

## مادة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي من منظور جزائري.

### فحصي محمد رياض جامعة الجزائر 3

#### الملخص

يندرج مقالنا هذا في إطار محاولة لتحديد منظور التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي في جزائر الحاضر، من خلال الرجوع إلى الخلفيات التاريخية والنظرية والفلسفية والدينية لهذه المادة ببلادنا. كما يعد أيضا منطلقا لدراسات وبحوث مستقبلية الغرض منها مواكبة ركب تيارات إصلاح المنظومة التربوية الشاملة الذي أكد في الأونة الأخيرة على ضرورة مراجعة فلسفتها ببرامجها وطرق التدريس بها، كي تتأقلم مع التغييرات السريعة التي تحدث في المعمورة، وكذا لمواجهة الاستعمار الحديث المتمثل في العولمة التي تعمل على توحيد جميع إيديولوجيات العالم، قصد قولبتها في نموذج واحدة مهيمن.

**الكلمات المفتاح:** التربية البدنية والرياضية، إسلام، التعليم الثانوي، التلميذ، الرياضات.

#### Résumé :

Notre modeste article s'inscrit dans une optique d'approche de délimitation des propriétés du modèle actuel de l'éducation physique et sportive dans le cycle d'enseignement secondaire de l'Algérie d'aujourd'hui, en nous référant aux arrières plans historique, théorique, philosophique et religieux de cette matière d'enseignement dans notre nation. Notre présente contribution se veut aussi un point de départ de futures études et recherches visant à rejoindre le courant de réforme du système d'enseignement global qui insisté dernièrement sur la nécessité de réviser sa philosophie, ses programmes ainsi que ses méthodes d'enseignement, en vue de l'adapter avec les vertigineux changements qui se sont produit sur la planète, et en vue aussi de faire face an nouveau colonialisme incarné dans la mondialisation qui vise à unifier toutes les idéologies du monde, dans le but de les fondre dans un modèle unique dominant.

#### مقدمة :

إن الجزائر واصلت بعد الاستقلال في الرجوع إلى التعليمات الرسمية الفرنسية إلى غاية سنة 1967. وبعد ذلك لم يعد من الضروري الكلام عن فرنسا كمصدر لاهتمام الجزائر بتطوير مستواها في الأداء الرياضي، علما أن الرياضة صارت بفعل العولمة، تحلل الصدارة على جميع النشاطات البدنية، وفي جميع أقطار العالم دون أي استثناء، تحت زعامة الفيدراليات الرياضية الدولية المتوقعة في أغلبيتها في أوروبا، مما زاد في شعبية ألعابها ونشاطاتها. كما أن ذلك أدى إلى الذوبان التدريجي لمادة التربية البدنية والرياضية في تيار " الرياضة " الجارف لكّل ما من شأنه الاهتمام بالحركة البدنية لدى الإنسان؛ حتى أن ذلك أصبح يهدد وجود التربية البدنية والرياضية كمادة تربوية (Parlebas, P., 1986, p.8)، حيث أن كون جانبها التعليمي صار في محتوياته مطابقا لتعليم الألعاب والنشاطات الرياضية التابعة للفيدراليات الرياضية الدولية من حيث

الشكل والمضمون، مع وجود اختلاف على مستوى الأهداف، لا طالما كان مصدرا للتشكيك في مصداقية التربية البدنية والرياضية. مما جعل هاته الأخيرة، وكأنها تجبر جبرا لأن تصير امتدادا للميدان الرياضي في المؤسسات التعليمية. أما عن الألعاب البدنية التقليدية الجزائرية، فقد صارت مهمشة إلى حد جعلها مجهولة تماما، مما أدى بها إلى الضياع والاختفاء، لتترك مكانها دون منازع للرياضة العالمية الهوية.

وقبل الخوض في الأغراض من التربية البدنية والرياضية في الجزائر، لا يفوتنا التذكير بأن الجزائر دولة وشعبا، مرت بفترة ولاء لحكم دمشق العربي الإسلامي، قبل دخول الاستعمار الفرنسي. مما قد أثر حتما على المنظور الجزائري للتربية البدنية والرياضية قبل وبعد الاستقلال. كما أن ذلك يظهر من خلال احتواء الأداء الرياضي الجزائري نفسه على نوع من الأصالة، رغم كون مدارسه الرياضية أجنبية عن التراث البدني الجزائري. ولذلك ارتأينا أن نورد بإيجاز بعض ما جمعناه عن ضروب الثقافة البدنية في عصور الحضارة العربية الإسلامية، التي كانت عاصمتها السياسية دمشق السورية أو الشام سابقا.

### 1- عن ضروب التسلية لدى العرب من سنة 01 هجري إلى سنة 656 هـ (الموافق لسنة: 622 ميلادية إلى 1258 م).

لقد شغل العرب أوقات فراغهم ببعض ضروب التسلية، وعلى صدارتها الصيد وسباق الخيول، حيث أن خلفاء بني أمية كانوا مولعين بالصيد نظرا لفوائده العديدة، إذ كان يرمي إلى تعويد " العساكر على الركض والكرّ والفرّ والعطف "، وتمريدهم على الفروسية وإدمانهم على الرمي بالنشاب والضرب بالديبوس والسيف. كما كان يهدف الصيد أيضا إلى اعتياد السفك والقتل، وكذلك إلى تهدئة الميلالة بإراقة الدماء وغضب النفوس. كما كانت ترجي منه فوائد صحية أخرى، باعتبار أن حركته الرياضية كانت تعدّ كعون على الهضم وعلى حفظ المزاج؛ ومن ذلك فضل لحم الصيد على باقي اللحوم لدى العرب باعتباره يزيد في حرارة الإنسان.

إن سباق الخيول أيضا، كان يعتبر أهمّ تسلية لدى الشعب العربي في جميع طبقاته، حتى أن الأميرات كنّ يتدربن على ركوب الخيل ويشاركن في السباقات الرسمية. ومن أنواع التسلية البدنية أيضا عند العرب الكرة، حيث كانوا يتدافعونها بعودين، فيرمي الصبي بالقلة في الهواء ثم يضربها بمقلاة في يده. (حسن إبراهيم حسن، 1964، ص ص 548-549).

أما في العصر العباسي الأول ( 132 هـ إلى 232 هـ )، فكان من أنواع التسلية، لعبة الكريكت والتنس التي يسمونها لعبة "القراح". أما النساء فكانّ يمارسن الرمي بالسهم. كما أن الصيد وسباق الخيول كانا حاضرين في كلّ عصر (حسن إبراهيم حسن، 1964، ص ص 445-446)، ولم تتضاءل أهميتهما، إلى غاية جعلت الفقهاء في العصر العباسي الثاني (232 هـ إلى 447 هـ)، يبيحون سباق الخيول، على أن لا يكون وسيلة للحصول على المال، لما في هذا اللون من الرياضة من تهينة للشعب لركوب الخيل استعدادا للحروب. والسباحة أيضا كانت من أهمّ أنواع التسلية لدى العباسيين، حيث أن في عهد الخليفة المستكفي (333 هـ إلى 334 هـ)، انهمك شباب بغداد في تعلمها، لدرجة أن السباح منهم كان يسبح وعلى يده كانواون فوقه قدر، بحيث يواصل السباحة حتى ينضج اللحم. واشتهر

الشبان أيضا آن ذاك بممارسة المصارعة. ومن الألعاب التي كانت تمارس من طرف العرب العباسيين، ضرب الكرة بالصوالج؛ وهي لعبة معروفة عند الإنجليز باسم رياضة " البولو Polo "، وهي تشبه كرة القدم (حسن إبراهيم حسن، 1964، ص ص 460-461).

فمن خلال كل ما تناولناه بالذكر من ضروب التسلية لدى العرب في زمان الحضارة الإسلامية، نلمس جليا أنّ الغرض من أغلب ممارساتهم البدنية والرياضية كان التحضير القتالي، نظرا إلى أنّ العهد كان عهد فتوحات وردود للعدوان الخارجي.

إنّ الشعب الجزائري، باعتباره شعب " مسلم وإلى العروبة ينتسب "، امتاز أيضا، حتى فجر دخول فرنسا إلى الجزائر، بممارسات بدنية ورياضية مماثلة لتلك التي رأينا لدى العرب، نذكر منها سباق المشي والجري والصيد وسباق الجمال والخيول واللعب بكرة العصا أو " المطرف" وغيرها من ضروب التسلية الجزائرية. ولكن سرعان ما منع المستعمر ممارستها على الجزائريين نظرا لقلقه من طابعها الحربي؛ ذلك أنّ الإدارة الفرنسية كانت تعلم أنّ الجزائريين باعتبارهم مسلمين، لا يقومون بأيّ عمل أو ممارسة أيّا كانت دون أن تكون مسبقة بخلفية دينية، بموجبها إصدار الحكم الشرعيّ عليها. ممّا يوضّح سبب قلق فرنسا من ممارسة الجزائريين البدنية، وبالتالي من أغراض التربية البدنية والرياضية من منظور إسلامي، باعتبار أنّ الإسلام دين الشعب الجزائري، قبل وأثناء وبعد الاحتلال الفرنسي للجزائر.

## 2- عن الأغراض من التربية البدنية في الإسلام.

إنّ التربية في الإسلام الذي هو دين الدولة الجزائرية، هي تنشئة الطفل وتكوينه إنسانا متكاملا من جميع نواحيه المختلفة، الصحية والعقلية والروحية والأخلاقية، في ضوء المبادئ التي جاء بها الإسلام، وبالأساليب والطرق الشرعية (إبراهيم سليمان الكروي وعبد التوّاب شرف الدين، 1984، ص. 422).

إنّ الإسلام، مثل ما اهتمّ بالجانب الروحي والعقلي في الإنسان، فإنه عنى كذلك بالجسم وصحته وقوته، حيث شجّع المسلم على رعايته وترقيته. ويتجلى ذلك في قول الرسول صلى الله عليه وسلم: "المؤمن القوي خير وأحبّ عند الله من المؤمن الضعيف، وفي كلّ خير". [رواه مسلم]. فلذلك أمر الإسلام بالاعتناء بالجسم من حيث نظافته وصحته، وكذلك مأكله وملبسه. كما أمر بإعطائه القسط المناسب من الراحة بعد العناء والتعب. ويتجلى ذلك في قوله صلى الله عليه وسلم: "...إن لبئسك عليك حقا..." [رواه البخاري]. وعنى الإسلام أيضا بإعداد المسلمين بدنيا، ليكونوا قادرين على الدفاع عن وطنهم وأمتهم وأعراضهم، ولكي لا يتقاعسوا عن الجهاد في سبيل نشر رسالة الحقّ (فرغلي جاد أحمد، 1986، ص. 152).

وما اهتمّ المسلمون بالإعداد البدني إلا استجابة لأمر الله عز وجل، حيث يقول سبحانه وتعالى: " وأعدّوا لهم ما استطعتم من قوّة ومن رباط الخيل ترهبون به عدو الله وعدوكم " (القرآن الكريم، سورة الأنفال، الآية 60، 1405هـ). ففسّر رسول الله صلى الله عليه وسلم القوّة بقوله: " ألا إنّ القوّة الرمي "، فكررها ثلاثا [ رواه مسلم وغيره]. (محمد محيي الدين عبد الحميد 1987 م، ص. 101). ويقول سيّد قطب رحمه الله في تفسيره لهذه الآية الكريمة،

بأنّ المسلمين مكلفين بأن يكونوا أقوياء إلى أقصى حدّ من طاقتهم، بحيث لا تقع العصبة المسلمة عن سبب من أسباب القوّة يدخل في وسعها. كما يوضح أنّ النصّ القرآني يشير هنا إلى أنّ الغرض من إعداد القوّة، هو إلقاء الرعب والرهبة في قلوب الأعداء. كما يؤكد سيّد قطب أنّ الآية الكريمة دعوة مطلقة إلى الاستعداد بجميع أنواع القوّة الممكنة ممّا قد لم يُعلّم بعد (سيّد قطب، 1990، ص. 1544). ومعلوم لدى العامّ والخاصّ من الناس أنّ الإحساس بالألم الجسمي والجروح البدنيّة ونزيف الدماء وبتتر الأعضاء، من الحوادث العاديّة الملازمة للقتال. كما أنّ فقد الأهل والأحبّة والأصحاب وتهدّم الأحياء والمدن من مخلفات الحروب أيضاً. كلّ هذه الحوادث والأحداث المأساويّة تترك في النفس البشريّة التي اجتازت هذه التجارب، ألما شديدة تجعلها عند معاودة الكرّة تتوقع حدوث نتائج مماثلة لسابقتها إذا انتاب هذه النفس اعتقاد مرضيّ بأنّ قواها أضعف من قوى أعدائها؛ ممّا يؤدّي بها إلى الارتباك والندم والحسرة عند دخولها الوعى. وتكون نتيجة ذلك الاعتقاد إمّا الفرار قبل المعركة وإمّا الهزيمة. وردّ فعل كهذا يدعى في علم النفس المرضي بالقلق، وهو مختلف عن الخوف الذي يدفع بالمرء إلى الحذر والتأهب للدفاع عن نفسه. أمّا في حالة القلق، فيشعر الفرد بخطر يتهدّده، وبالموازاة ينتابه شعور بالعجز أمام هذا الخطر (مجدي أحمد عبد الله، 1996، ص. 44). ولتقطين المؤمنين لهذه الحقيقة، يقول الله سبحانه وتعالى في محكم تنزيله حاثاً إيّاهم على المبالغة في الظهور أقوى من أعدائهم قبل المعركة: " وأعدوا لهم ما استطعتم من قوّة ومن رباط الخيل ترهبون به عدوّ الله وعدوكم... " حيث أن قوله تعالى: " ترهبون به عدوّ الله وعدوكم... " (القرآن الكريم، سورة الأنفال، الآية 60، 1405هـ). تأكيد بأنّ " توقع الخطر" يثير " القلق والشعور بالألم " في النفوس البشريّة المريضة أو المعاندة أو الظالمة. فلذلك أمر الله سبحانه وتعالى المؤمنين أن يستعدوا بأقصى ما لديهم من جهد وتدريب وعدّة وعتاد، بحيث عند النقاء الجمعان وإظهار المسلمين لقوتهم وشدة بأسهم من خلال ما سيّبدون من إمكانيات بشريّة وماديّة، سيزرعون الرعب في قلوب أعدائهم والرعدة والارتباك في قلوبهم، ممّا سيدفع بهؤلاء إلى التخاذل عن ملاقاتهم، وبالتالي العدول عن قتالهم أو الهزيمة من شدة القلق. ولكن ماذا إذا كان أعداء المسلمين أكثر عدداً وعتاداً، فهل سيستسلم المؤمنون للحسرة والندم؟ أجابنا القرآن على هذا السؤال من خلال قول الله تعالى: " ...كم من فئة قليلة غلبت فئة كثيرة بإذن الله... ". فنرى من خلال النصّ القرآني كيف أنّ الله يزيح الالتباس والهواجس والأوهام من نفوس المؤمنين بشدّ همهم وحثهم على الصبر على الآلام لقاء الجوائز العظام. وفي ذلك يقول تعالى: " ولا تهنوا في ابتغاء القوم إن تكونوا تألمون فإنهم يألمون كما تألمون وترجون من الله ما لا يرجون وكان الله عليماً حكيماً " (القرآن الكريم، سورة الأنفال، الآية 104، 1405هـ). أي تتحملون الآلام وتعلمون أنّ عدوكم الكافر يتألم أيضاً مثلكم، ويخشى الموت الذي يعني النهاية بالنسبة له. وما يدفعه لقتالكم إلا الجهالة والتكبر والحقد التي هي في حدّ ذاتها أمراض نفسيّة، ويريد الانتقام لنفسه، وأنتم تتحركون لأجل إعلاء كلمة الله وفي سبيل نصرته دينه ونبيّه صلى الله عليه وسلم. فإن انتصرتم تغضون، وإن قتلتم تتعمون بالشهادة في سبيل الله والجنة (الزعبلاوي محمد السيد محمد، 1998، ص ص 51-52).

ولم يكتف الإسلام بالحث على الاستعداد البدني، بل أمر أيضا بوضع برامج للتدريب الرياضي والعسكري بهدف تحقيق قوة المسلمين البدنية والعسكرية، وللإستعداد لملاقاة أعداء الإسلام والإنسانية. ويتضح ذلك من خلال قوله صلى الله عليه وسلم: "سيفتح عليكم أرضون، وكفيكم الله. فلا يعجز أحدكم أن يلهو بأسهمه" [ رواه مسلم وغيره ] (محمد محيي الدين عبد الحميد 1987 م، ص. 103)، حيث كان رسول الله "ص" يحث المسلمين على المسابقة في الرمي بالسهام، باعتبار أنّ ذلك رياضة مفيدة. ويتجلى ذلك في قوله "ص": " ارموا بني إسماعيل، فإن أباكم كان راميا، وأنا معكم مع بني فلان "، فأمسك أحد الفرقيين بأيديهم، فقال "ص": "ما لكم لا ترمون ؟"، فقالوا: يا رسول الله، نرمي وأنت معهم ؟ فقال "ص": " ارموا وأنا معكم كلكم" [ رواه البخاري ] (وزارة التعليم الابتدائي والثانوي 1976، ص. 164). ومن علماء الإسلام من ذهب إلى أنّ الصلاة نفسها زيادة على كونها صلة بين المسلم وخالقه، أنها أيضا تربية صحيّة ورياضة بدنيّة، وحجتهم في ذلك دقة وجمال حركاتها وسكناتها، وما يسبقها من غسل ووضوء وطهارة الثوب والمكان، بحيث أنّ كلّ ذلك يحفظ للمسلم صحته، وأنّ الصلاة بذلك تعمل على سلامة بنية الجسم (فرغلي جاد أحمد، 1986، ص. 173). ممّا يبرز أنها منهج سبق النظم الصحيّة الحديثة التي اهتمت مؤخرا بحفظ صحّة الإنسان، وبوقايتها من الأمراض (أحمد حصري، 1968م، ص. 148).

فمن خلال كلّ ما ورد من أحاديث نبويّة شريفة عن وجوب الاستعداد البدني للمسلم، يتضح لنا جليّا أنّ التربية البدنيّة والرياضيّة من سنن الإسلام، حيث أنها تعودّ الطفل على النشاط والحيويّة، وتساعد على أن يشبّ قويّ البدن، وأقدر على القيام بواجباته، وعلى أداء رسالته، حيث أنّ رسول الله صلى الله عليه وسلم أمر الوالد بالاعتناء بتربية ولده، نفسيا وبدنيا في قوله "ص": "حقّ الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة والسباحة والرماية، والأ يزرقه إلا طيبا. " [ رواه الترمذي ] (وزارة التعليم الابتدائي والثانوي 1976، ص. 164).

كما يتفق جلّ علماء الإسلام على أنّ التربية البدنيّة والرياضيّة، من أهمّ الوسائل النافعة التي وضعها الإسلام في تربية أفراد المجتمع الإسلامي جسميا، وتكوينهم صحيا. كما دعوا إلى الإعداد الصحيّ وإلى التكوين الجسمي للولد حينما يعقل (عبد الله ناصح علوان، 1981، ص. 887). ذلك لأنّ رجال الفكر التربوي في الإسلام، كانوا يدركون أنّ من طبيعة الطفل أن يكون نشيطا وكثير الحركة، ففرّروا تغذية هذه الطبيعة الإيجابية فيه، خاصة وأنّ أوقات فراغه الواسعة تسمح بذلك، حيث يتجلى هذا الاهتمام في موقف "الغزالي"، الذي قرّر بأنه ينبغي أن يؤدّن للطفل، بعد الانصراف من الكتاب، أن يلعب لعبا جميلا يستريح به من تعب الكتاب. كما أكد أنّ منع الصبي من اللعب، وإرهاقه بالتعليم دائما، يميت قلبه ويبطل ذكائه، وينغص عليه عيشه، ممّا يؤدّي به إلى استخدام الحيلة للخلاص من التعليم أصلا (أبو حامد الغزالي 1980 م، ص. 1477). كما أنّ "الفاروق عمر ابن الخطاب"، رضي الله عنه، نصح المسلمين بتعليم أولادهم السباحة والرماية وركوب الخيل.

مما سلف، نستنتج أربعة أغراض من التربية من البدنيّة والرياضيّة في الإسلام، هي على التوالي (عبد الله ناصح علوان، 1981، ص. 887) :

- 1- تمكين الطفل من قضاء أوقات فراغه في أشياء مفيدة ومبهجة، بحيث تجدد نشاطه وحيويته، واستعداده لمعاودة الدراسة.
- 2- وقاية صحته من الأمراض والأسقام.
- 3- تقوية جسمه وأعضائه، وتغذية نشاطه وحيويته الفطريين.
- 4- تعويد الطفل منذ الصغر، على تمارين الرياضة وأعمال الجهاد، بغرض إعداده عسكرياً.

### 3- فيما يتعلق بمادة التربية البدنية والرياضية : 1-3- فيما يخص مفهوم التربية البدنية والرياضية :

إن عبارة " التربية البدنية *éducation physique* " فرنسية الأصل، ظهرت في النصف الثاني من القرن الثامن عشر الميلادي، حيث كان يقصد بها أن ذاك البحث المشترك بين المدرسة و أولياء التلاميذ عن معايير تخص صحة جسم التلميذ (Pujade Renaud, C.; 1977, p.44)، بمعنى أن الغاية المرجوة منها كانت تتمثل في تمكين التلميذ من الاستفادة من جسمه عن طريق دفعه إلى تحرير كل طاقاته الجسمية من خلال نشاطات وألعاب بدنية، ثم مساعدته على التنسيق فيما بينها وتنظيمها، وذلك بالطبع لصالح نمو الطفل الجسدي والعاطفي، لجعل شخصيته أقوى وأكثر قابلية على التوافق مع الظروف القاسية للحياة، وأكثر شجاعة على مواجهة المشاكل والحوادث؛ جعل جسمه أقوى وأجمل لصالح سعادته النفسية، وخاصة كذلك تنمية قدرته على التحكم في العالم المادي من حوله. وبصفة أوضح، كان يقصد بمادة التربية البدنية والرياضية في الماضي، وحتى في الحاضر من جهة، تحسين المردودين الكمّي والكيفي للفعل الإنساني ( Loisel E., 1974, p.17 )

وبعد ذلك عوضت عبارة التربية البدنية بكلمة " جمباز *gymnastique* "، فانتقلت بذلك التربية البدنية إلى عصر عسكري بقيادة الضابط " أموروس *Amoros* " <sup>1</sup>، حيث استعملت ضمن الجيش الفرنسي كوسيلة للتحضير البدني لأهداف قتالية حربية، ثم عادت تدريجياً في بداية القرن العشرين بتسميتها القديمة " التربية البدنية " بمراميها الصحية التي تحولت مع مرور الزمن إلى صيغة بيداغوجية تأكدت أكثر في عصرنا الحاضر، والتي على خلاف سابقتها، أدخلت التربية البدنية والرياضية حالياً في متاهة الصراع بخصوص تعريفها و تحديد أهدافها وتعيين جانب تأثيرها في التلميذ. (Claude, Prévost, M. ; 1991, p.76) أمّا بالنسبة لكلمة " جمباز "، فلم تختف و لكن بقيت لترمز إلى الجمباز العصري الحالي، المتمثل في رياضة فردية ذات فيدرالية دولية، حيث أن النصوص الفرنسية ميّزت بين رياضة الجمباز والتربية البدنية والرياضية لكي لا يحدث خلط بينهما (Pujade Renaud, C.; 1977, p.17) باعتبار أن الجمباز الرياضي أو أي نشاط

<sup>1</sup> " أموروس *Amoros* " (1770-1848) من أصل إسباني ومتحصل على الجنسية الفرنسية، وهو مؤسس الجمباز في فرنسا. قدّم عبر كتاب له عن التربية البدنية، قائمة شاملة للتمرينات وكذلك بطاقة فيزيولوجية للتلميذ، ونوه أيضاً على ضرورة اعتماد الأساتذة في تعليمهم البدني على علم التشريح والفيزيولوجيا والموسيقى. كما اقترح طريقة متكيفة مع جمباز مدني ومهني وعسكري وطبي (Magakian، 1976، p14).

بدني أو رياضي آخر، يعتبر من ضمن الوسائل التي تستخدمها مادة التربية البدنية والرياضية لبلوغ الأهداف الخاصة بها. (Benaki, M.A, 1995, pp. 181-182) إن خصوصية غايات مادة التربية البدنية والرياضية تشكل موضوع جدال لم ينته إلى يومنا هذا، ذلك أنّ عددا كبيرا من الأهداف يسند إلى هذه المادة، أين يتعلق الأمر بالتكوين الأخلاقي والاجتماعي والجمالي والذهني، حتى أنّ التكوين البدني كاد يكون إلا هدفا ثانويا؛ فكلّ هاته التعاريف الخاصة بالأهداف التي تسند إلى مادة التربية البدنية والرياضية تدعو إلى الإستحسان والتفاؤل، ولكنها في غالب الأحيان تكون زائدة التحمس والتسرّع، لأنها تضيف على مادتنا بنية موسوعية "encyclopédique" تبعدها عن الموضوعية والجدية، كما قد تهدّد مصداقيتها كمادة تربوية وتعليمية في أن واحد. (Jean Leboulch, 1977, pp. 43-44). هناك أيضا القول المشهور بأنّ مادة التربية البدنية والرياضية تتوجّه إلى الفرد بمجمله، بمعنى أنها تساهم في التكوين الكلي للشخصية لدى التلميذ، لاسيما في تفتيح مستوياته العاطفي و المعرفي والإدراكي والطاقي والمورفولوجي. يبقى دائما اتجاهنا نحو هاته الإدلاءات، اتجاه إعجاب وتفاؤل، ولكن إذا كانت التربية البدنية والرياضية تتناول بالعناية كلّ مزايا و أبعاد الكائن البشري من خلال أعمال جسمه، أليس ذلك تلميح أو ادعاء بأنّ للتربية البدنية والرياضية القدرة بمفردها على تحمّل كامل المهمة المسندة إلى المنظومة التربوية الشاملة؟ (Baluteau, F., 1993). فمن ذلك يتبيّن لنا أنّ الأرضية التي يجب أن تقوم عليها بنية التربية البدنية والرياضية من المفروض أن تعتمد على أسس علمية وليس على إدلاءات مجانية، وذلك لتفادي الوقوع في التناقضات والجدال اللذين يجتاحان حاليًا مادتنا، لاسيما فيما يتعلق بتحديد أهدافها (Leboulch, J. ; Op, Cit, 1977, pp. 43-44) وبالتالي وبناء على ما سلف، يتضح لنا جليًا أنّ أزمة التربية البدنية والرياضية تتعلق بهويّتها، ذلك لأنها تظهر وكأنها مجزأة إلى عدد كبير من التصورات، خاصّة وأنّ المجال الرياضي طغى عليها إلى غاية التطابق معها، ممّا يجعل البحث عن خصوصية لها رغم صعوبته أمرا ضرورياً وحيويًا، وقد لا يتمّ ذلك إلا في محيطها الطبيعي والأصلي المتمثّل في الوسط التربوي، (Benaki, 1995, p. 176) حيث ضمن هذا الأخير، لا شك في أنها تساهم في المحافظة على صحّة التلميذ، كما أنها تقدّم له في نفس الوقت مناسبة للترفيه عن نفسه، وهي أيضا تمدّ التلميذ بذوق ممارسة مختلف النشاطات الرياضية والبدنية، دون أن ننسى مساهمتها في توازن التلميذ النفسي، و مساعدتها له على التوافق في محيطه الاجتماعي-الثقافي الذي ينتمي إليه (Marsenach, J. ; 1980, p.7). فكلّ هاته الفوائد التي يتحصّل عليها التلميذ داخل المحيط التربوي من خلال التربية البدنية والرياضية، بإمكانه نبيلها أيضا خارج إطاره، أي عبر الممارسة الرياضية الترفيهية أو التنافسية الخارج مدرسية. هنا يُطرح من جديد مشكل تكوين أستاذ التربية البدنية والرياضية، بمعنى كفاءته المهنية، حيث أنه في البداية، كان إطارا عاما "généraliste" مهمته الأساسية تتمثّل في تنمية لدى التلميذ، عددا من الصفات التي تمكنه من الاندماج في الحياة الاجتماعية، وفي الوقت نفسه، تحسين مستواه الصحيّ. وبفعل انتشار النشاطات البدنية والرياضية في مجتمع من خلال رياضة المنافسة ورياضة الترفيه، تحتم على المسؤولين الرسميين القائمين على شؤون التربية البدنية والرياضية مراجعة محتوياتها، ذلك أنّ بفعل التطور السريع لرياضة المنافسة، أصبح تناول المهارات الرياضية يتمّ

بطرق و تكنولوجيات حديثة ودقيقة وعلمية، ضف إلى ذلك تنوع وتعدّد المجالات الرياضية اللذان انجرا عن ذلك، ممّا يجعل التلميذ خاصّة و الفرد من المجتمع عامّة يتساءلان إذن عن الهدف من مادّة التربية البدنية والرياضية. وبما أنّ أستاذ التربية البدنية والرياضية يستخدم المهارات الرياضية في حصّته، تحتم عليه إذن أن يصير تقني متعدّد التخصصات الرياضية، فجعل يركز جهده في التحكم في الوسائل التي يستخدمها في مادّته، عبر مطالعته للمنتجات المكتيبة الرياضية، بحيث يتابع ويترصّد كلّ جديد يطرأ على المهارات الرياضية. ولكن مع التشعب الكبير لها، صار أستاذ التربية البدنية والرياضية غير قادر على ضمان مهمة المعلم-المُرشد الرياضي بكفاءة عالية، ذلك أنّ تعدّد التخصصات غريب عن مهن المجال الرياضي الخارج-مدرسي، حيث أنّ التخصص هو الكفيل بضمان تحكّم الإطار الرياضي في مجال المهارة التي يلقنها، كما أنه من شروط نجاحه في عمله. وبالتالي وجد أستاذ التربية البدنية والرياضية نفسه مورطاً في مهمّة وهمية ومستحيلة في الوقت نفسه، قد أقم نفسه فيها، وحتى الجهود الكبيرة التي يبذلها في سبيل النجاح فيها أضحت ضده، حيث يستعملها تقنيو الرياضة من ممرّتين ومدرّبين رياضيين ومرشدين تابعين للقطاع الفيدرالي، للتشكيك في كفاءته المهنية. و من جهة أخرى، مطالبة أستاذ التربية البدنية والرياضية بتكوين متخصص تقفّل الدائرة بخصوص أزمة هوية مادّته وتأكدها، حيث أنّ التخصص في مجال التربية البدنية والرياضية معناه تطابقها مع رياضة المنافسة، ممّا يعمق من تناقض دور التربية البدنية والرياضية المدرسي. نتيجة لذلك، صار أستاذ التربية البدنية والرياضية حالياً، غير قادر على التفرّع لا لمهمته كإطار عام " Généraliste " المتمثلة في تكوين رجال قادرين على الاندماج في الحياة الاجتماعية، ولا لمهمة تقني متعدّد التخصصات الرياضية، والتي يرجو من خلالها المساهمة في تكوين أبطال المستقبل.(Pierre Arnaud, 1983, pp. 14-15).

ولذلك كان لا بدّ من إيجاد مبررات أخرى أقوى من التي ذكرنا من قبل، بحيث تربط التربية البدنية أكثر بالوسط التربوي باعتباره مجالاً يكثر فيه الكلام عن التكوين الذهني أو العقلي؛ حيث قامت بعض الأطراف التربوية بمحاولات لتبرير وجود التربية البدنية والرياضية في الوسط التربوي، ولكنها فرضت بالموازاة على هذه المادّة التعليمية خدمة ضروريّات التحصيل العقلي والذهني والمعرفي مقابل ذلك(Denis, D.; 1974). فعلى هذا الأساس أرادت المدرسة الفعّالة " *L'école active* " أن تميّز التربية البدنية والرياضية عن النشاطات الرياضية الترفيهية الخارج-مدرسية بتأكيدا على أنّ الثراء الحركي الذي يقده الوسط التربوي من خلال المحتوى المتنوع لبرنامج نشاطات مادّة التربية البدنية والرياضية، يعود بالفائدة على الذكاء الإنعكاسي " *Intelligence réflexive* " للتلميذ بتنميته. كما صدرت محاولات أخرى في نفس الصدد متمثلة في أطروحتي الجسم المعبر " *Corps expressif* " والجسم اللغة " *Corps langage* "، حيث أنّ هاذين النموذجين يستوحيان طرفهما ونظريّتهما من مدرسة التحليل النفسي، ويحاولان تطبيقها على أرض واقع التربية البدنية والرياضية. 1995, p. (Benaki 156). وهذا يستجيب نوعاً ما لمطامح بعض بيداغوجيي مجال التربية البدنية والرياضية الذين كانوا ولا يزالون يحملون بالتحوّل إلى علاجيين " *Thérapeutes* "، بمعنى اتخاذ مسلك طبّي تحت غطاء بيداغوجي.

(Claude, Prévost, 1991, p.76).

من أبرز ما ظهر من نظريات و أعمال في هذا الصدد، ما توصل إليه " Pierre Parlebas" (1977)، حيث يرى بأنّ على التربية البدنية والرياضية أن تحدث قطعة جذرية مع التعاريف القديمة مثل تلك التي تجعل منها وسيلة للتحضر العسكري والحربي، أو التي ما تجد لها من مصداقية سوى محافظتها على صحة المكنة الفيزيولوجية، كما يضيف أنّ عليها أيضا أن تتخلص من صفة " نشاط اللهو و الترويح". فبالنسبة لـ " Parlebas"، إنّ التربية البدنية يجب أن تُخترع من جديد دون الاعتماد على الماضي، لأنّ في عصرنا الحاضر يقول، علوم كثيرة مثل البيولوجيا و علم الوراثة والفزيولوجيا العصبية و علم النفس والتحليل النفسي، تأكد كلها أثر تربية حركية معينة على مختلف أبعاد الشخصية العاطفي منها أو الانفعالي أو الإبداعي على حدّ سواء (Serge Beoche, 1982, p.12). حماس واندفاع " Parlebas" يعودان إلى كونه توصل إلى نتيجة فيما يخص إيجاد شيء يكون خاصا بالتربية البدنية والرياضية دون غيرها، بحيث يميّزها على باقي الميادين التي تشبهها أو تتشبه بها، حيث أنه أدرج مفهوم جديد سمّاه " بيداغوجية التصرفات الحركية *pédagogie des conduites motrices*" فمن خلال هذا المفهوم تصير التربية البدنية والرياضية حسب " Parlebas" لغة اتصال، بمعنى أنه من خلال بيداغوجية تفاعل بين أفراد القسم وتبادلهم العلاقات، أين تكون مخاطرة التلميذ حرة بحيث يمكنه التحكم فيها، وعبر تعبير جسدي وحركية تستمدّ من منظور جديد للنشاطات البدنية، تصير التربية البدنية والرياضية ذات جودة تربوية لا تترك مجالاً للجدال (Serge Beoche, 1982, p.15). ذلك أنّ " Parlebas" يصنف على سبيل المثال الرياضات الجماعية للفيدراليات "Sports collectifs de fédérations" على أنها ممثلة " لنموذج التحدي"؛ فهي حسبها في مجملها تعبر إلا عن واحد من العديد من نماذج المواجهة التي تقدّمها الألعاب التقليدية، بحيث أنّ هذه الأخيرة تستثير زيادة على الرياضات الجماعية لدى التلميذ، أشكالاً عديدة ومتنوعة للتعبير والاتصال (Zimmermann, D., 1977, pp. 145- 146).

إنّ توظيف " Parlebas" الجديد للنشاطات الرياضية و البدنية عامّة يجعل حسبها من التربية البدنية والرياضية مجالاً للإبداع الحركي، ذلك لأنّ ممارسة النشاطات البدنية الرياضية عبر بيداغوجيته يقول، تكون مفتوحة انفتاحاً واسعاً على مبادرة التلميذ واختراعه وخياله (Serge Beoche, 1982, p.13)، فينجر عن ذلك سرور ومتعة النجاح اللذان يحرران الطاقات ويثيران الذكاء ويمكنان لتفتح شخصيت (Sillamy, N.; 1967, p.15). كما يضيف " Parlebas" أنه على التربية البدنية والرياضية أن تتجنب التطابق مع النشاطات الرياضية التي ما تشكل إلا مظهراً خارجياً لها، وتعتمد على " منطقها الداخلي *logique interne*" كمادة تربوية، لكي تتمكن من تحديد مشروعها التربوي بدقة (Prévost, Claude, M., 1991, p.55). وفي هذا الصدد يشير الدكتور " بن عكي" (1995) إلى ضرورة إعادة التفكير في علاقة النشاطات البدنية والرياضية الممارسة في الوسط التنافسي الخارج-مدرسي، بالنشاطات البدنية الممارسة في الوسط التربوي المدرسي، بحيث أنّ أهدافه الأخيرة يجب أن تكون وثيقة الارتباط بالتربية البدنية والرياضية باعتبارها تعليماً أو بيداغوجية تلتقي فيها ممارسة النشاطات اللعبية مع ممارسة الجهد البدني المركز، بهدف تدعيم تفتح

التلميذ المراهق على مستوى البعد النفسي-الاجتماعي-العاطفي-181، 1995، pp. (Benaki, M.A. 182).

" أولمان Ulmann " من جانبه، يعتقد أنّ الأفكار في مادة التربية البدنية والرياضية تهمّ أكثر من الحركات؛ بمعنى أنه يعتبر التربية البدنية والرياضية نظاما تعليميا، وفي الوقت نفسه طريقة بيداغوجية مهمتها الرئيسية تتمثل في استنساخ لدى التلاميذ الاتجاهات الاجتماعية والقيم الثقافية للمجتمع. ممّا يجعل المنظومة التربوية في هذا السياق حسبه، تعمل كجهاز للرقابة الاجتماعية بقصد التحكم في المجتمع، حيث يضيف بأنّ المنظومة التربوية لا تكتفي بتلقي محتويات قيم معينة، بل تتعدى ذلك إلى تكييف الأفراد على عدد من أصناف التفكير وردود الأفعال العاطفية. (Benaki, M.A. 1995, p.157). إنّ رأي " أولمان " هذا، يتفق كثيرا مع آراء أنصار المدرسة الاجتماعية الشاملة، حيث أنّ هاته الأخيرة تعتبر التربية عنصرا من النظام الاجتماعي الشامل، و تحاول دراسة العلاقات الوظيفية التي تجمع بين مختلف المؤسسات الاجتماعية الشاملة، كالمدرسة والكنيسة والقانون والدولة في تفاعلها مع المجتمع الشامل، كما أنها لا تهتمّ بتمرير المعارف بقدر ما تهتمّ بعملية ترويض الجيل الصاعد وجعله يستبطن القيم السائدة في مجتمعه (أحمد شبشوب، 1991، ص.271). ويقول " **Althusser** ألتوسر " (1971) في هذا الصدد: " ماذا يتعلم الفرد داخل المدرسة؟ إنه يتعلم المعارف والمهارات... لكنه يتعلم بمناسبة تدريبه على هاته المعارف والمهارات، نوعا من القيم المناسبة للمنصب الذي سيشغله داخل مجتمعه " (la pensé, Juin, 1971, p. 5). إنّ القيم الثقافية والمعايير المتداولة في مجتمع ما قد تفرض اتجاهاتها على النشاطات البدنية لأفراده، تماما مثل ما تفرضها على النشاطات الأخرى، حيث أنّ " **Marcel Mauss** مارسال موس " يقول أنّ كيفية استعمال الجسد من طرف الأفراد تختلف من مجتمع إلى آخر، حسب التقاليد ومكانة الممارسين، فالبعدين الاجتماعي و" العرقي-الحركي **Ethnomoteur** " لتقنيات الجسد هما دائما حاضرا، (Pierre Arnaud, Gérard Broyer, 1988, réimpression 1990, p.32).

وهكذا نخلص إلى أنّ الغايات المرجوة من التربية البدنية والرياضية تكاد لا تعدّ ويصعب حتى تصنيفها. فكما رأينا، بعضها يتعلق بتكوين وتحضير جنود عسكريين ذوي فعالية، أو تحضير عمال أقوياء. وبعضها الآخر يذهب إلى محاولة تكوين أفراد أذكيا و نجباء. وهناك طرف ثالث يعتقد أنه يمكن إعداد أفراد محرّرين و سعداء في أجسامهم عبر التربية البدنية والرياضية. إنّ هذه المرامي المعيارية ذات الطراز الاجتماعي-السياسي، أثرت كثيرا على الممارسات البدنية التي أسست في الماضي وحتى في الحاضر، ولكنها لا تمكن من تعريف التربية البدنية والرياضية، وإلا لكان عدد تعاريف هذه الأخيرة مساويا لعدد الأنظمة الاجتماعية-السياسية القائمة على الساحة العالمية. (Broyer Arnaud p.32, 1990)

وعلى ذلك فإنّ خصوصية " **Spécificité** " التربية البدنية و الرياضية ستبقى مشكلا مطروحا إلى أن يتمّ التحديد الدقيق لمفهوم التربية البدنية والرياضية، لاسيما من جانب مبادئها وغاياتها، ومختلف وسائلها وطرقها البيداغوجية. وكما رأينا، فإنّ التسرّع أثناء البحث عن تحديد خصوصيتها لم يخلُ

من خطر تحميلها لأهداف قد تكون في بعض الأحيان غريبة عن مهمتها في الوسط التربوي. ولكن من جهة أخرى، إذا كانت التربية البدنية والرياضية تطالب بمكانتها كمادة تعليمية، فقد يتحتم عليها أن تخضع " للالتزامات العقلانية للمدرسة *Impératifs intellectualistes* "، ولكن بالمقابل ما يكون لها من خصوصية سوى فيما يتعلق بطرقها وليس بأهدافها (Pierre Arnaud, 1985, p.27. )

### 2-3- عن نشاطات التربية البدنية والرياضية في المرحلة التعليمية الثانوية:

مما تجدر ملاحظته فيما يتعلق بالنشاطات التي تستخدم في مادة التربية البدنية والرياضية في المرحلة التعليمية الثانوية، أنها مطابقة لتلك التي تمارس في القطاع الرياضي الفيدرالي، والتي تتمثل في النشاطات الرياضية أو الألعاب الرياضية الفردية منها والجماعية، بكل ما تتضمنه من قوانين و طرق تعليم و تدريب وأرضيات ممارسة. ولكنها في التربية البدنية والرياضية تطبق بشكل خفيف، أي مكيف مع القليل من الوسائل التعليمية المادية والبشرية المتوفرة في الوسط التربوي، الموضوعه تحت تصرف أستاذ التربية البدنية والرياضية.

أما " الألعاب التقليدية *Jeux traditionnels* " التي تكون تابعة للتراث المحلي أو الوطني الخاص بالثقافة البدنية للمجتمع الكبير، فقلما تستخدم في مادة التربية البدنية والرياضية، وإن حدث أن استعملت، فقط بمناخية تحضير أو تسخين قبل الشروع في ممارسة النشاطات الرياضية، وفي الغالب يستغنى عنها لعدم معرفتها، بالالتجاء إلى ألعاب قصيرة تدعى بالألعاب " ما قبل الرياضية *Jeux pré-sportifs* "، و التي تنجم عن تحويلات تجرى في الألعاب الرياضية بانقاص أو إضافة عدد من القواعد والتقنيات من نشاط رياضي ما. والغرض منها هو التسخين العام أو الخاص والتحضير لمزاولة النشاط الرياضي المستهدف. و في هذا الصدد، لا يفوتنا التذكير بأن عددا من التمرينات الحركية يستخدم أيضا في درس التربية البدنية والرياضية، ويقدم قبل الشروع في تطبيق أو تعلم النشاطات الرياضية، حيث أن الغرض من هذه التمرينات يكون تهيئة العضلات والمفاصل التي سوف تستعمل لتلقى المجهود والحركات، كما يكون أيضا الغرض منها، إكساب جسم التلميذ بعض الصفات البدنية أو النفسية أو النفسية الحركية (بسيوني والشاطي، ، 1982 م، ص.98).

يقصد بالنشاطات الرياضية الجماعية في التربية البدنية والرياضية، الألعاب الرياضية الجماعية التابعة من حيث الشكل والمضمون للفيديريات الرياضية الدولية الخاصة بكل نشاط رياضي أو لعبة؛ كما أن الألعاب الرياضية الجماعية التي تمارس عادة في مادة التربية البدنية والرياضية تسمى برياضات الكرة، نظرا لاحتواء كل منها على كرة خاصة بها<sup>(\*)</sup>. وهي بالتالي تحتوي على عناصر مشتركة بينهما تتمثل في :

**I : قواعد وقوانين خاصة بالعبة :** والتي من واجب كل لاعب احترامها، حيث أن اللعبة الرياضية الجماعية تستلزم وجود قوانين وقواعد تحكمها وتحددها. فمن

(\*) كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، كرة اليد، كرة الهوكي على اليابس، قرص الهوكي على الجليد، كرة الروغبي "Rugby"، كرة الماء "Water" polo، كرة التنس الثنائي أو الزوجي "Tennis par équipe" ...

وجهة نظر قانونية، كلّ فيدرالية ملزمة ببناء قانون تحكيم يمكن اللعبة من أن تصير ذات بناء مؤسّساتي، بحيث يحدّد بدقة كلّ ما هو مسموح به، وكذلك ما هو ممنوع في اللعبة، إلى غاية جعل حركات اللاعب معروفة ومرمّزة واحدة واحدة، وذلك يعني وجود حَكَمٍ قائم على حسن تطبيق هذا القانون (Bayer, C., 1986, p.41).

**II : رفقاء الفريق :** مهمّتهم الصعود بالكرة إلى أرضية الخصم بواسطة تعاونهم وباحترام كلّ واحد منهم لقواعد اللعبة، لاسيما القاعدة المحدّدة للأجزاء التي يسمح للاعب أن يلامس بها الكرة.

**III : خصوم تابعون للفريق الذي يجب هزيمه:** وتكون مهمّتهم الرئيسية متمثلة في التوصل إلى انتزاع الكرة من الفريق الآخر لصالح فريقهم، بغرض بناء هجوم جديد على الخصوم، ودائما مع مراعاة احترام قواعد اللعبة (Bayer, C., 1986, pp. 31-32).

**IV : كرة تكون عادة كروية الشكل :** بحيث تقذف من طرف اللاعب، بالقدم أو باليد أو بواسطة أداة مثل عصى أو مضرب، حيث تكون هذه الكرة محلّ اهتمام اللاعب، وتحفّزه على الحركة، باعتبارها أداة مصارعة و تنافس على امتلاكها، والتحكم فيها في الوقت نفسه زمنيا ومكانيا وتقنيا بغرض تحقيق الفوز (Bayer, C., 1986, p.33).

**V : هدف معدّ للهجوم عليه أو للدفاع عنه:** قد يتخذ أشكالا متنوّعة بحسب النشاط الرياضي الجماعي المقصود، بحث أنّ الهجوم على الهدف يقصد به الفوز على الفريق الخصم عبر تسجيل أكبر عدد من النقاط بحيث يفوق عدد التي يسجلها الفريق الآخر، ويتمثل تسجيل النقطة في التوصل إلى إصابة هدف مادّي معيّن، كإدخال الكرة في الشباك أو في السلة، أو بإسقاطها على أرضية الفريق الخصم مثل ما يحدث في لعبة الكرة الطائرة.

**VI : أرضية تكون واضحة الحدود بحيث تحتضن اللعبة :** وتكون حدودها ترمز إلى المساحة التي يجب على اللاعب أن لا يتجاوزها إذا أراد الاستمرار في السيطرة على الكرة. فعلى هذه الأرضية، يستطيع اللاعب أن ينشط. كما أنّ للأرضية مقاييس معترف بها في الفيدرالية الدولية القائمة على الشؤون تلك اللعبة، و كلّ فريق يجتهد عليها في مقاومة خصمه بغرض السيطرة على الأرضية القريبة من هدف الهجوم التابع للفريق الخصم، أو بغرض الدفاع عن أرضيته و هدفه. (Bayer, C., 1986, p.34).

أمّا النشاطات الرياضية الفردية، فيقصد بها في مادة التربية البدنية والرياضية الرياضات الفردية التابعة من حيث الشكل والمضمون للفيدراليات الرياضية الدولية الخاصة بكلّ نشاط رياضي فردي منها، وهي أيضا تعتبر في مادة التربية البدنية والرياضية تكملة للنشاطات الرياضية الجماعية، لأنّ الأمر يتعلّق برياضة ألعاب القوى " Athlétisme "، والسباحة " Natation "، والجمباز الرياضي "Gymnastique" والتي تحتوي أيضا مثل الرياضات الجماعية على قواعد و قوانين، من واجب ممارستها احترامها.

(Guy, Missoum, 1986, p.56.) وهنا كذلك يكون الحَكَمُ موجودا لمراقبة حسن سير الممارسة واحترام القوانين. كما أنّ لهذه الألعاب ميدان " Piste " يجمع في

الغالب ثمانية أروقة فيما يتعلق بمهارات الجري أو العدو في ألعاب القوى. كما أنّ في نفس النشاط يوجد بما يسمى بالساحة والتي تحتوي على عدد من النشاطات الرياضية الفردية التي لكل واحد منها قوانينه وعتاده الخاص به. وتتمثل نشاطات الساحة في مهارات الرمي مثل رمي الجلة، ومهارات القفز مثل القفز بالزانة. فكل نشاط رياضي من ألعاب القوى قوانينه، وعتاده الخاص به ومقاييس ميدان أو أرضية، كلها محدّدة باتفاق جميع الدول ومصروح بها من طرف الفيدرالية الدولية لألعاب القوى (MEN, 1987). كما أنّ لرياضة السباحة أيضا قوانينها وعتادها ومقاييسها الخاصة مثلا بطول وعمق المسبح، وعدد الأروقة وعرضها. وإنّ لرياضة الجمباز الرياضي قوانينها الخاصة بها وبمعايير عتادها الرياضي المتمثل في مختلف الأجهزة التي يمثل كلّ واحد منها نشاطا رياضيا جماليا مستقلا عن الآخر، وتخضع كلها لمقاييس ومعايير محدّدة من طرف الفيدرالية الدولية للجمباز .

ونلاحظ بذلك أنّ الطابع المؤسّساتي حاضر في النشاطات الرياضية الفردية أيضا، ممّا يجعل حركات الرياضيين بالمناسبة معروفة ومقننة بدقة وموضوعية. إنّ النشاطات الرياضية الفردية لا تقتصر فقط على ألعاب القوى و السباحة والجمباز الرياضي، إذ أنّ هذه الرياضات أي نعم كثيرة التداول في مادة التربية البدنية الرياضية، ولكن هناك رياضات فردية أخرى عديدة خارج مدرسية، نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر، التزلج على الثلج، والتزلج الفني على الجليد، والغطس البهلواني " Plongeon acrobatique " والرقص المائي و غيرها...

وتبقى الروح السائدة في الألعاب الرياضية الفردية هي الروح التنافسية. وكما سبق وقلنا، يوجد من ضمن النشاطات التي تستخدم في التربية البدنية والرياضية، ما يسمّى بالألعاب ما قبل-الرياضية " Jeux pré-sportifs "، وأيضا التمرينات البدنية. فكلاهما يهدف إلى تحضير مختلف مستويات التلميذ البدنية والنفسية والتقنية. فالألعاب ما قبل-الرياضية نشاطات تحضّر التلاميذ للتحكم في المعارضة " Contrôle de l'opposition " لإكسابه التصرفات الرياضية الواجب اتخاذها أثناء مواجهة الخصم، التي ستتمّ وتحدّد أكثر عبر ممارسة الألعاب الرياضية الجماعية.

إنّ الغرض من الألعاب ما قبل-الرياضية هو إعطاء التلميذ نظرة شاملة وأولية عن الألعاب الرياضية الجماعية، كما أنّ الهدف منها أيضا هو تكيف الصفات البدنية والنفسية للتلاميذ مع تخصص رياضات الفرق، و ذلك عبر إكسابهم تقنيات خاصة فيما يتعلق بالتحكم في كرات ذات أشكال وأوزان متنوّعة، وكذلك فيما يخص تقنيات التمرير والاستقبال والتحرك بالكرة بالقذف وغيرها، وأيضا من جانب التنقل بالنسبة إلى الخصم، باتخاذ تقنيات التنقل السريع والتوقف والمراوغة وتغيير الوتيرة " Changement de rythme ". ويكون تعلم استخدام كلّ هاته التقنيات في إطار الألعاب ما قبل-الرياضية ( Jean Claude Lebœuf, 1974, p.131.) و لكن قلّ ما تستخدم في المرحلة الثانوية، نظرا لتقدم أداء التلاميذ الثانويين التقني في الألعاب الرياضية، وإلا فقط بمثابة تسخين عام أو تحضير بدنيّ عابر. و نذكر على سبيل المثال من الألعاب ما قبل-الرياضية، لعبة العشر تمريرات، وسباق الأرقام و الكرة المسجونة و غيرها...

أما التمرينات، فكما قلنا، تستخدم لتهيئ عضلات ومفاصل وجسم التلميذ عامة، بمعنى مكنته الفيزيولوجية، لتلقي المجهود والحركات. وتنقسم هاته التمرينات عادة إلى ثلاثة مجموعات رئيسية هي :

**I : التمرينات النظامية :** حيث أنّ الهدف منها هو تعويد التلميذ على العمل تلقائيا بصورة منتظمة ودقيقة ضمن الجماعة، مثل التراصف والأنساق والدوائر والصفوف وإنشاء المسافات بين الأفراد... وتكون هذه التشكيلات جماعية وكذلك التحركات "Formations et évolutions"، وهي متعدّدة ومتنوّعة.

**II : التمرينات البنائية :** حيث يستهدف منها إكساب مختلف أجزاء جسم التلميذ أشكالاً متناسقة، وفي الوقت نفسه تنمية التوافق بين المجاميع العضلية المختلفة و إكسابها أيضا لياقة بدنية من خلال تنمية الصفات البدنية مثل القوة و السرعة و التحمل و الرشاقة و المرونة... كما تستهدف أيضا إصلاح عيوب وضعيات الجسم التي تنتج عادة عن اتخاذ التلميذ في حياته اليومية لوضعية خاطئة أو عن تركيزه أثناء نشاطاته الحركية على مجموعة خاصة من العضلات دون غيرها، ممّا يؤدي بالأخرى إلى القصر أو الطول. ونذكر كأمثلة عن التمرينات البنائية، تمرينات البطن و الظهر و الجذع و الرجلين و الذراعين...

**III : التمرينات التوافقية :** وتهدف هذه الأخيرة إلى تنمية التوافق العضلي-العصبي وترقية القدرات الحركية لدى التلميذ. ونذكر منها على سبيل المثال لا الحصر، تمرينات التوازن، و تمرينات التآزر البصري-الحركي، و تمرينات الذاكرة الحركية، و تمرينات الإيقاع الحركي، وغيرها... (بسيوني و الشاطي، 1982 م، ص98-99).

كما يوجد نوع آخر من التمرينات يدخل ضمن جميع الأنواع التي سبق وذكرنا، حيث يتناول التحضير النفسي، أين يتعلق الأمر بإكساب التلميذ صفات نفسية مثل الإرادة والشجاعة. ونعطي كمثال لذلك، قفز التلميذ من الأعلى أو إلى الأمام بتخطي عدد من الحواجز المتنوّعة. و هنا الحذر يكون واجبا لتفادي وقوع حوادث.

### 3-3- فيما يتعلق ببيداغوجية تعليم مادة التربية البدنية والرياضية في الثانوية الجزائرية:

إنّ بيداغوجية تعليم التربية البدنية والرياضية في المرحلة التعليمية الثانوية في الجزائر، مستوحاة أساسا من الأهداف والمبادئ الأساسية التي عُرّفت في التعليمات الرسمية لسنة 1970 (M.J.S., 1970)، وكذلك في قانون التربية البدنية والرياضية 1976 (Code de l'E.P.S., 1976)، حيث اقترح من خلالها، وتماشيا مع حاجات التلاميذ، عدد من الوسائل والنشاطات البدنية والرياضية، الفردية منها والجماعية، إلى جانب مختلف التمرينات الأخرى ، بحيث تنظم وتبرمج باختلاف، بحسب كلّ مستوى دراسي. أمّا عن ما ترمي إليه النشاطات المقترحة من أهداف للبلوغ، فتظهر من خلال الوثيقة الرسمية المتمثلة في برامج التربية البدنية والرياضية لسنة 1981 (Secrétariat d'Etat à l'enseignement secondaire et technique, 1981). حيث تتمثل في هدف عامّ ثلاثي الأبعاد، وهو أنّ التربية البدنية والرياضية تهدف إلى :

- 1- إكساب الصّحة عبر تحسين الوظائف الكبرى، وتنشيط النمو، و تدعيم التوافق مع البيئة، وإكساب الرغبة أو الذوق للجهد.
  - 2- النموّ الحركي من خلال إثارة وعي الفرد بجسده، وتحسين الصفات النفسية- الحركية لديه، وتمكينه من اكتساب تعبير حركي أفضل .
  - 3- التربية الاجتماعية للفرد الشابّ عبر تمكينه من معرفة أفضل لذاته، و من خلال تحكّم ذاتي أحسن في سلوكه، وتعميم فهم وتقبّل القواعد لديه، و أيضا إكسابه حسن المسؤولية، وإتاحة الفرصة له لإنشاء علاقات مع الآخرين .
- كما نلمس من خلال هاته الوثيقة حقيقة إعطاء الأولوية وبلا نقاش، إلى الرياضة سواء من خلال البنية أو عبر النشاطات. حيث تظهر الرياضة كعنصر أساسي في المنظومة التربوية فيما يتعلق بالتربية البدنية والرياضية.
- (Secrétariat d'Etat à l'enseignement secondaire et technique, 1981)
- كما أنّ التعليمات الرسمية تقدّم توجهات عامّة حول تنظيم تعليم النشاطات البدنية والرياضية، حيث أنها تحبذ و تنصح بـ:
- تبرير الحصة وإثبات نجاعة اختيار التمرينات والنشاطات.
  - الممارسة إلى أبعد حدّ معقول.
  - خلق مراكز للاهتمام لدى التلميذ لإثارة الشعور لديه بأنّ مكتسباته حقيقية.
  - جمع الأقسام ذات المستويات المتماثلة في حصة مشتركة التوقيت.
- إنّ التعليمات الرسمية تناولت بالعناية أيضا تحفيز الأساتذة على خلق جوّ رياضي من خلال برمجة مقابلات على شكل " ما بين الأقسام "، وكذلك من خلال الاهتمام بالمهامّ المرتبطة بنشاطات الفيدرالية الجزائرية للرياضات المدرسية، عبر تنظيم حصة تدريب، لاسيما الاهتمام بالجانب الإعلامي من خلال تعليق النتائج الرياضية وكذلك الإعلانات عن الدورات والبطولات والموسم وتواريخ المقابلات وغيرها. وحتى المؤسسات التعليمية مدعوة من خلال التعليمات الرسمية في هذا الصدد، إلى برمجة وتسهيل عمل الأساتذة في نشاطات فيدرالية الجزائرية للرياضات المدرسية، كلّ حسب إمكانياته البشرية والمادية، بدء بإعداد برنامج خاصّ بالمؤسسة.
- أما على المستوى البيداغوجي، فكلّ حصّة من حصة التربية البدنية والرياضية تكون متمحورة حول موضوع معيّن، حيث تحتوي بداية على فترة " أخذ بزمام الأمر"، يمكن للأستاذ من خلالها جمع أفراد قسمه لمراقبة الحضور والغياب، وكذلك الإدلاء للحاضرين بهدف الحصّة وبرنامجها؛ ثم تليها فترة " التحضير الأولى للجهد"، التي يختار فيها الأستاذ لعبة أو تمرينات خفيفة، الغرض منها تنشيط الوظائف الفيزيولوجية الكبرى لدى التلميذ. وبعدها يشرع مباشرة في تناول " الجزء الرئيسي " من الحصّة، أين يتناول موضوع الحصّة والنشاطات المرتبطة به، من تسخين عامّ وخاصّ وعروض وغيرها. ثم يصل في النهاية إلى الجزء " العودة إلى الهدوء"، وكما يدلّ عليه اسمه، فالغرض منه العودة بالوظائف الفيزيولوجية للتلميذ إلى وضعها السابق للحصّة، من خلال الاسترخاء الفعلي أو السلبي حسب أهمية الجهد الذي سبق. وبمناسبة الكلام عن الجزء الرئيسي باعتباره عنصرا ذا وزن خاصّ في الحصّة، فالمراد منه عامّة :
- الإثراء التقني قصد الوصول إلى الجودة .
  - التحسين الفيزيولوجي بما فيه المظهر البنائي .

- التأثير على السلوك، أي على العلاقات المتبادلة بين الفرد و الجماعة أو المجتمع عامة.

دون أن ننسى خاصية أن المكتسبات التي يتحصل عليها التلميذ فيما يتعلق بالتحسينات

والتقدم الذي يتوصل إليه، ستكون محلّ تقييم من خلال الاختبارات قصد المراقبة، والتي ستقدّم بناء عليها علامات يستنتج منها معدل التلميذ الفصلي في مادة التربية البدنية والرياضية.

#### 4- عن الأغراض من التربية البدنية والرياضية في الجزائر المستقلة:

إن قانون التربية البدنية والرياضية الجزائري لسنة 1976، عرّف مادة التربية البدنية والرياضية على أنها " نظام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل، وتخضع لنفس الغايات التي تسعى التربية إلى بلوغها، الرامية إلى الرفع من شأن تكوين الإنسان والمواطن والعامل "... (وزارة الشباب والرياضة، 1976) وبالتالي أكد هذا القانون على حقّ للفرد الجزائري في الاستفادة من تربية بدنية مساوي لحقه في التعليم، مما أكسب التربية البدنية والرياضية أهمية مساوية لأهمية التعليم. كما أنّ ذلك تجسّد من خلال المرسوم رقم 78- 195 بتاريخ 09 ديسمبر 1978، القاضي بإدماج أسلاك أساتذة ومعلمي التربية البدنية والرياضية وممرّتي الشباب والرياضة، في قطاع التربية والتعليم، وإلحاقها بوزارة التربية، بعد أن كانت تابعة لوزارة الشباب والرياضة، حيث أنّ تلك الخطوة أكدت نهائياً اندماج مادة التربية البدنية والرياضية الكامل في المنظومة التربوية الشاملة (زهوني الطاهر، 1994، ص.83). أمّا عن أبرز النصوص الرسمية الجزائرية، التي أصدرت لتحديد الأغراض من التربية البدنية والرياضية، فمن خلال التعليمات الرسمية لسنة 1970، يظهر أنه أوكلت لهاته المادة ثلاث مهامّ للتحقيق (Instructions Officielles, 1970)، تمثّلت في ما يلي:

1- مهمة بدنية.

2- مهمة اجتماعية ثقافية.

3- مهمة اقتصادية.

فمن خلال المهمة البدنية، ترمي التربية البدنية والرياضية في الجزائر إلى تحسين القدرات الفيزيولوجية والنفسية-الحركية للفرد. كما تسعى إلى تمكينه من تحكّم أكبر في جسمه من خلال تنمية توافقه مع البيئة، وذلك بتسهيل تحويلها، بواسطة تدخل ناجح ومنظم لتنظيماً عقلياً.

أمّا عن المهمة الاجتماعية الثقافية للتربية البدنية والرياضية، فتتجلى في اعتبار هاته المادة ناقلاً للقيم الأخلاقية والثقافية، وقائداً لسلوك كلّ مواطن. كما أنّ التربية البدنية والرياضية في سياق هذه المهمة تظهر كعامل لتدعيم التماسك والوحدة الوطنيين، من خلال ما توفره من ظروف للفرد، كي يتعدّى ذاته في العمل. كما تظهر كعامل لتطوير وتنمية روح الانضباط والتعاون والمسؤولية، والشعور بالواجبات المدنية. ومن خلال هذه المهمة، ترقى التربية البدنية والرياضية إلى التخفيف من التوترات التي تشكل سبب الخلافات بين الأفراد والجماعات، مساهمة بذلك في إرساء علاقات إنسانية أكثر انفتاحاً. كما تعتبر التربية البدنية والرياضية هنا أيضاً، مصدراً للترويج عن النفس ومناسبة للثراء الثقافي وللسرور الطاهر وللحماس، عبر ما توفره للشباب من مناسبات لاستخدام

أمثل لأوقات الفراغ عبر ما تقترحه من ترفيه، باعتبار هذا الأخير وسيلة للاسترخاء والنمو البدني-الأخلاقي.

وعن المهمة الاقتصادية التي أوكلت للتربية البدنية والرياضية، من خلال التعليمات الرسمية، فتوصف التربية البدنية والرياضية فيها أنها وسيلة لإثراء الرأسمال الصحي لكل فرد، وكذلك لمستواه النفسي، ونتيجة لذلك أنها تزيد في قدرته على مقاومة التعب، كما تمكنه من استعمال أكثر عقلانية للقوى المستخدمة أثناء العمل، مما يبرز من خلال هذه المهمة أن التربية البدنية والرياضية تستخدم كوسيلة لزيادة المردودية الفردية والجماعية في عالم الشغل الفكري واليدوي، كما جاء في آخر نص هاته المهمة.

ومن المصادر الرسمية الأخرى، التي لمحت إلى الأغراض من مادة التربية البدنية والرياضية في الجزائر، نذكر الميثاق الوطني لسنة 1986، حيث يصفها على أنها شرط ضروري لصيانة الصحة وتعزيز الطاقة على العمل ورفع القدرة الدفاعية لدى الأمة. حيث يظهر هنا الغرض العسكري من ممارسة التربية البدنية والرياضية. ومن الأغراض الأخرى التي جاءت أيضا في نص الميثاق، أن هاته المادة ترمي إلى تطوير الروح الجماعية والأخوة والتضامن، والتعود على العلاقات الاجتماعية. كما يُستهدف من التربية البدنية والرياضية من خلال ما جاء في الميثاق أيضا، تكوين الإنسان (الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، 1986، ص ص 182-183).

كما أن برنامج التربية البدنية والرياضية لسنة 1981، يقترح لها هدفا ثلاثي الأبعاد تجلى في ما يلي: (Secrétariat d'Etat à l'enseignement secondaire et technique, 1981).

- اكتساب الصحة بتحسين الوظائف الكبرى، وتحفيز النمو وتدوق الجهد، والتكيف مع المحيط المادي.

- النمو الحركي باكتساب الشعور بالجسم، وتحسين الصفات النفسية الحركية للتمكين من تعبير أحسن.

- التربية الاجتماعية للشباب بمعرفة أفضل للذات وتحكم أفضل في السلوك الذاتي، وفهم وتقبل لقوانين المجتمع، وإنماء لحس المسؤوليات والعلاقات مع الغير.

أما القانون رقم 89-03 بتاريخ 14 فبراير 1989، المتعلق بتنظيم الممارسات البدنية والرياضية، فعبر عن الأغراض من التربية البدنية والرياضية من خلال تعريفه لهذه الأخيرة بأنها ممارسة بدنية ورياضية في الوسط التربوي، تتمثل في تنمية وتصحيح وتحسين القدرات النفسية الحركية للطفل والشباب، عبر تعليم إجباري للنشاطات البدنية والرياضية (M.J.S., 1993, p. 38). ويظهر أيضا من خلال قانون التربية البدنية والرياضية لسنة 1976، أن الغرض من التربية البدنية والرياضية في الجزائر، هو تأكيد ديمقراطية الممارسة الرياضية كحق لكل فرد جزائري. ويبرز أيضا من خلال هذا القانون، غرض استخدام التربية البدنية والرياضية كوسيلة للتنقيب عن نخبة رياضية قادرة على تمثيل مشرف للبلاد، خلال المواعيد الرياضية القارية والدولية (M.J.S., 1993, p. 38).

كما تستخدم الدولة الجزائرية التربية البدنية والرياضية، كوسيلة لترقية المرأة وتحريرها. وتعتبرها أيضا كعنصر للسلام في العالم، باعتبارها تدعم التضامن والتفاهم والتعاون، على المستوى الدولي (بسيوني والشاطي، 1987، ص ص 25-26).

## خاتمة :

لقد بدأنا بتناول الأغراض من التربية البدنية والرياضية في الدولة الفرنسية، علما أن هاته الأخيرة تنتمي إلى أوروبا، باعتبار هاته القارة مهدا ووطنا لفرنسا التي تأثرت وأثرت بعمق في المنظور العام لمادة التربية البدنية والرياضية في أوروبا. أما عن اهتمامنا هذا، بفرنسا، فإنه يعود إلى كونها آخر مستعمر لأرض الجزائر قبل الاستقلال التام لشعبها سنة 1962. وبالتالي، كان من الطبيعي و البديهي أن يشكل المنظور الفرنسي للتربية البدنية والرياضية، مصدرا رئيسيا لاستلهام الدولة الجزائرية المستقلة فيما يتعلق بمنظورها الخاص لمادة التربية البدنية والرياضية. ويتأكد ذلك أكثر من خلال حصرها لهذا الأخير، في كل ما من شأنه تدعيم "الرياضة" مفهومها الفيدرالي. ذلك أن الجزائر بعد الاستقلال، واصلت في الرجوع إلى التعليمات الرسمية الفرنسية لسنة 1901 إلى غاية سنة 1967. وبعد ذلك لم يعد من الضروري الكلام عن فرنسا كمصدر لاهتمام الجزائر تطوير مستواها في الأداء الرياضي، علما أن الرياضة صارت بفعل العولمة، تحتل الصدارة على جميع النشاطات البدنية، وفي جميع أقطار العالم دون أي استثناء، تحت زعامة الفيدراليات الرياضية الدولية، المتموقة في أغلبيتها في أوروبا؛ مما زاد في شعبية ألعابها ونشاطاتها. كما أن ذلك أدى إلى الذوبان التدريجي لمادة التربية البدنية والرياضية في تيار "الرياضة" الجارف لكل ما من شأنه الاهتمام بالحركة البشرية؛ حتى أن ذلك أصبح يهدد وجود التربية البدنية والرياضية كمادة تربوية، (Parlebas, P. ; 1986, p.8) حيث أن جانبها التعليمي صار في محتوياته، مطابقا لتعليم الألعاب والنشاطات الرياضية التابعة للفيدراليات الرياضية الدولية من حيث الشكل والمضمون، مع وجود اختلاف على مستوى الأهداف. مما جعل التربية البدنية والرياضية، وكأنها صارت امتدادا للميدان الرياضي في المؤسسات التعليمية. أما عن الألعاب البدنية التقليدية الجزائرية، فقد صارت مهمشة إلى حد جعلها مجهولة تماما، مما أدى بها إلى الضياع والاختفاء، لتترك مكانها ودون منازع للرياضة العالمية الهوية، بالرغم من أن الجزائر دولة وشعبا، مرت بفترة ولاء لحكم دمشق العربي والإسلامي، قبل دخول الاستعمار الفرنسي. مما قد أثر حتما على المنظور الجزائري للتربية البدنية والرياضية قبل وبعد الاستقلال. ويظهر ذلك جليا أيضا من خلال احتواء الأداء الرياضي الجزائري نفسه على نوع من الأصالة، رغم كون مدارسه الرياضة غريبة عن التراث البدني الجزائري. فهل للثقافة البدنية لعصور الحضارة العربية الإسلامية أثر مستقبلي على التربية البدنية والرياضية الجزائرية؟

## المراجع باللغة العربية :

### 1- الكتب السماوية :

- القرآن الكريم، (1405هـ)، المدينة المنورة، مجمع الملك فهد لطباعة المصحف الشريف.

### 2- الوثائق الرسمية :

- الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية (1986)،- الميثاق الوطني- الجزائر، مطبعة الجيش الوطني الشعبي.

- وزارة التعليم الإبتدائي والثانوي، (1976)، - المختار في التربية الإسلامية الوطنية -، للسنة الثانية متوسط، إعداد وإدارة عبد الرحمان شيبان، الجزائر، المعهد الوطني التربوي، ص. 164.
- وزارة الشباب والرياضة، (1976)، - قانون التربية البدنية والرياضة -، الجزائر، مطبعة جريدة الشعب.

### 3- الكتب :

- إبراهيم سليمان الكروي وعبد التّوّاب شرف الدين، - المرجع في الحضارة العربيّة الإسلاميّة-، منشورات ذات السلاسل، الكويت، 1984 م، ص. 422.
- أبو حامد الغزالي، (1980)، - إحياء علوم الدين-، الطبعة الثانية، المجلد الثالث، القاهرة، دار الفكر، ص. 1477.
- أحمد حصري، (1968)، - من الفقه الإسلامي-، الطبعة الأولى، القاهرة، مكتبة الكليات الأزهرية، ص. 148.
- أحمد شبشوب، (1991)، - علوم التربية-، تونس، الدار التونسية للنشر، الجزائر، المؤسسة الوطنية للكتاب، ص. 271.
- الزعبلوي محمد السيد محمد، (1998)، - المراهق المسلم -، سلسلة دراسات نفسية تربوية إسلامية، الجزء 06، بيروت، مؤسسة الكتاب الثقافية، المملكة العربية السعودية، مكتبة التوبة، ص. 51-52.
- بسيوني، م.ع؛ و الشاطي، ف.ي؛ (1982)، - نظريات و طرق التربية البدنية والرياضية -، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية، م، ص. 98.
- حسن إبراهيم حسن، (1964)، - تاريخ الإسلام السياسي والديني والثقافي والاجتماعي-، الجزء الأول، الطبعة السابعة، بيروت، دار الأندلس، ص. (549-548).
- زرهوني الطاهر (1994)، -، التعليم في الجزائر قبل و بعد الاستقلال -، الجزائر، المؤسسة الوطنية للفنون المطبعية، ص. 83.
- سيد قطب، (1990)، - في ظلال القرآن -، الجزء العاشر، المجلد الثاني، ط 16، بيروت، دار الشروق، القاهرة، مطابع الشرق، ص. 1544.
- عبد الله ناصح علوان، (1986)، - تربية الأولاد في الإسلام -، الجزء الثاني، باتنة، دار الشهاب، ص. 887.
- فرغلي جاد أحمد، - الدور التربوي للمسجد -، في مجلة الشريعة والدراسات الإسلامية، كلية الشريعة والدراسات الإسلامية، جامعة الكويت، العدد السادس، السنة الثالثة، ديسمبر ص. 152.
- مجدي أحمد عبد الله، (1996)، - علم النفس المرضي -، الطبعة الثانية، القاهرة، دار المعرفة الجامعية، ص. 44.
- محمد محيي الدين عبد الحميد، (1987)، -، الترغيب والترهيب من الحديث الشريف -، الجزء الثالث، الجزائر، دار الشهاب، ص. 103.
- محمد محيي الدين عبد الحميد، (1987)، -، الترغيب والترهيب من الحديث الشريف -، الجزء الثالث، الجزائر، دار الشهاب، ص. 101.

## Références bibliographiques :

### 1- Documents officiels :

- Ordonnance n°76-81 du 23 Octobre 1976, portant sur le code de l'E.P.S., Alger.
- Secrétariat d'Etat à l'enseignement secondaire et technique, (Mai 1981), - Programmes E.P.S -, Alger.
- M.J.S., (1993), -Assises nationales sur le sport, les actes-, Annexes, " L'histoire du mouvement sportif national", Palais des nations, Club des pins, du 21 au 22 décembre,.
- M.J.S., -Instructions officielles de l'E.P.S.-, M.J.S., Alger, Septembre, 1970.
- Ministère de l'éducation nationale, (1987), -Guide de l'athlétisme-, Le centre régional de documentation pédagogique de l'académie de Dijon, 2<sup>ème</sup> trimestre,.

### 2- Thèses d'Etat et Dictionnaires :

- Benaki, M.A.; (1995), - La relation enseignant–enseignés en E.P.S. dans l'enseignement secondaire en Algérie, « Approche descriptive centrée sur la dimension psycho-socio-affective » -, Thèse de doctorat nouveau régime, (non publiée), Université de Paris 7,.
- Sillamy, N.; (1967),- Dict.de psychologie-, Paris , Librairie Larousse.

### 3- Livres :

- Althusser, L.; (Juin 1971), -Idéologie et appareils idéologiques de l'Etat-, in, la pensée.
- Arthur Magakian, (1976.),-Gymnastique masculine-, Paris, édition Amphora.
- Baluteau F. ; (1993), -L'éducation physique selon les instructions officielles de 1967-, Paris, INRP, AISLF, du 25 au 27 mai 1993.
- Bayer, C.; (1986),-L'enseignement des jeux sportifs collectifs-, Paris, 2<sup>ème</sup> éd., Vigot,
- Claude, Prévost, M. ; (1991), - L'E.P.S. en France, ", Essai d'anthropologie humaine "-, Paris, éd., P.U.F
- Denis, D.; (1974), -Le corps enseigné-, Paris, Editions Universitaires.
- Ernest, Loisel, (1974),-Bases psychologiques de l'éducation physique-, Paris, éd., A.colin et Bourrelier, 6<sup>ème</sup> édition,
- Guy, Missoum,(1986),- Psychopédagogie de activités du corps-, Paris, éd. Vignot.
- Instructions Officielles, (1970), - Objectifs de l'E.P.S -, Alger, M.J.S.
- Jean Leboulch, (1977), -Face au sport-, Paris, éd., E.S.F.
- Jean Claude Leboeuf, (1974),-L'éveil sportif-, Paris, éd., de l'école.
- Marsenach, J. ; (1980), -Les pratiques des enseignants d'E.P.S. dans les collèges-, Revue française de pédagogie, n°89, Oct-Déc.

- Parlebas, P. ; (1986),- Activités physique et éducation motrice -, Paris, Nouvelle éd. de revue E.P.S.
- Pierre Arnaud, Gérard Broyer, (1988, réimpression 1990) - Psychopédagogie des activités physiques et sportives-, Toulouse, éd., Privat.
- Pierre Arnaud, (1983), -Les savoirs du corps-, Presses univ. de Lyon.
- Serge Beoche, (1982),-Pratique Pédagogique : L'E.P.S. à l'école élémentaire-, Paris ,éd., A. Colin– Bourrelier.
- Zimmermann, D. ; (1977), (S/D), - Questions-réponses sur l' E.P.S.-, Paris, éd.,E.S.F.

## مساهمة حصّة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من الضغط النفسي دراسة ميدانية أجريت على تلاميذ التعليم المتوسط في بعض متوسطات ولاية الجزائر

بوعنناق كمال جامعة خميس مليانة وسامي عبد القادر جامعة شلف

### ملخص:

يخلص هذا البحث إلى الكشف عن الدور الفعال التي تلعبه حصص التربية البدنية والرياضية في التخفيف من الضغط النفسي لدى المتدربين المراهقين في مؤسسات التربوية، وذلك من خلال اهتمام المؤسسات التربوية والتعليمية بالأنشطة البدنية والرياضية وكيفية إدراجها في برامج مدروسة ومقننة وفقا لحاجيات التلميذ المراهق من كل الجوانب السلوكية والتعليمية و كذا توضيح الترابط الشديد بينها وبين المواد التعليمية الأخرى مقارنة بما تتميز به عن باقي المواد التعليمية الأخرى بحيث تعتبر المتنفس الوحيد لدى التلاميذ المراهقين في ترجمة سلوكياتهم وتصر وفاتهم تحوي مواقف مختلفة لتحقيق رغباتهم و ميولا تهم إبراز دوافعهم الشخصية وإفراغ المكبوتات النفسية الحادة كونها تهتم بنواحي عدة وخاصة الجانب النفسي و البدني ومن الناحية النفسية فإن ممارسة التربية البدنية والرياضية تزيد في مستوى تقدير الأفراد لأنفسهم وتمنحهم الثقة، كما أنها تساهم بشكل فعال في التعامل مع الضغوط النفسية التي ينجم عنها، القلق والاكتئاب كدراسة Dishman 1995 ودراسة Fox 1988 وحسب ما تقتضيه الضرورة و التي تعمل على تحقيق أهدافها العميقة من ممارستها وانعكاس أثارها الايجابية على الوسط الاجتماعي و التربوي التعليمي، وأجريت هذه الدراسة على مستوى التعليم المتوسط بالجزائر ولاية تيسمسيلت كنموذج، واستخدم الباحث مقياس إدراك الضغوط كوسيلة لجمع البيانات وطبقت هذه الأداة على عينة من تلاميذ متوسطات تيسمسيلت شملت (400) تلميذا وتلميذة موزعة على (400) تلميذا و تلميذة من مختلف متوسطات ولاية تيسمسيلت حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية داخل كل متوسطة. وقد تم استخدام المعالجات الإحصائية اللازمة باستخدام المتوسطات الحسابية والنسب المئوية واختباري (ت) (L.S.D) وتحليل التباين.

وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- 1- أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى التلاميذ تعزى إلى متغير الممارسة.
- 2- أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الضغط النفسي لدى التلاميذ تعزى إلى متغير الجنس.
- 3- أظهرت النتائج بأنه ذات دلالة إحصائية وجود فروق ذات دلالة في الضغط النفسي لدى التلاميذ تعزى إلى متغير المستوى التعليمي .

**الكلمات الدالة:** التربية البدنية و الرياضية، الضغط النفسي.

### Summary :

This research aims to show the effective role that sport and physical education sessions play to reduce stress among adolescent learners in the educational establishments, through the interest given to sport and physical education by educational and pedagogical establishments and its