

دور الأنشطة البدنية الرياضية التربوية في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية
 فئة العمر (18 - 20 سنة) (دراسة ميدانية بثانوية أحمد زبانة بالحروبة - الجزائر العاصمة -
 أ. بن جعفر رمضان
 جامعة محمد بوضياف المسيلة

ملخص الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة دور الأنشطة البدنية الرياضية التربوية في تنمية مختلف أشكال التفاعل الاجتماعي عند التلاميذ المتدربين ذوي الفئة العمرية (18-20 سنة) أثناء حصص التربية البدنية الرياضية بثانوية أحمد زبانة بالجزائر العاصمة ، وكذا إيضاح أهمية الأنشطة البدنية والرياضية وما تكتسبه من أبعاد تربوية وخلقية ، وأهميتها في تكوين ملامح الشخصية للتلميذ المراهق و تنمية الجانب النفسي والاجتماعي والعاطفي لديهم وكذا تنمية روح التعاون فيما بين التلاميذ وتحسين العلاقات الاجتماعية وإحساسهم بالمسؤولية تجاه الفريق الرياضي التربوي...الخ.

ولتحقيق أهداف هذه الدراسة استخدم المنهج الوصفي، وبلغ المجتمع الأصلي لهذه الدراسة 240 تلميذ وتلميذة، وكان حجم العينة المأخوذة 25% أي ما يعادل 60 تلميذا وتلميذة. واستخدمت استمارة الاستبيان كأداة للدراسة الميدانية و استخدم للمعالجة الإحصائية النسبة المئوية واختبار (χ^2) أي (X^2) .

وأشارت هذه الدراسة إلى أن معظم طلبة القسم النهائي يحبون ويفضلون الرياضة وبأنها تمثل لهم حيزاً واسعاً للترفيه عن النفس و يمتازون بنفسية جيدة جدا ويتصفون بالهدوء والحيوية وعدم الخوف و يشعرون أثناء الممارسة الرياضية بارتياح نفسي اجتماعي وهم يتمتعون بعلاقات جيدة وسلوك حسن.

الكلمات الدالة في الدراسة : - التفاعل الاجتماعي - التربية البدنية والرياضية - المراهقة- التعليم الثانوي - النشاط البدني الرياضي التربوي - تلاميذ المرحلة الثانوية المتدربين (18 - 20 سنة).

Rôle des activités physiques et sportives dans le développement de l'interaction sociale chez les élèves de l'enseignement secondaire - tranche d'âge (18- 20 ans

[Etude pratique au lycée Ahmed ZABANA à El Kharouba – Alger]

Résumé :

La présente étude vise la détermination du rôle de l'enseignement des activités physiques et sportives dans le développement des différentes

formes d'interaction sociale chez les élèves scolarisés de la tranche d'âge (18-20 ans) durant une séance d'éducation sportive tenue au lycée Ahmed ZABANA d'Alger. Elle a aussi pour but la mise en exergue l'importance des activités physiques à travers ses dimensions pédagogiques et morales, et leurs rôles dans la formation des prémices de la personnalité ainsi que le développement des volets psychologique, social et émotionnel chez les adolescents. Ses activités contribuent de même au développement de l'esprit de coopération entre les élèves et la promotion des relations sociales entre eux, ainsi que le sentiment de responsabilité à l'égard du groupe sportif éducatif ... etc

Afin de réaliser les objectifs de l'étude, on a adopté l'approche descriptive. L'étude a touché une population de base de 240 élèves de sexe féminin et masculin dont on a prélevé un échantillon de 25 % soit 60 élèves, un questionnaire a été utilisé comme outil pour mener une étude pratique servant au traitement statistique, le pourcentage et le test (χ^2).

Cette étude indique que la majorité des élèves de la classe terminale ont une préférence et un penchant vers le sport, que le sport est pour eux un espace de divertissement vaste. Que durant ses séances, leur morale est au beau fixe, qu'ils se sentent calme, fougueux, et la peur se dissipe. Elle indique aussi que ces adolescents éprouve de la satisfaction sociale et psychologique durant la pratique du sport, ils entretiennent de bonnes relations et ont une bonne conduite.

Mots clés : interaction sociale – éducation physique et sportive – adolescence – enseignement secondaire – l'activité physique sportive éducatrice - les élèves scolarisés de la tranche d'âge (18- 20 ans).

مقدمة :

يعد النشاط البدني الرياضي التربوي في صورته التربوية ونظمه وقواعده الأساسية وأنواعه المتعددة ، ميدانيا ثريا من ميادين التربية البدنية الحديثة، وعنصرا قويا في إعداد المواطن الصالح وتزويده بالخبرات والمهارات الواسعة، وتمكينه من التكيف مع مجتمعه، وتجعله فردا قادرا على بناء حياته، وتطوير فكره ، وتنمية الجانب البدني والحركي ، والمهاري والفكري ، وكذا الجانب العاطفي الوجداني لاسيا عند التلميذ المراهق والذي هو بحاجة ماسة إليه طيلة مساره الدراسي.

من هذا المنطلق نجد الكثير من الأفراد يسعون جاهدين لممارسة بعض الأنشطة الرياضية التي يميلون إليها ويفضلونها عن غيرها.

ويلاحظ بأن مجال النشاط البدني الرياضي يشهد تطورا بالغ الأهمية ، لا يقل شئنا عن باقي العلوم الأخرى ، وهذا ما نراه في أحداث الأساليب والتجهيزات الرياضية المستخدمة ، ويعتبر هذا النشاط أساسا علميا ومظهرا ثقافيا يضفي على المجتمع صفة التقدم والرفق الرياضي لذا سارعت الحكومة الجزائرية منذ الاستقلال إلى تنمية هذا المجال الحيوي ، وذلك بتوفير الإمكانيات والتجهيزات الرياضية وتهئية الأماكن اللازمة والملائمة للممارسة الرياضية والتربوية معا ، وتكوين ما يلزم من الإطارات المتخصصة في هذا المجال الحيوي والهادف.

ويعتبر المجال الرياضي من أهم المجالات التي مسها التقدم على المستوى العالمي فقد أصبحت الرياضة معيارا هاما يقاس به مدى التقدم في العديد من المجالات كالتيكنولوجيا والعلوم الدقيقة والاقتصادية ، وما الألعاب الأولمبية وكؤوس العالم في كرة القدم وألعاب القوى وكرة السلة ، وسباقات السيارات... إلخ إلا دليلا قاطعا على سيطرة الدول الكبرى والقوى العظمى على الفوز الدائم ، والظفر بالمراكز الدولية الأولى.

1- إشكالية الدراسة :

مما لاشك فيه أن تقدم الأمم ورقمها أصبح يقاس بمقدار التطور العلمي والتكنولوجي الذي أحدثه مثقفي وعلماء وأطر الأمة في شتى الميادين ، وتظهر نتائج هذا التقدم من خلال القفزة النوعية التي وصلت إليها الكثير من الدول المتقدمة في ميادين شتى كعلوم الاتصال والمعلوماتية، والدراسات العلمية، والصناعات المتعددة، والعلوم الفلكية ، والأبحاث الفضائية ، ومجالات العلوم الطبية ، والبيولوجية العضوية التي تعنى بمعرفة خفايا جسم الإنسان ووظائف مختلف أجهزته ، دون أن ننسى تلك الصناعات الإلكترونية الدقيقة التي تضفي البصمة على كل موجودات الكون ، كل هذا من فضل الله تعالى على عباده.

و يعود الفضل أيضا إلى مختلف البحوث الأدبية والفكرية والفلسفية التي تعنى بالعقل ، وتبحث في ما وراء الفكر والميتافيزيقيا، فالعقل يبقى أفضل وسيلة كرم الله بها الإنسان عن غيره من المخلوقات .

من هذا المنطلق نرى أن مختلف الدول تتنافس وهي في صراع دائم منذ عهود سابقة من أجل الظفر بالمراتب الأولى ، والوصول إلى قمة الهرم، الشيء الذي يجعل هذه الدول تسعى دوماً لتطوير وتغيير نظامها التعليمي التربوي ، فهو السبيل الوحيد لإخراج المجتمع من ظلمة الجهل والعزلة إلى نور التقدم والحريّة ، فهي توجه معظم جهودها وبحوثها وإمكاناتها لتطوير مجال التربية والتعليم ، وتراجع وتكيف برامجها من فترة إلى فترة وفق متطلبات العولمة والسوق الدولي ، طبعاً مع مراعاة حاجات ومتطلبات الفرد والمجتمع في آن واحد.

بالمقابل من هذا نجد دول العالم الثالث ما زالت تبدو بعيدة عن هذا التقدم والتطور والإنجاز ، فقطاع التربية والتعليم لم يرقى إلى المستوى المطلوب من حيث إعداد وبناء البرامج والمناهج الدراسية ، وانعدام الوسائل والإمكانات اللازمة ، وقلة التجهيزات والهياكل التربوية يضاف إلى هذا كله أن النظم التربوية في شتى أنحاء العالم ، تعرف اليوم تطوراً مذهلاً من حيث البرامج والوسائل التعليمية ، والطرائق البيداغوجية والمناهج الدراسية المختلفة ، مما أدى بهذه المجتمعات إلى البحث على العلاقة بين المعرفة وطرق توصيلها إلى المتعلمين، ومحاولة هيكلة كل ما يتعلق بالتعليم من جديد في البرامج وفق ما يتلائم مع طبيعة المتعلم.

وقصد مسابقة هذه التطورات، قامت الجزائر بالعديد من المجهودات والإصلاحات في حقل التربية والتعليم ، فعملت جاهدة على تغيير المواد الدراسية الموروثة عن الاستعمار، وإعادة صياغة أهدافها التعليمية ، كما أضافت مقررات وأنشطة دراسية تعليمية من صميم المجتمع الجزائري ، كما قامت الدولة بتسخير مربين مؤطرين وتكوينهم تكويناً حقيقياً مناسباً وفعالاً ، باعتبار أن المربي هو أحد عناصر العملية التربوية .

وتؤكد معظم الدراسات التربوية والنفسية على أن المربي هو حجر الزاوية في هذه العملية ولقد ثبت من خلال الرصد التربوي المعاصر أن نجاح عملية التعليم يرجع بنسبة 60% منه للمربي وحده ، بينما يتوقف 40 % الباقية على المناهج الدراسية والوسائل التعليمية والطرائق، والأنشطة الأخرى في المدرسة.⁽¹⁾ من خلال كل هذه المعطيات يمكن حصر الإشكالية في سؤال جوهري عام كالتالي:

هل للأنشطة البدنية الرياضية التربوية دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية ؟

التساؤلات الفرعية:

¹⁻ د/ يوسف قطامي، نايفة قطاني: إدارة الصفوف و الأسس السيكولوجية ، ، دار الفكر للطباعة و النشر ، ط 1 ، عمان ، الأردن ، 2002 ، ص 45 .

س1/هل للعلاقات الاجتماعية دور في تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويية؟

س3/هل التعاون الجماعي يساعد على تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويية؟

س2/هل الشعور بالمسؤولية يساهم في تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويية؟

2- فرضيات الدراسة :

- الفرضية العامة:

هناك علاقة إيجابية بين ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويية و تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الفرضيات الفرعية:

الفرضية 1- للعلاقات الاجتماعية دور في تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويية.

الفرضية 2- التعاون الجماعي يساعد على تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويية .

الفرضية 3-الشعور بالمسؤولية يساهم في تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الترويية.

3 - تحديد المفاهيم والمصطلحات الدالة في الدراسة:

من خلال متغيرات الدراسة الحالية يمكن تعريف بعض المفاهيم و المصطلحات كالآتي:

التفاعل الاجتماعي:

يتأثر الفرد بالآخرين ، وأثناء هذا التأثير المتبادل ينتج التفاعل : حيث أن " التفاعل هو طبيعة التغيرات التي تطرأ على الجماعات الصغيرة نتيجة حدوث تغيرات ديناميكية في بعض أجزاء الجماعات الكبيرة التي تتكون فيها الجماعات الصغيرة."⁽¹⁾

ويرى الدكتور " محمد شفيق " أن التفاعل الاجتماعي هو العملية الحيوية التي تؤثر في ديناميات الجماعة، أو تلك العمليات التي تنجم عن اتصال فردين أو أكثر (ليس بالضرورة اتصالا ماديا) لتحقيق أهداف الجماعة من خلال وسائل الاتصال الاجتماعي (مرسل ، مستقبل ، وسيلة اتصال).⁽²⁾

¹⁻ د/ دينكن ميشل: معجم علم الاجتماع، ترجمه و مراجعة إحسان محمد الحسن، دار الطليعة، بيروت، لبنان، 1981، ص 108.

²⁻ د/ أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة: النمو و الدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر، 1999، ص

التربية البدنية والرياضية.

لقد ميز الدكتور أمين أنور الخولي بين مفهومين للتربية البدنية والرياضية فالمفهوم الأول اعتبره تربويا من تسميتها، والمفهوم الثاني إجرائي راجع لطبيعة التربية البدنية والرياضية في حد ذاتها.

المفهوم التربوي:

يرى المفكر التربوي " جون ديوي ": " أن التربية البدنية والرياضية أسلوب للحياة وطريقة مناسبة للمعيشة من خلال خبرات الترويح البدني، واللياقة البدنية، والمحافظة على الصحة وضبط الوزن ، وتنظيم الغذاء ، والنشاط ، وهو مفهوم مرتبط مع التربية طول الحياة.⁽¹⁾ وهي ترافق حياتنا نظرا لصيغتها التربوية، فالتربية هي: " نقل للتراث الثقافي من جيل قديم إلى جيل جديد بعد تعديله وتنقيحه، وقد تكون عملية نقل التراث مقننة(كما في الوضع المدرسي) وقد تكون غير ذلك".⁽²⁾

المفهوم الإجرائي: لقد صنف أمين أنور الخولي ثلاث أسس للمفهوم الإجرائي للتربية البدنية والرياضية.

1 - **مجموعة أساليب وطرق فنية:** تستهدف اكتساب القدرات البدنية والمهارات الحركية والمعرفية والاتجاهات.

2 - **مجموعة نظريات ومبادئ:** تعمل على تبرير وتفسير استخدام الأساليب الفنية .

3 - **مجموعة قيم ومثل:** تشكيل الأهداف والأغراض وتكون بمثابة محاكاة وموجهات للبرامج والأنشطة وعليه فإن التربية البدنية هي: " عملية توجيه للنمو البدني والقوام الإنساني، باستخدام التمرينات البدنية والتدابير الصحية وبعض الأساليب الأخرى التي تشترك مع الوسائط التربوية لتنمية النواحي النفسية والاجتماعية والخلقية.⁽¹⁾

3 (المراهقة:

- التعريف اللغوي:

جاء في المنجد: " راق الغلام = قارب الحلم أي بلغ حد الرجال². فأول معيار وأكثر أهمية هو اكتمال نضج الخلايا الجسمية من خلال بداية أدائها لوظائفها البيولوجية. كما جاء كذلك على لسان العرف: " راق الفتى، راهقت الفتاة بمعنى أنها نمتا نموًا مستطردًا⁽³⁾، والمقصود بالنمو المستطرد هو " النمو السريع والمملحوظ".

¹- د/ أمين أنور الخولي، محمد حامي، برامج التربية الوطنية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1990، ص 30.

²- د/ أمين أنور الخولي، محمد حامي، برامج التربية الوطنية، المرجع نفسه، ص 29.

¹- د/ محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئ: نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، الجزائر، 1986، ص 95.

² - المنجد في اللغة والإعلام، 1969، ص 283.

³- د/ عباس محمود عوض: دراسات في علم النفس الاجتماعي، مكتبة النهضة الاجتماعية العربية، بيروت، لبنان، سنة 1980، ص 78.

- التعريف الاصطلاحي :

المراهقة هي: " مرحلة ينتقل فيها الفرد من مرحلة الطفولة إلى الرشد ويحدث بشكل متدرج نحو النضج الجسدي والجنسي والعقلي والنفسي"⁽⁴⁾.
فالمراهقة تتوسط الطفولة والرشد وهذا ما ينتج مشاكل عديدة انطلاقاً من كون أن المراهق يعتبر نفسه قد كبر وأصبح رجلاً ، في حين أن أسرته ومجتمعه لا زال يعتبرانه طفلاً غير قادراً على تحمل المسؤولية.

- التعريف الإجرائي :

هي مرحلة من الحياة يمر بها كل فرد ابتداء من سن 12 سنة إلى غاية 21 سنة وهي مرحلة حساس جدا تتميز باضطرابات في السلوك ، الهدف منها إثبات الذات وتتميز بحدوث تغيرات من حيث النمو الجسدي وكذا النضج الفكري ، وهي مرحلة لخلق مختلف العلاقات مع الجنس الآخر والتقارب العقلي والميول إلى إظهار مكسبات الشخص وإثبات مكانته في الأسرة والمجتمع ، وإظهار القدرة على اتخاذ القرارات في الأوقات الضرورية، وغالبا ما يتميز الفرد المراهق بتصرفات عشوائية.

4 (التعليم الثانوي:

أ - من الناحية الاصطلاحية : حسب تعريف " عبد الرحمن بن سالم " " التعليم الثانوي " هو مرحلة يستقبل فيها التلاميذ بعد نهاية التعليم الأساسي، وعادة ما يسمى بالتعليم ما بعد الأساسي، وينتقل التلاميذ إلى مرحلة التعليم الثانوي حسب شروط محددة قانونياً"⁽¹⁾.

وعرفه المرسوم رقم 33.78 المؤرخ في 16 أفريل 1976 المتعلق بالتربية والتكوين "التعليم الثانوي معد لاستقبال تلاميذ نهاية التعليم الأساسي، على أساس الشروط التي يحددها الوزير المكلف بالتربية، ومهمته هي زيادة على مواصلة المهمة التربوية العامة المسندة إلى المدرسة الأساسية"⁽²⁾.

ب - التعريف الإجرائي لـ التعليم الثانوي:

التعليم الثانوي هو مرحلة دراسية يصل إليها التلميذ مروراً بمرحلة التعليم الأساسي، والتعليم الثانوي يشمل برنامج تربوي خاص به يتلاءم مع المرحلة السنية للطلبة و يشتمل على ثلاث ثلاثيات " فصول " في نهاية كل فصل تنظم امتحانات الهدف منها تقويم المسار الدراسي للتلميذ.

ويكتسب من خلالها معارف تتلاءم مع مرحلته العمرية "المراهقة".

5 (النشاط البدني الرياضي التربوي :

أ - من الناحية الاصطلاحية:

⁴⁻ د/ عبد الرحمان العيساوي: علم نفس النمو ، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية، مصر، 1995 ، ص 100.

¹⁻ عبد الرحمن بن سالم: المرجع في التشريع المدرسي الجزائري ، دار الهدى ، ط3 ، الجزائر ، 2000 ، ص 54.

²⁻ تركي راجح : أصول التربية والتعليم ، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط2 ، الجزائر ، 1989 ، ص 69.

" يعرف أمين أنور الحولي " النشاط البدني الرياضي على أنه " وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة الغرض من خلالها إشباع حاجات الفرد معاقا أو سليما ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المرافق التعليمية التي تماثل المرافق التي يتلقاها الفرد في حياته اليومية ". (3)

ب - التعريف الإجرائي :

النشاط البدني الرياضي التربوي هو ذلك النشاط الذي يمارسه طلبة المدارس و الأكاديميات و الثانويات وفق قوانين تنظيمية مسطرة من طرف وزارة التربية الوطنية و التعليم ، الغاية منه تحقيق أهداف تربوية سامية في أوساط الطلبة ، وإنتاج فرد صالح ذو مقومات وطنية يستطيع من خلالها الدفاع عن حقوق بلده في جميع الميادين .

4 - الدراسات السابقة :

تناول بعض الطلبة المتخرجين في السنوات الماضية هذا الموضوع من عدة جوانب مختلفة فمنهم:
1-4/ دراسة الطالبان: محمد بلقاسمي ، مراد بن يكن :تحت إشراف الأستاذ أحمد يخلف سنة 2008/2009 جامعة محمد خيضر ولاية بسكرة حيث أشار من خلالها إلى " التفاعل الاجتماعي ومدى انعكاسه على الأداء الرياضي لدى تلاميذ التعليم المتوسط في نشاط كرة اليد " وتحصل على النتائج التالية :

- وجود فروق في تأثير الأفراد على الجماعة.* ضرورة التعاون مع الأفراد وبذل المجهود للوصول إلى الفوز والشعور بالقوة .

- يؤثر التفاعل الاجتماعي إيجابيا على أعضاء الفريق من خلال مختلف العلاقات .

2-4/ دراسة الطالبان : ربيع عبد الكريم وغبغب توفيق :تحت إشراف الأستاذة كواش منيرة جامعة محمد خيضر ولاية بسكرة سنة 2008/2009 ، وكان عنوانها "أثر حصة التربية البدنية والرياضية في نمو التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي (16-19 سنة)، وأسفرت نتائج هذه الدراسة إلى أن :
 - أثر التنافس بين التلاميذ واضح للعيان في حصة التربية البدنية والرياضية. ** التعاون بين الطلبة يكون ظاهرا في الواقع.

- هناك صراع بين التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية.

3-4 / دراسة مشابهة لنيل شهادة ماجستير إعداد الطالب بوزيدة ناصر تحت إشراف الدكتور:محي الدين مختار جامعة محمد خيضر ولاية بسكرة سنة 2005/2006 بعنوان " التفاعل الاجتماعي وعلاقته بالتنمية في المجال التربوي " دراسة ميدانية مقارنة بين إكماليتين من ولاية ورقلة " ، وتحصل على النتائج التالية:

³⁻ أمين أنور الحولي ، محمد حمادي: برامج التربية الوطنية ، دار الفكر العربي ، ط1، القاهرة، مصر ، 1990، ص 17-18.

- إن النماذج الثقافية متقاربة بشكل إيجابي سواء تعلق الأمر باللغة المتقنة بعد اللغة العربية أو استعمال الإنترنت.

- إن التفاعل الاجتماعي في إكالمية "سيد رحو" من خلال التعاون ساعد على تكامل الجماعة والعكس بإكالمية "الإمام الطبري".

- انعدام الاندماج السيكولوجي سببه انعدام التوافق الاجتماعي للمركبات النفسية لدى فئة الأساتذة والتلاميذ.

يمكن القول بأن هذه الدراسات السابقة أشارت إلى مفهوم التفاعل الاجتماعي من زاوية المشاركة في العمل الجماعي الذي يؤدي بالتلميذ إلى الاندماج.

أما هذه الدراسة الحالية فقد أشارت إلى جوانب عديدة من حياة المتدربين المراهقين وكذا معرفة الدور الحقيقي الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي التربوي من أجل المساهمة في تعديل السلوك الإنساني للأفراد والجماعات في ظل تفاعل اجتماعي منسجم و فعال.

5- أسباب ودوافع اختيار الموضوع: من بين هذه الأسباب و الدوافع نذكر ما يلي:

أهمية الموضوع في حد ذاته -الموضوع غير متناول بشكل واسع . -الرغبة في اكتشاف مختلف أشكال التفاعلات الاجتماعية لدى التلاميذ المتدربين.- نظرة المجتمع السلبية للرياضة ، وانعدام عناصر التحفيز على الممارسة الرياضية.

6- أهداف الدراسة:

إن لكل دراسة غايات ترجى من ورائها وأهداف تسعى إلى تحقيقها من أجل تقديم البديل أو تعديل ما هو موجود، ويبقى إعطاء الأجوبة عن الأسئلة التي تطرحها الإشكالية هدف كل دراسة.

حيث تمثلت أهداف هذه الدراسة الحالية في:

- 1 - إيضاح أهمية الأنشطة البدنية والرياضية ومكاسبها التربوية. 2 - إبراز أهمية مادة التربية البدنية الرياضية وتوضيح الدور الأساسي والمهم للأستاذ. 3 - إبراز وظائف الرياضة في تنمية التفاعلات الاجتماعية لدى فئة المراهقين. 4 - معرفة فوارق التلاميذ و ما مدى قدرتهم على التوفيق بين الرياضة وباقي المواد التعليمية الأخرى.

7- أهمية الدراسة:

- 1- التعرف على أحسن الوسائل المستخدمة لتطوير و تنمية مختلف التفاعلات الاجتماعية الإيجابية. 2 - طبيعة العينة المدروسة فئة المراهقين و دورها في المجتمع و ضرورة توظيف النشاط البدني الرياضي التربوي ليكون بديلا عن المعاناة الاجتماعية التي يعيشها التلميذ في وسطه الاجتماعي. 3 - معرفة أسباب نظرة المجتمع السلبية وجملة الأسباب التربوية للنشاطات البدنية والرياضية ، و بالتالي اقتراح بعض

الحلول المناسبة لهذه المعضلة 4 - معرفة دور الأستاذ وكذا المرافق الرياضية في زيادة مردود الممارسة الرياضية داخل الثانوية.

8 - المنهج المتبع في الدراسة:

من أجل تحليل ودراسة الإشكالية المطروحة في هذه الدراسة واستجابة لطبيعة الموضوع الذي اقترح اعتمادنا على " المنهج الوصفي " لأنه يتلائم مع مثل هذه البحوث التربوية حيث يعرف هذا المنهج الوصفي على أنه: " استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية، كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها، وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها، أو بينها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية ".⁽¹⁾

أيضا المنهج الوصفي هو: " عملية تحليلية لقضايا حيوية بواسطة الوقوف على الظروف المحيطة بموضوع الدراسة ".⁽²⁾

" فهو طريقة لوصف الظاهرة المدروسة، وتصويرها كيانا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة، وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة ".⁽³⁾

حيث أن هذا المنهج يتم العمل به عن الطريق:

جمع البيانات، وصف الظروف المحيطة بالموضوع - تنظيم البيانات المحصل عليها - استخراج النتائج - وضع الاقتراحات.

إجراءات الدراسة الميدانية:

يسعى كل باحث من خلال بحثه إلى تحقيق النتائج حسب فرضيات الدراسة لذلك عليه إتباع منهج متلائم مع موضوع بحثه المراد القيام به ، و بالتالي القيام بالدراسة الميدانية على العينة المدروسة والمأخوذة من المجتمع الإحصائي الكلي.

ومن ثم يستخدم منهج علمي تربوي مناسب لكي يتمكن من جمع مختلف البيانات والمعلومات من خلال تطبيق أداة إحصائية مناسبة تمكنا من التوصل إلى نتائج دقيقة، ومعرفة مدى موضوعية الوسائل الإحصائية المتمثلة في الصدق والثبات و الموضوعية .

1 / الدراسة الاستطلاعية:

تم الذهاب إلى ثانوية أحمد زبانة بالجزائر العاصمة ، حيث أخذنا الإذن من مدير المؤسسة لأجل الالتقاء بأساتذة التربية البدنية بهذه الثانوية ، وأجريننا حوار بخصوص مدى تأقلم التلاميذ مع الأنشطة البدنية الرياضية المبرمجة لهم ، وكذا مدى قدرة هؤلاء التلاميذ على الممارسة الرياضية ، حيث أكد لنا الأساتذة على وجود نوع من التعاون و التنافس الشريف بينهم أثناء الممارسة الرياضية، و من خلال هذه الزيارة الاستطلاعية للثانوية أمكن لنا التعرف على مختلف المرافق الرياضية الموجودة بالمؤسسة ، وكذا مدى صلاحية أرضية الملاعب ، وأفادتنا هذه الدراسة في معرفة مجتمع الدراسة و العينة و المنهج المناسب

للدراسة، و أداة البحث العلمي و مدى صلاحيتها و كذا الوسيلة الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات المحصل عليها، و منه أمكن لنا الاتفاق مع مدير الثانوية و أساتذة التربية البدنية من أجل العودة إلى المؤسسة لاحقا و ذلك لإجراء الدراسة الميدانية و توزيع استمارة الاستبيان على عينة الدراسة المتمثلة في تلاميذ السنة الثالثة ثانوي فئة العمر 18 - 20 سنة.

2- مجتمع الدراسة: المقصود بمجتمع الدراسة مجموع مفردات الظاهرة المدروسة، و مجتمع هذه الدراسة هم تلاميذ السنة الثالثة ثانوية فئة العمر 18 - 20 سنة والبالغ عددهم 240 تلميذ و تلميذة .

3- حجم العينة : تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية حجمها يقدر بـ % 25 أي 60 تلميذ و تلميذة من بين المجموع 240

4- حدود الدراسة:

1-4 / المكان: مكان إجراء الدراسة الميدانية هو ثانوية أحمد زبانة " الخروبة " ولاية الجزائر العاصمة.
2-4 / الزمان: شرع في إنجاز الجانب النظري للدراسة ابتداء من الأسبوع الثاني لشهر أكتوبر 2009 إلى غاية نهاية شهر جانفي 2010 .

أما الجانب التطبيقي من الدراسة فقد شرع فيه من بداية شهر فيفري إلى غاية منتصف شهر افريل 2010 .

5- أدوات الدراسة: "الاستبيان"

6- المعالجة الإحصائية: المعالجة الإحصائية في المجال البدني الرياضي التربوي مهمة جدا، بالنسبة للوسائل

الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسة فهي: النسبة المئوية + اختبار χ^2 (أي χ^2).

السؤال رقم (1) : هل تحب ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية داخل المؤسسة التربوية ؟

الهدف من السؤال: "معرفة درجة حب طلبة القسم النهائي لممارسة الرياضة "

الجدول رقم (1) يمثل: " تغيرات درجة حب الطلبة للرياضة "

النسبة %	التكرار	سلم التقييم
		العبارات
75%	45	نعم
25%	15	لا
100%	60	المجموع

تحليل ومناقشة الجدول رقم (1)

تبين نتائج هذا الجدول أن: "نسبة 75% من طلبة القسم النهائي يحبون ممارسة الأنشطة الرياضية داخل المؤسسة لأنهم يجدون في الرياضة حسب أقوالهم ما يلي:

- الراحة والترفيه عن النفس - ولأنها مفيدة للبدن والعقل، واكتساب مهارات حركية وفنية - لأنها تقرب الأستاذ من التلاميذ - لأنها تمكننا من التعرف على شخصيات زملاء وآخرون يرونها بأنها مهمة في حياة الفرد و لكن الوقت المخصص لها غير كافى .

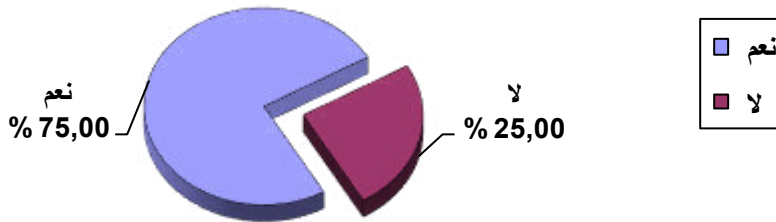
بينما نسبة 25% يرونها على أنها - مضيعة للوقت، وبأنها لا تلائمهم داخل المؤسسة بل يفضلون ممارسة الرياضة خارج المؤسسة - آخرون يرون بأن الإمكانيات غير متوفرة ، وبأنه يجب إضافة رياضات أخرى لاستغلال مواهب الطلبة "

الاستنتاج:

نستنتج من خلال بيانات هذا الجدول أن: معظم طلبة القسم النهائي يحبون الرياضة المدرسية بنسبة 75% وذكروا المبررات، والنسبة 25% منهم لا يحبونها وذكروا أيضا المبررات. " الجانب الأكثر ميولا هو الجانب الترفيهي".

الشكل رقم (1)

دائرة نسبية تمثل تغيرات درجة حب الطلبة للرياضة



السؤال رقم (2): ما هي الحالة النفسية التي تغلب عليك أثناء الممارسة الرياضية ؟

الهدف من السؤال: معرفة الحالات والسمات النفسية التي تميز الطلبة أثناء الممارسة الرياضية .

الجدول رقم (2) يمثل " الحالات النفسية للطلبة أثناء الممارسة الرياضية

درجة الحرية	مستوي الدلالة	الدلالة	ك2 المجدولة	ك2 المحسوبة	النسبة المئوية %	التكرار	سلم التقييم العبارة
4	05,0	دالة	9.49	32.5	38%	23	هام جدا
					34,33%	20	هام
					16.67%	10	متوسط الأهمية
					6.67%	4	ضئيل الأهمية
					5%	3	عديم الأهمية
					100%	60	المجموع

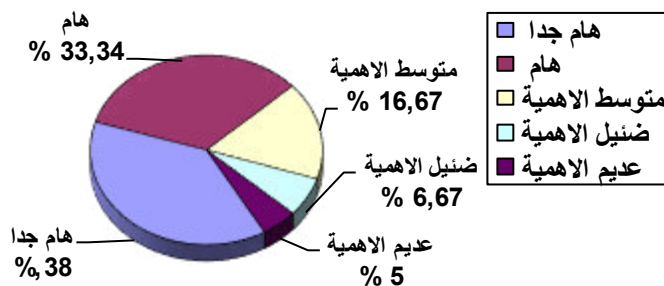
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (2)

بمقارنة نتائج هذا الجدول نجد أن:

"الحالات النفسية التي تغلب على الطلبة أثناء الممارسة الرياضية هي الهدوء والحيوية وعدم الخوف وذلك بشكل هام جداً ونسبة 38%، وبشكل هام نسبة 33,34% وبشكل متوسط بنسبة 16,67% بينما تتضائل وتنعدم هذه الصفة أو السمة عند طلبة آخرون بنسبة 6,67% و 5% على التوالي. وهذا ما يؤكد على أن معظم الطلبة يمارسون الرياضة وحالتهم النفسية جيدة جداً، وبالتالي يخلق جو من التواصل والتعاون الجماعي. بينما تشير قيمة ك² المحسوبة 32,5 إلى وجود دلالة إحصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 4 وك² الجدولة هي 9,49.

الاستنتاج: نستنتج من خلال ملاحظة نتائج الجدول رقم 2 أن: "معظم طلبة القسم النهائي يمتازون بحالة نفسية جيدة جداً ويشعرون بالهدوء والحيوية وعدم الخوف بشكل هام جداً ونسبة 38% وبشكل هام ونسبة 33,34%.

شكل رقم (2) دائرة نسبية تمثل تغيرات النفسية للطلبة أثناء الممارسة الرياضية "



السؤال رقم (3): كيف هو سلوكك النفسي والاجتماعي عند بدئك اللعب ؟

الهدف من السؤال: معرفة أنواع درجات السلوك النفسي الاجتماعي أثناء ممارسة الرياضة.

الجدول رقم (3) يمثل "درجات السلوك النفسي والاجتماعي للطلبة"

الدرجة الحرية	مستوي الدلالة	الدلالة	ك ² الجدولة	ك ² المحسوبة	النسبة المئوية %	التكرار	التقييم العبارات
4	05,0	دالة	49,9	5,61	34, 38%	23	متزن جداً
					33, 48%	29	متزن
					67, 6%	4	غير متزن
					33, 3%	2	منحرف
					33, 3%	2	عديم
					100%	60	المجموع

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (3)

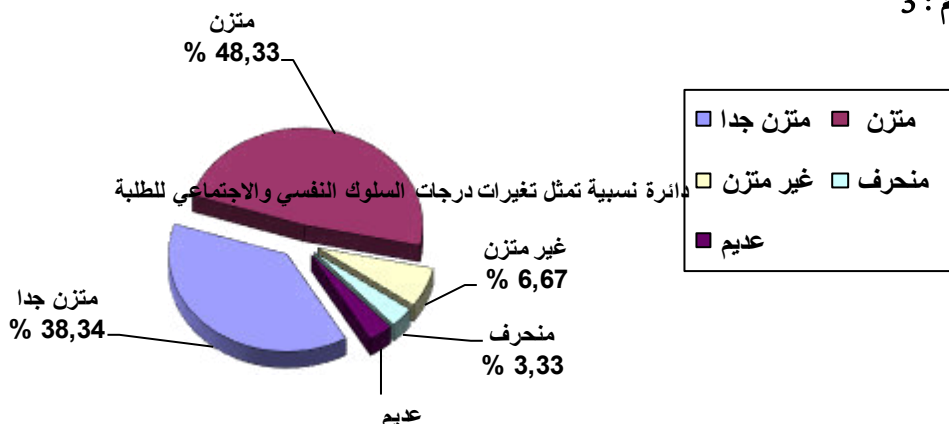
نتائج هذا الجدول أوضحت على أن صفة السلوك النفسي والاجتماعي الذي يميز طلبة القسم النهائي الثانوي متزنة بنسبة 48,33% ومتزنة جداً بنسبة 38,34%، وأشارت باقي النسب على أن هذا السلوك غير متزن بنسبة 6,67% وبشكل منحرف بنسبة 3% وعديم بنسبة 3%.

وقيمة كا² المحسوبة 61.5 أكبر من كا² الجدولة 9.49 يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة الحرية 4.

الاستنتاج: نستنتج من خلال دراسة نتائج هذا الجدول أن :

" الصفة السلوكية للجانب النفسي والاجتماعي والغالبة على طلبة القسم النهائي هي متزنة إلحد 48.33% ومتزنة جد إلى حد 38.34% وهذا ما يدل على التحلي بالسلوك الحسن والأخلاق الحميدة والعمل الجماعي الديناميكي المتبادل .

شكل رقم : 3



السؤال رقم (4) : ماذا يعني لك الجانب النفسي الاجتماعي أثناء الفرياضية ؟

الهدف من السؤال: معرفة تصور الطلبة حول الجانب النفسي والاجتماعي.

الجدول رقم 4 يمثل : " تصورات الطلبة حول الجانب النفسي والاجتماعي "

الخصال	تقييم	التكرار	النسبة المئوية %	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدالة	مستوي الدلالة	درجة الحرية
هام جدا	40	66%	67	83,84	49,9	دالة	05.0	4
هام	10	16%	67					
متوسط الأهمية	3	5%						
ضئيل الأهمية	2	3%	33					
عديم الأهمية	5	8%	33					
المجموع	60	100%						

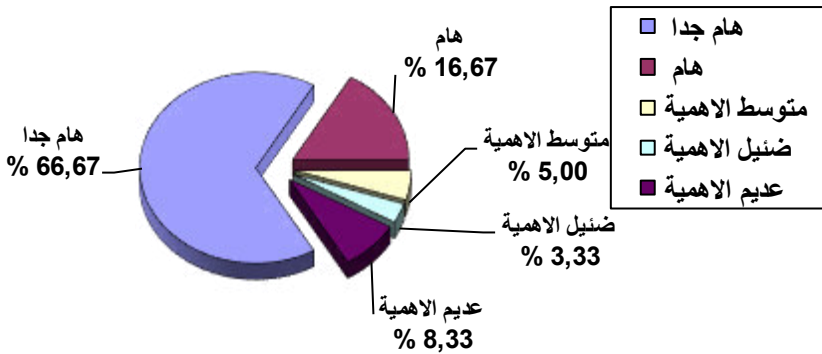
تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم (4)

أوضحت نتائج هذا الجدول أن نسبة هامة جدًا تقدر بـ 66,67% من الطلبة أكدوا على أن الجانب النفسي والاجتماعي يعني لهم " تنشئة شاملة بدنيا ونفسيا واجتماعيا وعقليا، وآخرون يرون أن هذه العناصر هامة بنسبة 16,67% و يراها البعض أنها متوسطة إلى حد 5% و تتضاءل وتندعم عند آخرين بنسب متتالية 3,33% و 8,33%، وهذا ما يدل على أن تصورات الطلبة كانت في محلها. وهذا ما توضحه قيمة كاسي المحسوبة المقدرة 84..83 فهي أكبر من كاسي المجدولة والمقدرة بـ 9.49 وبالتالي فهي دالة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 4.

الاستنتاج: نستنتج من خلال بيانات هذا الجدول أن:

" نسبة هامة جدًا تقدر بـ 66,67% من الطلبة يرون أن الجانب النفسي والاجتماعي يمثل لهم تنشئة شاملة بدنيا ونفسيا واجتماعيا وعقليا .

شكل رقم (4) دائرة نسببية تمثل تغيرات" تصورات الطلبة حول الجانب النفسي والاجتماعي"



السؤال رقم (5): هل تشعر بارتياح نفسي اجتماعي بمجرد اندماجك في الممارسة الرياضية ؟
الهدف من السؤال : الوقوف على حقيقة الحالة النفسية والاجتماعية للطلبة المراهقين أثناء الممارسة الرياضية .

الجدول رقم (5) يمثل: "الحالة النفسية والاجتماعية للطلبة المراهقين أثناء الممارسة الرياضية " .

النسبة المئوية %	التكرار	سلم التقييم العبارات
76,67%	46	نعم
23,33%	14	لا
100%	60	المجموع

تحليل ومناقشة نتائج الجدول رقم 5 :

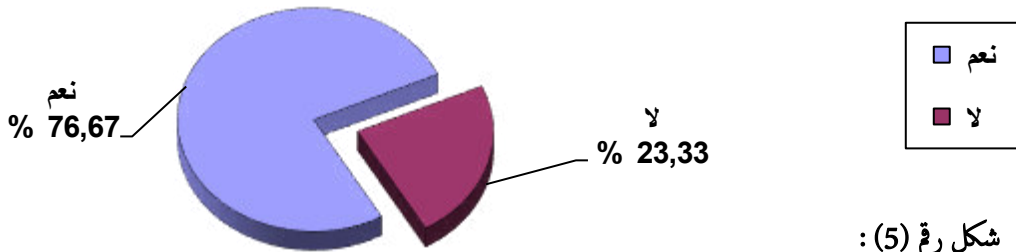
أوضحت نتائج هذا الجدول أن " معظم طلبة السنة الثالثة ثانوي يشعرون بارتياح نفسي واجتماعي بمجرد اندماجهم في الأنشطة الرياضية المبرمجة من طرف أساتذة المادة وبلغت نسبة الإجابة بـ نعم 76.67 % استنادا إلى أقوال وتصريحات الطلبة على النحو التالي:

البعض من الطلبة يرون بأن الرياضة تضع الإنسان في وضعية مريحة بمجرد الدخول في اللعب، وبالتالي يتناسون مشاكلهم، وتهديئ الأعصاب وترجح وترفعه عن النفس، ولأني أسيطر على مجريات اللعب بينما هناك طلبة أجابوا بـ « لا » بنسبة 23.33% وصرحوا لماذا؟ عدم التفاهم مع الزملاء، والارتياح النفسي ليس ضروري لهم، والنشاط متعب جداً ويجلب التوتر والتفرفة...إلخ.

الاستنتاج:

نستنتج من خلال دراسة نتائج هذا الجدول أن: " معظم الطلبة يشعرون بارتياح نفسي اجتماعي بمجرد اندماجهم في الأنشطة الرياضية بنسبة 76.67% وهذا يدل على أن الرياضة مهمة نفسيا وبدنيا وصحيا.

دائرة نسببة تمثل تغيرات " الحالة النفسية والاجتماعية للطلبة المراهقين أثناء الممارسة الرياضية "



شكل رقم (5) :

تفسير النتائج والمعطيات على ضوء الخلفية النظرية للدراسة:

بناءً على ما أسفرت عنه بيانات ومعطيات الدراسة الميدانية حول موضوع " دور الأنشطة البدنية الرياضية التربوية في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية فئة العمر (18 - 20 سنة) فإنه باستطاعتنا مقارنة هذه النتائج بما هو في الواقع على ضوء الخلفية النظرية للدراسة ، وبالتالي يمكن قبول أو نفي فرضيات الدراسة.

1- تفسير النتائج والمعطيات " بالنسبة للفرضية الأولى " :

تشير الفرضية الأولى إلى أنه: للعلاقات الاجتماعية دور في تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية التربوية.

بينت نتائج الجدول رقم (1) أن: "نسبة 75% من طلبة القسم النهائي يحبون ممارسة الأنشطة الرياضية داخل المؤسسة لأنهم يجدون في الرياضة حسب أقوالهم ما يلي:

- الراحة والترفيه عن النفس - ولأنها مفيدة للبدن والعقل، واكتساب مهارات حركية وفنية - لأنها تقرب الأستاذ من التلاميذ - لأنها تمكننا من التعرف على شخصيات الزملاء وآخرون يرونها بأنها مهمة في حياة الفرد و لكن الوقت المخصص لها غير كافى .
- بينما نسبة 25% يرونها على أنها - مضيعة للوقت، وبأنها لا تلائمهم داخل المؤسسة بل يفضلون ممارسة الرياضة خارج المؤسسة - آخرون يرون بأن الإمكانيات غير متوفرة ، وبأنه يجب إضافة رياضات أخرى لاستغلال مواهب الطلبة " و منه نلاحظ أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت بالشكل الموجب المطلوب.

2- تفسير النتائج والمعطيات " بالنسبة للفرضية الثانية:"

- تنص الفرضية الثانية على أن: "التعاون الجماعي يساعد على تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية التربوية .

أوضحت نتائج الجدول رقم (4) أن نسبة هامة جدًا تقدر بـ 66.67% من الطلبة أكدوا على أن الجانب النفسي والاجتماعي يعني لهم " تنشئة شاملة بدنيا ونفسيا واجتماعيا وعقليا، وآخرون يرون أن هذه العناصر هامة بنسبة 16.67% ويراهها البعض أنها متوسطة إلى حد 5% و تتضاءل وتندمج عند آخرين بنسب متتالية 3.33% و 8.33%، وهذا ما يدل على أن تصورات الطلبة كانت في محلها.

وهذا ما توضحه قيمة ك² المحسوبة المقدرة 84.83 فهي أكبر من ك² الجدولة والمقدرة بـ 9.49 وبالتالي فهي دالة عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية 4. و من خلال هذه المعطيات يتبين لنا أن الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت بالشكل الموجب.

3- تفسير النتائج والمعطيات " بالنسبة للفرضية الثالثة:"

تنص الفرضية الثالثة على أن: "الشعور بالمسؤولية يساهم في تنمية التفاعل الاجتماعي للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية التربوية حيث أوضحت نتائج الجدول رقم 5 أن " معظم طلبة السنة الثالثة ثانوي يشعرون بارتياح نفسي واجتماعي بمجرد اندماجهم في الأنشطة الرياضية المبرمجة من طرف أساتذة المادة وبلغت نسبة الإجابة بـ نعم 76.67% استنادا إلى أقوال وتصريحات الطلبة على النحو التالي:

- البعض من الطلبة يرون بأن الرياضة تضع الإنسان في وضعية مريحة بمجرد الدخول في اللعب، وبالتالي يتناسون مشاكلهم، وتهدي الأعصاب وتريح وترفعه عن النفس، ولأنني أسيطر على مجريات اللعب بينا هناك طلبة أجابوا بـ « لا » بنسبة 23.33% وصرحوا لماذا؟
- عدم التفاهم مع الزملاء، والارتياح النفسي ليس ضروري لهم، والنشاط متعب جدًا ويجلب التوتر والنفرة... إلخ.

من خلال هذه المعطيات نرى بأن الفرضية الجزئية الثالثة قد تحققت بشكل موجب.

- التفسير العام للنتائج والمعطيات على ضوء الخلفية النظرية للدراسة:

أظهرت نتائج كل الجداول السابقة الذكر أعلاه أن النسب المئوية في كل الحالات كانت موجبة ، وأن قيم χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولة وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند القيم الكبرى لمستوى دلالة 0,05 ودرجات حرية مختلفة [4 ، 12 ، 16] ومنه فإن الفرضيات الجزئية الثلاثة قد تحققت بشكل موجب، هذا ما يدل على أن الفرضية العامة للدراسة قد تحققت أيضا بالشكل الموجب .

الاستنتاج العام للنتائج والمعطيات:

- 1 - معظم طلبة القسم النهائي يحبون ويفضلون الرياضة وبأنها تمثل لهم حيزاً واسعاً للترفيه عن النفس ، وأن عوامل كثيرة تدخل وتعمل على تحفيزهم على الممارسة ، وأغلبهم يفضلون كرة السلة .
- 2 - تمتاز نسبة هامة جداً من طلبة السنة الثالثة ثانوي بنفسية جيدة جدا ويتصفون بالهدوء والحيوية وعدم الخوف، وسلوكهم متزن جداً ويتقنون بأنفسهم أثناء الممارسة الرياضية، وبأن عوامل التنشئة مهمة جداً، وكل الأنشطة الرياضية تساعدهم على الاندماج في المجتمع.
- 3 - طلبة القسم النهائي يشعرون أثناء الممارسة الرياضية بارتياح نفسي اجتماعي وهم يتمتعون بعلاقات جيدة وسلوكاتهم متزنة وبأنهم يستخدمون أحيانا بعض الحيل الدفاعية للامتناع عن الممارسة الرياضية كالظواهر بالتعب والمرض أو تقديم شهادة طبية.

خاتمة:

يمكن القول بأن التفاعل الاجتماعي هو جزء لا يتجزأ من العلوم الاجتماعية والذي يركز عليه علماء علم النفس المعاصر، وليس هناك أفضل من الخطوات التي ذكرها لنا الله عز وجل حيث قال: "كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ" وَلَوْ آمَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِنْهُمْ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهمُ الْفَاسِقُونَ [الآية 110 من سورة آل عمران] "والملاحظ أن هذا من أكبر تفاعل اجتماعي، وخطوات الحكمة والموعظة الحسنة لا تكون سوى بيد شخص ماهر ويعلم معنى التفاعل الاجتماعي ويمتلك الأدوات والوسائل على الاستمرار و التعامل مع جميع المواقف الاجتماعية بحكمة من خلال الثقة بالنفس و عليه أن يبدع في مختلف المجالات من غير تجاوز الحدود، ولنا في رسول الله صلى الله عليه وسلم أسوة حسنة.

و يجب أن لا نتجاهل أنفسنا والآخرين، وكلما ازدادنا معرفة بالآخر وبالآليات التي تحكم سلوكه، ازدادنا تفهما له وتسامحا معه وازدادنا أيضا رغبة في تطوير آليات تعاملنا مع محيطنا بأكثر عقلانية، وفي هذا المجال فإن الخبرة مطلوبة لكنها غير كافية وحدها بدون المعرفة العلمية، وفي بعض الأحيان تتحول الخبرة إلى

عائق في سبيل التقدم لأنها تجعلنا نتشبث بالعادات و التقاليد على حساب المعرفة العلمية ، وهذا ما يستدعي بعض المراجعات ، ولتجاوز أخطائنا يجب علينا تطوير قدراتنا على النقد والتقييم الذاتي البناء.

قائمة المصادر والمراجع:

أولا / القرآن الكريم : [الآية 110 من سورة آل عمران].

ثانيا / المراجع باللغة العربية:

1. محمد عوف : المدرس في الجامعة والمجتمع ، القاهرة ، المكتبة الأنجلو مصرية 165 شارع حمد فريد ، 1978 م .
2. أمين أنور الخولي، محمد حامي : برامج التربية الوطنية، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، ط1، 1990.
3. محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي : نظريات وطرق التربية البدنية ، الجزائر، ديوان المطبوعات الجامعية ، ط1 ، 1986 .
4. أسامة راتب : رياضة المشي ، مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية ، دار الفكر العربي ، 1977.
5. منيرة أحمد حلمي : التفاعل الاجتماعي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، 19878.
6. د. يوسف مراد: مبادئ علم النفس العام ، القاهرة ، دار المعارف ، ط7 ، عام 1978.
7. د/ حامد عبد السلام زهران: الصحة النفسية والعلاج النفسي، عالم الكتب، الإسكندرية ، 1977...
8. د/ يوسف قطامي، د/ نايفة قطاني : "إدارة الصفوف والأسس السيكولوجية" ، دار الفكر للطباعة والنشر ، ط1 عمان ، الأردن ، 2002
9. محمد سامي منير: " المدرس المثالي نحو تعليم أفضل " ، دار غريب للطباعة والنشر ، القاهرة ، مصر 1998 .
10. عبد الرحمان العيساوي : "دراسات في تفسير السلوك الإنساني" ، دار الراتب الجامعية ، بيروت ، 1999 .
11. د/ حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو ، ط4 ، عالم الكتب ، القاهرة ، 1977 .
12. محمد عماد الدين إسماعيل : النحو في مرحلة المراهقة ، دار القلم ، الكويت ، 1988 .
13. محمد حسن علاوي : سيكولوجية النمو للمربي الرياضي " ، مراكز الكتب لنشر ، القاهرة ، 1998 .
14. عبد الرحمان العيساوي: علم النفس النمو، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ، 1995 .
15. فؤاد البهي السيد: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر ، ط(1) ، 1985 .
16. توما جورج خوري: علم النفس التربوي ، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر ، بيروت ، 1998 ..
17. د/ ميخائيل إبراهيم سعد: مشكلات الطفولة والمراهقة ، (ط2) ، دار الأفق الجديدة ، بيروت ، لبنان ، 1991 ..
18. أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة : النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل، دار الفكر العربي، القاهرة ، مصر، 1999 .
19. خليل ميخائيل معوض: سيكولوجية نمو الطفولة والمراهقة ، دار الفكر الجامعي ، الإسكندرية ، ط2 سنة 1994 ..
20. فؤاد سليمان فلادة : "أساسيات المناهج في التعليم الثانوي وتعليم الكبار"، دار الثقافة ، القاهرة ، سنة 1977 .
21. عباس محمود عوض : " دراسات في علم النفس الاجتماعي ، مكتبة النهضة الاجتماعية العربية ، بيروت ، سنة 1980.

22. فؤاد البهي السيد : "الأسس النفسية للنمو" ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، سنة 1977 .
23. مصطفى عشوي : "أسس علم النفس الصناعي التنظيمي" ، المؤسسة الوطنية للكتاب ، الجزائر ، سنة 1992 .
24. فؤاد البهي السيد : " علم النفس الاجتماعي " ، دار الفكر العربي ، ط2 ، القاهرة ، سنة 1962.
25. أسامه كامل راتب : "دوافع التفوق في النشاط الرياضي" ، دار الفكر العربي ، سنة 1990 .
26. أسامة كامل راتب : " علم النفس الرياضية- المفاهيم -تطبيقات " ، دار الفكر العربي ، ط2 ، 1997 .
27. محمد حسن علاوي، سعد جلال " علم النفس التربوي الرياضي " ، دار المعارف ، مصر، ط2 سنة 1985
- محمد حسن علاوي " علم النفس الرياضي"، دار المعارف القاهرة، 1992.
28. د/ إبراهيم ناصر: " علم الاجتماع التربوي "، دار الجيل ، بيروت ومكتبة الرائد العلمية ، عمان .
- المنشورات والجرائد الرسمية**
29. الدستور الوطني: قانون الإصلاح الرياضي - 1999- المواد المتعلقة بالتربية الرياضية - التشريع الوطني الخاص بالتربية البدنية والرياضية - قانون التربية البدنية والرياضية (1989/02/04).
30. الجريدة الرسمية : القانون 81-76 المؤرخ في 1976/10/23 المتعلق بقانون التربية البدنية والرياضية.
31. الجريدة الرسمية : القانون 03-89 المؤرخ في 1989/02/14 المتعلق بتنظيم وتمتية الجهاز الوطني للثقافة البدنية الرياضية.