

دور التربية البدنية والرياضية

في نمو شخصية المراهق

د. رويح كمال
جامعة زيان عاشور الجلفة

توطئة

إذا كان الفرد هو محور العملية التربوية بكاملها كان كذلك بالنسبة للتربية البدنية والرياضية التي تعتبر جزءا متكاملًا من التربية العامة هدفها تكوين الفرد الصالح و المفيد لنفسه و لمجتمعه من الناحية البدنية و العقلية و الانفعالية و الاجتماعية , لذلك كانت مكانتها كبيرة في المجتمعات المعاصرة عموما وفي المنظومة التربوية خصوصا و خصصت لها مكانة مميزة في المراحل التعليمية المختلفة و أيضا من أهم الجوانب التي تجعل من الفرد صالحا هو جانب التوافق النفسي الاجتماعي الذي يعتبر من المواضيع الأساسية التي حظيت باهتمام كبير في الدراسات النفسية و الاجتماعية .

و يتحقق التوافق السليم للفرد عن طريق التفاعل السليم لحاجاته النفسية و الاجتماعية و الصحية ولا يتحقق هذا إلا إذا كانت حياة الفرد منسجمة بينه و بين محيطه الذي يعيش فيه و يجب التنويه إلى دور الأسرة في تلقين الطفل مختلف السلوكات و المعاملات كخطوة أولى ثم يأتي دور المدرسة في اكتسابه توافقا اجتماعيا , لأنه في هذا الوسط يتفاعل اجتماعيا و يكتسب علاقات مع غيره كونها وسط اجتماعي قبل أن تكون وسط تعليمي فهي تلي الأسرة في مكانتها و تأثيرها في عملية تنشئة الطفل الاجتماعية غير أنه في مرحلة من مراحل حياته و هي المراهقة التي تتسم بتغيرات كبيرة في جميع النواحي (الجسمية , الانفعالية , النفسية , العقلية) و هي العوامل التي تبحث في كثير من الأحيان إلى صراعات يبحث من خلالها عن المكانة التي تليق به ولا يتحقق ذلك إلا إذا وجد نوع من الإشباع النفسي الاجتماعي في الوسط الذي يعيش فيه , لذا جاءت هذه الدراسة لمعرفة الدور الذي يمكن أن يكون للتربية البدنية و الرياضية في التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق . و منه نطرح التساؤل التالي :

. هل يمكن أن توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية وغير الممارسين لها فيما يتعلق بالتوافق النفسي الإجتماعي؟

وينبثق عن هذا التساؤل مايلي:

- هل هناك علاقة بين ممارسة التربية البدنية و الرياضية و التوافق النفسي للمراهق؟

- ما مدى العلاقة بين ممارسة التربية البدنية وتوافق المراهق إجتماعيا ؟

- هل يمكن أن نسلم بوجود فروق في التوافق بين الذكور و الإناث الممارسين للتربية البدنية و الرياضية ؟

الفرضيات :

الفرضية الرئيسية :

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية فيما يتعلق بالتوافق النفسي و الإجتماعي.

- الفرضيات الجزئية

- التلاميذ الذين يمارسون التربية البدنية و الرياضية أكثر توافقا من الناحية النفسية من غيرهم .

- ممارسة التربية البدنية و الرياضية تبين للمراهق مدى احتياجه للآخر .

. هناك فروق بين الذكور و الإناث الممارسين للتربية البدنية في درجة التوافق.

أهمية البحث :

إن العلوم الإجتماعية التي تدرس الإنسان في كل جوانبه مازالت تواجه صعوبات كبيرة ، ويحلل "أليكسيس كاريل" بقوله: "إن معرفة أنفسنا لن تصل أبدا إلى تلك المرتبة من البساطة المعبرة و التجرد و الجمال التي بلغها عالم المادة، إذ ليس من المحتمل أن تختفي العناصر التي أخرت تقدم علم الإنسان، فعلينا أن ندرك أن علم الإنسان هو أصعب العلوم جميعا"¹.

¹ (أليكسيس كاريل ، الإنسان ذلك المجهول، مكتبة المعارف ، ط 7 ، بيروت 1985. ص 24

بالرغم من ذلك فإن الباحثين واصلوا بحوثهم قصد فهم و معرفة خبايا الإنسان حتى يتسنى توجيهه و ما يلائم بناءه المورفولوجي و السيكلولوجي و السوسيولوجي. و التربية باعتبارها أهم المجالات التي تهدف إلى تكوين و تهيئة الشخص الذي يتكيف مع الظروف المحيطة به، ويقول في هذا الصدد محمد زيدان : "إذا كان التبدل و التطور هي السمات التي تميز المجتمعات الحديثة فإن مسؤولية التربية العظمى تجاه الأفراد أن تعدهم للتكيف مع ظروف العمل المستجدة و متطلبات المجتمع المتغير"¹.

وفي هذا المجال تأتي هذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين ممارسة التربية البدنية و الرياضية والتوافق النفسي الإجتماعي لطلاب السنة الأولى من المرحلة الثانوية ، و يمكن تلخيص الأهمية في النقاط الآتية :

. عملية التوافق و أهميتها بالنسبة للفرد و الجماعة .

. دور ومكانة التربية البدنية و الرياضية كجزء من التربية العامة.

. عدم وجود دراسات في هذا المجال مما يجعلها نقطة انطلاق لدراسات أخرى.

أهداف البحث :

إن أهم هدف من هذا البحث هو محاولة الوقوف على مدى أهمية التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية و مدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه

كذلك الهدف من هذا البحث هو وضع الأسرة التربوية في الطريق السليم نحو معرفة مكانة التربية البدنية و الرياضية في المنظومة التربوية في معالجة مشاكل التلاميذ في المرحلة الثانوية و أيضا مدى تأثيرها على النمو النفسي الاجتماعي للمراهق لأنه يحاول أن يتحرر من قيود الأسرة لفرض شخصيته .

تحديد المصطلحات :

التربية البدنية :

يقول **kacidy** " أن التربية البدنية هي كافة التغيرات التي تحدث في الفرد بواسطة الخبرات المتمركزة في النشاط الرياضي "

¹ (نجيب اسكندر ابراهيم، الدراسة العلمية للسلوك الإنساني، مؤسسة المطبوعات الحديثة ، القاهرة ، ط 2 ، 1961. ص 75

كما يقول اوبريتيفر " التربية البدنية هي مجموعة الخبرات التي يكتسبها الفرد خلال الحركة " (1)

التوافق :

ينطوي أي تعريف للتوافق على التكيف – ADAPTATION – و التكيف خطوة أبعد من الملائمة على طريق التوافق سواء في المجال البيولوجي أو الاجتماعي أو النفسي و هو تغير في البناء أو السلوك لمواجهة متطلبات البيئة و كما يرى صلاح مخيمر " أنه الأساس الذي يقوم عليه التوافق الحق " (2)

فالسلوك التوافقي إذن هو تكيف الفرد مع عالمه البيولوجي والاجتماعي و النفسي في سبيل تحقيق حاجاته و رغباته إرضاء لدوافعه للتخفيف من شدة توتراته و إنفعالاته و يرى كمال الدسوقي أن التوافق ليس مجرد تأثر بالعالم الخارجي و الرضوخ لمؤثراته فقط " فالتوافق أكثر استهدافا لغرض مقصود و بطريقتين التغير لا بمجرد التغير أي بالفعل لا بمجرد الانفعال بالبيئة و الإنسان يتكيف من أجل التوافق و ليس العكس " (3)

وبناء على هذا التعريف فالإنسان يستعمل التكيف وسيلة لتحقيق أكبر قدر من التوافق و ذلك بواسطة التغير و التأثير في المحيط الخارجي لا عن طريق التغير و التأثير فقط .

الدراسات السابقة والمثابرة:

إن الدراسات السابقة تعتبر لأي باحث نقطة بداية حتى يستطيع أن يقارن ما وصل إليه في بحثه بما وصل إليه ممن بحث قبله ، فإما أن يؤكد النتائج السابقة أو الخروج بنتائج جديدة ، تكون إضافة جديدة إلى المعرفة الإنسانية ، والإطلاع على الدراسات السابقة يكتسي أهمية كبيرة في كونها تزود الباحث بأفكار و نظريات و فروض و تفسيرات تفيد الباحث في تحديد أبعاد المشكلة المراد البحث فيها ، وفي هذا السياق حاولت الإطلاع على العديد من البحوث التي تمس موضوع البحث ،

1 محمد الحمامي ، أمين الخولي ، أسس بناء برنامج التربية الرياضية – دار الفكر العربي القاهرة 1990 ص 18

2 فرج عبد القادر طه – معجم علم النفس و التحليل النفسي – دار النهضة العربية بيروت ص 144

3 كمال الدسوقي – علم النفس و دراسة التوافق بيروت 1972 ط 2 ص 32

لكن واجهت مشكلة ندرة البحوث في هذا المجال، مما اضطرني إلى اللجوء إلى الدراسات المشابهة ، كونها تفي بالغرض.

أ . دراسة عبد الكريم فريشي ، 1988 عن علاقة الاختلاط في التعليم بالتوافق النفسي الاجتماعي للمراهق. وهدف هذه الدراسة هو معرفة مدى تأثير الاختلاط في التعليم في درجة التوافق النفسي الاجتماعي.

ب . دراسة فيديريكو وآخرون 1981 عن توافق الجنسين في المدارس الثانوية ، ودرس مدى تأثير الاختلاط في التوافق النفسي الاجتماعي بين الجنسين. وقد أجرى الدراسة على عينة قوامها 140 تلميذ و تلميذة.

ج . دراسة السيد خير الله 1973 موضوعها التوافق الشخصي و الاجتماعي و علاقته بالتحصيل لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية في القرية و المدينة ، واشتملت عينة البحث على 1094 تلميذ ذكور من الصف السادس ابتدائي ، 589 من القرية و 505 من المدينة وقد توصل الباحث إلى أن هناك ارتباط موجب ودال بين التوافق و التحصيل الدراسي.

المنهج المتبع في الدراسة:

يركز استخدام الباحث لمنهج ما دون غيره على طبيعة الموضوع الذي يطرقه ، فاختلاف المواضيع من حيث التحديد والوضوح يستوجب اختلاف في المناهج المستعملة ، في دراستنا الحالية ، وتبعا للتساؤل المطروح نرى ان المنهج الوصفي هو المنهج الملائم لها ، اذ يقوم بوصف ما هو كائن ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توحد بين الوقائع ، ولا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها بل يمضي الى ما هو ابعد من ذلك لان الوقوف عند وصف ما هو حادث لا يشكل ما هو جوهر البحث الوصفي كما ان عملية البحث لا تكتمل حتى تنظم هذه البيانات وتحلل وتستخرج منها الاستنتاجات ذات الدلالات والمغزى بالنسبة للمشكلة المطروحة¹ ويكتسي هذا المنهج أهمية كبير في العلوم السلوكية ، وخصوصا اثناء دراسة

¹ (جابر عبد الحميد ابراهيم : خري كاظم (مناهج البحث في التربية او علم النفس) دار النهضة العربية القاهرة 1984 ص

مواضيع محددة كما هو الشأن في دراستنا الحالية ذلك ان الدراسات الوصفية تستهدف تقويم موقف يغلب عليه التحديد¹

ويقوم المنهج الوصفي كغيره من المناهج الاخرى على عدة مراحل اهمها التعرف على مشكلة البحث وتحديد لها ، ووضع الفروض ، واختيار الفئة المناسبة ، واختيار اساليب جمع البيانات ، ووصف النتائج وتحليلها في عبارات واضحة .محاولة لاستخلاص تعميمات ذات مغزى تؤدي الى تقدم المعرفة وعليه فمن الضروري ان نسير وفق هذا المنهج في دراستنا الحالية ، ونحن بحاجة الى ادوات موضوعية يمكن عن طريقها الوصول الى الحقائق الكمية الدقيقة التي تساعدنا على اخضاعها للمعالجة الاحصائية

الضبط الإجرائي للمتغيرات :

قبل الشروع في هذه الدراسة الميدانية يجب علينا ضبط المتغيرات كي نستطيع التحكم فيها و عزل المتغيرات الدخيلة حتى نصل إلى نتائج تمكننا من التحليل و التفسير و يكون الضبط كالتالي :

1 - المتغير المستقل :

متغير التربية البدنية و الرياضية : هي إحدى فروع التربية الأساسية التي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة و تستخدم عن طريق النشاط البدني المختار المنظم و الموجه لإعداد الأفراد إعدادا متكاملا بدنيا و اجتماعيا و عقليا كما أنها تكيف الفرد بما يتلاءم مع حاجاته و المجتمع الذي يعيش فيه و يعمل على تطوره و التقدم به و تكييفه بأقصى سرعة ممكنة ، و متغير الجنوسة .

2 - المتغيرات التابعة : و تتمثل في :

- التوافق النفسي الاجتماعي من حيث علاقته بالمتغير المستقل و بعد ضبط المتغيرات و عزل بقية المتغيرات الدخيلة الأخرى

أدوات البحث:

اختبار الشخصية لعطية محمود هنا

¹ (جابر عبد الحميد ابراهيم : خري كاظم ، مرجع سابق ، ص 195

تطلق اختبارات الشخصية إصطلاحاً في القياس النفسي على الإختبارات و المقاييس النفسية التي تقيس دوافع الشخص و جوانبه الإنفعالية و علاقاته بالآخرين و اتجاهاته و ميوله على إعتبار أنها جوانب متميزة عن قدراته العقلية و الذهنية و المعرفية " (1)

و يهدف هذا الإختبار في المرحلة الإعدادية و الثانوية إلى تحديد أهم نواحي شخصيات المراهقين من الطلبة و هي النواحي التي تدخل نطاق التوافق الشخصي و التوافق الاجتماعي .

وقد أخذ هذا الإختبار من اختبار كاليفورنيا و هو الإختبار الذي وضعه كلارك willis CLARK و تورب P.THORPE و ترجمة عطية محمود هنا إلي العربية و يتميز هذا الإختبار بأنه يتيح رسم صورة نفسية للتلميذ تظهر فيالتخطيط النفسي بحيث هذه الصورة توضح نواحي التوافق لدالمراهقين (2)

ثبات الاختبار

ثبات الاختبار هو ان يعطي نفس النتائج اذا ما اعيد على نفس الافراد الظروف و يقاس هذا الثبات احصائيا بحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها الافراد للمرة الاولى و يبين نتائج الاختبار في المرة الثانية فاذا تبينت الدرجات في الاختبارين و تطابقت قيل درجة ثبات الاختبار ، و بخصوص دراساتنا الحالية فقد قمنا بحساب معاملات الثبات لهذا الاختبار بطريقة اعادة تطبيقه على كمية قدرها 30 طالب صنفين و قد كان التطبيق الثاني بعد اسبوع من التطبيق الأول و قد حصلنا على العلامات الثبات التالية :

1 فرج عبد القادر طه - معجم علم النفس و التحليل النفسي ص 27

2 عطية محمود هنا - اختبار الشخصية للمرحلة المتوسطة و الثانوية دار القلم ص 05

جدول رقم (01) يوضح معاملات الثبات لأقسام الاختيار بطريقة اعادة تطبيقه على
(30) طالبا

معاملات الثبات	القسم الأول	معاملات الثبات	القسم الثاني التوافق الاجتماعي
0.95	-الاعتماد على النفس	0.89	-المستويات الاجتماعية
0.93	-الاحساس بالقمة		المهارات الاجتماعية
	الذاتية	0.97	التحرر من الميولات
0.85	-الشعور بالحرية		المضادة للمجتمع
	-الشعور بالانتماء	0.71	العلاقات في الاسرة
0.77			العلاقات في المدرسة
0.96	-التحرر من الميل للانفراد	0.69	العلاقات في البيئة المحلية
	-الخلو من الأعراض العصبية	0.82	
0.87		0.90	

صدق الاختيار :

ان صدق الاختبار هو مقدرة على قياس ما وضع من اجله و السمة المراد قياسها و يعتمد بعد الاختبارات صلاحية ارتباط نتائج محاكاة و اختيارات خارجية او الجذع لمعاملات ثبات وغيرها و بالنسبة لصدق هذا الاختبار لم يذكر واضعوه شيئا عن ذلك وقد استدلووا على من الانتقاء الرفيق لعناصره و هذا المعيار اكبر ضمانات و بهذا فقط اشر الى ما يشبه الصدق المنطقي .

اما في الدراسات الحالية قمنا بتطبيق الاختبار على عينة قوامها (30) تلميذ كما سبقت الاشارة الى ذلك اثناء تعرضنا للثبات الى اننا ارتينا ان نعلم في قياسنا لصدق الاختيار و في ظل غياب محاكاة خارجية على قياس درجة الصدق الذاتي لبنود الاختيار انطلاقا من معاملات الثبات التي وصلنا اليها و يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعاملات ثبات الاختيار و في جميع هذه المعاملات مرتفعة و دالة إحصائيا و يمكن الاعتماد عليها.

جدول رقم (02) يوضح معاملات الصدق الذاتي للاختبار

بنود الاختبار و تقديرات المدرسين	معاملات الثبات	القسم الثاني التوافق الاجتماعي	معاملات الثبات
-الاعتماد على النفس	0.94	-المستويات الاجتماعية	0.97
-الاحساس بالقيمة الذاتية	0.98	المهارات الاجتماعية	0.96
-الشعور بالحرية	0.84	التحرر من الميولات المضادة للمجتمع	0.92
-الشعور بالاعتماد على النفس	0.83	العلاقات في الاسرة	0.87
-التحرر من الميل للانفراد	0.90	العلاقات في البيئة المحلية	0.97
-الخلو من الأعراض العصبية	0.94		0.93

- العينة :

توزيع العينة حسب الجنس

معيين	ممارسين للتربية البدنية	الافراد الجنس
10	18	الذكور
14	18	الاناث
24	36	مجموع

عينة معفية من ممارسة للتربية البدنية : 24 تلميذ

الأدوات الإحصائية للبحث:

. المتوسط الحسابي

. الانحراف المعياري

. اختبار t

. اختبار كا²

دلالة الفروق بين الذكور الممارسين للتربية البدنية و الإناث الممارسات للتربية البدنية و الرياضية فيما يتعلق بالتوافق النفسي و الإجتماعي

عينة المقارنة	الإناث الممارسين للتربية البدنية ن = 18		الذكور الممارسين للتربية البدنية ن = 18		قيمة ت و مستوى دلالة الفروق		إتجاهات الفروق لصالح
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	
المتغيرات							
التوافق الشخصي	28.41	1.77	23.26	4.12	2.10	0.05	الإناث
التوافق الإجتماعي	28.82	7.09	26.31	2.24	2.15	0.05	الإناث

هناك فروق جوهريّة بين الذكور و الإناث الممارسين للتربية البدنية فيما يخص التوافق النفسي لصالح الإناث الممارسات .

و بما أن T المحسوبة أكبر من T المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 و درجة الحرية 34 و سنة توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور الممارسين للتربية البدنية و الإناث الممارسات للتربية البدنية فيما يخص التوافق النفسي و الإجتماعي.

دلالة الفروق بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و المعفيين منها فيما يخص بالتوافق النفسي و الإجتماعي

عينة المقارنة	الذكور الممارسين للتربية البدنية ن = 36		الإناث الممارسات للتربية البدنية ن = 24		قيمة ت و مستوى دلالة الفروق		إتجاهات الفروق لصالح
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	
المتغيرات							
التوافق الشخصي	28.62	4.25	24.07	4.13	2.59	0.05	الممارسون
التوافق الإجتماعي	27.53	4.03	23.82	3.90	2.85	0.05	الممارسون

فيما يخص التوافق النفسي لفائدة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية و الغير ممارسين للتربية البدنية فيما يتعلق بالتوافق الإجتماع لفائدة التلاميذ الممارسين للتربية البدنية . و بما أن T المحسوبين أكبر من T الجدولتين عند مستوى الدلالة 0.054 و درجة الحرية 58 .

ما يدفعنا إلى القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين فيما يخص التوافق النفسي و الإجتماعي

تحليل النتائج

1- دراسة علاقة التربية البدنية بالتوافق النفسي

بتطبيق كا² لتحديد العلاقة بين التربية البدنية والرياضية والتوافق النفسي وجدت كا² المحسوبة أكبر من الجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 58 وهي قيمة دالة إحصائية لصالح الممارسين للتربية البدنية والرياضية مما يجعلنا نحكم ان نسبة التوافق الشخصي مجسدة لديهم أكثر منها عند التلاميذ المعفيين مما يبين العلاقة الايجابية للتربية البدنية على التوافق الشخصي وهذا ما يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية لبديلة التي تقوم على أن التلاميذ الذين يمارسون التربية البدنية والرياضية أكثر توافقا من الناحية النفسية من المعفيين .

2- دراسة علاقة التربية البدنية بالتوافق الاجتماعي

وجدت χ^2 المحسوبة أكبر من القيمة المجدولة عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 58 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح الممارسين للتربية البدنية مما يجعلنا نجزم أن نسبة التوافق الاجتماعي مجسدة لدى التلاميذ الممارسين أكثر منها عند التلاميذ المعفيين مما يبين العلاقة الإيجابية لمتغير التربية البدنية وهذا ما يؤدي إلى رفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة التي تقوم على أن ممارسة التربية البدنية والرياضية تبين للمراهق مدى احتياجه للأخر وبالتالي توافقه الاجتماعي

مما سبق نستنتج أن التربية البدنية لها علاقة إيجابية بالتوافق الشخصي ولها علاقة أيضاً بالتوافق الاجتماعي من خلال الدلائل الإحصائية المتوصل إليها

دراسة النتائج الخاصة بالفروق بين الجنسين فيما يخص التوافق النفسي الاجتماعي

في المرة الأولى تم التعرض إلى عامل ممارسة التربية البدنية والرياضية أما في هذا الجزء فيتم التعرض إلى عامل الجنوسة حيث كان نص فرضيتنا يشير إلى وجود فروق بين الذكور والإناث الممارسين للتربية البدنية فيما يخص التوافق النفسي الاجتماعي ولذا كانت الدراسة عبارة عن مقارنة بين الذكور والإناث الممارسين للتربية البدنية

يتضح من خلال الجدول الذي يبين الفروق بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات للتربية البدنية فيما يخص التوافق النفسي الاجتماعي أن هناك فروق جوهرية حيث أن t المحسوبة أكبر من المجدولة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 34 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح الإناث الممارسات مما يجعلنا نحكم أن نسبة التوافق مجسدة لدى الإناث أكثر منها لدى الذكور مما يبرر قابلية الإناث للتوافق وهذا راجع للخصائص النفسية والاجتماعية والانفعالية للمرأة

مما سبق نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تقوم على أن هناك فروق بين الذكور والإناث الممارسين للتربية البدنية في درجة التوافق النفسي الاجتماعي

- دراسة النتائج الخاصة بالفروق بين التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية والتلاميذ المعفيين فيما يخص التوافق النفسي الاجتماعي

يتضح من خلال النتائج المستقاة من الجدول أن هناك فروق واضحة وجوهرية حيث أن t المحسوبة اكبر من المجدولة عند مستوى الدلالة 0,05 ودرجة الحرية 58 وهي قيمة دالة إحصائيا لصالح التلاميذ الممارسين للتربية البدنية مما يجعلنا نحكم أن نسبة التوافق لدى التلاميذ الممارسين أكثر منها لدى التلاميذ المعفيين مما يبرر أهمية التربية البدنية للمراهق في هذه المرحلة التعليمية مما يجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تقوم على أنه توجد فروق في التوافق النفسي الاجتماعي بين الممارسين للتربية البدنية والمعفيين منها

الاستنتاج العام :

بعد عرض و تحليل النتائج المتحصل عليها في نهاية البحث الميداني من خلال تطبيق إختبار الشخصية للدكتور عطية هنا الذي يقيس التوافق النفسي الاجتماعي. تثبت النتائج المحصل عليها أن ممارسة التربية البدنية و الرياضية بالنسبة لطلبة السنة الأولى ثانوي لها علاقة في نموهم النفسي و كذلك نفس الشيء بالنسبة لنموهم الاجتماعي , وهذا بتطبيق اختبار كا² كذلك بنيت النتائج المتحصل عليها عن تطبيق اختياري t

ان هناك فرق في التوافق النفسي الاجتماعي بين الممارسين للتربية البدنية و الرياضية و المعفيين و كذلك فروق بين الإناث الذكور الممارسين للتربية البدنية مما سبق يظهر جليا صحة الفرضية العامة التي تقضى بأن هناك فروق جوهرية بين الممارسين للتربية البدنية و الرياضية و المعفيين فيما يخص التوافق النفسي الاجتماعي لطلبة السنة الأولى ثانوي.

آفاق البحث :

بناء على ما تم عرضه و التوصل إليه من خلال هذا البحث تبين أن التربية البدنية و الرياضية ضرورية لخدمة الطلبة، و خاصة في المرحلة الثانوية التي يعرف فيها الطلبة أوج التوتر ، و عدم الاستقرار التي يعرفها في سن المراهقة ، و لهذا كان من الضروري قيام بحوث تعنى بهذا الموضوع لمسايرة التطور الذي

يعرفه العلم ، و التجديدات التي تعرفها التربية البدنية و الرياضية في بلادنا ، و ذلك لمحاولة تخلص المنظومة التربوية من ثمراتها الغير ناضجة و التقليل من الهوة التي تفصل بين كل ما هو نظري عن تطبيقه على نفس الأسس في أرضية الواقع . و لا يمكن للمنظومة التربوية أن تقوم على أسس متينة ما لم تنظر إلى الطالب كوحدة شخصية إن أهمل جانب منها تداعت بأكملها ، و انحرفت عن المسار المسطر لها، و إنني أنظر إلى بحثي هذا بمنظار السهم الموجه إلى إحدى هذه الجوانب و أهمّها في تكوين ناشئة المستقبل، رغم تواضع الوسيلة المستعملة و في حدود حجم العينة . إلا أننا نأمل أن يمتدّ إلى بحوث أخرى تحضي بوسائل و تسهيلات و ظروف أحسن تمكنها من تعميم هذه النتائج على عينة أوسع ممثلة للمجتمع الأصلي، و التحقق من صحّة ما توصلت إليه خاصة بعد إعادة النظر في وضعية التربية البدنية و الرياضية و اعتبارها مادة تعليمية حيث أصبحت امتحان رسمي في الأقسام النهائية و هذا خدمة للطالب و المنظومة التربوية على حد سواء .

استنتاج عام

من خلال هذا البحث يتأكد لنا أن التربية البدنية و الرياضية ليست وظيفة بقدر ماهي فن في يد العاملين بها ، و علم يحمل على عاتقه مصير جيل بأكمله . فهذه العملية التربوية تنتج آثارا على الفرد و المجتمع و لكي تحقق في الجزائر ما حققته الدول المتقدمة و تواكب ما توصلت إليه من إنجازات عليها أن تولي الطالب العناية الكافية و الكاملة بشخصيته لمساعدته في الوصول إلى ما يصبو إليه . فالتربية الوطنية تعتبر الوسيلة المثلى للتحكم في سلوكات المراهق و ذلك لتوظيفها في استثمار قدراته في المجتمع . فلا أحد يجادل في مكانة التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للمراهقين و على هذا الأساس فمن الواجب أن نعطيها حقها الكامل من الإهتمام حتى يتمكن أبناؤنا من التعبير عن أنفسهم من خلال ممارستها .

و حتى يكون لديهم الإلتزان النفسي و الإجتماعي , لذلك فعلى العاملين في هذا الميدان أن يدركوا أن التربية البدنية و الرياضية كمادة تدرس في الثانوية تعد تكملة ضرورية لمراحل سابقة و مقدمة لمراحل أخرى قادمة .

و هي من هذه الجهة تعد علما له مبادئه و الأسس التي يبني عليها و يظهر ذلك من خلال مختلف التأثيرات التي تتركها التربية البدنية على التوافق النفسي الإجتماعي للطال.

و قد تبين بعد هذه الدراسة المتواضعة أن التربية البدنية مهمة في حياة الإنسان عموما و المراهق خصوصا فهي تؤثر على توافقه النفسي و الإجتماعي من خلال التأثير على مكوناتها كما رأينا .

و هي بذلك تجعل الطالب قادرا على تحقيق التوافق و التوازن مع متغيرات الواقع الإجتماعي بحيث تسهل له التكيف مع مختلف مستجدات المرحلة الجديدة كذلك من خلال هذا البحث تبين لنا أن التوافق النفسي و التوافق الإجتماعي شيان متلازمان يستحيل الفصل بينهما .

رغم ما تقدم إلا أن التربية البدنية و الرياضية تحتل مكانة منخفضة في السلم التعليمي و لا تحض بالمكانة اللائقة بها كمادة تربوية مكملة للمواد الأخرى رغم تميزها بكونها تنظر للطالب كوحدة متكاملة و كاملة لشخصيته من كل الجوانب: البدنية ، العقلية و الإجتماعية .

لذا أملني أن يكون هذا البحث نقطة بداية لبحوث أخرى تبين وتظهر أهمية ومكانة التربية البدنية و الرياضية ، كلبنة أساسية في هرم المنظومة التربوي.

المراجع

- احمد زكي صالح علم النفس التربوي القاهرة 1972
- احمد مختار عضاضة -التربية العلمية و التطبيقية في المدارس الابتدائية و التكميلية 03
- مؤسسة الشرق الأوسط بيروت ط3 1962
- أحمد عزت - علم النفس الصناعي دار النهضة العربية القاهرة 1965
- أحمد عزت راجح -أصول علم النفس ط3 دار المعارف القاهرة 1983

- أديب حضور -الاعلام الرياضي - المكتبة الإعلامية -دمشق 1994
- أمين أنور خوني - أصول التربية البدنية و الرياضية - التاريخ - المدخل الفلسفة -دار 08-الفكر العربي القاهرة 1997
- تشالزبيوكي -أسس التربية البدنية - ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده فرنكلين للطباعة و النشر القاهرة 1960
- تشالن بيوكر أسس التربية البدنية ترجمة حسن معوض و كمال فرنكلين للطباعة و النشر القاهرة 1960
- توفيق حداد - محمد سلامة آدم التربية العامة ط1 الجزائر 1977
- جميل يوسف منصور - محمد عبد السلام فاروق - النمو من الطفولة إلى المراهقة