

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة حسينة بن بوعلي " الشلفه"
معهد التربية البدنية و الرياضية

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماجستير
في نظرية و منهجية النشاط البدني الرياضي
تخصص "النشاط البدني الرياضي التربوي"

تمت عنوان:

دور النشاط البدني الرياضي التربوي
في تطوير النمو النفسي الاجتماعي ، لدى
تلاميذ المرحلة الثانوية
* دراسة متمحورة حول البعد النفسي الاجتماعي

إشرافه الدكتور:

* يحيى اوي محمد

إعداد الطالب الباحثة:

* نوال حميد

تشكر

أتقدم بشكري الخالص إلى المولى عز وجل الذي وفقني لأداء هذا البحث
كما أتقدم بجزيل الشكر و التقدير و الاحترام إلى:

➤ الدكتور يحياوي محمد الذي لم يبخل علينا بنصائحه و إرشاداته منذ أن عرفناه
و نعتر بمعرفته.

➤ الأستاذ الدكتور بن عكي محند آكلي.

➤ أساتذة و دكاترة معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة الشلف نخص بالذكر الدكتور
عكوش كمال.

➤ أساتذة و دكاترة معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم .

➤ جميع اصدقائي في العمل.

نشكر السيد مدير الخدمات الجامعية بالشلف دون ان انسى صديقي ومديري في العمل السيد
مداني محمد.

-الطالب الباحث-

نحال حميد

أهلاً

أهدي هذا العمل المتواضع إلى والدتي العزيزة التي حملتني وهنا على وهن

إلى والدي العزيز.

إلى الكتكوتين الصغيرين : آية و ياسر

إلى جميع أفراد العائلة.

إلى كل إخوتي الذين لم تلدهم أمي مداني محمد، العنتري محمد، قدور جيلالي، شاهد

شريف، كيلاي لحسن، دادي، مختاري عبد القادر، العربي شهبه، إلى جميع الاصدقاء.

إلى زملاء المهنة الذين قدموا لي يد المساعدة أخص بالذكر عمال الإقامة

الجامعية أولاد فارس -03- الشلف ، إلى الذين في قلوبهم رغبة في العلم

و المعرفة .

- نحال حميد-

فهرس المحتويات

01	- مقدمة
05	1- الإشكالية
07	2- فرضيات البحث
07	3- أهمية البحث
08	4- أهداف الدراسة
09	5- التحديد الإجرائي لمصطلحات البحث
10	6- الدراسات السابقة
الباب الأول: الجانب النظري	
الفصل الأول: النشاط البدني الرياضي	
15	تمهيد
16	1- النشاط البدني الرياضي
17	2- تصنيف الأنشطة البدنية و الرياضية
18	3- عوامل اختيار الأنشطة البدنية و الرياضية
19	4- التربية البدنية و الرياضية
20	5- التربية البدنية و الرياضية كمفهوم
21	6- التربية البدنية و الرياضية كمفهوم تربوي
22	7- التربية البدنية و الرياضية كمفهوم إجرائي
23	8- التربية البدنية و الرياضية كمصطلح
24	9- الأهداف العامة للتربية البدنية و الرياضية
25	10- أغراض التربية البدنية و الرياضية
27	11- الأسس العلمية للتربية البدنية و الرياضية
29	12- النشاط البدني التربوي التعليمي
30	13- التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية

31	14- الأهداف الخاصة التربية البدنية و الرياضية
31	15- التربية البدنية و الرياضية في النظام التربوي الجزائري
32	16- أهداف التربية البدنية و الرياضية في التعليم الثانوي الجزائري
32	16-1- الأهداف العامة
35	16-2- الأهداف الخاصة .
35	17- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالمواد الدراسية الأخرى
36	18- التربية البدنية والرياضة المدرسية
36	19- مشاكل التربية البدنية و الرياضية
37	20- درس التربية البدنية و الرياضية
39	21- الطبيعة التربوية لدرس التربية البدنية و الرياضية
40	22- أهمية درس التربية البدنية و الرياضية
40	23- الأهداف الرئيسية لدرس التربية البدنية و الرياضية
41	24- أغراض درس التربية البدنية و الرياضية
43	25- واجبات درس التربية البدنية و الرياضية
44	26- بناء درس التربية البدنية و الرياضية
46	27- طرق إخراج الدرس في التربية البدنية و الرياضية
48	28- طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية (حسب المنهاج)
49	
51	30- أنواع الدروس في التربية البدنية
52	31- مدرس التربية البدنية و الرياضية
52	32- مميزات مدرس التربية البدنية و الرياضية
53	33- شخصية مدرس التربية البدنية و الرياضية
54	34- صفات مدرس التربية البدنية و الرياضية
55	35- صفات مدرس الناجح
56	36- مسؤوليات مدرس التربية البدنية و الرياضية
57	37- واجبات مدرس التربية البدنية و الرياضية

58	38- الأساليب التدريسية
58	38-1- الأسلوب الديمقراطي
60	38-2- الأسلوب الديكتاتوري (التسلطي)
62	38-3- أسلوب الحرية المطلقة (الفوضوي)
63	خلاصة
الفصل الثاني: النمو النفسي الإجتماعي	
66	تمهيد
67	1- تعريف النمو
67	1-1- النمو التكويني
67	1-2- النمو الوظيفي
67	2- مراحل النمو
70	3- العوامل التي تؤثر في النمو
70	3-1- العوامل الوراثية
70	3-2- العوامل العضوية
70	3-3- العوامل البيئية
71	4- النمو النفسي و الإجتماعي
73	5- النمو الإجتماعي و تعريفه
73	6- النمو النفسي و تعريفه
74	7-العوامل المؤثرة في النمو الإجتماعي .
75	8 - النمو الإجتماعي للفرد في مراحل نموه المختلفة
77	9- المظاهر الأساسية للنمو النفسي الإجتماعي
82	10 - علاقة التربية البدنية و الرياضية بجانب النمو النفسي و الإجتماعي للمراهقة
82	10-1- من الجانب النفسي
82	10-2- من الجانب الإجتماعي

83	11 – الناحية النفسية البيداغوجية للرياضة في سن المراهقة
84	12- الناحية الإجتماعية البيداغوجية للرياضة في سن المراهقة
85	13 – الدور الإجتماعي و النفسي للرياضة
86	14- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو النفسي الإجتماعي
86	1-14- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو النفسي
87	2-14- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالنمو الإجتماعي
89	15- النمو النفسي الإجتماعي في مرحلة المراهقة وفق نظرية إريكسون
89	1-15- معنى المراهقة
91	2-15- تشكل الهوية Identity Formation
93	3-15- أزمة الهوية في المراهقة
94	4-15- تشكل الهوية في مرحلة المراهقة
97	5-15- جوانب الهوية
98	6-15- رتبة الهوية
100	خلاصة

الفصل الثالث : المراهقة

	تمهيد
103	1- المراهقة لفظا و معنى
103	2- بعض تعاريف المراهقة
105	3- مظاهر النمو في مرحلة المراهقة
105	3-1- النمو الجسمي
106	3-2- النمو الفيزيولوجي أو التشريحي الداخلي
109	4- النمو الإجتماعي في مرحلة المراهقة
111	5- النمو الإنفعالي و السيكلولوجي في مرحلة المراهقة
112	6- الإتجاهات المختلفة لدراسة المراهقة
16	7- نماذج المراهقة

116	7-1- النموذج الفيزيولوجي للمراهق
117	7-2- النموذج الإجتماعي للمراهق
118	7-3- النموذج التحليلي للمراهق
119	7-4- النموذج التربوي العقلي للمراهق
121	8- مشاكل المراهقة و بعض العناصر المثيرة في حياتها
124	9- التناولات المختلفة للصورة الجسدية
124	9-1- التيار الظاهري الفينومولوجي "phénoménologie"
125	9-2- تناول الفيزيولوجي
126	9-3- تناول التحليلي
127	9-4- تناول الإجتماعي
128	10- حاجات المراهقة
128	11- الدوافع
129	11-1- ماهية الدوافع
130	11-2- أهمية دراسة الدوافع
131	11-3- نظريات الدوافع
139	11-4- تقييم الدوافع
148	خلاصة
الباب الثاني : الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع : منهجية البحث	
151	تمهيد
152	1- منهج البحث المتبع في الدراسة
153	2- متغيرات الدراسة.
153	2-1- المتغير المستقل
153	2-2- المتغير التابع
154	3- مجتمع الدراسة (البحث)

154	3-1- مفهومه
154	3-2- عينة الدراسة
155	4- إختيار عينة البحث
156	5- الدراسة الميدانية أو الإستطلاعية
156	6- مجالات البحث
156	6-1- المجال الزمني للبحث
156	6-2- المجال المكاني
157	6-3- المجال البشري
158	7- أدوات البحث
159	8- صدق الإستبيان
159	9- إجراءات الدراسة
160	10- أساليب المعالجة الإحصائية
160	10-1- الأساليب الإحصائية
161	الخلاصة
الفصل الخامس : عرض ومناقشة النتائج	
163	تمهيد
164	1- عرض ومناقشة نتائج الإستبيان الخاص بالتلاميذ
209	2- عرض ومناقشة نتائج الإستبيان الخاص بالأساتذة
240	3- مقارنة النتائج بالفرضيات
242	4- الإنتاج العام
244	5- التوصيات و الإقتراحات
245	الخاتمة
	قائمة المراجع
	قائمة الملاحق

قائمة الجداول و الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
120	خاص بأنماط المراهقة في المجتمعات المختلفة حسب " عيسوي".	الشكل رقم □ 01 □
137	مدرج لـ ماسلو " Maslow" عند لوهر " Loehr " 1993 .	الشكل رقم □ 02 □
147	ملخص نتائج دراسة "Puni 1980" في مجال دوافع المراحل الأساسية للممارسة الرياضية.	الشكل رقم □ 03 □
165	الخاصة برأي التلاميذ تجاه التربية البدنية و الرياضية.	الشكل رقم □ 04 □
167	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة مدى أهمية مادة التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للتلميذ.	الشكل رقم □ 05 □
169	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة الحالة النفسية للتلميذ أثناء حصة التربية البدنية و الرياضية.	الشكل رقم □ 06 □
171	الخاص برأي التلاميذ حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية و الرياضية	الشكل رقم □ 07 □
173	الخاص برأي التلاميذ حول نوع الرياضة التي يمارسونها.	الشكل رقم □ 08 □
175	الخاص برأي التلاميذ حول الفائدة من ممارسة التربية البدنية و الرياضية.	الشكل رقم □ 09 □
177	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت مادة التربية البدنية و الرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى	الشكل رقم □ 10 □
179	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة المشاكل التي تسببها مادة التربية البدنية و الرياضية لهم.	الشكل رقم □ 11 □
181	الخاص برأي التلاميذ حول إهتمام الأسرة بأخبار الرياضة.	الشكل رقم □ 12 □
183	الخاص برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان ضمن أسرة التلميذ من يمارس الرياضة.	الشكل رقم □ 13 □
185	الخاص برأي التلاميذ حول دور الأسرة في تشجيع التلميذ على ممارسة الرياضة.	الشكل رقم □ 14 □
185	الخاصة برأي التلاميذ حول ما إذا كان التلاميذ يمارسون	الشكل رقم

	النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغهم	□ 15
189	الخاصة برأي التلاميذ حول معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلميذ.	الشكل رقم □ 16
191	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة العراقيين و العواقب التي تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي.	الشكل رقم □ 17
193	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية للتلميذ.	الشكل رقم □ 18
195	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة فيما إذا كان التلاميذ يهتمون بالمظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية.	الشكل رقم □ 19
197	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان الأستاذ يساعد التلاميذ في حل المشاكل النفسية أم لا.	الشكل رقم □ 20

199	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم.	الشكل رقم □21□
201	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت الأنشطة التي يبرمجها الأستاذ أثناء الحصة تدعو إلى الراحة النفسية للتلاميذ.	الشكل رقم □22□
203	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان التلاميذ يعلمون بوجود الأخصائي النفسي بمؤسستهم أم لا.	الشكل رقم □23□
205	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يوجه التلاميذ إلى الأخصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشاكل نفسية.	الشكل رقم □24□
207	الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة موقف زملاء من أصدقاهم عندما يمارسون النشاط الرياضي.	الشكل رقم □25□
210	الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة رأي الأساتذة حول تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ.	الشكل رقم □26□
212	الخاصة برأي الأستاذ فيما إن كانت الزيادة في عدد حصص التربية البدنية والرياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي.	الشكل رقم □27□
214	الخاصة برأي الأساتذة حول الغرض من تحديد الخلل في عدم بروز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي.	الشكل رقم □28□
216	الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة ما إذا كان التكوين النظري في ميدان علم النفس الذي تلقاه الأستاذ كاف لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق.	الشكل رقم □29□
218	برأي الأساتذة حول معرفة ما إن كان الأساتذة يركزون على الجانب النفسي للتلاميذ أثناء تحضيرهم لحصة التربية البدنية والرياضية.	الشكل رقم □30□
220	الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة صفة العلاقة القائمة بين الأستاذ والتلميذ .	الشكل رقم □31□
222	الخاصة برأي الأساتذة حول معرفتهم فيما إن كانت الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلاميذ أم لا.	الشكل رقم □32□
224	الخاصة برأي الأساتذة حول نوع الألعاب الشبه الرياضية التي لها أثر إيجابي على نفسية التلاميذ.	الشكل رقم □33□

226	الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالات النفسية للتلاميذ	الشكل رقم □34□
228	الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة مجال الإرشاد النفسي للمراهق.	الشكل رقم □35□
230	الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.	الشكل رقم □36□
232	الخاصة برأي الأساتذة في كيفية حل المشاكل النفسية للتلاميذ.	الشكل رقم □37□
234	الخاصة برأي الأساتذة حول ملاحظاتهم في مدى ارتياح التلاميذ نفسيا بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية.	الشكل رقم □38□
136	الخاصة برأي الأساتذة حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.	الشكل رقم □39□
238	الخاصة برأي الأساتذة حول تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة.	الشكل رقم □40□
155	يمثل توزيع العينة بين أفراد المؤسسات التربوية.	الجدول رقم □01□
164	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ تجاه التربية البدنية والرياضية.	الجدول رقم □02□
166	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة مدى أهمية مادة التربية البدنية والرياضية بالنسبة للتلميذ	الجدول رقم □03□
168	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة الحالة النفسية للتلميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية	الجدول رقم □04□
170	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.	الجدول رقم □05□
172	التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول نوع الرياضة التي يمارسونها.	الجدول رقم □06□
174	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول الفائدة من ممارسة التربية البدنية والرياضية.	الجدول رقم □07□
176	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى.	الجدول رقم □08□

178	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة المشاكل التي تسببها مادة التربية البدنية والرياضية لهم.	الجدول رقم □ 09 □
180	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول إهتمام الأسرة بأخبار الرياضة.	الجدول رقم □ 10 □
182	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان ضمن أسرة التلميذ من يمارس الرياضة	الجدول رقم □ 11 □
184	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول دور الأسرة في تشجيع التلميذ على ممارسة الرياضة.	الجدول رقم □ 12 □
186	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول ما إذا كان التلاميذ يمارسون النشاط الرياضي خارج المدرسة في أوقات فراغهم	الجدول رقم □ 13 □
188	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية للتلميذ.	الجدول رقم □ 14 □
190	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة العراقيل و العواقب التي تمنع التلميذ من ممارسة النشاط الرياضي.	الجدول رقم □ 15 □
192	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية للتلميذ.	الجدول رقم □ 16 □
194	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة فيما إذا كان التلاميذ يهتمون بالمظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية.	الجدول رقم □ 17 □
196	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان الأستاذ يساعد التلاميذ في حل المشاكل النفسية أم لا .	الجدول رقم □ 18 □

198	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يفتح المجال للتلاميذ للتعبير عن آرائهم	الجدول رقم □ 19□
200	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة ما إذا كانت الأنشطة التي يبرمجها الأستاذ أثناء الحصة تدعوا إلى الراحة النفسية للتلاميذ.	الجدول رقم □ 20□
202	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ معرفة ما إذا كان التلاميذ يعلمون بوجود الأخصائي النفسي بمؤسستهم أم لا.	الجدول رقم □ 21□
204	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ معرفة ما إذا كان أستاذ التربية البدنية والرياضية يوجه التلاميذ إلى الأخصائي النفسي عندما يعلم بأنهم يعانون من مشاكل نفسية.	الجدول رقم □ 22□
206	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي التلاميذ حول معرفة موقف الزملاء من أصدقاهم عندما يمارسون النشاط الرياضي.	الجدول رقم □ 23□
209	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة رأي الأساتذة حول تأثير حصة التربية البدنية والرياضية على النمو النفسي والاجتماعي للتلاميذ.	الجدول رقم □ 24□
211	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأستاذ فيما إن كانت الزيادة في عدد حصص التربية البدنية والرياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي.	الجدول رقم □ 25□
213	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول الغرض من تحديد الخلل في عدم بروز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي.	الجدول رقم □ 26□
215	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة ما إذا كان التكوين النظري في ميدان علم النفس الذي تلقاه الأستاذ كاف لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق.	الجدول رقم □ 27□
217	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة ما إن كان الأساتذة يركزون على الجانب النفسي للتلاميذ أثناء تحضيرهم لحصة التربية البدنية والرياضية	الجدول رقم □ 28□

219	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة صفة العلاقة القائمة بين الأستاذ والتلميذ.	الجدول رقم □ 29 □
221	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفتهم فيما إن كانت الألعاب الشبه الرياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي للتلاميذ أم لا.	الجدول رقم □ 30 □
223	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول نوع الألعاب الشبه الرياضية التي لها أثر إيجابي على نفسية التلاميذ.	الجدول رقم □ 31 □
225	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالات النفسية للتلاميذ.	الجدول رقم □ 32 □
227	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة مجال الإرشاد النفسي للمراهق.	الجدول رقم □ 33 □

229	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول معرفة الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية	الجدول رقم □34□
231	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة في كيفية حل المشاكل النفسية للتلاميذ.	الجدول رقم □35□
233	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول ملاحظاتهم في مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية	الجدول رقم □36□
235	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية.	الجدول رقم □37□
237	يمثل التكرارات والنسب المئوية الخاصة برأي الأساتذة حول تشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة.	الجدول رقم □38□

مقدمة:

لا شك أن جوانب الشخصية الإنسانية متكاملة ويؤثر بعضها في البعض الآخر، ويتأثر به، وهي وحدة مترابطة ولا يمكن الفصل بينهما إلا في مجال الدراسة النظرية، فمنذ مهد الإنسان إلى الوقت الذي يتم فيه نضجه ويكتمل نموه تتفاعل عناصر تكوينه المختلفة ويحدث التأثير المتبادل بينهما على نحو قد يكون ظاهراً حيناً وقد يكون مستتراً حيناً آخر.

إذ هناك اتصال وثيق بين النفس والجسم، فالنفس تؤثر في الجسم ويؤثر في النفس، ولا انفصال بين هذا وذاك، ولذلك نجد أن النمو الجسمي يؤثر في جوانب النمو الأخرى العقلي والنفسي والاجتماعي ويتأثر بها.

إن النمو الجسمي يتأثر بالجوانب النفسية والاجتماعية الذي يعيش فيه النشأ داخل أسرته، ونتيجة للتوترات العصبية والانفعالات والقلق النفسي الذي يلحق به، قد يتأثر نموه الجسمي وتصيبه بعض الأمراض والعلل التي يكون منشؤها عصبي نفسي ولكن تؤثر في وظائف الجسم البيولوجية والفسيوولوجية وتؤدي إلى عرقلة النمو الجسمي، وقد أثبتت الأبحاث التربوية أن القلق النفسي يحدث اختلالاً في صحة الفرد العامة ويتسبب في اختلال نظامه الهضمي ودورته الدموية ونومه. وإذا ما طال القلق والخوف وأدى إلى اختلال نظامه لمدة طويلة من الزمن، فإن من شأنهما أن يتسببا في بطء عملية النمو الجسمي.

فلا شك أن الصحة والقوة وحسن النمو واللياقة البدنية تسهم بصورة مباشرة أو غير مباشرة في النمو العقلي للفرد، وفي تكامل شخصيته وفي نجاحه في الحياة وتقرر الحكمة اليونانية الشهيرة "العقل السليم في الجسم السليم" قاعدة صحية عامة نلمسها في حياتنا، إذ أن مصدر سعادة الإنسان تكمن في سلامة العقل والجسم معاً وليس في مقدور الرجل الذي يعاني من الأمراض، أن ينتفع بذكائه وقدراته العقلية فهو حبيس جسده العليل، وأسير أمراضه وعلله.

فالنشاط البدني الرياضي يلعب دوراً هاماً ومحورياً في بناء شخصية الفرد من جميع النواحي البدنية، والخلقية، والنفسية، والاجتماعية.

فالنشاط البدني الرياضي يعد واحد من أوجه الممارسات التي تؤدي إلى توجيه النمو البدني للفرد باستخدام التمرينات الحركية والتدابير الصحية وبعض الأساليب النفسية والخلقية وبالتالي النمو النفسي الاجتماعي.

فأصبح من الصعب تجاهل المغزى الاجتماعي لهذا النشاط الإنساني البارز ولعل أحسن صورة تبرز هذه المكانة هو اهتمام المفكرين بهذا الجانب و ظهور ما يسمى بعلم الاجتماع الرياضي أو علم النفس الرياضي.

و لقد بينت الدراسات السيكولوجية الحديثة أن النشاط البدني يلعب دورا بارزا في الصحة النفسية و عنصرا هاما في تكوين الشخصية الناضجة ، السوية ، كما أنه يعالج الكثير من الانحرافات النفسية و السلوكية ، بغرض تحقيق التوافق النفسي كما أن الرياضة تربي الطفل على الجرأة و الثقة في النفس ، و التحمل ، و عند انخراطه في فريق رياضي تنمو لديه روح الطاعة و الإخلاص ، و ينعدم لديه الشعور بالذات و بذلك تكون التمرينات البدنية عاملا فعالا في تنمية الشعور الانفعالي.

كما يعتبر النشاط البدني الرياضي مجال لتأكيد المراهق لذاته التي تعتبر من الأزمات النفسية المؤدية إلى المشاكل و الانحراف ، كما يمكن للمراهق إدراك المكانة الاجتماعية لنفسه ، و لغيره من خلال اللعب و دور زملائه نحوه بالإضافة إلى التأثير بشخصيات رياضية كبيرة و تقليدها. و انطلاقا مما سبق جاء بحثنا هذا ليسلط الضوء علي جانب مهم من الجوانب التي يسعى النشاط البدني الرياضي لتميتها ، و من اجل ذلك قسم الباحث هذه الدراسة إلى بابين بالإضافة إلى الجزء التمهيدي و الذي تناول فيه:

التعريف بالبحث، مقدمة البحث، مشكلة البحث، فرضيات و أهداف البحث ، ثم مصطلحات و الدراسات المشابهة.

أما الباب الأول فقد تناول فيه الباحث أربعة فصول، حيث تطرق في الفصل الأول إلى النشاط البدني الرياضي التربوي اما الفصل الثاني النمو النفسي الإجتماعي و الفصل الثالث جاء تحت عنوان المراهقة.

أما الباب الثاني فقد تناول فيه الباحث ثلاثة فصول تطرق فيها في الفصل الأول إلي منهج البحث و الإجراءات الميدانية ، أما الفصل الثاني فقد تطرق فيه إلي عرض و مناقشة نتائج البحث أما الفصل الثالث فقد تناول مقابلة النتائج بالفرضيات الإستنتاج العام ، الإقتراح

مدخل عالم

إن مرحلة المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد خلال حياته يتعرض فيها إلى مشاكل نفسية و إجتماعية نتيجة لعدة تغيرات ، تطراً عليه في هذه المرحلة فتختلف هذه الأزمة العابرة في درجتها باختلاف ظروف الفرد و مدى عدته لإستقبالها فيصبح المراهق يثور لأنفه الأسباب و نجده يبحث عن الإستقلالية أمام ضغوطات الأسرة و المحيط و من جهة أخرى يبحث عن الحنان .

يتعرض المراهق للتغيرات المختلفة التي تجعله يقع في صراع مع نفسه و مع من يحطون به ، حيث يصبح عنيفا و قلقا و غير مستقر و هذا ما يدفع به إلى إتخاذ أسلوب قد يلحق الضرر بنفسه ، و يحاول التأكيد على حاجاته بالإنتهاء إلى جماعة الرفقاء التي يستطيع أن يجد نفسه فيها .

و يمارس المراهق في الثانوية النشاط البدني الرياضي الذي يسعى إلى تحقيق الصحة بمفهومها الشامل الذي يتضمن الصحة البدنية و العقلية النفسية الإجتماعية ، إلا أننا نجد هذه المادة في برامج التمدرس في مختلف الأطوار مهمشة و ذلك راجع لكونها مادة غير أساسية كما أن حجمها الساعي لا يفوق ساعتين في الأسبوع كما نلاحظ أن الإهتمام بالمواد الأخرى على حساب النشاط البدني الرياضي من طرف أغلب شرائح المجتمع بما فيه الطبقة المتعلمة و لقد إرتأينا أن نحاول إلقاء الضوء على أهمية ممارسة الرياضة في إنماء الجوانب المختلفة للفرد منها الجسمية ، الحركية ، النفسية، الإجتماعية... الخ للمراهق الذي يمر بمرحلة تنشأ فيها بعض الصعوبات التي ينتج عنها الإرتباك و العزلة عن المجتمع و كره الذات و كثرة الإرتباكات السلوكية فهناك دراسة قام بها "أمارداكا " حيث يقول " أن اللعب يعطي و يعكس الحياة النفسية للطفل بحيث يعتبر هو المسلك الوحيد الذي يتخذه الطفل من أجل تفريغ لكل الضغوط و الشحون و الغرائز المكبوتة" (1)

و إهتم كل من "طاش" و "يورديو" بخصائص السلوك و الدور الإجتماعي و بينوا أهمية الممارسة الرياضية عند الطفل المراهق إذ يلجأ المراهق إلى ممارسة النشاطات البدنية والرياضية قصد التخفيف من الأضطرابات النفسية و المشاكل الإجتماعية .

يعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي أسلوبا لتنمية الذات و اتزانها، ووسيلة لتدعيم الصحة النفسية للممارس، كما أنها تتيح له حياة اجتماعية تخضع للتنظيم و التوجيه، مميزة بمواقف و تفاعلات اجتماعية بناءة، مما يشكل تدريبا على الحياة الإجتماعية الناجحة و تدعيما لها، كما تساعد على التفتح و النمو الإجتماعي السليم لشخصية الممارس، كما تعتبر التربية البدنية والرياضية مصدرا لمجابهة الأزمات النفسية التي تطراً على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة، و النشاط و الحركية، فأصبحت المدرسة في هذا

العصر مؤسسة اجتماعية تهيئ الفرص لتحقيق النمو المتكامل للنشأ والبيئة المحيطة بهم، وذلك بإعداد الطفل حتى يكون مواطناً صالحاً منتجاً يستطيع النهوض بالبيئة في جميع مفاهيم حياتها. و بناءاً على هذه التقديمات النظرية لموضوعنا نجد أنفسنا أمام الإشكال الآتي:

- ما هو دور الأنشطة البدنية الرياضية بأبعادها التربوية على النمو النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي ؟

2- الفرضيات:

1-2 الفرضيات العامة:

للأنشطة البدنية الرياضية دور في تطوير النمو النفسي الإجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي .

2-2 الفرضيات الجزئية:

- هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

- هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير النمو الإجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

3- أهمية البحث:

وتكمن أهمية بحثنا هذا الذي يعتبر من نوع البحوث التي تتناول مواضيع نفسية واجتماعية كونها تكشف لنا عن طبيعة النمو النفسي والاجتماعي وعلاقته بالنشاط البدني والرياضي في الطور الثانوي ومعرفة الخصائص النفسية والاجتماعية للتلاميذ في هذه المرحلة العمرية وبالتالي التحكم في العملية البيداغوجية حيث اختبار محتوى النشاطات المقدمة وكذا التعامل السليم والعقلاني مع التلاميذ الممارسين. وإلى غاية الوصول إلى هدفنا المسطر وضعنا هذه النقاط حتى تكون عوامل مساعدة لتوضيح مبحثنا:

- إنجاز دراسة بيداغوجية يتم من خلالها الإحاطة بموضوع البحث والتطرق إلى مختلف الجوانب التي تمس النمو النفسي والاجتماعي من ناحية خصائص التلاميذ في هذه المرحلة والتفاعلات التي يعيشونها.

- استخراج إخبار يهدف إلى تحديد طبيعة اتجاه التلاميذ من خلال حصة التربية البدنية والرياضية عن طريق تحديد طبيعة النمو النفسي والاجتماعي لديهم وإبراز العلاقة التي تربط الممارسة الرياضية بالنمو النفسي والاجتماعي.

- الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في النمو المنظم للمراهقين وذلك في جميع الميادين.

4- أهداف البحث:

إن بحثنا هذا يتمحور بشكل عام إلى التعرف على التربية البدنية و الرياضية المدرسية (الثانوية) و بالأحرى على دورها في تطوير النمو النفسي الإجتماعي لدى المراهقين في المرحلة الثانوية بالإضافة إلى الدور الفعال الذي يسلكه الأستاذ في ذلك فدراستنا تستهدف نقاط أساسية هي:

- الكشف عن الخصائص النفسية والاجتماعية لتلميذ الطور الثانوي.

- معرفة طبيعة النمو النفسي والاجتماعي أثناء المرحلة الثانوية.

- إيجاد نوعية التأثير التي تحدث عند التلاميذ من خلال ممارسة النشاط الرياضي.

- تسليط الضوء على بعض أساليب النمو النفسي والاجتماعي.

- معرفة إلى أي مدى يمكن لنشاط البدني الرياضي التربوي أن يؤثر على الحالة النفسية الاجتماعية لدى تلاميذ هذه المرحلة .

- لفت إنتباه الكثير من الفئات إلى مكانة التربية البدنية و الرياضية بالمدارس.

- إبراز مهام و أهداف التربية البدنية و الرياضية داخل المنظومة التربوية في مرحلة التعليم الثانوي.

- تقديم إطار عام يفسر كيف أن التأثيرات الاجتماعية المختلفة بإعتبارها جوانب من عملية التنشئة الاجتماعية يمكن أن تؤدي إلى قدر أكبر من المشاركة و الأداء في النشاط البدني من خلال المؤسسة التربوية.

- معرفة العلاقة بين النشاط البدني الرياضي التربوي و النمو النفسي الاجتماعي لمراهقي المرحلة الثانوية.

5- تحديد مصطلحات البحث:

أ- التربية البدنية والرياضية:

يعرفها بوتشر بأنها جزء متكامل من التربية العامة، وهي ميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان من النشاط البدني اختبرت بغرض تطبيق المهام.

ب- النشاط البدني الرياضي التربوي:

و هو عبارة عن نشاط تعليمي تربوي أو ما يسمى بدرس التربية البدنية و الرياضية بالإضافة للنشاط البدني الرياضي التربوي التدريبي التنافسي و هو مجموع الأنشطة الرياضية الداخلية و الخارجية المكلمة لبعضها البعض في بحثنا هذا نقصد به كل الأنشطة البدنية الرياضية الممارسة داخل المؤسسة التعليمية في مرحلة التعليم الثانوي وهي عبارة عن التربية البدنية و لرياضية دورات رياضية تنافسية و غير تنافسية ممارسة داخل و خارج المؤسسة و المنضمة من طرف أساتذة المؤسسة نفسها و المنضمة الداخلية الخاصة " أو من طرف الرابطة الولائية للرياضة المدرسية الخارجية الخاصة " .

ج- النمو النفسي:

يعرفه القوسي بأنه التوافق التام أو المتكامل بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مجابهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ على الإنسان مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية.⁽²⁾

د- النمو الإجتماعي:

يعني قدرة الفرد على معايشة غيره من الأفراد وتعامله معهم وتفهمه لتصرفاتهم وأنماط سلوكهم واكتساب حبهم واحترامهم وتعاونهم معهم في تكوين بيئة اجتماعية صحيحة، يمارسون من خلالها حياتهم السعيدة لصالحهم وصالح المجتمع الذي يعيشون فيه.⁽³⁾

6- الدراسات السابقة: بعدما اخترنا موضوع بحثنا هذا وإيماناً بان الدراسات السابقة والمشابهة، تعطي صبغة علمية لكل بحث، تفحصنا بحثاً لعلنا نجد فيها ما يسهل مهمتنا في اثناء بحثنا فوجدنا بعض الدراسات المشابهة:

6-1- دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد(1996): والتي هدفت إلى معرفة أثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية على التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقلياً، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من 30 مفحوصاً وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين 15 طفلاً وطفلة مجموعة ضابطة

و 15 طفلاً وطفلة مجموعة تجريبية، وكانت أعمارهم من 8-10 سنوات ونسبة ذكائهم 50-70%، وتمثلت أدوات جمع البيانات في: مقياس السلوك التكيفي - مقياس جودانف هارس للذكاء - برنامج لبعض الأنشطة الحركية.

وكانت أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائياً بين درجتى عينة الدراسة على النشاط مقياس السلوك التكيفي لصالح العينة التجريبية قبل وبعد ممارسة النشاط الحركي وتوصى النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقلياً⁽⁴⁾.

6-2- دراسة حسين محمد الأطرش(2005):

والتي هدفت إلى التعرف على التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى عينة من طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته بلبياء، وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص، ومحاولة تفسير هذه العلاقة، واستخدم

- عواطف أبو العلا: "التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية"، دار النهضة للطبع والنشر، القاهرة بدون، تاريخ، ص 165.

- على محمد زكي: "التربية الصحية بين النظرية والتطبيق"، ط1، منشورات ذات سلاسل الكويت، 1983، ص 25.

⁴ - العليا محمد إبراهيم عبد الحميد: العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة عين شمس، معهد الدراسات للطفولة، 1996م.

² - حسين محمد الأطرش: التوافق النفسي الاجتماعي وعلاقته بالذكاء لدى طلبة الثانويات التخصصية بشعبية مصراته، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة 7 أكتوبر،

كلية الآداب، 2005م.

الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية، وبلغ قوامها 264 طالبًا وطالبة من كليات العلوم الإنسانية والتطبيقية.

وكانت أهم النتائج: عدم وجود علاقة دالة إحصائية بين التوافق النفسي الاجتماعي، والذكاء لدى

العينة الكلية عند مستوى دلالة 0.05. (2)

6-3- دراسة نصيرة عقاب (1995) تحت عنوان:

-التنشئة الاجتماعية و أثرها في السلوك و الممارسات الاجتماعية .

توصلت نتائج بحثها إلى:

- تأكدت نظرياً أن التنشئة الاجتماعية ما زالت تقوم بدورها في تحديد سلوك الفتيات رغم التغيير الذي طرأ على وضع الإناث (انتشار التعليم و ارتفاع نسبة الإناث في العمل)حيث اتضح أن الفتيات يحاولن التأقلم مع الأوضاع الجديدة بدون التخلي عن جوهر التنشئة الاجتماعية و هن بذلك يحافظن على قاعدة التقسيم للجنس للمجال و الأدوار الاجتماعية.

- استنتجت أن هناك محافظة على مضمون التنشئة الاجتماعية للفتيات الجزائريات، أما التغيرات التي عرفها المجتمع الجزائري فكان تأثيرها شكلياً(5)

6-4- دراسة مديحة حسن فريد(1993): والتي هدفت إلى التعرف على أثر برنامج مقترح لبعض الأنشطة الرياضية والترويحية على التكيف النفسي والاجتماعي وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين، وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي، وتكونت العينة من 11 مريضاً ومريضةً من نزلاء مستشفى دار المقطم بالقاهرة، واستخدمت الباحثة اختبار الشخصية الإسقاطي من إعداد لويس كامل مليكة.

ومن أهم النتائج: أن البرنامج الرياضي قد أثر إيجابياً على بعض المتغيرات الفسيولوجية على المرضى النفسيين - أن البرنامج ذو تأثير إيجابي على بعض عناصر اللياقة البدنية المختارة قيد البحث. (2)

⁵ - نصيرة عقاب: رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم الاجتماع، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، بوزريعة، سنة 1995 ص206.

2- مديحة حسن فريد: تأثير برنامج مقترح لبعض الأنشطة الرياضية والترويحية على التكيف النفسي والاجتماعي وبعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمرضى النفسيين، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، 1993م.

6-5- دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد (1996) تحت عنوان:

- العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة الرياضية و تنمية التوافق النفسى والاجتماعى.
توصلت نتائج بحثها إلى:

- إلى معرفة أثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية على التوافق النفسى والاجتماعى لدى الأطفال المتخلفين عقلياً واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وتكونت عينة البحث من 30 مفحوصاً وتم اختيارهم بالطريقة العمدية، وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين 15 طفلاً وطفلة مجموعة ضابطة، و 15 طفلاً وطفلة مجموعة تجريبية، وكانت أعمارهم من 8-10 سنوات ونسبة ذكائهم

50-70%، وتمثلت أدوات جمع البيانات فى: مقياس السلوك التكيفى - مقياس جودانف - هارس للذكاء - برنامج لبعض الأنشطة الحركية.

وكانت أهم النتائج: وجود فروق دالة إحصائياً بين درجتى عينة الدراسة على النشاط مقياس السلوك التكيفى لصالح العينة التجريبية قبل وبعد ممارسة النشاط الحركى وتوصى النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقلياً⁽⁶⁾

⁶ محمد إبراهيم عبد الحميد: العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسى والاجتماعى، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة، 1996م.

الخاتمة

حساسية موضوع المراهقة خاصة في المحيط الدراسي و واقع النشاط البدني و الرياضي و نقص الإهتمام بها جعلنا نتطرق إلى العلاقة الموجودة بينهما أي في تأثير هذه المادة الحيوية على هذه الفئة المتميزة في جانب النمو .

باعتبار موضوع النمو موضوع عام وواسع يصعب الإلمام به من كل النواحي لدى تناولنا في هذا الموضوع تحقق النمو النفسي و الإجتماعي عند المراهق الممارس للنشاط البدني و الرياضي التربوي في الثانوية و قد إفترضنا أن هناك دور للنشاط البدني الرياضي التربوي على النمو النفسي و الإجتماعي للمراهق.

و لإثبات هذه الفرضية قمنا بتوزيع إستبيانات خاصة بالتلاميذ و الأساتذة ، و بعد جمع الإحصائيات و تحليل النتائج توصلنا إلى تحقق الفرضيات الجزئية بنسبة معتبرة .

الفرضية الأولى تخص مساعدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي للمراهق على النمو النفسي التي تحققت بنسبة كبيرة ، و التخفيف من المشاكل الإجتماعية من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي، كفرضية ثانية والتي تتحقق أيضا .

تحقق هذه الفرضيات أظهر أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في النمو النفسي و الإجتماعي للمراهق حيث تقيه من المشاكل النفسية كالعزلة و الإنطواء و ذلك بتوفير أجواء تساعد و تسهل في خلق علاقات بين التلاميذ و تخليهم عن بعض السلوكات السلبية و تزرع فيهم روح الجماعة فتوجه الطاقة التي يتميز بها الفرد في هذه المرحلة توجيهها إيجابيا.

و لهذا يمكننا القول أن النشاط البدني الرياضي التربوي ليس نشاط ترفيهي فحسب بل هو نشاط تربوي هادف لكن ذلك لا يتحقق إلا بتوفر الشروط أخرى كالوسائل التي تسمح ببلوغ الأهداف المبرمجة كما يجب توفر مؤثرين لهم كفاءة في التعامل مع المراهقين الذين يجب أيضا أن يحضوا بتشجيع و دعم عائلي يوجههم نحو هذه النشاطات المفيدة.

وعليه نطرح السؤال التالي: متى يعترف بالنشاط البدني الرياضي التربوي و بخدماته الجليلة ؟

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية

- 1- إبراهيم بسيوني عميرة:مناهج البحث التربوي، دار المعارف بمصر،القااهرة سنة1974 .
- 2- ابراهيم حامد قنديل: برنامج و دروس التربية البدنية و الرياضية، مطبعة مخيم القااهرة،سنة 1980 .
- 3- ابراهيم نشقوش: سيكولوجية المراهق،ط3، مكتبة الانجلو مصرية،سنة 1989.
- 4- ابو العلاء احمد عبد الفتاح، نصر الدين السيف: فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي القااهرة، سنة1993.
- 5- أبو حطبو آخرون : نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين، ط4، مكتبة الإنجلو المصرية ، القااهرة مصر، سنة1999.
- 6- أبو عبيه حسن محمد: المنهج في علم النفس الرياضي، دار المعارف القااهرة،سنة1977.
- 7- احمد اوزري: المراهقة و العلاقات المدرسية، مطبعة دار النجاح الجديدة الدار البيضاء،سنة 1993.
- 8- احمد عزت راجح: اصول علم النفس ،ط12 ، دار المعارف، المعارف ، القااهرة، سنة1979.
- 9- أرنوف، و يتيح ، مقدمة في علم النفس، ترجمة عادل عز الدين الاشول و آخرون، دار ماكجروهيل للنشر، القااهرة، سنة1977.
- 10- أكرم زكي خطايبية: المناهج المعاصرة في الت ، ب ، ط 1 ، دار الفكر العربي، القااهرة ، سنة 1997.
- 11- أمين أنور الخولي: اصول التربية البدنية و الرياضية، ط1 ، دار الفكر العربي ،مدينة نصر ، سنة 1996.
- 12- أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة ط1، دار الفكر العربي، القااهرة ،سنة2000.
- 13- أمين انور الخولي: دليل معلم الفصل و طالب التربية العلمية، دار الفكر العربي، 1994 .
- 14- أمين أنور الخولي و آخرون : التربية الرياضية المدرسية ،ط4،دار الفكر العربي ، مدينة نصر ، القااهرة ،سنة 1996 .
- 15- بسطويس احمد بسويسي : اسس و نظريات الحركة ، دار الفكر العربي القااهرة، سنة 1996.
- 16- تشالز ايبوكر: أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده، دار الفكر العربي،القااهرة.
- 17- حامد عبد السلام زهران:علم النفس الاجتماعي، ط 5، عالم الكتب، القااهرة 1982.
- 18- حسان محمد حسن: الأسس العلمية لمناهج البحث العلمي، ط1 ، دار الطليعة بيروت ، سنة 1994 .

- 19- حسن معوض، و حسن شلتوت: التنظيم و الادارة في التربية الرياضية دار المعارف، القاهرة، 1996.
- 20- د. محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، ط 4، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2004.
- 21- دافيدوف لنذل: مدخل علم النفس، ط2، ترجمة سيد الطواب و آخرون، دار ماكجروهيل للنشر، القاهرة، 1984.
- 22- دروس في التربية و علم النفس، مديرية التربية و التكوين خارج المدرسة طباعة الشعبية للجيش، الجزائر 73-74.
- 23- ذوقان عبيدات و آخرون: البحث العلمي مفهومه أدواته وأساليبه، ط1، الجامعة الأردنية، 1998.
- 24- الراضي سمير، جميل أحمد: المراهقون، دراسة تربوية نفسية من وجهة النظر الإسلامية، (1983).
- 25- الرفاعي أحمد حسين، مناهج البحث العلمي تطبيقات إدارية و اقتصادية، دار وائل، عمان، 1998.
- 26- رمزي الغريب: الحياة النفسية في الحياة الصغيرة و مشكلاته اليومية، مكتبة الانجلو مصرية، 1977.
- 27- زهران حامد عبد السلام: علم النفس، النمو، الطفولة و المراهقة، ط3، عالم الكتب، القاهرة، 1972.
- 28- س. فرويد، الانا و الهو، ط4، ترجمة عثمان نجاتي، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 29- سامي عريفج و آخرون: مناهج البحث العلمي و أساليبه، ط1، مجدلاوي للنشر، عمان، 1987.
- 30- سامي ملحم: مناهج البحث في التربية و علم النفس، ط1، دار المسيرة للنشر، الأردن، 2000.
- 31- سعيد اسماعيل علي: مدخل للعلوم التربوية، عالم الكتب، القاهرة، 1982.
- 32- سعيد حسني العزة: سيكولوجية النمو في الطفولة، ط1، الدار العلمية للنشر دار الثقافة للنشر و التوزيع، بدون سنة
- 33- سيد احمد عثمان، انور الشرفاوي، التعلم و تطبيقاته، ط2، دار الثقافة للنشر و الطباعة، القاهرة، 1978.
- 34- سيد خير الله: علم النفس التعليمي أسسه النظرية و التجريبية، الجزء الثالث، عالم الكتب، القاهرة، 1978.
- 35- شعلال عبد المجيد، واقع النشاط البدني الرياضي التربوي و دوره في دعم الحركة الرياضية الوطنية، رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر، 2004.

- 36- صالح ، أحمد زكي :علم النفس التربوي ،ط13 مكتبة النهضة المصرية، القاهرة ،مصر1972.
- 38- صالح نازلي، يس سعيد: المدخل في التربية، مكتبة الأنجلو المصرية 1973.
- 39- طلعت همام: قاموس العلوم النفسية و الإجتماعية،ط2،دار عمان، الأردن 1987.
- 40- عباس احمد السمرائي، بسطو يس احمد بسطو يس: طرق التدريس في التربية البدنية، جامعة بغداد، 1984.
- 41- عبد الرحمان عيسوي: معالم علم النفس، دار الفكر الجامعي، الاسكندرية 1979.
- 42- عبد الرحمن العيساوي: سيكولوجية النمو، بدون طبعة و سنة ، ص 41.
- 43- عبد الرحمن الوافي: مدخل إلى علم النفس العام، الخنساء للنشر و التوزيع بدون تاريخ.
- 44- عبد الرحمن عدس : مع المعلم في صفة، ط1، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع ، الاردن ، 1999.
- 45- عبد الرحمن عيسوي، علم النفس النمو، دار المعرفة الجامعية ، القاهرة 1955.
- 46- عبد العزيز القوضي، أسس الصحة النفسية، ط9، مكتبة النهضة المصرية القاهرة، 1981.
- 47- عبد الغني نصيف، الخطة الحديثة في التربية البدنية و الرياضية، مطبعة الميناء، بغداد، 1971.
- 48- عبد اللطيف يوسف الصديق و آخرون: معجم الإحصاء، دار الراتب الجامعية لبنان، دون تاريخ.
- 49- عبد الوهاب محمد الكامل: أساسيات سيكولوجية التعلم، دار ابو العينين لطباعة الأوفست ، طنطا،1979.
- 50- عبدو علي : الخطة الحديثة في اخراج درس التربية البدنية و الرياضية، بغداد، 1997.
- 52- عدس ، محمود عبد الرحيم : تربية المراهقين، ط1. دار الفكر عمان ، الأردن،سنة 2000.
- 53- عدنان جلول درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1994، ص 30.
- 54- عنايات احمد فرح: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988.
- 55- عدنان درويش و آخرون: التربية الرياضية المدرسية ، دار الفكر العربي القاهرة ، 1994 .
- 56- عفاف عبد الكريم: طرق التدريس في التربية البدنية و الرياضية، منشأة المعارف بالاسكندرية، 1994.
- 57- عقل محمود عطا حسين : النمو الإنساني (الطفولة و المراهقة)،ط5، دار الخريجي للنشر و التوزيع ، الرياض المملكة العربية السعودية،سنة2000.
- 58- علي البشير القائدي و آخرون: المرشد الرياضي التربوي، طبع المنشأة العامة للنشر و التوزيع و الاعلان، طرابلس، ليبيا، 1983.
- 59- على محمد زكي: التربية الصحية بين النظرية و التطبيق، ط1، منشورات ذات سلاسل الكويت،1983.

- 60- عليان ربحي مصطفى: خطوات البحث العلمي في علم المكتبات، ط16 ، رسالة المكتبة ، سنة 1981 .
- 61- عماد الدين اسماعيل: النمو في مرحلة المراهقة، دار التعلم، الكويت، 1982.
- 62- عمار بوحوش، محمد محمود الزنبيات: مناهج البحث العلمي أسس و أساليب ط 1 ، مكتبة المنار للطباعة و النشر و التوزيع، الأردن، 1989 .
- 64- عنايات محمد احمد فرح: مناهج و طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988.
- 65- عنايات محمد فرح: دليل مدرس التربية الرياضية في مرحلة التعليم الأساسي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988.
- 66- عواطف أبو العلا : التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، دار النهضة للطبع والنشر، القاهرة ، بدون تاريخ.
- 67- عودة سليمان: أساسيات البحث العلمي في التربية و العلوم الإنسانية، ط 2 إربد، مكتبة الكتاني، 1992 .
- 67- عوض ربيعة رجب: ضغوط المراهقين و مهارات المواجهة (التشخيص و العلاج) مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة .
- 68- الغامدي، حسين عبد الفتاح: (تحت الطبع)، المقياس الموضوعي لتشكل هوية الأنا ، نسخة مقننة على الذكور في سن المراهقة و الشباب بالمنطقة الغربية من المملكة العربية السعودية، جامعة أم القرى .
- 69- غسان صادق، سامي الصقار: التربية البدنية الرياضية، كتاب منهجي جامعة بغداد.
- 70- فؤاد الباهي السيد: الأسس النفسية للنمو، دار الفكر العربي، القاهرة، بدون طبعة و سنة.
- 71- فؤاد ابو حطب، أمال صادق: علم النفس التربوي، ط 2، مكتبة الانجلو مصرية ، القاهرة، 1979.
- 72- فايز مهني، التربية الرياضية الحديثة: دار طلاس للنشر، دمشق، 1987.
- 73- الفرائضي ، عبد اللطيف عبد الله: مراحل النمو النفسي عند الطفل و أهميتها مجلة الفيصل الطبية .
- 74- قاسم المندلاوي و آخرون، اصول التربية الرياضية في مرحلة الطفولة المبكرة، جامعة بغداد ، 1989.
- 75- قاسم حسن، و آخرون: نظريات التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1979.
- 76- كمال أيت منصور، رابح طاهير: منهجية إعداد بحث علمي، دار الهدى للطباعة و النشر، عين مليلة، 2003 .
- 77- مبارك فراح، بحث لنيل شهادة الأستاذية: مكانة التربية البدنية و الرياضية و قيمتها في التعليم الثانوي، 1979.
- 78- محمد إبراهيم عبد الحميد: العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة و تنمية التوافق النفسي و الاجتماعي،

- رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة، 1996.
- 79- محمد الحمامي، و أمين الخولي: أسس بناء برامج التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
- 80- محمد الشياتي: الأسس النفسية و التربوية لرعاية الشباب، دار الثقافة بيروت، بدون طبعة، بدون تاريخ.
- 81- محمد حسن ابو عيبة : المنهج في علم النفس الرياضي، دار المعارف القاهرة، 1977.
- 82- محمد حسن علاوي : التدريب و المنافسات، دار المعارف، القاهرة، 1977.
- 83- محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، الطبعة 2 ، سنة 1986 .
- 84- محمد حسن علاوي :علم النفس الرياضي ، دار المعارف، مصر الطبعة الرابعة، 1979.
- 85- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، 1992.
- 86- محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب و المنافسات، دار المعارف القاهرة، 1981.
- 87- محمد حسن علاوي،أسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي. القاهرة، 1999.
- 88- محمد زياد حمدان: قياس كفاية التدريس ، مذكرة ماجستير ، معهد علم النفس ، جامعة الجزائر ، 1984.
- 89- محمد سلامة آدم توفيق حداد: علم النفس الطفل للطلبة المعلمين و المساعدين في المعاهد التكنولوجية ، الجزائر، 1973، ص 124.
- 90- محمد عادل عبد الله: دراسات في الصحة النفسية (الهوية الإغتراب الإضطرابات النفسية)، ط1، دار الرشاد ، القاهرة، مصر العربية 2000.
- 91- محمد عبد الرزاق شفيق، هدى محمود ناصف :إدارة الصف المدرسي دار الفكر العربي ، القاهرة، بدون السنة.
- 92- محمد عوض بسيوني، و فيصل ياسين الشاطي :نظريات و طرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1992.
- 93- محمد فندي: علم النفس الرياضي و الأسس النفسية للتربية الرياضية، دار الثقافة بيروت، بدون طبعة، سنة 1947.
- 94- محمد مصطفى ريدان : علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1965.
- 95- محمد مصطفى ريدان :علم النفس التربوي، دار المشرق.
- 96- محمود قاسم : المنطق الحديث و مناهج البحث، ط 5، دار المعارف القاهرة 1976.

- 97- محي الدين مختار : محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 1996.
- 98- مرسي أبو بكر مرسي محمد : أزمة الهوية في المراهقة و الحاجة للإرشاد النفسي، ط1، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، مصر ، 2000.
- 99- مصطفى فهمي : الدوافع النفسية، ط 5 ، مكتبة مصر بالفجالة، القاهرة، 1968.
- 100- مصطفى يوسف الفاضي، محمد مصطفى زيدان: السلوك الاجتماعي للفرد، ط1مكتبات عكاظ للنشر و التوزيع 1981 .
- 101- مغاريوس صاموئيل : اضواء على المراهق المصري، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1997.
- 102- منهاج التربية البدنية و الرياضية للتعليم الثانوي، مديري التعليم الثانوي جوان 1996.
- 103- موسى ، عبد الله عبد الحي : دراسات في علم النفس ، دار الثقافة للنشر و التوزيع، القاهرة ، مصر.
- 104- ميخائيل ابراهيم أسعد: مشكلات الطفولة و المراهقة، منشورات دار الافاق الجديدة ،بيروت، 1981.
- 105- نصيرة عقاب: رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم الاجتماع، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، بوزريعة، سنة 1995 .
- 106- نور الحافظ : المراهق، المؤسسة العربية للدراسات و النشر، القاهرة 1990.
- 107- وزارة الشباب و الرياضة : قانون التربية البدنية ، مطبعة الشعب، الجزائر، 1972.
- 108- يوسف مراد : مبادئ علم النفس العام، دار المعارف، مصر، 1969.

المراجع باللغة الفرنسية

- 1- Adams G.R. Objective measure of Ego-dentty status lkj: a reference manual. (Avaible from Adam)
- 2- Alan (H), L'Eps réflexion et perspectives, Ed Steps Eps, Paris, P 201.
- 3- Armand (P), les savoirs du corps, Education physique et éducation intellectuelle dans le système scolaire français , Ed P.U.F, Lyon, 1983.
- 4- Bernard Petroves , Semilogie psychiatrique, op-cit .
- 5- Canestari (R) et all, l'image de corps chez les adolescents, In neuro psychiatrie de l'enfant , 1980.
- 6- Dalio.F, l'image inconsciente du corps, Ed seuil, Paris.
- 7- Debexe (M), l'adolescent, Paris, 1959.
- 8- Erikson E.H (1968) Childhood and societiy. New York :Norton
FAP (P), cité par MIKIDECHE (N), In le sens a accorder au concept de l'enfant, Alger.1988.
- 9- Freud S, Trois essais sur la théorie de la sexualité, Gallimard, Paris, 1992
- 10- Gravit 2/M : Methodes des sciences sociales, 6eme édition, Paris, 1984.
- 11-Houzel et Mazet, Psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent, ed. Malvines, Tome II, 1998.
- 12- Male (P) Psychologie de l'adolescence , ed. P.U.F ? Paris ? 1064.
- 13- Marcia j.e. (1988) common processes underlying Ego-Identity cognitive/ moral development and individuation .In D.K. lapsley and F.C power (EDS)Self.Ego.and Identity.New york: Springer –Verlag.
- 14- Maslow A.H, The lather peaches of human nature, New York, the viking., I.N.C, 1971.
- 15- Mead (M), le fosse des génération, donoel, Paris, 1972.
- 16- Nafa (S) « importance de la pratique sportive dans les etablissements secondaires, sue l'image du corps des adolescents (12-15ans) » , thèse magistère , I.E.P.S, Université d'Alger , 2002.
- 17- Revue scientifique de l'éducation physique et sportive, vol 2,n°3, Alger,1994.

18- Schilder Paul, l'image du corps , ed , Guallimand , 1978 .

19- Sillamy (N) Dictionnaire de Psychologie, larousse, 1989.

20- Sivadon (R) et Gantheret (F), La rééducation corporelle de fonction mentales, ESF, 2^{ème} ed, 1969.

21- Stoez (J) Psychologie social, ed. Flammarion, 1963.

قائمة الملاحق

جامعة حسيبة بن بوعلي - الشلف -

معهد التربية البدنية والرياضية

إستمارة استبيان خاصة بالتلاميذ

في إطار إنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في النشاط البدني الرياضي التربوي :

فإننا نرجوا منكم أعزائنا التلاميذ الإجابة على هذه الأسئلة بكل صراحة ودقة من أجل التوصل إلى نتائج

دقيقة تفيد في البحث العلمي ولكم منا فائق التقدير والإحترام.

*ملاحظة: ضع علامة (X) على الإجابة المناسبة.

معلومات خاصة:

الجنس: ذكر

أنثى

المستوى:

أسئلة الاستبيان الخاص بالتلاميذ:

س1: ما هي نظرتك لمادة التربية البدنية والرياضية؟

*مادة أساسية *مادة ثانوية *مادة ترفيهية

س2: كيف تفضل أن تكون مادة التربية البدنية والرياضية؟

*إجبارية *إختيارية

س3: بماذا تشعر عند ممارستك لحصة التربية البدنية والرياضية؟

*الراحة *التعب *القلق *الفرح والسرور

س4: كيف ترى الوقت المخصص لممارسة مادة التربية البدنية والرياضية؟

*كافي *غير كافي

س5: ما هي الرياضة التي تفضل ممارستها؟

*كرة القدم *كرة السلة *ألعاب القوى
 *كرة اليد *كرة الطائرة *الجمباز

س6: ما هي الفائدة من ممارسة التربية البدنية والرياضية حسب رأيك؟

*الإندماج الجيد في الجماعة والمجتمع
 *إحترام الجماعة
 *إكتساب صداقة وأصدقاء

س7: هل ترى أن مادة التربية البدنية والرياضية تساعد على سهولة فهم المواد الدراسية الأخرى؟

*نعم *لا

س8: حسب رأي ما هي المشاكل التي تسببها لك مادة التربية البدنية والرياضية؟

*مشاكل نفسية *مشاكل إجتماعية
 *مشاكل صحية *لا توجد مشاكل

س9: هل تهتم أسرته بالأخبار الرياضية؟

*نعم *لا

س10: هل يوجد في أسرته من يمارس الرياضة؟

*نعم *لا

س11: هل تقوم أسرته بتشجيعك على ممارسة التربية البدنية والرياضية؟

لا* نعم*

س12: هل تقوم بممارسة الرياضة خارج المدرسة في أوقات فراغك؟

لا* نعم*

س13: كيف هي معاملة أستاذ التربية البدنية والرياضية لك؟

سيئة* حسنة*

س14: ما هي العرايل والعواقب التي تمنعك من ممارسة النشاط الرياضي بشكل جدي في الثانوية؟

نقص العتاد الرياضي

سوء برمجة درس التربية البدنية والرياضية

مشاكل مادية

مشاكل صحية

س15: ما هو رأيك في دور التربية البدنية والرياضية في معالجة المشاكل النفسية؟

تساعد في معالجة هذه المشاكل

تخفف عنك هذه المشاكل

ليس لها أثر في معالجة هذه المشاكل

س16: هل يهتمك المظهر العام لأستاذ التربية البدنية والرياضية أثناء الحصة؟

لا* نعم*

س17: هل يساعدك أستاذ التربية البدنية والرياضية في حل مشاكلك النفسية؟

لا* نعم*

س18: هل يفتح لكم أستاذ التربية البدنية والرياضية المجال لتعبير عن آرائكم؟

لا* نعم*

س19: هل الأنشطة التي تقومون بها أثناء حصة التربية البدنية والرياضية تدعو إلى الإستمتاع والراحة

النفسية أثناء ممارستها؟

لا* نعم*

س20: هل يوجد أخصائي نفسي بمؤسستكم؟

لا* نعم*

س21: هل يقوم أستاذ التربية البدنية والرياضية بتوجيهكم إلى الأخصائي النفسي عندما يعرف أنكم تعانيون

من مشاكل نفسي؟

لا* نعم*

س22: ما هو موقف أصدقائك من ممارستك للتربية البدنية والرياضية؟

لا يهتمون بك *يسخرون منك *يشجعونك

جامعة حسيبة بن بو علي - الشلف -

معهد التربية البدنية والرياضية

إستمارة استبيان خاصة بالأساتذة

في إطار إنجاز إنجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في النشاط البدني الرياضي التربوي:

فإننا نرجو منكم أساتذتنا الكرام ملاً هذه الإستمارة بالإجابة على أسئلتنا بدقة من أجل التوصل إلى نتائج

موضوعية ودقيقة تفيد في البحث العلمي.

وفي الأخير لكم منا فائق التقدير والإحترام.

*ملاحظة: ضع علامة (X) في الجواب المناسب.

أسئلة الإستبيان الخاص بالأساتذة:

س1: هل في رأيكم حصة التربية البدنية والرياضية تؤثر في نفسية التلاميذ؟

نعم* لا*

س2: هل الزيادة في حصص التربية البدنية والرياضية له علاقة بالنمو النفسي والاجتماعي؟

نعم* لا*

س3: هل الخلل في عدم إبراز الأهداف المنتظرة لحصة التربية البدنية والرياضية من الجانب النفسي راجع إلى:

*نقص الحصص التدريبية

*عدم اهتمام التلاميذ

*أشياء أخرى

س4: هل تكوينكم النظري في مادة علم النفس يكفي لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟

نعم* لا*

س5: هل تركزون على الجانب النفسي أثناء تحضيركم لحصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم* لا*

س6: كيف هي علاقتك بالتلاميذ؟

*كأخ *كأب *كصديق *كأستاذ

س7: هل الألعاب الشبه رياضية مناسبة لتنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟

نعم* لا*

س8: نوع اللعبة الشبه رياضية، هل له أثر إيجابي على تنمية الجانب النفسي والاجتماعي للتلاميذ؟

نعم* لا*

س9: هل تعتمد في معرفة الحالات النفسية للتلاميذ على المعرفة الذاتية؟ معطيات الأسرة؟ والأولياء؟، الأخصائي النفسي؟

*المعرفة الذاتية

*معطيات الأسرة والأولياء

* الأخصائي النفسي

س10: يعتبر مجال الإرشاد النفسي للمراهق في نظرك أمراً: ؟

* ضروري * أساسي * ثانوي

س11: هل يمكنكم تفهم الحالة النفسية للتلاميذ أثناء حصة التربية البدنية والرياضية؟

* نعم * لا

س12: هل تساهم في حل المشاكل النفسية للتلاميذ؟

* نعم * لا

س13: هل يمكنكم ملاحظة مدى ارتياح التلاميذ نفسياً بعد نهاية حصة التربية البدنية والرياضية؟

* نعم * لا

س14: كيف ترون الوقت المخصص لحصة التربية البدنية والرياضية؟

* كافي * غير كافي

س15: هل تقوم بتشجيع التلاميذ على ممارسة الرياضة خارج المدرسة؟

* نعم * لا