

دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي
لتلاميذ المرحلة الثانوية.

The role of school sports in achieving psychological compatibility and social
adjustment for secondary school students

العكروت سعيد.

أستاذ محاضر ب جامعة الجزائر 3، saidlakrou@yahoo.com

معلومات عن البحث:

تاريخ الاستلام: 2021/01/12

تاريخ القبول: 2021/04/12.

تاريخ النشر: 2021/06/20.

الكلمات المفتاحية: الرياضة المدرسية،

التوافق النفسي، التكيف الاجتماعي.

الباحث المرسل: العكروت سعيد

الايمل:

lakrou.said@univ-alger3.dz

Keywords :

School sport,
Psychological adaptation,
social adaptation.

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ مرحلة الثانوية لولاية المدية (من وجهة نظر التلاميذ) وقد استخدمنا المنهج الوصفي التحليلي المناسب لمثل هذه الدراسات وعلى عينة مقدره ب 100 تلميذ للمرحلة الثانوية وقد استخدم الباحث الاستبيان الذي يناسب ويمثل هذه الدراسات كما استخدمنا اختبار كا²، والنسب المؤوية، حيث أسفرت النتائج المتوصل إليها إلى أن للرياضة المدرسية دور كبير في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية ومنه يوصي الباحث بضرورة الاهتمام بالرياضة المدرسية في حل المشاكل الاجتماعية بين التلاميذ.

Abstract

This study aims to undertand the importance of school sport for achieving psychological compatibility and social adaptation among high school students in the students in the wilaya of Medea (from the students' point of view) for this we used the descriptive analytical approach appropriate for theses studies and the study sample was estimated at 100for high school students the researcher also used the questionnaire that is appropriate for this type of study and we also used the calculated and tabulated sufficient square and the results allowed us to come to the conclusion that school sport has a major role in achieving psychological compatibility and social adaptation in students high school and elmination of social.

1. مقدمة:

إن طبيعة الحياة تدفع الإنسان للحركة بصفة غير مقصودة وكونه يتميز بمجموعة من الخصائص الميكانيكية المتوافقة والمرنة ذات صفة حركية تجعله في حاجة لتدريبها، مع تطور العصور أصبحت هذه الحركات كأنواع من النشاط الرياضي وفي عصرنا هذا لا سبيل لإشباع هذه الطبيعة الحركية إلا عن طريق ما يسمى بممارسة الرياضة المدرسية والتي يرى من خلالها أخصائيو العلوم الاجتماعية أنها تدخل ضمن عملية التطبيع والتنشئة الاجتماعية للتلاميذ، من هنا فهي تحتل مكانة تربوية مهمة، فمن خلال الأشكال الحركية يتم تدريب التلاميذ على القيم الاجتماعية. (غانم ع و عبد الرحيم خ، 2019، الصفحات 18-30)، حيث أشارت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية إلى إسهاماتها خاصة في الحياة العصرية للتحرر من الضغوط والتوتر من خلال إشباع الحاجات وتحقيق إعادة التوازن النفسي للتلميذ المشارك في الأنشطة الرياضية المدرسية والتي تعتبر مجموع العمليات والطرق البيداغوجية والطرق العلمية، الطبية، الصحية، الرياضية التي ياتباعها يكسب الجسم الصحة والقوة والرشاقة واعتدال القوام. (ابراهيم م س، 1980، صفحة 47)، كما أن ممارسة هذه الأنشطة تساعد على التكيف النفسي وتحقيق الذات وتساعد على التخلص من التوتر والإرهاق. (العربي م و آخرون، 2020، الصفحات 335-350). والعدوانية الناتجة عن الإحباط أو تسببه الغريزة ويقصد به السلوك الذي يهدف من خلاله إلى محاولة إحداث ضرر أو إيذاء أو إصابة. (علاوي م ح، 1992، صفحة 75) وتعتبر الرياضة المدرسية من أساسيات بناء الشخصية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال تنمية قدراتهم ومواهبهم الرياضية بالإضافة إلى تعديل سلوكهم بما يتناسب واحتياجات المجتمع في ظل تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي أي حالة تكون فيها حاجات الفرد من ناحية، ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماما من خلال علاقة منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية.

دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.



(حسين أ و حشمت م، 2006، صفحة 134)، كما تساهم في إدماجهم في المجتمع بطريقة فعالة وهذا ما أكدته العديد من الدراسات الحديثة. (تمار م وآخرون، 2020، الصفحات 291-303) ، ومن المعروف أن المشاكل التي تظهر في المرحلة الثانوية شغلت العديد من الباحثين والمربين حيث اختلفت وجهات النظر والآراء حول هذه المرحلة فالتغيرات المفاجئة التي تطرأ على التلميذ في هذه المرحلة خاصة منها الفيزيولوجية، العقلية، المورفولوجية، الاجتماعية والنفسية من شأنها أن تؤثر سلبا على توازنه وتوافقته النفسي وتكيفه الاجتماعي، وهذا ما يخلق الصراع بينه وبين غيره، إلا إذا استطاع تحقيق أكبر إشباع ممكن لحاجاته الفطرية والمكتسبة على حد سواء، كما يرى أغلب الباحثين أن التوافق ليس مرادفا للصحة النفسية بل أنه الصحة النفسية بعينها. (بطرس ح ب، 2008، صفحة 99) ، وقد يكون عدم التوافق النفسي سببا في انتهاج الفرد سلوكا غير متزن في انفعالاته وتفكيره وآرائه ومعتقداته ومن هنا قد يسلك سلوكا غير سوي يخلق له بعض المشاكل الاجتماعية لتتوسع دائرة هذه المشاكل لتمس الثانوية التي تعتبر المحيط الثاني للتربية بعد الأسرة ومن خلال هذه الدراسة نحاول إبراز دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وهذا ما ذهبت إليه دراسة زيتوني عبد القادر (2001) بعنوان تقييم فاعلية منهاج التربية البدنية والرياضية على طلبة التعليم الثانوي في تحقيق بعض الأهداف التعليمية، حيث تهدف هذه الدراسة إلى اقتراح بطارية اختبارات لعينة البحث في المجالين الحس-حركي والمعرفي، ومعرفة مدى فاعلية منهاج التربية البدنية والرياضة المدرسية على تلاميذ التعليم الثانوي في تحقيق بعض الأهداف التعليمية العامة في المجال البدني، واشتملت العينة على 151 تلميذا، 50 تلميذة بولاية سعيدة، واستخدم الباحث المنهج المسحي، حيث كان الاستبيان

والاختبارات والقياسات هي أدوات لتطبيق هذه الدراسة وأسفرت نتائج الدراسة على مايلي:

- أظهرت معايير بطارية الاختبارات الحس حركية ببعديها الاثنتين (البدني والمهاري) والمعرفية كفاءة عالية في تقييم نتائج التعليم للقدرة أو درجة المهارة كما وكيفا.

- تباين اتجاهات النتائج التحصيلية في تحقيق بعض الأهداف العامة التعليمية لأغلب الصفات البدنية لعينتي البحث بين إظهار انتظام في التطور المعنوي والظاهري، انعكست في التقييم الكمي للمتغيرات التي لا تشكل جوهرًا وفقًا لتخطيط النمو للتلاميذ والتقدم لمرحلتين تعليميتين متتاليتين (بن شاعة س و آخرون، 2019، الصفحات 200-219)

- دراسة مجاهد مصطفى بعنوان "أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة الأولى ثانوي إلى وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير استخدام الأسلوب التدريبي والتبادلي في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة الأولى ثانوي، حيث استخدم المنهج التجريبي وتهدف هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الأسلوب التطبيق بتوجيه المدرس، والأقران في تنمية التوافق الاجتماعي لتلاميذ السنة الأولى، وكذا الكشف عن أفضل أسلوب تدريسي له تأثير في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة الأولى. (مجاهد م، 2016، الصفحات 379-393).

وعلى ضوء ما سبق يمكن طرح التساؤل العام الآتي:

- ما مدى مساهمة الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

II. الطريقة والإجراءات:

1- العينة وطرق اختيارها:

مجتمع وعينة الدراسة: شملت الدراسة تلاميذ المرحلة الثانوية الذين يدرسون في ثلاث ثانويات من الناحية الشرقية لولاية المدية، وهي: ثانوية سي محمد بوقرة، ثانوية الشهيد محمد بالعالم، ثانوية العقيد عميروش، وكان مجتمع البحث يساوي 500 تلميذا يدرسون في هذه الثانويات، وقد اشتملت عينة الدراسة على 100 تلميذ من المرحلة النهائية اختيروا بطريقة عشوائية من مجتمع البحث، وهم يتمتعون بنفس ظروف التمدريس ونفس البيئة والمحيط، ويمارسون الرياضة المدرسية بنفس الكيفية.

الجدول رقم (1): يمثل عينة الدراسة

الجنس	ذكور	إناث
العدد	60	40
المجموع	100	

المصدر: من إعداد الأستاذ الباحث

2- مجالات البحث:

-المجال البشري 500 تلميذا من تلاميذ المرحلة الثانوية.
-المجال الزمني أجريت الدراسة في الفترة الممتدة ما بين 15/04/2019 الى 15/05/2019.

-المجال المكاني: أجريت الدراسة على 3 ثانويات من الناحية الشرقية لولاية المدية.

3- إجراءات الدراسة: وتشمل على

3-1- المنهج: استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي المناسب لمثل هذه الدراسات. واعتمد على الإجابات الثلاثة لكل عبارة (موافق، غير موافق، محايد).

3-2 - تحديد المتغيرات وكيفية قياسها:

المتغير المستقل: أهمية الرياضة المدرسية.

المتغير التابع: تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي.

- 4- أداة البحث: تمثلت أداة الدراسة في استمارة تم تصميمها خصيصا لأغراض الدراسة تتكون من عبارة يتم الإجابة عليها عبر البدائل (موافق، غير موافق، محايد) وهذا بعد التأكد من خصائصها السيكمترية، بدراسة صدقها وثباتها.
- 4-1- صدق الاستمارة: قام الباحث بعرض استمارة الدراسة على مجموعة من الخبراء من أجل تقويمها وتحكيمها.
- 4-2- صدق الاتساق: يوضح الجدول الآتي صدق وثبات جميع عبارات بدرجة كلية.

الجدول رقم (2): يمثل معامل الثبات للمحور الأول والثاني

محور	أبعاده	عدد العبارات	معامل الثبات
1	توافق نفسي	7	0.853
2	تكيف اجتماعي	7	0.772

المصدر: من إعداد الأستاذ الباحث

- 4-3- ثبات الاستمارة: قام الباحث بالتأكد من ثبات أداة الدراسة لاختبار معامل ثبات باستخدام طريقة الاتساق الداخلي.
- 4-4- الأدوات الإحصائية:
- بعد جمع البيانات ومراجعتها تم الاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية التي يرمز لها spss اختصارا، وتلخصت في: التكرارات، النسب المئوية، معامل الارتباط بيرسون، كا مربع.

دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي
والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.



III. النتائج :

الجدول رقم (3): يبين نتائج إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الأول
تساهم الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي

رقم العبارة	العبارات	موافق	محايد	غير موافق	المجموع	ك المحسوبة	ك الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الإحصائية
1	تعتبر الرياضة المدرسية ضرورية بالنسبة لك	55	15	30	100	45.3	5.99	2	0.05	دال
		55	15	30						
2	ممارسة الرياضة المدرسية تزيد الثقة بينك وبين زملائك	85	5	10	100	125.7	5.99	2	0.05	دال
		85	5	10						
3	ممارسة الرياضة المدرسية تساهم في ضبط النفس وتقليل الخجل	70	7	23	100	80.3	5.99	2	0.05	دال
		70	7	23						
4	ممارسة الرياضة المدرسية تساهم في الاعتناء على النفس	90	5	5	100	143.5	5.99	2	0.05	دال
		90	5	5						
5	ممارسة الرياضة المدرسية تزيد من رغبة في تحمل المسؤولية	88	0	12	100	140.5	5.99	2	0.05	دال
		88	0	12						
6	تؤدي الرياضة المدرسية إلى كفاءة نفسية لمواجهة متطلبات الحياة	70	10	20	100	75.8	5.99	2	0.05	دال
		70	10	20						
7	تؤدي الرياضة المدرسية إلى تجنب الأنانية وحب التملك	60	20	20	100	70.2	5.99	2	0.05	دال
		60	20	20						

المصدر: من إعداد الأستاذ الباحث

من خلال نتائج الجدول التي توضح إجابات عبارات المحور الأول يبين أن معظم التلاميذ كانت إجاباتهم تؤكد أن الرياضة المدرسية تساهم في تحقيق التوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الثانوية، وهذا ما أشارت إليه العبارة (4) تساهم الرياضة المدرسية في الاعتماد على النفس وهي تمثل 90% من عينة البحث التي أجابوا بالموافقة و 5% أجابوا بالحياد 5% أجابوا بعدم الموافقة، كما أن كل عبارات المحور الأول المتعلقة بأهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي نسبة

إجاباتها مرتفعة، أي أكثر من 55 % بالموافقة، أما الإجابتين محايد وغير موافق، فكانت نسب منخفضة ما بين (0 إلى 25) للإجابتين، وهذا ما يؤكد قيمة كا المحسوبة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمتها في كل عبارة من عبارات المحور الأول اكبر من كا الجدولة والمقدرة ب5.99، وهذا ما يدل على أن الرياضة المدرسية لها دور في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لبعض ثانويات ولاية المدية.

الجدول رقم (4): يبين نتائج إجابات أفراد العينة على عبارات المحور الثاني
تساهم الرياضة المدرسية في تحقيق التكيف الاجتماعي

رقم العبارة	العبارات	موافق	محايد	غير موافق	المجموع	ك المحسوبة	ك الجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الإحصائية																																																																												
1	ممارسة الرياضة المدرسية تساعد على كسب أصدقاء جدد	80	5	15	100	99.5	5.99	2	0.05	دال																																																																												
		80	5	15							2	تؤدي الرياضة المدرسية إلى إزالة الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين	73	15	12	100	72.2	5.99	2	0.05	دال	73	15	12	3	تساهم الرياضة المدرسية في الاندماج في الجماعة والمجتمع	88	5	7	100	134.5	5.99	2	0.05	دال	88	5	7	4	تؤدي الرياضة المدرسية إلى نسيان الخلاف مع زملائك في سبيل الحفاظ على العلاقة الطبيعية	84	10	6	100	115.7	5.99	2	0.05	دال	84	10	6	5	ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك شخصية اجتماعية	75	11	14	100	70.5	5.99	2	0.05	دال	75	11	14	6	تؤدي الرياضة المدرسية إلى التعبير عن رأيك في الجماعة دون تردد	51	28	21	100	14.7	5.99	2	0.05	دال	51	28	21	7	تساهم الرياضة المدرسية في تحمل المسؤولية ومساعدة زملائك	50	25	25	100
2	تؤدي الرياضة المدرسية إلى إزالة الشعور بعدم الراحة في وجود الآخرين	73	15	12	100	72.2	5.99	2	0.05	دال																																																																												
		73	15	12							3	تساهم الرياضة المدرسية في الاندماج في الجماعة والمجتمع	88	5	7	100	134.5	5.99	2	0.05	دال	88	5	7	4	تؤدي الرياضة المدرسية إلى نسيان الخلاف مع زملائك في سبيل الحفاظ على العلاقة الطبيعية	84	10	6	100	115.7	5.99	2	0.05	دال	84	10	6	5	ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك شخصية اجتماعية	75	11	14	100	70.5	5.99	2	0.05	دال	75	11	14	6	تؤدي الرياضة المدرسية إلى التعبير عن رأيك في الجماعة دون تردد	51	28	21	100	14.7	5.99	2	0.05	دال	51	28	21	7	تساهم الرياضة المدرسية في تحمل المسؤولية ومساعدة زملائك	50	25	25	100	13.75	5.99	2	0.05	دال	50	25	25						
3	تساهم الرياضة المدرسية في الاندماج في الجماعة والمجتمع	88	5	7	100	134.5	5.99	2	0.05	دال																																																																												
		88	5	7							4	تؤدي الرياضة المدرسية إلى نسيان الخلاف مع زملائك في سبيل الحفاظ على العلاقة الطبيعية	84	10	6	100	115.7	5.99	2	0.05	دال	84	10	6	5	ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك شخصية اجتماعية	75	11	14	100	70.5	5.99	2	0.05	دال	75	11	14	6	تؤدي الرياضة المدرسية إلى التعبير عن رأيك في الجماعة دون تردد	51	28	21	100	14.7	5.99	2	0.05	دال	51	28	21	7	تساهم الرياضة المدرسية في تحمل المسؤولية ومساعدة زملائك	50	25	25	100	13.75	5.99	2	0.05	دال	50	25	25																				
4	تؤدي الرياضة المدرسية إلى نسيان الخلاف مع زملائك في سبيل الحفاظ على العلاقة الطبيعية	84	10	6	100	115.7	5.99	2	0.05	دال																																																																												
		84	10	6							5	ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك شخصية اجتماعية	75	11	14	100	70.5	5.99	2	0.05	دال	75	11	14	6	تؤدي الرياضة المدرسية إلى التعبير عن رأيك في الجماعة دون تردد	51	28	21	100	14.7	5.99	2	0.05	دال	51	28	21	7	تساهم الرياضة المدرسية في تحمل المسؤولية ومساعدة زملائك	50	25	25	100	13.75	5.99	2	0.05	دال	50	25	25																																		
5	ممارسة الرياضة المدرسية تجعلك شخصية اجتماعية	75	11	14	100	70.5	5.99	2	0.05	دال																																																																												
		75	11	14							6	تؤدي الرياضة المدرسية إلى التعبير عن رأيك في الجماعة دون تردد	51	28	21	100	14.7	5.99	2	0.05	دال	51	28	21	7	تساهم الرياضة المدرسية في تحمل المسؤولية ومساعدة زملائك	50	25	25	100	13.75	5.99	2	0.05	دال	50	25	25																																																
6	تؤدي الرياضة المدرسية إلى التعبير عن رأيك في الجماعة دون تردد	51	28	21	100	14.7	5.99	2	0.05	دال																																																																												
		51	28	21							7	تساهم الرياضة المدرسية في تحمل المسؤولية ومساعدة زملائك	50	25	25	100	13.75	5.99	2	0.05	دال	50	25	25																																																														
7	تساهم الرياضة المدرسية في تحمل المسؤولية ومساعدة زملائك	50	25	25	100	13.75	5.99	2	0.05	دال																																																																												
		50	25	25																																																																																		

المصدر: من إعداد الأستاذ الباحث

من خلال نتائج الجدول الذي يوضح إجابات عبارات المحور الثاني يبين أن معظم التلاميذ يؤكدون أن للرياضة المدرسية دور كبير في تحقيق التكيف الاجتماعي للتلاميذ في المرحلة الثانوية وهذا ما أشارت إليه العبارة رقم (3) تساهم

دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.

الرياضة المدرسية في الاندماج في الجماعة المجتمع وهي 88% من عينة البحث أجابوا بالموافقة و 5% أجابوا بالحياد وذلك لاعتبارات شخصية و 7% أجابوا بعدم الموافقة، وذلك لعدم إدراكهم أهمية الرياضة المدرسية كما أنه كل العبارات كانت إجابات العينة أكثر من 50% بالموافقة، وتراوح ما بين 5% إلى 30% بالنسبة للإجابة محايد وغير موافق، وهذا ما يؤكد مقدار كالمحسوبة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 2 حيث كانت قيمة كالمحسوبة في كل العبارات أكبر من كالمجدولة في كل العبارات والمقدرة ب 5.99، وهذا ما يدل على الرياضة المدرسية لها دور في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لبعض ثانويات ولاية المدية.

IV. المناقشة

استنادا إلى النتائج المتحصل عليها من خلال هذا البحث اتضح أن النسبة الأكبر من تلاميذ المرحلة الثانوية لهم إدراك لأهمية الرياضة المدرسية في التوافق النفسي من خلال زيادة الثقة المتبادلة بين الزملاء والاعتماد على النفس بالإضافة إلى الرغبة في تحمل المسؤولية وتنفق هذه الدراسة مع العديد من الدراسات السابقة كدراسة (زاوي ع و آخرون، 2018، الصفحات 102-116)، التي أكدت أن ممارسة نشاطات الرياضية المدرسية هي بمثابة علاج للعديد من المشاكل التي يعاني منها التلاميذ كالحجل والزلة والانطواء، وهي تساعد على تلبية حاجاته النفسية والاجتماعية والمعرفية مما يساهم في إزالة توتراته النفسية والسلوكية.

ويعتبر عطاء الله وعباس نقلا عن (خلادي م و آخرون، 2020، الصفحات 314-331) التربية البدنية والرياضية إحدى الميادين الخصبة في بناء الفرد متكامل من الناحية الوجدانية المعرفية الحركية والحسي، كما لها مساهمة فعالة في بناء

شخصية النشء بتهديب سلوكه وتوحيد دوافعه الأولى وتشكيل فكره، وصقل وتنمية خبراته البدنية والمعرفية والمهارات الاجتماعية، (خلادي م و آخرون، 2020، الصفحات 314-331)، وهذا ما توصل إليه جبوري حيث اعتبر بأن ممارسة الأنشطة لها تأثير فعال وإيجابي في تنمية ورفع مستوى التوافق النفسي يسعد به الشخص والمجتمع. (جبوري ب، 2014، الصفحات 96-119).

مناقشة الفرضية التي تنص على أن الرياضة المدرسية تساهم في تحقيق التكيف الاجتماعي ومن خلال هذا البحث اتضح أن النسبة الأكبر من التلاميذ أجابوا أنّ أهمية الرياضة المدرسية تحقق التكيف الاجتماعي، وذلك من خلال كسب أصدقاء جدد والشعور بالراحة في وجود الآخرين بالإضافة إلى أن الرياضة المدرسية تؤدي إلى نسيان الخلاف مع الزملاء في سبيل الحفاظ على العلاقة الطبيعية بين المرحلة الثانوية وهذا يتوافق مع دراسة بن ناصر وأحمد التي أقرت أن منهاج التربية البدنية والرياضية له تأثير على التنشئة الاجتماعية وذلك من خلال مواقف التنافس واللعب التي تنمي العلاقات الاجتماعية أثناء التدريب وهي غنية بالخبرات والقيم التي تعني الاستقامة والاهتمام والأهمية (فاروق السيد، 2006، صفحة 83) كما لها بالغ الأثر في المشاركة الديمقراطية والتوجيه والإرشاد السليم. مما يؤدي إلى تماسك الجماعة، وحسن العلاقات والتعاون والتفاهم وإنكار الذات (بن ناصر م و أحمد أ، 2016، الصفحات 86-105).

كما تشير دراسة بن سعيد عفاف إلى أهمية الأنشطة الرياضية التي تحتويها الحصة التي تتيح للتلاميذ فرصة التكيف الاجتماعي وبناء علاقات اجتماعية ايجابية في أهم المراحل التي يعيشها الفرد وهي المراهقة نخص فيها من حيث النمو النفسي والاجتماعي والمر فولوجي.

٧. خاتمة:

لقد أصبحت الرياضة المدرسية في الوقت الراهن من الأمور الضرورية والتي يجب الاهتمام بها وذلك لأهميتها لتلاميذ المرحلة الثانوية في تحقيق التوافق النفسي للتلميذ من خلال الاعتماد على نفسه في مواجهة متطلبات الحياة والوصول إلى ضبط النفس وتقليل كل المشاكل التي يتعرض لها المراهق في هذه المرحلة بالإضافة إلى أهمية الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق الاجتماعي لتلميذ المرحلة الثانوية من خلال الاندماج في الجماعة والمجتمع ومساعدة الآخرين، وكذا الشعور بالراحة من الوسط المعيشي ومدى التفاهم مع الزملاء وكذلك بنا علاقات اجتماعية طبيعية ايجابية تعود على التلميذ بالنفع ومساهمته في بناء مجتمع صالح ومن خلال هذه الدراسة نستنتج أن:

- ✓ الرياضة المدرسية لها دور في تحقيق التوافق النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لبعض ثانويات ولاية المدية.
- ✓ الرياضة المدرسية لها دور في تحقيق التوافق الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لبعض ثانويات ولاية المدية.

الاقتراحات:

- ضرورة الاهتمام بالرياضة المدرسية وتطويرها وفق الأسس العلمية الحديثة.
- الاهتمام بالجوانب النفسية لتلاميذ المرحلة الثانوية، ومساعدتهم على الوصول إلى التوافق النفسي والمرور على مرحلة المراهقة سلاماً.
- الاعتماد بالجوانب الاجتماعية للمراهق في المرحلة الثانوية ومحاولة إقامة علاقات اجتماعية طيبة داخل الثانوية بين التلاميذ.
- محاولة تكيف تلاميذ مرحلة الثانوية مع ظروف والمتغيرات النسبية الصعبة.

VI. الإحالات والمراجع:

- بطرس حافظ بطرس. (2008). التكيف والصحة النفسية للطفل. الأردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 99.
- حسين باهي مصطفى، وأحمد حشمت حسين. (2006). التوافق النفسي والتوافق الوظيفي. القاهرة، مصر: الدار العالمية، 134.
- فاروق السيد عثمان. (2006). سيكولوجية العولمة. القاهرة، مصر: دار الأمين، ص83.
- محمد حسن علاوي. (1992). سيكولوجية التدريب والمنافسات. مصر: دار المعارف، ص75.
- محمد سلامة إبراهيم. (1980). اللياقة البدنية للاختبارات والتدريب (الإصدار 2). القاهرة، مصر: دار المعارف، 47.
- بن شاعة سعد، شريط محمد الحسن المأمون، وإدريس خوجة رضا. (2019). تقييم منهاج التربية البدنية والرياضية في ظل المقارنة بالكفاءات وعلاقته بالتغير الاجتماعي. *المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، 16 (2)، 200-219.
- بن ناصر محمد، واحسن أحمد. (2016). انعكاسات منهاج التربية البدنية والرياضية على تنشئته الاجتماعية في ظل التغير الثقافي للمجتمع الجزائري. *المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، 13 (13)، 150-86.
- تمار محمد، صغيري رابح، ونضال كمال. (2020). الأنشطة الرياضية المكيفة وتأثيرها في تعديل السلوك العدوانى لدى أطفال التوحد. *المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، 17 (4)، 291-303.

دور الرياضة المدرسية في تحقيق التوافق النفسي
والتكيف الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية.



- جبوري بن عمر. (2014). أثر ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية على التوافق النفسي العام لتلاميذ المرحلة الثانوية. *المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، 11 (11)، 96-119.
- خلادي مراد، لورنيق يوسف، وبوساق بدر الدين. (2020). اتجاهات تلاميذ تعليم الثانوي نحو النشاط البدني الرياضي وعلاقته بالسلوك العدواني لهم. *المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، 17 (1)، 314-331.
- زاوي عبد السلام، بوديسة لمياء، وبايزيد عبد القادر. (2018). علاقة النشاط الرياضي التنافسي في تقليل من العدوانية للرياضيين ذوي الاحتياجات الخاصة (إعاقة حركية). *المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، 15 (1)، 116-102.
- العربي محمد، عمارنة مسعود، ومعافي عبد القادر. (2020). أثر برنامج رياضي مقترح على القلق العام لدى المسنين المقيمين بدار الأشخاص المسنين بتيارت. *المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، 17 (4)، 335-350.
- غانم عبد الوهاب، وعبد الرحيم خديجة. (2019). نشاط التربية البدنية كآلية للحد من العنف المدرسي في الأوساط التعليمية، دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الابتدائي بولاية سيدي بلعباس. *المجلة العلمية لعلوم التكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية*، 16 (3)، 18-30.
- مجاهد مصطفى. (2016). أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي لتلاميذ السنة الأولى ثانوي. *مجلة المعيار في العلوم الإنسانية والاجتماعية الثقافية*، 6 (2)، 379-393.