جامعة عمار ثليجي الأغواط
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والتربية الرياضية
قسم النشاطات البدنية والتربية الرياضية

مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ليسانس
تخصص: تربية بدنية ورياضية

العـنـوان:

الرياضة المدرسية ودورها في تحسين التواصل اللفظي وغير اللفظي لدى التلاميذ (دراسة ميدانية ببعض المؤسسات التربوية لولاية الاغواط).

School Sports and Their Role in Improving Verbal and Nonverbal Communication Among Students: A Field Study in Selected Educational Institutions in the Wilaya of Laghouat.

إعداد الطالب:
بلهداجي هاشمي

إشراف الدكتور:
د. معاش حسن

السنة الجامعية: 2025/2024

كلمة شكر و تقدير

إلهي لا يطيب الليل الا بشكرك ولا يطيب النهار الا بطاعتك ولا تطيب اللحظات الا بذكرك ولا تطيب الآخرة الا بعفوك ولا تطيب الجنة الا برؤيتك.

الله ﷻ الذي أ نار لنا درب العلم والمعرفة وأ عاننا على أ داء هذا الواجب ووفقنا على انجاز هذا العمل فنشكره ونحمده سبحانه وتعالى.

الى من بلغ الرسالة و أدى ا لمانة ونصح الأمة، إلى نبي الرحمة ونور العالمين سيدنا محمد ﷺ.

كما نتوجه بجزيل الشكر والامتنان الى كل من ساعدنا من قريب أ و بعيد على انجاز هذا العمل وكل ما واجهناه من صعوبات ونخص بالذكر ا لأستاذ المشرف **"حسين معاش "** الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته ونصائحه القيمة التي كانت عونا لنا في اتمام هذا العمل.

كما لا يفوتنا أن نشكر جميع أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بولاية الأغواط ،وكل من دعمنا ماديا ومعنويا.

إهـداء

قال تعالى: { **وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا** }

(سورة ا لاسراء- الآية 13)

إلى نور العيون ورمش الجفون والقلب الدافئ والحنان الكافي،

إلى التي لم تدخر نفسا في تربيتي،

الى أروع أم..... الى أمي الحبيبة " **رحمة بلحقات** "

إلى روح أبي الغالي " **الطيب بلهداجي** " ، الذي زرع فيّ الأمل وسقى تعبي بصبره وحنانه،ها قد أينعت الشجرة، وحان قطافُها، لكن عيناك التي انتظرت اللحظة غابت عنّي، هذا الإنجاز لكَ.. أهديك فخري وامتناني، وأسأل الله أن يجعله في ميزان حسناتك.

إلى اللذان ربياني صغيرا على الفضيلة وا لأخلاق وشملاني بالعطف والحنان و كانا خير عوض عن والدي ، الى من كانا درع أمان احتميت به في نائبات الزمان، الى أمي الثانية وأبي االثاني " **جمعة يعقوبي وأحمد طيبي** " .

الى اخوتي صغيرا وكبيرا كلٌ باسمه ، إلى جميع ا لأصدقاء،

أهدي لكم هذا العمل راجيا من الله عز وجل أن يكون بحثنا هذا فيه الفائدة، وأن يكون خالصا لوجهه تعالى.

بلهداجي هاشمي

ملخص الدراسة بالعربية:

تناول هذا البحث الدور التربوي الذي تلعبه الرياضة المدرسية في تنمية وتحسين مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي لدى التلاميذ في المؤسسات التربوية بولاية الأغواط، ويسلط الضوء على أهمية الأنشطة الرياضية كوسيلة لبناء شخصية الطفل وتطوير قدراته في التعبير والتواصل والتفاعل الاجتماعي.

تم اعتماد منهج وصفي تحليلي مع دراسة ميدانية عبر استبيانات وبيانات إحصائية لعينة من التلاميذ قوامها 300 تلميذ من مختلف مراحل التعليم، وأظهرت النتائج أن الممارسة المنتظمة للرياضة المدرسية تساهم في تحسين مهارات التحدث، الاستماع، استخدام الإيماءات وتعبيرات الوجه، ما يؤدي إلى تعزيز التحصيل الدراسي والانخراط الإيجابي في الحياة المدرسية،كما توصي الدراسة بدمج النشاط الرياضي بفعالية أكبر في المنظومة التربوية كوسيلة لتنمية التواصل الاجتماعي وتعزيز الصحة النفسية والعقلية للتلاميذ .

Abstract (Englisht:

This research explores the educational role of school sports in enhancing students' verbal and non-verbal communication skills within educational institutions in Laghouat province. It emphasizes the importance of physical activities as a tool to shape students' personalities and improve their ability to express themselves and interact socially. Using a descriptive-analytical methodology and fieldwork through questionnaires and statistical data from a sample of 300 students from various educational levels.

the results show that regular school sports participation improves speaking, listening, and the use of gestures and facial expressions. These improvements positively impact academic performance and social integration. The study recommends effectively integrating sports activities into educational systems to foster communication skills and support students' mental and emotional well-being.

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات

فهرس المحتويات	
الموضوع	الصفحة
الإهداء	
الشكر	
قائمة المحتويات	
قائمة الجداول	
مقدمة	أ – ب - ج
الإطار العام للدراسة	
1-إشكالية البحث	05
2-تساؤلات البحث	06
3-فرضيات البحث	06
4- مصطلحات البحث	06
5- أسباب اختيار الموضوع	08
6-أهمية البحث	08
7- أهداف البحث	08
الفصل الأول: الأدبيات النظرية	
المبحث الأول: الإطار النظري " الرياضة المدرسية ومهارات التواصل "	
تمهيد	12
1. الرياضة المدرسية	12
1.1. مفهوم الرياضة المدرسية	12
1.1.1. المفهوم الأكاديمي والتربوي	12
2.1.1. المفهوم في الأدبيات الدولية	13
2.1. تاريخ وتطور الرياضة المدرسية في الجزائر	13
3.1. أهداف الرياضة المدرسية	14
4.1. الأنشطة الرياضة المدرسية	16
1.4.1. النشاط الرياضي الصفي	16
2.4.1. النشاط الرياضي اللاصفي	16
1.2.4.1. النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي	16
2.2.4.1. النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي	17

فهرس المحتويات

2. التواصل اللفظي	18
1.2. مفهوم التواصل اللفظي	18
2.2. مهارات الاتصال اللفظي	19
1.2.2. مهارة الاستماع	19
2.2.2. مهارة التحدث	19
3.2.2. مهارة الإلقاء الفعال	20
4.2.2. مهارة القراءة	20
5.2.2. مهارة الكتابة	21
6.2.2. مهارة طرح السؤال	21
7.2.2. مهارة استخدام الوسائل التعليمية	21
3. التواصل غير اللفظي	21
1.3. مفهوم الاتصال غير اللفظي	22
2.3. الاتصال غير اللفظي النشأة والتطور	22
3.3. مهارات الاتصال غير اللفظي	23
1.3.3. الوجه	23
2.3.3. العيون	23
3.3.3. حركة الرأس	24
4.3.3. الفم	25
5.3.3. هز الكتف	25
6.3.3. وضع الجسم	25
7.3.3. المظهر والملابس اللائقة	25
8.3.3. الصوت ونبرته	26
4.3. الاتصال غير اللفظي وعلاقته بالوضعية التربوية	26
5.3. العلاقة بين الاتصالين اللفظي وغير اللفظي	27
6.3. خلاصة	27
المبحث الثاني : الدراسات المرتبطة والتعليق عليها	
1. الدراسات السابقة والمشابهة	28
2. التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة	33

فهرس المحتويات

1.2. أوجه الاتفاق	33
2.2. أوجه الاختلاف	34
3.2. أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة	34
4.2. أوجه تميز الدراسة عن الدراسات السابقة	34
الفصل الثاني: الدراسة التطبيقية	
المبحث الأول: الطريقة المنهجية وأدواتها	
الدراسة الاستطلاعية	36
منهج الدراسة	36
مجتمع الدراسة	37
عينة الدراسة	37
حدود الدراسة	37
تحديد متغيرات الدراسة	38
الأدوات المستعملة في الدراسة	38
المبحث الثاني : عرض وتحليل نتائج الدراسة	38
خاتمة البحث	50
الاقتراحات والتوصيات	50
قائمة المراجع	53
قائمة الملاحق	58

فهرس المحتويات

الرقم	الجداول	الصفحة
01	جدول رقم(01): يبين توزيع مجتمع دراستنا بولاية الأغواط	56
02	جدول رقم (02) يبين عدد أفراد العينة ونسبتها من حيث الجنس	58
03	جدول رقم (03) : يبين المستوى الدراسي لأفراد العينة ونسبتها	62
04	جدول رقم (04) يبين عدد مرات ممارسة الرياضة اللاصفية في المدرسة	63
05	جدول رقم (05) يبين دور الرياضة المدرسية في تحسين مهارة التحدث	64
06	جدول رقم (06) يبين مدى زيادة الثقة في التحدث من خلال الأنشطة الرياضية	65
07	جدول رقم (07) يوضح التحسن في وضوح الصوت أثناء الحديث	66
08	جدول رقم (08) يبين مدى التحسن في طريقة التحدث مع الآخرين (الحوار)	67
09	جدول رقم (09) يبين دور الرياضة المدرسية في تحسين فهم الايماءات والاشارات	68
10	جدول رقم (10) يبين مدى التحسن في استخدام الإيماءات بفعل الأنشطة الرياضية المدرسية	69
11	جدول رقم (11) يبين مدى تحسن التلاميذ في استخدام نبرات الصو	70
12	جدول رقم (12) يبين التحسن في التواصل عن طريق العين جراء المشاركة في الرياضة المدرسية	71
13	جدول رقم (13) يبين تأثير الرياضة المدرسية على تحسن الدرجات في مختلف المواد	72
14	الجدول رقم (14) يبين تأثير الرياضة على العمل ضمن أفواج في الصف المدرسي	73
15	جدول رقم (15) يبين معدل انخفاض القلق أثناء الاختبارات	74
16	جدول رقم (16) يبين مساهمة الرياضة في تحسين التفاعل الصفي	75
17	جدول رقم (17) يبين مدى تحسن الجانب الذهني وعدم التشتت داخل القسم	76

مقدمة

مقدمة

إن طبيعة الحياة تدفع الإنسان للحركة بصفة غير مقصودة وكونه يتميز بمجموعة من الخصائص الميكانيكية المتوافقة والمرنة وذات صفة حركية تجعله في حاجة لتدريبها وخاصة في المراحل الأولى لينفتح تفتحا كاملا مع تطور العصور أصبحت هذه الحركات كأنواع من النشاط الرياضي، وفي عصرنا هذا لا سبيل لإشباع هذه الطبيعة الحركية إلا عن طرق ممارسة ما يسمى بالرياضة .

وإذا ما رجعت إلى الوراء قليلا والى التاريخ فإننا نجد أن الإنسان البدائي كان يمارسها تلقائيا لإشباع حاجاته الأولية ويظهر ذلك جليا في الرسوم والنقوش التي تمثل المصريين القدامى إذ كانت نمطا من أنماط الحياة والبقاء ،فالاستمرارية تبنى على منهج الاستعداد للقتال و الدفاع و اللذان يستلزمان إعدادا بدنيا متكاملا وهذا ما كان في عهد الإغريق وبابل و الفرس وغيرهم من الحضارات القديمة.

أما في عصرنا هذا فإن الممارسة الرياضية تعتبر فرصة لشباب العالم للتعارف بالإضافة إلى ذلك، فهي تساهم في تحقيق ذات الفرد بإعطائه الفرصة لإثبات صفاته الطبيعية وتحقيق ذاته عن طريق الصراع وبذل الجهد فهي تعد عاملا من عوامل التقدم الاجتماعي و في بعض الأحيان التقدم المهني.

وانطلاقا من الدور الذي تلعبه الممارسة الرياضية في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة إلى تعديل وتغيير سلوكه بما يتناسب و احتياجاته ، وهو الأمر الذي جعل الجزائر تدرج التربية الرياضية والبدنية في المنهاج الدراسي ففي السبعينات كانت الرياضة الجامعية مكلفة بتنظيم الرياضة المدرسية، ثم استبدلت بالاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، ومع تعاقب السنين لم تتأخر الدولة الجزائرية في وضع إطار رسمي في سبيل تطوير هذه الرياضة، فعلى مستوى النصوص والتشريعات تم إنشاء هياكل الإدارة وتسيير النشاط الرياضي المدرسي والإشراف عليه، حيث هناك نوعان من الهياكل، هياكل الدعم والتوجيه المتابعة والمتمثلة في الهياكل الإدارية التابعة لوزارة التربية الوطنية الخاصة بالنشاط الرياضي المدرسي، ولجان التنسيق المشتركة بين وزارتي الشباب والرياضة والتربية الوطنية [1].

إن الرياضة المدرسية التي تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي والرياضة المدرسية تتجه أساسا نحو تلاميذ المدارس من مختلف الأعمار حيث تعمل على وضع الخطوات الأولى للطفل على الطريق الذي يمكنه من أن يصبح في المستقبل رياضيا بارزا ومشهورا وعليه يقوم ببناء المنتخبات المدرسية الوطنية ،و يساهم في تمثيل بلاده في المحافل الدولية والإقليمية أحسن تمثيل.

1- هزرشي سليمان، المعيقات التي تواجه تسيير الرياضة المدرسية ـ من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية- ، مجلة المنظومة الرياضية ـ مجلة علمية دولية ، المجلد 09 :العدد 02 ، الجلفة ، الجزائر،2022 ، ص 539.

أما مهارات الاتصال اللفظي فتشمل القدرة على التعبير بوضوح عبر الكلام، وإدارة الحوارات، والتفاوض، حيث يعبر الطفل عن ذاته باستخدام الكلمات سواء كانت مكتوبة أو منطوقة، وتتألف اللغة من مجموعة من الرموز والإشارات التى تتضمن علاقة بسيطة مع الأهداف أو الأحداث أو الخصائص التى تمثلها.[1]

بينما تتعلق المهارات غير اللفظية بمجموعة من المهارات الإتصالية الموجودة لدى كل طفل مثل لغة الجسد، وتعابير الوجه، والإيماءات، والتي تُعدّ عناصر حيوية في نقل المشاعر والأفكار دون كلمات، وتستخدم تلك الأدوات في التواصل بشكل فعال؛ خاصة في المراحل العمرية الأولى.[2]

وهنا تبرز الرياضة المدرسية كبيئة خصبة لتعزيز هاته المهارات اللفظية أو غير اللفظية ؛ فالمشاركة في الألعاب الجماعية مثل كرة القدم أو كرة السلة تتطلب تنسيقًا لفظيًا بين اللاعبين، وفهمًا للإشارات غير المنطوقة، مما ينمي التفاعل الاجتماعي ويُحسّن القدرة على التكيّف مع المواقف المختلفة .

إن دور الرياضة في هذا السياق لا يقتصر على التنافس أو الترفيه، بل يُسهم في بناء جسر بين التلاميذ ومحيطهم، عبر خلق فرص للتواصل الفعّال، سواءً عبر التخطيط الاستراتيجي خلال المباريات، أو عبر التفاعلات العفوية التي تُعزز الانتماء للفريق ، كما تُظهر الدراسات أن الطلاب المشاركين في الأنشطة الرياضية يُظهِرون تحسُّنًا ملحوظًا في مهارات الاستماع والتعبير، فضلًا عن زيادة القدرة على قراءة الإشارات الاجتماعية .

يهدف هذا البحث إلى تسليط الضوء على الأبعاد التربوية للرياضة المدرسية، ومدى تأثيرها في تطوير مهارات الاتصال بمختلف أشكالها، مع التركيز على تحليل الآليات التي تُحوّل الملاعب المدرسية إلى فصولٍ دراسيةٍ غير تقليديةٍ لتعلم التفاعل الاجتماعي ، وتكمن أهمية الدراسة في تقديم رؤيةٍ عمليةٍ لصانعي السياسات التربوية حول ضرورة دمج الأنشطة الرياضية في المناهج التعليمية، ليس فقط لتحقيق التميز الأكاديمي، بل لبناء جيلٍ قادرٍ على التواصل بفاعليةٍ في عالمٍ يتسم بالتعقيد والتنوع.

لذا فإن دراستنا انصبت على موضوع هام جدًا والمتمثل في " **دور الرياضة المدرسية في تحسين مهارات الاتصال اللفظي وغير اللفظي لدى التلاميذ** "، وعليه سوف نتطرق في بحثنا هذا وبعد الالمام ببعض المفاهيم الأساسية والمصطلحات لغرض تحقيق هذه الدراسة إلى:

الاطار المنهجي للدراسة: سنتطرق فيه إلى الاشكالية المطروحة، و الفرضيات، أهمية الدراسة، الهدف منها، أسباب اختيارا لموضوع ،وكذلك الضبط المفاهيمي لمتغيرات الدراسة.

1- عبد الهادي نبيل ، وصوالحةمحمد، والدراويش حسين، تطور اللغة عند الأطفال ، ط1 ،الأهلية للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، 2007،ص27.

2- حمداوي جميل، التواصل اللفظي وغير اللفظي،الندوة العربية، المغرب،2005 ، ص2.

- **الجانب النظري:** والذي سيشمل الأدبيات النظرية للدراسة، ويحتوي على فصل من مبحثين:
- ✓ المبحث الأول: الاطار النظري عن الرياضة المدرسية وكذا مهارات التواصل.
- ✓ المبحث الثاني: الدراسات المرتبطة بالموضوع والتعقيب عليها .
- **الجانب التطبيقي:** وسيشمل الدراسة الميدانية للبحث، ويتضمن فصلاً واحدًا من مبحثين:
- ✓ المبحث الأول: الطريقة المنهجية وأدواتها
- ✓ المبحث الثاني: تحليل و مناقشة النتائج.

وفي الأخير سنتطرق إلى: خاتمةعامة، اقتراحات وتوصيات، قائمة المراجع و الملاحق.

الإطار العام

للدراســة

1- إشكالية البحث:

لقد قدر العلماء أهمية الرياضة ومدى حاجة الإنسان إليها منذ العصور القديمة، والدور الذي تلعبه في الحفاظ على اللياقة والصحة البدنية والروحية وهذا عن طريق أنواع النشاط البدني مستغلة دوافع هذا النشاط الطبيعي لتنمية الناحية العضوية والتوافقية للفرد لما تلعبه من دور أساسي في تكوين الفرد نفسيا وصحيا و اجتماعيا وكذا ثقافيا، ومن أجل ذالك تعتبر التربية البدنية بأهدافها النبيلة وبرامجها المتنوعة من العوامل والعناصر الأساسية التي تبنى عليها ا لمجتمعات المتطورة والحديثة .

إن أهم أهداف التربية هو عملية إعداد الطالب إعدادًا جيدًا للتغلب على المشكلات التي تعترضه في حياته المستقبلية، وتزويده بالمعلومات و المهارات التي تفيده في حياته وفي تعويده على التفكير السليم والمنظم لذلك فإن طلبة اليوم وقدراتهم الأساسية تمثل مستقبل الشعوب من حيث تقدمها ورفاهيتها، والمهارات البدنية والرياضية وكذا مهارات التواصل لديهم هما القاعدة الأساسية لإعداد هذا الجيل المستقبلي، وتعتبر الممارسة الرياضية من المواضيع المعالجة بكثرة من قبل العلماء في الميدان ،باعتبارها سلوكا فعليا للممارسة فهو لا يظل سلوكًا بعيدًا عن بقية السلوكيات الفردية و الجماعية التي تتعلق بشتى الجوانب الاجتماعية، الثقافية، النفسية، الصحية و الأخلاقية، لأن الممارسة الرياضية توفر للطفل ا الراحة الجسمية و النفسية، باعتبارها تعبير عن ماهو شعوري ومكبوت، وكذلك لإبراز حريته ووجوده كفرد لم تمنح لو الفرصة لإثبات النفس، أو هو عبارة عن وقت فراغ حركي إرادي و حر[4].

يتميز المجتمع الانساني بأنه اتصالي، فظاهرة المجتمع البشري في أساسها هي ظاهرة اتصالية بحتة تسهل أغراض المجتمع البشري من ناحية، وتحقيق الهدف الانساني من ناحية أخرى.

و المجتمع التربوي داخل المؤسسة يعد أرض خصبة لدراسة العلاقة بين أفراد المجتمع التربوي ،فالمجتمع التربوي يساهم في تسيير المجتمع ككل وتوجيه سلوكياته، فيقال أن الارشاد الناجح هو الذي يستند ويعتمد من عمله على الاتصال الفعال، يقول ألبرمهارابيان الأستاذ في جامعة كاليفورنيا بلوس أنجلوس " ليست للكلمات أي معنى سوى المعنى الذي نعطيه له ، والكلمات ليست لها أي طاقة غير التي ندخلها فيها، لذلك اختر الكلمات بعناية. حيث أن

الإتصال يتم عبر ثلاثة مستويات:

ـ لفظي يمثل فقط % 7 ـ صوتي يمثل % 38 ـ بصري يمثل % 55.

فالرياضة المدرسية هي احدى العمليات التربوية التعليمية التي تظهر علاقتها بالاتصال وفي محاولتها لربط العلاقات بين الأفراد قصد تحسين تصرفاتهم، وما رغبة الاستاذ في البحث عن ايجاد

4. أمل رشيد عايش، وداد يوسف محمد، أير درس التربي الرياضية في التحصيل الدراسي لدى طالبات الرابع علمي، مجلة الفتح، العدد 01، (د.س)،ص 700.

الكيفية اللائقة لايصال المهارات الحركية بتقنياتها العالية إلى تلامذيه لتعبير صادق عن وحدة العملية التربوية والتحامها كوحدة واحدة يكون نتيجتها نقل المعارف عبر وسائل مختلفة لايصالها بصورة كاملة وراقية وسهلة الاستيعاب .

و عليه يمكن صياغة التساؤل الرئيسي على النحو التالي :

هل للرياضة المدرسية دور في تحسين مهارة الاتصال اللفضي والغير لفضي لدى التلاميذ؟

2- التساؤلات الفرعية:

ومن أجل الإجابة على هذا الإشكال الرئيسي قمنا بطرح بعض الأسئلة الجزئية :

- ✓ هل للرياضة المدرسية دور في تحسين مهارة الاتصال اللفظي لدى التلاميذ؟
- ✓ هل للرياضة المدرسية دور في تحسين مهارة الاتصال الغير لفظي لدى التلاميذ؟
- ✓ هل هناك علاقة بين الرياضة المدرسية والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ من خلال مهارة الاتصال اللفضي والغير لفضي؟

3-فرضيات البحث

- **الفرضية العامة:** ولتحيق أهداف هذا البحث وانطلاقا من الإشكالية المطروحة نجيب على الإشكال العام ونفترض أن :

- ✓ للرياضة المدرسية دور في تحسين مهارات الاتصال اللفظي والغير لفظي لدى التلاميذ .

- **الفروض الجزئية:**

ونجيب على الأسئلة بالفروض التالية :

- ✓ للرياضة المدرسية دور في تحسين مهارة الاتصال اللفظي لدى التلاميذ.
- ✓ للرياضة المدرسية دور في تحسين مهارة الاتصال الغير لفظي لدى التلاميذ.
- ✓ هناك علاقة بين الرياضة المدرسية والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ من خلال مهارة الاتصال اللفضي والغير لفضي.

4. تحديد مفاهيم ومصطلحات البحث:

- **الرياضة:**

لغة : مصدر من الفعل راضَ يروضُ روْضًا ورياضًا؛ أي :ذلَّل؛ يقال :راضَ المهر، وراضَ نفسه بالتقوى، وراض القوافي الصعبة؛ كلُّها بمعنى ذلَّلَ ."وبالتالي، الرياضة لغة هي فعل الإتيان بالأعمال لتطوير النفس أو الجسم أو الفكر .[5]

5- الفيروز آبادي ، القاموس المحيط، ط 1، دار الحديث ،القاهرة ، 2008، ص 831.

اصطلاحا : هي وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية.[6]

- **الرياضة المدرسية:**

المفهوم الاصطلاحي: هي مجموعة من العمليات والطرق البيداغوجية العملية، الصحية، الطبية والرياضة التي لإتباعها يكتسب الجسم الصحة والقوة والرشاقة واعتدال القوام.[7]

المفهوم الإجرائي: الرياضة المدرسية هي امتداد للحصص التعليمية ،وتدخل في إطار النوادي الرياضية والثقافية للمؤسسة ، متكونة من فرق رياضية مختصة (تنافسية) تابعة للمؤسسة التربوية وتندرج تحت النشاط اللاصفي الخارجي أو الداخلي.

- **الاتصال اللفظي :**

-لغة : هو مفهوم مركب من مصطلحين:

التواصل: مصدر على وزن " تفاعُل" من الفعل " تفاعل"، وتواصل وكله من أصل (و،ص،ل)، بمعنى: الوَصل ضد الهجران ،أو الاتصال بمعنى الوصول، ووصلَ الشيءُ إلى الشيءِ وصولاً ، وتوصل إليه انتهى إليه وبلغه.[8]

لفظ: اللام والفاء والظاء كلمة صحيحة تدل على طرح الشيء، وغالب ذلك أن يكون من الفم، تقول لفظ بالكلام يلفظ لفظاً ولفظت الشيء من فمي.[9]

التعريف الاصطلاحي: يعرفه محسن علي عطية بأنه: "كل ما يصدر عن الإنسان ليعبر به عن شيء له دلالة في ذهن المتكلم والسامع، فهو عبارة عن لفظ ومعنى، يستعمل في مواقف المشافهة"[10].

التعريف الإجرائي : هو أداة الاتصال السريع بين الأفراد وهو الأكثر استعمالا في حياة الفرد، ،حيث هو الإفصاح عما يختلج الفرد من أفكار بالاعتماد على الكلمات والألفاظ للدلالة عنها.

- **الاتصال غير اللفظي :**

ـ التعريف الاصطلاحي: يعرفه عبد الباقي : نوع من الاتصال يتم من خلال حركات الجسم او ما يعرف بلغة الجسد ،ومن خلاله يتم نقل المعاني بوساطة حركات الوجه وتعبيراته والإيماءات والانحناءات ووضع الجسم وحركات اليدين ،واللمس،وشكل ومظهر الجسم) .[11]

6- د. محمد الحمحامي، دأمين أنور الخولي - أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية - دار الفكر العربي : القاهرة سنة 1990 - ص 29.

7- د. عوض سيوفي وآخرون ، نظرية التربية البدنية والرياضية ،ط1 ،ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر، 1992.

8- ابن منظور، لسان العرب، دار صادر، بيروت، لبنان، ط 3، مادة(و، ص، ل)، ج1، 1994، ص 276،727.

9-ابن فارس ،مقاييس اللغة، ج 5، باب اللام، دار الجيل ، 1999،ص 259.

10- عطية محسن علي ،مهارات الاتصّال اللغوي وتعلمها، دار المنهج للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ط1، 2008، ص 144.

11- سندية مروان سلطان الحيالي ،دور استخدام الاتصالات غير اللفظية في تحديد الأنماط السلوكية للقيادات الإدارية، مجلة أبحاث كلية التَّربية الأساسية، المجلد 11 ، العدد 1،2011 . ص61.

ـ **التعريف الإجرائي:** كل ما يصدر عن جسم الإنسان من حركات، أو إيماءات، أو إشارات، أو تعبيرات وجه، أو من خلال المظهر، أو الصوت وتغيراته ,سواءً كانت إرادية، أو غير إرادية ,فطرية، أو مكتسبة، وتؤثر في عملية الاتصال بين المرسل والمستقبل.

5.أسباب إختيار الموضوع: تم اختيار موضوع الدراسة لعدّة مبرارت علمية و عملية تتمثل فيما يلي:

✓ **أسباب موضوعية:**

– ندرة الدراسات العربية في هذا المجال فمعظم الأبحاث حول الرياضة المدرسية تركّز على الصحة البدنية أو التحصيل الدراسي، بينما الجوانب التواصلية والاجتماعية مُهمَلة نسبيًّا في الأدبيات العربية.

– الأزمة التواصلية لدى الأجيال الجديدة ففي عصر التكنولوجيا، يعاني كثير من التلاميذ من ضعف مهارات الحوار المباشر وصعوبة تفسير الإشارات غير اللفظية و الرياضة المدرسية تُعتبر بيئة طبيعية لمواجهة هذه المشكلة عبر التفاعل الحيّ.

– الدعم العلمي من نظريات التعلُّم مثل نظرية **التعلُّم بالخبرة والتجربة " (كولب)** ، و الممارسة العملية للرياضة تُعد نموذجًا مثاليًّا للتعلُّم التجريبي.

– القابلية للتطبيق في البيئة المدرسية العربية والجزائرية.

– وجود نصوص قانونية حول النشاط الرياضي المتمثل في التربية البدنية والرياضة المدرسية.

– ضمان سير وتطور الرياضة المدرسية واعطاء حلول لإبراز الدور الهام للرياضة المدرسية.

✓ **أسباب ذاتية:**

- ميولنا ورغبتنا في دراسة هذا الموضوع باعتباره مهنة المستقبل.
- الرغبة في معرفة دور الرياضية المدرسية في تنمية بعض مهارات الاتصال لدى التلاميذ.
- المساهمة في اثراء المكاتب ببحوث تخص الموضوع .

6.أهمية الدراسة: إن الرياضة المدرسية تلعب دورا فعالا وبارزا في بناء شخصية الفرد من خلال تنمية قدراته ومواهبه الرياضية بالإضافة إلى تعديل وتغيير سلوكه ،ومن المعروف أن كل دراسة تستمد أهميتها من طبيعة الموضوع الذي تناولته من جهة ومن نوع المشكلات التي تطرحها من التقصي والتمحيص من جهة أخرى، ويمكن تحديد أهمية هذا الموضوع فيما يلي:

✓ تتوقف أهمية الموضوع على قيمته العلمية وذلك بدراسة العلاقة بين الرياضة المدرسية ومهارات الاتصال لدى التلاميذ.

✓ تساعد طلبة الدراسات العليا والباحثين في مجال البحث بالاستفادة من الدراسة ولاكمال جميع جوانب القصور في هذا المجال.

✓ تعتبر هذه الدراسة جد هامة من خلال ايجاد حلول لبعض معيقات تطور الرياضة المدرسية.

✓ إن البطولات والممارسات الرياضية التي تقام سواء كانت داخلية أو خارجية تتيح لتلاميذ فرصة التكيف الاجتماعي مع أقرانهم ومع الأسرة وا لمجتمع وفرصة للتطور والارتقاء بمواهبهم وقدراتهم الرياضية والفكرية,

7- أهداف البحث: تهدف الدراسة الحالية إلى:

- تحليل الدور التربوي للأنشطة الرياضية المدرسية في تنمية مهارات التواصل الشفوي (اللفظي) وغير الشفوي (غير اللفظي) لدى التلاميذ .

- التشخيص العلمي لواقع ممارسة الرياضة المدرسية في البيئة التعليمية ومدى استغلالها لتعزيز التواصل الاجتماعي .

- تقديم نموذج تطبيقي يربط بين البرامج الرياضية وتطوير المهارات التواصلية كجزء من المنهج التربوي الشامل.

- تحليل أنواع الأنشطة الرياضية الأكثر تأثيرًا في تنمية التواصل (مثل: الألعاب الجماعية، التمارين التعاونية).

- تقييم مستوى المهارات التواصلية (لفظية/غير لفظية) لدى التلاميذ المشاركين في الأنشطة الرياضية مقابل غير المشاركين.

- تصميم أنشطة رياضية قائمة على التعاون الجماعي لتعزيزالحوار الفعّال أثناء الممارسة و القدرة على التعبير عن الاحتياجات بشكل واضح.

- تقديم توصيات للمدارس وصنّاع السياسات التعليمية لدمج الرياضة في خطط التنمية الاجتماعية للتلاميذ.

الفصـــــل الأول: الأدبيـــات النظرية

المبحث الأول: الإطار النظري

" الرياضة المدرسية ومهارات التواصل "

1- الرياضة المدرسية

1.1. مفهوم الرياضة المدرسية:

1.1.1.التعريف الأكاديمي والتربوي :

هي مجموعة من الأنشطة البدنية المنظمة التي تُمارس داخل المؤسسات التعليمية، تحت إشراف تربوي، بهدف تنمية الجوانب الجسدية والعقلية والاجتماعية للتلاميذ، وتُدمج ضمن المنهج الدراسي أو الأنشطة اللاصفية.

والرياضة المدرسية هي أحد الأجزاء المكملة لبرنامج التربية البدنية و الرياضية بالمؤسسة الذي يحقق نفس أهدافها و ينقسم النشاط اللاصفي للتربية البدنية إلى نوعين هما : نشاط داخلي و نشاط خارجي ، كذالك هي تلك الممارسة الرياضية الاختيارية المنظمة و الهادفة التي تطبق في الأنشطة اللاصفية أي في غير أوقات الحصة الدراسية يشترك فيها متعلموا المدرسة الواحدة وفقا لبرنامج ينفذه أستاذ التربية البدنية مثل المنافسات بين الأقسام و الدورات الرياضية بهدف تنمية الجوانب الجسدية والعقلية والاجتماعية للتلاميذ، وأن الرياضة المدرسية بالجزائر هي أحدى الركائز الأساسية التي يعتمد عليها من أجل تحقيق أهداف تربوية، وهي عبارة عن أنشطة منظمة ومختلفة، في شكل منافسات فردية أو جماعية وعلى كل المستويات، وتسهر على تنظيمها وإنجاحها كل من الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية، مع الوضع في الحسبان أن ذلك بالتنسيق مع الرابطات الولائية الجزائرية الرياضة المدرسية في القطاع المدرسي.[1]

وللرياضة المدرسية في المنظومة التربوية مكانة هامة، وتسعى كل من وزارتي التربية الوطنية والشبيبة والرياضة إلى ترقية كل المستويات وإلى تسخير كل الوسائل الضرورية لتوسيع الرياضة والمنافسات في أوساط التلاميذ ومن الممكن أن تساهم هذه العملية بقسط وافر من تحقيق هذه الغاية.[2]

أيضا نجد تعريفا أخر للرياضية المدرسية هي تنمية قدرات المتعلمين وصقل مهاراتهم الرياضية وكذلك كافة الفعاليات التي تتطلب نشاطا عضليا أو نشاطا فكريا لدي الصغار .[3]

وفي تعريف أخر نجد أن الأنشطة الرياضية المدرسية تعد من جملة الوسائل الفعالة لتكوين وتربية الناشئة وكونها فرصة طيبة للقاء و التواصل و الاندماج و تبادل الخبرات و تعلم العادات الصحية و ترسيخها لتحقيق توازن نفسي ووجداني لتجنيبهم آفة الانحراف مما يعود بالنفع عليهم لأنها تساعدهم على الدراسة و التحصيل، وتجعلهم مواطنين صالحين لأنفسهم ولأسرهم و مجتمعهم .[4]

[1] - ريحاني نبيل، دور الرياضة المدرسية اللاصفية في تنمية الذكاء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، بسكرة ، الجزائر ، 2019، ص 16.

[2] - علي بن هادية و أخرون، معجم عربي مدرسي ، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1988، ص 596.

[3] - علي عمر منصور،الرياضة للجميع، المنشاة الشعبية للنشر،الأردن ،1980،ص 61.

[4] - امين انور الخولي، الرياضة و المجتمع ، دار عالم المعرفة، الكويت، 1996، ص 38.

ومن وجهة نظر التربية الحديثة، تُعتبر الرياضة المدرسية أداة تربوية غير مباشرة لتعزيز القيم الأخلاقية، كالانضباط، العمل الجماعي، واحترام الخصم، فضلًا عن كونها وسيلة لتفريغ الطاقات السلبية وتحسين الصحة النفسية.

وهي كذلك ما يمارسه الطالب في درس التربية البدنية و الرياضية من مهارات حركية , ألعاب ترويحية و ما يقدم له من برامج ثقافية مرتبطة بمجال الرياضي, بصورة فردية أو جماعية, داخل أو خارج المدرسة تحت إشراف منظم لتحقيق هدف تربوي .[1]

2.1.1.المفهوم في الأدبيات الدولية :

وفقًا لمنظمة اليونسكو (UNESCO, 2015): "الرياضة المدرسية جزء لا يتجزأ من التعليم الشامل، حيث تُعزّز المساواة بين الجنسين، وتُقلل من التمييز، وتُعدّ استثمارًا في بناء مجتمعات صحية". [2]

ويعرفها الاتحاد الوطني الفرنسي للرياضة المدرسية(U.N.S.S) :بأنها يقصد بها معنى مزدوج تربوي و اجتماعي بإستعمال النشاطات البدنية، الرياضية والفنية كوسيلة لخدمة نمو أهداف المنضومة التربوية و الاتحاد الوطني للرياضة المدرسية NSS يجلب ضمانات تربوية ومتابعة بيداغوجية مطابقة إلى مسؤوليات الدولة[3].

2.1. تاريخ وتطورالرياضة المدرسية في الجزائر:

لقد عانت الجزائر الويلات خلال فترة الاستعمار في مختلف المجالات و الأجدر بنا أن نتطرق إلى الميدان الرياضي المدرسي الذي هو عنوان بحثنا هذا أن الجزائر لم تكن لها أدنى الشروط للممارسة الرياضية خلال الفترة الاستعمارية، ولكن رغم ذلك كانت بعض المحاولات لإرساء ثقافة رياضية لدى الشعب الجزائري، لكنها كانت محتشمة وباءت بالفشل وبعد الاستقلال وجدت الجزائر نفسها في مواجهة عدة مشاكل في الميدان الرياضي المدرسي خاصة التنظيمية منها، ومن أجل مكافحة هذه المشاكل تطلب الأمر تغيير النصوص الموروثة عن النظام الاستعماري، حيث تم في 10 جويلية 1963 إعداد ميثاق خاص (ميثاق الرياضة) مرسوم رقم 25 / 63 ،ولكن رغم هذا وحتى سنة 1969 كانت الرياضة لدى الأطفال مهمشة كليا ولا يهتم بالطفل الا عندما يصل الى مرحلة المنافسة، حيث يظهر قدرات عالية وكفاءات كبيرة وهذا ليس عن طريق عمل منتظم بل صدفة، أو يكون الطفل موهوبا في الاختصاص.[4]

وفي سنة 1976 تم مراجعة ميثاق الرياضة أين كانت عدة نقاط غامضة كان من الواجب إعادة النظر فيها، فإما أنها غير مكتملة أو غير مبنية على أسس علمية ولا تساير التقدم الرياضي الجدي في تلك الفترة وتم إنشاء مرسوم وزاري رقم 76-35 المؤرخة في 16 أفريل 1976 والمتضمنة تنظيم التربية والتكوين: هذه المادة نص على أن كل جزائري له الحق في التربية والتكوين وبأنها إجبارية (المادة (5) ومجانية (المادة (7)

.

[1] ـ الفقيه ،2007، *دور النشاط الرياضي في المدرسة في تنمية القيم التربوية*. السعودية :جامعة أم القرى، ص 27.

[2] - www.UNESCO.org/sports values-education. Vue le 23/04/2025.

[3] - Revue UNSS, Nº 107, Janv2000, P52

[4] ـ محمد عوض سيوفي، فيصل ياسين الشاملي، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 3، 1992، ص 81.

وتم دراسة قوانين جديدة تتكيف مع تنظيم وتسيير نشاطات التربية الرياضية والبدنية منها :

* تنظيم و تدبير نشاطات التربية البدنية والرياضية.
* تكوين الإطارات والاهتمام بالبحث العلمي
* الاهتمام بالمنشآت والعتاد الرياضي
* المساعدات المالية.

زيادة على الهدف الرئيسي الذي تهدف اليه التربية البدنية والرياضية المتمثل في الصحة وتربية البدن كان هناك أيضا العمل على تحسين النتائج الرياضية التي كانت غير مشرفة نتيجة البرمجة السيئة والتنظيم العشوائي للحركة الرياضية.[1]

كما لعب القطاع المدرسي دورا هام وحيوي في بعث الحركة الرياضية الوطنية ،ففي سنة 1978 أوكلت التربية البدنية والرياضية لأساتذة متخصصين وبدأت العملية من سنة 1978 إلى سنة 1987 و لم تكن توجد إلا المعاهد الجهوية للتربية البدنية والرياضية بـ (سرايدي) و (الشلف) الذين أوكلت لهما تكوين إطارات التربية البدنية والرياضية ،ومن خلاله أعطت الدولة انطلاقة جديدة للحركة الرياضية ،ولتغطية بعض النقائص ظهرت الجمعية الوطنية الرياضة المدرسية في 24 مارس 1997" وهذا للحرص والمراقبة على النشاطات وإعادة الاعتبار للرياضة المدرسية .

- 3- أهداف الرياضة المدرسية:

إن البرنامج الرياضي الجيد، يجب أن يشتمل على مساعدة التلاميذ لتحقيق الأهداف التالية :

❖ **تحقيق التوازن النفسي:** يكتسب الممارس للرياضة المدرسية الطلاقة النفسية التي تعد عامل مهم ومساعد على الاتزان النفسي مما يجعلنا نعتبرها مؤشر وعامل لتعزيز الصحة النفسية إذ تعمل على تدريب الممارس على مواجهة مختلف المشكلات التي تعترضه أين يضحي قادرا على التعامل معها مما يجنبه الدخول في مرحلة الأزمة النفسية وهو الأمر الذي يقوي المناعة النفسية لديه عن طريق تعزيز صحته النفسية.[2]

بمعنى أن ممارسة النشاط الرياضي والبدني يكسب الجسم والنفس القدرة على مواجهة الأزمات والصعوبات مما يزيد من اتزانه النفسي، الأمر الذي يساعده على تحقيق رغباته وطموحاته في مختلف المجالات .

ويعبر الأفراد من خلال الأنشطة البدنية والرياضية عن شعورهم، ويحاولون تحقيق حاجاتهم ورغباتهم التي يبحث عنها ومن ثم خلق نوع من الاتزان النفسي.

[1] – Draia Mounta, & Kara Youcef, Essai d'organisation des sports étude, ISTS, ALGER, 1989,P2 .

[2] – منى خربوش، و صابر بحري ،دور الرياضة المدرسية في تعزيز الصحة النفسية لدى المتمدرس- منظور تحليلي . مجلة الساورة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 7 ،2021، ص 129 .

إن النشاط الرياضي في نظر البعض وسيلة لخفض التوترات الناجمة عن الاحباطات الناشئة من ضغوط الحياة العصرية، وعلى ذلك يصبح النشاط الرياضي في هذه الحالة وسيلة للترويح وقضاء وقت الفراغ وكعامل مساعد في تفريغ الانفعالات المكبوتة وبالتالي خفض التوتر .[1]

❖ **تحفيز الجانب العقلي** :يبدوا منطقيا أن الممارسين للأنشطة الرياضية لديهم القدرة العقلية في المجالات الرياضية الزاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكا بصريا للحركة ، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية وتطوير القدرة وبالتالي تطوير التفكير والذكاء العام، وهذا يعني بوضوح عام أن النشاط الرياضي يساهم في إنعاش الذهن واستخدامه استخداما أكثر فائدة وتأثير بل يصاحبها اكتساب كثير من المعلومات والمعارف ذات الأهمية البالغة في تنمية الثقافة العامة .[2]

إن ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة يعطي فرصة للممارس باستخدام أكثر لقدراته العقلية بطريقة صحية دون إنهاك لها كما يحدث في اغلب المهن أو النشاطات الدراسية، مما يساعد في زيادة قدرة الفرد على التركيز، الذكاء الأدائي والفهم العام .

كما أن خطوات التعليم خلال دروس التربية البدنية الصفية أو غير الصفية لا تحتاج إلى بذل مجهود بدني ومهاري بل تحتاج إلى مجهود ذهني كبير، لذا يطلب من التلاميذ التركيز الجيد والتفكير لتعلم المهارات الرياضية والتي تدل على النمو العقلي.[3]

❖ **تحقيق التكيف الاجتماعي:** توصل العكروت (2021) في دراسته إلى أن الرياضة المدرسية تؤدي إلى نسيان الخلاف مع الزملاء في سبيل الحفاظ على العلاقة الطبيعية بين المرحلة الثانوية، وهذا يتوافق مع دراسة بن ناصر وأحمد التي أقرت أن منهاج التربية البدنية والرياضية له تأثير على التنشئة الاجتماعية وذلك من خلال مواقف التنافس واللعب التي تنمي العلاقات الاجتماعية أثناء التدريب وهي غنية بالخبرات والقيم التي تعني الاستقامة والاهتمام والأهمية .[4]

❖ **بناء شخصية الفرد:** تعتبر الرياضة المدرسية من أساسيات بناء الشخصية لدى التلاميذ من خلال تنمية قدراتهم ومواهبهم الرياضية، بالإضافة إلى تعديل سلوكهم بما يتناسب واحتياجات المجتمع في ظل تحقيق التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي أي حالة تكون فيها حاجات الفرد من ناحية، ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماما من خلال علاقة منسجمة بين الفرد وبيئته الاجتماعية.[5]

❖ **تحسين اللياقة البدنية :** يمكن أن يكتسب التلميذ من الرياضة المدرسية القدرات البدنية المتمثلة في السرعة، المرونة، المداومة، المقاومة والقوة العضلية ... الخ. للمحافظة على لياقته البدنية وصحته، ويحسن مردوديته في العمل الذهني، كما يتحكم في توزيع جهده، وتناوب فقرات العمل والراحة، ويصل به

[1] ـ محمد حسين علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998، ص 58.
[2] ـ أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت، 1996،ص 34.
[3] ـ سميرة مرداس، دور التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوازن النفسي والتكيف الاجتماعي للفرد، مجلة المنظومة الرياضية، الجلفة، الجزائر ، المجلد: 09 العدد 03 السنة: 2022، ص، 524.
[4] ـ المرجع نفسه ، ص 525.
[5] ـ المرجع نفسه ، ص 527.

الأمر إلى تعلم كيفية الاستراحة، والاسترخاء باستعماله طرقا مختلفة (الاسترخاء العضلي، الإحساس التقبلي الذاتي والإحساس بمختلف أطراف الجسم[1].

4-أنشطة الرياضة المدرسية: لقد استطاعت المدرسة الجزائرية أن تخطو في نهاية القرن العشرين خطوات واسعة لتصبح مركزا اجتماعيا ترويحيا لتلاميذ المدارس الذين صاروا يمارسون برامج متعددة لصحتهم، وإعدادهم للحياة، وقضاء أوقات متميزة، وأتاح هذا الدور الجديد للمدرسة الفرص لكل التلاميذ لاختيار الأنشطة التي تتناسب مع ميولهم ورغباتهم واستعداداتهم تحت اشراف هيئة التدريس بالمدرسة ، وعلى رأسهم أستاذ التربية البدنية.

-4-1-النشاط الرياضي الصفي:

ويمثل النشاط الأساسي الذي يشترك فيه جميع التلاميذ في شكل حصص مبرمجة مرة كل أسبوع هدفه الترويح والتسلية والتخلص من عناء المواد النظرية.

-4-2-النشاط الرياضي اللاصفي:

هو مجموعة الأنشطة الرياضية المختلفة التي تكون خارج النطاق الزمني لحصة التربية البدنية والرياضية بل هي امتداد لها إذ من خلالها يوجه الأستاذ التلميذ إلى تخصص معين ليصقل مواهبه وينميها تحت رعاية مختص.

وهذا التوجه يكون إما نحو النشاط الداخلي للمؤسسة بالانخراط في أحد النوادي الرياضية بالجمعية الرياضية الثقافية بالمؤسسة التربوية أو بالانتماء إلى اختصاص معين في الرابطة الولائية للرياضة المدرسية كامتداد النشاط الرياضي الصفي خارج المؤسسة. [2]

وعليه ينقسم النشاط الرياضي اللاصفي إلى داخلي وخارجي.

-4-2-1 -النشاط الرياضي اللاصفي الداخلي:

يتميز درس التربية البدنية والرياضية على مستوى المدارس بالطابع التعليمي والتربوي فمن خلاله يكتسب التلاميذ المهارات والمعارف والاتجاهات والميول، ولكن نظرا لضيق وقت الدراسة أو ما يعرف بالنشاط الأساسي الذي يمثل حصة واحدة في كل أسبوع ، فأن الوقت المخصص للممارسة التطبيقية للمهارات المتعلمة غير كاف من خلال الدرس لذلك فان تنظيم برنامج النشاط الداخلي في المدرسة يتيح للتلاميذ فرص ممارسة ما تعلموه، وتطبيقه على مستوى المنافسات بين الأقسام أو بين القسم الواحد،وتوقيت النشاط الداخلي ينبغي إلا يتعارض مع الجدول الدراسي بالمدرسة[3] .

[1] ـ سميرة مرداس ، مرجع سابق، ص528.
[2] ـ قاسم المندلاوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ،ج 2، الموصل ،العراق. ،1991، ص43.
[3] ـ وجدي ونيس حبشي، الاتجاه نحو المدرسة للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية في الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، مجلة البحث في التربية وعلم النفس ، العدد الرابع، جامعة المنوفيا ،1999، ص68.

والنشاط الداخلي يمثل تلك الممارسات الرياضية الاختيارية المنتظمة والهادفة، والتي تطبق في غير أوقات الحصص الدراسية يشترك فيها تلاميذ المدرسة الواحدة، سواء بمفردهم أو بالاشتراك مع هيئة التدريس وأولياء الأمور.[1]

فالنشاط الداخلي يعتبر من أفضل الميادين التي يمكن أن تطبق فيها مبدأ التعلم عن طريق الممارسة فالتلاميذ يتعلم بعض المهارات الحركية القاعدية في النشاط الأساسي أو الدرس ولا يجد الفرصة الكافية لممارستها والتمرن عليها ، لكن يستطيع أن يحقق ذالك في برنامج النشاط الداخلي إذ يعني هذا النشاط اشترك التلاميذ في ألوانه المتعددة عن رغبة نابعة من الذات ، فيختار كل تلميذ النشاط المناسب له من حيث قدراته وحاجاته وميوله فيقبل على ممارسته ،مما يهيئ له الفرصة للإفادة من هذه الممارسة اكبر فائدة ممكنة ، وذلك لأن الممارسة الفعلية للنشاط مع حرية الاختيار والتوجيه المناسب تساعد على التعلم الجيد وعلى النمو المتكامل للتلاميذ .[2]

إلا أن بعض التلاميذ لا يقبلون على الاشتراك في أوجه هذا النشاط من تلقاء أنفسهم رغم توفر عوامل وظروف الممارسة ، لذالك يجب على المدرس أن يستثير فيهم الدافعية للانجاز والاشتراك في هذا النشاط.

-4-2-2- النشاط الرياضي اللاصفي الخارجي:

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين فرق المدرسة والمدارس الأخرى للنشاط الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي ، الذي يبدأ من الدرس اليومي أو ما يعرف بالنشاط الأساسي ، ثم النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي حيث تصب فيه خلاصة الجد والمواهب الرياضية في مختلف الألعاب ، لتمثيل المدرسة في المبا ريات الرسمية، كما يسهل من خلاله اختيار لاعبي منتخب المدارس لمختلف المنافسات المحلية والوطنية حتى الإقليمية والدولية.[3]

كما يمكن إعطاء مفهوم للنشاط الخارجي بأنه نشاطات الفريق المدرسية الرسمية فكما هو معروف إن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفردية أو الجماعية ، وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة وعنوان تقدمها في التربية البدنية والرياضية وفي هذه الفرق يوجد أحسن العناصر التي تفرزها دروس التربية البدنية والنشاط الداخلي.[4]

إن هذا النشاط الرياضي يمثل تلك الممارسات التنافسية في ال وسط المدرسي والفرق المشاركة في النشاط تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك في المنافية ، وذلك من أجل انتقاء أفضل التلاميذ الذين يملكون أفضل الإمكانيات والقدرات والمواهب وإقحامهم في الفرق الرياضية المدرسية في بداية الموسم الدراسي ، وكذلك القيام بتدريبات وإعداد هذه الفرق فأهمية هذا النشاط تكمن في إتاحة الفرصة

---

[1] ـ سعيد جلال و محمد حسن علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي، ط7 ، دار المعارف ،القاهرة ،1998 ، ص45.

[2] ـ معمري محمود ، أهمية النشاط الرياضي الصفي و اللاصفي لتربية.پ ر". رسالة التكوين، نمط مفنشي ، ت پ، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، 2007، ص28.

[3] ـ قاسم المندلاوي وآخرون ، مرجع سابق، ص 55.

[4] ـ الشاطئ .م .ع ، *نظريات و طرق التربية البدنية* ، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1987، ص133.

للتلاميذ الموهوبين والممتازين في الأنشطة الرياضية الأساسية والداخلية لتمثيل مدارسهم أحسن تمثيل على المستوى المحلي أو الجهوي أو الوطني، وكذلك رعاية المواهب الرياضية بالمدرسة والعمل على صقلها وتنميتها فهؤلاء التلاميذ ذوي المواهب الرياضية ، يعتبرون عملة ثمينة وثروة نادرة ينبغي العناية بها وتقديرها لتأتي بثمارها.[1]

2. التواصل اللفظي:

تمهيد :

إن التواصل لا يقتصر على الإنسان فقط بل يمتد ليشمل كافة الكائنات الحية، فهو أسلوب واحد و لكن يمتد ليشمل عدة أساليب و وسائل (لغة الإشارة، تعبيرات الو جه....) و لكي ينجح التواصل بين الأشخاص يحتاج إلى قدرات عقلية ليستخدمه الإنسان لتحقيق غايات مختلفة كتلبية الاحتياجات الأساسية، التعبير عن رغباته و مشاعره و أحاسيسه.

التواصل هو تلك العملية الفنية الشاملة التي تتضمن إرسال رسالة ما (لغة تعبيرية) و استقبال تلك الرسالة (لغة استقبالية)، و تبادل الأفكار و الآراء و المشاعر بين الأفراد بشتى الوسائل و الأساليب مثل الإشارات و الإيماءات و تعبيرات الوجه و حركات اليدين و التعبيرات الانفعالية و اللغة[2].

1.2. مفهوم التواصل اللفظي :

لقد اهتمت النظريات اللغوية الحديثة بالتفسير العلمي للغة ووظائفها، وبدراسة الكلام المنطوق أو السلوك اللفظي، باعتباره شكلا أو صيغة من السلوك الإنساني، فعن طريقه يتم التواصل، والحكم على جودة السلوك، إذن اللغة نسق من المعلومات والإشارات هدفها التواصل، خاصة أثناء اتحاد الدال مع المدلول بنيويا، أو تقاطع الصورة السمعية مع المفهوم الذهني، أي هي عبارة عن تمفصل مزدوج وظيفتها التواصل.[3]

عرفه الجبر بأنه : ألفاظ الحديث المتبادل بين المعلم وطلبته داخل الصف بقصد الشرح أو نقل المعلومات أو إعطاء التعليمات والتوجيهات أو طرح الأسئلة أو الثناء أو الانتقادات .[4]

وعرفه أبو هلال أن التفاعل اللفظي يتضمن إما حديثا للمعلم أو حديثا للطالب، وحديث المعلم إما أن يكون غير مباشر، حيث تترك فيه الحرية للطالب للتعبير عما يشعر به أو يكون مباشرا حيث يكبح فيه جماح الطالب، وكذلك كلام الطالب، فهو إما أن يستجيب فيه لسؤال يطرحه المعلم أو يبادر المعلم بسؤال، وهناك حالة التشويش والفوضى، حيث ينقطع الاتصال، ثم حالة الصمت.[5]

---

[1] ـ السايح محمد مصطفي، أساليب التدريس في ت پ ر ،ط1. مكتبة الإشعاع التقنية الإسكندرية، مصر ،2013، ص74.

[2] ـ جمال الخطيب ومنى الحديدي ، استراتيجية تعليم الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الفكر،ط1 ، الأردن،2005 ،ص1

[3] ـ صالح بسام عبد الله، تدريس العلوم الطبيعية باستخدام ستراتيجيات الخطاب الصفي، مجلة التربية والتقدم، 2013، ص2.

[4] ـ الجبر، عثمان رؤوف ، اثر معلمي العلوم للصف السادس الابتدائي في الأردن على تحليل التفاعل اللفظي في سلوكهم التعليمي وفي التحصيل الأكاديمي لطلابهم ، رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن، 1984،ص26.

[5] ـ م. صباح عبد الصمد البجاري ،اثر مهارات الاتصال اللفظي في التحصيل والاستبقاء لدى طلبة المرحلة الثانية إنتاج في قسم التقنيات الميكانيكية للمعهد التقني في البصرة، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية / جامعة بابل العدد20، نيسان/2015،ص 239.

والتواصل اللفظي هو تبادل الرسائل في شكل لغوي ، أي عن طريق اللغة [46] . في الاستخدام العامي، يقتصر التواصل اللفظي أحيانًا على التواصل الشفهي وقد يستبعد الكتابة ولغة الإشارة. ومع ذلك، في الخطاب الأكاديمي، يُستخدم المصطلح عادةً بمعنى أوسع، ويشمل أي شكل من أشكال التواصل اللغوي، سواء من خلال الكلام أو الكتابة.[1]

2.2. مهارات الاتصال اللفظي : وفيما يلي توضيح هذه المهارات :

1.2.2. مهارة الاستماع : تمثل مهارة الاستماع الوجه الآخر لمهارة الحديث، ومنهما معا يتحدد طرفا عملية الاتصال الرئيسين : المرسل والمستقبل، ويمثل الاستماع وسيلة أساسية للحصول على المنبهات الخارجية، ويعرف (الصرايرة) مهارة الاستماع على أنها عملية ذهنية واعية ومقصودة لتحقيق غرض معين تشترك فيه الأذن والدماغ، إذ تستقبل الأذن الذبذبات وتنقل الأحاسيس الناتجة عنها إلى الدماغ فيحللها إلى دلالات في ضوء المعرفة السابقة لدى المستمع، وسياق الحديث والموقف الذي تجري فيه، وتتضمن عملية الاستماع ثلاثة خطوات رئيسية هي :

1- استقبال المحتوى السمعي وتجاهل التشويش.

2- الانتباه للمحتوى السمعي والتركيز على ما يقوله المتكلم، وهذه العملية تتطلب جهدا عقليا وجسميا.

3- تفسير المحتوى السمعي والتفاعل معه، بحيث يقوم المستمع بتصنيف المعلومات وتبويبها ومقارنتها وربطها مع البنية المعرفية لديه.

وقد أثبتت الأبحاث اللغوية، أن المرء في حالة الاستماع لا يعد سلبيا، بل هو ايجابي فعال يعمل على فك الرموز التي تصل إليه وفهمها وتفسيرها والحكم عليها .[2]

2.2.2. مهارة التحدث : وتتضمن سلوك المعلم في أثناء الإلقاء من طلاقة في اللسان، وصحة مخارج الحروف، والضبط السليم لحركة كل حرف، واستخدام الرموز اللفظية الملائمة لمستوى عمر وثقافة وقدرات المتلقي الخاصة، والتنويع في درجات الصوت مع مراعاة البطء والسرعة أثناء التحدث والحديث بما يتناسب والموقف التعليمي .[3]

وانه من الضروري أن يركز المتحدث على فكرة وحيدة وتضمينها بيانات مرئية واضحة لدعم التعليق الشفوي، وتبرز أهمية امتلاك المعلمين لهذه المهارة إذا علمنا أن الطلاب يصرفون على الأقل (45%) من يومهم المدرسي منشغلين في استماع النشاطات التعليمية وان (50 % – 90 %) من المعلومات المتعلمة تكتسب من خلال القناة السمعية.[4]

---

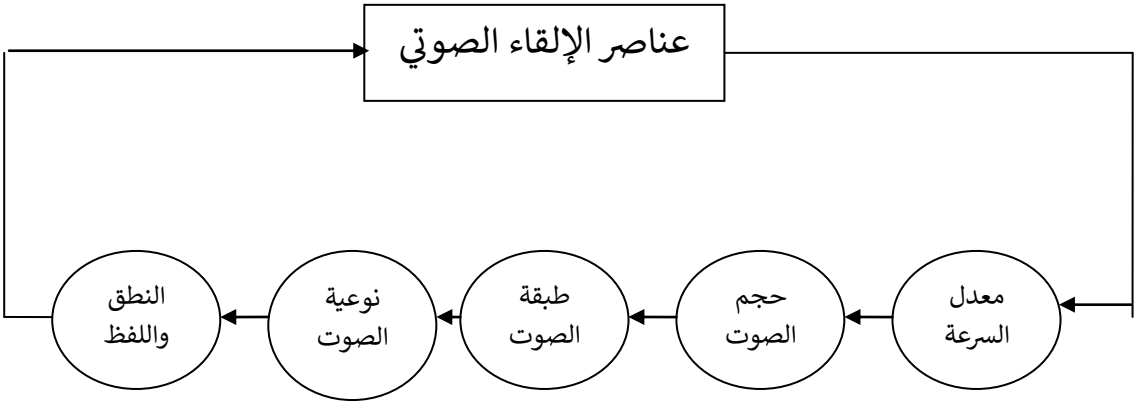
[1] - **Jeff Butterfield , *Illustrated Course Guides : Verbal Communication - Soft Skills for a Digital Workplace* , Cengage Learning, edition 3, 2016 ,pp2-3**

[2] **ـ الصرايرة، باسم وآخرون ، استراتيجيات التعلم والتعليم النظرية والتطبيق، عالم الكتاب الحديث، اربد ، 2009، ص200.**

[3] **ـ سويدان آمال ، مبارز منال ، التقنية في التعليم ، دار الفكر، عمان، 2007، ص43.**

[4] **ـ سمارة علي ، العساف جمال ، درجة توافر مهارات الاتصال الفعال لدى معلمي اللغة العربية في مدارس وكالة الغوث في الأردن من وجهة نظر الطلاب وعلاقتها بتحصيلهم، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد (27) ، 2013، ص5.**

3.2.2. مهارة الإلقاء الفعال : يتضمن الإلقاء الصوتي الفعال العناصر التالية:



❖ **معدل السرعة** : يجب أن تكون سرعة كلام المعلم مناسبة بحيث لا يمكن وصفها بأنها سريعة أو بطيئة لكي يتم توصيل الرسالة بأوضح صورة للطالب، وأحيانا يجب التأني في بعض المواقف، أي الكلام بسرعة بطيئة في حالات الإعادة والتركيز أو إملاء معلومات معينة.

❖ **حجم الصوت** : يعني ذلك مدى ارتفاع الصوت أو انخفاضه أثناء الكلام، ويوصف المعلم الذي يتكلم بصوت عال في الصف بالصراخ، وبالعكس عندما يتكلم المعلم بصوت هامس لا يمكن سماعه، إذ أن سماع الطلبة هو الخطوة الأولى لعملية الإنصات، فإذا كان حجم الصوت غير مناسب يؤدي إلى تشتيت انتباه الطلبة والفشل في جذب انتباههم، لذا يجب التأكد من أن صوت المعلم ملائم لغرفة الصف الذي يتكلم فيه.

❖ **طبقة الصوت** : هذا مصطلح موسيقي يشير إلى مدى ارتفاع أو انخفاض نبرة الصوت، ولكل متكلم مجال لطبقة صوته، وفي هذا المجال يكون المتكلم في حالة ارتياح، وتكون فرصة سماعه كبيرة أيضا، في حالة التوتر ترتفع طبقة الصوت فلا بد من التوسط في شدة طبقة الصوت حسب طبيعة الجسم وان لا يحصل تكلف في نبرة الصوت حتى لا يحدث تصنع في الكلام، وهناك يحدث تغير في طبقة الصوت أثناء الإلقاء الصوتي لملائمة ما يتم طرحه لغرض معنى دقيق لما نتكلم به، أما في حالة عدم وجود التغير الملائم في طبقة الصوت فان ذلك يؤدي إلى جمل رتيبة ذات نغمة واحدة مملة.

❖ **نوعية الصوت** : وهذه هي الصفة الفريدة التي تميز صوت شخص عن غيره، أي هي بمثابة البصمة، حيث يمكن تمييز الأشخاص المختلفين من نوعية أصواتهم، وقد يتأثر وضوح الصوت ورنينه في بعض الأحيان بسبب الزكام أو الحساسية أو بسبب التوتر الناجم عن الإرهاق.

❖ **النطق واللفظ** : يعد عنصر النطق العملية الميكانيكية لتشكيل الأصوات الضرورية للاتصال بلغة معينة، تحدث معظم أخطاء النطق بسبب العادة، أي حتى إذا كنت تعرف الطريقة الصحيحة لنطق الكلمة فانك تلفظها بالطريقة التي يلفظها الناس من حولك وكما تعودت أنت على عليها، أحيانا يؤثر المرض أو التعب على النطق بشكل صحيح .

4.2.2.مهارة القراءة: تعد القراءة من أعظم انجازات الإنسان، فهي قناة لا غنى عنها للاتصال مع عالم يتسع باستمرار، وعن طريق القراءة يشبع الفرد رغباته وينمي فكره ويثري خبراته، فهي نشاط عقلي فكري

يستند إلى مهارات آلية واسعة تقوم على الاستبصار، والفهم، وتفاعل القارئ مع النص المقروء، وتطور مفهوم القراءة إذ أصبح يعني تحويل الرموز المكتوبة إلى ألفاظ مفهومة، وتقويم المقروء، وتعديل السلوك لما في المقروء من قيم وأفكار .[1]

5.2.2.مهارة الكتابة: إن للغة في الاستعمال شكلين هما :

- الأول منطوق يتكون من الأصوات التي تتكامل فيما بينها لحمل المعاني من المصدر إلى المستقبل.
- الثاني مكتوب وهو الذي تعبر فيه أشكال الحروف عن رموز الأصوات ومعانيها، واللغة بنوعيها المنطوق والمكتوب لا تنفصل عن حياة الإنسان في مجالاتها المختلفة، وقد نبه الباحثون قديما وحديثا على العلاقة بين الكتابة والفكر، فالمعاني المجردة التي قد تتكون في الذهن سرعان ما تزول، إن لم تتجسد بمفردات ترمز إليها، وان هذه المفردات سرعان ما تتعر ض للنسيان ما لم تتجسد في رموز كتابية تحفظها وتسهل العودة إليها .

6.2.2.مهارة طرح السؤال: يرى كثير من المختصين في مجال التدريس أن للأسئلة الصفية دورا مهما في التعليم، وهي إحدى أدوات التواصل الرئيسة بين المعلم والطلبة، وتثير الأسئلة الصفية اهتمام الطلبة بالموضوع الجديد وتهيؤهم لتعلم المادة الجديدة وتحفزهم على المشاركة والانتباه .

7.2.2. مهارة استخدام الوسائل التعليمية: لقد تغيرت نظرة التربويين إلى مفهوم الوسائل التعليمية بفعل التغير والتطور الحاصل بالعلم وتوجه اغلب المؤسسات التربوية إلى اعتماد تكامل عناصر منهاج منحى النظم في التعليم، فهي منظومة فرعية من منظومة تكنولوجيا التعليم، وهي كما يعرفها (الطيطي وآخرون) بأنها أي شيء يستخدم في العملية التعليمية بغرض بلوغ الهدف بدرجة عالية من الإتقان ،حيث أن الدرس الذي يؤدى دون استخدام وسيلة تعليمية يعتمد على حاسة واحدة بعكس الدرس الذي يؤدى باستخدام الوسيلة التعليمية، إذ أننا نكون قد أشركنا فيه أكثر من حاسة عملا بأحد قوانين علم النفس القائل : لا ينسى شيء تشترك في تعلمه حاستان فأكثر.[2]

3. التواصل غير اللفظي

تمهيد :

يعتبر الاتصال غير اللفظي أو ما يسمى بلغة الجسد من أقدم طرق الاتصال التي عرفها الإنسان، وهو أمر لا يمكن تحاشيه أو التهرب منه، فعندما يكف الإنسان عن الكلام فإنه لا يستطيع أن يكف عن الحركة وعن التعبيرعن ذاته بوسائل أخرى ،والاتصال غير اللفظي دائما يكمل أو يعزز أو يفسر الاتصال اللفظي.

إذا كان للتعبير الشفوي أهمية كبيرة في الحياة الإنسانية فهو يسيطر على التواصل اليومي للإنسان إلا أن تأثيره لا يتحقق إلا بوجود وسائل تعبيرية أخرى مساندة له فمختلف البحوث النظرية والتطبيقية تظهر أن لغة الجسد هي الجزء الأهم من أي رسالة تنتقل إلى المتلقي، وأن الرسالة غير اللفظية

[1] ـ عطية محسن علي ، مرجع سابق، ص252.
[2] ـ الطيطي وآخرون، إنتاج وتصميم الوسائل التعليمية، عالم الثقافة، عمان، 2007، ص13.

المنقولة هي غنية ومعقدة في طبيعتها، وتحتوي على تعبيرات الجسد، ووضعية نوع نبرة الصوت ودرجته، الألوان .والملابس....

لذا علينا أن نهتم بهذا الجانب المصاحب للتعبير الشفوي كاهتمامنا باختيار الألفاظ وصياغة العبارات.

1.3. مفهوم الاتصال غير اللفظي

الاتصال غير اللفظي أو غير الكلامي أو غير الملفوظ، أو الصامت كلها أسماء تطلق على عملية التواصل التي تتم بطرق أخرى غير النطق، فهو العملية التي يتم من خلالها تبادل الأفكار والمعاني بين الأفراد بدون كلمات وباستعمال وسائل تعبيرية أخرى.

إن لهذا المعنى روافد ومجاري تغذيه، منها ما هو صائت، ويعني به الكلام المنطوق ومنها ما هو صامت ويعني به اللغة الصامتة (الإشارات والإيماءات)..... وقد اختلف في درجة تأثير هذه اللغة الصامتة الرامزة إلا أن معظم الباحثين توصلوا إلى ارتفاع نسبة تأثيرها مقارنة باللغة المنطوقة فقد قسم بعض الباحثين" التأثير الكلي للرسالة إلى حوالي 7 % ناطق كلمات فقط، و 38 % صوتي أي متعلقا بنغمة الصوت، ارتفاعه وانخفاضه، وأصوات أخرى، و 55 % صامت، وقد توصلوا إلى نتائج هامة تتعلق بمقدار الاتصال الصامت الذي يجري بين الناس، وقد تبين بأن الشخص العادي يتحدث فعليا من 10 إلى 11 دقيقة في اليوم، وأن الجملة العادية تحتاج إلى 25 ثانية .كما تبين أن الجزء الكلامي من محادثة وجاهية يساوي أقل من 35% ، وأن أكثر من 65 % من الاتصال يتم بدون كلام[1] ،وذهب "إدوارد هال" "أبعد من ذلك حينما اعتبر السلوك الصامت هو الأصل في حياة الإنسان ما دام يشكل نسبة 90 % في عالم التواصل [2]،وتعتبر عملية الاتصال غير اللفظي وسيلة التواصل الوحيدة التي تستعمل فيها الحواس الخمس كلها سواء بطريقة جماعية أو فردية.

فالاتصال اذا فعل اجتماعي وهذا الفعل يكون اراديا واعيا وغير واع وهو من أسس الارتباط الاجتماعي [3] ونحن لا نستطيع ان لا نتواصل سواء أردنا ذلك أم لم نرده.

2.3. الاتصال غير اللفظي النشأة والتطور:

لم يكن الاهتمام بالاتصال غير اللفظي وليد عصرنا الحديث وإن كان بتسميات أخرى ، حيث نجد قدماء المصريين والإغريق والرومان قد تناولوه أو أشاروا إليه ، حيث تظهر ملامح الاتصال غير اللفظي واضحة في كتاب الخطيب لسقراط ، كما قام غالينوس إقلوديوس الحكيم اليوناني في القرن الثاني قبل الميلاد بكتابة مخطوط نادر عن الفراسة ، أما الصينيون القدماء فكانوا أكثر تميزا وتخصصا بدراساتهم الدقيقة لتعابير الوجه الإنساني وسموا هذا العلم " السيانغ مين [4] " ولم يتخلف العرب عن الركب ودرسوه

[1] ـ ألن بيز :لغة الجسم، تر :هاني هاوي، المطابع المرطزية، عمان، 1992 ، ص6.
[2] ـ إدوارد هول، رقصة الحياة، ترجمة نظمي لوقا، دار الكتاب ، القاهرة، 1987 ، ص8.
3 – Coree.j(1996), les communications non verbales. Paris : p.u.f..p127

4ـ يوسف أبو الحجاج ، كيف تتعرف على الآخرين من ملامح الوجه ،ط1 ، دار الكتاب العربي ، دمشق ،2007 ،ص08.

من خلال ما سموه (الفراسة)أو(علم الطباع)متأثرين في ذلك بدراستهم للفلسفة اليونانية ، فتوسعوا فيه وألفوا أيضا ومن أهم من كتبوا فيه ابن سينا الذي ذكر الفراسة في رسالة موجزة يصف فيها العلوم العقلية ، حيث وضعها في المركز الثالث بعد الطب وعلم الفلك [1] ، وكتب فيه أيضا ابن رشد ، أما أشهر ما كتب في الموضوع فهو (السياسة في علم الفراسة) لشمس الدين انصاري.[2]

ظل هذا العلم بعيدا عن الدراسة الجادة والتناول الكثيف إلى ما بعد الحرب العالمية الثانية أين بدأت أولى المحاولات لدراسته دراسة علمية ، حيث نشر كل من (كيس وروشي) سنة 1956 كتابا عن الاتصال غير اللفظي تضمن ملاحظات عن الادراك ، وتواصل ظهور الكتب العلمية التي تهتم بدراسة الاتصال غير اللفظي ففي عام 1972 قام (ألبرت مه اربيان)بنشر كتاب عن الاتصال غير اللفظي ، والذي ضمنه سلسلة من التجارب المحكمة التي استطاع من خلالها أن يثبت أن الإشارات اللفظية أبلغ من الإشارات اللفظية منها ، مركزا في دراسته على الوجه البشري باعتباره مصدرا رئيسيا للمعلومات غير اللفظية ، وهو ما مهد لظهور كتب ودراسات أخرى تهتم بالموضوع ولكن بشكل تخصصي أكثر مثل الدراسات التي أجراها الباحث ALBERT MEHRABIEN في جامعة كاليفورنيا [3](UCLA) سنة 1967 يوضح أنه يمكن وبدقة قياس لغة الجسد حيث يتم الحكم عبر ثلاث طرق :بصـــري 55%، صوتـــي38% ، لـفظـــي 7% .

3.3. مهارات الاتصال غير اللفظي:

تعتبر لغة الجسد والحركات الجسدية بصفة عامة من أهم أركان التواصل غير اللفظي،ومن أهمها:

1.3.3.الوجه: الوجه أهم منطقة في جسد الإنسان على الإطلاق من خلالها يتم التواصل مع الغير إذ هو العاكس الأول لما يجول في الخاطر من مشاعر، ولما يدور في الذهن من أفكار، لذلك وجب علينا التحكم في ملامح وجوهنا وتقاسيمها حتى نضمن وصول الرسائل التي نرغب فيها، فالوجه كما هو مقرر في علم الفراسة أكمل الأعضاء لظهور الآثار النفسية فيه بوجه أتم، لأن الأحوال الظاهرة في الوجه قوية الدلالة على الأخلاق الباطنة كالخجل والخوف والغضب والفرح والكآبة، فإن لكل واحد منا لونا مخصوصا يظهر في الوجه دون البدن ،وللوجه نوعان من التغيرات إما فطرية، مثل :الابتسامة، والحزن، والغضب، وغيرها . وإما مكتسبة، مثل : الغمز بالعين، وإشارة القبلة، وغيرها[4].

2.3.3. العيون: العين لغة حساسة جدا ولا يلتفت لها إلا من كانت له دراية أو معلومات بشأن محتواها ومعناها كلغة تواصل، فهي تعطي إشارات تكون واضحة في حالات الخجل . ولها دور بليغ وأساسي في تكوين العلاقات الإنسانية.

1ـ نعمة الله هيكل ، الفراسة وقراءة الأفكار ، جروس برس، ط 5 ، طرابلس، لبنان، 2004، ص12 .

2 ـ محمد شريف الخطيب، لغة الجسم في السنة النبوية، ط1، الجامعة الأردنية، الأردن، 2006، ص10.

3ـ Gill Chiron, Denis Cottin, l'importance de la communication non verbale sur la relation commerciale. Les études D.C.M.G.Paris2008 .P04

4 ـ عرار مهدي أسعد، البيان بلا لسان، دار الكتب العلمية، ط1 ، لبنان، بيروت، 1972 ، ص45.

التعبيرات باستخدام حركات العين تشمل جمع سلوكيات العين، كإطالة النظر، وتحاشيه، وحركة الرموش، والدموع، وتغيرات بؤبؤ العين .وتعتبر العيون من أكثر أعضاء الجسم التي يستخدمها الأفراد لإرسال إشارات غير لفظية، للتعبير عن طبيعة الموقف، أو نوع العلاقة التي تربط بينهم .وهي من الأدق والأجدى من بين وسائل الاتصال الكثيرة، التي يتمتع هبا الإنسان لإظهار ما يعتمل في قرارة نفسه[1] .

ويرى" ديفيد بيرس "أن مقدار الراحة والانزعاج عند التعامل مع الآخرين قد يكون مرده الاتصال العيني بينالأشخاص، وهذا يعتمد في جزء منه على حجم العين والفترة الزمنية للنظرة، معتمدة على العامل النفسي.[2]

يلعب الاتصال بالعين دورا هاما في إقامة العلاقات بين الناس، ففي ميدان التربية والتعليم يحدث أن يركز بعض المدرسين اتصالهم بالعين على مجموعة قليلة من الطلاب، وهذا يؤثر بدرجة كبيرة على شعور المجموعة التي لا يعيرها المدرس الاهتمام عن طريق العين، وقد يؤي ذلك إلى شعور بعض الطلاب بالانتماء للفصل، بينما يشعر البعض الآخر بالانفصال عنه، أو يعتبرون أنفسهم أقل إثارة للاهتمام، أو حتى فاشلين.

"العيون وجوه القلوب وأبوابها التي تبدو منها أحوال النفس وأسرارها وذلك لاتصالها بمواضع القلب... و قد ذهب" هيس "في كتابه" العين الفاضحة "إلى أن العين من أدق الوسائل وأفضلها من بين وسائل الاتصال الكثيرة . [3]

3.3.3. حركة الرأس: للرأس حركات عديدة تحمل كل واحدة منها دلالة معينة، وقد اتفق الناس على مجموعة من المعاني أهمها:

الرأس المنخفض :يعني الخجل والخوف والاستسلام والضعف والرأس المرفوع :يعني الكبر والتعالي والعداء والإباء ، و هز الرأس من الأعلى وإلى الأسفل :يعني الرضى والقبول، أما تحريكه من اليمين إلى الشمال فيعني الرفض والتضايق.

4.3.3. حركة اليدين: اليدان من الأعضاء المهمة في عملية التواصل اللغوي المنطوق فلا نتصور متحدثا يسترسل في الكلام دون أن يستعمل يديه (الأصابع، الكفان، الذرعان) لأن اليد امتداد للدماغ، وهي الجزء الوحيد في الجسم البشري الذي هو دوما تحت العينين، واليد هي العضو المسؤول بالدرجة الأولى عن اللمس، وتعتبر من أهم وسائل لغة الجسد .وإن الأحكام الهامة تتخذ أحيانا بناء على المصافحة، فالمصافحة اللائقة تبين ثقة الشخص بذاته ونفس الشيء للمصافحة السريعة فلها دلالاتها ومعانيها.

لذلك على المتكلم أن يراعي حركة يديه ويجعلها ملائمة لأفكاره ومقاصده ولا يتكلف في استعمالهما ومن هذه الدلالات:

---

[1] ـ عرار مهدي أسعد ، المرجع نفسه، ص49.

[2] ـ بيرس ديفيد، لغة الجسد، المعنى الخفي وراء الحركات والإيماءات والتعبيرات المختلفة لمحدثك، تر :كريم محمد فاتح، الحرية للنشر والتوزيع، القاهرة، ص 77.

[3] ـ عرار مهدي أسعد، مرجع سابق، ص49 .

فرك الكفين :يعني الفرح أو الشعور بالبرد، تقليب الكفين مفتوحين :يعني الندم، استعمال الكف :لقول قف أو حسبك، رفع اليدين إلى أعلى :للدعاء بقول" يا رب، عض الأصابع :يعني الندم، وضع السبابة عمودية على الفم :تعني أصمت، قضم الأظافر :يعني القلق، النقر بالأصابع على ذراع المقعد أو على المكتب يشير إلى العصبية أو عدم الصبر ، فرقعة الأصابع وتشبيكها لوقت طويل :تعني القلق والاضطراب، وضع اليدين فوق الطاولة مع الانحناء :يعني التعب أو الكسل أو عدم الاهتمام.

5.3.3. الفم: بتوظيف الفم والشفتين فإن الابتسامة من الإشارات المطلوب توظيفها في المعاملات السياسية والاجتماعية العملية، ويميز بين نوعين من الابتسامة، ابتسامة قصد المجاملة، وأخرى صادقة تعبر عن الشعور بالفرح والسرور، تكون مصحوبة بتجاعيد بجانب العينين، إلى جانب ارتفاع في عضلة الوجنتين وزاويتي الفم بقوة ووسط وضعف حسب درجة الغبطة والسعادة[1] .

ومن التعبيرات الأخرى للفم والشفاه إلى الداخل مع الضغط عليها هي دلالة الشعور بالتوتر والقلق، والتثاؤب وفتح الفم بدرجة كبيرة قد يكون للشعور بالنعاس والملل وقد يكون على الاندهاش عدم تصديق من يسمع، وللسياق دور في تمييز المعنى المتعين من تلكم الحركة.

6.3.3. هز الكتف: يعتبر الكتف إشارة واضحة على العديد من الرسائل وغالبا، فهز الكتفين بحركة بطيئة تعني عدم المعرفة، وبحركة أكثر سرعة تعني الرفض أو الاعتراض.

7.3.3. وضع الجسم: إن الانطباعات الأولى تتأثر بالوضع الذي يتخذه جسم الإنسان ويوحي بعدة دلالات منها:

ـ حركة الجلوس المسترخي وإسناد الظهر على ظهر الكرسي مع فرد الساقين إلى الأمام توحي بعدم الاكتراث واللامبالاة.

ـ الوضع العمودي(المنتصب)يدل الثقة والقيادة.

ـ الجلوس أو الوقوف المنتصب يبرز الثقة.

ـ المشي الهادئ المتزن عند دخول القاعة أو القسم يبرز الثقة والتمكن.

ـ الميل إلى المستمع يبرز الاهتمام.

ـ مكان الجلوس في مؤتمر أو محاضرة أو ندوة يحدد مرتبة الشخص وماذا يتوقع منه.

8.3.3. المظهر والملابس اللائقة: يعد مظهر الجسم من أهم المؤثرات غير اللفظية التي تعطي عن الشخص الكثير من الرسائل دون أن يتفوه بكلمة واحدة، فتبين لنا حالته المادية ، ومستواه التعليمي وربما طبيعة عمله، وذوقه إنها تفضح الكثير من خبايا الشخص وأسراره وتتوزع هيئة الجسد ومظهره على : الشكل الخارجي، الملابس بأنواعها وأشكالها، الشعر و كيفيات مشطه وتسريحه، البشرة ،العطور المستعملة، والتي هي رسائل غير لفظية قد تكون ايجابية حيث الرضا عنها وقد تكون سلبية حين الاشمئزاز منها، والأمر نفسه ينطبق على المتلقين فالألبسة مثلا مع

[1] ـ شحرور ليلى،تأثير لغة الجسد، مائة فكرة وفكرة تقدمها للشريك، الدار العربية للعلوم ناشرون، بيروت، 2009 ، ص122.

اختلاف أشكالها وألوانها وتمايزها بين الذكور والإناث تمثل نظاما من العلامات تخضع لاتفاق المجتمع من ناحية وتقوم بوظيفة التواصل بين أفراد المجتمع من ناحية أخرى وتعطي انطباعات عن شخصية لابسها ومركزه الاجتماعي ونفوذه وتعبر عن أصالته أو معاصرته وطبيعة إيديولوجية.[1]

لذلك وجب على الانسان أن يرتدي الملابس التي تعكس الرسالة التي يقصدها وتتماشى مع رسالته اللفظية (الجامعة، الفرح، العزاء، المسجد، المقابلة الرسمية، الرياضة، السباحة ...)

وهذا معناه أن الهندام والملابس وتسريحة الشعر لا تقل أهمية عن مضمون الخطاب وقوته، والعاقل من يقنع العين قبل الأذن.

9.3.3. الصوت ونبرته: قديما قالت العرب: " والأذن تعشق قبل العين أحيانا" ،فالصوت رسالة قوية، والتلوين والتنويع في درجته يجعل الكلام حيا مؤثرا في المستمعين، لذلك فهو ليس خامة وليس نبرة و ليس صراخا، الصوت هو علم و فن له رسائل ينبغي فهمها حتى يؤدي الرسالة المراد منه، فرفع الصوت مع الابتسامة يورث الضحك، ورفع الصوت مع تعبير عن غضب يصاحبه يعني الكثير من رسائل التهديد و التخويف ، وفي المقابل استخدم الصوت للتعبير عن الرفض والتمرد، والتعبير السلبي عن الغضب، لذلك نرى بعض المتظاهرين يجعلون لواصق على أفواههم أثناء الاحتجاجات والمظاهرات كتعبير عن الرفض والغضب، والصوت الأجش والدافئ أو المضطرب هي على التوالي دلالات على الحذر والاطمئنان والارتباك. [2]

يبدو جليا من خلال ما سبق أن الصوت في حد ذاته لا يتعامل معه في لغة الجسد وتشفيرها كوحدة واحدة بل يتم تجزئته وتفصيله فتدخل فيه عوامل القوة والضعف ، الاسترسال والتقطع ، السرعة والبطء ، نبرة الصوت في حد ذاته كلها عوامل تعمل وتدخل في الحكم والتقييم .[3]

4.3. الاتصال غير اللفظي وعلاقته بالوضعية التربوية:

استفاد المجال التعليمي كثيرا من تطبيقات الاتصال غير اللفظي فالتشجيع والنقد والصمت وطرح الأسئلة وكافة القنوات غير اللفظية تعتبر مصدرا غنيا للرموز العاطفية التي يخبر بنوعية العلاقات بين الأستاذ والطالب.

إن دراسة الجانب غير اللفظي مرتبط بجو القسم الذي يمكنه أن يحفز أو يعيق تطور وكفاءة الاتصال بين أطراف العملية وكيف أن هذه الكفاءة تنقسم إلى "معرفة الاتصال "وهي اللغة، و"قدرة الاتصال "وهي سلوكات وتنظيم الحيز الاتصالي في القسم (تصميم القسم،التنقل داخل المساحة، تسهيل النظرات التفاعلية) وهو ما يسمح بتحقيق عملية اتصالية ثرية .

---

[1] ـ عبد اللطيف بن دبيان العوفي .المهارات الأساسية في الاتصال والتواصل، ط2 ، دار جامعة الملك فهد، السعودية، 2018 ، ص 36.

[2] ـ علي زيغور، اللاوعي الثقافي ولغة الجسد والتواصل غير اللفظي في الذات العربية، دار الطليعة للنشر والطباعة ، بيروت ، ط1 ،1991، ص 83.

3 – G.chiron.d.cottin, body langage (l'import de la communication non verbale sur la relation commercial), DCMC. Paris.2007

إن استخدام المعلم لتلك الكفاءة الاتصالية قد أوردها (مارك ناب) عام 1972 كأمثلة لبعض السلوكات غير اللفظية داخل الفصل مثل استعمال النبرات،الحركات وكيفية تغيير وتنويع المؤثرات غير اللفظية من شأنه أن يدعم بصفة مؤثرة الاتصال في القسم.

ان الفكرة هنا ليست في تكوين مدرسين حركيين(يتعاملون بالحركة) ولكن في توعيتهم بدور جسدهم في التفاعل مع أجساد المتعلمين.[1]

5.3. العلاقة بين الاتصالين اللفظي وغير اللفظي:

لا يمكن فصل نوعي الاتصال اللفظي وغير اللفظي عن بعضهما فهما يشتركان معا في إيصال الرسالة وتوضيحها وفي بعض الأحيان توصل لغة الجسد الرسالة المطلوبة بطريقة أفضل من الكلام ويكون المعنى مؤتلفا من الرافدين، المعنى المقالي والمعنى المقامي، أي لغة الجسد التي تعد رافدا معنويا أمينا ذا وظائف متباينة فقد تعني الإشا رات أو الحركات التمثيلية والتعبيرات الجسدية عن الكلام جملة[2].

ويرى كثير من الباحثين أن الاتصال اللفظي وغير اللفظي يجب أن ينظر إليهما كوحدة غير قابلة للانفصال، فيقول (**Bird whistle**): الاتصال اللفظي وغير اللفظي هي أنظمة اتصالية أساسية و أن انبثاق النظام الاتصالي يمكن تحقيقه من خلال علاقتهما المتداخلة[3].

ويمكن توضيح طبيعة العلاقات القائمة بين الاتصالين اللفظي وغير اللفظي من خلال الأمور الآتية:

أ) الإكمال : حيث تتوافق وتتكامل الرسائل اللفظية وغير اللفظية ، مما يؤدي لتفاعل جيد ، فحين تصدر الكلمات ترافقها الإيماءات أو الإشارات التي تكملها [1] ، مثلا : عندما يحكي المدرس قصة يجسدها من خلال حركات جسمية وتعبيرات وجهه ، مما يساعد على فهم أفضل.

ب) التكرار :تكرار الرسالة اللفظية بطريقة غير لفظية لتأكيدها ، مثل أن يقول المدرس لا ، ويكررها ويؤكدها بتحريك أرسه يمينا ويسارا.

ج) الضبط :يعمل الاتصال غير اللفظي على ضبط سلوك الطلاب وتنظيمه داخل قاعة الدرس ، وذلك عن طريق نظ ارت العين ، تعبي ارت الوجه وغيرها من سلوكات غير لفظية تساهم في ضبط سلوك التلاميذ.

د) الإبدال :يمكن للرسائل غير اللفظية أن تحل محل الرسائل اللفظية مباشرة ، كأن يشير استاذ لطلابه بموافقته أو رفضه لسلوك معين عن طريق الإشارات أو الإيماءات دون أن يتلفظ بشيء.

ه) التفسير :يمكن أن يستعمل الإيماءات، الإشارات، الحركات، الصور، النماذج للشرح، تقريب المعاني وإيضاح الألفاظ، وهي بهذا تفسر ما هو لفظي وتساعد على نجاح الاتصال.

و) التأكيد :حيث تستعمل الرسائل غير اللفظية لتأكيد نظيرتها اللفظية ، مثل أن يقوم المدرس بالتركيز صوتيا على بعض الفاظ ليؤكد أهميتها ، مع امكانية أن يصاحب ذلك تعبيرات وجه دالة على تأكيد الرسالة.

---

ces rapports avec les autres, 2 emes éditions, DUNOD, Paris,1955. P142

[2] ـ مهدي عرار، البيان بلا لسان ، مرجع سابق ، ص 37.

[3] ـ .صالح أبو إصبع، الاتصال الجماهيري، ط 1، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان ، 1999 ، ص 37.

ز) التنظيم : يمكن للاتصال غير اللفظي أن يقوم بتنظيم وربط التدفق الاتصالي مثل حركة الرأس ، أو العينين ، تغيير المكان ، اعطاء اشارة لتلميذ آخر ليكمل الجواب[1].

المبحث الثاني : الدراسات المرتبطة والتعليق عليها

1. الدراسات السابقة والمتشابه:

تمهيد:

العلم في جوهره مسألة تعاونية، ويقصد بذلك أن كل عالم ينبغي أن يتعاون مع الآخرين من أجل كشف الواقع ، وإذا كان العالم متأكد من شيء ما، فهو متأكد من أن عمله يتضمن خطأ ما ، يقوم بتصحيحه عالم آخر في وقت ما، والعلماء ينظرون إلى بعضهم كعمال متعاونين ونادرا ما يعتبرون أنفسهم متنافسين[2].

فإذا قبلنا بهذه العبارة على ما هي عليه، فان بحثنا ينبغي أن يتضمن دراسة البحوث الأخرى التي تمت في هذا المضمار، لماذا ؟

لأن البحث العلمي لا يبدأ من الصفر ، فهو حلقة من سلسلة سبقته حلقات وتلحقه حلقات إنه مساهمة تضاف إلى المساهمات العلمية الأخرى ، تحت ضوء هذه الأفكار بدا لنا مفيدا أن نخصص فصلا للدراسات السابقة حول هذا الموضوع ،من أجل اثراء الدراسة من جهة واستعمال هذا في الحكم والمقارنة سواء بالإثبات أو النفي من جهة أخرى.

بالرغم من أهمية البحث و أثره البالغ من حيث الجانب الاجتماعي والنفسي والمعرفي لدى تلاميذ الأطوار الثلاث (ابتدائي ، متوسط ، ثانوي) إلا أنه لم يلقي العناية اللازمة والكافية، فقد وجدنا دراسات سابقة لكنها لم تتطرق إلى نفس الموضوع الذي قمنا بدراسته واهتمت بمواضيع مشابهة وتتمثل هذه الدراسات في:

❖ **الدراسة الأولى : دراسة لعور الطاهر ، محمد حسين النظاري** ،جامعة خميس مليانة– الجزائر، تحت عنوان الرياضة المدرسية ودورها في تحسين مهارات التواصل الاجتماعي وعلاقتها بالخجل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية(إناث)

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الرياضة في تحسين مهارات التواصل وعلاقتها بالخجل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين (إناث) والمعفيين (إناث)، والكشف عن الفروق بين المجموعتين في مهارات التواصل والخجل الاجتماعي، اعتمد المنهج الوصفي، اعتمدت العينة المتاحة وبلغت 92 تلميذة (46) معفية، 46 ممارسة للرياضة، أما أداة الدراسة هي مقياس مهارات التواصل ومقياس الخجل الاجتماعي، وتمت المعالجة الإحصائية بالحقيبة الإحصائية (Spss)، توصلت الدراسة إلى :

. توجد علاقة عكسية متوسطة بين مهارات التواصل الاجتماعية والخجل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين (إناث) .

[1] ـ زهرة وهيب خدرج .د راسة في أسرار لغة الجسد وفنونها في عالم الأعمال، دار الراية للنشر والتوزيع، الأردن ،2015، ص 39.

2 -Malcom D .Arnoule : Fundamental of scientific method in psychology , W.C.Brown , 20m Ed , Dubuque io WA, 1972, P08

. توجد علاقة عكسية متوسطة بين مهارات التواصل الاجتماعية والخجل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية المعفيين (إناث)

. توجد فروق دالة إحصائيا في مهارات التواصل الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين (إناث) والمعفيين (إناث) لصالح الممارسين

. توجد فروق دالة إحصائيا في الخجل الاجتماعي بين تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين (إناث) والمعفيين (إناث) لصالح الممارسين

. حصة التربية البدنية والرياضية لها دور في تنمية مهارات التواصل الاجتماعي والتقليل من الخجل الاجتماعي لدى تلاميذ (إناث)

❖ **الدراسة الثانية :** من إعداد الطالب أحمد يحياوي، تحت عنوان " التربية البدنية والرياضية ودورها في تنمية المهارات النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في نظريات ومناهج التربية البدنية والرياضية جامعة عبد الحميد بن باديس – مستغانم- 2008-2009.

يهدف هذا البحث لمعرفة دور التربية البدنية والرياضية في تنمية المها ارت النفسية لدى تلاميذ الطور الثانوي، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي حيث استخدم الاستبيان ،اشتمل مجتمع عينة البحث على 320 تلميذ وتلميذة ،270 من الممارسين و50 من غير ممارسين المعفيين يمثلون ثانويتين.

ومن النتائج المتوصل اليها : توصل الباحث إلى كشف تأثير التربية البدنية والرياضية على المهارات النفسية لدى العينة قيد الدراسة وهذا يتضح من خلال تميز التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضية ذكورا واناثا بالمهارات التالية: مهارة دافعية الإنجاز الرياضي ومهارة ثقة بالنفس ومهارة القدرة على الاسترخاء ومهارة القدرة على مواجهة القلق مقارنة بغير الممارسين وهذا ما يؤكد أن ممارسة التربية البدنية والرياضية يؤثر إيجابا في تنمية المهارات النفسية وكلما ازدادت سنوات الممارسة ازدادت عملية التحكم في هذه المهارات، كما وقد توصل الباحث إلى أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية لا يتساوون مع التلاميذ غير الممارسين إناثاً وذكورا في بعد القدرة على التصور الذهني وبعد القدرة على تركيز الانتباه.

❖ **الدراسة الثالثة :** من إعداد الطالب : مسعودان مخلوف ، بعنوان الممارسة الرياضية في أقسام ' وأثرها على التفاعل الاجتماعي على التلاميذ، مذكرة لنيل شهادة ماجيستر، 2008- 2009.

تسمح لنا هذه الدراسة بمعرفة خصائص طبيعة التفاعل الاجتماعي في هذه الأقسام ، وذلك من خلال دراسة مدى تأثير الممارسة الرياضية على التفاعل الاجتماعي داخل هذه الأقسام ، ومعرفة من الفروق التي تحدثها هذه الأقسام المستحدثة بين تلاميذها وتلاميذ الأقسام العادية ومدى مساهمتها في إعداد الفرد الصالح من جميع جوانبه، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة ، فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جميع الحقائق وتفسيرها وتحليلها واستخلاص دلالاتها .

عينة تجريبه تتكون من 09 أقسام وعينة المشاهدة تتكون من قسم أو قسمين من كل مؤسسة لدراسة الفروق الموجودة ومحاولة تسهيل المقارنة بين النتائج المحصل عليها بين العينين، واستعمل الباحث استمارة البيانات الأولية ومقياس المناخ النفسي ومن النتائج التي توصل إليها :

- تساهم الرياضية في مد جسور التواصل وتقريب العلاقات بين الأفراد مما سهل تمرير المعلومة .
- للممارسة الرياضية دور فعال في النهوض بالتلاميذ على مستوى تقديرهم لذا م الاجتماعية والذي يتجلى من خلال تحقيق الطموحات الفردية التي تجعل الفرد راضيا عن نفسه .
- الممارسة الرياضية تنعكس بالإيجاب على عملية التفاعل الاجتماعي .

❖ **الدراسة الرابعة:** من إعداد الطالب نجاري لخضر تحت عنوان: 'دراسة انعكاسات النشاط البدني التربوي على الاندماج في الجماعة في مرحلة التعليم المتوسط "، مذكرة لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضية ، جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف - السنة الجامعية 2011/ 2010 .

المنهج المستخدم:استخدم الباحث المنهج الوصفي حيث استخدم الباحث أداة الاستبيان.

المجتمع والعينة : لقد تم اختيار 200 تلميذ و تلميذة من ثلاثة متوسطات من بلدية الشطية و 16 أستاذ للتربية البدينة و الرياضية من جميع متوسطات بلدية الشطية كمجتمع أصلي للبحث .

النتائج المتوصل إليها: لقد توصل الباحث إلى نتيجة التي مفادها أن النشاط البدني التربوي له انعكاس ايجابي في إدماج الفرد في الجماعة في المرحلة المتوسطة كما يساعد الفرد المراهق على التفاعل مع أفراد بيئته و الإحساس بالقيم و المثل التي يؤمن المجتمع و تماسكه على نحو يرضى به نفسه و الآخرين و اكتساب الثقة بالنفس و الاستقلالية وتكوين صورة ذاتية واقعية و الإحساس بالاندماج عن الجماعة و إشباع حاجاته و توجهاته إلى الطريق الأنسب، لتحقيق التوافق الاجتماعي كما يتيح له أيضا فهم العلاقات الاجتماعية و التكيف معها و اكتساب المعايير و القيم و الاتجاهات الايجابية و الشعور بالمسؤولية و بذلك يحيي حياة اجتماعية مستقرة تتجه به نحو السواء الاجتماعي و بالتالي تكوين شخصية متكاملة و متوازية من جميع النواحي الاجتماعية النفسية و البدنية و على المربين الرياضيين ، وكذا المختصين في القطاع أن يكونوا مهيئين علميا و مكونين في كل الميادين ليكونوا قدوة حسنة بالنسبة للتلاميذ المراهقين في هذه العملية النبيلة في إعداد المراهق.

❖ **الدراسة الخامسة :** مذكرة مقدمة ضمن متطلبات شهادة ماستر اكاديمي تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي بعنوان :دور منهاج التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض مهارات الاتصال لدى تلاميذ مرحلة المتوسطة من إعداد الطالب :تومي محمد علي للسنة 2021/2020.

- هدفت هذه الدراسة لتقصي دور منهاج التربية البدنية والرياضية في تنمية بعض مهارات الاتصال لدى تلاميذ مرحلة المتوسطة حيث استخدمنا المنهج الوصفي للتحقق من فرضيات الدراسة.

– وتمثلت عينة الدراسة على 05 تلميذ ذكور واناث اختيرت بالطريقة العشوائية، ادوات جمع البيانات كانت عبا رة عن استبيان واستخدمنا لاختبار فرضيات الدراسة المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار كاي تربيع كادوات للمعالجة الاحصائية.

ومن اهم ما توصلت اليه النتائج هي:

– يوجد علاقة في ابراز اهمية الاتصال لدى التلاميذ

– يوجد علاقة في حدديدتثيير مهارات الاتصال من طرف التربية البدنية والرياضية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة.

❖ **الدراسة السادسة:** من إعداد الطالب لخذاري كسيلة تحت عنوان: 'الرياضة المدرسية ودورها في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسط "، مذكرة لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضية ، جامعة محمد خيضر -بسكرة - السنة الجامعية 2018/ 2019 .

استخدم الباحث المنهج الوصفي حيث استخدم الباحث أداة الاستبيان. ،لقد تم اختيار 69 تلميذ من متوسطة عثماني محمد - بسكرة - بشكل عشوائي ، لقد توصل الباحث إلى نتيجة التي مفادها ان الرياضة المدرسية دور في تحقيق التكيف الاجتماعي ، حيث اثبتت ان الرياضة المدرسية تساعد المراهق على ادماجه داخل الجماعة وا تمع وتكوينه تكوينا سليما .

الدراسة السابعة: دراسة الدكتور تمار محمد بعنوان" التربية البدنية والرياضية ودورها في تحسين تقدير الذات وبعض المهارات الاجتماعية لتلاميذ المرحلة الثانوية، دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية المدية " حيث هدفت هذه الدراسة إلى البحث عن الأثر الذي تتركه حصة التربية البدنية و الرياضية من خلال تحسين تقدير الذات و كذا تلقينهم بعض المهارات الإجتماعية، فلهذه الأخيرة وظيفة دافعة لتنظيم السلوك وتحديده.

تمثلت اشكالية البحث في " هل لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في تحسين تقدير الذات و بعض المهارات الاجتماعية لتلاميذ الثانوية."

استخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي الذي يهتم بوصف الظاهرة وصفا دقيقا، فاستعمل مقياسين: مقياس تقدير الذات و مقياس المهارات الاجتماعية، حيث شملت العينة 150 تلميذا من بعض ثانويات ولاية المدية و قد قسمت العينة إلى مجموعتين واحدة ممارسة و أخرى غير ممارسة لهذه الأنشطة و كل واحدة مكونة من 75 تلميذ، وبعد الدراسات والمعالجة الإحصائية كانت ابرز النتائج المتوصل إليها هي:

- لحصة التربية البدنية و الرياضية دور هام و فعال في الرفع من مستوى تقدير الذات و كذا تساهم في تعليمهم بعض المهارات الاجتماعية.
- هناك علاقة طردية بين ممارسة هذه الحصة و مستوى تقدير الذات و المهارات الاجتماعية.

❖ **الدراسة الثامنة:** دراسة الدكتور قندوز الغول خليفة بعنوان" مدى توظيف مهارات الاتصال لدى استاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بأبعاد الدرس لتلاميذ المرحلة الثانوية" ، حيث هدفت هذه

الدراسة الى معرفة مدى توظيف مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية فى مرحلة التعليم الثانوي، وعلاقتها بتنفيذ الدرس في جملة من الابعاد التربوية، المعرفية، والنفسية الاجتماعية لدى التلاميذ.

تمثلت اشكالية هذه الدراسة في طرح التساؤل التالي : ما مدى توظيف مهارات التصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية؟ وهل لها علاقة بأبعاد الدرس لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي؟

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لملاءمته لموضوع الدراسة، فالمنهج الوصفي يهتم ويقوم بوصف وتفسير ما هو كائن، وهو من أكثر المناهج استخداما في الدراسات الانسانية، فيصنف المعلومات وينظمها ويعبر عنها كما وكيفا.

تمثل مجتمع البحث في مجموعة من أساتذة مادة التربية البدنية والرياضية لمرحلة التعليم الثانوي بولاية الشلف والمقدر عددهم ب: 270 أستاذا، فلجأ الباحث إلى أخذ عينة كبيرة وعريضة بطريقة عشوائية تمثلت في 50 أستاذا لمادة التربية البدنية والرياضية و 755 تلميذا (ذكورا و إناثا) لمرحلة التعليم الثانوي.

من بين أدوات الدراسة التي استعملها الباحث: مقياس مهارات الاتصال، استبيان أبعاد درس التربية البدنية والرياضية، وبعد الدراسة والمعالجة الإحصائية كانت أبرز النتائج المتوصل إليها هي:

- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية وأبعاد درس التربية البدنية والرياضية لتلاميذ المرحلة الثانوية.
- ارتفاع معدل الارتباط لمهارات الاتصال بين الاستاذ والتلميذ.
- وجود علاقة ارتباطة موجبة بين مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والبعد التربوي للتلاميذ.
- وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والبعد المعرفي للتلاميذ.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والبعد الاجتماعي للتلاميذ.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والبعد الحركي للتلاميذ .

❖ **الدراسة التاسعة:** دراسة الدكتور قاسمي بشير والدكتور قدور بن دهمة طارق بعنوان " معرفة مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية ، حيث هدفت هذه الدراسة إلى معرفة تأثير الاتصال في العلاقة بين الأستاذ والتلميذ، الكشف عن مدى تأثير الاختلاف في الأطوار والمستوى العلمي لأساتذة التربية البدنية في حسن استعمال مهارات الاتصال وكذلك معرفة مدى أهمية الاتصال في درس التربية البدنية والرياضية.

تمثلت اشكالية هذه الدراسة في التساؤل التالي: هل يوظف أستاذ التربية البدنية والرياضية مهارات الاتصال أثناء تواصله مع التلاميذ؟

وبعد الدراسة والمعالجة الإحصائية كانت أبرز النتائج المتوصل إليها هي :

– وجود نسبة معتبرة من الأساتذة الذين يستعملون مهارات الاتصال في درس التربية البدنية والرياضية.

– عدم وجود اختلاف في استعمال مهارات الاتصال من أستاذ إلى آخر على حسب الطور(المتوسط ،الثانوي.

– عدم وجود اختلاف في استعمال مهارات الاتصال من أستاذ إلى آخر على حسب الشهادة المتحصل عليها (خريجي جامعات، خريجي المعاهد)، إذ أنهم يتقنون جميع أنواع الاتصال سواء لفظي أو غير لفظي وهذا يدل على أهمية الاتصال في التعليم بصفة عامة وفي درس التربية البدنية والرياضية بصفة خاصة.

❖ **الدراسة العاشرة :** دراسة سندية مروان سلطان الحيالي 2010 تحت عنوان :دور استخدام الاتصالات غير اللفظية في تحديد الأنماط السلوكية للقيادات الإدارية و كانت تساؤلات الدراسة:

1- هل يتم استخدام الاتصال غير اللفظي وفق الدراسات الصحيحة لدى قيادة عينة الدراسة؟

2- هل يسهم الاتصال غير اللفظي في تأشير الأنماط السلوكية لدى القيادة في الكليات المبحوثة؟

و الدراسة اعتمدت على العديد من الوسائل الإحصائية للبيانات المجمعة بالاستبيان من عينة قوامها 110 فرد من الموظفين في كلية الآداب وطب الأسنان والتمريض , وتم التوصل إلى مجموعة من الاستنتاجات من أهمها:

1- مثلت الاتصالات غير اللفظية لدى القيادة الإدارية أحد المؤشرات الأكثر أهمية في تحديد أنماطهم السلوكية.

2- وجود درجة من المرونة لدى تلك القيادة في مسألة التعامل مع العاملين من خلال الاتصالات غير اللفظية.

2. التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من العرض السابق وجود دراسات متنوعة تضمنت موضوع مهارات الاتصال وكذا موضوع الرياضة سواءا كمنهاج دراسي للتربية البدنية أو كرياضة تنافسية مدرسية ، حيث ساهمت في اثراء بحثنا هذا مع اختلاف في عينة البحث .

وقد كانت معظم الدراسات وصفية اعتمدت سواء المنهج الوصفي التحليلي أو تحليل المضمون، كما استخدمت الاستبيانات، وقد استهدفت في معظمها فئة التلاميذ والأساتذة كونها الفئة الاكثر تماسًا مع موضوع البحث.

من خلال استعراض الدراسات السابقة يتضح ما يلي :

1.2. أوجه الإتفاق

- أكدت جل الدراسات كدراسة للدكتور قاسمي بشير والدكتور قدور بن دهمة طارق ، دراسة سندية مروان، دراسة سلطان محمد، دراسة الطالب تومي محمد علي ،ودراسة الدكتور قندوز الغول خليفة على أن هناك أثراً واضحاً لعملية الاتصال في العملية التربوية.

- اتفقت هذه الدراسة مع معظم الدراسات السابقة على استعمالها المنهج الوصفي، كما اعتمدت جل هذه الدراسات على الاستبيان كأداة لجمع البيانات مثل دراسة الطالب أحمد يحياوي 2009، دراسة الطالب نجاري لخضر2011، ودراسة الطالب مسعودان مخلوف 2009.
- اتفقت دراسة لعور الطاهر و محمد حسين النظاري، دراسة الطالب نجاري لخضر 2010، دراسة الطالب لخذاري كسيلة 2019 ، ودراسة الدكتور تمار محمد ، على أن الرياضة المدرسية والنشاط البدني له دور في تحقيق التكيف الاجتماعي وكذا التوازن النفسي.

2.2. أوجه الاختلاف: اختلفت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في:

- ركزت هذه الدراسة على معرفة دور الرياضة في تنمية مهارات التواصل عكس الدراسات التي كانت تهدف إلى معرفة علاقة مهارات الاتصال بالتحصيل الدراسي .
- اختلفت هذه الدراسة مع الدراسات السابقة في أنها تناولت الاتصال بشقيه اللفظي و غير اللفظي عكس الدراسات الأخرى التي اهتمت بالاتصال بشكل عام.
- دراستنا اهتمت بمهارات التواصل عند التلاميذ بينما بعض الدراسات اهتمت بها عند فئة الأساتذة .

3.2. أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة: استفاد الطالب في هذه الدراسة من الدراسات السابقة في عدة أمور منها:

- مثلت الدراسات السابقة قاعدة معلومات ثرية، اعتمدنا عليها في تحديد الاطار النظري لدراستنا.
- اختيار منهج الدراسة، و هو الدنهج الوصفي حيث اعتمدته معظم الدراسات.
- بناء أداة الدراسة وهي الاستبيان، و التحقق من صدق المقاييس المعتمدة عن طريق صدق المحك.
- ضبط متغيرات الدراسة و الاستفادة من الجوانب النظرية، خاصة في الاتصال غير اللفظي لتحديد الابعاد.

4.2. أوجه تميز الدراسة عن الدراسات السابقة : أن هذه الدراسة تناولت موضوع الرياضة المدرسية وعلاقته الاتصال اللفظي غير اللفظي لدى التلاميذ ، وهي الأولى في حدود علمنا التي تناولت هذين الموضوعين، لندرة تناول الاتصال غير اللفظي في وطننا العربي عامة في كل التخصصات، كما أن أغلب الدراسات تركز على التربية البدنية و الرياضية كمنهج دراسي وليس على الرياضة المدرسية كنشاط ترفيهي تنافسي لاصفي .

الفصل الثاني

الدراسات التطبيقية

الفصل الثاني: الدراسة التطبيقية

المبحث الأول: الطريقة المنهجية وأدواتها

تمهيد:

تعتبر الدراسة الميدانية العمود الفقري لأي بحث علمي، لأن قيمة الدراسة لا تتمثل فقط في الجانب النظري والاطلاع على البحوث والدراسات التي تناولت المشكلة، وإنما القيمة الحقيقية للبحوث تتمثل في اعتمادنا على العمل الميداني الذي يمكن الباحث من جمع المعلومات من المجتمع أما العينة التي يقو بدراستها ومراجعة هذه البيانات مراجعة دقيقة أثناء القيام بالعمل الميداني، غير أن هذه البيانات التي يجمعها الباحث تصبح لا قيمة لذا إلا إذا قام بتحليلها وتفسيرها، ووضع الاقتراحات التي يرى أنها ضرورية لعلاج المشكلة.

1. الدراسة الاستطلاعية:

إن إجراء الدراسات الاستكشافية يعد أمرا ضروريا في كثير من البحوث، حيث تقابل الباحث صعوبات تواجهه في مختلف مراحل بحثه، سواء في حدديد المشكلات الهامة ذات القيمة العلمية، أو في التعرف على الظواهر الجديدة بالدراسة وبالظروف المحيطة بها [1]،و من خلال قيامنا بالدراسة الاستطلاعية تمكنا من تحديد ما يلي:

- التعرف على مجتمع و عينة الدراسة و الصعوبات التي تواجهها.
- معرفة مدى استجابة افراد العينة لأدائهم على ادوات جمع البيانات.
- تحديد ميدان الدراسة و التعرف على ظروف التطبيق، و الوقوف على بعض الصعوبات اينا الدراسة.
- التحقق من مدى صحة ادوات القياس، وخصائصها السيكومترية بحساب الصدق والثبات وفقا للعرض اللاحق.

وكانت بداية الدراسة الاستطلاعية في فترة تربصنا الميداني بعد حصولنا على ترخيص من مديرية التَّربية لولاية الأغواط ، وقمنا بتوزيع الاستبيان على عينة بلغ عددها 300 تلميذ متوزعة على كل من متوسطة المصالحة بالأغواط ومتوسطة سعد بن سعد بلالماية وثانوية بكي عبد الكريم بتاجرونة وابتدائية مطلوق بن عبد الله بلالماية وابتدائية جبالي بلقاسم وكذا ابتدائية قاسمي محمد بتاجرونة.

2. منهج الدراسة: يعرف المنهج بأنه عبارة عن مجموعة العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه.

ولقد إعتمدنا كمنهج لبحثنا على المنهج الوصفي المسحي، هذا لأنه يتلائم مع طبيعة بحثنا ، ومن المؤكد أن هذا المنهج في خطوات ميدانية معينة، وهذا لكي يتمكن من دراسة الحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة المظاهر أو مجموعة الافراد ، وهذا يسمح لنا بتغطية موضوع الدراسة والتعامل مع أفراد العينة .

[1] - مفتي إبراهيم حمادي، التدريب الرياضي الحديث .القاهرة :دار الفكر العربي، 2008 ، ص292.

3. مجتمع الدراسة: مجتمع البحث في العلوم الإنسانية هو مجموعة العناصر لها خاصية او عدة خصائص مشتركة تميزها عن العناصر الأخرى والتي يجرى عليها البحث أو النقص ومجتمع بحثنا مكون من775تليميذ موزعين على ست (6) مؤسسات تربوية من مختلف الفئات العمرية ابتدائي ، متوسط ، ثانوي بولاية الأغواط كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم(01): يبين توزيع مجتمع دراستنا بولاية الأغواط

المؤسسة	عدد الإناث	عدد الذكور
ثانوية بكي عبد الكريم ـ تاجرونة	137	106
متوسطة سعد بن سعد ـ لالماية	65	81
متوسطة المصالحة ـ الأغواط	617	426
ابتدائية مطلوق بن عبد الله ـ لالماية	134	121
ابتدائية جبالي بلقاسم ـ تاجرونة	153	139
ابتدائية قاسمي محمد ـ تاجرونة	127	133

4. عينة الدراسة: ينظر إلى العينة على أنها جزء من الكل أو بعض من الجميع، وتتلخص فكرة دراستها في محاولة الوصول إلى تعميمات لظاهرة معينة[1] .

ـ تحديد حجم العينة : قمنا باختيار عيّنة الدراسة والتي تمثّلت في 300 تلميذ من خمس مؤسسات تربوية مختلفة الأطار في ولاية الأغواط ، حيث تمّ اختيار العينة التي كانت تقوم بتمثيل المجتمع الأصلي في المنافسات الرياضية المدرسية الولائية والوطنية هذه السنة في مختلف الرياضات.

5. حدود الدراسة:

1.5. الحد الموضوعي : تناولت هذه الدراسة العلاقة التي تربط بين الرياضة المدرسية و مهارات الاتصال (اللفظي و غير اللفظي) عند الفئة المستهدفة وهي التلاميذ.

2.5. الحد البشري : تلاميذ من مختلف المراحل التعليمية.

3.5. الحد المكاني: أجريت هذه الدراسة في ست مؤسسات متوزعة على ثلاث مدن : الأغواط ، تاجرونة ، لالماية.

4.5. الحد الزّماني: استغرق الطالب فيما يخصّ الجانب النّظري من هذه الدراسة فترة زمنية امتدّت من بداية شهر فيفري حتى نهاية شهر أفريل لسنة 2025.

-أمّا الجانب التطبيقي فقد تم البدء فيه انطلاقا من التربص الميداني إلى غاية نهاية السنة الدراسية وبداية الامتحانات النهائية في المؤسسات التعليمية ، حيث امتدّت من بداية شهر فيفري 2025 إلى غاية منتصف شهر ماي من نفس السنة.

[1] ـ محمد حسين علوي، أسامة كامل راتب، المرجع نفسه ، ص134 .

6. تحديد متغيرات الدراسة:

أ -المتغير المستقل :وهو العامل الذي يريد الباحث قياس مدى تأثيره في الظاهرة المدروسة ، وفي دراستنا هذه هو فعالية الرياضة المدرسية .

ب-المتغير التابع : هذا المتغير هو نتاج العامل المستقل في الظاهرة ، و المتغير التابع في دراستنا هو تحسن التواصل اللفظي وغير اللفظي لدى التلاميذ.

7. الأدوات المستعملة في الدراسة:

لجمع البيانات عن ظاهرة معينة يعتمد الباحث على عدة أدوات منها الاستبيان، فهو أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات من خلال وضع استمارة الأسئلة ، ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها تقتصد الجهد والوقت كما أنها تسهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت بتوفير الشروط من صدق و ثبات وموضوعية .[1]

اشتملت الأداة في البداية على جزء خاص بالمعلومات الشخصية التي تخص المستجوبين، وتمثل المتغيرات التالية: (مرحلة التعليم، الجنس)، أما الجزء الثاني فخصص لقياس تأثير الرياضة المدرسية على مهارات التواصل اللفظي لدى التلاميذ والجزء الثالث يقيس مدى اكتساب التلاميذ لمهارات التواصل غير اللفظي ولغة الجسد ومدى استيعابهم وفهمهم لها ضمن الفرق الرياضية المدرسية ، وأخيرا الجزء الرابع المتمثل في قياس تأثير المهارات المكتسبة من خلال الرياضة المدرسية على التحصيل الدراسي .

المبحث الثاني : عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد : بعد جمعنا للاستبيان واستخراج النتائج والمعلومات الخاصة بالفرضيات نتطرق الى عرض وتحليل الفرضيات .

أولاً :خصائص العينة

1. التوزيع الجنسي : جدول رقم (02) يبين عدد أفراد العينة ونسبتها من حيث الجنس

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة(%)
الجنس	ذكر	176	58.7%
	أنثى	124	41.3%

نلاحظ هيمنة الذكور (58.7%) والتي قد تعكس واقع المشاركة الرياضية في البيئة التعليمية المدروسة والثقافة المهيمنة على المجتمع .

[1] ـ حسين أحمد الشافعي ، سوزان أحمد علي مرسي ، مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية .الإسكندرية :منشأة المعارف، ص 203.

2. **المستوى الدراسي** : جدول رقم (03) : يبين المستوى الدراسي لأفراد العينة ونسبتها

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة(%)
المرحلة	ابتدائي	90	30%
	متوسط	115	38.3%
	ثانوي	95	31.7%

هناك توزيع متوازن (30% ابتدائي، 38.3% متوسط، 31.7% ثانوي) يسمح بتمثيل أفضل للمراحل النمائية، ودراسة متوازنة وشاملة للموضوع .

3. **معدل ممارسة الرياضة المدرسية**

جدول رقم (04) يبين عدد مرات ممارسة الرياضة اللاصفية في المدرسة

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة(%)
النشاط الأسبوعي	لا يمارس	0	0%
	1-2مرات	90	30%
	3-4مرات	210	70%

تشير النتائج إلى : غياب "لا يمارس" (0%) يشير لشمولية البرنامج الرياضي وتعميمها في كل المدارس على مستوى الوطن ، وارتفاع الممارسة 3-4 مرات أسبوعياً (70%) يعكس سياسة مؤسسية فاعلة ورغبة لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية لتحقيق نتائج أفضل في المنافسات الرياضية الداخلية والخارجية .

ثانيا :أثر الرياضة المدرسية على تحسن مهارات التواصل اللفظي لدى التلاميذ

1. مهارة التحدث:

جدول رقم (05) يبين دور الرياضة المدرسية في تحسين مهارة التحدث

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية (موافق+ نوعاً ما)
التحسن في التعبير الشفهي	ذكر	48 (27.3%)	52 (29.5%)	76 (43.2%)	72.7%
	أنثى	23 (18.5%)	37 (29.8%)	64 (51.6%)	81.5%

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة الايجابية مرتفعة سواءا عند الذكور أو الاناث وهو ما يدل على تأثير التواجد في الفرق الرياضية على طلاقة اللسان وتنمية مهارة التحدث والكلام ، لكن المفارقة هنا في التعبير الشفهي أنه توجد فجوة قدرها 8.8% بين الجنسين لصالح الإناث يمكن ارجاعها إلى :

- الفروق في أنماط الألعاب المفضلة (الإناث في ألعاب تعاونية تتطلب تفاوضاً لفظياً مستمراً)
- التوجيه الثقافي السائد في المجتمع الذي يشجع الإناث على التعبير التفصيلي .

2. الثقة في التحدث:

جدول رقم (06) يبين مدى زيادة الثقة في التحدث من خلال الأنشطة الرياضية

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
زيادة الثقة في التحدث	ذكر	11 (6.3%)	49 (27.8%)	116 (65.9%)	93.7%
	أنثى	4 (3.2%)	22 (17.7%)	98 (79%)	96.8%

نلاحظ أن معدل الايجابية لظاهرة الثقة في التحدث هو (96.8% إناث، 93.7% ذكور) وهو مرتفع جدا لكلا الجنسين غير أن التفوق للاناث ويمكن ارجاع ذلك الى :

ـ الرياضة تخلق "مساحات آمنة" للتعبير، خاصة في الألعاب الجماعية حيث تقل الرقابة اللغوية مقارنة بالفصل الدراسي .

ـ تطور "لغة مشتركة" بين اللاعبين (كالمصطلحات التكتيكية).

أما عن تفوق الإناث فقد يرتبط بـ:

ـ حساسية أعلى للتغذية الراجعة الاجتماعية أثناء الأنشطة.

ـ الرياضة تعزز ثقة الإناث في التعبير الصوتي بشكل أكبر بسبب دورها في كسر حاجز الخجل الاجتماعي المرتبط بالتنشئة التقليدية .

3. وضوح الصوت :

جدول رقم (07) يوضح التحسن في وضوح الصوت أثناء الحديث

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
وضوح الصوت أثناء الحديث	ذكر	14 (8%)	42 (23.9%)	120 (68.2%)	92%
	أنثى	10 (8.1%)	19 (15.3%)	95 (76.6%)	91.9%

الملاحظ أن نسبة "غير الموافق هي **8%** بالتساوي بين الذكور و الإناث وهي نسبة منخفضة أما نسبة الايجابية فهي مرتفعة جدا (92%) ويمكن تفسير ذلك ب :

- الرياضة تخفض القلق و الخوف من التقييم السلبي عند التلاميذ

ـ الرياضة هي فضاء آمن لممارسة الصوت دون أحكام (خاصة للإناث في البيئات المقيدة).

ـ الرياضة توفر منصة لخرق المحظورات الصوتية مثل الصراخ في الألعاب الجماعية.

ـ ارتفاع النسبة قد يعكس حاجة مكبوتة للتعبير الصوتي في المجال العام.

4. المناقشة الجماعية (الحوار) :

جدول رقم (08) يبين مدى التحسن في طريقة التحدث مع الآخرين (الحوار)

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
تحسن المناقشة الجماعية	ذكر	34 (19.3%)	70 (39.8%)	72 (40.9%)	80.7%
	أنثى	24 (19.4%)	43 (34.7%)	57 (46%)	80.6%

نلاحظ أن هناك تفوق نسبي لدى الإناث في نسبة الموافقة (46%) أعلى من الذكور (40.9%) لكنها تبقى نسبة منخفضة ، غير أن نسبة الايجابية مرتفعة دلالة على التحسن النوعي عند بعض التلاميذ ويمكن تفسير النتائج بـ :

ـ المناقشة الجماعية تتطلب مهارات عليا (إدارة الصراع، التفاوض، التناوب الكلامي) لا تُطورها الرياضة مباشرةً.

ـ الرياضة الجماعية (كرة القدم إلخ) تركز على التكتيكات التنافسية لا الحوار.

ـ هيمنة اللغة الجسدية على اللفظية.

ثالثاً :أثر الرياضة المدرسية على تحسن مهارات التواصل غير اللفظي

1. فهم الاشارات والايماءات :

جدول رقم (09) يبين دور الرياضة المدرسية في تحسين فهم الايماءات والاشارات

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
فهم إشارات الآخرين	ذكر	19 (10.8%)	59 (33.5%)	98 (55.7%)	89.2%
	أنثى	11 (8.9%)	40 (32.3%)	73 (58.9%)	91.1%

نلاحظ أن هناك نسب متقاربة في فهم الإشارات مع تفوق نسبي للإناث وذلك قد يكون راجعا إلى :

ـ التفوق الأنثوي في قراءة المشاعر من تعابير الوجه (خاصة المشاعر الدقيقة) .

- الألعاب الجماعية (ككرة اليد) تتطلب تفسير إشارات لا إرادية (اتجاه نظرة الزميل) و سرعة رد فعل على الحركات غير المتوقعة.

2. استخدام الإيماءات والاشارات

جدول رقم (10) يبين مدى التحسن في استخدام الإيماءات بفعل الأنشطة الرياضية المدرسية

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
استخدام الإيماءات	ذكر	25 (14.2%)	54 (30.7%)	97 (55.1%)	85.8%
	أنثى	16 (12.9%)	38 (30.6%)	70 (56.5%)	87.1%

تظهر النتائج تماثلا بين الجنسين في استخدام الايماءات والاشارات مع تفوق طفيف للإناث (56.5%)

وهو ما يدل أن البرامج الرياضية المدرسية وخاصة الألعاب الجماعية تعزز قراءة لغة لجسد واستخدامها وفهمها مما ينمي الذكاء الاجتماعي عند التلاميذ.

3. نبرة الصوت:

جدول رقم (11) يبين مدى تحسن التلاميذ في استخدام نبرات الصوت

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
نبرة الصوت	ذكر	13 (7.4%)	33 (18.8%)	130 (73.9%)	92.6%
	أنثى	12 (9.7%)	43 (34.7%)	69 (55.6%)	90.3%

تظهر النتائج نسبا مرتفعة لاستخدام نبرة الصوت في النشاط الرياضي المدرسي مما يوضح الدور الهام للرياضة المدرسية في تنمية هاته المهارة كما نلاحظ تفوقا واضحا للذكور (73.9%) مقابل الإناث (55.6%) وقد يعزى ذلك إلى : الطبيعة الفيسيولوجية والتغيرات الصوتية خاصة في مرحلة البلوغ ، وكذا استخدام الذكور الصوت كأداة سيطرة وتعزيز للثقة في الرياضات التنافسية.

4. التواصل البصري

جدول رقم (12) يبين التحسن في التواصل عن طريق العين جراء المشاركة في الرياضة المدرسية

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
التواصل البصري	ذكر	17 (9.7%)	53 (30.1%)	106 (60.2%)	90.3%
	أنثى	8 (6.5%)	35 (28.2%)	79 (63.7%)	93.5%

تظهر النتائج تحسنا ملحوظا لكلا الجنسين في استخدام التواصل البصري وبنسبة كبيرة في معدل الايجابية الذي 90 % وذلك لأهمية العين ضمن مهارات التواصل غير اللفظي .

رابعاً :أثر الرياضة المدرسية على التحصيل الدراسي

1. تحسن النتائج والدرجات

جدول رقم (13) يبين تأثير الرياضة المدرسية على تحسن الدرجات في مختلف المواد

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
تحسن الدرجات	ذكر	47 (26.7%)	79 (44.9%)	50 (28.4%)	71.6%
	أنثى	19 (15.3%)	44 (35.5%)	61 (49.2%)	84.7%

تظهر النتائج نسبة متوسطة لتحسن العلامات عند الإناث (49.2%) بينما هناك تناقض صارخ بين المهارات المكتسبة و التحصيل الأكاديمي عند الذكور (28.4%) ويمكن تفسير ذلك بـ :

ـ فشل الذكور نسبياً في توظيف المهارات التواصلية والاجتماعية المكتسبة (كالعمل الجماعي) في السياق الأكاديمي.

ـ الامتحانات التقليدية لا تقيس المهارات ا المكتسبة رياضياً.

2. العمل الجماعي ضمن أنشطة و أفواج

الجدول رقم (14) يبين تأثير الرياضة على العمل ضمن أفواج في الصف المدرسي

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
تحسين الأنشطة الجماعية	ذكر	11 (6.3%)	52 (29.5%)	113(64.2%)	93.7%
	أنثى	7 (5.6%)	38 (30.6%)	79 (63.7%)	94.4%

تبين النتائج أن النسب مرتفعة ومتقاربة بين الجنسين مما يدل على أن الأنشطة الرياضية ساهمت في تحسين العمل الجماعي والتعاون في الأقسام الدراسية .

3. معدل القلق أثناء الاختبارات

جدول رقم (15) يبين معدل انخفاض القلق أثناء الاختبارات

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
انخفاض قلق الاختبارات	ذكر	27 (15.3%)	59 (33.5%)	90 (51.1%)	84.7%
	أنثى	16 (12.9%)	27 (21.8%)	81 (65.3%)	87.1%

تظهر النتائج أن القلق انخفض بنسب كبيرة جدا سواء عند الذكور أو الإناث ، وذلك راجع إلى أن :

ـ الرياضة تنشئ "مناعة ضد الضغوط" عبر التعود على المواقف التنافسية.

ـ تطوير مرونة نفسية من خلال الخسارة والفوز.

4. المشاركة الصفية:

جدول رقم (16) يبين مساهمة الرياضة في تحسين التفاعل الصفي

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
زيادة المشاركة الصفية	ذكر	12 (6.8%)	54 (30.7%)	110 (62.5%)	93.2%
	أنثى	8 (6.5%)	30 (24.2%)	86 (69.4%)	93.5%

تظهر النتائج تحسن ملحوظ في المشاركة الصفية بنسب كبيرة فاقت 90 % لكل الجنسين وهذا يثبت تأثير مهارات التواصل اللفظية وغير اللفظية المكتسبة أثناء النشاطات الرياضية على تفاعل وتواصل التلاميذ مع الأستاذ داخل القسم .

5. التركيز أثناء الدرس :

جدول رقم يبين (17) مدى تحسن الجانب الذهني وعدم التشتت داخل القسم

البيان	الجنس	غير موافق	نوعاً ما	موافق	الإيجابية
تحسين التركيز الدراسي	ذكر	18 (10.2%)	42 (23.9%)	116 (65.9%)	89.8%
	أنثى	5 (4%)	29 (23.4%)	90 (72.6%)	96%

تظهر النتائج أن غالبية التلاميذ تحسنت قدراتهم الذهنية والعقلية بمعدلات كبيرة وخاصة الإناث مما زاد من التركيز وعدم تشتت الذهن داخل القسم وهذا راجع الى تفريغ الطاقات السلبية في الأنشطة الرياضية المدرسية .

➢ **مناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات**

- **مناقشة نتائج الفرضية الأولى :**

تظهر نتائج الفرضية الأولى الأثر الإيجابي والجيد الذي تخلفه الرياضة المدرسية في تحسين مهارات الإتصال اللفظي لدى التلاميذ ، وأظهرت النتائج من خلال مما سبق عرضه من نتائج هذه الفرضية احصائيا ، الأثر الإيجابي والتحسن الكبير في مهارة التحدث والتعبير الشفهي مع تفوق للإناث على حساب الذكور ، كما زادت الثقة في التحدث ووضوح الصوت عند الحديث ، رغم هذا الا أن المناقشة الجماعية أثناء الحوار لم تلحظ تطورا وتحسنا ، ويعتبر هذا الأمر طبيعي ومتوقع بالنظر لما للرياضة المدرسية من أهمية بالغة في تنمية بعض مهارات الإتصال ، كما سبق وأن ذكرنا في الإطار النظري للدراسة إذ لا يمكن هذا الأخير الإستغناء عنه في العملية التعليمية ، سواء بالنسبة للتلميذ وهذا ما أكدته دراستنا وأكدته بعض الدراسات السابقة التي سيق وأن تطرقنا لها ، فهي تتفق وتتوافق نتائجها مع نتائج الفرضية الأولى.

- **مناقشة نتائج الفرضية الثانية:**

استنبطنا من نتائج الفرضية الثانية على أنه هناك علاقة بين مهارات الإتصال غير اللفظي و الرياضة المدرسية إذ أن هذا الأخير له لمسة جوهرية وصورة مؤثرة إيجابيا على مهارة الاشارات والايماءات سواء في فهمها أو استخدامها بصورة متماثلة لكلا الجنسين على السواء ، كما لوحظ تحسن في استخدام مهارة نبرة الصوت وكذلك التواصل البصري عن طريق العين ، مع تفوق واضح للذكور في نبرة الصوت وتفوق للإناث في التواصل البصري .

مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

تظهر نتائج الفرضية الثالثة تحسنا في بعض الجوانب المتعلقة بالتحصيل الدراسي كالتعاون الجماعي ضمن أفواج وانخفاض القلق أثناء الاختبارات وتحسنا في القدرات الذهنية والعقلية ، غير أنه من المفارقات أن كل هذا التحسن في

هاته الجوانب لم يكن له الأثر الاجابي على علامات ودرجات التلميذ لمختلف المواد التعليمية وخاصة الذكور الذين أظهروا ضعفا في توظيف المهارات المكتسبة لنتائج ملموسة .

الاستنتاج العام :

أظهرت نتائج الدراسة التطبيقية بوضوح أن للرياضة المدرسية دورًا فعّالًا ومؤثرًا في تحسين مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي لدى التلاميذ.

فقد كشفت البيانات الإحصائية أن المشاركة المنتظمة في الأنشطة الرياضية، سواء الصفيّة أو اللاصفية، تُسهم في تعزيز الثقة بالنفس، وتطوير مهارات التحدث، وتحسين القدرة على استخدام الإشارات والإيماءات والتواصل البصري بشكل فعّال.

كما برهنت النتائج على أن التلاميذ الذين يمارسون الرياضة المدرسية يتمتعون بقدرة أكبر على التفاعل الإيجابي داخل الصف وخارجه، مقارنةً بغير المشاركين .وتؤكد هذه الدراسة أن الملاعب المدرسية ليست فقط فضاءات للتنافس البدني، بل أيضًا بيئات تربوية تفاعلية تُنمي أبعادًا نفسية واجتماعية لدى التلميذ، وتُعزز من تحصيله الدراسي من خلال تحسين قدراته الاتصالية.

وعليه، فإن دمج الرياضة المدرسية ضمن المقاربة التربوية الشاملة يُعد ضرورة تربوية لبناء شخصية متوازنة وقادرة على التفاعل بكفاءة في محيطها الاجتماعي والتعليمي.

خاتـــــــمة

الخاتمة :

لقد سعت هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على أحد الجوانب التربوية المهمة في البيئة المدرسية، والمتمثل في الدور الحيوي الذي تلعبه الرياضة المدرسية في تنمية مهارات التواصل اللفظي وغير اللفظي لدى التلاميذ. ومن خلال الجانب النظري، تم تناول المفاهيم الأساسية المرتبطة بالرياضة المدرسية والتواصل، إضافةً إلى عرض الإطار التربوي والوظيفي لهذه الممارسات داخل المؤسسات التعليمية .

أما على المستوى التطبيقي، فقد كشفت نتائج الدراسة الميدانية عن وجود تأثير إيجابي واضح للأنشطة الرياضية، سواء الصفيّة أو اللاصفية، في تعزيز مهارات التحدث، والاستماع، والإلقاء، إضافةً إلى مهارات الاتصال غير اللفظي مثل الإيماءات، وتعبيرات الوجه، ونبرات الصوت، والتواصل البصري. كما تبين أن التلاميذ المشاركين في النشاطات الرياضية يُظهرون قدرًا أعلى من التفاعل الاجتماعي، والثقة بالنفس، والتحصيل الدراسي، مما يثبت العلاقة الوثيقة بين النشاط البدني والتطور النفسي والمعرفي والاجتماعي .

وتأسيسًا على ذلك، يمكن التأكيد أن الرياضة المدرسية ليست مجرد نشاط بدني أو وسيلة ترفيه، بل تُعد أداة تربوية فعّالة تساهم في صقل شخصية التلميذ من خلال تنمية مهاراته الاتصالية وبناء قدراته الاجتماعية، وهي بذلك تُسهم في تحقيق الأهداف التربوية الشاملة .ومن هنا تبرز الحاجة إلى إعادة الاعتبار للرياضة المدرسية وتدعيمها على جميع المستويات، من خلال توفير الإمكانيات اللازمة، وإدماجها بشكل منهجي في السياسات التربوية، بما يضمن بناء جيل قادر على التواصل الفعّال، والتكيّف مع متغيرات العصر، والمساهمة في تنمية مجتمعه.

الاقتراحات والتوصيات البحثية والتطبيقية:

توصيات تربوية:

- وحدات تدريبية لمساعدة الذكور على توظيف المهارات الرياضية في إدارة الوقت الدراسي و توظيف المهارات التواصلية والاجتماعية المكتسبة لتحقيق نتائج دراسية مرضية .
- إدماج مقاييس للكفاءات غير المعرفية (كالعمل الجماعي) في التقييم المدرسي .

توصيات بحثية:

- دراسة طولية: تتبع نفس العينة لمدة 3 سنوات.
- تحليل نوع الرياضة: مقارنة تأثير الرياضات الفردية مقابل الجماعية
- قياس موضوعي: استخدام اختبارات موحدة لمهارات التواصل بدلاً من التقرير الذاتي.

توصيات لصناع القرار:

- توجيه الحصص الرياضة لأنشطة تواصلية هادفة
- تدريب وتكوين مدرسي الرياضة على تدريس المهارات الاجتماعية
- إنشاء مساحات رياضية مختلطة لتعزيز التكامل الاجتماعي.

قائمة المصادر

و

المراجع

المصادر:

القرآن الكريم

المراجع العربية:

القواميس والمعاجم:

1. ابن فارس ،مقاييس اللغة، مج 5، دار الجيل ، 1999.
2. ابن منظور، لسان العرب، دار صادر، بيروت، لبنان، ط 3، ج1، 1994.
3. الفيروز آبادي ، القاموس المحيط، ط 1، دار الحديث ،القاهرة ، 2008.

الكتب :

4. إدوارد هول، رقصة الحياة، ترجمة نظمي لوقا، دار الكتاب ، القاهرة، 1987 .
5. ألن بيز :لغة الجسم، تر :هاني هاوي، المطابع المركزية، عمان، 1992 .
6. أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت، 1996.
7. بيرس ديفيد، لغة الجسد، المعنى الخفي وراء الحركات والإيماءات والتعبيرات المختلفة لمحدثك، تر : كريم محمد فاتح، الحرية للنشر والتوزيع، القاهرة.
8. جمال الخطيب ومنى الحديدي ، استراتيجية تعليم الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة، دار الفكر،ط1 ، الأردن،2005 .
9. حسين أحمد الشافعي ، سوزان أحمد علي مرسي ، مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية . الإسكندرية، منشأة المعارف.
10. د. عوض سيوفي وآخرون ، نظرية التربية البدنية والرياضية ،ط1 ،ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر.
11. زهرة وهيب خدرج، دراسة في أسرار لغة الجسد وفنونها في عالم الأعمال، دار الراية للنشر والتوزيع، الأردن ،2015.
12. السايح محمد مصطفي، أساليب التدريس في ت پ ر ،ط1. مكتبة الإشعاع التقنية الإسكندرية، مصر ،2013.
13. سعيد جلال و محمد حسن علاوي ، علم النفس التربوي الرياضي، ط7 ، دار المعارف ،القاهرة ،1998 .
14. سويدان آمال ، مبارز منال ، التقنية في التعليم ، دار الفكر، عمان، 2007.
15. الشاطئ .م .ع ، نظريات و طرق التربية البدنية ، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1987.
16. شحرور ليلى،تأثير لغة الجسد، مائة فكرة وفكرة تقدمها للشريك، الدار العربية للعلوم ناشرون، بيروت، 2009 .
17. صالح أبو إصبع، الاتصال الجماهيري، ط 1، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان ، 1999 .

الصرايرة، باسم وآخرون ، استراتيجيات التعلم والتعليم النظرية والتطبيق، عالم الكتاب الحديث، اربد ، 2009.

18. الطيطي وآخرون، إنتاج وتصميم الوسائل التعليمية، عالم الثقافة، عمان، 2007.

19. عبد اللطيف بن دبيان العوفي، المهارات الأساسية في الاتصال والتواصل، ط2 ، دار جامعة الملك فهد، السعودية.

20. عبد الهادي نبيل ، وصوالحة محمد، والدراويش حسين، تطور اللغة عند الأطفال ، ط1 ،الأهلية للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، 2007.

21. عرار مهدي أسعد، البيان بلا لسان، دار الكتب العلمية، ط1 ، لبنان، بيروت، 1972 .

22. عطية، محسن علي ، مهارات الاتصال اللغوي وتعليمها ، دار المناهج، عمان،2008.

23. علي بن هادية و أخرون، معجم عربي مدرسي ، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1988.

24. علي زيغور، اللاوعي الثقافي ولغة الجسد والتواصل غير اللفظي في الذات العربية، دار الطليعة للنشر والطباعة ، بيروت ، ط1 ،1991.

25. علي عمر منصور،الرياضة للجميع، المنشاة الشعبية للنشر،الأردن ،1980.

26. الفقيه ، دور النشاط الرياضي في المدرسة في تنمية القيم التربوية .السعودية :جامعة أم القرى،2007.

27. قاسم المندلاوي وآخرون، دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية ،ج 2، الموصل ،العراق. ،1991.

28. محمد الحمحامي، أمين أنور الخولي ـ أسس بناء برامج التربية البدنية والرياضية ـ دار الفكر العربي، القاهرة ،1990 .

29. محمد حسين علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998.

30. محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، عالم المعرفة، 2003.

31. محمد شريف الخطيب، لغة الجسم في السنة النبوية، ط1، الجامعة الأردنية، الأردن، 2006

32. محمد عوض سيوفي، فيصل ياسين الشاملي، نظريات وطرق التربية البدنية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط 3، 1992.

33. مفتي إبراهيم حمادي، التدريب الرياضي الحديث .القاهرة :دار الفكر العربي، 2008 .

34. نعمة الله هيكل ، الفراسة وقراءة الأفكار ، جروس برس، ط 5 ، طرابلس، لبنان،2004 .

35. يوسف أبو الحجاج ، كيف تتعرف على الآخرين من ملامح الوجه ،ط1 ، دار الكتاب العربي ، دمشق ، 2007.

المؤتمرات العلمية :

36.حمداوي جميل، التواصل اللفظي وغير اللفظي،الندوة العربية، المغرب،2005 .

الرسائل :

37.الجبر، عثمان رؤوف ، أثر معلمي العلوم للصف السادس الابتدائي في الأردن على تحليل التفاعل اللفظي في سلوكهم التعليمي وفي التحصيل الأكاديمي لطلابهم ، رسالة ماجستير غير منشورة، الأردن، 1984.

38. ريحاني نبيل، دور الرياضة المدرسية اللاصفية في تنمية الذكاء الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر، بسكرة ، الجزائر ، 2019.

39.معمري محمود ، أهمية النشاط الرياضي الصفي و اللاصفي لتربية.پ ر". رسالة التكوين، نمط مفنشي ، ت پ، المعهد الوطني لتكوين مستخدمي التربية و تحسين مستواهم ، 2007.

المجلات والنشريات :

40.أمل رشيد عايش، وداد يوسف محمد، أير درس التربي الرياضية في التحصيل الدراسي لدى طالبات الرابع علمي، مجلة الفتح، العدد 01، (د.س).

41.سمارة علي ، العساف جمال ، درجة توافر مهارات الاتصال الفعال لدى معلمي اللغة العربية في مدارس وكالة الغوث في الأردن من وجهة نظر الطلاب وعلاقتها بتحصيلهم، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد (27) ، 2013.

42.سميرة مرداس، دور التربية البدنية والرياضة في تحقيق التوازن النفسي والتكيف الاجتماعي للفرد، مجلة المنظومة الرياضية، الجلفة، الجزائر ، المجلد: 09 العدد 03 السنة: 2022.

43.سندية مروان سلطان الحيالي ،دور استخدام الاتصالات غير اللفظية في تحديد الأنماط السلوكية للقيادات الإدارية، مجلة أبحاث كلية التَّربية الأساسية، المجلد 11 ، العدد 1،2011 . .

44.صالح بسام عبد الله، تدريس العلوم الطبيعية باستخدام ستراتيجيات الخطاب الصفي، مجلة التربية والتقدم، 2013.

45.م. صباح عبد الصمد البجاري ،أثر مهارات الاتصال اللفظي في التحصيل والاستبقاء لدى طلبة المرحلة الثانية إنتاج في قسم التقنيات الميكانيكية للمعهد التقني في البصرة، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية / جامعة بابل العدد20، نيسان/2015.

46.منى خربوش، و صابر بحري ،دور الرياضة المدرسية في تعزيز الصحة النفسية لدى المتمدرس- منظور تحليلي . مجلة الساورة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 7 ،2021.

47.هزرشي سليمان، المعيقات التي تواجه تسيير الرياضة المدرسية ـ من وجهة نظر أساتذة التربية البدنية -، مجلة المنظومة الرياضية ـ مجلة علمية دولية ، المجلد 09 :العدد 02 ، الجلفة ، الجزائر،2022 .

48.وجدي ونيس حبشي، الاتجاه نحو المدرسة للتلاميذ الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية في الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، مجلة البحث في التربية وعلم النفس ، العدد الرابع، جامعة المنوفيا ،1999.

المراجع الأجنبية :

49.ces rapports avec les autres, 2 emes éditions, DUNOD, Paris,1955.

50. Coree.j, les communications non verbales. Paris : p.u.f.. 1996.

51. Draia Mounta, & Kara Youcef, Essai d'organisation des sports étude, ISTS, ALGER, 1989 .

52.G.chiron.d.cottin, body langage (l'import de la communication non verbale sur la relation commercial), DCMC. Paris.2007.

53. Gill Chiron, Denis Cottin, l'importance de la communication non verbale sur la relation commerciale. Les études D.C.M.G.Paris2008 .

54. Jeff Butterfield , Illustrated Course Guides ,Verbal Communication - Soft Skills for a Digital Workplace , Cengage Learning, edition 3, 2016 .

55. Malcom D .Arnoule : Fundamental of scientific method in psychology , W.C.Brown , 20m Ed , Dubuque io WA, 1972.

56. Revue UNSS, N° 107, Janv2000.

المو اقع الالكترونية :

57.www.UNESCO.org/sports values-education.

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديموقراطية الشعبية

وازرة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عمارثليجي بالأغواط

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

أعزائي التلاميذ، يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الاستمارة للاجابة بمصداقية على ما ورد فيها من أسئلة وبذلك تكونوا قد ساهمتم في انجاح و اثراء هذا البحث الذي أنا بصدد انجازه، والذي موضوعه: الرياضة المدرسية ودورها في تحسين التواصل اللفظي وغير اللفظي لدى التلاميذ

تعليمات عامة:

-الغرض :جمع بيانات أكاديمية لفهم تأثير الرياضة على تواصلك وتحصيلك الدراسي.

-السرية :معلوماتك سرية ولا تؤثر على تقييمك الأكاديمي.

-التعليمات :ضع علامة (✓) في الخانة المناسبة حسب تجربتك الشخصية.

الجزء الأول :معلومات أساسية

1. الجنس:

- ذكر ( )
- أنثى ( )

2. .الصف الدراسي : .....

3. كم مرة تشارك في الأنشطة الرياضية المدرسية أسبوعياً؟

- لا أمارس ( ) 3-4 - مرات ( )
- 1-2 - مرات ( ) 5 - مرات فأكثر ( )

الجزء الثاني :أثر الرياضة المدرسية على مهارات التواصل اللفظي

مو افق	نوعا ما	غيرمو افق	البيان
			ألاحظ تحسنًا في قدرتي على التعبير بوضوح بعد المشاركة في الرياضة.
			ساعدتني الرياضة على التحدث بثقة أكبر أمام زملائي.
			أتحدث بصوت مناسب واضح ومسموع.
			تحسنت قدرتي على مناقشة الأفكار مع الآخرين بعد الانتظام في الرياضة.

الجزء الثالث :أثر الرياضة المدرسية على مهارات التواصل غير اللفظي

مو افق	نوعا ما	غيرمو افق	البيان
			أصبحت أتفهم مشاعر الآخرين من خلال تعابير وجوههم ولغة أجسادهم بشكل أفضل.
			ساعدتني الرياضة على استخدام الإيماءات وتعابير الوجه لتوصيل أفكاري.
			أستخدم نبرة الصوت أثناء الحوار
			أشعر أن تواصلي البصري مع الفريق أثناء الرياضة يتحسن باستمرار ويعزز فهمي للإشارات غير اللفظية.

الجزء الرابع :أثر الرياضة والتواصل على التحصيل الدراسي

البيان	غير موافق	نوعا ما	موافق
ألاحظ تحسنًا في درجاتي الدراسية منذ انتظامي في الأنشطة الرياضية.			
ساهمت الرياضة في تحسين أدائي في الأنشطة الجماعية (عروض ، مشاريع ..)			
أشعر بانحفاض القلق والتوتر أثناء الاختبارات بفضل المهارات المكتسبة			
الثقة التي اكتسبتها من التواصل في الرياضة تشجعني على المشاركة في الفصل.			
أشعر أن تواصلي الجيد مع الزملاء في الفريق يحسن من تركيزي وفهمي للمواد الدراسية.			

شكراً لمشاركتك القيّمة

بلهداجي هاشمي