في سلوكه وتعامله واندفاعه للعمل ، متفهما لنفسية التلاميذ وفروقه الفردية وظروفهم الاجتماعية، وبذلك يتمكن من الاسهام بشكل فعال وملحوظ في تحقيق الأغراض العلمية التربوية (الجسار وآخرون، 1980،3).

الأ انه هناك معوقات لا تسمح بممارسة تلك النشطة على النحو المأمول فمثلا الإمكانيات المتاحة من طرف المدرسة وكذلك الرؤية المستقبلية للمدرسة اتجاه ممارسة الرياضة بالإضافة الى عامل القابلية والجذب التي تنحصر حوله عملية التعلم والغهم الصحيح من طرف الاولياء والتلاميذ في أهمية ممارسة الرياضة المدرسية.

### 12.7 الدراسات السابقة:

اتضح من خلال إطلاع الباحثان على الدراسات السابقة العربية منها والأجنبية انه توجد عدة دراسات في مجال الرياضة المدرسية:

#### -دراسة (عطا الله نوعي، محمد بمخولف، القيم البدوية بين الثبات والتغير، 2008/2007)

خلصت هذه الدراسة الى ان هناك علاقة تأثيرية بين عملية التحضر والتغير الاجتماعي والقيم البدوية وتحدد هذه العلاقة فان التحضر أدى الى تغير مواقف الافراد وخاصة الشباب من القيم البدوية ويبرز هذا التخلي عنها او استبدالها بقيم أخرى.

-دراسة (محمود مطر علي هاشم، هاشم احمد سليمان، دراسة مقارنة في التكيف الاجتماعي المدرسي بين الرياضيين وغير الرياضيين وعلاقته بعدد من المتغيرات النفسية والبدنية).

تضمنت الدراسة على خمسة أبواب خصص الاول منها للمقدمة والأهمية حيث ان موضوع التكيف الاجتماعي المدرسي من المواضيع النفسية والتي لها علاقة بتكوين شخصية الفرد ومكانته الاجتماعية وهذا يأتي من خلال تفاعل الفرد مع عناصر بيئته. كما ان التكيف الاجتماعي له علاقة مباشرة مع ممارسة الفرد للنشاط الرياضي حيث يكتسب الفرد من خلال ممارسته الرياضية الكثير من الصفات الاجتماعية. كذلك تضمن هذا الباب على مشكلة البحث وتلخصت في التساؤلين الآتين:

1-هل تؤثر ممارسة النشاط الرياضي في التكيف الاجتماعي المدرسي لدى الطلبة؟

2-وهل التكيف الاجتماعي المدرسي له علاقة بعدد من المتغيرات البدنية والنفسية لدى الطلاب؟

وفي ضوء الاستنتاجات اوصى الباحث بعدد من التوصيات منها:

زيادة الاهتمام بدرس التربية الرياضية وجعله درساً للممارسة الرياضية وتعديل وتهذيب السلوك.

كما واقترح الباحث من خلال الاستنتاجات والتوصيات عدد من المقترحات منها:

إجراء دراسة خاصة في التكيف الاجتماعي المدرسي لطلبة المدارس الابتدائية والثانوية.

## 8- إجراءات البحث:

### 8-1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائته لطبيعة البحث.

### 8-2 مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من 100 تلميذ من ولاية تيارت وحددت عنة البحث ب 90 تلميذا منها 30 تلميذا من منطقة ملاكو 30 من منطقة توسينية 30 من باقي المناطق المجاورة، وكان اختيارنا لهذه العينة عشوائي بحث مس كافة المستويات التعليمية.

### 8-3 أدوات البحث:

تطلب البحث الحالي استخدام الاستبيان لكونه ملائما لمثل هذه الدراسات حيث كان الأسئلة عبارة عن أسئلة مغلقة.

### 8-4 الطريقة الإحصائية:

ان الطريقة الثلاثية هي الأكثر شيوعا في تحديد المعطيات العددية وهذا الاستخراج النسب المئوية لمعطيات كل سؤال وفق منهج المعمل الثلاثي: النسبة المئوية = التكرار / العدد الكلي للعينة

### 8-5 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية لبيان صلاحية المقياس على عينة قوامها (20) تلميذا من البدو الرحل اختيروا بطريقة عشوائية وكان الغرض من إجراء التجربة ما يأتي:

- تجنب العبارات غير الواضحة وتبديلها بعبارات ملائمة.

- احتساب زمن الإجابة والوقت الذي يستغرقه الفرد في الإجابة عن فقرات الاستبيان، إذ تراوح زمن الإجابة من (06 - 10) دقيقة.

- التأكد من وضوح تعليمات الاستبيان ومدى تجاوب المختبرين.

## 9. عرض النتائج ومناقشتها:

**السؤال الأول:** هل الترحال كثرة تمنعك من ممارسة الرياضة داخل المدرسة؟

**الغرض من السؤال:** معرفة مدى تأثير الترحال على ممارسة النشاط الرياضي.

الجدول 1: يوضح النسبة المئوية لتكرارات السؤال الأول.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
68.88	62	نعم
31.11	28	لا

يتضح من الجدول (4) أن نسبة 68,88 في المئة من التلاميذ يرون ان الترحال المتكرر والدائم يؤثر على التوجه نحو ممارسة الأنشطة البدنية داخل المدرسة بينما 31,11 يرون العكس.

ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى عدم الثبات والاستقرار قد أدى إلى النفور من ممارسة الرياضة وذلك أدى إلى عدم فهم الذات وعم السيطرة على الوقت امتلاك الوقت لمثل هذه النشاطات. آذ يشير (Bandura.1994) "أن أدراك الفرد لمفهوم

الذات يتعلق بتقييمه لقدرته على تحقيق مستوى معين من الانجاز وعلى التحكم بالأحداث ويؤثر الحكم على مستوى مفهوم الذات في طبيعة العمل أو الهدف الذي يسعى الفرد إلى تحقيقه وفي مقدار الجهد الذي سيبدله ومدى مثابته في التصدي للعوائق التي قد تعترضه وفي مقدار الوقت الذي سيتطلبه في التكيف مع المطالب البيئية التي يواجهها.. (Bandura.1994.77)

**السؤال الثاني:** هل القبلية تؤثر على ممارستك للرياضة في المدرسة؟

**الغرض من السؤال:** معرفة إثر القبلية على ممارسة النشاط الرياضي في المدرسة.

الجدول 2: يوضح النسبة المئوية لتكرارات السؤال الثاني.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	85	5,55
لا	5	94.44
المجموع	90	100

يتضح من الجدول (02) أن نسبة 5.55 يرون ان للقبلية أثر في ممارسة النشاط الرياضي في المدرسة بينما 94.44 يرون

العكس.

من خلال قراءة الجدول اتضح ان للقبلية لا تعتبر المؤثر الكبير في ممارسة الرياضة داخل المدرسة لبنات الريف بل لها أثر إيجابي على نفسياتهم لما لها من خصوصية في التنفيس عنهم وخراجهم من جوار المدرسة وتعب الحياة اليومية التي يعيشونها في جو يسوده المرح والمتعة والترفيه. وهذا ما عبرت عنه الجمعية الامريكية للصحة في الربية البدنية والترويح اذ ترى "ان التربية البدنية والرياضية هي المادة التي يتعلم فيها الأطفال ان يتحركوا ليتعلمو".

**السؤال الثالث:** هل إعطاء الألقاب تأثير في ممارسة الرياضة في المدرسة؟

**الغرض من السؤال:** معرفة تأثير عادة إعطاء الألقاب على ممارسة النشاط الرياضي.

الجدول 3: يوضح النسبة المئوية لتكرارات السؤال الثالث.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	45	50
لا	45	50
المجموع	90	100

يتضح من الجدول (3) أن قيمة النسبة المئوية للإجابة بنعم أكبر من الإجابة بلا حيث بلغت النسبة 50 فالمائة وهذا ما

يفسر تأثير ظاهرة إعطاء الألقاب على ممارسة النشاط البدني لبنات الريف بينما بلغت نسبة الإجابة بلا 50 فالمائة

ويعزو الباحثان سبب ذلك ان ظاهرة إعطاء الألقاب عند معظم البدو الرحل التي تتمتع هي ذات تشعبات كبير وغير مفهومة لدرجة ربطها بالوازع الديني وذلك لخوف هذه الفئة من انتقالها معهم الى المدرسة ومما هو معروف انه اثناء ممارسة النشاط البدني فانه من نتاجه تفرغ الطاقات والمكبوتات التي من بينها رفض المنادات بالألقاب قال تعالى "ولا تتابزوا ولا يغتب بعضكم بعضا".

**السؤال الرابع:** هل ممارسة المهن التقليدية تأثير على ممارسة الرياضة في المدرسة؟

**الغرض من السؤال:** معرفة إذا كانت ممارسة المهن التقليدية تأثير اتجاه اختيار بنات الريف لممارسة الرياضة في المدرسة.

الجدول 4: يوضح النسبة المئوية لتكرارات السؤال الرابع.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	84	93.33
لا	6	6.66
المجموع	90	100

من خلال الجدول رقم (04) نلاحظ ان نسبة 93.33 في المائة تأكد تأثير المهن التقليدية على ممارسة الرياضة داخل المدرسة بينما يرى 6.66 العكس.

ومن هنا يرى الباحثان ان بنات الريف من اهم أسباب العزوف عن ممارسة الرياضة هي ممارسة المهن التقليدية نذكر منها (الرعي، الخياطة، الفلاحة) كون هذه المهن تستلزم مجهود بدني كبير وشاق مما يدفعهم الى الامتناع عن ممارسة الرياضة في المدرسة.

**السؤال الخامس:** هل تربية الحيوانات تمنعك من ممارسة الرياضة داخل المدرسة؟

**الغرض من السؤال:** معرفة إذا كانت مهنة تربية الحيوانات جزء من عزوف بنات الريف من ممارسة الرياضة.

الجدول 5: يوضح النسبة المئوية لتكرارات السؤال الخامس.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	50	55.55
لا	40	44.44
المجموع	90	100

من خلال قراءة الجدول رقم (05) تبين ان نسبة تفوق 55 في مئة لا ترغب في ممارسة الرياضة بسبب هذه المهنة ي بينما 44 لا تعطي لذلك اهتماما بالغا.

من هنا يرى الباحثان ان مهنة تربية الحيوانات على العموم من بين الأسباب الأساسية في تحديد اتجاه بنات الريف في ممارسة الرياضة في المدرسة للتعب الكبير الذي يمارسه هذا أصحاب هذا العمل.

**السؤال السادس:** هل ممارسة الألعاب التقليدية تمنعك من ممارسة الرياضة في المدرسة؟

**الغرض من السؤال:** معرفة إذا كانت العادات والتقاليد تمنع من ممارسة الرياضة لبنات الريف.

الجدول 1: يوضح النسبة المئوية لتكرارات السؤال السادس.

الإجابة	التكرار	النسبة المئوية
نعم	40	44.44
لا	50	55.55
المجموع	90	100

من خلال الجدول رقم (6) نلاحظ ان نسبة 44.44 تجعل من ممارسة الألعاب التقليدية سببا من أسباب عدم ممارسة الرياضة بينما 55.55 تنفي ان تكون تلك الألعاب هي سببا في عدم ممارسة الرياضة.

ومن هنا اتضح للباحثان ان ممارسة الألعاب التقليدية ليس بالعامل الكير والمهم في تحديد اتجاه ممارسة الرياضة لبنات الريف.

**السؤال السابع:** هل الجو المحافظ للأسرة يمنعك من ممارسة الرياضة؟

**الغرض من السؤال:** معرفة إذا كان للأسرة دور في تحديد ممارسة الرياضة لبنات الريف.

الجدول 1: يوضح النسبة المئوية لتكرارات السؤال السابع.

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
77.77	70	نعم
22.22	20	لا
100	90	المجموع

من خلال الجدول رقم (7) نلاحظ ان 77.77 من بنات البدو يعتبرون ان الطابع المحافظ لأسرهم يمنعهم من ممارسة الرياضة بينما 22.22 يرون العكس.

ومن هذا يشير الباحثان ان الطابع المحافظ للأسر البدوية وتمسكهم بالعادات والتقاليد الدينية أحد الأسباب الرئيسية في عزوف البنات عن ممارسة الرياضة المدرسية.

#### 10. الاستنتاجات:

1- للقيم البدوية تأثير سلبي على ممارسة الرياضة في المدرسة لبنات الريف.

2- هناك علاقة ارتباطية ما بين مفهوم العقيدة والعادات والتقاليد وكيفية قدرتها في تحديد اتجاهات هذه الفئة في ممارسة الرياضة.

3- هناك فهم خاطئ لممارسة الرياضة عند الاولياء والتلاميذ.

4- تتحكم الظروف المادية والاجتماعية والاسرية في رغبة التلاميذ في ممارسة الرياضة.

#### 11. إقتراحات:

- تكثيف الحملات التوعوية والتحسيسية لصالح هذه الفئة من المجتمع وحثها على ممارسة الرياضة.
- التأكيد على ظروف الدعم المادي والمعنوي والنفسي لهذه الفئة.
- تثمين القيم البدوية من خلال المعارض والملتقيات التي تعرف بهذه الفئة المنتجة.
- تكثيف البحث العلمي في هذا المجال.



12. المراجع:

أبو حطب، وسيد احمد عثمان فؤاد. (1973). التقويم النفسي. القاهرة. مكتبة الانجلو المصرية.  
محمد السويدي. مقدمة في دراسة المجتمع الجزائري. ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر. 1984.

Ben atria farouk. (1980). agré gat ou eité . l'inté gration citadime a Alger . SNED . Alger .

## دور الأنشطة البدنية الرياضية المدرسية في تحسين القدرات العقلية للطفل

### The role of school sports and physical activities in improving the mental abilities of the child

فليفلة عبد الباقي بهاء الدين<sup>1</sup>، جوير خالد<sup>2</sup>

<sup>1</sup> جامعة سطيف 2 (الجزائر). abodflifla@gmail.com

<sup>2</sup> جامعة سطيف 2 (الجزائر). ab.flifla@univ-setif2.dz

#### ملخص:

يهدف البحث إلى معرفة دور الأنشطة البدنية الرياضية المدرسية في تحسين القدرات العقلية للطفل، حيث تم قياس أثر برنامج تدريبي للأنشطة البدنية الرياضية المدرسية لتحسين القدرات العقلية للطفل من إعداد الباحث عن طريق إختبارات ستانفورد بينيه "الصورة الخامسة" وإعتمد الباحث في دراسته على المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة عن طريق إختبار قبلي وبعدي لملائمته لطبيعة الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من 40 طفلا تم إختيارهم بطريقة عشوائية، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الإختبارين القبلي والبعدي وجاءت الفروق لصالح الإختبار البعدي، وأن الأنشطة البدنية تحسن القدرات العقلية، وأن الأطفال الأكثر نشاطا بدنيا يتمتعون بموارد انتباه أكبر، ولديهم سرعة معالجة إدراكية أسرع وأداء أفضل في الإختبارات.

**الكلمات المفتاحية:** مرحلة طفولة؛ نشاط بدني؛ رياضة مدرسية؛ قدرات عقلية؛ مقياس ستانفورد بينيه للذكاء.

#### Abstract:

The research aims to learn about the role of physical activities in improving the mental abilities of the child in school. This study was measured by the researcher through Stanford Benet tests "Photo 5 ". In his study, the researcher relied on the experimental research by designing the single set through a pre and post-test since it is the suitable tool for this reserach . The study sample consisted of 40 children selected randomly. The results showed that there were statistically significant differences between the results of pre and post-tests. This mean, that the postest had a postive effects on improving mental abilities for those who engage with physical activities. In this case, children become more physically active, have great attention resources, faster cognitive processing speed and better tests performance.

**Keywords:** Childhood; Physical Activity; School Sports; Mental Abilities; Stanford; Binet Intelligence Scale.

## 1. مقدمة:

تعد القدرات العقلية من أهم مواضيع علم النفس التي يهتم بها المعلمون والعاملون في الحقل المدرسي، حيث تهتم بالبحث الكمي للفروق الفردية في مختلف القدرات العقلية للأطفال، وتفسير هذه الفروق تفسيراً علمياً سليماً يتم بيان طبيعة هذه الفروق وكيف تتأثر القدرات العقلية للطفل بعوامل النمو والتدريب، وكيف ترتبط القدرات العقلية في صورة تنظيم معين إلى غير ذلك من النواحي التي ترتبط أساساً بهذا الموضوع الرئيسي من موضوعات علم النفس. (إبراهيم، 1975، 1)

ويعد النشاط البدني الرياضي المدرسي أحد أهم المجالات التربوية المهمة التي جذبت أنظار التربويين إليها، والذي يقوم على أساس إيجابية الأطفال ومشاركتهم الفاعلة والنشطة خلال الدرس، فالمهارات والأنشطة والتمارين الرياضية والألعاب الشبه رياضية تساعد في بناء وتطوير شخصية الطفل من جميع جوانبها البدنية، النفسية والاجتماعية والعقلية، وعلى الرغم من أن الأدلة أقل تطوراً بالنسبة للأطفال مقارنة بالبالغين إلا أن مجموعة متزايدة من الأدبيات العلمية تشير إلى وجود علاقة بين النشاط البدني القوي والمعتدل الكثافة وبنية الدماغ وعمله، للنشاط البدني القوي والمعتدل الكثافة آثار إيجابية على صحة الدماغ، حيث يظهر الأطفال الأكثر نشاطاً بديناً موارد انتباه أكبر، ولديهم سرعة معالجة إدراكية أسرع، وأداء أفضل في الاختبارات الأكاديمية القياسية. (harold & heather) 4,2013

ويعتبر اختبار ستانفورد بينيه اختباراً فردياً وهو أول اختبار لقياس القدرات العقلية حيث يهدف إلى تحديد مستويات النمو العقلي للطفل ومعرفة مدى التقدم والتأخر لأي طفل في سنوات العمر المختلفة، والذي سيتم من خلاله تحديد مستوى القدرات العقلية للأطفال قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي.

## 2. مشكلة الدراسة:

إن وجود الفروق الفردية في القدرات العقلية بين الأطفال أمر طبيعي فكل طفل يختلف عن الآخر من حيث نمو وتطور الجانب العقلي، ولهذا توجب على القائمين على العملية التربوية والمدرسة معرفة هذه الفروق، من أجل القدرة على التعامل مع مختلف الحالات ووضع البرامج المناسبة وتحقيق أهداف العملية التعليمية في كل مرحلة من مراحل التعليم المختلفة، وتعتبر مرحلة التعليم الابتدائي أهم فترة للنمو العقلي التي يصبح فيها الطفل قادراً على التحليل والتفسير والتعامل مع مختلف المشكلات وإيجاد الحلول لها والتوافق مع البيئة وذاته؛ لذا يرى الباحث أن الأنشطة البدنية والرياضية تساهم في تحسين القدرات العقلية المرتبطة بشكل مباشر بالطفل.

إن للنشاط البدني والرياضي المدرسي العديد من الوظائف التي يلعبها، ولعل هذه الوظائف لا ترتبط بصورة مباشرة بالعملية التعليمية ولكنها تحقق الأهداف الغير مباشرة للعملية التعليمية وتمثل أهم هذه الوظائف في شغل أوقات الفراغ وتنشيط الذهن، تنمية التفكير وإثراء العلاقات الاجتماعية. (العروي، 2019، 61)

ومما سبق سنطرح التساؤل العام التالي:

هل للنشاط البدني الرياضي المدرسي دور في تحسين القدرات العقلية للطفل؟

وأثارت مشكلة هذه الدراسة العديد من الأسئلة كما يلي:

1- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال في الإختبارين القبلي والبعدي في المجالين اللفظي وغير اللفظي لمقياس ستانفورد بينيه: الصورة الخامسة؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الأطفال لمقياس ستانفورد بينيه للذكاء: الصورة الخامسة، للإختبارين القبلي والبعدى؟

### 3. فرضيات الدراسة:

**الفرضية العامة:** للنشاط البدني الرياضي المدرسي دور في تحسين القدرات العقلية للطفل.

### الفرضيات الجزئية:

1- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال في الإختبارين القبلي والبعدى في المجالين اللفظي وغير اللفظي لمقياس ستانفورد بينيه: الصورة الخامسة

2- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال في الإختبارين القبلي والبعدى على الدرجة الكلية لمقياس ستانفورد بينيه للذكاء: الصورة الخامسة

### 4. أهداف الدراسة:

- تسعى هذه الدراسة للكشف عن درجات الأطفال قبل وبعد تنفيذ البرنامج التدريبي على الصورة الخامسة لمقياس ستانفورد بينيه للذكاء لدى عينة من الأطفال.

- تقديم تصور لبرنامج تدريبي خاص بالأنشطة البدنية والرياضية من أجل تطوير وتحسين القدرات العقلية للأطفال في الوسط المدرسي.

- الوصول إلى إقتراحات وتصورات لكل ما يتعلق بالأنشطة البدنية والرياضية المدرسية والعمل على تطويرها وتحسينها.

### 5. أهمية الدراسة: ونحدد أهمية الدراسة فيما يلي:

- ندرة إستخدام البرامج التدريبية الهادفة إلى تطوير القدرات العقلية للأطفال، حيث يمكن أن يساعد الاهتمام بهذه النوعية من البرامج في تحسين القدرات العقلية للأطفال.

- إلقاء الضوء على الأنشطة البدنية والرياضية ودورها الفعال في تحسين القدرات العقلية للأطفال في الوسط المدرسي.

- توجه المشرفين التربويين و مدراء المدارس والمسؤولين على العملية التعليمية في الوسط المدرسي إلى الإستفادة من التصور المقترح من خلال تبنيه أو النسخ على منواله.  
مفاهيم الدراسة:

### -مرحلة الطفولة Childhood:

الطفولة في اللغة العربية تعني المرحلة الزمنية التي تبدأ بعملية الإخصاب والأجنة في بطون الأمهات حتى بلوغ الإنسان الحلم ويتساوى التعريف للأطفال الذكور والإناث من بني البشر، وتتصف مرحلة الطفولة التي تشهد النشأة البدائية للإنسان جسمانيا وعصبيا ونفسيا ويتم تعريف الطفولة اصطلاحا بأنها المرحلة العمرية التي تبدأ من الولادة وحتى سن الثامنة عشرة وهي مرحلة أعتاب مرحلة الشباب. (لطفى، 2022)

تتكون من ثلاث مراحل: مرحلة الطفولة المبكرة: من (2-6 سنوات)، المرحلة الوسطى: (من 6-9 سنوات)، المرحلة الطفولة المتأخرة: من (9-12 سنة).

## - القدرات العقلية:

هي السلوك الذكي للإنسان، والذي يتجلى بقدرته الفكرية الطبيعية على الملاحظة والفهم والتعلم والتفكير والتذكر والتعامل مع المواقف بشكل فعال، واختلف العلماء والفلاسفة في تحديد تعريف خاص لها، لذلك تعد مصطلح جديد نسبياً، إذ عرفها العالمان "فيري وارن" و"بينجهام" أنها قوة أداء الاستجابة وتتضمن المهارات الحركية وحل المشاكل العقلية، بينما عرفها العالم "ثرستون" بأنها صفة يحددها سلوك الفرد أي تتعلق بما يؤديه ويقوم به وبالتالي هي سلوك ظاهري يمكن ملاحظته ومن ثم قياسه. (ميناء، 2021)

## - مقياس ستانفورد بينيه للذكاء: الصورة الخامسة (Stanford- Binet Intelligence Scale: Fifth Edition)

هو مقياس مقنن يستخدم لتقييم القدرات العقلية من عمر سنتان وحتى 70 سنة فأعلى، ويتضمن (5) عوامل رئيسية هي المعرفة، المعالجة البصرية، الاستدلال السائل، الاستدلال الكمي، المكانية، الذاكرة العاملة، وقد أعد هذه الصورة من المقياس رويد عام 2003، وقام محمود أبو النيل ومحمد طه وعبد الموجود عبد السميع بتقنيته وتعريبه في البيئة المصرية عام 2011. (الرجب وآخرون، 2015، 13)

## - النشاط البدني physical activity:

النشاط البدني هو كل حركة بشرية جسدية تنتجها العضلات الهيكلية بمعدل ما من إنفاق الطاقة، وتتمثل في كل ما يفعله الناس في المنزل أو العمل أو المدرسة، أثناء الانتقال من مكان إلى آخر وحتى أوقات الفراغ وغير ذلك من شؤون الحياة.

## - الرياضة المدرسية school sports:

هي ذلك البرنامج الذي تنظمه المدرسة بالتكامل مع البرنامج التعليمي الموجه للطفل من أجل تحقيق الأهداف التربوية، وقد تتمثل الرياضة المدرسية في حصة أسبوعية أو يومية لمدة ساعة أو أكثر والتي تتكون من تمارين وتدرجات ومهارات حركية والعب ترويحية وقصص حركية وأنشطة بدنية متنوعة، وتعمل الرياضة المدرسية على صقل موهبة الطفل وإكتساب مختلف الخبرات والمهارات التي تخدم مطالب النمو لديه.

## 6. الدراسات السابقة:

### أولاً: دراسة السائحي العلاء (2012-2015):

قام السائحي العلاء بدراسة هدفت إلى معرفة أهمية ودور النشاط البدني التربوي في الروضة في تنمية مستوى الذكاء و التحصيل الدراسي لدى الطفل باستخدام اختبار رسم الرجل واختبار الذاكرة قصيرة المدى، على عينة تكونت من 40 طفلاً من روضتي الأطفال أعزائي الصغار بالأغواط وروضة جمعية الإرشاد والإصلاح بالجلفة، تراوحت أعمارهم ما بين 4-6 سنوات، وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى: أن تنمية الذكاء والذاكرة لدى الأطفال عملية حيوية وقابلة للتطوير من خلال برامج النشاط البدني الرياضي التربوي.

### ثانياً: دراسة دباش نور الهدى:

قامت دباش نور الهدى بدراسة هدفت إلى تقصي دور اللعب في تنمية النمو العقلي المعرفي للأطفال الروضة من وجهة نظر المربيات، باستخدام إستبيان تحققت فيه شروط الصدق والثبات على عينة تكونت من 75 مربية يعملن بمؤسسات رياض

الأطفال بولاية جبجل، وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى بأن اللعب يساهم في تنمية القدرة الإدراكية والقدرة على التخيل والقدرة على التذكر لأطفال الروضة.

### التعقيب على الدراسات السابقة:

1. اتفاق أغلب الباحثين على أن الأنشطة البدنية والرياضية المدرسية تساهم في تنمية مختلف القدرات العقلية للأطفال.
2. إتفاق أغلب الباحثين على وضع برامج مخصصة تساعد الأطفال على تنمية قدراتهم العقلية.

### 7. منهج وإجراءات الدراسة:

1.7. منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة على المنهج التجريبي لتلائمه مع نوع المشكلة وطبيعتها لذلك إستخدم الباحثان هذا المنهج في حل المشكلة باستخدام المجموعة الواحدة ذات الإختبار القبلي والبعدي.

إن البحث التجريبي يتضمن محاولة لضبط العوامل الأساسية المؤثرة في تغيير المتغيرات التابعة في تجربة ما عدا عاملا واحدا يتحكم فيه الباحث ويغيره على نحو معين بصدد تحديد تأثيره في المتغير أو المتغيرات التابعة وقياسه. (محبوب، 2002، 297)

### 2.7. إجراءات الدراسة:

- عينة الدراسة: تتكون عينة الدراسة من 40 طفلا، وتراوح أعمارهم ما بين (5-6 سنوات)، وتقع نسبة ذكاء أطفال العينة في فئة المتوسط (90-115) وذلك على إختبار ستانفورد- بينيه للذكاء الصورة الخامسة، ولقد قامت الباحثان من التأكد من تجانس عينة الدراسة من حيث العمر، والذكاء، والمستوى الاقتصادي الاجتماعي والثقافي.

### - أدوات الدراسة:

أ. مقياس ستانفورد - بينيه للذكاء "الصورة الخامسة". أعدده محمود أبو النيل ومحمد طه وعبد الموجود عبد السميع (2009) للأشخاص الذين تتراوح أعمارهم ما بين عامين وحتى 70 عاما فيما فوق، ويتكون المقياس الكلى من (10) إختبارات فرعية تتجمع مع بعضها لتكون مقاييس أخرى؛ هي: مقياس نسبة ذكاء البطارية المختصرة، مقياس نسبة ذكاء غير اللفظية، مقياس نسبة الذكاء اللفظية، نسبة الذكاء الكلية للمقياس.

ولقد تم حساب الثبات للإختبارات الفرعية المختلفة بطريقتي إعادة التطبيق والتجزئة النصفية المحسوبة بمعادلة الفا كرونباخ، وأشارت النتائج إلى أن المقياس يتسم بثبات مرتفع حيث تراوحت معاملات الثبات على كل إختبارات المقياس ونسب الذكاء والعوامل من 0.87 إلى 0.98، أما بالنسبة لصدق المقياس؛ فقد تم حسابه بطريقتين: هي صدق التمييز العمري وكانت الفروق جميعها دالة عند مستوى 0.01، وحساب معامل ارتباط نسب ذكاء المقياس بالدرجة الكلية للصورة الرابعة وتراوحت بين 0.74 و0.76 وهي معاملات صدق مقبولة بوجه عام وتشير إلى ارتفاع مستوى صدق المقياس (محمود السيد أو النيل وآخرون، 2011: 11-61)

ب. مقياس إنتباه الأطفال وتوافقهم (صورة المتزل).

ج. مقياس المستوى الاقتصادي الإجتماعي الثقافي.

- الأساليب الإحصائية المستخدمة: تم استخدام المتوسط والانحراف المعياري، وإختبار قيمة "ت".

## 8. نتائج الدراسة ومناقشتها:

**الفرض الأول:** وينص على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال في الإختبارين القبلي والبعدي في المجالين اللفظي وغير اللفظي لمقياس ستانفورد بينيه: الصورة الخامسة ".

جدول 1: المتوسط والانحراف المعياري وقيمة (ت) ودلالاتها بين الدراسة في نسب الذكاء للمجالين غير اللفظي واللفظي.

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الإختبار البعدي (ن= 40)		الإختبار القبلي (ن= 40)		المتغير
		انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري	متوسط	
0.01	3.429	7.965	103.467	7.247	98.7	نسبة الذكاء غير اللفظية
غير دالة	1.781	6.655	102.567	7.075	100.333	نسبة الذكاء اللفظية

وقد أسفرت النتائج عن تحقق الفرض الأول؛ حيث اتضح من جدول (1) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الأطفال في الإختبارين القبلي والبعدي في المجالين اللفظي وغير اللفظي لمقياس ستانفورد بينيه: الصورة الخامسة عند مستوى (0.01) وذلك في اتجاه الإختبار البعدي، في حين لم يوجد فروق دالة إحصائية بين المجموعتين في نسبة الذكاء اللفظية.

كان متوسط الذكاء غير اللفظي في الإختبار القبلي (93.7) بينما بلغت في الإختبار البعدي (98.467)، وهذا يشير إلى أن الأطفال وبعد تنفيذ البرنامج التدريبي أصبحت لديهم قدرات أكبر نسبياً في مهارة حل المشكلات المجردة، تذكر الحقائق والأشكال، حل المشكلات الكمية المقدره في شكل صور، تجميع التصميمات، تذكر تسلسل الطرقات، تذكر المعلومات المقدمة في شكل صور، أرقام ورموز في مقابل المعلومات المقدمة في شكل كلمات وجمل (مطبوعة أو منطوقة)، بينما كانت نسبة الذكاء اللفظية في الإختبار القبلي (98.333) مقابل (100.567) في الإختبار البعدي إلا أن الفروق بين المجموعتين غير دالة ولم تميز درجة الذكاء اللفظي بينهما في القدرة على الإستدلال وحل المشكلات، التصور والاستدعاء للمعلومات المهمة المقدمة في شكل كلمات وجمل، بالإضافة إلى قدرة المفحوص على شرح الاستجابات اللفظية بوضوح وتقديم سبب منطقي لخيارات الاستجابة، وشرح الاتجاهات المكانية وتعتبر القدرة اللفظية العامة والتي تقاس بنسبة الذكاء اللفظية.

**الفرض الثاني:** وينص الفرض الثاني على أنه "توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الأطفال في الإختبارين القبلي والبعدي على الدرجة الكلية لمقياس ستانفورد بينيه للذكاء: الصورة الخامسة".

جدول 2: المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم (ت) ودالاتها بين عينتي الدراسة في الدرجة الكلية للمقياس

المتغير	المجموعة	الإختبار القبلي (ن = 40)		الإختبار البعدي (ن = 40)		قيمة "ت"	مستوى الدلالة
		متوسط	انحراف معياري	متوسط	انحراف معياري		
نسبة الذكاء غير اللفظية	98.7	7.247	103.467	7.965	103.467	3.429	0.01
نسبة الذكاء اللفظية	100.333	7.075	102.567	6.655	102.567	1.781	غير دالة
نسبة الذكاء الكلية	100.6	5.524	104.5	5.679	104.5	3.813	0.01
عامل الإستدلال السائل	104.767	10.687	106.683	8.42	106.683	1.091	غير دالة
عامل المعرفة	96.983	10.273	97.167	9.059	97.167	0.104	غير دالة
عامل الإستدلال الكمي	101	5.317	101.3	4.897	101.3	0.321	غير دالة
عامل المعالجة البصرية المكانية	99.333	9.902	102	6.984	102	1.705	غير دالة
عامل الذاكرة العاملة	95.1	10.114	104.35	7.487	104.35	5.694	0.01

يتضح من جدول (2) وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الأطفال في الإختبارين القبلي والبعدي على الدرجة الكلية لمقياس ستانفورد بينيه للذكاء: الصورة الخامسة عند مستوى (0.01) حيث كانت قيمة "ت" المستخرجة (3.813) وذلك في اتجاه الإختبار البعدي، وأيضا كانت قيمة "ت" في عامل الذاكرة العاملة (5.694) وهي دالة عند مستوى (0.01) وذلك أيضا في اتجاه الإختبار البعدي، في حين لم يوجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الأطفال في الغختبارين القبلي والبعدي على مقياس ستانفورد بينيه للذكاء: الصورة الخامسة في كل من نسبة الذكاء اللفظية، عامل الإستدلال السائل، عامل المعرفة، عامل الإستدلال الكمي، عامل المعالجة البصرية المكانية، وتشير هذه النتائج إلى تحقق الفرض الثاني؛ فبالنسبة إلى متوسط نسبة الذكاء الكلية، فقد بلغت (100.6) في الإختبار القبلي (104.5) في الإختبار البعدي مما يشير إلى أن الأطفال وبعد إجراء البرنامج التدريبي أصبح لديهم قدرات أكبر نسبيا في حل المشكلات والقدرة على الإستدلال العام والتكيف مع المطالب المعرفية للبيئة، وهي لا تقيس فقط المعرفة المكتسبة من البرنامج التدريبي المقترح والتعليم المدرسي بل تقيس مجموعة الجوانب الرئيسية للذكاء، بما في ذلك الإستدلال، المعلومات المخزونة، الذاكرة، التصور، القدرة على حل المشكلات الجديدة.



من خلال عرض ومناقشة فرضيات البحث لمعرفة مدى تأثير البرنامج التدريبي المقترح على القدرات العقلية عند الأطفال 5-6 سنوات، وهذا ما تحصلنا عليه من نتائج إيجابية لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية المدرسية في تحسين مختلف القدرات العقلية للطفل.

وبالتالي الفرضية العامة للدراسة "للنشاط البدني الرياضي المدرسي دور في تحسين القدرات العقلية للطفل" تحققت وهذا ما ينطبق مع دراسة السائحي العلاء والتي يؤكد فيها على أن تنمية الذكاء والذاكرة لدى الأطفال عملية حيوية وقابلة للتطوير من خلال برامج النشاط البدني الرياضي التربوي ودراسة دباش نور الهدى والتي توضح لنا مدى مساهمة اللعب في تنمية النمو العقلي المعرفي لأطفال الروضة.

ومن هذا المنطلق وجب علينا كمختصين في النشاط البدني الرياضي المدرسي تطوير برامج ونشاطات تربوية رياضية خاصة تساهم بشكل فعال في تحسين القدرات العقلية للطفل.

### 9. إقتراحات:

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة الحالية يمكن اقتراح بعض التوصيات:

- 1- الاستفادة من النتائج التي خرجت بها الدراسة من تحليل البروفيل المعرفي للأطفال ذوي اضطراب نقص الإنتباه وفرط النشاط في وضع البرامج المعرفية لهذه الفئة من الأطفال.
- 2- الاهتمام بتقديم برامج تدريبية للأطفال لإكسابهم مختلف القدرات العقلية والمهارات المعرفية وتنمية جوانب الضعف لديهم.
- 3- تصميم برامج خاصة لهذه الفئة العمرية تتناسب مع قدراتهم العقلية.
- 4- تخصيص 60 دقيقة يوميا على الأقل من الأنشطة البدنية الرياضية.
- 5- العمل على زيادة النشاط البدني بين الأطفال بشكل عملي ومستدام لتحسين صحتهم العقلية عن طريق تقليل ومنع حالات مثل القلق والإكتئاب وتعزيز إحترام الذات.
- 6- ضمان تحقيق الأطفال للكمية الموصى بها على الأقل من النشاط البدني القوي والمعتدل الكثافة والذي قد يحسن الأداء الأكاديمي العام.
- 7- إن التربية البدنية على الرغم من أهميتها لا يمكن أن تكون المصدر الوحيد لما لا يقل عن 60 دقيقة يوميا من النشاط البدني الموصى به لتعزيز صحة الأطفال، ولذلك يجب استغلال الطرق الأخرى لتعزيز النشاط البدني لدى الأطفال بشكل منهجي لتوفير فرص النشاط البدني.
- 8- إحياء دور الأخصائي النفسي داخل المدارس على أن يكون عضواً أساسياً ضمن فريق العمل التربوي وذلك بهدف إكتشاف تدهور القدرات العقلية ومعرفة أسبابها والسعي لحلها.

## 10. المراجع:

### أولاً: المراجع العربية:

- إبراهيم وجيه، محمود. (2002). القدرات العقلية خصائصها وقياسها. ط2. القاهرة. دار المعرفة.
- شيماء، لطفى. (2022). "ما هو تعريف الطفولة . تعرف على أهم 5 مراحل للطفولة وفقاً لإحتياجات أطفالنا". <https://bit.ly/3epjpKN> .
- عبد العزيز، العروي. (2019). النشاط الرياضي المدرسي بين النظرية والتطبيق. المدينة المنورة. السعودية. الملك فهد الوطنية.
- عبير محمد، رجب. (2015). الصفحة المعرفية لعينة من الأطفال ذوى إضطراب نقص الإنتباه وفرط النشاط على مقياس ستانفورد- بينيه الصورة الخامسة. مجلة دراسات الطفولة: 18 (66): 119-125
- لوك، إن مينا. (2021). "ما هي القدرة العقلية mental ability وكيف تطورها؟". <https://bit.ly/3QghLZa> .
- محمود، أبو النيل. محمد، طه. عبد الموجود، عبد السميع (2011). مقياس ستانفورد- بينيه للذكاء: الصورة الخامسة (مقدمة الاصدار العربي ودليل الفاحص). القاهرة: المؤسسة العربية.
- وجيه، محجوب. (2002). البحث العلمي ومناهجه. القاهرة. دار الفكر العربي.

### ثانياً: المراجع الانجليزية:

Harold W. Kohl and Heather D. Cook .(2013). EDUCATING THE STUDENT BODY Taking Physical Activity and Physical Education to School. USA . National Academy of Sciences . Washington .

## دور ممارسة التربية البدنية في النمو النفسي والاجتماعي في المدارس الابتدائية .

### The role of physical education practice in psychological and social development in primary schools.

عبد الرحيم أعراب<sup>1</sup>، امهدي محمدي<sup>2</sup>

<sup>1</sup>معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة مصطفى بن بولعيد باتنة 02 (الجزائر). a.arab@univ-batna2.dz

<sup>2</sup>معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة مصطفى بن بولعيد باتنة 02 (الجزائر). m.mohammedi@univ-batna2.dz

#### ملخص:

رغم ما تكتسيه التربية البدنية من أهمية في الطور الابتدائي باعتباره وسيلة تربوية تساعد الطفل على النمو الصحي النفسي والاجتماعي السليم وتعزز مهاراته الفردية والجماعية إلا أن واقع ممارسة التربية البدنية في المدارس الابتدائية الـ يستوفي حقه نظرا لعدة اعتبارات. ولقد حاولنا في هذا العمل بالاعتماد على دراسة حالة، تحليل مضمون مقابلات غير موجهة للوقوف على واقع التربية البدنية في المدرسة الابتدائية. وكانت الحالة مأخوذة من خمس مدارس ابتدائية بولاية باتنة. ولقد تمحورت نتائج تحليل المقابلات على ثلاثة أبعاد أساسية: 1 ضرورة التربية البدنية للطفل. 2 الحالة النفسية والبدنية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية. مكانة التربية البدنية بين المواد المدرسية في الطور الابتدائي. وأظهرت النتائج أن التربية البدنية مهمة لمختلف جوانب النمو عند الطفل، المعرفي والنفسي والجسمي، كما أنها ترمي التفاعل بين الأطفال.

**الكلمات المفتاحية:** التربية البدنية؛ النمو النفسي والاجتماعي؛ المدرسة الابتدائية.

#### Abstract:

Despite the importance of physical education in primary school as a pedagogical tool that boosted the psychosocial development of the child, and improve his individual and collective skills, the reality of the exercise of Physical education in primary schools does not meet its right due to several considerations. In this work based on case studies we have tried to analyze the content of non-directed interviews to determine the reality of physical education exercise in primary schools. The cases were picked from five primary schools in Batna. The results of the interview analysis focused on Three main dimensions: (1) Physical education is necessary for the child. (2) The psychological and physical state of the child during the exercise of physical education. (3) The place of physical education among primary school curriculum. The results showed the importance of physical education in the development of children; and they asserted that it contribute to the interaction between pupils

**Keywords:** physical education; psychosocial development; Primary school.

## 1. مقدمة:

إن التربية البدنية في مختلف دول العالم تحظى باهتمام متزايد، حيث اتسعت فيها دائرة البحوث والدراسات وكان الاتجاه نحو تأكيد هوية التربية البدنية كنظام وكمهنة وضرورة اعتبارها كأهم الوسائط التربوية مما يدل على ارتفاع درجة الوعي بأهميتها، فلم تعد ذلك الجزء الهامشي من المقرر الدراسي والذي كان ينظر من خلاله على أنها مادة بسيطة لا مجال لمقارنتها ببقية المواد الدراسية. فقد تطورت التربية البدنية اليوم وأصبحت جزء لا يتجزأ من العملية التربوية الشاملة بل إنها أصبحت إحدى الوسائط التعليمية التربوية الهامة لتحقيق أهداف قيمة تصب في قالب الأهداف العامة للمجتمع من خلال المساهمة في تكوين المواطن النافع لنفسه ولمجتمعه.

والجزائر على غرار بقية دول العالم اهتمت بتطوير مستوى الممارسة الرياضية بصفة عامة، وفي المدارس بصفة خاصة، وفي كل الأطوار الدراسية. وعملت على تكوين المختصين وأنشأت الملاعب والقاعات ووضعت البرامج والمناهج. ولعل أولى وأهم هذه الأطوار التعليمية نجدها في المدرسة الابتدائية التي تقوم بتدريس مجموعة من المواد من بينها التربية البدنية والرياضية. وهذه الأخيرة تفرد من بين سائر المواد الدراسية بشمول تأثيرها على العملية التربوية في المدرسة ليس لأنها تغطي احتياجات التلميذ من النواحي الصحية والحس حركية فحسب، بل لأنها تنعكس أيضا على حياته العقلية والوجدانية - والانفعالية. وهذا ما يؤكد دورها الكبير في بناء شخصية الطفل في شموليتها. وإذا ما قمنا بمقارنة نوعية وحجم الممارسة والإمكانيات التربوية والمرافق الممنوحة للأطوار التعليمية، فإننا نلاحظ في الواقع أن الاهتمام الأكثر كان منصبا نحو الطور المتوسط والثانوي، في حين أن الطور الابتدائي مازالت الممارسة الرياضية فيه تتسم بالطابع الشكلي والرمزي رغم إدراج المادة بصفة رسمية في المقرر الدراسي ووضعت لها مناهج خاصة.

وسنحاول من خلال هذا العمل تحليل مضمون تمثلات وآراء المعلمين في الطور الابتدائي للكشف عن الواقع الحقيقي المعاش في ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية، محاولين الإجابة عن السؤال الرئيسي التالي:  
ماهي وجهة نظر المعلمين في الطور الابتدائي لواقع ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية؟  
وتتمثل الفرضية العامة في: تشير وجهات نظر المعلمين في الطور الابتدائي إلى الطابع الشكلي والرمزي لممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية.

## 2. مفاهيم الدراسة:

### -المعلم-

إن المعلم الحقيقي كما يرى جون ديوي (في أسعد محمد مصطفى، 2000، ص 137) هو "الذي يدرّب طلابه على استخدام الآلة العملية، ويشترك معهم في تحقيق نمو ذاتي يصل إلى أعماق الشخصية ويمتد إلى أسلوب الحياة. كما يجب أن ينفذ السياسة التربوية ويربطها بالمجتمع، ويربط بين البرامج والأهداف ويعمل على تجسيدها. ومنه فلا بد للمعلم أن يكون في المستوى المطلوب الذي تقوم عليه العملية التعليمية في المدرسة."

ويقول عباس صالح أحمد السامرائي وعبد الكريم محمود السامرائي (1991 ص 17) إن المعلم يجب أن يمتلك حصيلة جيدة من طرائق التدريس التي تتفق وطبيعة التلاميذ والجو والساحة وغيرها من الظروف المحيطة، بدل أن يجعل درسه فيه من الرتبة بطريقة واحدة، إذ أنه سيؤدي حتما إلى ملل التلاميذ وجمودهم وعدم تحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة. "

ومنه فالمعلم هو أحد أهم أقطاب المثلث البيداغوجي، وهو الناقل للمعرفة خاصة العلمية حيث يقوم باستعمال العديد من الاستراتيجيات لتوصيل الخبرات والمعلومات التربوية وتوجيه سلوك المتعلمين داخل الصف.

#### -المدرسة الابتدائية:

يمكن تعريف المدرسة عموماً على أنها المؤسسة التي أنشأها المجتمع لتربية وتعليم الصغار نيابة عن الكبار الذين شغلته الحياة، إضافة إلى تعقيد وتراكم التراث الثقافي (صلاح الدين شروخ، 2004، ص 78).  
وظيفة المدرسة تقوم على تهيئة الظروف الملائمة لكي ينشأ الأطفال في جو يضمن لهم نمو شخصياتهم من جميع نواحيها الجسمانية، العقلية، الخلقية، النفسية والاجتماعية. ولم يعد القصد من المدرسة مجرد تلقين التلاميذ المعلومات المعرفية بل إن عملية التربية أشمل من ذلك، إذ تتناول اكتشاف مواهب الأطفال وميولهم وتوجيههم إلى خير ما يضمن لهم النمو المتزن لكي ينشئوا مواطنين صالحين (عويضة، 1996، ص 44).

ويمكن تعريف التعليم الابتدائي بأنه مرحلة التعليم الأولى بالمدرسة التي تكفل للطفل التمرس على طرق التفكير السليم، وتؤمن له الحد الأدنى من المعارف والمهارات والخبرات التي تسمح له بالتهيؤ للحياة وممارسة دوره كمواطن منتج داخل إطار التعليم النظامي، سواء أكان ذلك في مناطق ريفية أو حضرية داخل نطاق التعليم النظامي وخارجه في إطار التربية المستديمة (عبود عبد الغني وآخرون، 1994، ص 99)

وعليه فالمدرسة الابتدائية تعتبر مستوى تعليمياً أولياً يلتحق به التلميذ، ويتكون غالباً من 5 أو 6 مراحل أو سنوات، وكل مرحلة مدتها سنة دراسية كاملة. ويتعلم التلميذ في هذه المرحلة التعليمية المبادئ الأساسية والتمهيدية التي تساعده أساساً على محو أميته وتطوير معارفه.

#### -التربية البدنية:

لقد عرف ويست Wuest وبوتشر Bucher (الخولي، 1996، ص 32) التربية البدنية بأنها " العملية التربوية التي ترمي إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك . " كما ذكرت لومبكين Lumpkin (في أمين أنور الخولي، 1996، ص 35) في تعريفها للتربية البدنية: "هي العملية التي يكتسب الفرد خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني. " أما فيري Virie (في إبراهيم مفتي، 1996، ص 38). يقول: "إن التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من التربية العامة، وأنها تشغل إذن دوافع النشاطات الموجودة في كل شخص ص للتمتية من الناحية العضوية والانفعالية.

ويرى سعيد عظمي (1996، ص 61) " أن التربية البدنية والرياضية هي عملية حيوية في المدارس بمراحلها المختلفة ولها دور أساسي في تنمية اللياقة البدنية للتلميذ. "

وتهدف التربية البدنية من الجانب المعرفي بالاهتمام بالإنجاز أو الأداء العقلي الذي يتعلق باسترجاع المعلومات والعمل على تطوير القدرات والمهارات العقلية والمعرفية. كذلك من الجانب الحسي الحركي تهدف إلى التحكم في الحركات البدنية وتوجيهها، كما أن لها أهداف نمو نفسية اجتماعية من خلال تنمية بعض القدرات الذاتية والاجتماعية (محمد نصر الدين رضوان، 2006، ص 37 - 28).

ومنه يمكن القول أن التربية البدنية هي مادة تعليمية تساهم في تحسين قدرات التلاميذ في المجال الحسي الحركي واللياقة البدنية، وأيضا في المجال النفسي، الاجتماعي والمعرفي، وبالتالي تعمل على تنمية شخصيته في جوانبها المختلفة.

### 3. منهجية الدراسة:

#### 1.3 وصف حالات الدراسة :

نظرا لصعوبة حصر أفراد مجتمع البحث، اعتمدنا دراسة حالات باللجوء إلى الأسلوب القصدي في اختيارها حيث تحصلنا على ثلاثة أفراد تم اختيارهم بصورة عشوائية من بعض المدارس الابتدائية ببلدية باتنة بولاية باتنة الجزائر. وتم إجراء مقابلات غير موجهة للحصول على بيانات أكثر واقعية وملائمة ويمكن تلخيص خصائص حالات الدراسة في الجدول الآتي:

جدول 01 يوضح خصائص حالات الدراسة.

الرقم	السن	الجنس	المهنة	سنوات الخبرة
01	44	أنثى	معلمة لغة عربية	13 سنة
02	45	أنثى	معلمة لغة عربية	16 سنة
03	37	أنثى	معلمة لغة عربية	10 سنوات

#### 2.3 سير الدراسة:

تم إجراء المقابلات غير الموجهة مع الأفراد الثلاثة في ثلاث جلسات، وذلك في الأسبوعين الثاني والثالث من شهر ماي 2022. كما تم تخصيص الوقت الكافي لإجرائها، والذي لم يتجاوز في مجمل المقابلات الـ 45 دقيقة. حيث حاولنا إخبار المشاركين في الدراسة بطبيعة البحث والغرض منه، ثم طرح السؤال الرئيسي للمقابلة، ثم تستكمل الجلسة بتوجيه بعض الأسئلة الأخرى تتولد تلقائيا في سياق المقابلة من خلال المواقف العلمية التي حاولنا تبنيها لجذب المبحوثين لجوانب البحث. وقد كان الحوار وديا، وحاولنا كتابة ما نقوله المشاركات حرفيا دون إهمال أية عبارة لكي نتجنب عدم القدرة على تذكر المعلومات الهامة التي وردت أثناء المقابلة.

#### 3.3 أداة الدراسة:

تمت عملية جمع المعلومات بواسطة مقابلات غير موجهة تراوحت ما بين 30-40 دقيقة. حيث قمنا بطرح سؤال تم إعداده مسبقا، ولقد تمت صياغته على النحو التالي:

ما هو واقع ممارسة التربية البدنية لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية؟-

حيث تم اعتماد أسلوب "تحليل المضمون" كوسيلة لمعالجة وتحليل البيانات، ولقد عرفه أوسغود Osgood

(في بن مرسل، أحمد، 2005، ص 257) بأنه: "لا يحتوي على الجانب الأداتي فقط أي أن النقطة الأساسية فيه ليست في العناصر القابلة للعد والقياس، وإنما فيما تخفيه وراءها من أفكار ونوايا على مستوى التحليل الثاني الذي عبر عليه أوسغود بالجانب التمثيلي." "

وحاولنا من خلال ما كتب حرفيا في المقابلات، وهو ما يعبر عن العناصر الظاهرة للمحتوى الوصول إلى المعاني المعبرة عنها وذلك من خلال نوعين من التحليل: التحليل الكيفي والذي لا يهتم بلغة الأرقام في تفسير المضامين، بل يركز على ما تتميز به

الأشياء من خصائص تميزها عن بعضها البعض . إلى جانب التحليل الكمي ، وهو القائم على تفسير البيانات تفسيراً كمياً بحساب درجة ترددها في أشكالها المختلفة ( الكلمة، الجملة، الفئة.... )

وعليه فتحليل المضمون هو الأسلوب المستخدم في هذا العمل على مستوى المقابلات غير الموجهة التي تم اعتمادها في هذه الدراسة من خلال الوصف الكمي للبيانات عبر تحويلها إلى معطيات رقمية بمعالجتها بطريقة إحصائية تمكن من استنتاج الأفكار الكامنة وراء هذه البيانات الصريحة. ولهذه التقنية خطوات أساسية، تشمل تقطيع النص إلى أجزاء تستخدم في قياس مدى تردد الموضوع محل الدراسة وتعرف بالوحدات، ثم ترتيب هذه الوحدات في فئات محددة حسب أهداف البحث. وهذه الفئات تندرج في عبارات ذات معنى واحد، حيث تتميز مختلف هذه الفئات بالتجانس والشمول والتمييز والفعالية ( Mucchielli, 1982, p. 11-17 .)

وبهدف تحليل نتائج الدراسة تم تقسيم محتوى المقابلات إلى وحدات ذات معنى على شكل فئات. وهذه الأخيرة قمنا بتبويبها ضمن ثلاثة أبعاد :

البعد الأول: ضرورة التربية البدنية للطفل.

البعد الثاني: الحالة النفسية والجسمية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية .

البعد الثالث: مكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة في الطور الابتدائي.

#### 4.3 نتائج الدراسة:

جدول 02 يوضح المراحل التقنية لتحليل مضمون المقابلة الأولى

الأبعاد	الفئات	ك	البعد %
ضرورة التربية البدنية للطفل	لنشاط الرياضي أهمية كبيرة في المرحلة الابتدائية	02	25.64
	النشاط الرياضي وسيلة تساعد التلميذ على النمو السوي	03	
	النشاط الرياضي يطور مهارات التلميذ على المستوى الفردي والجماعي	05	
	المجموع	10	
الحالة النفسية والجسمية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية	يشعر الطفل براحة نفسية وتمتع كبير	02	23.07
	يتوافق الطفل نفسياً مع زملائه	03	
	يساعد التلميذ على الاحتكاك مع الآخرين	04	
	المجموع	09	
مكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة في الطور الابتدائي	نظراً لأن أغلبية المدرسين من الفئة النسوية وباعتبار أن المجتمع محافظ فإن معظمهم يستغني عن هذا النشاط لأسباب عديدة	03	15.38
	تهميش النشاط الرياضي خوفاً من الإصابات أثناء ممارسته	03	
	المجموع	06	

من خلال تحليل المقابلة الأولى تم استخراج 08 فئات، جمعت حسب المعنى الذي أوحى به إلى ثلاثة أبعاد أساسية، ظهر البعد الأول بنسبة 25.64% وقد تطرقت المستجوبة في جانب ضرورة التربية البدنية للطفل إلى بعض النقاط منها تأكيدها على أن للنشاط الرياضي أهمية كبيرة في المرحلة الابتدائية، وهو وسيلة تساعد التلميذ على النمو السوي. وذلك في الفئة الأولى والثانية، ثم تؤكد ذلك في الفئة الثالثة، وأشارت إلى أن النشاط الرياضي يطور مهارات التلميذ على المستوى الفردي والجماعي. وفيما يخص البعد الثاني والمتعلق بالحالة النفسية والبدنية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية والذي ظهر بنسبة 23.07% فقد ركزت المستجوبة على وجود نوع من الراحة النفسية والتمتع بالنسبة للطفل. كذلك توافق الطفل نفسيا مع زملائه، كما أنه يساعد التلميذ على الاحتكاك مع الآخرين، وذلك بتكرار 02 للفئة الأولى و 03 للفئة الثانية و 04 للفئة الثالثة. ما يشير إلى أهمية التربية البدنية من الناحية النفسية والاجتماعية للطفل.

أما البعد الثالث والمتعلق بتمثل المستجوبة لمكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة في الطور الابتدائي نجد ظهوره كان بنسبة 15.38% وقد أبرزت فيه أن أغلبية المدرسين من الفئة النسوية وباعتبار أن المجتمع الجزائري محافظ فإن معظمهن يستغنين عن هذا النشاط لأسباب عديدة. وأشارت إلى تهميش النشاط الرياضي خوفا من الإصابات أثناء ممارسته، ومنه فالمستجوبة توحي بعدم أهمية المكانة التي تحظى بها التربية البدنية مقارنة ببقية المواد الأخرى.

جدول 03 يوضح المراحل التقنية لتحليل مضمون المقابلة الثانية

الأبعاد	الفئات	ك	البعد %
ضرورة التربية البدنية للطفل	أنها ضرورية لنمو الطفل من جميع النواحي الجسدية والعقلية والنفسية	06	24.39
	من المفروض ان تحظى بأهمية نظرا لفائدتها على التلاميذ	04	
	المجموع	10	
الحالة النفسية والجسمية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية	يشعر التلميذ بارتياح نفسي ولياقة بدنية	03	14.63
	يعزز تواصل التلاميذ مع بعضهم البعض والقضاء على الخجل والانزواء	03	
	المجموع	06	
مكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة فيالطور الابتدائي	الوقت غير كافي حصة في الأسبوع مقارنة ببقية المواد	02	29.26
	تقييمها عادة عن طريق الملاحظة	05	
	تواجه العديد من الصعوبات ما يخل بأهميتها مقارنة ببقية المواد	03	
	المجموع	10	



من خلال تحليل محتوى المقابلة الثانية تم استخراج 07 فئات بوبت حسب الأبعاد الثلاث التي ذكرناها سابقا . ففيما يخص البعد الأول والذي ظهر بنسبة %24.39 فقد تطرقت المستجوبة إلى وصف ضرورة التربية البدنية للطفل . وأكدت ذلك في الفئتين الأولى والثانية بقولها: "إنها ضرورية لنمو الطفل من جميع النواحي الجسدية والعقلية والنفسية"، و "من المفروض أن تحظى بأهمية نظرا لفائدتها على التلاميذ . "وفيما يتعلق بالبعد الثاني الخاص بالحالة النفسية والجسمية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية والذي ظهر بنسبة %14.63 فقد ظهرت الفئتان "يشعر التلميذ بارتياح نفسي ولياقة بدنية"، و"يعزز تواصل التلاميذ مع بعضهم البعض والقضاء على الخجل والانزواء"، وهو ما يشير إلى الارتباط بالبعد الأول.

أما البعد الثالث الخاص بمكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة في الطور الابتدائي، فقد ظهر بنسبة %24.39 وبينت فيه المستجوبة من خلال ثلاث فئات مترابطة ضعف المادة من خلال قولها: "الوقت غير كاف" حصص في الأسبوع مقارنة ببقية المواد، و"يجري تقييمها عادة عن طريق الملاحظة"، و"تواجه العديد من الصعوبات وهو ما يخل بأهميتها مقارنة ببقية المواد".  
الجدول 04 يوضح المراحل التقنية لتحليل مضمون المقابلة الثالثة.

الأبعاد	الفئات	ك	البعد %
ضرورة التربية البدنية للطفل	التربية البدنية ضرورية لكن الواقع لا ولن يحقق الأهداف المرجوة منه	02	06.66
	المجموع	02	
الحالة النفسية والجسمية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية	فقط هناك إرهاق للتلميذ، لأنها غير ممنهجة بطريقة تسمح له بالارتياح النفسي والجسدي	04	20
	هناك تعب يعانیه التلميذ والأستاذ لأنها تتم بطريقة شكلية لا معنى لها	02	
	المجموع	06	
مكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة فيالطور الابتدائي	لا يوجد أثر لممارسة هذا النشاط سوى ما يدون على الوثائق لإرضاء المسؤولين	03	40
	كيف نطلب شيئا من غير أهله وكيف نزرع شيئا في غير تربته	04	
	وكيف نخوض معركة من غير سلاح	03	
	لا مكانة فعلية حقيقية لها من بين بقية المواد فهي تصطبغ بالرمزية	02	
	المجموع	12	

من خلال تحليل المقابلة الثالثة، تم الحصول على 07 فئات تم جمعها حسب الأبعاد الثلاث الرئيسية، ونلاحظ من خلال البعد الأول والمتعلق بضرورة التربية البدنية للطفل والذي ظهر بنسبة %6.66 أن المستجوبة عكس بقية حالات الدراسة تطرقت

إلى أن واقع التربية البدنية في المدرسة الابتدائية لن يحقق الأهداف المرجوة منه. وما أكد ذلك هو فئات البعد الثاني والذي ظهر بنسبة 20% حيث أشارت إلى أن النشاط الرياضي يؤدي فقط إلى إرهاق التلميذ لأنها غير ممنهجة بطريقة تسمح له بالارتياح النفسي والجسدي. حيث أن هناك تعب يعانیه التلميذ والأستاذ لأنها تتم بطريقة شكلية لا معنى لها. وفي البعد الثالث والمتعلق بمكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة في الطور الابتدائي، والذي ظهر بنسبة 40% فقد تحدثت في أربع فئات مترابطة وبتعبير أدبي بياني عميق عن تحديات هذه المادة وصعوباتها وهي "لا يوجد أثر لممارسة هذا النشاط سوى ما يدون على الوثائق لإرضاء المسؤولين" و"كيف نطلب شيئاً من غير أهله وكيف نزرع شيئاً في غير تربته"، و"كيف نخوض معركة من غير سلاح"، و لا مكانة فعلية حقيقية لها من بين بقية المواد فهي تصطبغ بالرمزية.

### 5.3 تحليل نتائج الدراسة وتفسيرها

بعد عملية تحليل محتوى المقابلات الثلاثة سنحاول جمع النتائج النهائية في جدول عام يضم مختلف الأبعاد الرئيسية وما تحويه من فئات، حيث سنحصل على ثلاث جداول عامة حسب الأبعاد المدروسة بهدف تحليل تلك النتائج وتفسيرها، كما يلي:  
جدول 05 يوضح النتائج العامة الخاصة بالبعد الأول.

مجموع تكرارات الفئات الخاصة بالبعد الأول		10 فئات	16.66%
للنشاط الرياضي أهمية كبيرة في المرحلة الابتدائية	*	01	10
النشاط الرياضي يطور مهارات التلميذ على المستوى الفردي والجماعي	*	02	20
من المفروض أن تحظى بأهمية نظراً لفائدتها على التلاميذ	*	02	20
هي مادة نظرياً ضرورية بالنسبة للطفل	*	01	10
لو تطبق بشكل عملي ستكون فوائدها كبيرة جداً	*	01	10
أنها تربية مهمة لمختلف جوانب النمو عند الطفل المعرفي والنفسي والجسمي	*	03	30
المقابلات	1	المجموع	100%

جدول 06 يوضح النتائج العامة الخاصة بالبعد الثاني

مجموع تكرارات الفئات الخاصة بالبعد الثاني					
18.43%	10 فئات				
20	02	*		*	فقط هناك إرهاق التلميذ لأنها غير ممتهجة بطريقة تسمح له بالارتياح النفسي والجسدي
20	02	*	*		هناك تعب يعانیه التلميذ والأستاذ لأنها تتم بطريقة شكلية لا معنى لها
10	01			*	يشعر الطفل بالفرح والارتياح والحيوية إلا أنه يميل إلى اللعب الفردي
20	02		*		يشعر التلميذ بالراحة النفسية
10	01		*		يطغى عليه الإفراط في الحركة
20	02	*		*	يكون في تفاعل كبير مع زملائه( يعزز تواصل التلاميذ مع بعضهم البعض والقضاء على الخجل والازواء)
100%	المجموع	3	2	1	المقابلات

جدول 07 يوضح النتائج العامة الخاصة بالبعد الثالث.

مجموع تكرارات الفئات الخاصة بالبعد الثالث					
28.30%	10 فئات				
10	01			*	نظرا لأن أغلبية المدرسين من الفئة النسوية وباعتبار أن المجتمع محافظ فإن معظمهن يستغنين عن هذا النشاط لأسباب عديدة
10	01			*	تهميش النشاط الرياضي خوفا من الإصابات أثناء ممارسته
10	01		*		الوقت غير كاف يقتصر على حصة واحدة في الأسبوع مقارنة ببقية المواد
10	01		*		يجرى تقييمها عادة عن طريق الملاحظة
10	01		*		تواجه العديد من الصعوبات مما يقلل من أهميتها مقارنة ببقية المواد
20	02	*		*	لا يوجد أثر لممارسة هذا النشاط سوى ما يدون على الوثائق لإرضاء المسؤولين
10	01	*			كيف نطلب شيئا من غير أهله، وكيف نزرع شيئا في غير تربته
10	01	*			وكيف نخوض معركة من غير سلاح
10	01	*			يبقى تدريسيها رمزيا وشكلياً
100%	المجموع	03	02	01	المقابلات

بعد تحليل مختلف النتائج المتحصل عليها من الدراسة، تم جمعها في ثلاث أبعاد أساسية:

**البعد الأول:** ضرورة التربية البدنية للطفل.

**البعد الثاني:** الحالة النفسية والجسمية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية

**البعد الثالث:** مكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة في الطور الابتدائي.

لقد ضمت هذه الأبعاد مختلف الفئات الواردة في مضمون المقابلات الثلاث والبالغ عددها 30 فئة، وتم حساب قيمة تكرارها في جميع المقابلات وحساب نسبتها المئوية حسب الأبعاد السابقة. ونعلم أنه كلما وقع اتفاق حول فئة معينة فإن نسبة ظهورها ترتفع والعكس صحيح. وقد لاحظنا أن النسب المئوية للأبعاد الثلاثة كانت متقاربة جدا فيما يتعلق بالبعدين الأول والثاني، ففيما يخص البعد الأول والذي ظهر بنسبة % 16.66 فقد ضم 10 فئات اختلفت نسبتها المئوية من فئة إلى أخرى حسب درجة الاتفاق بين عناصر الدراسة أو درجة اختلافها. والملاحظ أن هناك فئة من بين 10 فئات وقع فيها الاتفاق بين معظم المستجوبات، وهي فئة " أنها تربية مهمة لمختلف جوانب النمو عند الطفل المعرفي والنفسي والجسمي " والفئة الثانية وقع فيها اتفاق بين مستجوبتين من بين خمسة وهي " التربية البدنية مادة نظريا ضرورية بالنسبة للطفل ". والملاحظ أن الفئتين مرتبطتين لأن الطفل يحتاج إلى الحركات الرياضية من أجل تنمية مهاراته الحسية الحركية. أما بقية الفئات العشر كان لها نفس التكرار ونفس نسبة الظهور وهو ما يعادل 01 و %10 على التوالي.

وفيما يخص البعد الثاني فقد ظهر بنسبة % 18.43 وتضمن 10 فئات وظهر من خلاله أن هناك اتفاق كبير بين المستجوبات على أن الطفل أثناء ممارسة التربية البدنية يكون في تفاعل كبير مع زملائه ( يعزز تواصل التلاميذ مع بعضهم البعض والقضاء على الخجل والازواء ). كما لاحظنا اتفاقا بين ثلاثة مستجوبات على أن الطفل يشعر بالراحة النفسية أثناء ممارسة للنشاط الرياضي. أما بقية الفئات فكان لهما تكرار ضعيف وأقل نسبة مئوية ما يعادل 01 و % 10 على التوالي. ومنه يمكن القول أنه رغم الاتفاق النسبي على أهمية التربية البدنية للطفل من الناحية النفسية والجسمية، إلا أن النسب والتكرارات تبقى ضعيفة وموزعة بين المستجوبات. أما البعد الثالث فقد ظهر هو الآخر بنسبة % 28.3 واحتوى على 10 فئات، ومن الفئات التي وردت بنسبة هامة وباتفاق بعض المستجوبات فئة " تقييم التلميذ غالبا ما لا يكون موضوعيا وشفافا ( عدم امتحان التلاميذ فيها وفقا لما هو موجود في المنهاج. أما بقية الفئات فقد كانت لها أضعف تكرار وأقل نسبة مئوية حيث تكررت مرة واحدة من طرف كل معلمة.

#### 4. خاتمة:

تعتبر التربية البدنية والرياضية من أهم وسائل التربية الحديثة عند التلميذ، إذ تساعده على النمو النفسي والجسمي والاجتماعي السوي وذلك نظرا لما يحتويه المنهاج الخاص بها نظريا من نشاط حركي وألعاب رياضية تتناسب مع خصائص نمو الطفل في هذه المرحلة العمرية، إلا أن واقع ممارستها يعطي مؤشرات تبرز الصعوبات والتحديات التي تواجهها. ومن خلال تقنية تحليل المضمون حاولنا رصد واقع التربية البدنية في المدرسة الابتدائية عبر تحليل أفكار ومواقف وخبرات المعلم في المدرسة. وبعد تحليل مضمون النتائج المتحصل عليها من خلال المقابلات مع الحالات قمنا بجمعها في خمسة أبعاد أساسية هي:

البعد الأول: ضرورة التربية البدنية للطفل.

البعد الثاني: الحالة النفسية والجسمية للطفل أثناء ممارسة التربية البدنية.

البعد الثالث: مكانة التربية البدنية بين المواد المدرسة في الطور الابتدائي.

ولعل أهم النتائج المحصل عليها ما يلي:

\* التربية البدنية مهمة لمختلف جوانب النمو عند الطفل المعرفي والنفسي والجسمي.

\* الطفل أثناء ممارسة التربية البدنية يكون في تفاعل كبير مع زملائه.

\* النشاط الرياضي يعزز تواصل التلاميذ مع بعضهم البعض والقضاء على الخجل والانزواء.

\* الطفل يشعر بالراحة النفسية أثناء ممارسة للنشاط الرياضي.

\* تقييم التلميذ في مادة التربية البدنية غالبا لا ما لا يكون موضوعيا وشفافا.

\* عدم امتحان التلاميذ فيها وفقا لما هو موجود في المنهاج.

\* التربية البدنية مهمة لكن مكانتها لا تضاهي المواد الأساسية.

5. المراجع:

- أحمد بن مرسلبي . (2005). مناهج البحث العلمي في علوم الإعلام والاتصال .بن عكنون الجزائر .ديوان المطبوعات .  
أمين أنور الخولي . (1996). أصول التربية البدنية والرياضية .القاهرة :دار الفكر العربي .القاهرة .  
صلاح الدين شروخ . (2004) علم الاجتماع التربوي .عنابة . دار العلوم للنشر والتوزيع .  
عباس صالح أحمد السامرائي والسامرائي عبد الكريم محمود. ( 1991 ).كفايات تدريسية في طرائق تدريس التربية .  
عبود عبد الغني وآخرون. ( 1994 ) .التعليم في المرحلة الأولى واتجاهات تطويره .القاهرة . مكتبة النهضة المصرية .  
عظمي محمد سعيد . (1996) .أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية .الإسكندرية . منشأة معارف .  
كامل محمد محمد عويضة . (1996) . مدخل إلى علم النفس .لبنان . دار الكتب العلمية .  
محمد مصطفى أسعد . (2000) . التنمية ورسالة الجامعة في الألف الثالث .لبنان . المؤسسة الجامعية النشر والتوزيع .  
محمد نصر الدين رضوان . (2006) . المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية .القاهرة . مركز الكتاب للنشر .  
مفني إبراهيم . (1996) .التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة، القاهرة . دار الفكر العربي .

Mucchielli, R. (1982). *L'analyse de contenu des documents et des communications*. Paris: les éditions E.S.F.

## النشاط الرياضي الترويحي المكيف ودوره في مساعدة ذوي الهمم على تقبل إعاقاتهم.

### -دراسة ميدانية على مستوى ولاية البويرة-

## Adapted recreational sports activity and its role in helping people of .determination accept their disability

### -Field study at the level of the wilaya of Bouira-

د / إبراهيم حماني / مخبر العلوم الحديثة في الأنشطة البدنية والرياضية، جامعة البويرة.

Email : i.hamani@univ-bouira.dz

#### ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى الدور الذي تلعبه الأنشطة الرياضية الترويحية المكيفة في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته.

وفي ضوء هذه الدراسة استعملنا المنهج الوصفي الذي يعد الأنسب لهذه الدراسة، كما استعملنا مقياس تقبل الإعاقة ليكرث، حيث شملت العينة 60 متربصا من مركز التكوين المهني للمعاقين بالبويرة وقد قسمت العينة إلى مجموعتين واحدة ممارسة وأخرى غير ممارسة لهذه الأنشطة وكل واحدة مكونة من 30 متربصا.

في ختام هذه الدراسة توصلنا إلى أن للأنشطة الرياضية الترويحية المكيفة دورا هاما وفعالا في الرفع من مستوى تقبل الإعاقة لدى المعاقين حركيا، كما توصلنا إلى أن هناك علاقة طردية بين ممارسة هذه الأنشطة ومستوى تقبل الإعاقة.

**الكلمات المفتاحية:** النشاط الرياضي الترويحي-المعاقين حركيا-تقبل الإعاقة.

#### Abstract:

The purpose of this study is to find out the role played by recreational sports activities in the disabled to help the handicapped to accept disability.

In the light of this study, we used the descriptive approach, which is the most appropriate for this study. We also used the Likert disability measurement scale. The sample included 60 trainees from the vocational training center for the disabled. The sample was divided into two groups, one practice and one non-exercise.

At the conclusion of this study, we concluded that the recreational sports activities adapted to the role of effective and effective in raising the level of disability acceptance of the disabled mobility, and we found that there is a direct relationship between the exercise of these activities and the level of acceptance disability.

## مقدمة:

تعتبر قضية المعوقين من القضايا الحساسة، التي أصبحت تلاحق المجتمعات البشرية قديما وحديثا، لدرجة أن أقدر وأحكم الأنظمة في العالم لم تتمكن من استئصالها نهائيا من بلدانها، إلا أن نسبة انتشارها يختلف من مجتمع لآخر، وذلك حسب درجة الاهتمام والرعاية التي يوليها المجتمع لها، بداية من الوقاية منها إلى العناية بأفرادها، من جميع النواحي (الطبية، النفسية، الاجتماعية والتربوية)، حيث أن العناية بالمعوقين تعتبر أحد الدلائل على تقدم أي مجتمع من المجتمعات، لذلك يعمل المفكرون المخلصون لخدمة الإنسانية جادين لتوفير سبل الراحة للمعوق، ما يجعله كفيلا في نمو وبناء شخصيته، وتأهيله بالشكل الصحيح والسليم، كي يصبح قادرا على العمل والإبداع.

لهذه الأسباب وأخرى أنشئت المراكز الخاصة بفئة المعوقين، وابتكرت الطرق التي تتلاءم معهم، ووضعت المادة التعليمية التي تتناسب مع مستوياتهم، ومن المجالات التي أولت اهتماما كبيرا بهذه الفئة، مجال الأنشطة البدنية والرياضية التي قدمت البرامج المعدلة والمقننة، وأساليب القياس والتقويم، ضمانا لحسن الممارسة، واستغلال جل الأهداف والغايات المنتظرة من هذا المجال.

ويعتبر النشاط الرياضي الترويحي المكيف أحد الوسائل الحديثة والأساسية في تنمية الفرد المعوق الممارس له، وتأثير هذا النشاط يكون في مختلف الجوانب والمستويات سواء من حيث قدرات واستعدادات الفرد البدنية والذهنية واسترجاع بعض العضلات التي تعتبر تقريبا ضامرة، وكذا في تنشيط ذوي الاحتياجات الخاصة وجلب السرور والمتعة له، وتنميته من الناحية النفسية التي تتميز غالبا عند ذوي الاحتياجات الخاصة بالإحباط والشعور الزائد بالنقص وعدم الشعور بالأمان وغيرها من السمات التي ذكرها الدكتور كليمك في تعدادها للسمات السلوكية التي تنتج عن الإصابة بالإعاقة، وتؤدي ممارسة النشاط الرياضي إلى الخروج من حالة الثبات والانطواء والعزلة وكذا يساهم في إدماج المعوق في مجتمعه بطريقة فعالة وهذا ما أكدته العديد من الدراسات الحديثة.

فالنشاط الرياضي الترويحي المكيف يجعل المعوق يشعر بالقدرات التي يتمتع بها خاصة وأن رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة تعتمد على التصنيف في وضع المجموعات المتقاربة من حيث القدرات والاستعدادات لضمان التنافس العادل وتكافؤ الفرص، وهذا ما يجعل مقارنة الفرد مع أقرانه تكون ايجابية وممكنة وهو ما يضمن لتناسق بين شخصية الفرد المصاب وبيئته والوسط الذي يعيش فيه، والنشاط الرياضي يتيح الفرصة لذوي الاحتياجات الخاصة لإشباع هواياتهم وممارستها بشكل بناء ومناسب وهي تعتبر من المطالب الضرورية للفرد بل أن الترويح عن النفس واللعب يمثل أسلوبا علاجيا للجانب النفسي لدى بعض من ذوي الاحتياجات الخاصة للتغلب على المشكلات الشعورية لديهم والنتيجة عن



الشعور بالنقص وعدم التكافؤ مع الآخرين، كما أن درجة التكيف لذوي الاحتياجات الخاصة تكون حسب مدى تقبله للإعاقة من جهة وحسب موقف المجتمع منه من جهة أخرى، ومن هذا المنطلق ظهرت إشكالية البحث فهذه الدراسة تهتم بدور

النشاط الرياضي الترويحي المكيف في مساعدة المعاق على تقبل إعاقته. (أسامة رياض، 2000، ص 23)

وتهدف هذه الدراسة التي قمنا بها إلى معرفة مدى أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي المكيف لدى الفرد المصاب بالإعاقة الحركية كعامل أساسي ليعوض بها عجزه ويتقبل الإعاقة الدائمة في المجتمع الجزائري، وكذا التعرف على المعوقات التي أدت إلى قلة الإقبال على هذه الأخيرة في بلادنا ومعرفة كذلك مدى تشجيع المجتمع الجزائري لهذه الفئة.

## 1. إشكالية:

يقصد بالمعوقين الأشخاص الذين لهم قصور نتيجة مرض عضوي أو حسي أو حركي أو عقلي، حيث يرجع ذلك إلى أسباب وراثية أو مكتسبة كما قد يحدث نتيجة أمراض أو حوادث مما يعجز الفرد على أداء متطلباته الأساسية مما يؤثر على نموه الطبيعي أو قدرته على التعليم أو مزاوله العمل أو تكيفه الاجتماعي.

إن المدرسة والأسرة يقدمان العون للمعاق للتخلص من هذه المشاكل كالانتفاع بكل أوقاته حتى لا يصبح خاملا، أو يحدد عن الطريق السوي فيفسد، وتقدر المجتمعات الناهضة في هذا الاتجاه فتهتم بالأوقات الحرة وإحاقها بالترويح.

إن للنشاط الرياضي الترويحي المكيف أهمية وأثرا على نفسية المعاق من خلال تنمية كفاءاته وتحسين مردود وذلك بالتخلص من المشاكل النفسية ويهدف إلى توجيه المعوقين بهدف الارتقاء بقدراتهم في مواجهة المشكلات، بالرجوع إلى العقبات التي قد تعترضهم كما يساعدهم على اكتساب خبرات وأنماط سلوكية حميدة، والتمسك بالعادات الحسنة، ونمو العلاقات الاجتماعية الطيبة. (الروسان فاروق، 1998، ص 50)

ومن خلال دراساتنا الاستطلاعية، وزياراتنا الميدانية لعدد من المراكز الخاصة بالمعاقين حركيا وملاحظاتنا لواقع النشاط الرياضي الترويحي المكيف داخل هذه المراكز، لاحظنا إهمالا لرعاية هذا الجانب، فممارستهم للنشاط الرياضي يكاد يكون منعزلا وهذا راجع إلى القائمين على رعاية هذه المراكز الذين ليست لديهم دراية بأهمية النشاط الترويحي المكيف.

وقصد إثارة هذا الموضوع قمنا بطرح الإشكالية مقدما إياها كالتالي:

هل للنشاط الرياضي الترويحي المكيف دور في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته؟

ومن خلال هذه الإشكالية يمكن صياغة التساؤلات الجزئية التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بتقبل الإعاقة بين الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير

ممارسين له؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير المحيط الاجتماعي للممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف

وغير لممارسين له؟

## 2. أهداف البحث:

يمكن حصر أهداف بحثنا هذا في كونه عبارة عن دراسة تحليلية تبين أهم المشاكل النفسية التي يتعرض لها المعاق حركيا داخل المراكز الخاصة من جانب وأهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي المكيف للتخلص من هذه المشاكل النفسية من جانب آخر، وللتوضيح أكثر فإن هذا البحث يهدف إلى:

- التعرف على تصنيف مختلف المشاكل التي يتعرض لها المعاق حركيا داخل المراكز الخاصة بهم.

- إثبات أنه لممارسة النشاط الرياضي الترويحي المكيف دورا في التغلب على المشاكل النفسية التي يتعرض لها

المعاق حركيا.

## 3. الفرضيات:

### -الفرضية العامة:

- للنشاط الرياضي الترويحي المكيف دور في مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته.

### -الفرضيات الجزئية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بتقبل الإعاقة بين الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير ممارسين له.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير المحيط الاجتماعي للممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير

الممارسين له.

## 4. أسباب اختيار البحث:

تعتبر فئة المعاقين أكثر فئة تعاني التهميش في مجتمعنا، فهي الفئة الأكثر تعرضا لمختلف المشاكل النفسية، ومن

خلال ملاحظتي لقلة الاهتمام بالمعاقين من هذا الجانب، أي المشاكل النفسية دفعتني للاهتمام ومحاولة إيجاد حلول

للتخفيف من هذه المشاكل فكان لنشاط الرياضي الترويحي المكيف نصيب في هذا المجال، من خلال ممارسة المعوق

لنشاط الرياضي الترويحي المكيف وذلك بالخروج من العزلة والتخلص من مختلف المشاكل النفسية.

## 5. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

لقد وردت في بحثنا عدة مصطلحات تفرض على الباحث أن يوضحها وأن يزيل عليها اللبس والغموض حتى يتسنى

لقارئ العام والخاص أن يستوعب ما جاء فيه دون عناء أو غموض وأهمها:

### 1.5-النشاط الرياضي الترويحي:

معنى الترويحي: أن كلمة الترويحي هي كلمة انجليزية تعني التجديد والخلق والابتكار وهناك نظريات وتفسيرات لها إذ أنها تفوق في مفهومها اصطلاح "اللعب" ويفسر الترويحي والترفيه على أنه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية وشعور يحسبه الفرد قبل وأثناء ممارسته لنشاط ما سلبيا أو ايجابيا هادفا، ويتم أثناء وقت الفراغ وأن يكون الفرد مدفوعا برغبة شخصية ويتصف بحرية الاختيار في ذاته أي الترويحي والترفيه أكثر من النشاط ، فالنشاط ليس غاية في حد ذاته، أما الغاية فهي ذلك التغير في الحالة الانفعالية والعاطفية والإحساس بالغبطة والسعادة التي تعمل على شحن البطارية البشرية لمواجهة الحياة بما فيها من تعقيد. (أمين أنور الخولي، 2001، 75)

### 2.5-التكيف:

يعرف التكيف بأنه ملاءمة الكائن الحي مع نفسه ومع مقتضيات البيئة والظروف من حوله وهو يتضمن التألف والتوافق من أجل التدبير والتفاهم بدلا من الاحتكاك والصراع والتدمير.

### 3.5-المساعدة:

جمع مساعدات (سعد) وتعني المعاونة، الإسعاف، نقول مساعدة مادية أو إعانة مادية. ونقصد بالمساعدة في بحثنا تمكين الشخص المعاق من تحقيق أكبر قدر من الاتزان النفسي والانفعالي والوصول به إلى اكتشاف مواهبه وإمكانيات -ه واستخدمها في تخطي صعوبات الحياة.

### 4.5-الإعاقة:

الإعاقة هي عدم قدرة الفرد على تأدية عمل يستطيع غيرهم من الناس تأديته ويصبح العجز إعاقة عندما يحد من قدرة الفرد على القيام بما هو متوقع منه في مرحلة معينة، والإعاقة هي حالة من الضرر البدني أو العجز.

### 5.5-الإعاقة الحركية:

المعاق حركيا هو الشخص الذي يعاني من درجة من العجز البدني أو سبب يعيق حركته ونشاطه نتيجة لخلل أو عاهة أو مرض أصاب عضلاته أو مفاصله أو عظامه بطريقة تحد من وظيفته العادية، وبالتالي تؤثر على العملية التعليمية وممارسة حياته بصفة طبيعية.

### 6.5-المعوق:

يشير عبد المنعم الحنفي إلى المعوق = بأنه الطفل أو الفرد الذي يملك من القدرات ما هو دون المستوى والذي به عيب أو نقص شرعي أو وظيفي يجعله غير قادر على منافسة أقرانه.

لكن أحمد زكي بدوي يؤكد على أن المعوق = هو الفرد الذي يختلف عن يطلق عليه لفظ سوي أو عادي في النواحي الجسمية أو العقلية أو المزاجية أو الاجتماعية إلى الدرجة التي تستوجب عمليات التأهيل الخاصة والتي تؤدي به إلى استخدام أقصى ما تسمح به قدراته ومواهبه.

من هذين التعريفين يتضح لنا أن المعوق هو كل شخص يعجز عن استخدام مؤقت أو دائم لقدراته ومواهبه نتيجة التعرض لعاهة جسمية.

#### 7.5-التقبل:

لغة يعني الاستسلام، الخضوع والتحمل أما في علم النفس فيعرفه فولكي بأنه موقف الفرد اتجاه ذاته أو غيره ل يبدو في الرضا عن الذات أو على الغير من الاعتقاد بوجود إمكانية التحسيس أو دون الاقتصار على النقد أو العقاب.

ويعتبر كارل روجرز أن هذا التقبل ضروري لتغيير الوضعية التي يوجد فيها الإنسان أي تحسين ظروفه فيقول في الوقت الذي أتقبل فيه ذاتي أو غيري تصبح لدي القدرة على التغيير وكلما كنت مستعدا على أن أكون بكل بساطة (أنا) بكل تعقيدات الحياة كلما بحثت على معرفة وتقبل كل ما هو حقيقي في شخصي أو غيري أمكنني تغيير الوضع نحو الأفضل. (جمال الخطيب، 1998، ص 30)

ومن ثم يمكن استخلاص أن تقبل الإعاقة لا يعني الاستسلام والخضوع لأنها السلبية بل هو شعور بالرضا اتجاه الإعاقة التي يتولد عنها والتي تعترض وعي الفرد بحالته مع إمكانية تعويض هذه الحالة.

#### 6. المنهج المتبع:

انطلاقا من طبيعة الدراسة والبيانات المراد الحصول عليها لمعرفة مدى تأثير ممارسة النشاط الرياضي الترويحي المكيف على مساعدة المعاق حركيا على تقبل إعاقته (15 - 18) سنة، فقد استخدمنا "المنهج الوصفي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويساهم بوصفها وصفا دقيقا، ويوضح خصائصها عن طريق جمع المعلومات وتحليلها وتفسيرها، ومن ثم تقديم النتائج في ضوءها". (عبيدات، 1997، 188).

وانطلاقا من هذه الدراسة قمنا بدراسة استطلاعية لمركز المعاقين بالبويرة من أجل تعيين مجتمع الدراسة الذي هو الفئة المراد تطبيق هذه الدراسة عليها من خلال المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة، فكان اختيار هذا المجتمع المكون من تلاميذ هذا المركز الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية.

وبالتالي تم استخراج عينة البحث الممثلة للمجتمع الأصلي للبحث بطريقة عشوائية وضمت 30 تلميذا ممارسا و30 تلميذا غير ممارس للأنشطة الرياضية الترويحية داخل المركز.

## 7. ضبط المتغيرات لأفراد العينة:

لكي تكون نتائجها مستقلة عن أي متغيرات أخرى، أخذنا بعين الاعتبار ضبط المتغيرات بين أفراد المجموعتين لتحقيق التوازن بينهما من حيث السن، طبيعة الإصابة (مكتسبة، وراثية) والجدول التالي يبين الفروق بين مجموعتين.

الجدول رقم (01): يبين الجدول الفروق بين المجموعة الممارسة وغير ممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية:

المتغيرات	المجموعة الممارسة	المجموعة غير ممارسة
السن	16.90	17.10
طبيعة الإصابة	مكتسبة	12
	وراثية	14
	18	16

نلاحظ من خلال الجدول التالي أن متوسط السن للمجموعتين كان تقريبا متعادلا قدرة نسبه بـ 16.90 بالنسبة للعينة الممارسة و 17.10 للعينة غير ممارسة، بينما جاءت طبيعة الإصابة بين المكتسبة والوراثية حيث جاء العدد 12 تلميذ لطبيعة الإصابة المكتسبة و 18 تلميذ للوراثية وهذا بالنسبة للعينة الممارسة، أما فيما يخص العينة غير ممارسة فقد جاءت كما يلي 14 للمكتسبة و 16 للوراثية.

## 8. أدوات البحث:

أن أداة البحث وسيلة أو طريقة تستطيع من خلالها حل أو الإجابة عن مشكلة بحثنا بالاعتماد عليها وبالنسبة لبحثنا استخدمنا مقياس تقبل الإعاقة.

### 1.8- مقياس تقبل الإعاقة:

استخدم مقياس "ليكرت" لكشف مدى تقبل الإعاقة للعينتين الممارسة وغير الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي المكيف.

يحتوي هذا المقياس على 25 سؤالا (فقرة) كل فقرة تعبر عن الشعور وينقسم هذا المقياس إلى:

- معاناة ذاتية: تحتوي على 11 فقرة وهي (1-3-7-5-16-10-17-18-21-23-25).

- التكيف مع الإعاقة: يحتوي على 08 فقرات وهي (9-6-2-12-11-14-19-24).

- مؤشر علائقي: يحتوي على 05 فقرات وهي (8-4-15-20-22).

9. الأساليب الإحصائية المستعملة: احتكم الباحث في بحثه هذا على الأدوات الإحصائية المتمثلة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية وكذا معامل الارتباط البسيط.

الجدول رقم (02): يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T فيما يخص بعد التكيف مع الإعاقة.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	اختبار (T)		المعايير حركيا غير الممارسين للأنشطة		المعايير حركيا الممارسين للأنشطة		المعاملات الإحصائية
		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	58	2.00	2.29	6.04	0.48	8.45	8.50	بعد التكيف مع الإعاقة

نلاحظ من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول أن المتوسط الحسابي لدرجات المعايير حركيا على مستوى بعد التكيف مع الإعاقة عند فئة المعايير حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ 8.50 وذلك بانحراف معياري قدر بـ (8.45) بينما بلغ المتوسط الحسابي عند الفئة غير الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية بـ (0.48) وهذا بانحراف معياري قد بلغ (6.04).

عند مقارنة المتوسطات الحسابية للعينتين يتبين أن درجات فئة المعايير حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية كانت أكبر من درجات فئة غير ممارسين أي ( $0.48 < 8.50$ )، كما جاءت قيمة الانحراف المعياري كبيرة للفئة الممارسة مقارنة بالفئة غير ممارسة أي ( $6.04 < 8.45$ )، ومن جهة أخرى جاءت قيمة T المحسوبة أكبر من قيمة T الجدولة أي ( $2.29 < 2.00$ ) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05).

الجدول رقم 03: يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم T فيما يخص بعد مؤشر علائقي.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	اختبار (T)		المعايير حركيا غير الممارسين للأنشطة		المعايير حركيا الممارسين للأنشطة		المعاملات الإحصائية
		قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.05	58	2.00	2.10	4.54	1.27	6.17	9.85	بعد مؤشر علائقي

تبين لنا نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لدرجات المعايير حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ على مستوى بعد مؤشر علائقي (9.85) وذلك بانحراف معياري قدر بـ (6.17) بينما نجد المتوسط الحسابي لعينة المعايير حركيا غير ممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية قد بلغ (1.27) وهذا بانحراف معياري قد بلغ (4.54). عند مقارنة نتائج المتوسطات الحسابية نجد أن المتوسط الحسابي للعينة الممارسة أكبر منه عند العينة غير الممارسة أي ( $1.27 < 9.85$ )، كما نجد الانحراف المعياري للعينة الممارسة أكبر منه عند العينة غير ممارسة ( $4.54 < 6.17$ ).

أما فيما يخص اختبار T نجد أن قيمة T المحسوبة على هذا البعد والمقدرة بـ (2.10) قد جاءت أكبر من T

المجدولة المقدرة بـ (2.00) وهذا عند مستوى الدلالة (0.05).

## 11. تفسير ومناقشة النتائج:

1.11- **تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:** من أجل التحقيق من درجة صحة الفرضية الأولى التي مفادها أنه توجد

فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى بعد تقبل الإعاقة بين العينتين (ممارسة وغير ممارسة) للأنشطة الرياضية الترويحية، وهذا ما أظهرته النتائج المتحصل عليها من تحليلنا لنتائج الاستبيان ومن هذا نستطيع إثبات هذه الفرضية.

من خلال ما سبق نستنتج أن المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية لهم تقبل ايجابي مقارنة بغير الممارسين وهذا يظهر الأهمية والدور الفعال لممارسة هذه الأنشطة.

هذا ما أكدته دراسة (بشير حسام) من خلال تناوله لموضوع أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من المشاكل النفسية عند الرياضي المعاق حركيا، حيث توصل إلى أهمية النشاط الرياضي الترويحي في إزاحة الحواجز النفسية التي تعترض المعاق حركيا.

من خلال النتائج المتحصل عليها وحسب ملاحظتنا للفروق يمكن القول أنه قد تحققت نتائج الفرضية الأولى.

2.11. **تفسير ومناقشة الفرضية الثانية:** هي درجة دالة إحصائية على وجود فروق بين المعاقين حركيا الممارسين

للأنشطة الرياضية الترويحية وغير الممارسين لنفس هذه الأنشطة هذا من جهة، ومن جهة أخرى جاء الفرق بين المتوسطات ذوا دلالة إحصائية عند نفس المستوى وهذا لصالح العينة الممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية.

من خلال ما سبق وعند قراءتنا للنتائج المحصل عليها يتضح لنا أن التقبل الايجابي لفئة المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية على مستوى بعد مؤشر علائقي كان أكبر من المستوى المسجل لدى الفئة غير الممارسة، هذا أن دل على شيء فإنما يدل على الدور الهام والفعال للأنشطة الرياضية الترويحية، ما يجعل الفرد يُقبل على ممارسة الأنشطة الرياضية عموماً بدافعية وإيجابية والترويحية خصوصاً للاستثمار الفعال لوقت الفراغ والابتعاد عن الآفات السلبية التي تضر بالفرد والمجتمع وكذلك الخروج من العزلة والانطواء وزيادة القدرات والعلاقات الاجتماعية التي تعود بالنفع للفرد المعاق والمجتمع الذي يعيش فيه.

إذاً من خلال كل ما تقدم ذكره وتحليله لنتائج محور بعد مؤشر علائقي نستنتج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين

المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وغير الممارسين لهذه الأنشطة على مستوى هذا البعد، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثالثة التي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى بعد مؤشر علائقي بين المعاقين حركياً

الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية ولصالح فئة الممارسين

**الاستنتاج العام:** من خلال تحليلنا للنتائج المتحصل عليها نستنتج ما يلي:

- تساهم الأنشطة الرياضية الترويحية في القضاء على الانطواء والعزلة والهروب من الواقع والتخوف منه.
- تساعد هذه الأنشطة المعاق حركياً على إثبات وجوده وأهميته في المجتمع.
- تساعد هذه الأنشطة المعاق حركياً في عمل الأجهزة الحيوية بشكل جيد وفعال مثل: دقات القلب والكبد والدورة الدموية وكذا المحافظة على الأعضاء الجسمية مثل: اليد والرجلين... من الضمور والنحافة.
- تقوي هذه الأنشطة العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي والتأثير والتأثر وكذا تقبل الفوز والخسارة.

### خاتمة:

في ختام هذه الدراسة والتي كان الغرض منها معرفة مدى الدور الذي تلعبه الأنشطة الرياضية الترويحية المكيفة في مساعدة المعاق حركياً على تقبل إعاقته، وفي حدود هذه الدراسة توصلنا إلى أنه توجد علاقة إرتباطية بين ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية المكيفة ومستوى تقبل الإعاقة، فالممارسين لهم مستوى مرتفع مقارنة بغير الممارسين، وهذا من خلال النتائج المتحصل عليها في الدراسة الميدانية والتي اعتمدنا فيها مقياس تقبل الإعاقة "ليكرت"، فيما تم تطبيق هذا المقياس على عينتين إحداهما ممارسة وأخرى غير ممارسة للأنشطة الرياضية الترويحية، ومنه تم صياغة فرضيتين جزئيتين وضعت كحلول مؤقتة وهي كما يلي:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بتقبل الإعاقة بين الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير ممارسين له.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تأثير المحيط الاجتماعي للممارسين للنشاط الرياضي الترويحي المكيف وغير الممارسين له.

قائمة المراجع:

- أحمد عبد الله أحمد العلي. (2004). الشباب والفراغ، دار السلطان، الطبعة الثانية. الكويت
- أسامة رياض. (2000)، رياضة المعوقين الأسس الطبية والرياضية، دار الفكر العربي. القاهرة.
- الروسان فاروق. (1998)، قضايا ومشكلات في التربية الخاصة، دار الفكر للطباعة والتوزيع، الأردن.
- أمين أنور الخولي (2001)، أصول التربية البدنية، دار الفكر العربي مصر، الطبعة الثالثة.
- حزام محمد رضا القزوني (1978). التربية الترويحية، دار العربية لطباعة بغداد، بدون طبعة.
- تركي رابع (1982): المعوقون في الجزائر وواجب المجتمع والدولة نحوهم، الشركة الوطنية لنشر والتوزيع، الجزائر.
- جمال الخطيب (1998): مقدمة في الإعاقات الجسمية والصحية، دار الشروق لنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- عطي محمد الخطاب (1982). أوقات الفراغ والترويح، دار المعارف، القاهرة، الطبعة الثانية.
- عبد الرحمن سيد سليمان. وآخرون. (2001). بحوث ودراسات في سيكولوجية الإعاقة، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.



## واقع تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية

### دراسة ميدانية لبعض ابتدائيات مدينة بركة

The reality of teaching physical education and sports in the primary stage

A field study of some elementary schools in the city of Barika

خالد كتاب<sup>1</sup>، هواري خويلدي<sup>2</sup> سفيان زروقي<sup>3</sup>

<sup>1</sup>المركز الجامعي نور البشير البيض (الجزائر). [k.kettab@cu-elbayadh.dz](mailto:k.kettab@cu-elbayadh.dz)

<sup>2</sup>لمركز الجامعي نور البشير البيض (الجزائر). [Houari.staps@gmail.com](mailto:Houari.staps@gmail.com)

<sup>3</sup>لمركز الجامعي نور البشير البيض (الجزائر). [zerrouki\\_wat@live.fr](mailto:zerrouki_wat@live.fr)

#### ملخص:

تهدف الدراسة الى التعرف على واقع تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في مرحلة الطفولة و الى ابراز اهميتها وتسهيل الضوء على اهم المشاكل التي تكون عراقيل لتدريس هذه المادة بشكل صحيح و كامل في المدارس الابتدائية حيث سيستخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة قيد البحث. وستشمل عينة البحث على 30 من معلمي المرحلة الابتدائية تم اعتماد عينة الصدفة ( عينة غير عشوائية ) في البحث ، وسيستخدم الباحث الاستبيان كاداة جمع البيانات لأفراد عينة البحث وبعدها جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا بنظام SPSS وعرضها ومناقشته

**الكلمات المفتاحية:** تدريس ؛ تربية بدنية ورياضية ؛ مرحلة ابتدائية.

#### Abstract:

The study aims to identify the reality of teaching physical education and sports in childhood and to highlight its importance and shed light on the most important problems that are obstacles to teaching this subject correctly and completely in primary schools, where the researcher will use the descriptive approach due to its relevance to the nature of the study under study. The research sample will include 30 primary school teachers. A chance sample (non-random sample) has been adopted in the research, and the researcher will use the questionnaire as a data collection tool for the members of the research sample, and then collect, display and discuss data with the SPSS system

**Keywords:** Teaching؛ physical education and sports؛ primary school.

## 1. مقدمة:

منذ الطفولة المبكرة تنمو مدركات الطفل ومفاهيمه ومشاعره من خلال الحركة التي يحدثها جسمه، لان جسم الطفل هو الاطار او البناء المادي الملموس والمحسوس لمعنى الوجود في سياقه الإيديولوجي الفلسفي، وما دام الجسم يعمل من خلال الحركة فان الجسم والحركة هما بمثابة أدوات اتصال أساسية مع النفس (يونس، 2019، صفحة 27) تعد المرحلة المدرسة الابتدائية مرحلة مهمة يجب مراعاتها والسير على نظم منهجية ذات اطار علمي منظم فهي لبنة اساسية في تكوين ذات الطفل وقد اشار الدكتور عبد الله واخرون الى التربية البدنية والرياضية على انها ميدانا من الميادين التي يظهر فيها التأثير في شخصية الطفل، لأنها تمثل نظاما تفاعليا اجتماعيا، والمدرسة كمؤسسة اجتماعية تستمد قيمها من المجتمع، وقد برزت أهمية الرياضة كوسيلة منفردة في تنمية الكفاءات البدنية والحس حركية وما يتصل بهما من قيم للصحة النفسية والاجتماعية والعقلية إلى جانب البدنية، (عبد الله، حبارة، وحرزلي، 2018، ص 23)

من خلال ملاحظتنا الميدانية ضمن الدراسة الاستطلاعية حصة التربية البدنية والرياضية في المدارس الابتدائية لاحظنا أن جل معلمي المدارس الابتدائية المعنيين بتدريس مادة التربية البدنية والرياضية يعانون من نقص كبير في تكوينهم في هذا المجال، وايضا لاحظنا تهميش واضح للمادة و من خلال الأسئلة التي طرحناها على معلمي هذه المدارس القائمين على إعداد حصة التربية البدنية والرياضية، تبين لنا أن هناك عدة عقبات تواجههم أثناء أدائهم لمهمة تدريس التربية البدنية والرياضية حالت دون تحقيق أهدافها الفعالة في المرحلة الابتدائية وهذا ما يدفعنا إلى طرح التساؤل التالي:

ما هو واقع تدريس مادة التربية بدنية والرياضية في المدارس الابتدائية حسب رأيي المشرفين عليها؟  
من خلال هذا الطرح انبدر في أذهاننا العديد من التساؤلات الفرعية أهمها -:

- ما هي الحصيلة المعرفية للمعلم في مجال التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية؟
- ما مدى توفر الوسائل و الإمكانيات لتدريس التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية؟ .
- ما مدى التزام المعلم بمنهاج تدريس مادة التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية؟

## أهداف الدراسة:

نهدف من خلال بحثنا هذا إلى:

- إبراز أهمية المعلم في النهوض التربية البدنية و الرياضية في الاوساط المدارس الابتدائية
- تحسيس المسؤولين المسؤولين عن الاطوار التعليمية على أهمية التربية البدنية و الرياضية
- إعطاء نظرة عن مرحلة جد هامة في حياة الأطفال المتمدرسين
- تبين انعكاسات الاجابية على نفسية الطفل وخلق صفات حميدة في شخصيته كالمثابرة وروح التعاون

## مفاهيم نظرية:

### التدريس:

هو نظام من خلاله يتم توصيل المعلومات من الملقي إلى المتعلم من أجل تحقيق اهداف تعليمية (عادل احمد و بن

قناب، 2017، صفحة 386)

### التعريف الاجرائي:

التدريس هو تلك الإجراءات التي يقوم المعلم مع تلاميذه لانجاز مهام معينة ، لتحقيق اهداف تم تسطيرها من قبل جهات مختصة للوصول الى مبتغي معين

### التربية البدنية والرياضية:

تعد التربية البدنية إحدى أهم فروع التربية العامة، التي تستهدف بشكل رئيس الجانب البدني من الكائن الحي أو الإنسان على وجه التحديد، (عبد الله، حبارة، و حرزلي، 2018، صفحة 25)  
غالتعريف الاجرائي:

يشتمل المفهوم على المدرك الذي يقصده ، فالشق الأول منه هو التربية ، و الشق الثاني يشتمل على طبيعة هذه التربية و وسائلها فهي بدنية و من خلال الرياضة.

### المرحلة الابتدائية:

تبدأ هذه المرحلة من سن 6-9 سنوات ويسمى عدد من الباحثين في المرحلة الابتدائية الاولى . حيث يدخل الطفل في هذه المرحلة المدرسه الابتدائية قادمًا من المنزل مباشرة المتقلبة من دار الحضانه أو رياض الأطفال، وفي هذه المرحلة العقليه والمعرفيه الطفل ويتعلم مهارات اكاديمية مختلفة، كما يتعلم مهارات الجسميه اللازمه للعب والالوان النشاط العاديه (ملحم، 2004، صفحة 264)

### التعريف الاجرائي:

ويقصد بمرحلة التعليم المحصورة بين مرحلة التحضيرى ومرحلة المتوسط وهي التي توافق المرحلة العمرية بين 6الى 11 سنة

### الاطار الميداني:

مجتمع الدراسة: هم بعض معلمي مرحلة الابتدائية في دائرة بريكة ولاية باتنة

عينة الدراسة: اعتمدنا في بحثنا على عينة الصدفة اشتملت على 30 معلم في المرحلة الابتدائية لدائرة بريكة

الاطار المكاني لدراسة: اجريه الدراسة على بعض مدارس الابتدائية لدائرة بريكة ولاية باتنة

الاطار الزماني لدراسة: امتدت الدراسة على العينة قيد الدراسة شهر ماي 2022

المنهج: قمنا باستخدام المنهج الوصفي.

### العينة الاستطلاعية:

اختيرت بطريقة غير عشوائية (عينة الصدفة ) بلغ عددها 6 معلمين حيث قمنا بتطبيق أداة البحث بهدف التحقق من صلاحيتها من خلال حساب الخصائص السيكومترية لأداة ( صدق ، ثبات ) ، وقد قمنا باستبعاد أفراد العينة الاستطلاعية من العينة الأساسية للدراسة

**الاجراءات الميدانية:** قمنا بالذهاب الى بعض ابتدائيات مدينة بريكة وتوزيع الاستبيان على المعلمين ثم العودة لاستلامه بعد ساعات

### ادوات جمع البيانات :

تم استخدام الاستبيان الذي يحتوي على عبارات مقسمة على اربع محاور مع ثلاث بدائل للاجابة ( قليل ، متوسط ، كبير) حيث تعبر كبير عن تعرضه لمعوقات بدرجة عالية ومتكررة ، وتعبر المتوسط عن تعرضه لمعوقات بدرجة أقل ، وقليل تعبر عن عدم وجود معوقات ، وتم إعطاء الدرجات حسب الترتيب التالي:

كافي = 03 درجات ، غير كافي = 02 درجات ، منعدم = 01 درجة واحدة

يتكون الاستبيان من أسئلة :. الأسئلة المغلقة : بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة لراي المجيب و قد قسمنا الاستبيان إلى أربعة أجزاء حسب التساؤلات التي تدرج تحت الإشكالية:

**التساؤل الأول:** خاص بالمعلم و الذي يحتوي على الأسئلة التالية : 03، 07، 08، 09.

**التساؤل الثاني:** خاص بالوسائل و الإمكانيات الذي يحتوي على الأسئلة التالية : 01، 02، 06 .

**التساؤل الثالث:** خاص بالمنهاج و الذي يحتوي على الأسئلة التالية : 04، 05

### الشروط الستكيومترية:

### الثبات:

الجدول 1: يبين قيمة الثبات بطريقة الاختبار واعدادة الاختبار لكل محور من محاور الاستبيان ، وايضا الاستبيان ككل الخاص بالدراسة

المحاور	عدد العبارات	الثبات
المحور الاول : متعلق بالجانب المعرفي للمعلم	04	0.85
المحور الثالث: متعلق بالجانب الامكانيات والعتاد	03	0.82
المحور الرابع : متعلق بالمنهاج	02	0.88
أداة الدراسة	09	0.85

من خلال نتائج معاملات الثبات التي تتراوح ما بين 0.82 الى 0.88 لكل محور من محاور الأداة والدرجة الكلية للاستبيان التي بلغ ثباتها 0.85 يمكن القول ان الاداة تمتاز بدرجة جيدة من الثبات

**الصدق الذاتي:** يقصد به الصدق الداخلي للاختبار، هو عبارة عن الدرجات التجريبية للاختبار منسوبة للدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء القياس ويقاس عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الأداة (رضوان، 2006، صفحة 216)

بما ان معامل ثبات الاستبيان يساوي 0.85 فان معامل الصدق الذاتي =  $\sqrt{0.85}$  فان الصدق الذاتي يساوي 0.92 ، وهذه النتيجة مقبولة جدا .

## الصدق الظاهري:

من اجل التأكد من صدق اختبار استخدمنا الصدق الظاهري حيث تم عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص في مجال من اجل الاستفادة من آرائهم حول سلامة صياغة العبارات وملائمتها للمحاور، وقد تم استبدال محور من المحاور وتعديل بعض العبارات وحذف واضافة اخرى

## عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الاول:

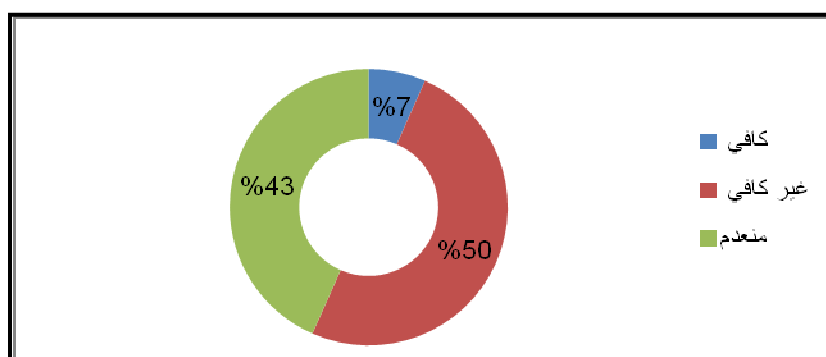
- ما هي الحصيلة المعرفية للمعلم في مجال التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية؟
- السؤال الثالث: هل ترى بأن مطالعاتك للكتب والمجلات الخاصة بتدريس التربية البدنية والرياضية؟

الجدول 02: يمثل مدى اطلاع المعلمين للكتب والمجلات

الخاصة بتدريس التربية البدنية و الرياضية

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
7%	02	كافي
50%	15	غير كافي
43%	13	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 01: يمثل مدى اطلاع المعلمين للكتب والمجلات الخاصة بتدريس التربية البدنية والرياضية



## تحليل ومناقشة:

من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه وجدنا نسبة 43 % من مجموع العينة المستجوبة تنفي مطالعة الكتب والمجلات الخاصة بتدريس التربية البدنية والرياضة، ونسبة 50 % ترى بان المطالعة للكتب غير كافية، في حين ترى النسبة المتبقية من العينة والمقدرة بـ 7 % ن مطالعة الكتب والمجلات الخاصة الرياضة تعتبر كافية.

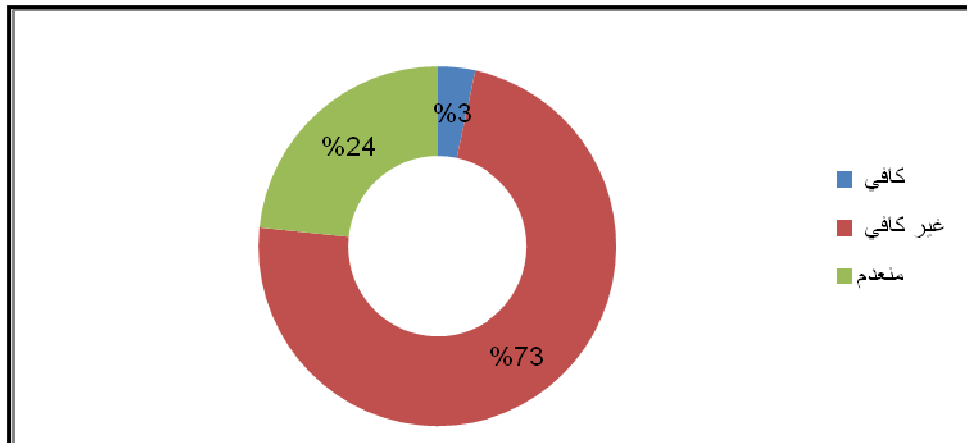
**السؤال السابع:** هل ترى بان تحضيراتك لدرس التربية البدنية و الرياضية ؟

**الهدف من السؤال:** معرفة مدى اهتمام المعلمين بتحضير حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول 03: يمثل مدى اهتمام المعلمين بتحضير حصة التربية البدنية و الرياضية.

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
10%	03	كافي
57%	17	غير كافي
33%	10	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 02: يمثل مدى اهتمام المعلمين بتحضير حصة التربية البدنية و الرياضية



### تحليل ومناقشة:

من خلال النتائج المدونة أعلاه تبين لنا نسبة 10% من المعلمين يحضرون درس التربية البدنية والرياضية، أما نسبة 57% يرون أن التحضير غير كافي، في حين ترى نسبة 33% لا يحضرون درس التربية البدنية والرياضية.

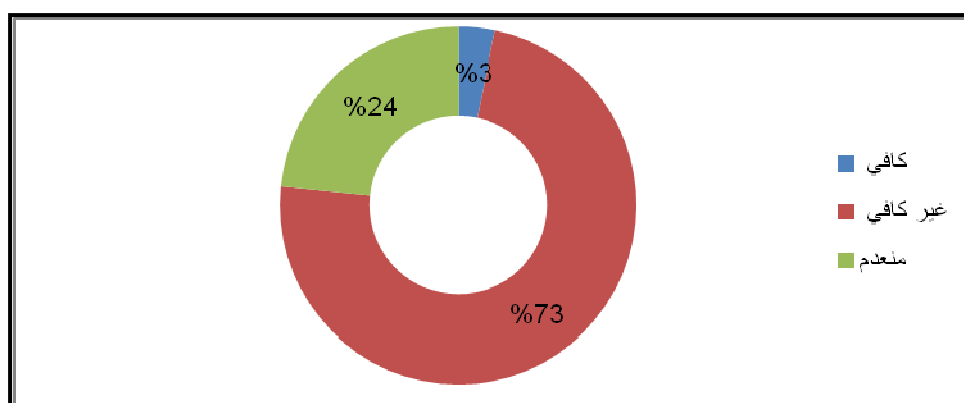
**السؤال الثامن:** كيف ترى التزاماتك بتوقيت مادة التربية البدنية والرياضية؟

**الهدف من السؤال:** مدى التزام المعلمين بوقت حصة التربية البدنية والرياضية.

الجدول 04: يمثل مدى التزام المعلمين بوقت حصة التربية البدنية والرياضية.

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
16%	05	كافي
47%	14	غير كافي
37%	11	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 03: يمثل مدى التزام المعلمين بوقت حصة التربية البدنية والرياضية



### تحليل ومناقشة:

من خلال النتائج المتحصل عنها في الجدول أعلاه نجد أن ما نسبته 10% من مجموع العينة يرى أن الإلتزام بتوقيت يعتبر أمر كافي، في حين ما نسبته 47% يرون بان الإلتزام بوقت التربية البدنية والرياضية غير كافية، أما نسبة 37% هي التي تعتبر أن الإلتزام بوقت حصة التربية البدنية منعدم.

**السؤال التاسع:** هل ترى بان التكوينات التي تلقيتموها في مجال التربية البدنية والرياضية ؟

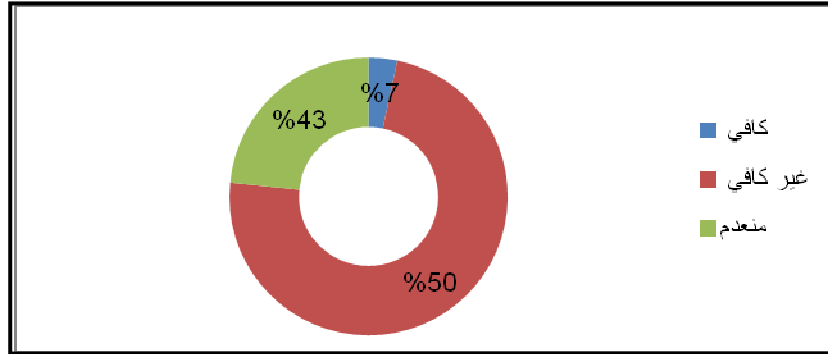
**الهدف من السؤال:** معرفة المستوى المعرفي للمعلمين في مجال التربية البدنية والرياضية

الجدول 05: يمثل نسب المعلمين الذين تلقوا تكويننا خاصة

التربية البدنية والرياضية.

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
7%	02	كافي
50%	15	غير كافي
43%	13	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 04: يمثل نسب المعلمين الذين تلقوا تكويننا خاصة التربية البدنية و الرياضية



**تحليل ومناقشة:**

من خلال ماهو مبينا في الجدول أعلاه نجد أن نسبة 13% من المعلمين لم يتلقوا تكويننا خاصة التربية البدنية والرياضية، أما نسبة 50% بان تكوينناهم غير كافية، في حين نسبة 7% وهي قليلة جدا ترى بان تكوينناهم التي تلقوها كافية.

من خلال المحور الاول نستنتج ما يلي :

من خلال الأسئلة المطروحة (3,7,8,9) نستنتج مايلي :

- نستنتج أن الأغلبية المعلمين اتفقو على وجود ضعف في تكوينهم في هذا المجال مع افتقار المؤسسات التربوية لكل مقومات التاطير في هذا المجال من الكتب، والمجلات الرياضية



- نستنتج من النسب المشار إليها في الجدول رقم 2 أن جل المعلمين تقر باهمالهم في ما يخص تحضير الحصة التربية البدنية
- نستنتج من النسبة المشار إليها في الجدول رقم 3 أن أغلبية المعلمين ترى بانها غير ملتزمة بتوقيت ووقت التربية البدنية والرياضية
- من خلال الجدول رقم 4 نستخلص ان تكوين المعلمين في مجال التربية البدنية والرياضية منعدم هذا ما صعب عليهم وحالة دون الوصول الى اهداف ما وضعت لاجله

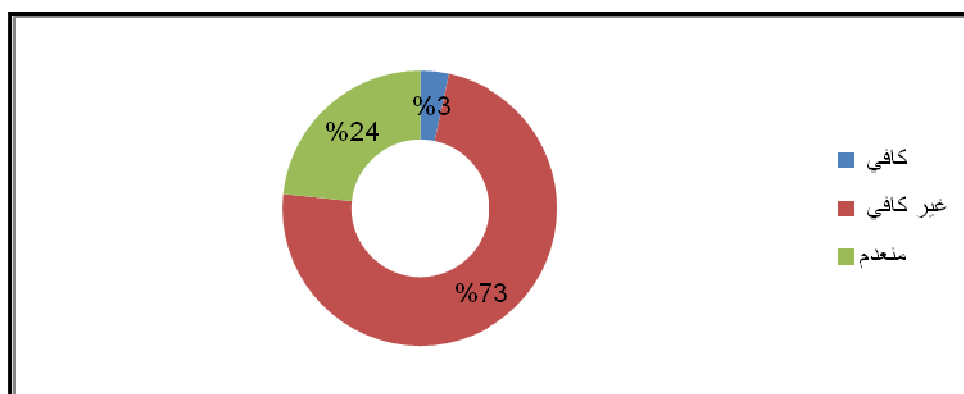
### عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الثاني :

- ما مدى توفر الوسائل و الإمكانيات لتدريس التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية؟ .  
**السؤال الأول:** هل ترى بان الوسائل والامكانيات والعتاد في المدارس الابتدائية ؟  
**الهدف من السؤال:** معرفة و كشف مدى توفر الوسائل والامكانيات والعتاد في المدرسة الابتدائية لأداء حصة التربية والرياضية .

الجدول 06: يبين رأي المعلمين حول الوسائل المتوفرة في مدارسهم.

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
3%	01	كافي
40%	12	غير كافي
57%	17	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 05: يبين نسب رأي المعلمين حول الوسائل المتوفرة في مدارسهم



## مناقشة وتحليل :

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن مانسبته 57% من المعلمين أجابوا بان الوسائل البداغوجية منعدمة في مؤسساھم. 40% من المعلمين أجابوا بان الوسائل والامكانيات غير كافية واجاب ما نسبته 3% ان الوسائل في مؤسساھم كافية في حدود متطلبات اھداف الحصه.

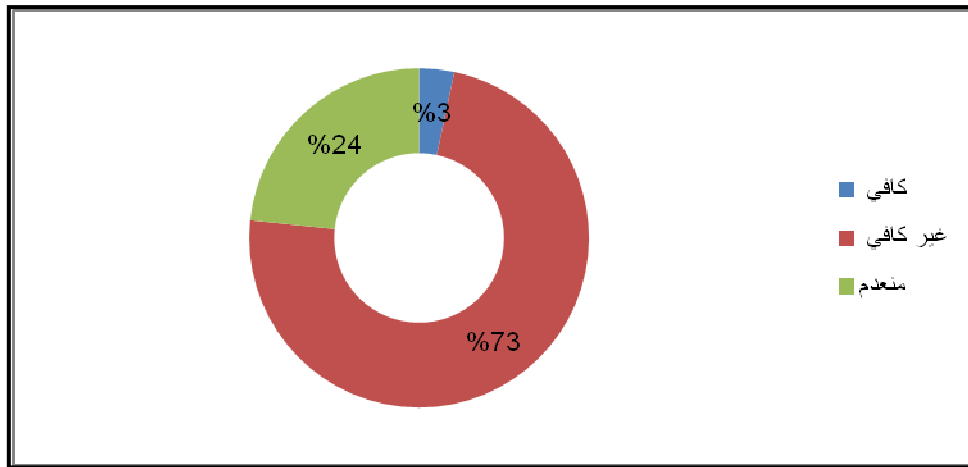
**السؤال الثاني :** هل ترى بان ميزانية السنوية المقرر لاقتناء متطلبات الحصه من كرات واقماع ... لمؤسساھم ؟

**الھدف من السؤال:** ھدف من وراء هذا السؤال معرفة إھتمام مدرء المدارس و المسؤولين عن تخصيص الميزانية الكافية لتوفير الوسائل اللازمة.

الجدول 07: يبين رأي المعلمين حول الإمكانيات المادية المخصصة لاقتناء العتاد الرياضي .

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
0%	00	كافي
30%	09	غير كافي
70%	21	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 06: يبين نسب المعلمين حول الإمكانيات المادية المخصصة لاقتناء العتاد الرياضي



## مناقشة وتحليل :

من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 30 % من مجموع العينة ترى أن الإمكانيات المالية المخصصة لاقتناء الوسائل والعتاد الرياضي غير كافية، أما النسبة المتبقية والتي تقدر بـ 70 % ترى أن الإمكانيات المالية المخصصة لاقتناء العتاد الرياضي منعدمة تماما

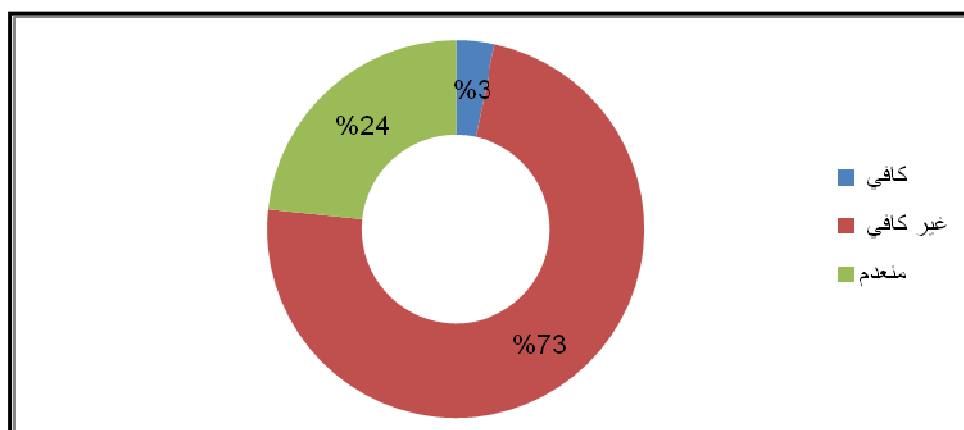
**السؤال السادس:** هل ترى بان هناك بنية تحتية لممارسة النشاط الرياضي في مؤسستكم ؟

**الهدف من السؤال :** هدف من وراء هذا السؤال مدى توفر المرافق (الملاعب، ساحات، قاعات... ) الخاصة للممارسة التريية البدنية .

الجدول 08: يبين رأي المعلمين حول المرافق المتوفرة في مدارسهم الابتدائية لاجراء حصة التربية البدنية و الرياضية.

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
0%	00	كافي
13%	04	غير كافي
87%	26	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 07: يبين رأي المعلمين حول المرافق المتوفرة في مدارسهم الابتدائية لاجراء حصة التربية البدنية



## مناقشة وتحليل :

نلاحظ بان نسبة 87% تحكم بعدم وجود بنية تحتية لممارسة النشاط الرياضي اما نسبة 13% ترى بان البنية التحتية غير كافية، في حين لا يوجد من يرى بان البنية التحتية كافية

من خلال المحور الثاني نستنتج ما يلي :

من خلال الأسئلة المطروحة (1,2,6) نستنتج مايلي :

- نستخلص انا اغلبية المعلمين اجمعو على عدم توفر الوسائل والعتاد اللازم لسير الحسن لحصة التربية البدنية والرياضية وهذا ما جعل حصة التربية البدنية والرياضية بمستوى متدني لا يرقى لما وضعة لاجله
- نستخلص ايضا من استجواب المعلمين انه لا يوجد ميزانية مخصصة لاقتناء معدات الرياضية كالكرات والاقماع وغيرها وحتى ان وجدت فهية غير كافية وهذا يعود سلبا على السير الحسن للحصة ويصعب على المعلم ايجاد حلول للوصول للاهداف المرجوة
- راينا ايضا من خلال نظرة المعلمين ان اغلب المؤسسات تفتقر للبنية التحتية وهذا الامر يتنافى مع مناهج التي تسطرها الوزارة للمعلمين

## عرض وتحليل النتائج الخاصة بالمحور الثالث :

- ما مدى التزام المعلم بمناهج تدريس مادة التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية ؟

**السؤال الرابع :** هل ترى بان الحجم الساعي المخصص لممارسة حصة التربية البدنية و الرياضية ؟

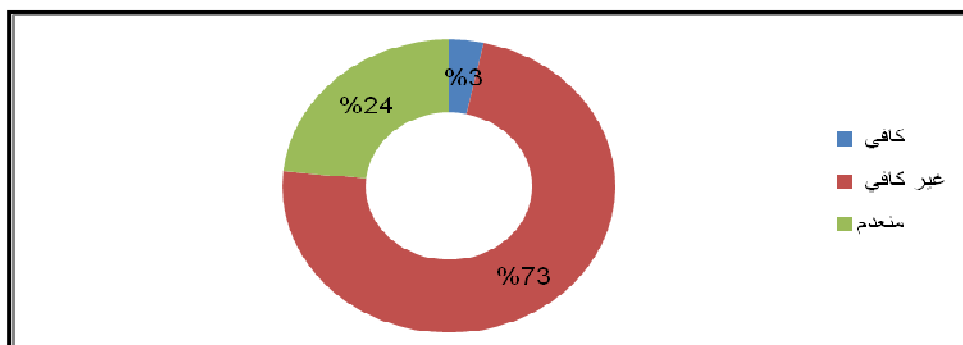
**الهدف من السؤال :** يهدف إلى مدى كفاية عدد الحصص التربية البدنية و الرياضية المخصصة في الأسبوع

الجدول 09: يبين رأي المعلمين في كفاية عدد الحصص

المخصص لمادة التربية البدنية و الرياضية.

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
7%	02	كافي
90%	27	غير كافي
3%	01	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 08: يبين رأي المعلمين في كفاية عدد الحصص المخصص لمادة التربية البدنية و الرياضية



#### مناقشة وتحليل:

نلاحظ أن نسبة 90% ترى أن الحجم الساعي المخصص لممارسة التربية البدنية غير كافي، في حين أن 7% يرون أنه كافي، أما النسبة 3% فترى أن المنهاج لا يحتم ضرورة ممارسة النشاط الرياضي في المدارس الابتدائية

**السؤال الخامس:** هل ترى أن تركيز وزارة التربية على حصة التربية البدنية والرياضي ؟

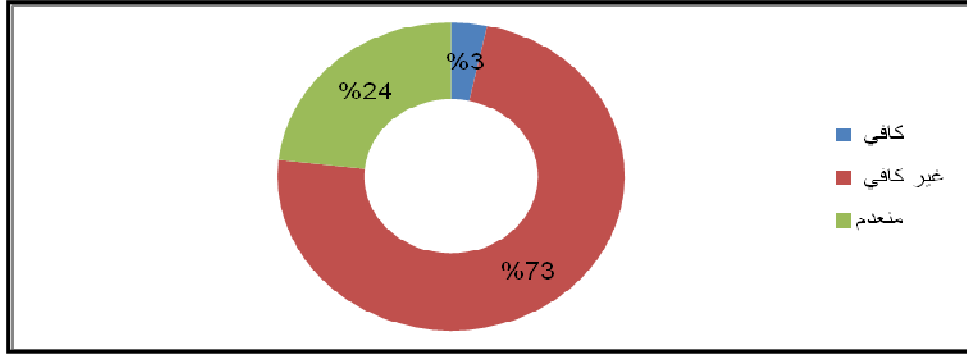
**الهدف من السؤال:** يهدف إلى مدى أهمية الوزارة بمادة التربية البدنية و الرياضية

الجدول 10: يبين رأي المعلمين في مدى تركيز وزارة التربية على

حصة التربية البدنية والرياضي.

النسبة المئوية	عدد العينة	العينة
4%	01	كافي
73%	22	غير كافي
23%	07	منعدم
100%	30	المجموع

الشكل 09: يبين رأي المعلمين في مدى تركيز وزارة التربية على حصة التربية البدنية والرياضية .



#### مناقشة وتحليل :

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 73 % تقر بعدم تركيز الوزارة في المنهاج على حصة التربية البدنية في حين 23 % ترى ان تركيز الوزارة على التربية البدنية والرياضية كان منعدم ،في حين يري المعلمين بنسبة 4 % ان الوزارة تعطي اهتماما كافية للحصة من خلال المنهاج

من خلال المحور الثالث نستنتج ما يلي :

من خلال الأسئلة المطروحة (4,5) نستنتج مايلي:

- نستخلص أن جل المعلمين راوا أن الحجم الساعي في المنهاج المخصص لممارسة التربية البدنية والرياضية غير كافي
- استخلص من خلال النسب المشار إليها أن تركيز وزارة التربية على حصة التربية البدنية والرياضية ضعيف وذلك لعدم وضع حجم ساعي مناسب لنشاط وكذا عدم اجبار المعلمين على حصة التربية البدنية والرياضية واعتبارها مادة اساسية يجب ان تدرس مثلها مثل جميع المواد الاخرى

#### الاستنتاج العام:

في ظل دراستنا ومن خلال التساؤلات الجزئية التي تدرج تحت إشكالية بحثنا المطروحة ، و التي تنص على واقع تدريس التربية البدنية و الرياضية في المدارس الابتدائية ، تمت الإجابة على هاته التساؤلات من خلال الإستبيان الموجه للمعلمين مع إعطائهم كامل الحرية في إجاباتهم ، و على ضوء كل هذا تبين لنا مايلي:

للعدم جاهزية المعلمين من الناحية المعرفية خاصة ، وذلك بسبب عدم تكوينهم التكويني الكافي في هذا المجال وكذا تنوع اختصاصاتهم الجامعية والتي تتعد بعد تام عن هذا الاختصاص.

للعدم تكفل الجهات المعنية بوضع بنية تحتية لممارسة النشاط الرياضي في بيئة حسنة وصحية وعدم توفر الامكانيات والعتاد الازم لسير الحصة.

لقد توصلنا من خلال الدراسة ان تهميش حصة التربية البدنية والرياضية يبدأ من الوزارة والمناهج المقررة وينتهي عند الاداريين والمعلمين وراح ضحيتها التلميذ برغم حبه الشديد لها والرغبة في ممارستها وبرغم ان سن المرحلة الابتدائية هو سن مميز في بروز ملامح لمواهب صاعدة نحتاج الى الرعاية لكن راحت ضحية لاستهتار مسؤوليين في القطاع

#### اقتراحات:

لقد كشفت لنا الحالية عدة اوجة لاسباب فشل لحصة التربية البدنية والرياضية في اوسط المدارس الابتدائية والمعوقات التي تحول دون السير الحسن والمنهجي للمادة وهذا ما قادنا الى اقتراح حلول من شئنا ان تكون مفتاح من مفاتيح اصلاح وتطوير هذه المادة

- ادماج خرجي معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية في الابدائيات
- انشاء بنية تحتية ملائمة لممارسة النشاط الرياضي في مدارس
- توفير ميزانية كافية لشراء الوسائل والمعدات
- اقامت لجان لتوجيه والمقارنة
- اقامة تربصات بالخارج والاحتكاك بالدول المتطورة في مجال الرياضات المدرسية
- وضع مناهج مبنية على اسس علمية تهدف الى انشاء فرد فاعل في المجتمع
- ارجاع هيبية استاذ التربية البدنية في الاوساط التعليمية وكذا في المجتمع

## المراجع

- أحمد عماد الدين يونس. (2019). اثر برنامج مقترح بالالعاب الحركية في تنمية الادراك الحسي الحركي على تلاميذ السنة الاولى ابتدائي بسن 6-7 سنوات. مجلة علوم الرياضة والتدريب.
- دحام العقبي عادل احمد، و الحاج بن قناب. (2017). تقويم تدريس مدرسين التربية البدنية و الرياضية بالتعليم الثانوي للجمهورية اليمنية كما يراها الموجهون- المدرسين - التلاميذ. مجلة العلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية.
- سامي محمد ملحم. (2004). علم نفس النمو- دورة حياة الانسان (المجلد الاول). عمان. دار الفكر.
- عبد القادر عبد الله، محمد حبارة، وحسين حرزلي. (2018). اتجاهات اساتذة التعليم الابتدائي نحو التربية البدنية ورياضية . تطوير العلوم الاجتماعية.
- مروان عبد المجيد ابراهيم. (2002). النمو البدني والتعلم الحركي. عمان. دار العلمية الدولية لنشر والتوزيع.
- نور الدين محمد صدفني. (2004). علم نفس الرياضي (المجلد 1). الاسكندرية ، مصر. المكتب الجامعي الحديث .



## دورالممارسة الرياضية في تحقيق الصحة النفسية للطفل

### The role of sports practice in achieving the psychological health of the child

دقباج محمد 1، بن زيدان حسين 2

<sup>2,1</sup> جامعة : عبد الحميد بن باديس مستغانم(الجزائر).

#### ملخص:

عرفت الممارسة الرياضية تطورا وهذا بوعي الأسرة والمجتمع باعتبارها نشاطا فعالا في حياة الطفل من كل الجوانب الصحية والنفسية والاجتماعية جعلنا نقوم بهذه الدراسة التي نتناول فيها فعالية النشاط البدني بهدف تحقيق الصحة و الصحة النفسية تهدف هذه الدراسة الى معرفة اثر الممارسة الرياضية في تحقيق الجانب الصحي والنفسي من خلال تبين اهم المشاكل النفسية والصحية للطفل ومن خلال المحافظة على الصحة والتحرر من الضغوط النفسية والتخلص منها وقد استخدمنا المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لملائمتها مع المشكلة وكأدوات جمع البيانات اعتمدنا على الاختبارات ومقياس الصحة النفسية.

**الكلمات المفتاحية:** ممارسة رياضية؛ صحة نفسية؛ طفل.

#### Abstract:

Sports practice has known a development and this is the awareness of the family and society as an effective activity in the child's life from all health, psychological and social aspects. We made this study in which we deal with the effectiveness of physical activity with the aim of achieving health and mental health. While showing the most important psychological and health problems of the child and through maintaining health and freedom from psychological pressures and getting rid of them, we have used the descriptive approach in the survey method and the correlations to suit them with the problem and as data collection tools we relied on tests and the mental health scale.

**Keywords:** sports practice; mental health; child.

## 1. مقدمة:

كانت الرياضة دور مهم في حياة الطفل فهي ضمن متطلبات الحياة اليومية فالطفل الذي ينعزل عني العالم بدون نشاط وحركة تتصلب شرايينه وتحدث له أمراض كالقرب والسمنة والرياضة البدنية لها من أهمية في حياة الطفل وفي جميع مراحل حياته لمحافظة على الصحة العامة.

ويرى "جون ديوي" إن النشاط الرياضي يعد نشاط هادفا وبناءا إذ يساهم في تنمية المهارات والقيم والاتجاهات المعرفية والتربوية لدى الفرد الممارس للنشاط ومن ثم يساهم في تطوير الشخصية عند الفرد الذي فقد تزايد اهتمامه بالنشاط الرياضي ونذكر منها الممارسة الرياضية.

إن الممارسة الرياضية تعد وسيلة ناجح للطفل فتكسبه خبرات تساعده على تمتع بحياة وتحقيق صحة النفسية ويتعد اثر ممارسات الرياضية إلى استمتاع بالوقت الفراغ في تطوير وتنمية ثقة بالنفس والتفاعل بالمستقبل وعمل صدقات تخرجه من العزلة والاندماج في المجتمع كما يعتبر عنصر من عناصر والعوامل التي تؤدي إلى ارتقاء بالمستوى النفسي إذ تكسبه السرور والفرح والشعور بالسعادة والرضى والتخلص من الملل

ولقد أصبحت الممارسة الرياضية تشكل مجال هاما في حياة الأطفال إذ عرفت تطورا مذهلا نظرا للاهتمام المتزايد من الأسرة والمجتمع بهذا الجانب باعتباره وسيلة رياضية وتربوية.

إن الإيمان القوي بأهمية البرامج للممارسة الرياضية ضمن البرنامج التربوي الشامل للطفل بما يعانيه من مشاكل اجتماعية ونفسية وحركية جعلنا نقوم بهذه الدراسة الذي يتناول فعالية ممارسة الرياضة في تحقيق الصحة النفسية للطفل.

## إشكالية البحث:

إن الممارسة الرياضية لا تقتصر فقد في تنمية المهارات الجسمية والحركية وإنما أيضا لها أهمية بالغة في التخلص من المشاكل النفسية والتمتع بالصحة النفسية جيدة والتعديل السلوك الطفل وتطوير المهارات النفسية والعقلية والوصول إلى ما يسمى بالراحة النفسية و الصحة النفسية، وقد قام العديد من العلماء بدراسة دور الممارسة الرياضية من الجانب النفسي وكيف يؤثر هذا عليه.

إن علم النفس الحديث أثبت بقوة أن سبب الوسواس هو نوع من انعدام السعادة أو الراحة لدى الطفل بصفة عامة، مما يدفع البحث عن أي شيء يمكن أن يفعله لا شعوري للترويح عن النفس وتفرغ الطاقة ، وعلاجه يكون إن يقوم الطفل بفعل أشياء التي يحبها ويستمتع بها وخلال فترة معينة سوف يتعود المخ والعقل ويدرك لا شعور لدى الطفل بتفريغ الطاقة في أشياء التي يحبها وسوف يكون بإمكانه أن يتخلص من هذا الوسواس لأنه يكون قد خرج من حالة الخلو الذهني من أي أفكار معقدة ومن المعروف أن النشاط الفردي يزداد من حيث هو وحدة.

كل متكامل في هذا النشاط أي كان شكله هو محصلة لتفاعل جوانب البدنية والعقلية والانفعالية ولهذا يبحث العلم النفس الرياضي في المتطلبات البدنية والعقلية والانفعالية والعلمية للممارسة الرياضية بوجه العام وممارسة كل النشاط على الوجه الخاص، أيضا لا تقتصر أهداف التربية للممارسة الرياضية إلى الجانب الحركي فقط بل تمتد أيضا للجانب الانفعالي والعقلي للطفل.

وقد كان للنشاط الممارسة الرياضية دور في التخلص من أعراض المرضية الخاصة بالمشاعر والإحساس بالنقص عند المقارنة بالغير، فيحس الطفل بحساسية تفاعلية تؤدي به إلى إنصافه بالبخس الذات و الانزعاج والضيق أثناء التفاعل مع الآخرين

كما له دور فعال في التخلص من الإكتئاب الذي تتصف أعراضه بالمزاج المتصف باليأس والسلوك الإنسحابي وعدم الاهتمام بالنشاط و نقص الدافعية وفقدان الحيوية والميل إلى الأفكار السلبية ، كلها سمات تستطيع الممارسة الرياضية التخلص منها. (على، 2003 ص 224)

إن للممارسة الرياضية دور كبير في التغلب على أعراض القلق عند الطفل وهي حالة سائدة وداخلية مؤلمة من العصبية والتوتر والشعور بالرهبة وتكون مصحوبة بالإحساسات الجسمية وسرعة الدقات القلب والعرق والارتعاش والاضطرابات المعدة والشعور بالافتقار مزيد من هواء الرئتين وآلام في الصدر حيث يحدث القلق بشكل حاد أو بشكل مزمن منها الخوف في الأماكن العامة وأي مظهر من المظاهر المختلفة للخوف من الموضوع معين بطريقة غير طبيعية . (مصطفى، 2004 ص 87)

ووعينا بأهمية الممارسة الرياضية للطفل جعلنا نقوم بهذا البحث وقصد إثارة هذا الموضوع قمنا بالطرح الإشكالية التالية: ما مدى فعالية الممارسة الرياضية في تحقيق الصحة النفسية للطفل؟

لكي تتمكن من الإجابة على السؤال يجب الإجابة على التساؤلات الفرعية التالية:

- 1- هل هناك فروق بين الأطفال الممارسين والغير الممارسين للرياضة البدنية فيما يخص الوسواس ؟
- 2- هل هناك فروق بين الأطفال الممارسين والغير الممارسين للرياضة البدنية فيما يخص الأعراض الجسمانية ؟
- 3- هل هناك فروق بين الأطفال الممارسين والغير الممارسين للرياضة البدنية فيما يخص التغلب على صفة الإكتئاب ؟
- 4- هل هناك فروق بين الأطفال الممارسين والغير الممارسين للرياضة البدنية فيما يخص صفة القلق ؟

#### الفرضيات:

تتبع الفرضيات هذه الدراسة من الملاحظات الميدانية والقراءات والدراسات والأبحاث التي دارت في سيكولوجية الأطفال والطرق تعليمهم.

ومن المدارس العلم النفس الرياضي ، سنحاول التحقق من هذه الفرضيات من خلال التجربة الميدانية التي سنقوم بها وهي على التوالي:

**الفرضية العامة:** للممارسة الرياضية تأثير إيجابي في تحقيق الصحة النفسية للطفل.

- 1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين والغير الممارسين للرياضة البدنية فيما يخص الوسواس.
- 2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين والغير الممارسين للرياضة البدنية فيما يخص الأعراض الجسمانية لصالح المجموعة الممارسة.
- 3- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين والغير الممارسين للرياضة البدنية فيما يخص التغلب على صفة الإكتئاب لصالح المجموعة الممارسة .
- 5- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال الممارسين والغير الممارسين للرياضة البدنية فيما يخص صفة القلق لصالح المجموعة الممارسة.

## أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة أساس إلى معرفة أثر الممارسة الرياضية في تحقيق الصحة النفسية من خلال تبين أهم المشاكل النفسية التي يتعرض لها الطفل من جانب، وأهمية الممارسة الرياضية للتخلص من المشاكل النفسية من جانب آخر ولتوضيح أكثر فإن هذه الدراسة تهدف إلى:

- معرفة واقع ممارسة الرياضة للأطفال.

- إثبات أن للممارسة الرياضية دور في تحقيق الصحة النفسية.

- فحص دور سمات الصحة النفسية من القلق والإكتئاب والتغيرات السكولوجية تجعل الطفل يتعرض للضغط.

- المساهمة الفعلية في تقديم الرعاية للأطفال و تطوير البحث لمواجهة التطور والتزايد المستمر لحالات عدم الاهتمام بالطفل.

## 1- المفاهيم ومصطلحات الدراسة:

### 1.1- الصحة النفسية:

#### التعريف الاصطلاحي:

ومن وجهة النظر علم النفس الإيجابي أو النظرة الكلية للصحة العقلية من الممكن أن يتضمن القدرة الفرد على الاستمتاع بالحياة وخلق التوازن بين الأنشطة الحياة ومتطلباتها لتحقيق المرونة النفسية.

(قايد، 2000 ص 68)

#### التعريف الإجرائي:

يمكن التعريف علوم الصحة النفسية أن ذلك العلو يعني بالوصول الإنسان إلى حالة من التوافق النفسي مع ذاته ومع الآخرين وقدرته على مواجهة الأزمات المختلفة بشكل إيجابي و توفير الحلول مع استعمال الأمثل بشكل الإيجابي للطاقة الكامنة وتوظيفها للوصول إلى حالة أكثر استقرار.

### 2.1- الممارسة الرياضية:

#### التعريف الاصطلاحي:

#### الممارسة: اصطلاحا

تعني تكرار النشاط مع توجيهه . (علاوي، 1985 ص 145)

أما في المجال الرياضي الممارسة هي جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين مواطن لائق من الناحية البدنية والعقلية و الانفعالية و الاجتماعية وذلك عن طريق أنواع من النشاط البدني.

### 3.1- تعريف التربية البدنية:

هي تلك العملية التي تتم عند ممارسة النشاط الرياضي التي تسمح بتحقيق أهداف حسية حركية عاطفية اجتماعية معرفية .

#### 4.1- تعريف الطفل :

هو كائن بشري يتميز بمجموعة من الخصائص والسلوكيات، حيث يمكن له أن يحصل على انطباعات بيئية وخبرات معرفية وإدراكية التي يكتسبها والمعايير الخلقية . (هجيرة، 2016 ص 5)

#### 2- الدراسات السابقة والمتشابهة:

##### 1.2 - دراسة الوكيب 1983 : "أهمية الأنشطة في الحياة الطفل"

هدفت هذه الدراسة إلى اهتمام من النواحي العزل و الانطواء والتعرف على أهمية الأنشطة الفرعية في حياة الأطفال ومعرفة إقبال الأطفال على البرامج الرياضية ومعرفة الأسباب التي تمنع الطفل من ممارسة الأنشطة الترويحية، استخدمت الباحثة في دراستها عينة قوامها 100 طفل، ومن أدوات دراسية في صورة استفتاء، وتوصلت إلى أن برامج التأهيل ينقصها عنصر التشويق والترويح والسبب في عدم إقبال الأطفال على ممارسة الأنشطة الرياضية يرجع إلى السبب النفسي كما إن أنشطة الترويحية عنصر هام للأطفال باعتبار أن معظمهم يميلون إلى العزل و الانطواء والتفكير المستمر والانسحاب إلى عالمهم الخاص بهم .

##### 2.2 - دراسة مصطفى 1994 : النشاط الحركي وأهميته في تنمية القدرات الإدراكية الحسية الحركية عند الأطفال .

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أثر النشاط الحركي في تنمية القدرات الإدراكية الحسية الحركية عند الأطفال ومعرفة قدرات حسية للأطفال ومن ثم تحديد الأطفال الذين يعانون من بعض حالات التخلف أو العجز الحسي الحركي .

أجريت الدراسة على عينة تتكون من 80 طفل تم اختيارهم بطريقة عشوائية من المدارس المنطقة الشرقية الذين شاركوا في برنامج ترويح للطفل متوسط العمر من 04-06 سنوات ،

قسمت عينة إلى مجموعتين ( تجريبية - ضابطة ) بعدد 40 طفل لكل مجموعة .

استخدم الباحث المنهج التجريبي لاختبار صحة الفروض المقترح معتمدا في ذلك على اختبار هايود 1986 للقدرات الإدراكية الحسية الحركية للأطفال، وذلك تحديد برنامج تدريبي لألعاب والمهارات الحركية والمسابقات بما يتناسب بالميول والرغبات والإمكانات الأطفال عينة، استغرق تنفيذ البرنامج 08 أسابيع في 24 فترة تدريبية أسبوعيا زمن كل فترة 45 د.

أظهرت النتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية في القدرات الإدراكية الحسية الحركية بين الأطفال الذين شاركوا في البرنامج (مجموعة التجريبية) وأطفال المجموعة الضابطة، كما أشارت بوضوح إلى التأثير الإيجابي ودال للبرنامج التدريبي المقترح على تنمية القدرات الإدراكية الحسية الحركية، وقد توصل الباحث إلى ضرورة الاهتمام برنامج التدريبي بما يتناسب بإمكانات وقدرات الأطفال البدنية والعقلية.

### 3-الدراسة الأساسية:

#### 1.3- منهج البحث:

استخدمنا المنهج الوصفي المقارن لملاءمته لحل المشكلة المحلية للبحث.

#### عينة الدراسة:

تم اعتماد على عينة مقصودة في اختيار أفراد المجموعة للممارسة النشاط الرياضي والمجموعة الممارسة للنشاط الرياضي حيث تم اختيار 120 فرد وزعوا على مجموعتين.

1- مجموعة الممارسة عدد 60 طفل تم جمع أفرادها من 02 ابتدائيتين من ولاية تيسمسيلت.

2- مجموعة الغير الممارسة وعددها 60 طفل تم جمع أفرادها من نفس الابتدائيتين.

تم إجراء البحث في الفترة الممتدة من جانفي 2021 إلى أفريل 2021 .

#### 3.3- ضبط متغيرات أفراد عينة الدراسة:

لكي تكون نتائج البحث مستقل عن أي متغيرات أخرى تم الأخذ بعين الاعتبار ضبط التغيرات بين أفراد مجموعتين لتحقيق التوازن بينهما من حيث تجانس أفراد العينة، العمر الزمني، تم اختيار الأطفال الممارسين للنشاط البدني في المرحلة العمرية من 06-12 سنة ، وبنفس الطريقة تم تحديد العمر الزمني بالنسبة لأطفال الغير الممارسين للنشاط الرياضي.

#### 4.3- وسائل القياس:

تم استخدام مقياس الصحة النفسية وقام بوضع المقياس كل اليونارد -ديرو جيتس لي مان لينوكوفي، ويهدف إلى التعرف على الحالة النفسية العامة للأطفال وقام بتجريبه الدكتور فائز محمد الحاج، أستاذ العلم النفس العام في جامعة الإمام محمد بن مسعود الإسلامية.

يتكون المقياس من 44 عبارة تدرج تحت أربع أبعاد موزعة كآتي : الإكتئاب - الأعراض الجسمية - القلق - الوسواس

#### أ- الإكتئاب :

يقصد به جملة الأعراض الإكلينيكية المصاحبة للإكتئاب سواء على المستوى العضوي أو النفسي و تشمل الهبوط في الأداء الوظيفي للإنسان وتفرغ منها حالات الهبوط المزاجي واليأس والانسحاب من الواقع وعد الاهتمام بالأنشطة ونقص الهمة والدافعية والإحساس بفقدان الطاقة الحيوية بالإضافة إلى المشاعر الداخلية وتشمل البنود ( 2-45 -27-26-25-23-22-21-17-15-13-12-5)

#### ب- الأعراض الجسمية:

يقصد به الأحوال المختلفة التي يكون عليها الجسم الإنساني وخاصة تأثير أعضاء الجسد بالجهاز العصبي اللاإرادي، حيث تظهر هذه التأثيرات في بعض التعطيل والمعاناة في الأداء الوظيفي وتشمل البنود التالية ( 56-49-44-41-36-34-24-09-04-01)

### ج-الوسواس:

يقصد به الأفكار التي تسيطر على ذهن الفرد ولا يقوى على التخلص منها رغم أنه يجد نفسه مضطرا على تكرارها مما يوقعه دوما تحت الألم الشديد وتشمل البنود التالية ( 03-07-08-23-32-37-38-43-46-52 )

### د-القلق:

يقصد به التوتر والعصبية والأعراض السلوكية التي تظهر كتعبير عن حالات القلق من ارتجاف الأطراف وأعراض جسمية وتشمل البنود التالية: ( 10-14-18-29-33-48-57-62-63-66 )

### الخصائص السيكومترية لأداة القياس:

#### الصدق:

عرضنا الصورة الأولى لأداة الدراسة على 07 محكمين من جامعة تيسمسيلت حيث طلبنا منهم الإجابة على مختلف الأسئلة التالية:

- هل لغة المقياس واضحة ؟

- هل يساعد هذا المقياس في الحصول على التعاون أفراد عينة ؟

- هل بنود المقياس متصلة بموضوع الدراسة و إشكالياتها ؟

- هل هذا المقياس كافي لتعرض الموضوع من هذا النوع ؟

بعد إطلاعنا على آرائهم قاموا بإعطائنا بعض النصائح وهي:

- إعادة صياغة بعض العبارات
- شرح مختلف العبارات لأفراد العينة للحصول على أجوبة دقيقة.
- إدخال تعابير لغوية بسيطة لجعل المقياس أكثر وضوح وذلك أثناء الشرح .
- القيام بتجربة أولية على المقياس قبل تطبيقه بشكل نهائي وعلى أفراد عينة البحث.

بالفعل فقد عرضنا المقياس الصحة النفسية على أفراد عينة وبعد قراءة العبارات المدونة في المقياس والقيام بعملية الشرح استنتجنا أن فراد عينة لم يجدوا أي شك في فهمهم و الإجابة عليها بصفة دقيقة .

بعد هذه الإجراءات المختلفة تمكنا من التأكد أن هذه الأدوات تتمتع بصدق وهي بذلك صالحة لأنها تقيس ما أعد لأجله.

طريقة التصحيح تنقط أبعاد هذا الاختبار وفق 05 درجات من 1 إلى 5 درجات:

توجد عدد من المشكلات التي يعاني منها بعض الأطفال وبالتالي اختيار الإجابة التي تنطبق على الطفل فإذا كان لا يعاني أبدا فعليه اختيار رقم 01 وهكذا.

**الثبات:** تم التحقق من الثبات حسب البنود الخاصة بالصحة النفسية بطريقة إعادة التطبيق حيث طبقت على عينة مكونة من 15 مرتان بفاصل زمني قدره ثلاثة أسابيع وتم استخراج معامل الارتباط بطريقة بارسون بين درجات الأطفال في تطبيقين .

الجدول 01: يمثل المعاملات الثبات الخاصة بالبنود الصحة النفسية.

البنود	معاملات الثبات	مستوى الدلالة
الإكتئاب	0.92	0.000
القلق	0.88	0.000
الأعراض الجسمية	0.77	0.000
الوسواس القهري	0.76	0.000

### الوسائل الإحصائية:

تم الاستعانة بالمعالجة الإحصائية للبيانات بالنظام SPSS حيث تم استخدام الأدوات الإحصائية التالية:

معامل الارتباط برسون ، الانحراف المعياري ، المتوسط الحسابي ، اختبارات .

### تحليل ومناقشة نتائج مقياس الصحة النفسية:

سيتم لاحق عرض النتائج المقارنة بين المجموعة الممارسة للرياضة والمجموعة الغير الممارسة في البنود الصحة النفسية.

الجدول رقم (02) : نتائج اختبارات لفروق الإحصائية للإكتئاب.

المجموعة	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة ت	الدلالة 0.05
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الإكتئاب	0.45	0.99	2.45	0.49	15.26	0.000 دالة

أسفرت نتائج اختبارات إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعتين حيث جاء متوسط مجموعة الممارسة 0.45 أما المجموعة الغير الممارسة 2.45 وقيمة ت المحسوبة 15.26 وهي دالة إحصائياً عند المستوى 0.05، والإكتئاب يتمثل في أعراض المزاج المتصل باليأس ويتصف بالسلوك الانسحاب وعدم اهتمام بأي نشاط و كذلك نقص الدافعية وفقدان الحيوية والميول لأفكار سلبية .

ومن ثم إن الطفل في أمس الحاجة إلى التخلص من الإكتئاب والتمتع بالصحة النفسية وذلك بالممارسة الرياضية.



**بند القلق:** ينص الفرض الثاني للبحث الحالي ما يلي : يوجد فروق دالة إحصائية

الجدول رقم (03) : نتائج اختبارات للفروق الإحصائية لبند القلق.

المجموعة	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة ت	الدلالة 0.05
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
القلق	0.25	0.26	2.26	0.45	2.93	0.000 دالة

أسفرت نتائج الإختبار "ت" إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات درجات المجموعتين ، حيث جاء متوسط المجموعة الممارسة 0.25 ، أما المجموعة الغير الممارسة 2.26 وقيمة ت 2.93 وهي دالة إحصائية عند المستوى 0.05 .

القلق هو حالة من التحسس الذاتي يدركه الفرد على صورة من الشعور من الضيق وعدم الارتياح ، مع توقع حدوث الضرر، ويعد القلق بمثابة إنذار أو إشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليه، كما يؤدي القلق إذا زاد عن حده يؤدي إلى فقدان التوازن النفسي الأمر الذي يثير الطفل لمحاولة إعادة التحكم في هذا التوازن النفسي وإستعادة مقوماته باستخدام العديد من الأساليب السلوكية المختلفة وكذلك ممارسة مختلف الأنشطة، ومن ثم فإن الطفل من واجب عليه التخلص من القلق وكذلك من خلال ممارسة النشاط الرياضي وتمتع بصحة النفسية جيدة .

**بند الأعراض الجسمية:** ينص الفرض الثالث للبحث علي ما يلي : توجد فروق دالة إحصائية.

الجدول 04: نتائج إختبارات الفروق الإحصائية لبند الأعراض الجسمية.

المجموعة	المجموعة الممارسة		المجموعة غير الممارسة		قيمة ت	الدلالة 0.05
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الأعراض الجسمية	0.68	0.80	2.28	0.51	1.13	0.000 دالة

أسفرت نتائج الاختبار إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات بين المجموعتين حيث جاء متوسط المجموعة الممارسة يساوي 0.68، أما المجموعة الغي الممارسة جاء يساوي 2.28 وقيمة ت المحسوبة تساوي 1.13، وهي دالة إحصائية عند مستوى 0.05.

أعراض الجسمية هي فئة سلوكية تتضمن ألم والضييق الذي يحدث للأعضاء وتمثل في الصداع وآلام الظهر وضيق في جهاز التنفسي الدوري، ومن ثم فإن الطفل يحتاج التخلص من مختلف هذه الأعراض الجسمية وذلك بممارسة النشاط الرياضي.

**بند الوسواس:** ينص الفرض الرابع للبحث على ما يلي : توجد فروق دالة إحصائية للوسواس.

الجدول رقم ( 05 ) : نتائج اختبارات للفروق الإحصائية للبند الوسواس.

الدالة 0.05	قيمة ت	المجموعة غير الممارسة		المجموعة الممارسة		المجموعة الوسواس
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة 0.000	2.89	0.62	2.17	0.25	0.27	

أسفرت النتائج اختبارات إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعتين حيث جاء متوسط المجموعة الممارسة يساوي 0.27، أما المجموعة الغير الممارسة 2.17، وقيمة ت المحسوبة تساوي 2.89 وهي دالة إحصائية عند مستوى 0.05.

الوسواس يركز على أفكار والدوافع السلبية وأفعال التي يعاني منها الفرد بطريقة لا يستطيع مقاومتها رغم أنها غير مرغوب فيها وهو بعد يشير إلى وجود صعوبات واضطرابات في التفكير وخلو الذهن من أفكار مع صعوبة في التركيز.

ومن ثم فإن الطفل لابد عليه من التخلص من الوسواس و التمتع بصحة نفسية جيدة بالممارسة الرياضية.

#### 4- اقتراحات:

على ضوء النتائج التي تحصلنا عليها فيما يتعلق بفاعلية الممارسة الرياضية في تحقيق الصحة النفسية للطفل من اجل الوصول إلى تحقيق هذه الغاية نقترح على القائمين في هذا الميدان ما يلي :

- ضرورة العمل على تصحيح و تعديل طريقة تعامل المجتمع والمدرسة مع الطفل.
  - الاهتمام بأنشطة رياضية لما لها من أهمية على نفسية الطفل في تحقيق الصحة النفسية.
  - محاولة تصميم أنشطة رياضية بطريقة تمكن الطفل من اللهو واللعب.
  - فالتعليم عند هذه الفئة أسهل عندما يكون في شكل لعب و لهو.
  - العمل على توفير عنصر النجاح في الأنشطة.
- ولهذا فإن الخبرات الناجحة ينتج عنها إنجازات إيجابية وكذلك أثر من الناحية النفسية وعلى الجوانب الصحة النفسية.
- تصميم أنشطة رياضية بحيث تكون مرتبطة بأهداف ومشاكل ومواقف التي يمر بها الطفل في حياته اليومية مما يساعده على تحقيق قدر من التوافق النفسي .
  - لابد من المختصين في الميدان الرياضي ومنهم الرياضيين أن يكتفوا من مجهوداتهم بإقامة شبكة علمية تختص بالبحوث المختصة في المجال الرياضي للأطفال وفتح الأبواب أمام الجميع للمساهمة والإثراء.

## المراجع :

حسين علي فايد . (2000). دراسات في الصحة النفسية. الإسكندرية . المكتب الجامعي الحديث.

عبد العزيز مصطفى . (1994) . النشاط الحركي و اهميته في تنمية القدرات الإدراكية الحسية عند الأطفال . رسالة الدكتوراه غير منشورة .

عبد المعجد عبد الحميد البلداوي . ( 2007 ) . أساليب البحث العلمي والتحليل الإحصائي . عمان . دار المسيرة.

علي عسكر . ( 2003 ) . ضغوطات الحياة وأساليب مواجهتها . الكويت . دار الكتاب الحديث .

علي محمد . ( 1990 ) . بيولوجية المراهق . دار البحوث العلمية .

علي حاج فائز . ( 1986 ) . بحوث العلم النفس القسم الاول . الكويت .

كتمن ابوزينة فريد . ( 2006 ) . مناهج في البحث العلمي . عمان دار المسيرة .

مصطفى حسن باهي . ( 2004 ) . الصحة النفسية في المجال الرياضي . الكويت . مكتبة أنجلو المصرية .

## دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي

### The role of semi-sports games in developing some harmonious abilities of fifth year primary school students

ربوحي أنور<sup>1</sup>، ربوحي سليم<sup>2</sup>، شريط عادل<sup>3</sup>

<sup>1</sup>جامعة أم البواقي. (الجزائر). anwar.rebbouhi@univ-oeb.dz

<sup>2</sup>جامعة قسنطينة2(الجزائر). salim.rebbouhi@univ-constantine2.dz

<sup>3</sup>جامعة أم البواقي. (الجزائر). cheriet12000@gmail.com

#### ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى إبراز دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي، وفي ظل المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي أجريت الدراسة على 30 أستاذ التربية البدنية والرياضية في مدينة قايس ولاية خنشلة، واستخدم الاستبيان كأداة للاستقصاء. وكشفت نتائج الدراسة على أن للألعاب الشبه الرياضية دور كبير في تنمية القدرات التوافقية لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

**الكلمات المفتاحية:** الألعاب الشبه الرياضية؛ القدرات التوافقية؛

#### Abstract:

This study aims to highlight the role of semi-sports games in developing some of the compatibility abilities of the fifth year students of primary school, and in light of the descriptive approach in the survey method, the study was conducted on 30 professors of physical education and sports in the city of Qais in the wilaya of Khenchela, and the questionnaire was used as a tool for the investigation. The results of the study revealed that the semi-sports games have a great role in developing the harmonic abilities of the fifth primary pupils.

**Keywords:** Para-sports harmonic; capabilities

## 1. مقدمة وإشكالية البحث:

إن ممارسة التربية البدنية والرياضية له أهمية بالغة في حياة الفرد بصفة عامة والتلميذ بصفة خاصة، وهذا من خلال أهدافها وأبعادها التي تشمل جميع نواحي شخصية الفرد لاسيما البدنية والحركية والمعرفية والانفعالية والاجتماعية. فاللعب له أهمية كبيرة في تكوين شخصية الفرد، فهو إحدى أدوات التعلم واكتساب الخبرة، فهو يعتبر مدخلا أساسيا لنمو الأطفال في الجوانب العقلية والجسمية والاجتماعية والأخلاقية والمعرفية والانفعالية واللغوية، اللعب هو لغة الطفل الرمزية للتعبير عن الذات، فهو يكتشف عن مشاعره بالنسبة لنفسه وبالنسبة للأشخاص المهمين في حياته والأحداث التي مرت به، بحيث نستطيع القول أن اللعب هو حديث الطفل وهي كلماته (دردون، 2021).

ويعد اللعب نشاط تلقائي في حياة الطفل وهو من أكثر المجالات خصوبة لتنمية خبرات ومكتسبات الطفل الحركية والبدنية والاجتماعية، حيث للألعاب الشبه الرياضية دور فعال في تحقيق الأهداف المنشودة وذلك لما لها من خصائص وأبعاد تؤهلها للقيام بدورها بداية من التشويق والظروف التي تتخللها الألعاب أثناء الممارسة (بن سعيد، بلغول).

تعتبر الألعاب الشبه الرياضية وسيلة تربوية فعالة في إثارة دوافع المتعلمين نحو تحقيق أهداف التعلم البدنية والمهارية والحركية والنفسية بالإضافة إلى الجانب التنافسي والتشويقي الذي تتميز به الألعاب. والعديد من الدراسات التي تدعم وتدعو إلى استخدام الألعاب وبصفة أكبر في مجال التربية البدنية والرياضية وذلك من أجل تحسين القدرات المختلفة وتنمية المهارات الحركية، بحيث لا بد أن تأخذ تلك الألعاب العمر بعين الاعتبار.

تعد القدرات التوافقية التي تشكل مجموع التوافق الحركي المنشود إضافة إلى التكنيك الرياضي شرطا أساسيا لضمان التوافق والانجاز في المجال الرياضي والتحكم الذاتي في التصرف والسلوك الحركي المرتبط بالأداء، ولكي يكون تصرف الرياضي في تأدية حركاته محققا للغاية يجب أن تجري العمليات النفسية الحركية الضرورية بصورة منسقة، يتم هذا التنسيق على أساس التفاعل الوظيفي القائم فيما بينهما على الصعيدين الإدراكي والحس الحركي (أبو بشار، 2010).

بما أن المرحلة الابتدائية هي مرحلة قاعدية في المسار التعليمي للتلميذ من جهة ومن جهة ثانية تتوافق مع أهم مرحلة في النمو بالنسبة للفرد وهي مرحلة الطفولة عامة والطفولة الوسطى بصفة خاصة، حيث يؤكد مصطفى والأشول أنه من بين مطالب النمو في هذه المرحلة تعلم المهارات الجسمية لممارسة الألعاب المختلفة (فايد وآخرون، 2021). يجب أن تتضمن هذه الألعاب تمارين مختارة تتناسب مع الفئة العمرية حتى يسهل على حل واجبات تعليمية في صور واضحة يكون ذلك معلق باختيار وانتقاء المستوى الأفضل للمهارات المقصودة وكذلك حسن الاختيار في التسلسل المنطقي لهذه الألعاب من أجل الحصول على الاستيعاب الأنسب والأمثل للمهارات.

ومن خلال ما سبق هذا ما دفع بنا إلى القيام بهذه الدراسة والتي تبلورت في التساؤل الرئيسي التالي:

ما هو دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي؟

## 2. تساؤلات الدراسة:

- هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية قدرة التوازن لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي؟

- هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية قدرة رد الفعل لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي؟

- هل للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية قدرة الربط الحركي لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي؟

## 3. أهداف الدراسة:

- معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية قدرة التوازن لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي.

- معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية قدرة رد الفعل لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي.

- معرفة دور الألعاب الشبه الرياضية في تنمية قدرة الربط الحركي لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي.

#### 4- فرضيات الدراسة:

##### 1.4. الفرضية العامة:

للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي.

##### 1.4. الفرضيات الجزئية:

- للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية صفة التوازن لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي.
- للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية صفة رد الفعل لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي.
- للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية قدرة الربط الحركي لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي.

#### 5- الدراسات السابقة:

1.5. دراسة عبد الرزاق فايد وآخرون (2021): تحت عنوان "مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية صفتي التعاون والتنافس لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية"، هدفت الدراسة إلى معرفة مدى مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية صفتي التعاون والتنافس لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، استخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت عينة الدراسة على 17 أستاذ بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة، أسفرت النتائج على:

- الألعاب الشبه الرياضية تساهم في تنمية صفة التنافس لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من وجهة نظر أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة.

- الألعاب الشبه الرياضية تساهم في تنمية صفة التعاون لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من وجهة نظر أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة.

2.5. دراسة مقشوش مفيدة وآخرون (2020): بعنوان "دور الألعاب الشبه الرياضية في تطوير الإدراك الحسي الحركي لأطفال التربية التحضيرية (5-6 سنوات)"، هدف الدراسة إلى التعرف على الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في (الإدراك البصري، القدرة على التعرف والتمييز بين أجزاء الجسم، التوازن المتحرك، الإدراك السمعي) بعد تطبيق برنامج الألعاب الشبه الرياضية، استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب عينتين متكافئتين، اشتملت عينة البحث على 32 طفلاً من مجتمع يبلغ 70 طفلاً لأطفال التربية التحضيرية بابتدائية 17 أكتوبر ببلدية الشرفة ولاية الشلف، وأسفرت النتائج على أنه توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في (الإدراك البصري، القدرة على التعرف والتمييز بين أجزاء الجسم، التوازن المتحرك، الإدراك السمعي) بعد تطبيق البرنامج ولصالح المجموعة التجريبية.

#### 6- مصطلحات الدراسة:

1.6. الألعاب الشبه الرياضية: هي ألعاب مختارة لا تحتاج إلى ملاعب كبيرة، يمكن تنفيذها بأدوات بسيطة سهل استخدامها حيث تشمل على التشويق والحماس في دروس التربية البدنية والرياضية، يمكن للمعلم وضع قوانين تناسب مع فئة عمرية واستعداداتهم والهدف المراد تحقيقه.

2.6. القدرات التوافقية: شروط نفسية ووظيفية عن طريقها يستطيع الفرد التحكم في أدائه الحركي عند ممارسة النشاط

الرياضي، وفي دراستنا هذه تشمل على:

- قدرة رد الفعل: هي قدرة التدخل السريع والتنفيذ الوظيفي للحركات على المدى القصير من خلال إشارة معينة.
- قدرة التوازن: هي درجة الحفاظ على الجسم في وضعية توازن أو استعادة وضعية التوازن خلال التنقل.
- قدرة الربط الحركي: هي قدرة ربط الحركات في مختلف أجزاء الجسم ودمجها بطريقة منسقة (Weineck, 1997).

3.6. **تلاميذ الخامسة ابتدائي:** هم التلاميذ الذين تتراوح أعمارهم 10 حتى 11 سنة، تتميز هذه المرحلة بزيادة النشاط

الحركي.

### **الجانب التطبيقي:**

#### **1. الإجراءات المنهجية للدراسة:**

1.1. **منهج الدراسة:** استخدمنا المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة الدراسة، ويعرفه (محمد سرحان علي المحمودي، 2019، 52) "بأنه دراسة شاملة، ومحلولة منظمة لجمع البيانات وتحليل وتفسير وتقرير الوضع الراهن لموضوع ما في بيئة محددة ووقت معين".

#### **2.1. حدود الدراسة:**

1.2.1. **المجال المكاني:** أجريت الدراسة بولاية خنشلة

2.2.1. **المجال الزمني:** أجريت الدراسة في الفترة الممتدة من 2022/06/20 إلى غاية 2022./07/15

3.1. **مجتمع الدراسة:** يعرفه (رحيم يونس كرو العزاوي، 2008، 161) "هو مجموعة من الوحدات الإحصائية المعرفة بصورة واضحة والتي يراد منها الحصول على بيانات"، وتكون مجتمع الدراسة من أساتذة التربية البدنية والرياضية بولاية خنشلة والبالغ عددهم 120 أستاذ.

4.1. **عينة الدراسة:** يعرفها (رحيم يونس كرو العزاوي، 2008، 161) "هي جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة، يختارها الباحث لإجراء دراسته عليه على وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا"، وتمثلت عينة الدراسة في 35 أستاذ حيث شملت الدراسة الأساسية على 30 أستاذ و05 أساتذة للدراسة الاستطلاعية.

5.1. **الدراسة الاستطلاعية:** تعد الدراسة الاستطلاعية أساسا جوهريا لبناء البحث ككل، وهي خطة أساسية ومهمة في البحث العلمي إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها ووضوحها (عليا ربحي وآخرون، 2008)، وقد قمنا بإجراء دراسة استطلاعية على عينة تكونت من 05 أساتذة وذلك بتاريخ 2022/06/28، وهذا لمعرفة ما يلي:

- مدى فهم العينة لبنود كل محور من محاور الاستبيان ومدى ملائمتها لمستوى أفراد العينة.
- التعرف على مختلف الظروف التي يمكن أن ترافق عملية التطبيق بغرض التحكم فيها من جهة ولتفادي المعوقات التي قد تواجه عينة الدراسة الأساسية من جهة أخرى.
- حساب الخصائص السيكومترية للاستبيان وذلك بحساب الصدق والثبات وفق الطرق الإحصائية الملائمة لذلك قبل استخدامها وتطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

#### **6.1. أدوات الدراسة:**

استخدمنا في دراستنا الاستبيان بوصفه أداة لجمع البيانات تعبر عن إجابات المبحوثين على عدد من الأسئلة المكتوبة التي قد يقوم المبحوث لكتابة الإجابة بنفسه أو يقوم الباحث بإلقاء الأسئلة على المبحوث ويتولى هو كتابة الإجابة التي يعبر عنها المبحوث.

تم إعداد الاستبيان وفق الخطوات التالية:

- بناء الاستبيان استنادا إلى ثلاث محاور: صفة التوازن - صفة رد الفعل - صفة الإيقاعية
- عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين ذوي الاختصاص للتأكد من مدى ملائمة مضمون الاستبيان.
- بعد استرجاع الاستبيانات تم قراءتها وضبطها وفق توجيهات الخبراء.

- عرض الاستبيان على عينة من مجتمع الدراسة لاختباره.

#### 1.6.1. تصحيح الاستبيان:

- انطوى تصحيح الاستبيان على منح الموجب الدرجة حسب الإجابة كما هو مبين في الجدول الآتي:

الجدول (01): يبين درجات تصحيح استبيان الدراسة

الدرجة	دائما	أحيانا	أبدا
التصحيح	3	2	1

#### 1.6.1. الخصائص السيكومترية للاستبيان:

- الثبات: قمنا بإيجاد معامل ثبات الاستبيان بطريقة ألفا كرونباخ على عينة مكونة من 05 أساتذة حيث وجد أن معامل

الثبات يساوي قيمة 0.86

- الصدق: لإيجاد معاملات صدق الاستبيان اعتمدنا على:

- الصدق الظاهري: عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين كما أسلف الذكر وعددهم 05 أساتذة واتخذنا نسبة

الاتفاق 85% فأكثر كمعيار لقبول البنود، وقد كانت آرائهم تدل على صدق الاستبيان.

- الصدق الذاتي: لحسابه قمنا بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاستبيان حيث كانت نتيجة المعامل 0.92 ما

يدل على صدق الاستبيان.

#### 1.7. الأساليب الإحصائية:

لتحليل استجابات العينة استخدمنا برنامج الإحصائي (SPSS-22) ومن خلالها استخراجت الأساليب الإحصائية

التالية:

اختبار KHI-deux.

#### 2- عرض وتحليل النتائج:

1.2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: التي تنص أنه "للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية قدرة التوازن لدى

تلاميذ الخامسة ابتدائي"، وفيما يلي فقرات المحور الأول:

العبارة الأولى: تساهم الألعاب الشبه الرياضية في معرفة التلميذ لوضع جسمه في الفراغ.

العبارة الثانية: تساعد الألعاب الشبه الرياضية التلميذ على الحفاظ على توازنه دون الاعتماد على حاسة البصر.

العبارة الثالثة: يمكن تحسين صفة التوازن للتلميذ من خلال الألعاب الشبه الرياضية.

العبارة الرابعة: تساهم الألعاب الشبه الرياضية في استرجاع التوازن بصفة أسرع لدى التلميذ.

العبارة الخامسة: لا تساهم الألعاب الشبه الرياضية في زيادة قدرة التلميذ على الحفاظ على وضع جسمه.



الجدول (02): يبين قيم Khi-deux للمحور الأول.

العبارة	الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	Khi-deux	درجة الحرية	مستوى الدلالة	Sig	الدلالة الإحصائية
العبارة الأولى	دائما	20	66.66%	15.800	2	0.05	0.000	دالة إحصائيا
	أحيانا	07	23.34%					
	أبدا	03	10%					
العبارة الثانية	دائما	18	60%	10.400	2	0.05	60.00	دالة إحصائيا
	أحيانا	08	26.66%					
	أبدا	04	13.34%					
العبارة الثالثة	دائما	17	56.66%	7.800	2	0.05	200.0	دالة إحصائيا
	أحيانا	08	26.66%					
	أبدا	05	16.66%					
العبارة الرابعة	دائما	17	56.66%	9.800	2	0.05	70.00	دالة إحصائيا
	أحيانا	10	33.34%					
	أبدا	03	10%					
العبارة الخامسة	دائما	06	20%	3.200	2	0.05	2020.	غير دال احصائيا
	أحيانا	10	33.34%					
	أبدا	14	46.66%					

يتضح لنا من الجدول رقم (02) أن قيمة sig أقل من مستوى الدلالة في معظم العبارات ما عدا العبارة الخامسة قيمة sig أكبر من مستوى الدلالة، هذا ما يعني أن الاختبار دال إحصائيا. ونرى أن هذه الدلالة الإحصائية تدل على أن الألعاب الشبه الرياضية لها دور فعال في تنمية قدرة التوازن لدى تلاميذ الخامسة الابتدائي.

ويؤكد (الخولي، 1994) بأن إدراج الألعاب في المرحلة الابتدائية تجعل من التلميذ يبرز كل ما لديه ويسخر كل إمكانياته من أجل إثبات ذاته ولعب الدور بأكمل وجه.

ويشير (كولوقلي، حدادة، 2020) الى أن القدرات التوافقية بمثابة القاعدة الأساسية لنجاح عمليات التعلم وتحسين النواحي المهارية كما أن ارتفاع مستوى القدرات التوافقية المختلفة يلعب دورا هاما في سرعة تعلم واكتساب المهارات الحركية.

وانطلاقا مما سبق تحقق الفرضية الأولى.

1.2. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: التي تنص أنه "للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية قدرة رد الفعل لدى

تلاميذ الخامسة ابتدائي"، وفيما يلي فقرات المحور الثاني:

العبارة الأولى: تساعد الألعاب الشبه الرياضية التلميذ في التركيز على التنبيهات الخارجية.

العبارة الثانية: تثبط الألعاب الشبه الرياضية من إدراك التلميذ للمثيرات الخارجية.

العبارة الثالثة: تسهم الألعاب الشبه الرياضية في تحسين ردود أفعال التلميذ بصفة أسرع.

العبارة الرابعة: تساعد الألعاب الشبه الرياضية من توقع المسارات وسرعتها.

العبارة الخامسة: الألعاب الشبه الرياضية تحسن استجابة التلميذ من خلال الممارسة.

الجدول (03): يبين قيم Khi-deux للمحور الثاني.

العبارة	الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	Khi-deux	درجة الحرية	مستوى الدلالة	Sig	الدلالة الإحصائية
العبارة الأولى	دائما	19	63.33%	13.400	2	0.05	10.00	دالة إحصائيا
	أحيانا	08	26.67%					
	أبدا	03	10%					
العبارة الثانية	دائما	20	66.66%	15.800	2	0.05	0.000	دالة إحصائيا
	أحيانا	07	23.34%					
	أبدا	03	10%					
العبارة الثالثة	دائما	19	63.33%	12.600	2	0.05	20.00	دالة إحصائيا
	أحيانا	07	23.34%					
	أبدا	04	13.33%					
العبارة الرابعة	دائما	18	60%	11.400	2	0.05	30.00	دالة إحصائيا
	أحيانا	09	30%					
	أبدا	03	10%					
العبارة الخامسة	دائما	18	60%	14.600	2	0.05	10.00	دالة إحصائيا
	أحيانا	11	36.66%					
	أبدا	01	03.34%					

يتضح لنا من الجدول رقم (03) أن قيمة sig أقل من مستوى الدلالة في معظم العبارات ، هذا ما يعني أن الاختبار دال إحصائيا. ونرى أن هذه الدلالة الإحصائية تدل على أن الألعاب الشبه الرياضية لها دور فعال في تنمية قدرة رد الفعل لدى تلاميذ الخامسة الابتدائي.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (جوليوس كاسا، 2001) بأن ارتباط القدرات التوافقية بالجانب الفني يؤدي إلى دمج القدرات التوافقية مع الأداء الفني إلى تشكيل الأسس التوافقية الواجب توافرها لمستوى الأداء الفني المتميز وتنمية القدرات التوافقية يؤدي إلى رفع وتقدم مستوى الأداء الفني. وانطلاقا مما سبق تحقق الفرضية الثانية.

### 2.3. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: التي تنص أنه "للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية قدرة الربط الحركي

لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي"، وفيما يلي فقرات المحور الثالث:

- العبارة الأولى: تكسب الألعاب الشبه الرياضية التلميذ تناسق بين أطراف الجسم.
- العبارة الثانية: الألعاب الشبه الرياضية تقلل من الفواصل الزمنية بين أجزاء الحركة للتلميذ.
- العبارة الثالثة: الألعاب الشبه الرياضية تخلص التلميذ من الحركات الزائدة.
- العبارة الرابعة: تسهم الألعاب الشبه الرياضية في تركيب الحركات الجزئية وجعلها حركة واحدة.
- العبارة الخامسة: الألعاب الشبه الرياضية لا تجعل من حركة التلميذ أكثر جمالا وانسيابية.

الجدول (04): يبين قيم Khi-deux للمحور الثالث:

العبارة	الإجابة	التكرار	النسبة المئوية	Khi-deux	درجة الحرية	مستوى الدلالة	Sig	الدلالة الإحصائية
العبارة الأولى	دائما	19	3.33%	13.400	2	0.05	10.00	دالة إحصائية
	أحيانا	08	26.67%					
	أبدا	03	10%					
العبارة الثانية	دائما	18	60%	9.800	2	0.05	70.00	دالة إحصائية
	أحيانا	07	23.33%					
	أبدا	05	16.67%					
العبارة الثالثة	دائما	17	56.67%	7.400	2	0.05	250.0	دالة إحصائية
	أحيانا	07	23.33%					
	أبدا	06	20%					
العبارة الرابعة	دائما	19	63.33%	12.600	2	0.05	20.00	دالة إحصائية
	أحيانا	07	23.33%					
	أبدا	04	13.33%					
العبارة الخامسة	دائما	06	20%	4.200	2	0.05	1220.	غير دال إحصائيا
	أحيانا	09	30%					
	أبدا	15	50%					

يتضح لنا من الجدول رقم (04) أن قيمة sig أقل من مستوى الدلالة في معظم العبارات ما عدا العبارة الخامسة قيمة sig أكبر من مستوى الدلالة، هذا ما يعني أن الاختبار دال إحصائيا. ونرى أن هذه الدلالة الإحصائية تدل على أن الألعاب الشبه الرياضية لها دور فعال في تنمية قدرة الربط الحركي لدى تلاميذ الخامسة الابتدائي.

ويشير (عبد الخالق، 1997) أن التوافق يعتمد على سلامة الترابط والتكامل بين الجهازين العصبي العضلي لتحقيق الأداء الأمثل للحركات وخاصة المركبة منها حيث يتطلب ذلك الأداء إلى إدماج أكثر من حركة في إطار واحد، وما يستلزمه ذلك من إرسال الإشارات العصبية في وقت واحد، وأكثر من جزء من أجزاء الجسم حتى تتم الحركة بدقة وبالتوقيت المناسب. وانطلاقا مما سبق تحقق الفرضية الثالثة.

3. **استنتاج عام:** في ضوء النتائج التي توصلنا إليها أن الألعاب الشبه الرياضية لها دور فعال في تنمية القدرات التوافقية (رد الفعل، التوازن، الربط الحركي) لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي، باعتبار أن القدرات التوافقية تحدد مسار نمو الطفل فهي مرحلة بناء وتوجيه.

انطلاقا مما سبق وبما أن الفرضيات الأولى والثانية والثالثة قد تحققت نستنتج أن الفرضية العامة والتي تقول أنه " للألعاب الشبه الرياضية دور في تنمية بعض القدرات التوافقية لدى تلاميذ الخامسة ابتدائي " قد تحققت.

وفي حدود ما توصلنا إليه من نتائج نقترح ما يلي:

- ضرورة اعتماد الألعاب الشبه الرياضية في المرحلة الابتدائية لما تحتويه من إيجابيات تسهم في تنمية الجانب الحركي والاجتماعي والنفسي للتلميذ.

- اعتماد تدريس التربية البدنية والرياضية بطريقة الألعاب وتفادي الطريقة الكلاسيكية.

- تحسيس أساتذة التربية البدنية والرياضية بأهمية الألعاب الشبه الرياضية في تكوين شخصية الطفل وتنمية القدرات النفسية والحركية والاجتماعية لديه.

- إجراء المزيد من الدراسات التي على مختلف المستويات.

#### 4.المراجع:

- أبو بشارة جمال، أثر برنامج مقترح تدريبي قائم على القدرات التوافقية في تحسين أداء المهارات الأساسية لناشئ كرة القدم، عمان، الأردن.
- بن سعيد محمد الأمين، بلغول فتحي، (2019) أثر برنامج تدريبي مقترح باستخدام الألعاب الشبه الرياضية في خفض السلوك العدواني للتلاميذ ذوي صعوبات التعلم، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية، المجلد 08، العدد 02، ص 12-21.
- حسينة كولوقلي، محمد حدادة، القدرات التوافقية الحركية وعلاقتها بالمتغيرات المورفولوجية وبعض عناصر اللياقة البدنية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (08-11 سنة)، مجلة دفاتر المخبر، المجلد 15، العدد 01، 2020، ص 42-58.
- دردون كنزة، الألعاب الشبه الرياضية وأثرها على التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ أطفال المرحلة التحضيرية (4-5 سنوات)، المجلة الجزائرية للعلوم الاجتماعية والانسانية، المجلد 09، العدد 01، 2021، ص 57-73.
- رحيم يونس كرو العزاوي، مقدمة في منهج البحث العلمي، الطبعة الأولى، دار دجلة، الأردن، 2008.
- عبد الخالق عصام، التدريب الرياضي - نظريات وتطبيقات، ط 8، دار المعارف، القاهرة، 1994.
- عبد الرزاق فايد، مجادي مفتاح، عامر حملاوي، (2021) مساهمة الألعاب الشبه الرياضية في تنمية صفتي التعاون والتنافس لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة الابداع الرياضي، المجلد 12، العدد 01، مكرر الجزء 01.
- محمد سرحان علي المحمودي، مناهج البحث العلمي، الطبعة الثالثة، دار الكتاب، صنعاء، 2019.
- Jurgen weineck, (1997) manuel d'entrainement, 4eme édition, vigot, Paris.

## دور الرياضة الجماعية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طفل القسم التحضيري من وجهة نظر المربيات دراسة وصفية ببلدية الوادي

### The role of team sports in developing the social skills of the child of the preparatory section from the point of view of educators, a descriptive study in the municipality of Al-Wadi

زكية قريح<sup>1</sup>، مكران جفال<sup>2</sup>

<sup>1</sup> جامعة بجاية (الجزائر). zokia.grireh@univ-bejaia.dz

<sup>2</sup> جامعة بجاية (الجزائر). mokrane.djeffal@univ-bejaia.dz

#### ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة دور الرياضة الجماعية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى أطفال القسم التحضيري من وجهة نظر المربيات ببلدية الوادي ولاية الوادي، ولتبيان ذلك لقد تم الإعتماد على المنهج الوصفي وفق إستخدام الإستبيان كأداة لجمع المعلومات على عينة من مربيات القسم التحضيري قوامها (40) مربية. وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات جاءت أهم النتائج كما يلي:

- مستوى المهارات الاجتماعية مرتفع لدى طفل القسم التحضيري الذي يمارس الرياضة الجماعية من وجهة نظر المربيات.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى الأطفال الذين يمارسون الرياضة الجماعية تبعاً لمتغير القطاع (عام-خاص).

**الكلمات المفتاحية:** الرياضة الجماعية، المهارات الاجتماعية؛ طفل القسم التحضيري؛ مربية رياض الأطفال.

#### résumé

Cette étude vise à identifier le rôle du sport d'équipe dans le développement des habiletés sociales chez l'enfant du niveau préparatoire du point de vue des nourrices de la municipalité d'El-Oued. Pour la réalisation des objectifs de cette recherche: nous avons opté pour la méthode descriptive et cela par la passation d'un questionnaire pour la collecte des données auprès d'un échantillon de quarante nourrices du niveau préparatoire dans la région d'El Oued. L'Analyse statistique des résultats a révélé que:

- Le niveau de compétences sociales est élevé chez l'enfant du niveau préparatoire pratiquant un sport collectif du point de vue des nourrices.
- Il n'y a pas de différence statistiquement significative dans les compétences sociales chez les enfants pratiquants un sport collectif selon la variable du secteur (public – privé).

**les mots clés:** Le sport collectif؛ aptitudes sociale؛ les enfants de la section préparatoire؛ éducatrice maternelle.

## 1. مقدمة:

الإنسان بطبعه اجتماعي كما يقول ابن خلدون، يؤثر و يتأثر بغيره وتعد علاقاته الاجتماعية السليمة دور في قدرته على التكيف مع محيطه من خلال إشباع حاجاته النفسية والاجتماعية، "فتمثل مرحلة ما قبل التمدرس أهمية بالغة في بناء شخصية الطفل وتنشئته الاجتماعية السوية وإمداده بالخبرة التي يستطيع في ضوئها القيام بجميع الأنشطة المختلفة التي تناسب عمره، إذ تعد هذه المرحلة الأساس الفعال لتوجيه قوى الطفل واستعداداته المختلفة ووضع أسس التربية الاجتماعية والخلقية السليمة". (شريف، 2014، 15-16)

ومن أبرز النشاطات المقدمة في رياض الأطفال لتنمية المهارات الاجتماعية للطفل في هذه المرحلة هي الرياضة وسط الجماعة لما تقدمه من مهارات في الجانب الاجتماعي للطفل حيث تساهم في تكيفه ضمن الجماعات وإكتساب مهارات اجتماعية تزيد من رغبته في بناء علاقات اجتماعية لا يمكن الحصول عليها من خلال التنشئة الاسرية.

## 2. مشكلة الدراسة:

تشكل الحياة الاجتماعية ركنا هاما وأساسيا في حياة الطفل وتتطلب العديد من المهارات التي يعد إمتلاكها الأساس في نجاحه وإندماجه في المجتمع، ويبدأ الطفل إمتلاكها من الأسرة من خلال عملية التفاعل مع أسرته، وعند إنتقاله لرياض الأطفال تعكس هذه المهارات طريقة تفاعله مع أقرانه، وتعمل رياض الأطفال بدورها في تمهيتها لما لها من أهمية في حياة الطفل، إذ تأخذ مرحلة رياض الأطفال أهمية كبيرة في حياة الطفل وتأتي أهميتها من أهمية هذه المرحلة. (سليمان، 2011، 15)

إذن تعد مرحلة الطفولة العمر الأمثل لإكتساب الطفل للمهارات المختلفة من خلال إثراء البيئة بالمشيرات المختلفة التي تنمي مهاراته الاجتماعية، وتوفر رياض الأطفال له الجو الاجتماعي المناسب لإكسابه هذه المهارات. (حسونة، 2008، 7)، وتعتبر تنمية المهارات الاجتماعية مطلب تربوي مهم لكونها تمثل جانبا أساسيا من جوانب الشخصية، الواجب توافرها للطفل. (بوعجناق، ناصري وحملوي، 2016، 12)، إذ عرفها ميز: "أنها قدرة الطفل على تنظيم وترتيب أفكاره وسلوكه، بهدف تحقيق أهداف اجتماعية وثقافية مقبولة". (حسونة، 2008، 32)

وتكمن مهام رياض الأطفال في تنمية المهارات لدى الطفل من خلال ما تقدمه من نشاطات متنوعة وبرامج هادفة لإكساب الطفل تلك المهارات وممارستها بطريقة إيجابية تسمح له بنمو شخصيته وجعل منه فردا فعالا داخل المجتمع.

ولعل من أبرز هذه النشاطات المقدمة الرياضة الجماعية، لما لها من أهمية في الوقت الراهن والتي أولتها الدولة الجزائرية حيزا هاما من الإهتمام في سبيل إعداد الطفل بدنيا وعقليا وإنفعاليا واجتماعيا. وهو ما تقف عليه وزارة التربية والتعليم الجزائري من خلال مناهج التربية التحضيرية وتخصيصها للأنشطة الاجتماعية من ضمن الأنشطة المبرجمة لإعداد الطفل كإثبات الذات وممارسة السلوكات في إطار القيم الاجتماعية ضمن وضعيات تعلم متعددة من بينها الرياضة الجماعية، وكذلك أنشطة التربية البدنية التي من بين كفاءاتها المرحلية إندماج الطفل في جماعة اللعب، ومن مؤشرات التعلم لذلك أن يشارك الطفل في أنشطة الرياضة الجماعية، ويطبق قواعد اللعب الجماعي والقيام بدور القيادة أو التبعية في أنشطة جماعية مختلفة من بينها الرياضة الجماعية كالسباق وألعاب التابع مثلا. (منهاج التربية التحضيرية، 2004، 22-24)، إذ أصبحت ظاهرة حضارية لدى المجتمعات لما لها من تأثير فعال ومدى واسع. إذ تساهم الرياضة الجماعية في مساعدة الأطفال على فهم الحياة الاجتماعية وإكتساب المهارات والأخلاق، فالممارسة الرياضية في وسط الجماعة تعتبر وسيلة مهمة في تطوير العلاقات الاجتماعية مع الآخرين وتحسين السلوك الاجتماعي للطفل. (حمر العين، 2020، 150)

وفي هذه الدراسة أراد الباحثان معرفة ما إذا كانت الرياضة الجماعية تحقق جانب اجتماعي إيجابي للطفل من خلال إكسابها للمهارات الاجتماعية التي تساعده على ممارسة حياة اجتماعية سليمة، وعليه نطرح التساؤل التالي:

هل للرياضة الجماعية دور في تنمية المهارات الاجتماعية لطفل القسم التحضيري؟ ويترتب عليه الأسئلة الفرعية التالية:

- ما مستوى المهارات الاجتماعية لدى طفل القسم التحضيري الذي يمارس الرياضة الجماعية من وجهة نظر المربيات؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى الأطفال الذين يمارسون الرياضة الجماعية تبعاً لمتغير القطاع (عام- خاص)؟

#### 1.2- أهداف الدراسة:

تحدد أهداف الدراسة الحالية في ما يلي:

- التعرف على مستوى المهارات الاجتماعية لطفل القسم التحضيري.
- معرفة ما إذا كان هناك فروق في دور الرياضة الجماعية في تنمية المهارات الاجتماعية لطفل القسم التحضيري عن حسب القطاع (عام- خاص).
- معرفة دور الرياضة الجماعية في تنمية المهارات الاجتماعية لطفل القسم التحضيري.

#### 2.2- الفرضيات:

وتم صياغة الفرضيتين التاليتين:

- مستوى المهارات الاجتماعية مرتفع لدى طفل القسم التحضيري الذي يمارس الرياضة الجماعية من وجهة نظر المربيات .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى الأطفال الذين يمارسون الرياضة الجماعية تبعاً لمتغير القطاع (عام- خاص).

#### 3. أهمية الدراسة:

تأتي أهمية هذه الدراسة في توجيهها لأنظار القائمين في رياض الأطفال على الدور الذي تلعبه الرياضة الجماعية للطفل في تنمية المهارات الاجتماعية ودورها في تنمية السلوكيات الإيجابية وغرس القيم لديهم والمساعدة في جعل رياض الأطفال بيئة تربية محفزة ونشطة وفعالة وجذابة والعمل على توظيف الرياضة الجماعية لإكساب الأطفال تلك المهارات التي تجعل منهم أفراد فعالين في المجتمع مستقبلاً.

#### 4. مصطلحات الدراسة:

وتم التطرق في هذه الدراسة إلى المصطلحات الآتية:

- 1.4- **المهارات الاجتماعية:** وهي مجموعة الأعمال والأداءات والأنشطة والخبرات التي يتعلمها طفل الروضة ويكررها ويتدرب عليها بطريقة منتظمة حتى تدخل في أسلوب تفاعله الاجتماعي. (حسونة، 2008، 32)
- وتعرف المهارة الاجتماعية إجرائياً على أنها: كل ما يمارسه الطفل من سلوكيات اجتماعية متمثلة في التواصل الاجتماعي، والتعاون، والضبط الانفعالي نتيجة ممارسته للرياضة الجماعية داخل القسم التحضيري.

- 2.4- **الرياضة الجماعية:** هي أي رياضة أو لعبة يمارسها عدد من الأطفال اللاعبين يعملون ضمن فريق من أجل تحقيق

هدف أو فوز مشترك. (شحاته و عبدالله، 2016، 9)

وتعرف الرياضة الجماعية إجرائيا على أنها: كل النشاطات والألعاب التي يمارسها الطفل الذي يتراوح عمره بين (5-6 سنوات) أثناء تروده على القسم التحضيري مع أقرانه وتنمي لديه كل من مهارة التواصل الاجتماعي، التعاون والضبط الإنفعالي تحت إشراف المربية.

3.4- **طفل القسم التحضيري:** ويعرف إجرائيا على أنه: الطفل الذي يتراوح عمره بين (5-6 سنوات) يتردد على القسم المخصص لهذه الفئة سواء في القطاع العام أو القطاع الخاص لتلقي التربية والتعليم المناسبة لهاته المرحلة من قبل مربية مسؤولة عن ذلك في بلدية الوادي.

4.4- **مربية رياض الأطفال:** وهي أهم عنصر في العملية التربوية بالنسبة للطفل، لكونها العنصر الرئيسي في التعامل مع الأطفال، وتنفيذ المنهج وتهئية البيئة الصفية والتخطيط لها وتنظيما داخل قاعة النشاط. (شريف، 2014، 167-168)

وتعرف إجرائيا على أنها: هي المسؤولة عن الأطفال التي تتراوح أعمارهم بين (5-6 سنوات) داخل أقسام مخصصة لهاته الفئة في مؤسسات تربوية سواء أكانت تابعة للقطاع العام أو القطاع الخاص.

#### 5. المفاهيم النظرية للبحث:

من بين المهام الموكلة لرياض الأطفال إعداد الطفل لحياته اليومية وإكسابه جملة من المهارات الاجتماعية التي تؤهله لممارسته حياته بشكل سليم، ويكون ذلك بناء على التنشئة الاجتماعية التي يكتسبها من مصادر مختلفة كممارسته للرياضة الجماعية داخل الرياض.

#### 1.5- الرياضة الجماعية:

وهي أنشطة رياضية ترفيهية منظمة يعدها القائم عليها سواء مربي أو معلم أو مدرب، ويكون الأطفال محور هذه الأنشطة بهدف الإستمتاع وتحقيق أهداف تربوية محددة. (وزارة التربية والتعليم، 3)

كما يعرفها bordes (2002) على أنها: كل الأنشطة التي يتم من خلالها تنظيم الأطفال على شكل جماعات بهدف تركية العمل المشترك وتنمية التفاعل الاجتماعي بينهم بما يسمح لهم بإستيعاب أدوارهم ومراكزهم الاجتماعية، وإكتساب قيم التعاون والتضامن وإحترام الغير. (براهيمي، 2020، 236)

وعليه يمكن القول أن: الرياضة الجماعية عبارة عن نشاطات تتم وسط جماعة من الأطفال الهدف منها الترفيه وتحقيق عدة جوانب اجتماعية ونفسية وحركية وعقلية وغيرها تساعد الطفل على أن يكون فردا فعالا في المجتمع.

#### 2.5- المهارات الاجتماعية:

يعرفها ريجيو (1990) على أنها: مكون متعدد الأبعاد يتضمن مهارة إرسال وإستقبال وتنظيم وضبط المعلومات الشخصية في مواقف التواصل سواء كان هذا التواصل لفظي أو غير لفظي. (حسونة، 2008، 31)

كما عرفت على أنها: هي جملة من السلوكات اللفظية وغير اللفظية التي تهدف لتنمية مهارات اجتماعية نتيجة التدريب. (الراشد، 2016، 659)

وتعرفها بخش (1997) على أنها: عادات وسلوكات مقبولة اجتماعيا يتعلمها الطفل إلى حد الإتقان والتمكن من ممارستها في مواقف الحياة المختلفة بحيث تفيده في علاقاته مع الآخرين، وتحقق له التوافق النفسي. (اللهيبي، 2017، 54)



### 3.5- بعض المهارات الاجتماعية:

لقد تعددت المهارات الاجتماعية الواجب تنميتها لطفل القسم التحضيري ولكن سوف نعرض المهارات التي تعرضا لها الباحثين في هاته الدراسة:

#### 1.3.5- مهارة التعاون:

يعرفها قطامي واليوسف (2010) على أنها: عملية تفاعل تحدث بين فردين أو أكثر يعملون معا من أجل تحقيق أهداف مشتركة ولا تتطلب وجود قائد. (اليوسف، 2019، 5)

وتعرف أيضا على أنها: مساعدة الطفل لأقرانه وتلبية إحتياجاتهم وتزكية إقتراح التعاون المتبادل داخل الأنشطة الجماعية. (عكاشة و عبد المجيد، 2012، 122)

#### 2.3.5- مهارة التواصل الاجتماعي:

وهي قدرة الطفل على التفاعل مع أقرانه في المواقف الاجتماعية وقدرته على تكوين صداقات معهم، وتتضمن مهارتي التواصل اللفظي واللالفظي. (عكاشة و عبد المجيد، 2012، 123)

#### 3.3.5- مهارة الضبط الإنفعالي:

وهي قدرة الطفل على الإبقاء على العلاقة الودية مع أقرانه بحيث يبقى محبوبا من قبلهم حتى وإن حدثت خلافات بينهم. (اليوسف، 2019، 5)

وفي تعريف آخر: هي قدرة الطفل على التحكم في إنفعالاته خلال مواقف التصادم مع أقرانه والإستجابة بشكل ملائم لمن يحاول إستفزازه. (عكاشة و عبد المجيد، 2012، 122).

### 6. أهمية الرياضة الجماعية في تعزيز المهارات الاجتماعية للطفل:

للرياضة الجماعية أهمية بالغة في حياة الطفل من مما تحققة من نتائج إيجابية يسعى المربي لتحقيقها في شتى المجالات وخاصة الجانب الاجتماعي ومن أهم أدوار الرياضة الجماعية في تحقيق ذلك نذكر مايلي:

- الروح الجماعية التي يكتسبها الطفل من خلال دوره ومكاته داخل الجماعة وجو التنافس والحماس لتحقيق أهداف مشتركة في إطار جماعي.

- النظام الذي يكون حسب قانون كل رياضة ونوع الإتصال المسموح به بين الزملاء وطرق الإحتكاك مع الخصم، وهذا ما ينتج عنه إكتساب طابع مهم في تنظيم النشاط الرياضي بما لا يعرض قوانينها والتحلي بها كمهارة اجتماعية في حياته.

- العلاقات المتبادلة القائمة على التعاون وأداء الدور ضمن الجماعة والتضامن مع الآخرين لتحقيق أهداف اجتماعية ينتفع بها الجميع.

- الإعتقاد على النفس من خلال سعيه لتحقيق نتائج إيجابية أثناء ممارسته للرياضة مع أقرانه.

- روح التسامح بين أقرانه الممارسين لما يحدث من تصادم وتلاحم جراء جو من المنافسة.

- المساواة من خلال تعلمه مبدأ التساوي بين الجنسين في ممارسة الرياضة الجماعية مع أقرانه.

- التواصل الاجتماعي من خلال تكوين صداقات مع الآخرين، التعارف، مساعدة الآخرين، وغيرها. (حمر العين، 2020،

من خلال ما سبق نلاحظ أن ممارسة الطفل للرياضة الجماعية تنمي لديه عدة جوانب خاصة الجوانب الاجتماعية التي تم التطرق عليها في هذه الدراسة فنجد:

روح الجماعة والنظام الذي يتحلى به الطفل من خلال ممارسته للرياضة الجماعية تنمي لديه مهارة التواصل الاجتماعي مع من حوله، وكذلك نجد المساواة روح التسامح الذي يتحلى بها الطفل تضبط لديه الجانب الإنفعالي الذي يعد الجانب المهم في علاقاته الاجتماعية داخل الروضة وخارجها، أما بالنسبة لمهارة التعاون فنجدها في إعماده على نفسه وعلى العلاقات التي يبنها مع من حوله ومن خلالها يتعلم الطفل مد يد العون لغيره لما يربطه بهم من علاقات طيبة وتحليه بروح المسؤولية.

#### 7. الدراسات السابقة:

بعد الإطلاع على بعض الدراسات التي تناولت كل من الرياضة الجماعية والمهارات الاجتماعية، تم إنتقاء ما يتعلق بمتغيرات الدراسة الحالية:

1.7. **دراسة ناجي (2019):** هدفت إلى التعرف دور الألعاب الرياضية الجماعية خلال حصة التربية البدنية في تنمية المهارات الاجتماعية لدى تلاميذ الطور المتوسط من وجهة نظر الأساتذة، وتكونت عينة الدراسة من (31) أستاذ للتربية البدنية، كما إستخدم الباحث الإستبيان كوسيلة لجمع البيانات، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- تساهم الألعاب الرياضية الجماعية خلال حصة التربية البدنية والرياضية في تعزيز التواصل بين التلاميذ.

- تساهم الألعاب الرياضية الجماعية خلال حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية التعاون بين التلاميذ.

- تساهم الألعاب الرياضية الجماعية خلال حصة التربية البدنية والرياضية في تحمل المسؤولية الشخصية بين التلاميذ.

1.7- **دراسة اللبهي (2017):** كانت حول تصورات المعلمات حول اللعب في تنمية بعض المهارات الاجتماعية عند الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية، تكونت العينة من (100) مربية، وتم إستخدام الإستبيان كأداة جمع للبيانات، وأسفرت نتائج هذه الدراسة عن ما يلي:

- للعب دور مرتفع في تنمية مهارة التعبير عن (الإعتذار- الإستئذان) لدى أطفال ذوي الإعاقة الفكرية، وله دور مرتفع جدا في تنمية مهارة الحوار لديهم.

- اللعب الجماعي كان الأعلى تأثيرا في تنمية مهارتي التعبير عن الإستئذان وفي تنمية مهارة الحوار عند الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية، بينما كان لعب الأدوار الأعلى تأثير في تنمية مهارة التعبير عن الإعتذار.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إستجابات المعلمات على محاور الدراسة وفقا لمتغير (المستوى التعليمي - سنوات الخبرة - المنطقة الإدارية التابعة لها).

2.7- **دراسة الراشد (2016):** وكانت حول فاعلية برنامج قائم على اللعب لتنمية بعض المهارات الاجتماعية (التواصل الاجتماعي، الضبط الإنفعالي، التعاون) لدى طفل ما قبل المدرسة، على عينة من الأطفال من سن (5- 6 سنوات) بلغ عددهم (30) طفلا وطفلة، وإستخدمت الباحثة المنهج الشبه تجريبي وتم إستخدام قوائم تقدير المهارات الاجتماعية، وبرنامج مقترح قائم على اللعب في تنمية بعض المهارات الاجتماعية، وقد أظهرت النتائج إجمالا فعالية البرنامج المقترح.

3.7- **دراسة بوعجناق وآخرون (2016):** وقد هدفت الى معرفة دور الأنشطة البدنية في تنمية المهارات الاجتماعية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة (14- 15 سنة)، وتكونت العينة من (120) تلميذ ممارس (60 ذكور و60 إناث)، تم تطبيق إختبار للمهارات الاجتماعية، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- مستوى المهارات الاجتماعية مرتفع لدى الممارسين للأنشطة الرياضية.  
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المهارات الاجتماعية بين الممارسين للنشاط البدني التربوي والمعفين من ممارسة النشاط البدني الرياضي لصالح الممارسين.

4.7- **دراسة سليمان (2011)**: هدفت إلى التعرف على بعض المهارات الاجتماعية لدى أطفال الرياض وعلاقتها بتقييم الوالدين على عينة من أطفال الرياض من عمر (4-5 سنوات)، وقد تم إجراء البحث على عينة من الأطفال بلغ عددها (200) طفل وطفلة وعلى (400) والد والدة من أولياء الأمور، ومن أهم النتائج المتوصل إليها ما يلي:

- تنتشر المهارات الاجتماعية (التعاون، المشاركة الوجدانية، التفاعل مع الكبار، النظام) انتشارا طبيعيا بين أطفال الرياض أفراد العينة من عمر (4-5 سنوات).

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين أطفال الرياض العينة تبعا لمتغير الجنس.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الآباء ومتوسط درجات الأمهات على مقياس تقييم الوالدين للمهارات الاجتماعية لدى أطفالهم.

#### 5.7- **التعقيب عن الدراسات السابقة:**

اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات المستعرضة في أنها تستهدف موضوع الرياضة الجماعية ودورها في تنمية المهارات الاجتماعية، وأهمية تنميتها بالنسبة للطفل في حين اختلفت مع بعضها في تسمية الرياضة باللعب وتناول بعضها اللعب بجانيه الفردي والجماعي فلم تقتصر على الممارسة الجماعية كما هو متعرض له في الدراسة الحالية.

كما اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في المنهج المتبع (الوصفي) ماعدا دراسة الراشد التي عالجت الدراسة بالمنهج الشبه التجريبي، وأما بالنسبة للأداة المعتمدة فكانت الاستبيان للدراسات السابقة ماعدا دراسة الراشد التي قدمت برنامجا لتنمية المهارات الاجتماعية قائم عن اللعب.

أما بالنسبة للفئة المستهدفة لتنمية المهارات الاجتماعية لديها فكانت طفل ما قبل التمدرس لأغلب الدراسات ماعدا دراسة بوعجناق وزملائه فكانت تستهدف التلاميذ المراهقين، في حين اتفقت العينة (مربيات) بالنسبة لدراسة اللبهي، وإختلفت مع باقي الدراسات كدراسة الراشد التي كانت عينتهم أطفال ما قبل التمدرس ودراسة سليمان في حين هذه الأخيرة لديها عينة أخرى متمثلة في أولياء أمور هؤلاء الأطفال، ودراسة ناجي أساتذة متخصصين في التربية الرياضية والبدنية.

في حين اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في تأكيد أهمية تنمية المهارات الاجتماعية للطفل وتكاملها في تنمية جوانب النمو المختلفة في المؤسسات التعليمية.

#### 8. **الطريقة والإجراءات:**

##### 1.8- **المنهج المتبع:**

تم إتباع المنهج الوصفي في هذه الدراسة، باعتباره المنهج المناسب لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة على تساؤلاتها، وذلك من خلال جمع البيانات اللازمة باستخدام الاستبيان.

##### 2.8- **مجتمع الدراسة:**

يتكون مجتمع الدراسة من مربيات الأطفال في الأقسام التحضيرية التابعة للقطاع العام والخاص ببلدية الوادي لسنة (2022) والبالغ عددهم (154) مربية.

### 3.8- عينة الدراسة:

تحددت عينة الدراسة بمجموعة من مربيات الأطفال لبلدية الوادي، وقد شملت (40) مربية تم إختيارهم بطريقة عرضية حيث تم إختيار عشرون مربية من القطاع العام وعشرون مربية من القطاع الخاص، حيث تم توزيع الأداة وإسترجاعها حال إنتهاء المفحوصين من الإجابة على بنودها وتم تسليم الإستبانات بعدة طرق كالإيميل والواتساب عن شكل ملف وورد، والماسنجر بواسطة صور (يعلم عليها بالرسام)، والتسليم اليدوي بنسخة ورقية وذلك نظرا لعدم تواجد العينة في أماكن عملهم بسبب العطلة الصيفية.

### 4.8- أداة الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس المهارات الاجتماعية المعد من طرف مضاوي عبد الرحمن الراشد (2016)، كما تم تكييف الأداة على نحو يخدم الدراسة الحالية بإدخال متغير الرياضة الجماعية ضمن الفقرات وتوجيها لمربيات رياض الأطفال، وإستبدال مصطلح المعلمة بالمربية وكذلك الصف بالقسم، واقتصرت على المهارات الاجتماعية في غرفة النشاط فقط وإستبعاد المهارات الاجتماعية في المنزل، حيث احتوت الأداة على ثلاث أبعاد على النحو التالي: التواصل الاجتماعي، التعاون و الضبط الإنفعالي، إذ يتكون كل بعد من عشرون فقرة، وعليه الأداة شملت ستون بنداً، يقابلها ثلاث بدائل هي: (نعم، أحيانا، لا) يقابلها سلم الدرجات (1، 2، 3).

### 5.8- الخصائص السيكومترية للأداة:

تم ذلك من خلال حساب كل من الصدق والثبات:

#### 1.5.8- الصدق: من أجل التحقق من صدق الأداة أجريا الباحثان إختبارات الصدق التالية:

- **صدق المحكمين:** تم عرض الأداة على مجموعة من الأساتذة بلغ عددهم سبعة في إختصاصات مختلفة، (علم النفس الاجتماعي، علم النفس المدرسي، علم التدريس، بناء برامج ومناهج) للتأكد من أن أداة الدراسة تقيس ما وضعت لأجله، حيث تم أخذ بعين الاعتبار بعض التعديلات من قبل السادة المحكمين فيما يخص إعادة صياغة الفقرات من الناحية اللغوية.

- **الصدق التمييزي:** تم ترتيب درجات العينة الإستطلاعية والذي قدرت بـ (15) مربية تنازليا، وتم أخذ نسبة (27%) من طرفي الترتيب وتطبيق إختبار(ت)، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول (01): يوضح حساب إختبار(ت)

مجموعات	العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة sing	(ت) لعينتين متساويتين
الدنيا	4	13,75	3,31	0,00	9,38
العليا	4	15,59	3,31		

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (01) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا بلغ (15,59) بانحرافه المعياري قدره (3,31)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للفئة الدنيا (13,75) بإنحراف معياري قدره (3,31)، وبلغت (ت) المحسوبة (9,38)، وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,05)، وعليه فالإستبيان يتمتع بالصدق.

2.5.8- **النتائج:** تم الإعتماد على ألفا كرونباخ، كما هو موضح في الجدول الآتي:

جدول رقم (02) يوضح حساب معامل ألفا كرونباخ

عدد الأسئلة	ألفا كرونباخ
60	0,71

من خلال الجدول رقم (02) نلاحظ أن قيمة ألفا كرونباخ قدرت بـ: (0.71)، وهو ما يدل على أن الإستهبان يتمتع بالثبات.

6.8- **الأساليب الإحصائية:**

تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS في نسخته (22)، وقد تم تطبيق الأساليب الإحصائية

التالية:

- إختبار (ت)

- ألفا كرونباخ

9. **نتائج الدراسة ومناقشتها:**

بعد تطبيق أداة الدراسة على أفراد العينة، تم تفرغ وحساب نتائج الدراسة الأساسية، وسيتم عرضها وتفسيرها على النحو

التالي:

1.9- **عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:** للتحقق من الفرضية التي تنص على أن: "مستوى المهارات الاجتماعية مرتفع

لدى طفل القسم التحضيري الذي يمارس الرياضة الجماعية من وجهة نظر المربيات". تم حساب المتوسط الحسابي والمتوسط

الفرضي والانحراف المعياري وإختبار (ت)، على النحو التالي:

جدول رقم (03) يوضح حساب إختبار (ت)

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة sig	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
المهارات الاجتماعية	40	147.18	120	12,80	0.00	13,42	0,05

من خلال الجدول رقم (03) نلاحظ أن المتوسط الحسابي قدر بـ (147,18)، في حين بلغ المتوسط الفرضي (120)،

والانحراف المعياري قدر بـ (12,80) وبالنسبة لقيمة (ت) فكانت (13.42)، وبالتالي هي دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة

(0.05) و(0,01) وبالتالي فإن مستوى المهارات الاجتماعية مرتفع لدى طفل القسم التحضيري الذي يمارس الرياضة الجماعية

من وجهة نظر المربيات، وتتفق النتيجة مع دراسة بوعجناق وزملائه (2016) في أن: مستوى المهارات الاجتماعية مرتفع لدى

الممارسين للرياضة، وكذلك دراسة الراشد (2016) في فعالية البرنامج التي أعدته الباحثة بناء على اللعب، أما دراسة ناجي

(2019) فاتفقت مع نتائج الدراسة الحالية في مساهمة الرياضة في تنمية مهارة التعاون للطفل.

1.9- **عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:** ولتحقق من الفرضية التي تنص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية

في المهارات الاجتماعية لدى الأطفال الذين يمارسون الرياضة الجماعية تبعاً لمتغير القطاع (عام- خاص)" تم حساب إختبار

(ت)، والنتائج موضحة في ما يأتي:

جدول رقم (04) يوضح حساب إختبار (ت)

المتغيرات	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة sig	قيمة(ت)	مستوى الدلالة
القطاع العام	20	154,15	15,56	0,32	1,001	0,05
القطاع الخاص	20	149,20	9,24			

من خلال الجدول رقم (04) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للقطاع العام قدر بـ (154,15) بإنحراف معيار يقدر بـ (15,56)، وأن المتوسط الحسابي للقطاع العام قدر بـ (149,20) بإنحراف معياري قدر بـ (9,24)، حيث قدرت قيمة (ت) بـ (1,001) عند مستوى الدلالة (0,05) وهي غير دالة إحصائياً، وعليه يتم قبول الفرض البديل أي أنه: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى الأطفال الذين يمارسون الرياضة الجماعية تبعاً لمتغير القطاع (عام - خاص)"، ويمكن أن يعزى هذا إلى أن الرياضة الجماعية لا تحتاج إلى إمكانيات مادية كبيرة يمكن أن يفتقرها القطاع العام وتتوفر لدى القطاع الخاص، وذلك لأن أغلب الرياضات الجماعية التي يمكن أن يمارسها الطفل تحتاج إلى إمكانيات جد بسيطة تتوافر لدى القطاعين كساحة وكرة لممارسة النشاط الرياضي الجماعي مثل كرة القدم أو اليد، أو ممارسة نشاط الجري وغيرها من النشاطات الرياضية.

#### خاتمة:

يستنتج مما سبق، أن للرياضة الجماعية دور في تنمية المهارات الاجتماعية لدى طفل القسم التحضيري، وهو ما إنعكس على إستجابات مريبات القسم التحضيري لبلدية الوادي، وتصريحاتهم التي تشير إلى أن مستوى المهارات الاجتماعية مرتفع لدى أطفال القسم التحضيري الذين يمارسون الرياضة الجماعية.

كما تظهر الدراسة عدم وجود فروق بين القطاع العام والقطاع الخاص في تنمية المهارات الاجتماعية للطفل، بمعنى لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية لدى الأطفال الذين يمارسون الرياضة الجماعية تبعاً لمتغير القطاع (عام- خاص)، وهذا مؤشر إيجابي على الدور الذي تلعبه الرياضة الجماعية في تنمية المهارات الاجتماعية لطفل القسم التحضيري في القطاعين.

#### إقتراحات:

على ضوء النتائج المتوصل إليها، يمكن إدراج بعض التوصيات على النحو التالي:

- دعم الوزارة الوصية القطاع العام بمتخصصين في مجال الرياضة في مرحلة الطفولة، وإلزام القطاع العام بتواجد المتخصصين في مؤسساتهم التربوية.
- ضرورة تعزيز المهارات الاجتماعية لطفل ما قبل التمدرس من قبل متخصصين في مجال الطفولة، لما لها إنعكاس على سماته الشخصية.

- إهتمام الوزارة الوصية بتكليف مهام مريبات رياض الأطفال لمتخرجي مجال علم النفس، وذلك لحساسية المرحلة.
- الإهتمام بالدورات التكوينية للمريبات في مجال تنمية المهارات الاجتماعية للطفل، وإطلاعهم على مستجدات العلم في مجال الطفل في مرحلة ما قبل التمدرس.

- دعم الأنشطة الرياضية الجماعية بين المؤسسات التربوية المختلفة.

- إنفتاح المؤسسات التربوية على القطاعات المتخصصة في الرياضة كقطاع الشبيبة والرياضة، والإهتمام بالزيارات الميدانية للمؤسسات التابعة لها مثل: دور الشباب، المركبات الرياضية الجوارية، المسابح، والملاعب، وغيرها والمشاركة في الفعاليات الرياضية.

#### المراجع:

- براهيمي، أم السعد (2020). دور الأنشطة الرياضية في تعزيز قيم المواطنة، مجلة طينة للدراسات العلمية والأكاديمية. 3 (2). 243-232.
- بوعجناق، كمال وناصر، جمال وحملوي، محمد (2016). دور الأنشطة البدنية في تنمية المهارات الاجتماعية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة 14-15 سنة، مجلة التحدي. (9). 11-32.
- حسونة، أمل (2008). المهارات الاجتماعية لطفل الروضة. ط1. الدار العالمية للنشر والتوزيع: الجيزة.
- حمر العين، نور الدين (2020). الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي ودورها في تعزيز القيم الاجتماعية مرحلة الابتدائي أنموذجا، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. (10). 149-164.
- الراشد، مضوي عبد الرحمن (2016). فاعلية برنامج قائم على اللعب لتنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى طفل ما قبل المدرسة، مجلة البحث العلمي في التربية. (17). 655-692.
- شحاته، محمد إبراهيم وعبد لله، مجدي محمد (2016). الموسوعة الرياضية: موسوعة الألعاب الجماعية والاصابات والتأهيل. ماهي للنشر والتوزيع: الإسكندرية.
- شريف، السيد عبد القادر (2014). المدخل إلى رياض الأطفال. ط1. دار الجوهرة للنشر والتوزيع: القاهرة.
- عكاشة، محمود وعبد المجيد، أماني فرحات (2012). تنمية المهارات الاجتماعية للأطفال الموهوبين ذوي المشكلات السلوكية المدرسية. المجلة العربية لتطوير التفوق. 3 (4). 116-147.
- اللهبي، رنا بنت إبراهيم (2017). تصورات المعلمات حول دور اللعب في تنمية بعض المهارات الاجتماعية عند الأطفال ذوي الإعاقة الفكرية، مجلة التربية والتأهيل. 4 (16). ج 2. 49-81.
- منهاج التربية التحضيرية للأطفال في سن 5-6 سنوات (2004). وزارة التربية والتعليم. الجزائر.
- وزارة التربية والتعليم. الألعاب الجماعية. المملكة العربية السعودية.
- اليوسف، رامي محمد (2019). مستوى المهارات الاجتماعية والحصيللة اللغوية لدى أطفال الروضة في محافظة الزرقاء والعلاقة الارتباطية بينهما، مجلة دراسات العلوم التربوية. 46 (3). 233-258.

## دور الأنشطة الرياضية في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط (دراسة ميدانية على تلاميذ متوسطة الاخوة شطوح - باتنة -)

### The role of physical sports activities in promoting mental health among middle school students.

بن دراجي عبد الرفيق<sup>1</sup>، ميهوبي عيسى<sup>2</sup>

<sup>1</sup> جامعة باتنة 2 (الجزائر). ab.benderradji@univ-batna2.dz

<sup>2</sup> جامعة باتنة 2 (البلد). a.mouhoubi@univ-batna2.dz

#### ملخص:

تهدف الدراسة إلى التعرف على دور الأنشطة البدنية الرياضية في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي على عينة مكونة من 60 تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من بين تلاميذ متوسطة الاخوة شطوح باتنة منهم 30 تلميذ وتلميذة ممارسين للتربية البدنية والرياضية والبقية معفيين من حصة التربية البدنية والرياضية، وتم الاعتماد في جمع البيانات على مقياس الصحة النفسية لكل من (كامان و فليت) 1983، وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية:  
- للأنشطة الرياضية دور فعال وايجابي في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ الطور المتوسط.

**الكلمات المفتاحية:** الأنشطة الرياضية؛ الصحة النفسية؛ تلاميذ الطور المتوسط.

#### Abstract:

The study aims to identify the role of physical sports activities in promoting mental health among middle school students. For this purpose, we used the descriptive approach on a sample of 60 male and female students who were randomly selected from among the middle school students. From the physical education and sports class, and the data collection was based on the mental health scale of (Kaman and Fleet) 1983, and the study reached the following results:

Sports activities have an effective and positive role in promoting the mental health of middle school students.

**Keywords:** sports activities ؛ mental health ؛ middle school students.



## 1. الإشكالية:

إن التعليم له دور كبير وهام في تنمية وتطوير المجتمع، وذلك من خلال اعداد قوى بشرية ملائمة تتسم بالعلم والمعرفة لتلبية حاجاته الاقتصادية الصناعية وحتى الاجتماعية في شتى المجالات والتخصصات .

كما تشهد الحياة العصرية اليوم تغيرات و تحولات سريعة مست جميع القطاعات، الشيء الذي طرح إشكالية الانسان النوعي أو الانسان الذي يملك أفضل الكفاءات والقدرات العقلية التي تمكنه من التكيف والتأقلم مع مواقف الحداثة والحياة العصرية، خصوصا ومما لاشك فيه أن ممارسة النشاط البدني الرياضي بمختلف أنواعه هو الطريقة المنظمة والعلمية التي لها الأثر الإيجابي على صحة الانسان سواء البدنية أو النفسية حيث أصبحت هذه الممارسة في الوقت الراهن أمرا ضروريا نظرا لدورها الفعال الذي يهدف إلى تنمية الفرد من جميع النواحي العقلية والخلقية والجسمية وحتى النفسية. (تركي، 2016).

بحيث تشير الصحة النفسية إلى تكامل الشخصية والنضج الانفعالي الذي يساعد على تأدية الوظائف العقلية بنظام وتنسيق، فهو يمهد تغلب العقل والرؤية على النزوات والتهور أي يساعد على ضبط النفس وكبح جماحها والحد من شططها ، و من جهة أخرى يعمل المختصون بعلم النفس الرياضي على الكشف عن العوامل التي تؤدي إلى زيادة إقبال الأفراد على ممارسة النشاط الرياضي ضمن مستويات تؤدي إلى الارتقاء بمستوى الصحة البدنية و النفسية، حيث انه من أفضل السبل لفهم سلوك الأفراد فيما يتعلق بالرياضة هو التعرف على اتجاهاتهم ودوافعهم حيال الاشتراك في النشاط الرياضي (زايد، الجبالي، والشعيلي، 2004، 2).

ويعد موضوع الصحة النفسية والرضا عن الحياة من الموضوعات الهامة التي يتناولها كل من عالم الصحة النفسية والعقلية على حد سواء باعتباره مؤشرا هاما من مؤشرات الصحة النفسية اذ ان الرضا عن الحياة يعني تحمس الفرد للحياة والاقبال عليها والرغبة الحقيقية في ان يعيشها ويتضمن هذا المتغير صفات عدة أهمها الاستبشار والتفاؤل وتوقع الخير والرضا عن النفس وتقبلها ويعتبر الرضا عن الحياة من الموضوعات الهامة التي تناولتها العلوم النفسية على اعتبار ان الرضا عن الحياة عالم هام يدل على تمتع الفرد بالصحة النفسية السليمة وان رضى الفرد عن الحياة يعني تحمسه وتوجهه نحو الحياة والمستقبل ، والرضى عن الحياة اقصى ما يطمح اليه الفرد العاقل الراشد وذلك بهدف تجنب الاحباطات والصراعات النفسية والقلق الذي ينتابه نتيجة انفعالاته المختلفة (احمد رمضان واخرون، 2021، 28)

وينظر "حسن علاوي" إلى الاتجاهات الرياضية على أنها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة، أو على أنها من الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك والاتجاهات الايجابية نحو النشاط الرياضي، وتلعب دورا مهما في الارتقاء بهذا النوع من النشاط البشري لأنها تمثل القوة التي تحرك الفرد وتثيره لممارسة هذا النشاط والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة (رحيم، 2004، 51).

وتعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية سواء من ابرز تلك النشاطات التي تساعد الشاب الجامعي على اكتشاف امكانياته وقدراته، والمساهمة في اشباع حاجاته البدنية والنفسية والاجتماعية ... وغيرها، وذلك لما تمثله هذه الممارسة من مصدر لتأكيد الذات وتخفيف التوتر وحدة القلق ، وتهذيب السلوك . (عبد السلام، عبد الرحيم، 1991)

فمن هذا المنطلق جاءت هذه الدراسة لكي نحاول من خلالها الكشف عن الدور الإيجابي الذي تلعبه الأنشطة الرياضية في تحقيق الصحة النفسية لدى التلاميذ والتخلص من مختلف الضغوطات التي يعانون منها وهذا ما يقودنا إلى طرح التساؤل التالي:

هل لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية دور في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط؟

### التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية فيما يخص الثقة بالنفس؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية فيما يخص صفة التفاؤل؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية فيما يخص نمو الفاعلية ووضوح التفكير؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية فيما يخص الشعور بالسعادة والرضا؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية فيما يخص العلاقة بالآخرين والتفاعل معهم؟

#### 1.1. أهداف الدراسة:

- التعرف على دور الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

- التعرف على دور بعض سمات الصحة النفسية من ثقة بالنفس، التفاؤل، العلاقة مع الآخرين كمتغيرات سيكولوجية تجعل التلميذ يتخلص من الضغوط النفسية.

- التعرف على واقع ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية الترويحية لدى تلاميذ التعليم المتوسط

- التعرف على انعكاس ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية على الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

#### 1.2. الفرضيات:

##### 1.1.2- الفرضية العامة:

للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية دور إيجابي في تعزيز الصحة النفسية لدى تلاميذ التعليم المتوسط .

##### 2.1.2- الفرضيات الفرعية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية فيما يخص الثقة بالنفس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية فيما يخص صفة التفاؤل.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية فيما يخص نمو الفاعلية ووضوح التفكير.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية فيما يخص الشعور بالسعادة والرضا.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية فيما يخص العلاقة بالآخرين والتفاعل معهم.

#### 2. مصطلحات الدراسة:

**الصحة النفسية:** تعرف الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبيا ، يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا (شخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته) ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ومع الآخرين، ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة. (زهران، 1987)

**النشاط البدني الرياضي:** هو ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفة تكوين المواطن الصالح اللائق، من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق مختلف أوجه النشاط البدني الذي اختير بهدف تحقيق هذه المهام. (بسيوني، 1992)

### 3. الدراسات السابقة:

1.3- **دراسة مكاوي يوسف 2019**: انعكاس ممارسة النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى التلاميذ المصابين بالداء السكري (دراسة ميدانية على ثانويات ولاية الوادي).

هدفت الدراسة إلى محاولة التعرف على انعكاس النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية ومستوى الطموح لدى التلاميذ المصابين بالداء السكري وكذا محاولة الكشف عن طبيعة العلاقة بين الصحة النفسية وأبعاد مستوى الطموح لدى التلاميذ، استخدم المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها 70 تلميذ وتلميذة من ثانويات ولاية الوادي المصابين بالداء السكري، تم اختيارهم بطريقة قصدية باستخدام أسلوب الحصر الشامل، كما استخدم مقياس الصحة النفسية ل (صالح فؤاد محمد مكاوي) ومقياس مستوى الطموح لكاميليا عبد الفتاح. جاءت نتائج الدراسة على النحو التالي، للنشاط البدني الرياضي فعالية في تحقيق الصحة النفسية لدى التلاميذ المصابين بداء السكري.

2.3- **دراسة عباسي ياسين 2019**: أهمية النشاط البدني الرياضي على الصحة النفسية لدى الشباب الجزائري.

تناول الباحث في هذه الدراسة موضوع الصحة النفسية عند الشباب ومدى ارتباطها بممارسة النشاط البدني الرياضي وقام بمقارنة بين الشباب الممارس للنشاط الرياضي وغير الممارس ودرجة تأثيرها على بعض الاضطرابات والأمراض النفسية كالقلق والعدوان والاكتئاب، استعمل الباحث المنهج الوصفي كمنهج للدراسة لأنه يصف الظاهرة كما هي على الواقع وشملت الدراسة على عينة مقدارها 100 شاب، أجابت العينة على مقياس الصحة النفسية وكان الاستنتاج كالتالي: النشاط البدني الرياضي يحسن من الصحة النفسية لدى الشباب.

3.3- **دراسة العريايوي سحنون 2020**: دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الصحة النفسية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط (دراسة وصفية أجريت على متوسطات مغنية)

هدفت الدراسة إلى معرفة دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الصحة النفسية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط حيث قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي إذ بلغت عينة الدراسة 330 تلميذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية حيث تم توزيع استمارة استبانة تتكون من 30 سؤال وثلاثة محاور لكل محور 10 أسئلة، بعد المعالجة الاحصائية باستخدام الرزمة الاحصائية أظهرت النتائج بعد عرضها وتحليلها وتفسيرها نجاعة النشاط البدني الرياضي في تحقيق الصحة النفسية لتلاميذ السنة الرابعة متوسط.

### 4. منهجية وإجراءات الدراسة:

1.4- **الدراسة الاستطلاعية**: البحوث الاستطلاعية في معناها العام هي بحوث جديدة تناول لم يتم التطرق إليها من قبل ولا تتوفر عليها بيانات أو معلومات علمية مسبقة تجعل الباحث يجهل كثيرا من أبعادها وجوانبها.

إذا يمكن القول بأن الدراسة الاستطلاعية هي بمثابة مصباح مضيء ينير الطريق للباحث للتغلب على كل العراقيل المعترضة والصعوبات التي ستواجهه أثناء قيامه بالمشروع الميداني لاحقا.

2.4- **المنهج المتبع في الدراسة**: المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث لتحقيق الهدف المطلوب أو هو عبارة عن الخيط غير المرئي الذي يشد بحثه من بدايته إلى نهايته قصد الوصول إلى نتائج معينة، و استخدم الباحثان في هذا البحث المنهج الوصفي المقارن لمناسبته لطبيعة الإشكال المطروح حيث يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة ووصف الوضع الراهن وتفسيره، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة.

3.4- **عينة الدراسة**: العينة في معناها هي مجتمع الدراسة الذي يجمع منه البيانات الميدانية وهي جزء من الكل، وتعني بذلك عدد الأفراد المستخرج من المجتمع المراد دراسته، وتستخدم للدلالة على جزء من مفردات المجتمع التي تم اختيارها في الدراسة في أغلب الأحيان وتطبق نتائجها على المجتمع. وهي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا

من الكل بمعنى أنه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث. تم إجراء الدراسة على عينة قدرها 60 تلميذ وتلميذة من متوسطة الاخوة شطوح باتنة وتم اختيارها بطريقة عشوائية .

#### 4.4- متغيرات الدراسة:

1.4.4- المتغير المستقل: في هذه الدراسة هو " الأنشطة البدنية الرياضية " .

2.4.4- المتغير التابع: هو الذي تتوقف قيمته على قيم متغيرات أخرى، ومعنى ذلك أن الباحث حينما يحدث تعديلات على

قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع، وفي هذه الدراسة فهو " الصحة النفسية" .

#### 5. أدوات جمع البيانات والمعلومات:

1.5- مقياس الصحة النفسية: اعتمدنا على مقياس الصحة النفسية الذي أعده كل من (kamman et flett) سنة 1983 إذ

يهدف إلى معرفة الحالة النفسية الخاصة بالفرد، يتألف من 40 عبارة متنوعة عبارات "سلبية" و "إيجابية" موزعة على 5 أبعاد (الثقة بالنفس، التفاؤل، الفاعلية والوضوح، البشاشة، العلاقة مع الآخرين)، أمام كل عبارة يوجد 3 خيارات (نعم، أحيانا، لا) تحصل العبارة الإيجابية على (2، 1، 0) والعبارة السلبية (0، 1، 2).

#### 1.5- الأسس العلمية للمقياس:

#### 1.1.5- صدق الاتساق الداخلي:

الجدول 1: يمثل معاملات الارتباط لأبعاد المقياس

عدد البنود	معامل الثبات ألفا كرونباخ
40	0.91

تظهر لنا المعاملات قوية ودالة إحصائيا من خلال الجدول (1) مما يدل على صدق الأداة (المقياس).

#### 2.1.5- الثبات:

الجدول 2: معامل الثبات ألفا كرونباخ

المقياس	البعء
,865**	الثقة بالنفس
,847**	التفاؤل
,856**	الفاعلية والوضوح
,836**	البشاشة
,812**	العلاقة بالآخرين

بلغ معامل الثبات Alpha de Cronbach 0.91 وهو معامل قوي جدا مما يدل على ثبات مقياس الصحة النفسية.

#### 6. الأساليب الإحصائية:

تمت المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) الإصدار 25 - اختبار "ت"

لمجموعتين مستقلتين - الإنحراف المعياري - المتوسط الحسابي.

#### 7. النتائج:

الفرضية 01: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية

الترويحية في بعد الثقة بالنفس.

الجدول 3: يبين نتائج اختبار "ت" للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية وغير الممارسين في بعد التفاؤل

اختبارات			احصائيات			
الدلالة الاحصائية	درجة الحرية	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	
,0000	58	45,6	,854	7,76	30	المجموعة الممارسة
,0000	58	45,6	4,35	,564	30	المجموعة الغير ممارسة

بلغت قيمة اختبارت للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية وغير الممارسين في بعد الثقة بالنفس 4.11 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية (1.984) وبدلالة 0.000 وهي أقل من مستوى المعنوية 0.05 وبالتالي تؤكد الفرضية الأولى القائلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية فيما يخص صفة الثقة بالنفس.

**الفرضية 2:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية في بعد التفاؤل.

الجدول 4: يبين نتائج اختبار "ت" للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية وغير الممارسين في بعد التفاؤل.

اختبارات			احصائيات			
الدلالة الاحصائية	درجة الحرية	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	
0.000	58	4.11	65,5	13,18	30	المجموعة الممارسة
0.000	58	4.11	88,6	9,17	30	المجموعة الغير ممارسة

بلغت قيمة اختبارت للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وغير الممارسين في بعد التفاؤل 6.45 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية (1.984) وبدلالة 0.000 وهي أقل من مستوى المعنوية 0.05 وبالتالي تقبل الفرضية الثانية القائلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية فيما يخص صفة التفاؤل.

**الفرضية 3:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في ظل جائحة كورونا في بعد الفاعلية والوضوح.

الجدول 5: يبين نتائج اختبار "ت" للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية وغير الممارسين في بعد الفاعلية والوضوح:

اختبارات			احصائيات			
الدلالة الاحصائية	درجة الحرية	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	
,0000	58	7,54	4,41	14,65	30	المجموعة الممارسة
,0000	58	7,54	4,98	7,85	30	المجموعة الغير ممارسة

بلغت قيمة اختبارات للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية وغير الممارسين في بعد الفاعلية والوضوح 7.54 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية (1.984) وبدلالة 0.000 وهي أقل من مستوى المعنوية 0.05 وبالتالي تقبل الفرضية الثالثة القائلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية في صفة الفاعلية والوضوح.

**الفرضية 4:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في فيما يخص بعد البشاشة.

الجدول رقم: 6: يبين نتائج اختبار "ت" للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية وغير الممارسين في بعد البشاشة:

اختبارات		احصائيات				
الدلالة الاحصائية	درجة الحرية	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	
,0000	58	,346	76 4,	,657	30	المجموعة الممارسة
,0000	58	,346	2,85	4,67	30	المجموعة الغير ممارسة

بلغت قيمة اختبارات للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية وغير الممارسين في بعد البشاشة 6.34 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية (1.984) وبدلالة 0.000 وهي أقل من مستوى المعنوية 0.05 وبالتالي تقبل الفرضية الرابعة القائلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية فيما يخص صفة البشاشة.

**الفرضية 5:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في ظل جائحة كورونا فيما يخص بعد العلاقة بالآخرين.

الجدول 7: يبين نتائج اختبار "ت" للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية وغير الممارسين في بعد العلاقة بالآخرين:

اختبارات		احصائيات				
الدلالة الاحصائية	درجة الحرية	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	
,0000	58	957,	,794	,6521	30	المجموعة الممارسة
,0000	58	957,	344,	8,98	30	المجموعة الغير ممارسة

بلغت قيمة اختبارات للعينتين المستقلتين الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية وغير الممارسين في بعد العلاقة بالآخرين 7,59 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية (1.984) وبدلالة 0.000 وهي أقل من مستوى المعنوية 0.05 وبالتالي تقبل الفرضية الخامسة القائلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية فيما يخص صفة العلاقة بالآخرين.

**8. المناقشة:** من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول (3، 4، 5، 6، 7) والتي أسفرت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد الصحة النفسية، مما يعني تمتع التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية بثقة نفس عالية عكس التلاميذ الغير ممارسين، حيث ذكر (إسماعيل طلبة، 2010) أن ممارسة الفرد لمختلف الأنشطة سواء كانت رياضية، فنية، إجتماعية، أو خلوية في وقت فراغه تؤدي به إلى الاعتزاز والثقة بنفسه فهو يتفاعل مع الآخرين ويشاركهم الآراء والأفكار وينمي معارفه. بالإضافة إلى أن

درجة التفاؤل والبشاشة لدى التلاميذ الممارسين أفضل من نظرائهم الغير ممارسين وهذا ما يدل على ان ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية تسهم في تحقيق السعادة للفرد، أما بالنسبة للفاعلية والوضوح وكذلك العلاقة مع الآخرين فهما أيضا صفتان يتمتع بهما التلاميذ الممارسون للأنشطة البدنية الرياضية الترويحية عكس الغير ممارسين انطلاقا من نتائج الفرضيات الجزئية التي بموجبها تم الإجابة عن التساؤلات الفرعية للدراسة وعليه في الأخير يمكن أن نستخلص بأن الفرضية العامة التي تقول للأنشطة البدنية الرياضية دور إيجابي في تحقيق الصحة النفسية للتلاميذ قد تحققت، بمعنى أن ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية يسهم في التخلص من المشاكل النفسية التي يتعرض لها تلاميذ التعليم المتوسط وهذا يتوافق مع نتائج دراسة (عباسي ياسين 2019) التي توصلت إلى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعد في تحقيق الصحة النفسية. بالإضافة إلى نتائج (دراسة مكاوي يوسف 2019) حيث أظهرت النتائج أن للنشاط البدني الرياضي فعالية في تحقيق الصحة النفسية.

#### إقتراحات:

إن ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية يعد شيئا إيجابيا لجميع الأفراد، إذ تعمل الأنشطة البدنية الرياضية على التخلص من الآثار السلبية المترتبة ضغوط الدراسة والامتحانات، بالمقابل تزرع فيه روح التفاؤل والتطلع للمستقبل بإيجابية كما تعزز لديه الثقة بالنفس والتعامل مع الصعوبات، كما أنها تنمي إدراكه وتزيد من صبره وتحسن علاقته مع الآخرين لأنها تبث فيه حب الآخرين والاهتمام بهم وقد أضفت دراستنا إلى العديد من التوصيات أهمها:

- الحرص على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لما لها من عائد إيجابي على نفسية التلميذ داخل المؤسسة.
- التحسيس المتواصل والمستمر من طرف التلاميذ لبعضهم البعض ويدركون جيدا أن الممارسة ضرورية لصحتهم النفسية.
- العمل قدر المستطاع على تجهيز المؤسسات التربوية بالوسائل والمنشآت الرياضية لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية.

## المراجع:

- احمد رمضان سبع واخرون (2021). دراسة مقارنة بين كبار السن الممارسين للرياضة الترويحية وغير الممارسين في الصحة النفسية والرضا عن الحياة،  
جمعية الصحة النفسية الصينية. (أمنية شكري، المترجمون). (2020). دليل وقاية الصحة النفسية من فيروس كورونا. القاهرة: بيت الحكمة للاستثمارات الثقافية.  
حامد عبد السلام زهران. (1987). قاموس علم النفس. علم الكتب. مصر.  
ابح تركي . (2016). أصول التربية والتعلم. ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر.  
زينب جلولي، وبومدين سنوسي. (2020). الصحة النفسية في ظل انتشار فيروس كورونا (كوفيد-19) والتباعد الاجتماعي واستمرار الحجر الصحي. مجلة التمكين الاجتماعي، الصفحات 66-67.  
عوض بسيوني. (1992). نظريات وطرق التربية البدنية. ديوان المطبوعات الجامعية. الجزائر..



مقياس الصحة النفسية: اعتمدنا على مقياس الصحة النفسية الذي أعده كل من (kamman et flett) سنة 1983

الرقم	العبــــــــــــــــارات	نعم	أحيانا	لا
01	تسير حياتي على النحو الذي كنت أتمناه.			
02	أستطيع أن أتعامل بمهارة مع أي مشكلة تصادفني أو تعرض أمامي.			
03	أرى أن الآخرين يحبونني ويتقون بي.			
04	أشعر وكأن أفضل سنوات حياتي قد إنقضت.			
05	أقيم نفسي وأقدرها حق قدرها.			
6	أبتسم وأضحك كثيرا.			
7	لا أكثرث أو أبالي بعمل أي شيء مهما كانت قيمته ومهما فكرت فيه.			
8	بتملكني إحساس قوي بالفشل والإخفاق.			
9	أتمنى لو إستطعت أن أغير جانب ما من حياتي.			
10	أشعر أنني قريب جدا ممن حولي.			
11	أظل مشدودا ومتوترا في المواقف المختلفة.			
12	أوزع طاقتي ومجهودي على المواقف التي أفكر بها.			
13	يضيق صدري بسرعة حتى وإن لم يكن هناك ما يستدعي ذلك.			
14	. أرى أن الآخرين يفهمونني جيدا.			
15	أشعر بأنني عاجز ولا حيلة لي.			
16	تسير أفكاري في حلقة مفرغة لا جدوى منها.			
17	يبدو مستقبلي باهرا.			
18	أشعر بالرضا والراحة لما حققته في حياتي.			
19	لدي إحساس بأنني ضئيل القدر وليست هناك فائدة أو جدوى مني.			
20	يغمرنني إحساس بالتفاوت.			
21	أحب الآخرين وأحنو عليهم.			
22	أعتقد أنه باستطاعتي أن أفعل ما أريد.			
23	أشعر بالملل والإكتئاب.			
24	أفضل العمل الفردي على العمل الجماعي.			
25	أرى أن فكري مشوش ومضطرب.			
26	يشعر الآخرون بأهميتي بالنسبة لهم.			
27	أنا واثق من نفسي ومن قدراتي.			
28	أشعر بالسخط والإستياء من كل ما حولي.			
29	أتميز برفع الكلفة مع الآخرين وأتعامل معهم بكل بساطة ووضوح.			
30	بتملكني شعور باليأس.			
31	أميل بطبعي إلى البشاشة والمرح والسرور.			
32	تسير حياتي وفق روتين معين لا يختلف لأي سبب.			
33	أنا منطوي على نفسي.			
34	يتسم تفكيري بالوضوح والإبداع.			
35	إذا ما قررت القيام بعمل ما فإنني أبدي قدرا كبيرا من الحماس له.			
36	يبدو أن هناك شيئا ما خاطئ في شخصيتي.			

			فقدت إهتمامي بالآخرين ولم تعد تشغلني أمورهم.	37
			لم يعد هناك ما يمثل الكثير من البهجة بالنسبة لي.	38
			يبدو أن الآخرين يفضلون الإبتعاد عني.	39
			أبتسم بصفاء الذهن وحدة الإدراك.	40



جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد - باتنة 2  
مخبر العلوم التكنولوجية للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE)



MOSTEFA BENBOULAI D BATNA 2 UNIVERSITY  
Laboratory of Technological Sciences for Educational Sports Activities



# مجلة الأوراس لعلوم الرياضة

# Journal of Auras Sports Sciences

العدد  
- 00 -

فيفري 2023

المجلد  
- 01 -

VOLUME  
- 01 -

February 2023

NUMBER  
- 00 -

ISSN 2830-9987

ISSN 2830-9987

مجلة علمية محكمة تصدر عن مخبر العلوم التكنولوجية  
للنشاطات الرياضية التربوية (LSTASE)

Refereed scientific journal published by the Laboratory of Technological  
Sciences for Educational Sports Activities (LSTASE)

✉ journal.lstase@univ-batna2.dz 🌐 www.univ-batna2.dz ☎ 0021333230155

✉ journal.lstase@univ-batna2.dz 🌐 www.univ-batna2.dz ☎ 0021333230155