

جامعة عمار ثليجي بالأغواط

معهد علو وتقنيات الأنشطة البدنية والتربية الرياضية

قسم: التربية الرياضية والنشاطات البدنية

مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص:

نشاط بدني رياضي مدرسي

ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي وعلاقته بالإبداع

لدى تلاميذ الطور الثانوي

دراسة ميدانية على مستوى ثانوية عمر إدريس - قصر الحيران/ الأغواط- (16-20 سنة)

إشراف الأستاذ:

د. حجاج بومدين

إعداد الطالبان:

- بن جديعة ساسي
- لثلق محمد

لجنة المناقشة:

رئيسا

-

مقررا ومشرفا

-

عضوا مناقشا

-

السنة الدراسية: 2020/2019

حَقِّقْ حَقِّقْ

## المقدمة:

الإبداع سمة من سمات الخالق أعطى البشرية جزءا منه في كثير من المجالات حتى اعتمدت الحياة على إبداع المبدعين وتصوراتهم وتحليلاتهم، وساهمت بعد الله في صنع التوازن الإبداعي في دول العالم، ومع مرور الزمن وصعوبة الحياة ومتطلباتها يقل المبدعون شيئا فشيئا والخوف من فقدانهم في وقت ما<sup>1</sup>.

صحيح بأننا لا يمكن أن نبتدع دون عمل العقل ولو كان العقل مغيب لكان لا وجود للإبداع أصلاً، لكن ما قد حاولت أن أقوله هنا بأن الإبداع ليست عملية اكتساب أو تصفيف كلام يمكن عقلايتها وإضافة من هنا أو هناك (الأفكار) إنما هي مشروع يتم ممارسته و مشروع لا ينتهي.

عندما تبدع يؤرخ المؤرخون إبداعاتك، ويزودون المحيط بمكامن الإبداع ونشره، وأمامنا شواهد كثيرة كنموذج لهؤلاء الكلمة وصياغتها ووضع الوزن الجميل فيها كشعر إبداع خاصة عندما تكتمل الصورة الشعرية بجمال المعنى وحسن الصياغة واختيار الوزن والقافية والمفردة، فاللوحة المطرزة بريشة مبدع تغرس في نفسك تداعيات الجمال فتفتح عينيك وقلبك وإحساسك وتعطيك السعادة كونها بريشة وليست صورة من آلة تصوير المهندس المعماري الذي يجول بك كل العصور والأزمنة؛ ليضع بين يديك نمودجا لمبنى يقف الفكر عنده حائرا بين جماله، وروعة بنائه وبين حداثة المواد التي استخدمت في بنائه وأسلوب العيش في

<sup>1</sup><http://www.wata.cc/forums/showthread.php>

أحضانه لا شيء غير الإبداع.

إن ثقافة الإبداع تبدأ من الاحتضان وتسخير الإمكانيات والسعي إلى تطويرها وإيجاد العوامل

الإيجابية في الاستمرار، فرياضة كرة القدم من الرياضات التي تحتاج إلى الكثير حتى

تواكب المتغيرات السريعة في مسيرة الحياة، بدءاً من الرعاية في البيت وصنع المناخ الجيد

لمسيرة الطفل الكروي المبدع، فعلى الأسرة بكاملها مسؤولية التضحيات من أجل استمرارية

عطاء أبنائها دون كبت لما لديهم من مميزات وإلا ستموت الموهبة في مهدها وتفقد مبدعاً<sup>1</sup>.

إن النشاط البدني الرياضي في صورة الجديدة من خلال حصة التربية البدنية والرياضية

داخل المؤسسات التربوية يعتبر ميدان هام من ميادين التربية وهو بذلك يعتبر ركيزة يستعين

بها الفرد في حياته اليومية حتى يكون فرداً صالحاً مزوداً بخبرات ومهارات وساعة تجعل

منه جزء لا يتجزأ عن مجتمعه مساير لتطور ونمو محيطه الاجتماعي، فممارسة الرياضة

من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لها قيمة أساسية في حياة الفرد لما تقدمه من فوائد

جسمية ونفسية واجتماعية وتربوية، فمن الناحية الجسمية تقوي عضلات وتنشطها، أما من

العقلية فتساعد على تطوير القدرات العقلية والوجدانية، كما تجنب الفرد العقد النفسية التي

غالباً ما تسبب له صعوبات واضطرابات نفسية، أما من الجانب الاجتماعي فإنها تتيح للفرد

فرصة الاحتكاك مع الغير مما يؤدي به إلى ربط علاقات حميمية كالصداقة والزمالة والحب

...إلخ، أما من الناحية التربوية فهي تؤدي إلى اكتساب مهارات حركية ومعارف جديدة، كما

أنها تعدل السلوكيات والتصرفات السلبية للفرد

<sup>1</sup> <http://www.wata.cc/forums/showthread.php>

إن المتغيرات الجديدة و المفاجئة التي تطرأ على المراهق في هذه المرحلة خاصة منها الفيزيولوجية والعقلية والمرفولوجية والاجتماعية هي التي من شأنها أن تؤثر سلبا على راحة المراهق او ايجابيا ، وهذا ما يخلق النفحات الإبداعية التي تولد عند المراهق

# الفصل التمهيدي

مقدمة

1-الإشكالية

2-الفرضيات

3-أسباب اختيار الموضوع

4-تحديد المفاهيم

5-أهمية الدراسة

6-أهداف الدراسة

7-الدراسات السابقة و المتشابهة

مقدمة:

الإبداع سمة من سمات الخالق أعطى البشرية جزءا منه في كثير من المجالات حتى اعتمدت الحياة على إبداع المبدعين وتصوراتهم وتحليلاتهم، وساهمت بعد الله في صنع التوازن الإبداعي في دول العالم، ومع مرور الزمن وصعوبة الحياة ومتطلباتها يقل المبدعون شيئا فشيئا والخوف من فقدانهم في وقت ما.<sup>1</sup>

صحيح بأننا لا يمكن أن نبتدع دون عمل العقل ولو كان العقل مغيب لكان لا وجود للإبداع أصلاً، لكن ما قد حاولت أن أقوله هنا بأن الإبداع ليست عملية اكتساب أو تصفيف كلام يمكن عقلانيتها و إضافة من هنا أو هناك (الأفكار) إنما هي مشروع يتم ممارسته و مشروع لا ينتهي .

عندما تبدع يؤرخ المؤرخون إبداعاتك، ويزودون المحيط بمكامن الإبداع ونشره، وأمامنا شواهد كثيرة كنموذج لهؤلاء الكلمة وصياغتها ووضع الوزن الجميل فيها كشعر إبداع خاصة عندما تكتمل الصورة الشعرية بجمال المعنى وحسن الصياغة واختيار الوزن والقافية والمفردة، فاللوحة المطرزة بريشة مبدع تغرس في نفسك تداعيات الجمال فتفتح عينيك وقلبك وإحساسك وتعطيك السعادة كونها بريشة وليست صورة من آلة تصوير المهندس المعماري الذي يجول بك كل العصور والأزمنة؛ ليضع بين يديك نموذجا لمبنى يقف الفكر عنده حائرا

<sup>1</sup><http://www.wata.cc/forums/showthread.php>

بين جماله، وروعة بنائه وبين حداثة المواد التي استخدمت في بنائه وأسلوب العيش في أحضانه لا شيء غير الإبداع.

إن ثقافة الإبداع تبدأ من الاحتضان وتسخير الإمكانيات والسعي إلى تطويرها وإيجاد العوامل الإيجابية في الاستمرار، فرياضة كرة القدم من الرياضات التي تحتاج إلى الكثير حتى تواكب المتغيرات السريعة في مسيرة الحياة، بدءاً من الرعاية في البيت وصنع المناخ الجيد لمسيرة الطفل الكروي المبدع، فعلى الأسرة بكاملها مسؤولية التضحيات من أجل استمرارية عطاء أبنائها دون كبت لما لديهم من مميزات وإلا ستموت الموهبة في مهدها وتفقدها مبدعاً.<sup>2</sup>

إن النشاط البدني الرياضي التربوي في صورة الجديدة من خلال حصة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسات التربوية يعتبر ميدان هام من ميادين التربية وهو بذلك يعتبر ركيزة يستعين بها الفرد في حياته اليومية حتى يكون فرداً صالحاً مزوداً بخبرات ومهارات وساعة تجعل منه جزء لا يتجزأ عن مجتمعه مساير لتطور ونمو محيطه الاجتماعي، فممارسة الرياضة من خلال حصة التربية البدنية والرياضية لها قيمة أساسية في حياة الفرد لما تقدمه من فوائد جسمية ونفسية واجتماعية وتربوية، فمن الناحية الجسمية تقوي عضلات وتنشطها، أما من العقلية فتساعد على تطوير القدرات العقلية والوجدانية، كما تجنب الفرد العقد النفسية التي غالباً ما تسبب له صعوبات واضطرابات نفسية، أما من الجانب

<sup>2</sup> <http://www.wata.cc/forums/showthread.php>

الاجتماعي فإنها تتيح للفرد فرصة الاحتكاك مع الغير مما يؤدي به إلى ربط علاقات حميمية كالصداقة والزمالة والحب... إلخ، أما من الناحية التربوية فهي تؤدي إلى اكتساب مهارات حركية ومعارف جديدة، كما أنها تعدل السلوكيات والتصرفات السلبية للفرد

إن المتغيرات الجديدة و المفاجئة التي تطرأ على المراهق في هذه المرحلة خاصة منها الفيزيولوجية والعقلية والمرفولوجية والاجتماعية هي التي من شأنها أن تؤثر سلبا على راحة المراهق او ايجابيا ، وهذا ما يخلق النفحات الإبداعية التي تولد عند المراهق

### 1-الإشكالية

اهتمت العلوم التربوية بالتربية العامة اهتماما كبيرا نظرا لما تكتسيه من أهداف بناءة تساعد الفرد في إعدادة سليما لجميع جوانب شخصيته سواء كانت عقلية ، نفسية أو اجتماعية ... و باعتبار التربية البدنية جزء من التربية العامة و جزءا لا يتجزأ منها ومادة دراسية تساهم من خلال الأنشطة البدنية و الرياضية الممارسة في تنمية مؤهلات المتعلم عن طريق إكسابه مهارات بدنية إضافة إلى المعارف و تعتبر المتنفس الوحيد بالنسبة للمراهق.<sup>3</sup>

و المراهقة هي مختلف التغيرات الجسمية و العقلية و النفسية و الاجتماعية و ذلك لما يتعرض له من صراعات داخلية و خارجية حيث أنها تمضي الاستجابات الاجتماعية عند المراهق في اتجاهين : أحدهم نحو الفردية و الآخر نحو الاجتماعية ، فالأول يتجلى في

<sup>3</sup>محمود أحمد سيد : مشكلات النظام التربوي العربي ، ط1 ، دمشق، 2002، ص90

الشعور بالقيمة الاجتماعية للتغيرات الجسمية، ونتيجة ذلك يشعر بعدم الرضا من المعاملة التي من الأسرة و الراشدين بوجه عام فهو لم يعد أطفال من ثم يقع الصراع بينه و بينهم<sup>4</sup> و عليه نطرح التساؤل التالي :

التساؤل العام :

- هل يساهم النشاط البدني الرياضي التربوي في تحسين فن الابداع لدى تلاميذ

المرحلة الثانوي؟

التساؤلات الجزئية:

- ماهي العوامل التي تساهم في فن الإبداع أثناء حصة النشاط البدني الرياضي

لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

- هل يعمل النشاط البدني الرياضي التربوي على تحسين العلاقة بين التلاميذ؟

- ماهي الأنشطة البدنية الرياضية الأفضل لزيادة فن الإبداع لدى تلاميذ؟

2-الفرضيات :

الفرضية العامة :

- يساهم النشاط البدني الرياضي في تحسين فن الإبداع لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

الفرضيات الجزئية :

<sup>4</sup>مالك محول : علم نفس الطفولة و المراهقة ، ط8 ، منشورات جامعة دمشق ، 2003، ص59

- للأنشطة البدنية الرياضية دور إيجابي في الإبداع لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.
- النشاط البدني الرياضي يحسن العلاقة بين التلاميذ وبالتالي زيادة في الإبداع .
- الأنشطة الرياضية الجماعية تزيد في فن الابداع لدى تلاميذ الثانوية

### 3-أسباب اختيار الموضوع

إن اختيار أي موضوع بغرض الدراسة يخضع لأسباب موضوعية و أخرى ذاتية، ومن أهم الأسباب التي دفعتنا لاختيار هذا الموضوع ما يلي:

#### 1-الأسباب الموضوعية

- محاولة تقديم توصيات وتوجيهات للهيئات المسؤولة للتكفل بالفئة المراهقة.
- تغيير نظرة المجتمع والأسرة نحو الفئة المراهقة.

#### 2-الأسباب الذاتية :

- الإيمان بالفائدة الكبيرة التي سنحصل عليها من هذا البحث.
  - إبراز أهمية النشاط البدني الرياضي في الإبداع .
- لفت أنظار الهيئات المختصة للفئة المراهقة عن طريق هذا البحث

#### 4-تحديد المفاهيم

يعتبر تحديد المفاهيم إحدى الخطوات الهامة التي يحتاجها الباحث في دراساته وبحوثه بهدف الاتفاق على المحددات الخاصة لكل مفهوم، ولتأكيد الاتفاق على هذه المحددات والتعميمات والتفسيرات العلمية التي تقوم على بناء المفاهيم تظهر حاجتنا على هذه المرحلة لكي نحدد من خلالها جملة من المفاهيم والتي غالبا ما تتصادم في ذهن لباحث مع مفاهيم مشتركة<sup>5</sup>

مفهوم النشاط البدني الرياضي

تعريف قاسم حسين:

ميدان من ميادين التربية والتربية الرياضية خصوصا، ويعد عنصرا فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويده بمهارات وخبرات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي، الوجهة الايجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع.<sup>6</sup>

التعريف الإجرائي:

النشاط البدني الرياضي هو مجموعة من التمرينات والألعاب والمباريات والمسابقات التي يؤديها الفرد داخل المدرسة أو خارجها، قصد تنمية مهاراته الحركية والبدنية، أو قصد الترفيه والترويح عن النفس في أوقات الفراغ.

<sup>5</sup>محمد عبد الحميد، البحث العلمي في الدراسات الإعلامية، عالم الكتاب، القاهرة، ص 159

<sup>6</sup>قاسم حسن حسين، علم النفس الرياضي، مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، الجزء الثاني،

جامعة الموصل، العراق، 1990، ص65

## مفهوم المراهقة:

المراهقة مرحلة انتقالية من الطفولة إلى الرشد وكلمة راق في اللغة تعني قارب الاحترام.

أما المراهقة تعني اصطلاحا الاقتراب من النضج الجنسي والانفعالي والعقلي، فهي مرحلة من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريبا. أو قبل ذلك بعامين، ومن السهل تحديد بداية المراهقة لكن من الصعب تحديد نهايتها ويرجع ذلك إلى إن بداية المراهقة تحدد البلوغ الجنسي، بينما تحدد نهايتها بالوصول إلى النضج في مظاهر

النمو المختلفة.<sup>7</sup>

## التعريف الإجرائي:

هي فترة انتقالية من الطفولة إلى الرشد من الطفولة إلى الرشد تبدأ بالبلوغ ومدتها غير

محددة وغير منتظمة.

## مفهوم الإبداع :

الإبداع هو نشاط ذهني راق و متميز ناتج عن تفاعل عوامل عقلية و شخصية و

اجتماعية لدى الفرد بحيث يؤدي هذا التفاعل إلى إنتاجيات أو حلول جديدة مبتكرة

<sup>7</sup>فؤاد البيهي السيد، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة، دار الفكر الجامعي،

القاهرة، ص 272

للمواقف النظرية أو التطبيقية في مجال من المجالات العلمية أو الحياتية و تتصف هذه المجالات بالحدائثة و الأصالة و المرونة و القيمة الاجتماعية.<sup>8</sup>

التعريف الإجرائي:

الإبداع هو فن خارج عن عوامل اجتماعية و عقلية لدى الفرد بعدة صور مختلفة رسومات رياضة .....

التعليم الثانوي :

هي مرحلة دراسية معتمدة من قبل الوزارة التربوية الوطنية الجزائرية حيث تقع هذه المرحلة كآخر مرحلة التعليم الأساسي

5-أهمية الدراسة

إن أهمية أي دراسة أو بحث يقوم به الطالب يجب أن تتوفر فيه القيمة الظاهرة التي يدرسها، وجوهرها العلمي، وما يصبو إلى تحقيقه من نتائج يمكن الاستفادة منها، وتكمن أهمية هذا البحث في :

- دراسة النشاط البدني الرياضي ومعرفة أهميته في الإبداع لدى التلاميذ.
- دور ومكانة حصة. النشاط البدني الرياضي في المرحلة الثانوية .

<sup>8</sup>غضبان مريم ، مساهمة الاسرة في ظهور السمات الابداعية لدى الطفل ،مذكرة لنيل شهادة الماجستير،جامعة منتوري ،قسنطينة 2015/2016م،ص 22

- تحقيق الإبداع أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي .

#### 6-أهداف الدراسة

لكل بحث أو دراسة علمية من الأهداف يسعى الباحث إلى الوصول إليها، وعليها لا يخلو أي بحث، ودراستنا هذه التي نسعى من خلالها إلى تحقيق الوصول إلى بعض الأهداف نوجزها فيما يلي:

- إبراز أهمية النشاط البدني الرياضي من حيث الدور الذي يلعبه في خلق الإبداع عند التلاميذ وتنمية المهارات العقلية لديهم.
- التطرق إلى موضوع الإبداع ومدى أهميته.
- معرفة رغبات التلاميذ أثناء ممارسة النشاط البدني الرياضي.

#### 7-الدراسات السابقة و المتشابهة:

##### الدراسة الأولى:

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلميذ مستوى

الثالثة ثانوي من إعداد الطالبين حاج صدوق عبد الرحمن و شماني محمد مذكرة ضمن

متطلبات نيل شهادة ماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية جامعة خميس

مليانة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية قسم النشاط البدني الرياضي

التربوي 2013م، 2014م

الدراسة الثانية:

دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تفعيل عمليتي التعاون و التنافس من خلال الأنشطة اللاصفية من إعداد الطالب بعاش أبوبكر مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية جامعة الشلف 2011م، 2012م

الدراسة الثالثة:

النشاط البدني الرياضي اللاصفي وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية من اعداد الطالبين بولحوش رابح و خميرة عبد الوهاب مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة آكلي محند أولحاج بالبويرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، 2018م، 2019م

الدراسة الرابعة :

مهارات الاتصال لدى استاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى تلاميذ الطور الثانوي سنة اولى ثانوي مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من اعداد الطالبين جمعة عبد الغني و عريبي حمزة جامعة آكلي محند أولحاج البويرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية 2016م، 2017م.

# الفصل الأول

النشاط البدني الرياضي التربوي

تمهيد

1-تعريف النشاط

1-2 تعريف النشاط البدني

1-3 تعريف النشاط البدني و الرياضي

2-أنواع النشاط البدني و الرياضي التربوي

2- 1العاب بسيطة

2-2 العاب المنافسة

2-3العاب الهادئة

3-خصائص النشاط البدني و الرياضي التربوي

4-الأسس العلمية للنشاط البدني و الرياضي

4-1الأسس البيولوجية

4-2الأسس النفسية

4-3الأسس الاجتماعية

5- وظائف النشاط البدني الرياضي التربوي

- 5-1 النشاط البدني الرياضي لشغل أوقات الفراغ
- 5-2 النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن
- 5-3 النشاط البدني الرياضي لتنمية التفكير
- 5-4 النشاط البدني لدعم مقومات الإنسان لمتابعة الحياة الحديثة
- 5-5 النشاط البدني الرياضي إثراء العلاقات الاجتماعية
- 5-6 النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة و تحسينها
- 6- أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي
- 7- أدوار النشاط البدني الرياضي التربوي لدى المراهق
- 8- الأهداف العامة للنشاط البدني و الرياضي التربوي
- 8-1 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية
- 8-2 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية
- 8-3 أهداف التربية البدنية و الرياضية من الناحية الخلقية
- 9- دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي

الخلاصة

## تمهيد

يعد النشاط الرياضي البدني مهما وهو من أهم الميادين في التربية و يهدف إلى إعداد و

خلق الإبداع الرياضي .

ان أنشطة الرياضية كلها تعبر عن حركة الإنسان المنظمة سواء كانت في المدرسة او غيرها

و اختلفت مصطلحاتها وتسميا مستواها التعليمي والتربوي البسيط في المدرسة أو في إطارها

التنافسي بين الأفراد والجماعات أو مجال التطبيق للمهارات المتعلمة.

في المؤسسات التربوية هناك الأنشطة الرياضية مثل أنشطة الابداع ، وتهدف إلى الابداع

العام لكسب الصحة واللياقة البدنية وتعليم المهارات النافعة لحسن استغلال وقت الفراغ

واكتساب القوام السليم، غير أنها تفتقر للإعداد الخاص والدقيق في أي نشاط رياضي محدد

بغرض الوصول لأعلى مستوى .

إن المواهب الرياضية الكامنة لدى التلاميذ اتتحت لهم الفرصة لإظهارها خلال حصص

التربية البدنية المبرمجة، كما أنها تساهم في تحسين مستواهم و الميول والرغبات و المزيد

من المزاولة الرياضية و مزوالة و إخراج كل الإبداع فيهم .

**1-تعريف النشاط**

هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد و دوافعه و ذلك من خلال تهيئة المواقف التي يقابلها الفرد في حياته اليومية.<sup>1</sup>

**1-2 تعريف النشاط البدني**

قصد به المجال الكلي لحركة الإنسان و كذلك عملية التدريب و التنشيط و التريص في مقابل الكسل و الوهن و الخمول ،في الواقع فإن النشاط البدني في مفهومه العريض هو تعبير شامل لكل النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان ، و التي يستخدم فيها بدنه بشكل عام و لقد أستخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه المجال الرئيسي المشتمل على ألوان و أشكال و أطوار الثقافة البدنية للإنسان ومن هؤلاء بيرز larsen الذي اعتبر النشاط البدني بمنزلة نظام رئيسي تتدرج ضمنه كل الانظمة الفرعية الأخرى.<sup>2</sup>

**1-3 تعريف النشاط البدني و الرياضي**

يعتبر النشاط البدني و الرياضي أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان و هو الأكثر تنظيماً و الأرفع من الأشكال الأخرى للنشاط البدني . و يعرف "مات فيف" بأنه نشاط ذو شكل خاص وهو المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات و ضمان أقصى تحديد

محمد الحمامي ، أنور الخولي : أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1000 ، ص 20<sup>1</sup>

مين أنور الخولي : أصول التربية البدنية و الرياضية ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001، ص 120<sup>2</sup> .

لها ، و بذلك فعلى ما يميز النشاط الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط و إنما من أجل النشاط في حد ذاته و تضيف "كوسوال" أن التنافس سمة أساسية تضيف على النشاط الرياضي طبعاً اجتماعياً ضرورياً و ذلك لأن النشاط الرياضي إنتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن اجتماعي ثقافي . أو نسبة إليه ، كما أنه مؤسس أيضاً على و يتميز النشاط الرياضي عن بقية ألوان النشاط البدني بالاندماج البدني الخالص ، و من دونه لا يمكن أن نعتبر أي نشاط على أنه نشاط رياضي قواعد دقيقة لتنظيم المنافسة بعدالة و نزاهة.

و هذه القواعد تكونت على مدى التاريخ سواء قديماً أو حديثاً و النشاط الرياضي يعتمد أساساً على الطاقة البدنية للممارس و في شكله الثانوي على عناصر أخرى مثل الخطط و طرق اللعب<sup>1</sup>.

## 2-أنواع النشاط البدني و الرياضي التربوي

### 2- 1العاب بسيطة

ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تناسب الأطفال.

### 2-2 العاب المنافسة

ص32 أمين أنور الخولي : الرياضة و المجتمع ، بدون ط ، سلسلة عالم المعرفة ، الكويت ، سنة

1002 ، <sup>1</sup>

تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب مع نوع هذه الألعاب،  
يتنافس فيها الأفراد فرديا وجماعي<sup>1</sup>

## 2-3 ألعاب الهادئة

هي النشاطات الرياضية التي لا تحتاج إلى مجهود جسماني، ويقوم به الفرد وحده أو مع غيره، وهذا في جو هادئ أو مكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو الغرف واغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد جهد مبذول طوال اليوم.

## 3- خصائص النشاط البدني و الرياضي التربوي

يتميز النشاط البدني الرياضي بعدة خصائص متنوعة منها:

- النشاط البدني عبارة عن نشاط اجتماعي و هو يعبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- خلال النشاط البدني و الرياضي يلعب البدن و حركاته الدور الأساسي.
- أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط هو تدريب ثم تنافس
- يحتاج التدريب و المنافسة الرياضية و أركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات و الألعاب البدنية ،يؤثر المجهود الكبير على يسر العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه و التركيز.

محمد علال خطاب وكمال الدين زكي، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة، القاهرة، 1965

ص 7<sup>1</sup>

➤ يوجد رأي نوع من أنواع النشاط الإنساني أثر واضح للفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة و مباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي باستقطاب جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كل فروع الحيات ، كما أنه يحتوي على مزايا عديدة و مفيدة تساعد الفرد على التكيف مع محيطه و مجتمع ، حتى يستطيع إخراج العبق الداخلي و الاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه<sup>1</sup>.

#### 4-4- الأساس العلمية للنشاط البدني و الرياضي

##### 4-4-1 الأساس البيولوجية

المقصود بها طبيعة عمل العضلات أثناء النشاط البدني الرياضي إضافة إلى مختلف الأجهزة الأخرى التي تزوده بالطاقة كالجهاز الدوري التنفسي العظمي.

##### 4-4-2 الأساس النفسية

هي كل الصفات الخلقية و الإرادية و العرفية و الإدارية لشخصية الفرد و دوافعه و انفعالاته ، وهي تساعد على تحليل أهم نواحي النشاط الرياضي من خلال السلوك . كما تساهم في التحليل الدقيق للعمليات المرتبطة بالنشاط الرياضي ، إضافة إلى مساعدة في الإعداد الجيد و المناسب و التدريب الحركي المناسب.

##### 4-4-3 الأساس الاجتماعية

عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي نظريات و تطبيقات ، دار المكتبة الجامعية ، مصر ، 1982

ص 19<sup>1</sup>

و يقصد بها العمل الجماعي ، التعاون ، الألفة ، الاهتمام بأداء الآخرين و يمكن لهذه الصفات تنميتها من خلال أوجه النشاطات الرياضية المختلفة<sup>1</sup>.

## 5- وظائف النشاط البدني الرياضي التربوي

### 5-1 النشاط البدني الرياضي لشغل أوقات الفراغ

إذا أردنا أن يكون قويا و سميا في بنيت، عمال لمخير مطمعا لغد أفضل فال بد أن نعمل عمى استغلال أوقات الفراغ وتحوي من وقت ضائع إلى وقت نافع ومفيد تتعكس فوائده عمى كل أفراد المجتمع .قد يكون النشاط البدني الرياضي أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفاداة على الأقل من وقت فراغهم من نشاط بناء يعود عميتم بالصحة والعافية رغما وجود الكثير من الأنشطة المفيدة ، كالرسم والنحت وقيادة السيارات وغيرها ، إلا أنو يجب أن تكون بدينة لنشاط الرياضي، والوسيمة الوحيدة لتنمية الكفاءة البدنية والحركية اللازمة لمحيات المتدفقة ولكن أن تكون هذه الأنشطة وسائل مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة .وهكذا يساهم النشاط البدني الرياضي في حسن استغلال وقت الفراغ وحل إحدى مشكلات العصر الخطيرة الكثيرة من المدمنين عمى الكحول و المخدرات، كان سبب إدماني عدم استغلال أوقات الفراغ

### 5-2 النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن

محمد حسن عالوي: علم النفس الرياضي ، ط1 ، دار المعارف ، القاهرة ، 1994، ص161<sup>1</sup>

إن الفرد الذي يقبل عمى النشاط البدني بحيوية وصدق، ويكون في حالة تهيب عمي أفضل من الإنسان الذي يركن إلى الكسل والخمول من حيث تكافؤ العوامل الأخرى المؤثرة عمى النشاط الذهني مثل :الثقافة، السن ، الجنس، كما يبدو منطقيا أن الممارسين للأنشطة الرياضية فإن القدرة العقيمة في المجالات الرياضية زاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكا بصريا لمحركة، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية و تطوير القدرة ،وبالتالي تطوير التفكير و الذكاء العام و هذا يعني بوضوح عام إن النشاط الرياضي يساهم في إنعاش الذين واستخدام استخداما أكثر فائدة و تأثير، بالإضافة إلى أن ألوان النشاط الرياضي ليست مقتصرة عمى الناحية البدنية فقط ، بل يصاحبا اكتساب الكثير من المعلومات والمعارف ذات الأهمية البالغة في تنمية الثقافة العامة.

### 3-5 النشاط البدني الرياضي لتنمية التفكير

إن لأداء الرياضي جانبين، جانب فكري يتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها وتحديد عرضيا ومسارها " القوة، السرعة، الاتجاه " وهذا التحديد العقلي هو ما يسمى بالتوقع الحركي إلى المداومة الفكرية الرياضية وجانب آخر وهو يتعمق بتطبيق الحركة فعميا كما فكر الفرد ،وصاغيا عقليا على ضوء اقتصاره المسبق لمعاقات الكائنات بين الوسيمة و الهدف، وهو ما يسمى بالإيقاع الحركي .والمؤكد أن التفكير المسبق لمحركة و مدى صياغة

العقل و إبعادها هو الذي يتوقف عمليا نجاح، فكما كان التفكير السليم كان الأداء محقق نجاح الأغراض و الأهداف او العكس صحيح، فالأداء الرياضي لا يتم بصورة آلية ولكن يتأسس عمى التفكير الذي يؤثر في و يتبين الأثر ، وهناك تكمن أهمية الأنشطة الرياضية في تنمية التفكير.

#### 5-4 النشاط البدني لدعم مقومات الإنسان لمتابعة الحياة الحديثة

يحتل النشاط الرياضي مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية الهادفة التي تساهم بدرجة كبيرة في تحقيق الحياة المتوازنة، والتخلص من حدة التوتر العصبي، ذلك أن الفرد حينما يستغرق في الأداء الرياضي الذي يكون يمارس أو يتراخي تبعا منقبضة التوتر الذي يشد أعصاب، و يرى " RYDON " أن السرعة المتزايدة لمحبيات الحديثة يمكن أن تخفف وطأتها عن طريق النشاط البدني و أن الملاعب والساحات والشواطئ بمثابة معامل ممتازة يستطيع أن يمارس في التحكم في عواطف و يطرح القلق جانبا ويشعر بالثقة النابعة من قلبه

#### 5-5 النشاط البدني الرياضي إثراء العلاقات الاجتماعية

النشاط البدني الرياضي بور الذي يتخذ مركبة العناية في مجالها لمفرد نطاق العضلات البارزة والمنافسة المستعصية، و الفرد الذي يعرف من خلال الرياضة ذاتيا و يتحكم في ويتغلب فنيا ويتطوعون في خدمة الآخرين والنشاط الرياضي لا يقتصر على تقديم وسائل تتيح للشباب فرص الاقتراب من بعضهم فقط ولو يساعد هؤلاء الشباب على التكيف

الاجتماعي و إثراء العلاقات الاجتماعية والروح الرياضية ليست في المجال الرياضي فحسب، بل في مجال الحياة داخل المجتمع

### 5-6 النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة و تحسينها

إن المجهود البدني الذي كان يقوم به الإنسان وحتى المجهودات البدنية الاعتيادية محدودة ومتكررة وبهذا يفقد الإنسان مرونته وحساسيته و قدرته على مقاومة المرض مثل السمنة ويشتهي من أمراض لم يكن يشتهي منيا من قبل مثل أمراض الدورة الدموية، الجهاز العصبي، الأمراض النفسية ، لقد استطاع الطب أن يسيطر على معظم العضال، ولكنه وقف حائرا أمام الكثير منيا و الراجعة من انتقال الإنسان من حياة النشاط والحركة إلى حياة الكسل والخمول ، مما جعله يتوجه إلى المزيد من التحميل البدني و بالتالي عدم القدرة على النهوض بواجباته الأساسية ان ذلك يتطلب منه قدرا كبيرا من اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات<sup>1</sup>.

### 6-أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي

اهتم الإنسان منذ قديم الأزل بجسمه و صحته و لياقته و شكله ، كما تعرف عبر ثقافته المختلفة على المنافع التي تعود عليه من جراء ممارسته للأنشطة البدنية و التي اتخذت أشكال اجتماعية كاللعب ، و الألعاب و التمرينات البدنية و التدريب الرياضي ، والرياضة ،

إبراهيم رحوت : أثر والجوانب الصحة على النشاط البدني الرياضي ، ط 1، دار الفكر للطباعة والنشر ،

عواى ، 1988، ص 124<sup>1</sup>

كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني الصحي و حسب ، و إنما تعرف على الآثار الإيجابية النافعة لها الجوانب النفسية و الاجتماعية و الجوانب العقلية .

المعرفية و الجوانب الحركية المهارية ، و الجوانب الجمالية الفنية و هي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكيلا شاملا منسقا متكاملًا ، و تمثل الوعي بأهمية هذه الأنشطة في تنظيمها في إطارات ثقافية و تربوية ، عبرت عن اهتمام الإنسان و تقديره ، وكانت التربية البدنية و الرياضية هي التتويج المعاصر لجهود تنظيم هذه الأنشطة و التي اتخذت أشكال و اتجاهات تاريخية و ثقافية مختلفة في أطرها و مقاصدها ، لكنها اتفقت على أن تجعل من سعادة الإنسان هدفا غالبا و تاريخيا .

و لعل أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ، ما ذكره سقراط Socrate مفكرة الإغريق وأبو الفلسفة عندما كتب : " على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية كمواطن صالح يخدم شعبه و يستجيب لنداء الوطن إذا دعي الداعي " كما ذكر المؤلف شيلر Schiller في رسالته " جماليات التربية " إن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب " و يعتقد المفكر ريد Read أن التربية البدنية تمدنا بتهديب الإرادة و يقول " إنه لا بأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا ، بل على النقيض فهو الوقت

الوحيد الذي يمضي على خير وجه " ،ويذكر المربي الألماني جون موتن moten Jhon أن الناس تلعب من أجل أن يتعارفوا و ينشطوا أنفسهم<sup>1</sup>

### 7- أدوار النشاط البدني الرياضي التربوي لدى المراهق

يلعب النشاط البدني الرياضي دورا فعالا في حياة المراهق في يساعده عمى تنمية الكفاءة الرياضية ،و المهارات البدنية النافعة في حياته اليومية و التي تمكنه من اجتياز بعض الصعوبات و المخاطر التي تعيقه كما أن للنشاط الرياضي دور في تنمية القدرات البدنية و العقلية التي تجعلهم متمكن في مختلف المجالات كالدراسة ومختلف الإبداعات ... والنشاط الرياضي يستغل أوقات الفراغ لدى المراهق،ينمي في صفات القيادة الصالحة، والتبعية السلمية بين المواطنين، ويفضل النشاط الرياضي تتاح الفرصة لمطامحين لموصول إلى مرتبة البطولة في المنافسات الرياضية، كما أنو ينمي في المراهقين الصفات الخلقية، و يدمجه في المجتمع . ونجد عرض أدوار النشاط الرياضي في جمهورية ألمانيا الغربية سابقا:

➤ تحسين الحالة الصحية للمواطن

➤ النمو الكامل لمحالة البدنية كأساس من أجل زيادة الإنتاج.

➤ النمو الكامل لمناحية البدنية كأساس لمدافع عن الوطن.

➤ التقدم بالمستويات العالية<sup>2</sup>.

محمد بقدي : مرجع سابق، ص 41<sup>1</sup>

عصام عبد الخالق التدريب الرياضي ، المرجع السابق ، ص 11<sup>2</sup>

## 8-الأهداف العامة للنشاط البدني و الرياضي التربوي

هناك عدة أهداف للنشاط البدني و الرياضي التربوي شملت عدة نواحي نذكرها كاتالي :

## 8-1أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية

وتتمثل في تنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكساب اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تساعده على القيام بواجبات اليومية دون سرعة الشعور بالتعب أو اللياقة مثل إكساب القوة، السرعة، المرونة والقدرة العضلية. فالتربية البدنية والرياضية تهدف إلى تطوير قدرات الفرد من الناحية الفيزيولوجية والنفسية والتحكم أكثر في الجسم وتكيف المستمر مع الطبيعة

## 8-2أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية

إن التربية البدنية يقتصر مفعولها على النمو والإعداد البدني و يمتد ليشمل الصفات البدنية والخلقية والإدارية، في حريصة على أن يكون مصدرها الطور الطبيعي للفرد والبدن أن تستخدم محبو الحركة من أجل تسيير تطوره والإبداع ، يتحقق ذلك دون دراسة وتشخيص خصائص الشخصية كموضوع لهذا النشاط السليم في التحميل الدقيق العملية النفسية المرتبطة بالنشاط الحركي. كما تساهم التربية البدنية والرياضية بمعناها في تحسين أسلوب الحياة وعلاقات الأفراد بالجماعات وتجعل حياة الإنسان صحيحة وقوية، وبمساعدة الأفراد على التكيف مع الجماعة. فالتربية البدنية تعمل على تنمية طاقات القيادة بين الأفراد ،

تملك القيادة التي تجعل من الفرد أبا و عونا وجيها وتتمي صفاته الكريمة الصالحة والتي يصبح في الطفل عضوا في جماعة منطقة .فالتربية البدنية تعتبر مجال خصب في تنمي روح الانضباط والتعاون والمسؤولية والشعور بالواجبات المدنية وتعمل على التخفيف من التوترات التي تشكل مصدر خالف بين أفراد ومجموعة واحدة أو بين المجموعات تنتمي إلى بيئة اجتماعية واحدة.

### 8-3 أهداف التربية البدنية و الرياضية من الناحية الخلقية

إن النشاط البدني الرياضي يعمل على رعاية النمو التنافسي لدى التلاميذ في المرحلة الثانوية بالتوجيه السلمي لإبراز الطاقات الإبداعية الخالقة وذلك في ضوء السمات النفسية كما أنها تعمل على تنمية الروح الرياضية والسلوك الرياضي السليم وتدريب التلاميذ على القيادة والتعبئة والتعرف على الحقوق والواجبات وتنمية صفات التعاون و الاحترام المتبادل وخدمة البيئة المحيطة في ظل نشر الثقافة الرياضية لدى التلاميذ كجزء من الثقافة العامة وتقديم الخبرات المتعمقة بالتربية البدنية والرياضية والصفة العامة المتناسبة مع القدرات العقيمة وبرامج المواد الأساسية .فالتربية البدنية و الرياضية بالإضافة إلى نشر الروح الرياضية تشمل التهذيب الخلقى وتكوين الشخصية و صفات كالشجاعة و الصرامة، التعاون، الطاعة، حب النظام<sup>1</sup>.

### 9- دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي

عصام عبد الخالق، المرجع السابق، ص 10<sup>1</sup>

أجمع علماء الاجتماع على أن فرص التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والمتاحة عبر الرياضة من خلال مضمناها كالتدريب، المنافسة... إلخ، تساعد بشكل واضح في خرق القيم الاجتماعية المقبولة، إكساب و المعايير الاجتماعية المتميزة و الاهتمام بتشجيع منتخب الدولة، والمشاركة في الشعور العام، و إذا نظرنا إلى الواقع فإن العموميات الاجتماعية من صراع وتعاون وتكيف وامتثال... إلخ، كميًا تسخر بالتفاعلات الاجتماعية والمواقف داخل إطار الفريق الرياضي

### خلاصة

يتضح لنا من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل أن هناك عوامل كثيرة ومتعددة تؤثر على

الفرد في اكتساب السلوكيات الإبداعية

إن ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية دروس التربية البدنية لاكتساب الإبداع تعمل كوحدة واحدة وتكمل عمل بعضها البعض، وتعتبر أيضا النشاط البدني الرياضي يمكننا من تنمية وتطوير الجوانب المتعمقة بالشخصية الرياضية فذلك يلزم الاهتمام الكافي من العناية والحرص على حصة النشاط الرياضي البدني، قصد تحقيق عملية الإبداع و قصد الوصول للأهداف المرجوة باكتساب الفرد للإبداع و تغيير



# الفصل الثاني

الإبداع لدى تلاميذ الطور الثانوي

## تمهيد

- 1- مفهوم الإبداع في اللغة
- 2- مفهوم الإبداع اصطلاحاً
- 3- مفهوم الإبداع بناء على سمات الشخص المبدع
- 3-1 الإبداع بين الوراثة و البيئة
- 4- قدرات التفكير الإبداعي
- 4-1 الطلاقة
- 4-2 المرونة
- 4-3 الأصالة
- 4-4 الحساسية للمشكلات
- 4-5 إدراك التفاصيل
- 4-6 المحافظة على الاتجاه
- 4-7 التفكير الإبداعي في المجال الرياضي
- 5- الإبداع الحركي

6- معوقات التفكير الإبداعي

6-1 العوامل المتعلقة بالمناهج

6-2 العوامل المتعلقة بالمناهج

6-3 العوامل المتعلقة بالمجتمع

7- تنمية التفكير الإبداعي

8- تقنيات تنمية الإبداع

8-1 التقنيات الفردية

8-1-1 تقنية تمثيل الأدوار

8-1-2 حصر الصفات

8-1-3 تقنية القوائم

9- الإبداع عند الرياضيين

10- وظيفة النشاط البدني والرياضي في مرحلة المراهقة

10-1 النمو النفسي

10-2 علاقة التربية البدنية والرياضية بالنمو النفسي

11- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق

12- المرحلة الثانوية

12-1 تعريفها

12-2 احتياجات المرحلة الثانوية

13- أهداف المرحلة الثانوية

14- أنواع نشاطات التربية البدنية في المرحلة الثانوية

خلاصة

## تمهيد

إن الإبداع الرياضي لا يزال في الجماهير الرياضية في كل زمان ومكان تواقاً إلى الفن الرياضي، تتطلع دائماً إلى الأداء المهاري الرفيع الذي يقدمه نجوم الملاعب في المحافل الرياضية وتباينه هذا في الأنشطة الرياضية التربوية في المؤسسات التربوية خلال عدة مراحل يمر بها الإنسان من روضة الطفولة حتى مرحلة الثانوي

فهو يكتسب المهارات الإبداعية من خلال الحصص المقدمة له و هذا ما ساهم في الإبداع المتواصل، فللحصص التربوية البدنية أهمية لتبيان الفن والإبداع

الإبداع في اللغة هو ابتداء الشيء وصنعه لا على مثال، فيقال فلان بدع" في الأمر أي أول من فعله .وعند " الخليل" الإبداع يعني : "إحداث شيء لم يكن له من قبل خلق و لا ذكر و لا معرفة ، فالإبداع إنشاء صنعة بلا احتذاء ولا إقتداء"

و البديع من الأسماء الله تعالى لإبداعه الأشياء وإحداثه إياها وهو البديع الأول قبل كل شيء حيث جاء في قوله تعالى ﴿ قل ما كنت بدعا من الرسل ﴾ (09 الأحقاف) فالإبداع إذن فيه أولية وسبق تفرد وتميز فيه إنشاء وصنع<sup>1</sup>.

## 2- مفهوم الإبداع اصطلاحا

الإبداع من الاصطلاحات الغامضة في البحوث النفسية إلى حد ما كما أنها أكثر غموضا لعموم الناس ولقد اختلف العلماء في معنى الإبداع باختلاف الأطر النظرية و المدارس التي ينتمي إليها كل عالم حيث يقول ( ماكينون ) Mackinnon في هذا الصدد : " إن الإبداع ظاهرة متعددة الأوجه أكثر من كونها مفهوما نظريا محدد التعريف<sup>2</sup>.

## 3- مفهوم الإبداع بناء على سمات الشخص المبدع

### 3-1 الإبداع بين الوراثة و البيئة

<sup>1</sup> <http://www.islameiat.com/doc/article.php?sid=245&mode=&order1>

<sup>2</sup> زكريا الشرييني، يسرية صادق، أطفال عند القمة الموهبة و التفوق العقلي و الإبداع . الطبعة الأولى،

القاهرة: دار الفكر العربي، 2002. ص 93

ان البيئة أحد العناصر المحددة لظهور الإبداع و لقد تدعم هذا الرأي من خلال جهود عدد كبير من العلماء و هذا منذ أن نشر (جيلفورد) تقريره عن تحليل العاملي للتفكير الإبداعي في مداخلته إمام اجتماع جمعية علم النفس الأمريكية 1950 و في هذا الصدد يقول (جيلفورد): "إنه و مثل قطاعات واسعة من السلوك فإن النشاط الإبداعي يمثل إلى حد ما مجموعة قدرات مكتسبة و هذه القدرات<sup>1</sup> يمكن أن تكون محدودة بسبب الوراثة و لكن داخل هذه الحدود التي تصنعها الوراثة يمكن أن ينمي التعليم هذه القدرات ". و ما يدعم هذا الرأي كون الاستعداد الإبداعي مرتفع بصورة خاصة عند الأطفال فكما يقول (تورانس ) فإن الطفل أكثر إبداعا من الراشد، و أكثر سنوات الطفل إبداعا هي سنوات ما قبل المدرسة و السنوات الثلاث الأولى من المدرسة.

و ما يفسر هذا كون الطفل لم يخضع بعد لمختلف المحددات الاجتماعية ( الإمتثالية المفروضة من قبل المجتمع و الضغوط المحيط العائلي و هو ما أشار إليه (نوريار سيلامي) في قوله بأن " : الإبداع يتبع بشكل وثيق للمحيط الثقافي و الاجتماعي و بأن هذا الميل الطبيعي للإنجاز يحتاج لظروف ملائمة حتى يتجسد كما أن الخوف من الحيدان و الإمتثالية الاجتماعية هي قيود للإبداع<sup>2</sup>

#### 4- قدرات التفكير الإبداعي

#### 4-1 الطلاقة

<sup>1</sup> www.clg.qc.ca/for/reg/dep/700/actint/2003/cretivité/processus.

<sup>2</sup> Norbert sillamy, Op.Cit. p 67.

هي القدرة على إنتاج أكبر عدد من الأفكار الإبداعية في فترة زمنية معينة، فالشخص المبدع شخص متفوق من حيث كمية الأفكار التي يقترحها عن موضوع معين في وحدة زمنية ثابتة بالمقارنة بغيره أي أنه على درجة مرتفعة من القدرة على سيولة الأفكار و سهولة توليدها ، و يعرف ( جيلفورد) الطلاقة " بأنها صدور الأفكار بسهولة لذا فالطلاقة تتضمن الجانب الكمي في الإبداع<sup>1</sup>

### اساليب الطلاقة :

- سرعة التفكير بإعطاء كلمات في نسق محدد، كأن تبدأ أو تنتهي بحرف في مقطع معين (قلم، قزم... ) أو التصنيف السريع للكلمات في فئات خاصة ( كرة، ملعب، حكم...)
- تصنيف الأفكار وفق متطلبات معينة، كالقدرة على ذكر أكبر عدد ممكن من أسماء الحيوانات المائية أو أكبر قدر من الاستعمالات الممكنة للجريدة أو العلب الفارغة.
- القدرة على إعطاء كلمات ترتبط بكلمة معينة كأن يذكر الشخص أكبر عدد ممكن من التدايعيات لكلمة نار ، أو سمكة، أو سيف أو مدرسة....
- القدرة على وضع الكلمات في أكبر قدر ممكن من الجمل و العبارات ذات المعنى

<sup>1</sup>زكريا الشرييني، يسرية صادق،أطفال عند القمة الموهبة و التفوق العقلي و الإبداع المرجع السابق

## 4-2 المرونة

يرى ( جيلفورد ) أن المرونة تعني القدرة على سرعة إنتاج أفكار تنتمي إلى نواح مختلفة وترتبط بموقف معين<sup>1</sup>، والمقصود بمرونة الشخص هو قدرته على تغير الحالة الذهنية بتغيير الموقف وهذا ما يطلق عليه التفكير التباعدي وهي عكس ما يسمى بالتصلب العقلي Rigidity الذي يتجه الشخص بمقتضاه إلى تبني أنماط فكرية محدد يواجه بها مواقف الحياة مهما تنوعت واختلفت . ويتطلب هذا النوع من التفكير توافر مقدار كبير من المعلومات واستخراج تلك المعلومات

ومنه فإن المرونة تختلف عن الطلاقة في كون هذه الأخيرة تتحدد بالكمية أي بعدد الاستجابات أو سرعة صدورها أو بهما معا ، في حين أن المرونة تعتمد على الخصائص الكيفية للاستجابة وتقاس بمقدار تنوع هذه الاستجابات وتباينها كي تتناسب مع ما يمكن أن يواجه الشخص في موقف ما وقد حددت البحوث السيكولوجية وجود نوعين من قدرات

المرونة<sup>2</sup>

## 4-3 الأصالة

نفس المرجع ص 116<sup>1</sup>

عبد الستار إبراهيم، الإبداع قضاياها و تطبيقاته . الطبعة الأولى، القاهرة: المكتبة الأنجلو مصرية، 2002

ص 25<sup>2</sup>

المقصود بالأصالة هو الإنتاج الغير المؤلف الذي لم يسبق إليه أحد، و هي بهذا تشير إلى القدرة على إنتاج استجابات قليلة التكرار بالمعنى الإحصائي داخل الجماعة التي ينتمي إليها الفرد أي أنه كلما قلت درجة شيوع الفكرة زادت درجة أصالتها<sup>1</sup>.

و يعرفها (جيلفورد) بأنها درجة الجدة التي يمكن أن يظهرها الفرد والتي تظهر في استجاباته الغير مألوفة والمقبولة في أن معاً، والميل إلى تقديم تداعيات بعيدة وجديدة وماهرة وغير معتادة، وهذا الأمر يرتبط بالضرورة بمرونة التفكير<sup>2</sup>

#### 4-4 الحساسية للمشكلات

و هي القدرة على إدراك مواطن الضعف أو النقص في الموقف المثير، ويعرفها (جيلفورد) بأنها "قدرة الشخص على رؤية المشكلات في الأشياء أو أدوات أو نظم اجتماعية قد لا يراها الآخرون فيها أو التفكير في إدخال تغييرات على هذه النظم أو هذه الأشياء . فالشخص المبدع يستطيع رؤية الكثير من المشكلات في الموقف الواحد لأنه يعي نواحي النقص و القصور ويحس بالمشكلات إحساسا مرهفا بسبب نظرتة للمشكلة نظرة غير مألوفة في حين أن الآخرين من حوله قد يرون هذا الموقف واضحا لا يدعو إلى التساؤل ولا يثير إشكالا أو شعورا بفقوة أو ثغرة . و لا شك أن الأشخاص الذين تزداد حساسيتهم لإدراك أوجه القصور و المشكلات في المواقف العقلية و الاجتماعية تزداد فرصتهم لخوض غمار البحث لذا فإن

أحمد عبادة، حب الاستطلاع و الابتكار لدى الأطفال. الطبعة الأولى، القاهرة:مركز الكتاب للنشر، 2001، ص41<sup>1</sup>.

<sup>2</sup>[http://www.amanjordan.org/aman\\_studies/wmprint.php?ArtID=848](http://www.amanjordan.org/aman_studies/wmprint.php?ArtID=848)

الحساسية للمشكلات تقف وراء كل دافع إلى مزيد من المعرفة أو تحسين الموقف أي نحو الإبداع الخلاق

#### 4-5 إدراك التفاصيل

وتتضمن هذه القدرة الإبداعية تقديم تفاصيل متعددة لأشياء محدودة مثل توسيع فكرة ملخصة أو تفصيل موضوع غامض أو إضافة محسنات على حركة رياضية.

#### 4-6 المحافظة على الاتجاه

ان المحافظة على الاتجاه يتضمن فكرة استمرار الفرد على التفكير في المشكلة لفترة طويلة من الزمن حتى يتم الوصول إلى فكرة جديدة وهذا يتطلب من الفرد انتباه ووعي كبير للمشكلة وتقصي أبعادها المختلفة وان لا يثنية عن المواصلة عوامل المتغيرات البيئية والبشرية او الموقف نفسه حتى يتحقق له ذلك.

#### 4-7 التفكير الابداعي في المجال الرياضي

لقد اهتم الباحثين بالتفكير الإبداعي في المجال الرياضي كونه يهدف الى إظهار تنوع استثنائي وفريد في الاستجابات الحركية للحوافز كما ان التفكير الابداعي يمكن أن يتطور في المجال الرياضي من خلال العمل على تطوير الاستعدادات الخاصة التي تمكن

الرياضي ان يصل الى الإبداع في الاداء والتي بدورها يمكن ان تتطور من خلال توفر العوامل المناسبة والفرص الجيدة والمتتالية والمثابرة على التدريب والممارسة والتسهيل والتشجيع الاجتماعي والنجاح في المحاولات والتمرين المستمر وخاصة اذا علمنا ان الاختيار المناسب للاسلوب يعد عاملا مكملا لان الاسلوب المناسب يتيح للرياضي ان يرى الاداء ونتائج هذا الاداء بحيث يمكن ان يكون قادرا على ايجاد ما هو نافع واصيل كي يطور قدراته الابداعية وعلية توجة الباحثين حاليا الى استكشاف الطلبة الموهوبين رياضيا وتوجيه العناية لهم والذين لديهم الاستعدادات والقدرة على الابداع في الاداء الحركي كي يقدموا افكارا جديدة واداء حركيا مبتكرا بهدف الارتقاء بالرياضة والرياضيين<sup>1</sup>

### 5- الإبداع الحركي

يعد الإبداع الحركي مطلباً رئيسياً في الأنشطة والالعاب الرياضية على اختلاف أنواعها ويظهر من خلال تعلم المهارات الرياضية الخاصة باللعبة واتقانها واقتران الاداء بالتفكير أي القدرة على استدعاء المهارات والمعلومات التي تساعد على اظهار استجابة حركية ابداعية. كما يعد الإبداع الحركي كقدرة عقلية في مجال الحركة الذي بدوره يعتمد على المكونات الأساسية للإبداع وهي الطلاقة الحركية والمرونة الحركية والأصالة الحركية

<sup>1</sup><https://iraqacad.net/archives/674> اطلع عليه 10/جوان 2020 على الساعة 20:20 مساء

وعليه يعرف الإبداع الحركي بأنه القابلية على إنتاج أكبر عدد من الاستجابات الحركية الجديدة والمتكونة من الطلاقة الفكرية والمرونة التلقائية والأصالة بزمن محدد والناعبة من التفاعل بين اللاعبة وما تكسبه من خبرات نابغة من خلفيتها وابتعادها عن الانماط التقليدية في التفكير.

وكذلك يمكن تعريفه بأنه القابلية على إظهار تنوع استثنائي وفريد في الاستجابات الحركية للحوافز و يتأثر الإبداع بجملة من العوامل والمؤثرات هي :

- كمية المعلومات المتوفرة للرياضي المتعلم ونوعها فيما يتعلق بمهارات اللعبة والخصم والمواقف التي يتعرض لها.
- تحليل الأداء واستدعاء المعلومات المناسبة في الوقت المناسب.
- سرعة اتخاذ القرار والتصرف السليم.
- تنفيذ الواجبات المناط بالرياضي المتعلم واستيعاب مكونات وعناصر الموقف واختيار البدائل وحسن التصرف.

ويعد درس التربية الرياضية المحور الأساس في تطوير قدرات المتعلمين البدنية والحركية المهارية وقابلية المنافسة والتفكير والإرادة ويؤدي المدرس او المدرسة دورا كبيرا في تهيئة الاجواء التي تسهم في خلق الرياضي المبدع وذلك من خلال :

- تشجيعه على المحاولة تلو الأخرى للوصول إلى الأداء المتقن.
- تحفيز الرياضي المتعلم وتشجيعه عند أدائه للمهارة بصورة متميزة.
- اعطائه مجالاً أوسع من الحرية في التحرك والأداء.
- تعويد المتعلمين على احترام قدراتهم ومواهبهم.
- تشجيع المهارات والقدرات والإمكانات وإثارة اهتمام المتعلمين.
- تعويد المتعلمين على تقبل الخطأ ومواجهة الإخفاق والتكرار للمحاولات و بث الثقة في نفوسهم.
- احترام أفكار المتعلمين واستفساراتهم واستجاباتهم مهما كان نوعها.
- استثمار كل الإمكانيات والموارد كلها وما توافر في المدرسة لتطوير القدرات.
- تشجيع فرص التعلم الذاتي والمناقشات الحرة البناءة واستثمار دوافع المتعلمين للإبداع<sup>1</sup>.

### 6- معوقات التفكير الإبداعي

#### 6-1 العوامل المتعلقة بالبيئة الأسرية وتشمل :

<sup>1</sup>اطلع عليه 10/جوان 2020 على الساعة 20:20 مساءً <https://iraqacad.net/archives/674>

- عدم اهتمام الوالدين لمواهب أبنائهم.
- عدم اهتمام الوالدين بتفكير أبنائهم.
- التفكك الأسري.
- إتباع الوالدين طرقا تربوية خاطئة في تعليم الأبناء.

### 6-2 العوامل المتعلقة بالمناهج

وتشمل:

- جمود المناهج وتركيزها على المعلومات.
- الحشو الزائد والتكرار في المناهج وخاصة المدرسية.
- حرص المتعلم على النجاح فقط في الامتحان.
- عدم مراعاة حاجات وميول المتعلمين ومواهبهم.

### 6-3 العوامل المتعلقة بالمجتمع

وتشمل :

- عدم تقدير بعض الفئات للمبدعين.
- عدم احترام الآراء المخالفة.
- عدم توفير الإمكانيات اللازمة لرعاية الموهوبين.

### 7- تنمية التفكير الإبداعي

يمكن تنمية التفكير الإبداعي لدى الرياضي وذلك من خلال:

- تقدير الاستجابات الأصلية والإبداعية وتشجيع محاولات المتعلم على الاستجابة من هذا النوع وذلك عن طريق شرح طرائق التفكير الأصلية ومساعدة المتعلمين في ان يقوموا بأعمالهم الناتجة من أفكارهم.
- تشجيع مهارات التعلم أي كيف يطور المتعلم أداة بنفسه وذلك بما يقدم آلية من خبرات وأنشطة.
- تشجيع الأصالة عند المتعلم وذلك بأداء مهاراته بنفسه إذ يظهر من خلال أداة قدرته على الإبداع.

- توفير البيئة الطبيعية المليئة بالمشغولات وذلك عن طريق عرض الأنشطة والمهارات بطريقة تثير اهتمام المتعلمين وهذا يساعد على تنمية طاقات المتعلم ومشاعره التي تجعل منه شخصا مبدعا.
- تحديد الوقت قبل تدريس المتعلم حتى يمكنه ان يبدع وان نعطيه بعض الأدوات لنرى ماذا يمكنه ان يفعل وان يجرب قبل اعطاء التعليمات.

## 8-تقنيات تنمية الإبداع

### 8-1التقنيات الفردية

#### 8-1-1 تقنية تمثيل الادوار

و في هذه التقنية يقوم الفرد باختيار دور ما لشخصية معينة تتفق مع قدراته وميوله الإبداعية ، ويتترك له الحرية التامة في التعبير عن آرائه وأفكاره حول تلك الشخصية ، والهدف من ذلك هو أن يجرب أساليب سلوكيه جديدة مما يوسع في أفق شخصيته عندما يسرح بخياله متجاوزا الحدود ويستخدم في هذه الطريقة أسلوب " لنتصور أن... أو لتكن شخصا آخر . " وتسمح هذه الطريقة للفرد بممارسة ما يسمى باستنطاق الذات والنطق بالخبرات اللاشعورية التي لم تظهر ولا لمره واحده على ساحة تفكيره الشعوري أما عن أهم مميزات هذه الطريقة هي :

أ- تكسب الفرد مهارة البحث المنظم والتفكير الناقد والقراءة الناقد

ب- تنمي لدى الفرد مهارات الاتصال الفعال من خلال قدرته على التعبير عن آرائه

ت- تدرب الفرد على التعبير عن آرائه بحرية وتلقائية دون خوف أو رهبة

### 8-1-2 حصر الصفات :

تعتبر هذه الطريقة من أقدم الطرق فقد ابتكرها كرفورد 1954 بهدف تدريب الأفراد على

تقدير الأشياء وتطويرها والخروج بنتائج جديدة .وتقوم هذه الطريقة على أساس تحديد

الخصائص الأساسية للشيء أي اختبار الشيء أو الموضوع أو الفكرة المراد تطويرها مع

تحديد كافة صيغها وعناصرها والعلاقة بينها ، ثم تعديل كل صفة بأكثر من طريقة ويقوم

الشخص بعرض كافة الصفات والتعديلات الممكنة ومن ثم تصنيف ما تم الوصول إليه

لاختيار أفضل التعديلات المقررة، و يعطى للفرد كل الحرية كاملة في طرح كافة أفكاره ولا

يسمح بنقده أو تقييمه إلا بعد أن ينتهي من سرد جميع أفكاره.

### 8-1-3 تقنية القوائم :

تقوم هذه الطريقة على طرح مجموعة من الأسئلة بحيث يتطلب كل سؤال منها إجراء تعديل

أو تغيير من نوع معين في موضوع أو شيء أو فكرة ما، كإحداث تغيير في الشكل أو اللون

أو الحركة... ، و ربما كان ذلك التعديل مع الاحتفاظ بخصائص الشيء أو مكوناته

كتكبيرها أو تصغيرها أو مع تعديل في خصائص الشيء و استبدال بعض المكونات بمكونات أو خصائص أخرى و إعادة تركيب و تنظيم العناصر<sup>1</sup>

### 9- الإبداع عند الرياضيين :

اختلفت تعريفات الإبداع في أدبيات علم النفس الرياضي حتى وصل عددها ما بين 50 - 60 تعريف حسبما أشار إليها (Taylor) عام 1985 و تزايد هذا العدد ليبلغ عدة أضعافه و لكن يعرف بشكل عام على انه:

- العملية التي تسعى لتحقيق إنتاج يتميز بالجدية والملائمة إمكانية التطوير<sup>2</sup> .
- عملية عقلية تؤدي إلى حلول و أفكار و مفاهيم و أشكال فنية و نظريات و منتجات تتصف بالتفرد و الحداثة.
- العملية التي يمر بها الفرد عندما يواجه مواقف ينفعل منها و يعيشها بعمق ثم يستجيب لها بما ينفق و ذاته و هذا يؤدي الى تطوير و تحسين الأداء لديه و يعبر عن تفرد<sup>3</sup> .
- مجموعة من السمات و القدرات و العوامل التي تبرز في سلوك الشخص المبدع بدرجة عالية .
- هو المبادرة التي يبديها الشخص بقدرته على الانشاق من التسلسل العادي في التفكير .
- و قد عرفته الباحثة على انه :

<sup>1</sup> غضبان مريم، مساهمة الأسرة في ظهور السمات الإبداعية لدى الطفل المرجع السابق، ص 66، 67

<sup>2</sup> احمد بطاح، قضايا معاصرة في الادارة التربوية، عمان، دار الشروق، 2006 ص 25

<sup>3</sup> حنان عبد الحميد العناني، علم النفس التربوي، ط3، عمان، دار الصفاء، 2005 ص 23

الخروج بمحصلة نافعة و مقبولة اجتماعياً و ذاتياً من خلال الإحساس بالمشكلة و المعلومات المتوفرة و الاستعداد و الانفعال و توافر متغيرات بيئية مساعدة و أساسية لإنتاج غير عادي يثمر من تفاعل هذه العوامل مع بعضها لتصبح قاعدة للتطوير في المستقبل و حل للوضع الحالي.

### 10- وظيفة النشاط البدني والرياضي في مرحلة المراهقة

#### 10-1 النمو النفسي :

هو قدرة الفرد على مجابهة الصعاب والأزمات النفسية التي تطرأ على الإنسان، حيث في مرحلة المراهقة يعيش المراهق صراعات نفسية قوية فيتأرجح بين حالة وأخرى، ويميل للتفكير في المشاكل المحيطة به، فهو يرى نفسه كبيرا ويقحم نفسه في أحاديث الكبار، لكنهم يرفضونه أنهم يعتبرونه صغيراً، وتقاس الصحة النفسية بمدى قدرة الفرد على مجابهة مشاكله وحلها حال سليماً. إن النمو النفسي هو قدرة الفرد على تحمل الأزمات التي يصادفها في حياته اليومية وخاصة إذا تعلق الأمر بالمراهق فهو يتميز بقلق وشكوك في نفسه وتأمله في مظهره الخارجي وتصرفاته مع أقرانه وأصدقائه وملاحظاته لكيفية كلامه معهم.

#### 10-2 علاقة التربية البدنية والرياضية بالنمو النفسي:

تشير كلمة النشاط البدني إلى عملية التربية التي تتم عن طريق ممارسة نشاطات تنمي وتصون الجسم البشري وحينما يزاول الفرد لعبة جماعية أو فردية فإن التربية تتم في هذا الوقت<sup>1</sup>

كما غيرت النظريات في علم النفس مفهوم اللعب في النشاط البدني واتجه الاهتمام إلى قيمة اللعب في التنفيس عن الغرائز وتحويل طاقاتها إلى تنمية ذاتية للفرد وجلب السرور إلى نفسه ومن ثم أصبح الاهتمام بالصحة النفسية في النشاط البدني يسير جنباً إلى جنب مع الاهتمام بالصحة البدنية وصار تعلم المهارات التي تشتمل عليها الأنشطة الرياضية يتم بصورة أفضل بالاعتماد على مبادئ وقوانين التعلم التي تتضمنها الأطر النظرية<sup>2</sup>.

### 11- تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق

ان المراهق بالدرجة الأولى يهتم بالخصائص الجسمية، وتذوقه للنشاط والحركة يصاحبه في جميع مراحل نموه، ونتيجة هذا فالنشاط البدني والرياضي حريص على أن يكون مصدرها ورائدها التطور الطبيعي لسلوكيات المراهق، وال بد أن تستخدم محبته للحركة من أجل تسيير تطوره النفسي والإسراع فيه . كما أن النشاط البدني والرياضي يعالج الانحرافات النفسية عند التلاميذ وتوجههم إلى الطريق الصحيح حتى يتحقق التوازن النفسي وكذلك لها دور في

محمد الافندي: علم النفس الرياضي والاسس النفسية للتربية الرياضية دار النهضة للطبع والنشر.

ص 41<sup>1</sup> .

الافندي: نفس المرجع السابق ص 15،16<sup>2</sup>

توجيه الرغبات والتحرر من الكبت، وعند الاضطراب والحركة نجد أن النشاط البدني منصرفا ناجحا يؤدي إلى انبعاث الإرادة والإسهام في تنمية خصال العزم والاكتمال.

وقد أجريت عدة بحوث أثبتت الدور الفعال الذي تلعبه النشاط البدني والرياضي على الجانب

النفسي للفرد عامة والمراهق خاصة، نذكر منه دراسة أنجزت سنة 1973 وسنة 1975

وتتعلق بأشخاص بلغوا سن الرشد، حيث كانوا يقومون ببرنامج من التدريب البدني

المتواصل، وذلك لمدة أربعة أشهر و النتيجة أن التدريب أحدث لهم تعديل في ثوابتهم

الفيزيولوجية وكذلك تعديلا في خصائصهم النفسية، ولاسيما فيما يخص استقرارهم العاطفي .

وهناك تجربة قام بها العالم جونز أثبتت وجود العالقة بين القوة البدنية والآثار النفسية التي

تتركها في الفرد حيث قام بمقارنة عشرة من الصبيان الأقوياء بعشرة من الضعفاء وأظهرت

الدراسة أن تقويم الضعفاء للأقوياء يختلف اختلافا جذريا عن تقويم الأقوياء للضعفاء فقد

كان لضعاف البنية صورة وضعية في أعين أقرانهم<sup>1</sup>.

أنه من أهم عوامل بناء الشخصية الناضجة السوية من جهة ومن جهة أخرى فهو أهم

عوامل التعلم من ناحية أخرى، كما أن النشاط البدني يعالج الكثير من الانحرافات النفسية

عند التلاميذ ويوجههم إلى الطريق القويم حتى يحقق الاتزان والتوافق النفسي، إضافة إلى أنه

مالك سليمان مخول، علم النفس الطفولة والمراهقة، مطابع مؤسسة دمشق 1891 -ص732-832<sup>1</sup>

يعطي الفرصة للمراهق للتحرك من الكبت، حيث أن الانعزال التام يساعد على اشتداد الكبت وبالتالي يتحول إلى مرض نفسي<sup>1</sup>.

كما ينمي النشاط البدني والرياضي الجانب النفسي المعرفي وهذا عن طريق وضعنا لمراهق في وضعيات مشكلة تسمح له بالتأقلم مع الوضعية الموجود فيها من حيث السيطرة على حقل الرؤية والمكان ومنه تنمية الإحساس الحركي، كما يتأقلم مع الوضعية من خلال تحركه في الحيز المحدد، ومحاولة اللعب مع الزملاء، وبذلك يتضح لديه مفهوم التوجيه في الفضاء وكذلك المسافة بينه وبين الزميل أو الخصم، وكيفية التعامل مع ذلك من خلال تمرير الكرة أو استقبالها أو الكشف عن مهارات<sup>2</sup>.

و يعتبر علماء النفس اللعب أحد العوامل المساعدة على التخفيف من ضغوطات الحياة اليومية، والتي تنطلق فيها المشاعر النفسية والطاقة الغريزة فيها يقوم به لدراسة وتشخيص وعلاج الفرد من نشاط حر، كما يعتبر اللعب أسلوبا هاما للمشكلات النفسية، ويؤدي اللعب إلى التنفيس عن الطاقة الزائدة، كما يساعد على تدريب المهارات التي تساعد المراهق على التأقلم والتكيف في حياته ومجتمعه. ففي الفريق يتعود المراهق على تقبل الهزيمة بروح، من ناحية، والكسب بدون غرور وكيفية تقبل مواقف التنافس تلك المنافسة التي لا بد له أن يقابلها في الحياة إذن فاللعب هو النشاط الذي يقبل عليه الفرد برغبته تلقائيا دون أن يكون له هدف

<sup>1</sup> قاسمي صادق وايشوكان محمد، ثر الممارسة الرياضية على التوازن النفسي والاجتماعي لدى

المراهقين والمراهقات مذكرة ليسانس جامعة الجزائر. 1994. ص32

حسن علوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف - الطبعة 1 - 1986. ص102<sup>2</sup>.

مادي معين، وهو أحد الأساسيات الطبيعية التي يعبر بها الفرد عن نفسه . إن الألعاب التي تحقق بها مختلف الأنشطة الرياضية هي المادة المستعملة في التحقيق والعلاج النفسي، فهي متنوعة وتمنح للفرد فرصة للتعويض وللتخفيف من الإحباطات التي يعانها المراهق، كما تساعد على التحكم في المشاكل كالقلق والإحباطات والعنف والتعبير عن الصراعات المقلقة والتي تكون معانيها مختلفة باختلاف الفرد وشخصيته<sup>1</sup>

## 12-المرحلة الثانوية:

### 12-1تعريفها :

هي المرحلة المتوسطة من مراحل المراهقة والمحصورة بين 15-18 سنة يزداد المراهق في هذه المرحلة قوة وقدرة على ضبط الحركات الجسمية كما أن الذكاء يصل أقصاه في حوالي 16سنة، وتزداد عملية الفهم والإدراك، تظهر كذلك في هذه المرحلة الميول، القدرات، الاستعدادات والبدء في تكوين مبادئ اتجاهات عن الحياة و المجتمع .كما تمتاز هذه المرحلة ببطء النمو والزيادة في القوة والتحمل والحب والمغامرة ويظهر لدى الفرد ولأته للجماعة التي ينتمي إليها ويدرك ما عليه.

## 12-2احتياجات المرحلة الثانوية :

مصطفى محمد زيدان: نمو نفس الطفل والمراهق وأسس الصحة النفسية، الجامعة الليبية، ط.1 ،ليبيا، ص. 98<sup>1</sup>

-الرائد الذي يساعدهم على تعلم المهارات التي تتصل بالنضج الاجتماعي الوجداني و  
البدني.

-النشاط لاستفادة الطاقة الزائدة لدى الأفراد والعناية بتغذيتهم التغذية الكافية .

-تفهم الفرق بين المدرسة والمنزل .

-معرفة دورهم في المجتمع ومسئوليتهم وتعلمهم عن طريق برامج النشاط الرياضي.

### 13-أهداف المرحلة الثانوية:

من أهداف هذه المرحلة نجد ما يلي:

-العناية بصحة التلاميذ وخلوهم من الأمراض حتى يمكن أن ينمو نمو جسمهم وتطورات

نموهم.

-العمل على نمو الميل لشغل وقت الراحة في أوجه نشاط موجه يعمل على اكتساب مهارات

مختلفة نافعة في الحياة وتدريبه على القيادة والتبعية ولا يأتي ذلك إلا باشتراكه داخل نشاط

الجماعات لأن هبا مجالا واسعا للتدريب على هذا.

## 14-أنواع نشاطات التربية البدنية في المرحلة الثانوية :

-الألعاب الجماعية مثل كرة القدم، كرة اليد، كرة الطائرة، كرة السلة.

-المخيمات والكشافة وكذا الجمعيات الثقافية والرياضية .

-المسرح

-الألعاب الفردية، مثل السرعة والرمي، والقفز.<sup>1</sup>

## خلاصة

من خلال ما جاء في هذا الفصل، نستخلص مدى صعوبة فترة المراهقة بسبب التغيرات التي يتعرض لها المراهق من كل جوانب النمو لكنها مرحلة انتقالية صعبة سرعان ما تزول و لا بد ان يستغلها الإنسان لأغراض ايجابية

أمين أمور الخولي- محمود عبد الفتاح-عدنان درويش: التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1998م، ص.27<sup>1</sup>

فقد ساهم التعليم الثانوي في دعم و اكتساب جملة من السلوكيات التي من شأنها أن تساعد على إتباع مناهج و اتخاذ إجراءات عقلانية و فعالة بالنسبة للنشاطات التعليمية لعملية التعلم، فقد ساهم النشاط البدني الرياضي التربوي في خلق و تشجيع روح المبادرة و الخيال الإبداعي. لدى تلاميذ الطور الثانوي .

# الفصل الأول

## إجراءات البحث

تمهيد

1-الملاحظة

2- مجالات البحث

المجال المكاني

المجال الزمني

المجال البشري

3-مجتمع البحث

تعريف العينة

المنهج المتبع

نوع العينة

4-أدوات جمع البيانات

الاستمارة (الاستبيان)

خلاصة

## تمهيد

نظرا للظروف الراهنة التي عاشها العالم و عاشتها البلاد و تدهور الوضع الصحي العالمي و المحلي بسبب وباء الجائحة كورونا و عدم تمكننا من اجراء الفصل التطبيقي بتوزيع الاستبيان و عدم تمكننا من إجراءات الإحصائية فقد قمنا بجمع الدراسات السابقة و الدراسات المتشابهة لتقادي أي نقص قد يمس بمصادقية مذكرة التخرج و على الرغم من أهمية البحث و أثره البالغ من حيث الجانب الرياضي والنفسي و الإبداعي لدى مراهقي الطور الثانوي إلا أنه لم يلقي العناية اللازمة والكافية.

### 1-الملاحظة

هي إحدى الوسائل الهامة في جمع البيانات وهي ملاحظة الظواهر كما هي وتحدث تلقائيا دون الإخضاع لأي نوع من الضبط العلمي ولا يلجا الباحث إلى استخدام آلات دقيقة للقياس من دقة الملاحظة وموضوعها.<sup>1</sup>

### 2- مجالات البحث

#### المجال المكاني

<sup>1</sup> غريس معهد عبد الكريم، البحث العلمي والتصميم والمنهج والإجراءات ، مكتبة نهضة الشرق، القاهرة ، ط3 ، 1987، ص142 .

في إطار الظروف الراهنة لم استطيع توزيع و تحديد المجال المكاني نظرا للأوضاع التي يمر بها العالم و الجزائر بسبب الجائحة كورونا و قد حددنا عملنا بالأغواط بثانوية عمر ادريس بقصر الحيران .

### المجال الزمني

فقد بدأت الدراسة منذ اعتماد العنوان منها ابتداء العمل في الإطار العام للدراسة ، و بعد ذلك تطرقنا إلى الجانب النظري و الذي كان العمل فيه صعب جدا بسبب قلة و شح المراجع في ظل الظروف التي يمر به العالم كله بسبب الجائحة التي أغلقت كل المرافق عالميا و دوليا و محليا وأما الجانب التطبيقي لم يتم انطلق العمل و هذا بسبب الوضع الذي نمر فيه حاليا.

### المجال البشري

أجريت الدراسة على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية و تحديدا التلاميذ بالأغواط بثانوية عمر ادريس بقصر الحيران .

والذي يبلغ عددهم حوالي 200 تلميذا وتلميذة ، وتم اختيار 20 تلميذ ، حيث تم الاعتماد على العينة الطبقية ولكن لم يتسنى لنا التواصل معهم بسبب الوضع الراهن التي تعيشها البلاد.

### -3مجتمع البحث:

## تعريف العينة:

اعتمدنا على الطلاب الجامعيين إن فان أي بحث علمي تتخذ بعدة عوامل منها، اختيار الموضوع و العينة التي اشتمل عليها وهي مجموعة من الطلاب الجامعيين، و أدوات جمع المعلومات و الأساليب الإحصائية. فالعينة تعد من أهم هذه العوامل لذلك هي ضرورية لإجراء الدراسة التطبيقية، فهي تمثيل للمجتمع الأصلي للدراسة بكامل صفاته و خصائصه. وهذا بما يتلاءم مع موضوع الدراسة و قد اعتمدنا على الطلاب الجامعيين ولكن لم يسعنا الحظ للعمل معهم في ظل وجود جائحة كورونا

المنهج المتبع:

يعرف المنهج : بأنه مجموعة من الإجراءات المتبعة في دراسة الظاهرة و مشكلة البحث لاستكشاف الحقائق المرتبطة بها ، و الإجابة على الأسئلة التي أثارها مشكلة البحث و كذلك الأساليب المتبعة لأجل تحقيق الفروض التي صممت <sup>2</sup>.

ولقد تم اختيار المنهج الوصفي في دراستنا لأنه أكثر ملائمة مع طبيعة موضوعنا ، حيث يقوم على جمع البيانات حول الظاهرة و من ثم وصفها وصفا دقيقا كما هي في الواقع ثم يعمل على تحليلها وتفسيرها .

إذ يعرف " المنهج الوصفي " بأنه أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية و دقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة و ذلك

<sup>2</sup>. حامد خالد ، منهج البحث العلمي ، دار ربحانة ، الجزائر ، د . ط ، 2003م ، ص 23 .

من أجل الحصول على نتائج عملية تم تفسيرها بطريقة موضوعية و بما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة<sup>3</sup>.

المنهج الإحصائي:

قمنا بالاستعانة بالمنهج الإحصائي نظرا لأهميته البالغة في بحثنا يهدف في الأساس إلى قياس الظاهرة موضوع الدراسة وذلك من خلال قياس تكرارات إجابات المبحوثين وجدولتها وقراءتها قراءة إحصائية فقد ساعدنا هذا المنهج في جمع البيانات الكمية حول موضوع الدراسة ووصف أفراد العينة والظاهرة المتغيرة وتحديد تكراراتها وأهميتها من خلال جمع الملاحظات حولها للتعبير عنها ترجمتها إلى أرقام، وذلك حتى تقترب من الموضوعية والدقة والوصول إلى نتائج علمية من خلال التعامل مع الأرقام والنسب ومنتقادي الأحكام الذاتية.

4- أدوات جمع البيانات:

يستخدم الباحثون والعلماء مجموعة من التقنيات والأساليب لاكتشاف وفهم طبيعة الظاهرة الاجتماعية ومتغيراتها وارتباطاتها المختلفة إلا أن طبيعة التساؤلات وفروضه التي يطرحها الباحث والبيانات المراد الحصول عليها، وكل ذلك يفرض على الباحث انتقاء الأداة أو التقنية الملائمة لذلك فقد يتطلب الموضوع ما استخدام ملاحظة وقد يفترض موضوع آخر وبالنسبة لبحثنا فقد تمت الاستعانة بالوسائل أو الأدوات التالية:

<sup>3</sup> محمد عبيدات و آخرون ، منهجية البحث العلمي ( القواعد و المراحل و التطبيقات ) ، دار وائل ، عمان ، ط2 ، 1999م ، ص46 .

## الاستمارة (الاستبيان):

يعد الاستبيان وسيلة من وسائل جمع المعومات وقد يستخدم على إطار واسع ليشمل الأمة أو في إطار ضيق على نطاق المدرسة وبطبيعة الحال فهو يختلف في طوله ودرجة تعقيده أن الجهد الأكبر في الاستبيان ينصب على بناء فقرات جديدة والحصول على استجابات كاملة ومن الأهمية بمكان أن تكون أسئلة الدراسة وفرضياتها واضحة ومعرفة كي يكون بالإمكان بناء الفقرات بشكل جيد.<sup>4</sup>

ونظرا لطبيعة موضوعنا فقد اعتمدنا الاستمارة كأداة أساسية محاولين إعدادها جيدا لتغطية مختلف جوانب الموضوع من خلال تنوع وتعدد الأسئلة. وتم تقسيم الاستبيان إلى 4 محاور أساسية و هي كالتالي :

- المحور الأول : خاص بالبيانات الشخصية .كح

- المحور الثاني : خاص بالفرضية الأولى .

- المحور الثالث : خاص بالفرضية الثانية .

- المحور الرابع : خاص بالفرضية الثالثة .

<sup>4</sup> منذر الظامن ، أساسيات البحث العلمي ، دار الميسرة، عمان، ط1، 2007ن ص 91

## خلاصة

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى الدراسة تحديد نوع المنهج المتبع و الذي يتمثل في المنهج الوصفي التحليلي بحيث لم يكن بمحض الصدفة ، فطبيعة الدراسة تقتضي استخدام المنهج الوصفي ، كما تم تحديد مجالات الدراسة ( المكاني والزمني و البشري ) وعينة البحث حيث تمثلت في العينة الطبقية، و كذلك تطرقنا إلى تحديد نوع الأداة المستخدمة وهي أدوات الاستبيان التي بواسطتها نستطيع جمع البيانات و لم نقم بإتمام الدراسة التطبيقية و الإحصائية نظرا للظرف الراهن وقمنا بتحليل و مناقشة الدراسات السابقة و المتشابهة .

# الفصل الثاني

تحليل و مناقشة الدراسات السابقة  
و المتشابهة

**الدراسة الأولى:**

النشاط البدني الرياضي اللاصفي وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية

من إعداد الطالبين بولحوش رابح و خميرة عبد الوهاب مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة آكلي محند أولحاج بالبويرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية 2018م، 2019م

**اهداف الدراسة:**

إبراز أهمية النشاط البدني الرياضي اللاصفي من حيث الدور الذي يلعبه في خلق التفاعل الاجتماعي عند التلاميذ وتنمية المهارات العقلية لديهم التطرق إلى موضوع التفاعل الاجتماعي ومدى أهميته و معرفة رغبات التلاميذ أثناء ممارسة النشاط البدني اللاصفي و معرفة من هم الأشخاص الذين يعود لهم الفضل لإحياء النشاط البدني الرياضي اللاصفي بالنسبة للمراقبين.

**نتائج الدراسة:**

المعاملة الصادقة والحسنة بين الوالدين والأطفال خاصة في مرحلة المراهقة وذلك بالابتعاد عن القسوة والإهمال و توفير للمربي أو الأستاذ المحيط الملائم حتى يتسنى له القيام بالمسؤولية والسهر على العمل المرجو منه والوصول بالتلاميذ للمستوى المطلوب وتسخيرهم في خدمة المجتمع. اعطاء الأولوية للأنشطة الرياضية من خلال توفير ظروف النجاح للمراهق تربويا ورياضيا، وذلك يكون بتسهيل انضمام التلاميذ إلى النوادي الرياضية، لأن

الطاقة الزائدة عنده إن لم يجد طرق سوية لصرفها فإنها قد تكون عاملا من العوامل الرئيسية للانحراف ولكن لم تكن نفس العينة التي اخترناها بل نفس العمل من ناحية المؤسسة الثانوية

**التعليق على الدراسة :**

المنهج الوصفي وهذا لملائمته طبيعة الموضوع وقد كان اختيار مجتمع البحث او نوعية العينة عينة طبقية عشوائية تمثلت في 19 أستاذ واستاذة موزعين على 8 ثانويات في ولاية البويرة و هذا ما يتماشى مع موضوع دراستنا وسط وقد اختارت نظرا لقرب المسافة من السكن وتعتبر نسبة 19 أستاذ تمثيلية حيث تمثل 10 بالمئة من مجموع الأساتذة.

#### الدراسة الثانية:

مساهمة الأسرة في ظهور السمات الإبداعية لدى الطفل من إعداد الطالبة غضبان مريم مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي جامعة منتوري قسنطينة كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية قسم علم النفس و علوم التربية و الأورطوفونيا

2005م، 2006م

#### اهداف الدراسة:

الكشف عن نوع الأساليب الوالدية السائدة في أسر الأطفال ذوي السمات الإبداعية و من ثم الخروج ببعض الأساليب الإرشادية للآباء بشكل يساعدهم على تعديل أساليبهم الوالدية في التنشئة، و تزويد آباء المستقبل بأساليب سوية في التنشئة. و الكشف عن طبيعة المستوى الاقتصادي الاجتماعي للوالدين في أسر هؤلاء الأطفال ذوي السمات الإبداعية

#### نتائج الدراسة:

من المفيد أن يتعرف الآباء على أبنائهم معرفة حقيقية موضوعية ، و أن يكتشفوا قدراتهم الابتكارية إن وجدت في سن مبكرة و أن تكون نظرتهم للأبناء بعيدة عن التحيز و المبالغة ، أو عدم الاكتراث و الإهمال لمواهبهم و قدراتهم ، فيقع الأبناء فريسة لفهم الآباء الخاطئ و ضيق أفقهم، و سوء تقديرهم، فيفضلون إبقاء أبنائهم المبدعين في حظيرة و دائرة المتوسطين العاديين، و من ثم فهم يعارضون أبنائهم عندما يبدو منهم بوادر قدرات ابتكارية أو ميول فنية. و قد يسخر الآباء من أبنائهم عندما يرونهم مستغرقين في البحث و الإطلاع ، أو منكبين على الرسم ، أو كتابة القصة ، أو قرص الشعر ، أو عزف الموسيقى أو تصميم التجارب العلمية ، لأنهم يرون في هذا مضيعة للوقت و الجهد ، فكان الأولى في نظرهم أن يبذل هذا الجهد و تلك الطاقة في الاستذكار و الانكباب على الدرس.

يجدر بالوالدين استخدام الأساليب الوالدية المعتدلة في تنشئة أبنائهم ، فلقد برز للعديد من العلماء الأثر الطيب لاستخدام هذا النوع من الأساليب على شخصية الطفل و سلوكه ككل و إبداعه بصفة خاصة على غرار ما بينته دراستنا من أثر طيب لاستخدام أسلوب التقبل و الاهتمام على إبداع الطفل و إمكانياته الابتكارية . و يبرز استخدام الوالدين لأسلوب التقبل و الاهتمام من خلال التسامح، التشجيع، القبول ، منح هامش حرية للطفل و احترام كيانه ككيان مستقل و تشجيع استقلاله و تحمليه المسؤولية التي تناسب سنه.

**التعليق على الدراسة :**

واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي في دراستها لملائمته لطبيعة الموضوع ولكن الاختلاف في نوعية العينة فهي قامت باختيار العينة المناسبة للدراسة حجما ومعاينة و قامت باختيار العينة المتمثلة في عدد من الأطفال ذوي السمات الإبداعية و هذه الدراسة تشبه الى حد ما موضوع دراستنا .

**الدراسة الثالثة :**

الممارسة الرياضية في وقت الفراغ و علاقاتها بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي من إعداد الطالب رضوان بن جدو بغيظ مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماجستير جامعة الجزائر 2003م.

**أهداف الدراسة :**

- التركيز على أن الممارسة الرياضية في وقت الفراغ أسلوب جديد من أساليب التربية الحديثة
- دور الممارسة الرياضية في وقت الفراغ في تنمية الجانب الاجتماعي
- أهمية الممارسة الرياضية في وقت الفراغ في إنشاء جيل صالح
- التعرف على حجم الممارسة في وقت الفراغ و أنواع الأنشطة الرياضية التي يمارسها التلاميذ و التلميذات.

## نتائج الدراسة :

➤ التلاميذ الأكثر ممارسة للرياضة بشتى أنواعها أكثر اندماجاً من التلاميذ أقل ممارسة للرياضة.

➤ للألعاب الرياضية الجماعية دور في إثراء العلاقات الاجتماعية أكثر من الألعاب الرياضية الفردية يعتبر تأثير أستاذ التربية البدنية و الرياضية و الوالدين من العوامل التي تشجع التلاميذ على ممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ.

## التعليق على الدراسة :

المنهج المتبع و هو الوصفي الذي يلائم دراستنا ونفس العينة ولكن ليست بنفس العدد و قد وان الرياضة اثناء ممارستها تخلق روح الابداع لدى التلاميذ و تعبير عن راييه بطريقة ابداعية و بدون عقبات او خوف

## الدراسة الرابعة:

مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى تلاميذ الطور الثانوي سنة أولى ثانوي مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من إعداد الطالبين جمعة عبد الغني و عريبي حمزة جامعة آكلي محند أولحاج البويرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية 2016م، 2017م.

## أهداف الدراسة :

- إبراز دور المهارات الاتصالية للأستاذ في تنمية الدافعية للإنجاز عند التلميذ .
- تحسين الأساتذة مهارات الاتصال في سير حصة التربية البدنية والرياضية .
- معرفة مدى استجابة التلاميذ المتغيرة للمهارات الاتصالية للأستاذ
- محاولة إيجاد الحلول التي تساهم في توفير دافعية انجاز مميزة انطلاقا من المهارات الاتصالية للأستاذ .
- التعرف مدى مساهمة مهارات الاتصال لدى استاذ التربية البدنية في رفع دافعية الانجاز للتلاميذ.

## نتائج الدراسة :

- وجود علاقة ارتباطية بين مهارات الاتصال و دافع انجاز النجاح لدى تلاميذ الطور الثانوي
- وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بين مهارات الاتصال و دافع انجاز النجاح لدى تلاميذ الطور الثانوي
- يستخدم الأستاذ التقدير والمدح و المكافأة لتدعيم السلوك المرغوب ورفع لدافع الانجاز النجاح الذي يعتبر حالة الداخلية للتلميذ وهو يدفعه لتحقيق التفوق وبالتالي الإحساس و الشعور بالرضى والسعادة.
- وجود علاقة ارتباطية بين مهارات الاتصال و دافع تجنب الفشل لدى تلاميذ الطور الثانوي.

➤ وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بين مهارات الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية ودافعية الانجاز لدى تلاميذ طور الثانوي، اي ان دافعية الانجاز لدى تلاميذ يتحكم فيها أستاذ من خلال مهارات الاتصال، كما يمكن القول انها عملية تفاعلية اتصالية فعالة

**التعليق على الدراسة :**

اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الذي يشمل منهج المتبع من طرفنا لأن طبيعة الموضوع هي التي تحدد منهج المتبع .حيث يعد المنهج الوصفي أنه طريقة عملية منظمة يعتمدها الباحث لدراسة ظاهرة معينة وكان اختيار العينة هو عينة من التلاميذ وكانت عشوائية وعينة من الاساتذة التربية البدنية وهنا نلاحظ توافق في عينة التلاميذ .

#### الدراسة الخامسة:

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلميذ مستوى الثالثة ثانوي من اعداد الطالبين حاج صدوق عبد الرحمن و شماني محمد مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية جامعة خميس مليانة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية قسم النشاط البدني الرياضي التربوي 2013م، 2014م.

#### أهداف الدراسة :

- و تتمثل أهداف البحث فيما يلي :
- إبراز دور الأنشطة البدنية والرياضية في تفعيل العائلات الاجتماعية للأفراد

- ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية و تأثيرها على المراهق
- إبراز دور الأنشطة البدنية و الرياضية في الحيات الاجتماعية و ذلك بتحسين العلاقات مع الآخرين و القضاء على المشاكل الاجتماعية.

#### نتائج الدراسة :

- إبراز أهمية و الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي التربوي
- الاهتمام بالمراهق في هذه المرحلة العمرية الحرجة
- الاهتمام بجانب التوعية لأهمية هذا النشاط في خلق علاقات اجتماعية لدى المراهقين
- حث المربين على البحث في تطوير أساليب و طرق تعليم الأنشطة البدنية و ذلك لتنمية التفاعل الاجتماعي
- أن تكون ممارس الرياضة بصفة عامة أي نوع من النشاط مجالات خصبا لإشباع حاجة الطالب إلى الحركة و منسقا قويا لطاقته الحركية الكامنة
- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية على تفاعلات اجتماعية أخرى غير التعاون و التنافس و روح الجماعة في مستويات و مراحل تعليمية أخرى
- إعادة إجراء هذا الاختبار على عينة أخرى تختلف في السن و الجنس و العدد
- محاولة خلق فضائات وطنية للاحتكاك مع زملائهم في مختلف جبهات الوطن وهذا ببرمجة دورات رياضية وطنية.

➤ ضرورة الكشف عن اتجاهات التلاميذ فور التحاقهم بالثانويات من طرف الأساتذة وهذا لتعزيز الاتجاهات الايجابية و القضاء أو تغيير الاتجاهات السلبية.

#### التعليق على الدراسة :

اعتمد في دراسته على المنهج الوصفي ، باعتبار انه المنهج المناسب لدراسة الظواهر الإنسانية، و ختار العينة من التلاميذ حيث كان العدد من 153 تلميذ بدون مراعاة عامل الجنس و الذين يدرسون في المستوى الثالثة ثانوي في مختلف ثانويات مدينة عين الدفلى وهنا كان الاختلاف من حيث عدد العينة فنحن اخترنا 20 تلميذ و بطريقة عشوائية من كل التخصصات الادبية و العلمية و بكل المستويات .وكان المجال الزمني بشهر من بداية شهر أفريل 2014 إلى غاية شهر ماي 2014.

#### الدراسة السادسة:

دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تفعيل عمليتي التعاون و التنافس من خلال الأنشطة اللاصفية من إعداد الطالب بعاش أبوبكر مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية جامعة الشلف 2011م، 2012م.

#### أهداف الدراسة:

- تزويد حقل التربية البدنية و الرياضية بمصدر علمي جديد و حديث.
- معرفة مدى تأثير حصة التربية البدنية و الرياضية في تفعيل عمليتي التعاون و التنافس من خلال الأنشطة اللاصفية.

## نتائج الدراسة :

➤ التلاميذ المشاركين في الأنشطة اللاصفية أكثر تعاوناً عن غيرهم في حصة التربية البدنية و

الرياضية

➤ التلاميذ الأكثر مشاركة في الأنشطة اللاصفية الأكثر تنافساً من غيرهم في حصة التربية

البدنية و الرياضية.

## التعليق على الدراسة :

و تم اختيار نفس المنهج المتبع في بحثي ألا وهو المنهج الوصفي و قد تم اختيار عينة عشوائية من التلاميذ حيث قدرت ب400 تلميذ و 20 استاذ في بعض ثانويات الشلف و هنا يوافقنا باختيار نفس العينة و هي التلاميذ بطريقة عشوائية مع قلة العدد من طرفنا نظراً لظروف الراهنة .

## خلاصة

- من خلال دراستنا لموضوعنا المعنون بـ " ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي و علاقته بالابداع لدى تلاميذ الطور الثانوي " استنتجنا بأن:
- أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في تحقيق الابداع لدى تلاميذ في المرحلة الثانوية .
  - ان حقل النشاط البدني الرياضي التربوي له مدى كبير على تحقيق أهداف الابداع .
  - ان النشاط البدني الرياضي يبرز دور كل . الحصص البدنية التربوية في كل المراحل التعليم .
  - أن النشاط البدني الرياضي التربوي يؤثر إيجابا في تشكيل شخصية سوية للفرد و وخلق الابداع لديه .
  - تحقيق التأثير و التأثر بالنشاط البدني لدى تلاميذ مرحلة الثانوية .

خاتمة

## خاتمة

من خلال الدراسة التي قمنا بها حاولنا إبراز دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية القدرات الإبداعية لدى تلاميذ في المرحلة الثانوية وقد سلطنا الضوء على فئة مهمة الا وهي فئة المراهقين و الذين يعيشون مرحلة تعد من أصعب و أخطر المراحل خاصة في غياب الأمن النفسي للمراهق و رحلة البحث عن هويته و اتجاهه في البيت أو في المدرسة أو جماعة القران أو المجتمع بشكل عام في ضل المتغيرات الاجتماعية التي يعيشها بحكم المرحلة الحساسة التي يمر بها ، ان البيئة المدرسية لها أثر بالغ في تكوين الشخصية وحسب نظريات التعلم فإن البناء الأساسي للتعلم ليس فقط في البناء التي يحملها الفرد ذاته و طريقة الإبداع في الحركة هي النشاط .

ان تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي اتجاه المراهق و إكساب و تنمية الصفات البدنية و الإبداعية و هو وسيلة لتنمية قدرات التلاميذ في اثبات القدرات لديهم فالنشاط البدني الرياضي التربوي يحقق الراحة النفسية و الإبداعية و الاستقرار النفسي للتلاميذ و على ضوء النتائج التي تحصلنا عليها من خلال هذه اقترحنا بعض التوصيات:

## التوصيات و الاقتراحات :

- الاهتمام أكثر بالأنشطة الرياضية التربوية لما لها من أهمية على نفسية تلاميذ في المرحلة الثانوية لتنمية القدرات الإبداعية .
- الاستفادة من الخبراء والأساتذة في مجال الترويح في إعداد برامج تخصص الأنشطة الترويحية قصد العناية الجيدة بالتلاميذ داخل الثانوية خاصة من الناحية العقلية والمعرفية .
- إعطاء أهمية قصوى للأهداف المسطرة للأنشطة.
- العمل على إقامة دورات تطويرية للأساتذة الرياضة تهدف إلى زيادة الخبرات والمعلومات الخاصة بتعليم إبداعيا من خلال اللعب والألعاب.
- يجب على الأستاذ استخدام مختلف الاختبارات التي تقيس القدرات الإبداعية لمعرفة تأثيرها في الأنشطة الرياضية التربوية .
- تنظيم المسابقات ورصد الجوائز في الابتكار والابداع في شتى المجالات ومتابعة المبدعين وتشجيعهم .

## جامعة عمار ثليجي بالأغواط

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية و التربية الرياضية

### قسم الأنشطة البدنية

عزيزي التلميذ ،عزيزتي التلميذة :

تم تصميم هذا الاستبيان للقيام بمذكرة " ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي وعلاقته

بالإبداع لدى تلاميذ الطور الثانوي"

راجيا منكم التعاون معي في اتمام هذا البحث المتواضع .

و لكم مني جزيل الشكر .

ملاحظة : ضع علامة (x) أمام الإجابة الملائمة

المحور الأول : خاص بالبيانات الشخصية

1 . الجنس : 1 - ذكر  2 - أنثى

2 . السن : 1 . من 16 سنة إلى 18 سنة  2 . من 18 سنة إلى 20 سنة

3 . التخصص :

1 . علوم تجريبية  2 . آداب و فلسفة

3 . تقني رياضي  4 . تسيير و اقتصاد

المحور الثاني: خاص بالفرضية الأولى: - للأنشطة البدنية الرياضية دور إيجابي في الإبداع لدى تلاميذ المرحلة الثانوية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي----- .

4 - هل للأنشطة البدنية الرياضية دور ايجابي في الإبداع ؟

1 . نعم  2 . لا

5 - ماهي المدة التي تقضيها في ممارسة البدني الرياضي ؟

1 - من ساعة إلى ساعتين  2 - من 3 ساعات إلى 4 ساعات

3 - أكثر من 4 ساعات

6 - هل تقوم بالنشاط البدني الرياضي أثناء الحصص المبرمجة في الثانوية فقط ؟

1 - نعم  2 - لا

7 - هل تقوم بلابداع أثناء حصة النشاط البدني الرياضي فقط ؟

1 - نعم  2 - لا

8 - كيف يؤثر النشاط البدني الرياضي على محصولك الدراسي ؟

1 - ضعف في التحصيل الدراسي

2 - زيادة في التحصيل الدراسي والمعرفي معا

3 - أصبح لديك قدرة في الاستيعاب والفهم

9 - هل أثر النشاط البدني الرياضي على نتاجك المعرفي ؟

1 .نعم  2 - لا

10 - هل النشاط البدني الرياضي في زاد تنمية مهاراتك ؟

1. نعم  2. لا

11 - أنت كتلميذ بالمرحلة الثانوية ، هل تجد الأنشطة الرياضية لها دور ايجابي؟

1. نعم  2. لا

المحور الثالث : خاص بالفرضية الثانية: النشاط البدني الرياضي يزيد من الإبداع  
لدى التلاميذ-----

12 - هل النشاط البدني يساعدك على الطاقة الايجابية ؟

1. دائما  2. أحيانا  3. نادرا  4. أبدا

13 - هل تتردد في أوقات فراغك على هياكل الرياضية لممارسة نشاطك الإبداعي أم لكسر الملل و ملأ الفراغ ؟

1. دائما  2. أحيانا  3. نادرا  4. أبدا

14 - هل تعتبر النشاط البدني الرياضي يكسبك الابداع ؟

1. دائما  2. أحيانا  3. نادرا  4. أبدا

15 - هل ممارسة النشاط البدني الرياضي يكون منفرد او جماعي ؟

1. دائما  2. أحيانا  3. نادرا  4. أبدا

16- هل النشاط البدني الرياضي يزيد من الإبداع لدى التلاميذ

1. نعم  2. لا

المحور الرابع : خاص بالفرضية الثالثة : النشاط البدني الرياضي يحسن العلاقة

بين التلاميذ وبالتالي زيادة في الإبداع-----

17 - هل تشجع على النشاط البدني الرياضي ؟

1 - دائما  2 - أحيانا  3 - نادرا  4 - أبدا

18 - هل ممارسة على النشاط البدني الرياضي له أهمية كبيرة لدى تلاميذ مرحلة

الثانوي ؟

1 - مهمة  2 - مهمة جدا  3 - غير مهمة

19 - التعلم ممارسة النشاط البدني الرياضي يعمل على لفت انتباه ؟

1 - دائما  2 - أحيانا  3 - نادرا  4 - أبدا

20 - النشاط البدني الرياضي يحسن العلاقة بين التلاميذ وبالتالي زيادة في الإبداع ؟

1 - نعم  2 - لا

قائمة المصادر و

المراجع

## قائمة المراجع باللغة العربية :

(1) احمد الحمامي ، أنور الخولي : أسس بناء برامج التربية البدنية و الرياضية ، دار

الفكر العربي ، القاهرة ، 2000

(2) مين أنور الخولي : أصول التربية البدنية و الرياضية ، ط2 ، دار الفكر العربي

، القاهرة ، 2001م

(3) أمين أنور الخولي : الرياضة و المجتمع ، بدون ط ، سلسلة عالم المعرفة ،

الكويت ، سنة 2001

(4) محمد علال خطاب وكمال الدين زكي، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار

النهضة، القاهرة، 1965

(5) عصام عبد الخالق : التدريب الرياضي نظريات و تطبيقات ، دار المكتبة

الجامعية ، مصر ، 1982م

(6) محمد حسن عالوي: علم النفس الرياضي ، ط1 ، دار المعارف ، القاهرة ،

1994م

(7) إبراهيم رحوت : أثر والجوانب الصحة على النشاط البدني الرياضي ، ط1، دار

الفكر للطباعة والنشر ، عواى ، 1988م

(8) زكريا الشربيني، يسرية صادق، أطفال عند القمة الموهبة و التفوق العقلي و

الإبداع . الطبعة الأولى، القاهرة: دار الفكر العربي، 2002 م

9) عبد الستار إبراهيم، الإبداع قضاياها و تطبيقاتها . الطبعة الأولى، القاهرة:المكتبة

الأنجلو مصرية، 2002 م

10) أحمد عبادة، حب الاستطلاع و الابتكار لدى الأطفال. الطبعة الأولى،

القاهرة:مركز الكتاب للنشر، 2001 م

11) احمد بطاح , قضايا معاصرة في الادارة التربوية , عمان , دار الشروق ,

12) حنان عبد الحميد العناني , علم النفس التربوي , ط3 , عمان , دار الصفاء ,

2005 م

13) محمد الافندي: علم النفس الرياضي والاسس النفسية للتربية الرياضية دار

النضة للطبع والنشر

14) مالك سليمان مخول، علم النفس الطفولة والمراهقة، مطابع مؤسسة دمشق

1991 م

15) قاسمي صادق وايشوكان محمد، ثر الممارسة الرياضية على التوازن النفسي

والاجتماعي لدى المراهقين والمراهقات مذكرة ليسانس جامعة الجزائر .1994م

16) حسن علوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف - الطبعة 1 -1986م

17) مصطفى محمد زيدان: نمو نفس الطفل والمراهق وأسس الصحة النفسية،

الجامعة الليبية، ط.1 ،ليبيا

18) أمين أمور الخولي - محمود عبد الفتاح - عدنان درويش: التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1998م .

## المذكرات

1) حاج صدوق عبد الرحمن و شماني محمد دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلميذ مستوى الثالثة ثانوي مذكرة شهادة ماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية جامعة خميس مليانة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية قسم النشاط البدني الرياضي التربوي 2013م، 2014م.

2) بعاش أبوبكر دور حصة التربية البدنية و الرياضية في تفعيل عمليتي التعاون و التنافس من خلال الأنشطة اللاصفية شهادة ماستر في علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية جامعة شلف 2011م، 2012م.

3) بولحوش راجح و خميرة عبد الوهاب النشاط البدني الرياضي اللاصفي وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ المرحلة الثانوية شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة آكلي محند أولحاج بالبويرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، 2018م، 2019م.

4) غضبان مريم مساهمة الأسرة في ظهور السمات الإبداعية لدى الطفل مذكرة نيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي جامعة منتوري قسنطينة كلية العلوم

الإنسانية و الاجتماعية قسم علم النفس و علوم التربية و الأورطوفونيا

2005م، 2006م.

- (5) جمعة عبد الغني و عريبي حمزة مهارات الاتصال لدى استاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى تلاميذ الطور الثانوي سنة اولى ثانوي مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية عريبي حمزة جامعة أكلي محند أولحاج البويرة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية 2016م، 2017م.

## موقع الانترنت

- 1) <http://www.islameiat.com/doc/article.php?sid=245&mode=&order1> .
- 2) Norbert sillamy, Op.Cit.
- 3) <http://www.wata.cc/forums/showthread.php>.
- 4) [1http://www.amanjordan.org/aman\\_studies/wmprint.php?ArtID=848](http://www.amanjordan.org/aman_studies/wmprint.php?ArtID=848) .
- 5) [1https://iraqacad.net/archives/674](https://iraqacad.net/archives/674) اطلع عليه 10/جوان 2020 على الساعة 20:20 مساء.

6) 1 <https://iraqacad.net/archives/674> اطلع عليه 10/جوان 2020 على

. مساء الساعة 20:20

7) <http://www.wata.cc/forums/showthread.php>.

8) [www.clg.qc.ca/for/reg/dep/700/actint/2003/creativite/process](http://www.clg.qc.ca/for/reg/dep/700/actint/2003/creativite/process).

# الفهرس

اهداء

شكر.

مقدمة ..... أ-ب-ث

### الفصل التمهيدي

1-الإشكالية ..... 7

2-الفرضيات ..... 8

3-أسباب اختيار الموضوع ..... 8

4-تحديد المفاهيم ..... 9

5-أهمية الدراسة ..... 12

6-أهداف الدراسة ..... 12

7-الدراسات السابقة و المتشابهة: ..... 13

### الفصل الاول: النشاط البدني الرياضي التربوي

تمهيد ..... 20

1-تعريف النشاط ..... 21

1-2 تعريف النشاط البدني ..... 21

- 1-3 تعريف النشاط البدني و الرياضي .....21
- 2-أنواع النشاط البدني و الرياضي التربوي .....22
- 2- 1العاب بسيطة..... 22
- 2-2 العاب المنافسة ..... 23
- 2-3العاب الهادئة..... 23
- 3-خصائص النشاط البدني و الرياضي التربوي .....23
- 4-الأسس العلمية للنشاط البدني و الرياضي .....24
- 4-1الأسس البيولوجية ..... 24
- 4-2الأسس النفسية..... 24
- 4-3الأسس الاجتماعية ..... 25
- 5- وظائف النشاط البدني الرياضي التربوي .....25
- 5-1النشاط البدني الرياضي لشغل أوقات الفراغ..... 25
- 5-2النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن .....26
- 5-3النشاط البدني الرياضي لتنمية التفكير .....26

- 27.....27 4-5 النشاط البدني لدعم مقومات الإنسان لمتابعة الحياة الحديثة.
- 27.....27 5-5 النشاط البدني الرياضي إثراء العلاقات الاجتماعية.
- 28.....28 6-6 النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة و تحسينها.
- 28.....28 6-أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي.
- 30.....30 7-أدوار النشاط البدني الرياضي التربوي لدى المراهق.
- 31.....31 8-الأهداف العامة للنشاط البدني و الرياضي التربوي.
- 31.....31 8-1 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية البدنية.
- 31.....31 8-2 أهداف النشاط البدني الرياضي التربوي من الناحية النفسية الاجتماعية.
- 32.....32 8-3 أهداف التربية البدنية و الرياضية من الناحية الخلقية.
- 33.....33 9- دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تطوير الجانب الاجتماعي.
- 34.....34 الخلاصة.

### الفصل الثاني: الابداع لدى تلاميذ الطور الثانوي

- 39.....39 تمهيد
- 40.....40 1- مفهوم الإبداع في اللغة.

- 40..... مفهوم الإبداع اصطلاحا. 2-
- 41..... مفهوم الإبداع بناء على سمات الشخص المبدع. 3-
- 41..... الإبداع بين الوراثة و البيئة. 3-1
- 42..... قدرات التفكير الإبداعي. 4-
- 42..... الطلاقة. 4-1
- 43..... المرونة. 4-2
- 44..... الأصالة. 4-3
- 44..... الحساسية للمشكلات. 4-4
- 45..... إدراك التفاصيل. 4-5
- 45..... المحافظة على الاتجاه. 4-6
- 46..... التفكير الابداعي في المجال الرياضي. 4-7
- 46..... الإبداع الحركي. 5-1
- 49..... معوقات التفكير الإبداعي. 6-
- 49..... العوامل المتعلقة بالمناهج. 6-1

- 49.....2-6العوامل المتعلقة بالمناهج.....
- 50.....3-6العوامل المتعلقة بالمجتمع.....
- 50.....7-تنمية التفكير الإبداعي.....
- 51.....8-تقنيات تنمية الإبداع.....
- 51.....8-1التقنيات الفردية.....
- 51.....8-1-1 تقنية تمثيل الادوار.....
- 52.....8-1-2 حصر الصفات.....
- 52.....8-1-3 تقنية القوائم.....
- 53.....9-الابداع عند الرياضيين.....
- 54.....10-وظيفة النشاط البدني والرياضي في مرحلة المراهقة.....
- 54.....10-1النمو النفسي.....
- 55.....10-2علاقة التربية البدنية والرياضية بالنمو النفسي.....
- 55.....11-تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية للمراهق.....
- 58.....12-المرحلة الثانوية.....

12-1 تعريفها ..... 58

12-2 احتياجات المرحلة الثانوية ..... 59

13- أهداف المرحلة الثانوية ..... 59

14- أنواع نشاطات التربية البدنية في المرحلة الثانوية ..... 60

61 ..... خلاصة

### الفصل التطبيقي

#### الفصل الاول : اجراءات البحث

تمهيد ..... 64

1- الملاحظة ..... 64

2- مجالات البحث ..... 65

3- مجتمع البحث ..... 66

4- أدوات جمع البيانات ..... 67

69 ..... خلاصة

#### الفصل الثاني : الدراسات السابقة والمتشابهة

الدراسة الأولى ..... 72

72.....	اهداف الدراسة
72.....	نتائج الدراسة
73.....	التعليق على الدراسة
73.....	الدراسة الثانية
73.....	اهداف الدراسة
74.....	نتائج الدراسة
75.....	التعليق على الدراسة
75.....	الدراسة الثالثة
75.....	اهداف الدراسة
76.....	نتائج الدراسة
76.....	التعليق على الدراسة
76.....	الدراسة الرابعة
77.....	اهداف الدراسة
77.....	نتائج الدراسة
78.....	التعليق على الدراسة
78.....	الدراسة الخامسة
78.....	اهداف الدراسة
79.....	نتائج الدراسة

80.....	التعليق على الدراسة
80.....	الدراسة السادسة
80.....	اهداف الدراسة
81.....	نتائج الدراسة
81.....	التعليق على الدراسة
82.....	الخلاصة
84.....	الخاتمة
92.....	قائمة المصادر و المراجع
98.....	الفهرس