

جامعة عمار ثليجي بالأغواط
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
قسم الانشطة البدنية والتربية الرياضية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تربية البدنية والرياضية
تخصص تربية حركية لدى الطفل والمراهق

مهارات الإتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية
وعلاقتها بالرضا الحركي لتلاميذ الأقسام النهائية
دراسة ميدانية ببعض ثانويات مدينة الأغواط

إشراف الأستاذ:

- كروم بشير

إعداد الطلبة:

- مريقي عبد الحفيظ
- قديم عطاء الله

السنة الجامعية: 2017/2016

الصفحة	محتويات البحث
	شكر
	اهداء
	فهرس المحتويات
	فهرس الاشكال والجداول
أ	مقدمة
	الباب النظري
	الفصل التمهيدي
05	1-الإشكالية
08	فرضيات البحث
08	أهداف البحث
09	أهمية الدراسة
09	مصطلحات ومفاهيم البحث
12	الدراسات السابقة
	الفصل الاول مهارة الاتصال
19	تمهيد
20	1- مفهوم الاتصال
20	2-شروط الاتصال
21	2-1 الوضع
21	2-2 البساطة
21	2-3 سلامة الوسيلة
21	2-4 عدم التعارض
21	2-5 الإيجاز
21	2-6 التكامل
21	2-7 الملائمة

21	3- عناصر الاتصال
21	3-1 المرسل
22	3-2 المستقبل
22	3-3 الرسالة
22	3-4 قناة الاتصال
22	3-5 التغذية الراجعة
22	4- أنواع الاتصال
24	5- أشكال الاتصال
26	6- أهداف وأهمية الاتصال
26	7- معوقات الاتصال
27	8- مهارات الاتصال
34	9- تنمية مهارات الاتصال الفعال (لدى أستاذ التربية البدنية)
37	خلاصة
	الفصل الثاني أستاذ التربية البدنية و الرياضية
39	تمهيد
40	1- أستاذ التربية البدنية والرياضية
41	2- شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية
43	3- السمات الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية
44	4- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية
45	5- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية
45	6- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقويم
45	7- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه البحث العلمي
46	8- الخصائص والصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية
50	9- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية
53	خلاصة

	الفصل الثالث الرضا الحركي
55	تمهيد
56	1- غرض الحركة وهدفها
57	2- مبادئ التعلم الحركي
60	3- مفهوم الرضا الحركي
62	4- إجراءات تكوين الرضا الحركي
65	خلاصة الفصل
	الفصل الرابع خصائص المرحلة العمرية
67	تمهيد
68	1- تعريف المراقبة
68	2- التحديد الزمني للمراقبة (أطوار المراقبة
69	3- أهمية دراسة مرحلة المراقبة
69	4- أنماط المراقبة
69	4-1- المراقبة المتكيفة
69	4-2- المراقبة الانسحابية المنطوية
70	4-3- المراقبة العدوانية المتمردة
70	4-4- المراقبة المنحرفة
70	5- أزمة المراقبة
71	6- القلق عند المراقب
71	7- خصائص النمو في مرحلة المراقبة
72	7-1- النمو الجسمي
72	7-2- النمو الفيزيولوجي
73	7-3- النمو العقلي المعرفي
74	7-4- النمو الجنسي
75	7-5- النمو الأخلاقي

76	خلاصة الفصل
	الباب التطبيقي
	الفصل الخامس منهجية البحث
79	تمهيد
80	1- الدراسة الاستطلاعية
80	2- منهج الدراسة
80	1-2 البحث الإرتباطي
81	3- أدوات الدراسة
81	1-3 مقياس الرضا الحركي
83	2-3 اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية
83	4 مجتمع وعينة الدراسة
83	5 مجالات البحث
83	1-5- المجال الزمني
83	2-5- المجال المكاني
84	6- الأساليب الإحصائية
	الفصل السادس تحليل ومناقشة النتائج
96	1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الاولى
97	2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
97	3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة
98	4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرئيسية
99	5- الاستنتاج العام
100	6- الاقتراحات والتوصيات
104	الخاتمة
	قائمة المراجع
	الملاحق

فهرس الجداول

رقم الجدول	المحتوى	الصفحة
1	الجدول رقم 01 يوضح نتائج المتوسط الحسابي لمهارة التحدث لدى الاستاذ	86
2	الجدول رقم 02 يوضح نتائج المتوسط الحسابي لمهارة التعامل مع الاخرين لدى الاستاذ	88
3	الجدول رقم 03 يوضح نتائج المتوسط الحسابي لمهارة ادارة العواطف لدى الاستاذ	90
4	جدول رقم 04 يبين نتائج المتوسط الحسابي لمهارة الاتصال	92
5	الجدول رقم 05 يوضح نتائج المتوسط الحسابي للرضا الحركي عند التلاميذ	93
6	الجدول رقم (06) يبين درجة معامل الارتباط بين الرضا الحركي ومجال مهارة التحدث	96
7	الجدول رقم (07) يبين درجة معامل الارتباط بين الرضا الحركي ومجال التعامل مع الآخرين	97
8	جدول رقم (08) يبين العلاقة الارتباطية بين الرضا الحركي ومجال إدارة العواطف	97
9	جدول رقم (09) يبين العلاقة الارتباطية بين نتائج إختبار مهارات الإتصال للأستاذ من وجهة نظر التلاميذ ومقياس الرضا الحركي	98

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزءا بالغ الأهمية من عملية التربية العامة فهي تعتبر مادة أساسية في البرنامج المدرسي، حيث تعتبر نظام تربوي له أهداف تمس الجوانب العديدة في حياة الفرد، منها الفعلية والعضوية كما تأخذ التربية البدنية والرياضية أساسية في حياة التلميذ لما تقدمه من فوائد نفسية جسمية اجتماعية، كما يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية صاحب الدور الرئيسي في عملية التعلم والتعليم خاصة التعليم الحركي الذي هو عبارة عن تعديل تكميلي للسلوك أثناء التجارب والاختبارات المتكررة وهذا حسب التعريف القاموسي لعلم النفس حيث يعتبر الأستاذ أبرز أعضاء هيئة التدريس وله الصلة المباشرة بالمتعلم أي التلميذ، ويعتبر الاتصال البيداغوجي أي معلم متعلم أحد الروافد الأساسية التي تعتمد عليها مهنة أستاذ التربية البدنية والرياضية.

ويعرف علم النفس الاتصال على أنه: "عملية نقل انطباع أو تأثير من منطقة إلى أخرى... أي من فرد إلى آخر أو من بيئة إلى الفرد وذلك من خلال عدة أساليب جوهرها الكلام واستخدام الحواس التي تشعر الآخرين بالاهتمام".¹

وفي هذا السياق يعرف الاتصال في التربية كما يرى "كيرت ليفين" بأنه العملية التي يمكن بواسطتها نقل التغيير الذي يحدث في إحدى مناطق المجال السلوكي إلى منطقة أخرى، وتعتبر التعلم الحركي أحد أهداف حصة التربية البدنية والرياضية ويعتبر موضوع التعلم الحركي محطة أنظار العديد من العلماء الذين عرفوه وكل حسب اتجاهه ونظريته.

ولقد ذهب العديد من الباحثين في مجال التعلم الحركي إلى ضبط نموذج للعمل من خلال أبحاثهم، معتمدين على الجذور التاريخية في التجارب النفسية وهو النموذج لعملية المعلومات فالنشاط الإنساني وتفاعل الفرد مع الآخرين يتم في ضوء عملية مصممة لجميع المعلومات المتولدة فجميع أنواع المدخلات تأتي إلينا عن طريق الأنظمة والأجهزة الإدراكية (العين، الأنف، الشم)، فنحن حينما نتحرك خلال البيئة المحيطة بنا سواء على الأرض أو في البحر أو الهواء نتولد لدينا أنشطة بيئية مختلفة، وكي ندرك تلك الأنشطة من خلال المعلومات التي نلتقاها فلا بد

¹ - محمد السيد أبو النيل: "علم النفس الاجتماعي"، دراسة عربية وعالمية، مطابع دار الشعب، ط3، 1997، ص 75، 76.

من تنظيم وتحليل تلك المدخلات حتى يقبلها مخرجات تتناسب مع نوع المدخلات إدراكها أو لا بإحدى الحواس¹، وتؤكد فلشين Felshin على أن حركة الإنسان هي المجال الأساسي لنظام التربية البدنية، فهي أساس لأداء وظائف الإنسان، وهي ذلك الجانب الحيوي من ثقافة أي مجتمع، وهي الخبرة الجمالية والتعبيرية له كما أنها مصدرا لقيمة الإنسان والتي تضي المعنى لحياته.²

إن الرسالة التي يوجهها الأستاذ قد تصل سليمة ويفهمها المستقبل فهما صحيحا ويتقبلها ويتصرف حيالها حسب ما يتوقعه المرسل، وتعتبر عملية الاتصال في هذه الحالة ناجحة، وقد تصل الرسالة إلى المستقبل ولكنه لا يفهمه أو لا يتقبلها ومن ثم لا يتصرف بالنسبة لها كما يرجو المرسل وفي هذه الحالة فإن عملية الاتصال تعتبر غير ناجحة وربما لا تصل الرسالة على الإطلاق لسبب أو لآخر وقد تصل ناقصة أو مشوشة، وهذه الاحتمالات موجودة دائما ويرجع فضل عملية الاتصال إلى عنصر أو أكثر من عناصر عملية الاتصال، ولكن من الممكن أن يتحقق المرسل من نتيجة رسالته عن طريق (إرجاع الأثر) أو ما يسمى أحيانا (التغذية المرتدة) والمقصود بذلك أن يحاط المرسل علما بما يترتب على رسالته من آثار عند المستقبل أو إذا ما ظلت سبيلها لسبب ما ولم تصل إليه أو وصلته ناقصة أو مشوشة أو مخوخة، ويكون مسار إرجاع الأثر عكس مسار عملية الاتصال الأصلية أي تكون من المستقبل إلى المرسل ووظيفتها تصحيح المفاهيم عند المستقبل أو إقناعه بها.

إن ممارسة التلميذ للتربية البدنية والرياضية يأمل ويرغب في الوصول إلى تعلم حركة أو مهارة، ومن خلال موضوع بحثنا، "مهارات الاتصال البيداغوجية لأستاذ التربية البدنية والرياضية وانعكاساتها على التعلم الحركي".

ومن أجل الوصول إلى الإجابة على إشكالية البحث انتهجنا دراسة الخطوات التالية:

¹ - د. طلحة حسام الدين: علم الحركة التطبيقي، الجزء الأول، دار الفكر العربي، 1987، ص 278.

² - Ulrich celeste : ibid : p 133.

سنقوم بتقسيم البحث إلى مدخل عام للبحث نتطرق فيه إلى طرح الإشكالية وعرض الفرضيات، الدراسات السابقة ونتطرق إلى أهمية البحث وأسباب اختيار الموضوع إضافة إلى المفاهيم والمصطلحات.

أما الباب الثاني والأخير الذي يخص الجانب التطبيقي فيه من عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

1- الإشكالية:

إن الاتصال يعد وسيلة يستخدمها الإنسان لتنظيم واستقرار وتعبير حياته الاجتماعية ونقل أشكالها ومعناها من جيل إلى جيل عن طريق التعبير والتسجيل والتصميم ولا يمكن لجماعة أو منظمة أن تنشأ وتستمر دون اتصال يجري بين أعضائها ومن الأسس العلمية المسلم بصحتها أن تقبل فكرة جديدة لا يحدث فجأة ولا يتحقق على دفعة واحدة وإنما سيستغرق ذلك من الشخص وقت طويلاً ويتم على خطوات أو مراحل متعددة والشخص يقوم بعملية الاتصال غالباً ما يمر بمراحل وقد يطول أو يقصر الوقت الذي يقضيه الشخص في كل مرحلة طبقاً لظروف خاصة، أما في التربية البدنية والرياضية فإن الاتصال يعد من الطرق الأساسية لدرس التربية البدنية والرياضية، فعملية الاتصال البيداغوجي بين الأستاذ والتلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية و"تمط الأستاذ في الاتصال يسعى من خلاله إلى تحقيق هدف عام وهو التأثير في المستقبل حتى يتحقق المشاركة في الخبرة مع المرسل وقد يصب هذا التأثير على أفكاره لتعديلها وتغيرها على اتجاهاته أو على مهاراته"¹، إن مهنة تدريس مادة التربية البدنية والرياضية ليست بالأمر السهل أو البسيط كما يعتقد البعض بل هي مهنة تتطلب جهداً إضافياً من طرف الأستاذ لكونه يحتك بصفة مباشرة مع تلاميذه مختلفي المواهب البدنية القدرات العقلية والحركية لهذا السبب يكون الأستاذ مضطراً لأن يتعامل مع جميع الحالات السابقة ويتكيف معها بغض النظر على الفروق الفردية، حتى يتسنى له تحقيق الأهداف المنتظرة منه أثناء ممارسة مهنته، فيعتبر الأستاذ الموصل الأساسي والباحث الحقيقي لهذه العلاقة كما هي الحال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية حيث دوره مرتبطاً بنجاح عملية الاتصال أي إيصال المعلومات بطريقة سليمة للتلميذ. لذلك فإن تدريس التربية البدنية والرياضية يعتبر عملية تربوية يتعاون فيها كل من الأستاذ والتلميذ لتحقيق ما يسمى بالأهداف التربوية، وهو -أي التدريس- عملية اجتماعية تتفاعل وكافة الأطراف التي تهمها العملية التربوية لغرض نمو المتعلمين والاستجابة لرغبتهم وخصائصهم

¹ - عدنان درويش: "التربية الرياضية المدرسية"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996، ص 119.

واختيار المعارف والمبادئ والأنشطة التي تتناسب معهم وتتسجم في نفس الوقت مع روح العصر ومتطلبات الحياة الاجتماعية.

ينظر إلى الحركة في المجال الإنساني كتفاعل للنواحي النفسية والفيزيولوجية والعصبية كعمليات داخلية بالإضافة إلى النواحي أو المظهر الخارجي للحركة المتمثل في النواحي الديناميكية والإستاتيكية، ومعرفة الحركة ودراستها أمر ضروري لكل العاملين في المجال التربوي عامة ومجال التربية البدنية والرياضية خاصة وعلى ذلك يرى ماينل "إن دراسة الحركة يجب أن لا تتوقف عند الناحية النظرية فقط، بل يجب أن تتعدى ذلك إلى الممارسة العملية لها الخطوة الأولى نحو التعلم الصحيح من خلال ما تقدمه للطالب من بيانات حسية والتي تشكل أفق مدركاته وبها يعرف ما يتصل بنفسه وجسمه وعن طريقها ينمي الفرد لياقته ومفاهيمه وقيمه على المستوى الحركي أساسا وأيضا على المستوى الانفعالي والمعرفي والاجتماعي".¹

يعرف الرضا الحركي بأنه حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين وتعبّر عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها التحق بهذا لنشاط،² أما الرضا عن العمل فيعرف بأنه حصيلة العوامل المتصلة بالعمل والتي تجعل الفرد محبا لعمله مقبلا عليه في بدء يومه.³

إن الرضا سواء عن المهنة أو الدراسة يأتي من نتيجة للاتجاهات التي لدى الفرد نحو مهنته أو دراسته وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوى طموحه وخصائص شخصية وميوله التي تظهر في صورة الرضا.⁴

¹ - بسيطيوي عبد الكريم: "أسس ونظريات الحركة"، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، مصر، سنة 1996، ص 33.

² - محمود سمير طه: "بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقين الميدان والمضمار"، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الأول، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، سنة 1989، ص 101.

³ - محمد عفاف محمود: "الرضا عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى الطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية"، المؤتمر العالمي الخامس، جامعة حلوان، مصر، سنة 1984، ص 728.

⁴ - نفس المرجع، ص 728.

العمرية التي يمر بها تلاميذ الأقسام النهائية مرحلة حرجة في حياة الإنسان ألا وهي مرحلة المراهقة، والتي تمثل مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان وأصعبها لكونها تشمل على عدة تغيرات عقلية وجسمية، إذ تتفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم، وقلة التوافق العضلي العصبي بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل، حيث وصفها "ستانلي هول" أنها فترة عواصف وتوتر وشدة وتكتنفها الأوهام النفسية، وتسودها المعاناة والإحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبة التوافق، فالمراهقة هي عملية الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشباب، وتتميز بأنها فترة بالغة التعقيد لما تحمله من تغيرات عضوية ونفسية وذهنية تجعل من الطفل كامل النمو، وعلاقة الأستاذ بالتلميذ تلعب دورا أساسيا في بناء شخصية المراهق.

وعليه ومن خلال تعدد التيارات التي تطرقت لمهارات الاتصال والرضا الحركي والتي أعطت كل واحد منها تعريفا خاصا، إلا أنها تبقى متداخلة ومتكاملة فيما بينها، أما "هومبورجر" فيميز مرحلة المراهقة بأنها فترة ارتباك بالنسبة للنواحي الحركية، كما يرى "ميكلمانونويهارس" في هذه الفترة أنها فترة الاضطراب والفوضى الحركية، إذ أنها تحمل في طياتها بعض الاضطرابات التي تمتد إلى فترة معينة بالنسبة للنواحي النوعية للنمو الحركي.

وبما أن موضوع دراستنا يدور حول علاقة مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية بالرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية، كان علينا طرح التساؤل التالي:

التساؤل العام: هل هناك علاقة إرتباطية بين مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

التساؤلات الجزئية:

- 1- هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين مهارة التحدث عند الأستاذ والرضا الحركي لدى تلاميذ الأقسام النهائية.
- 2- هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين مهارة التعامل مع الآخرين عند الأستاذ والرضا الحركي لدى تلاميذ الأقسام النهائية.

3- هل هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مهارة إدارة العواطف عند الأستاذ والرضا الحركي لدى تلاميذ الأقسام النهائية.

2- فرضيات البحث:

1-الفرضية العامة:

توجد هناك علاقة ارتباطية بين مهارة الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

2-الفرضيات الجزئية:

أ- توجد هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مهارة التحدث عند الأستاذ والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

ب- توجد هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مهارة التعامل مع الآخرين والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

ج-توجد هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مهارة إدارة العواطف عند الأستاذ والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

3-أهداف البحث:

يمكن إيجاز أهم أهداف الدراسة بما يلي:

1- التعرف على أنواع الاتصال البيداغوجي المستعملة من قبل أستاذ التربية البدنية والرياضية.

2-تحديد العلاقة بين نوع الاتصال المستعمل من طرف الأستاذ التربية البدنية والرياضية والتعلم الحركي.

3-محاولة معرفة الأثر الذي يحدثه الاتصال التعليمي في حصة التربية البدنية والرياضية.

4-إمكانية الكشف عن دور الاتصال البيداغوجي وتعزيز العلاقة بين الأستاذ والتلميذ.

5-إبراز أهمية الاتصال البيداغوجي في التأثير على الرضا الحركي.

4- أهمية الدراسة:

1- من الناحية النظرية:

مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والتي تتناول العلاقة بين تعتبر هذه الدراسة من أولى الدراسات الرياضية والرضا الحركي لتلاميذ الأقسام النهائية وما تشمله من متغيرات في مجتمع له خصائصه.

2- من الناحية التطبيقية:

من المتوقع أن تفيد الدراسة رجال التربية والتعليم في مختلف المجالات التربوية والإرشادية وبما تقدمه من فهم ومعرفة ونتائج توجيهية، وذلك معرفة أسباب انخفاض الرضا الحركي عند التلميذ، ومن هنا سنكون على دراية بما يعانيه التلميذ وبالتالي مساعدته على تخطي هذه العقبات.

5- مصطلحات ومفاهيم البحث:

1-الاتصال:

كلمة مشتقة من الأصل اللاتيني COMMUNIS.

لغة:

بمعنى عام أو شائع أو بديع عن طريق المشاركة، فنحن عندما نتصل لعمل إلى إقامة مشاركة مع طرف آخر في المعلومات والأفكار والاتجاهات تعمل باللغة العربية المعنى نفسه، حيث تشير إلى إقامة الصلة بين أطراف الاتصال.¹

اصطلاحاً:

يعرفه العالم الاجتماعي تشارلز كولي -1909- بأنه "ذلك الميكانيزم الذي من خلاله توجد العلاقات الإنسانية، وتنمو وتطور الرموز العقلية بواسطة وسائل نشر رموز عبر المكان واستقراريتها عبر الزمان، وهي تتضمن تعبيرات الوجه والإيماءات والإثارات ونغمات الصوت

¹ - عادل الهواري سعد عبيد: "مدخل إلى الاتصال والرأي العام"، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1997، ص 11.

والكلمات والطباعة والخطوط الحديدية، والبرق والتلفون وكل تلك التدابير التي تعمل بسرعة وكفاءة على قهر الزمان والمكان"¹.

إنّ فالاتصال هو عبارة عن عملية ديناميكية مستمرة من المرسل وهو الأستاذ إلى المستقبل وهو التلميذ ويتم ذلك خلال نقل المعلومات والأفكار والاتجاهات والقيم بواسطة وسائل معينة.

2-الأستاذ:

لغة: المعلم، المدير، العالم.

اصطلاحاً: الأستاذ قدوة وكفاءة ودائرة معارف للسائلين وثقافة للمحتاجين من المشرفين والمرشدين والموجهين ويعتبر عنصراً أساسياً في إقناع المحيط بقيمة مهنته بالسهر على تجسيد النوايا التربوية وهذا بتلبية احتياجات التكوين لكل تلميذ بحيث مشاركتهم وتحسيناتهم تمثل علامة الفعالية ونجاعة الأسلوب البيداغوجي المطبق من طرفه وهذا نظراً للدور الذي يلعبه في العملية التربوية.²

الأستاذ متعدد الأدوار والأساليب فلا يقف عند حد من الحدود، يؤدي دوره بكل قدرة واهتمام ورغبة وخاصة في تفاعله مع تلاميذه داخل الصف وخارجه.

فهو القدوة لتلاميذه يلعب دوراً مهماً في حياة التلميذ، منظم، مسير للمناخ النفسي والمادي والاجتماعي، موجه ومرشد للتعلم.

يؤثر في التلميذ بطريقة فردية ويؤثر في التفاعل الاجتماعي بين التلاميذ فهو معني بمشاكلهم التعليمية والتكيفية فلا يقتصر دوره على غرفة القسم والمدرسة بل يتعداه إلى القرية والمدينة بل يتعداه... دور المعلم بلا حدود من أجل تلميذ قادر على مواجهة الحياة وتطورها من أجل تلميذ بلا حدود.³

¹ - عاطف عدلي عبيد، سعد مصلوح: "موسوعة العلوم الاجتماعية"، الإمارات العربية المتحدة، بدون طبعة، مكتبة الفلاح، 1999، ص 131.

² - محمد أمين المفتي: "معالم تربوية سلوك التدريس"، مؤسسة الخليج العربية، 1996، ص 75، 76.

³ - محمود حسان سعد: "التربية العلمية بين النظرية والتطبيق"، ط1، ص 103.

3- التربية البدنية والرياضية:

هي جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهرها فكلمة "البدنية" تشير إلى البدن وهي كثيرا ما تستخدم للإشارة إلى صفات بدنية كالقوة البدنية والنمو البدني وصحة البدن والمظهر الجسماني، وهي تشير إلى البدن أو الجسم كمقابل للعقل على ذلك فحينما نضيف كلمة بدنية نحصل على تربية بدنية.

والتربية البدنية والرياضية هي فرع من فروع التربية الأساسية التي تشمل نظريتها من العلوم المختلفة وتستخدم النشاط البدني والموجه لإعداد الأفراد إعدادا متكاملا بدنيا واجتماعيا وعقليا كما أنه تكيف الفرد بما يتلاءم مع حاجاته والمجتمع الذي يعيش فيه ويعمل على تطوره وتقدمه وقد عرفها "روبرت بوبان" بأنها حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية والحركية بهدف تحقيق النمو الكامل التربية هي الجزء من التربية العامة تستغل نشاط الفرد.¹

حصة التربية البدنية والرياضية:

تعتبر حصة التربية البدنية والرياضية الوحدة الأساسية لتكوين الدورة ولها دور أساسي في النشاطات ويكون موضوعها مختارا حسب أهداف خاصة وتعتبر حصة التربية البدنية والرياضية وحدة تدريسية تستعمل الأنشطة البدنية لأهداف تربوية.

كاكتساب التلاميذ حب العمل الجماعي والتعاون والارتقاء بمستوى العمل الجماعي مثل الألعاب الصغيرة الجماعية والألعاب الرياضية أو التمرينات الجماعية، والمساعدة على تكامل المهارات الحركية ووضع القواعد الصحية الصحيحة لكيفية ممارستها داخل وخارج المدرسة مثل القفز والرمي والوثب... إلى آخر هو اكتساب المعلومات والمعارف والحقائق عن أسس الحركة البدنية وأصولها البيولوجية، الفسيولوجية، والبيوميكانيكية بالإضافة إلى اكتساب قدرات جماعية مثل التعبير الحركي وتشكيل القوام الجيد للفرد.

¹ - تشارلز أبيكور: "أسس التربية البدنية"، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده المكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1964، ص

4-الرضا الحركي:

يرتبط مفهوم الرضا الحركي بالتعبير والمشاعر، والبهجة عند التحرك، وتأثير الحركة على تحريك المشاعر.

والرضا الحركي لا يقف عند حد جعل تعلم المهارات الحركية خبرة إيجابية ناجحة بل جعلها انفعال أكثر منها نفسية حركية.¹

ومن الناحية الإجرائية يتحدد هذا المفهوم في هذه الدراسة "بأنه مستوى مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطالب وفقا لمقياس الرضا الحركي".

5-مهارات التحدث : ونقصد بها كيفية تعامل الاستاذ مع تلاميذه عن طريق الحديث والكلام ومدى فهم التلاميذ لكلام الأستاذ .

6-مهارة القدرة على فهم الآخرين : ونقصد بها كيفية تعامل الأستاذ مع التلاميذ وإختياره للطرق المناسبة للفئة العمرية التي يتعامل معها ومدى فهم الاستاذ لما يقصده ويفكر به التلاميذ .

7-إدارة العواطف : نقصد بها محاولة الأستاذ إستمالة التلاميذ والتحكم في عواطفهم وتصرفاتهم

6-الدراسات السابقة:

6-1- دراسة الطالب بن سعادة بدر الدين (2008 -2009) : جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف ، معهد التربية البدنية والرياضية هذه الدراسة تحت عنوان مهارة الإتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية.

الإشكالية :

1- هل هناك علاقة إرتباطية بين مهارات الإتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية .

¹ - عفاف عبد الكريم: "طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية"، مرجع سابق، ص 22.

2- هل تتأثر العلاقة بين مهارات الإتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند التلاميذ بمتغير خبرة الأستاذ .

3- هل تتأثر العلاقة بين مهارات الإتصال للأستاذ والرضا الحركي عند التلاميذ بمتغير التكوين العلمي للأستاذ .

ولقد توصل الباحث إلى تحقق الفرضية الأولى والثانية بينما الفرضية الثالثة لم تحقق أي ان العلاقة بين مهارات الاتصال للأستاذ والرضا الحركي عند التلاميذ لا تتأثر بمتغير التكوين العلمي للأستاذ

دراسات تناولت مهارات الاتصال:

6-2- دراسة الأستاذ مأمون بن أحمد البدرين (2003):

دراسة قام بها الأستاذ مأمون بن أحمد البدرين سنة (2003) تحت عنوان "مهارات الاتصال وبناء العلاقات" واستهدفت هذه الدراسة تأثير مهارات الاتصال على بناء وتوطيد العلاقات الاجتماعية، وقد أجريت الدراسة على 1350 فرد، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي -الدراسة المسحية-.

6-3- دراسة الدكتور جميل حمداوي (2001):

دراسة قام بها الدكتور جميل حمداوي سنة 2001 تحت عنوان التواصل اللفظي وغير اللفظي في المجال البيداغوجي والديداكتيكي، وأجري البحث في المدارس الابتدائية بالدار البيضاء (المغرب).

6-4- دراسة عمار أحمد أمين (1999):

دراسة قام بها عمار أحمد أمين سنة 1999 تحت عنوان "العلاقة بين المدرب والمتدرب وانعكاساتها على مردود الفريق أثناء المنافسة (فرق كرة القدم)"، وقد قام الباحث بأخذ عينة من فرق كرة القدم الدوري المصري وانتهى بنتيجة تأثير العلاقة بين المدرب والمتدرب على مردود الفرق.

دراسات تناولت الرضا الحركي:

6-5- دراسة سامية فرغلي (1985):

دراسة قامت بها كل من "سامية فرغلي"، زينب سيد حسن 1985 وعنوانها "مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية بصفة عامة ونشاط الجمباز بصفة خاصة".

واستهدفت الدراسة التعرف على مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ وتلميذات الفرق الثلاثة الأخيرة بالمرحلة الابتدائية بالمناطق التعليمية المختلفة بمحافظة الإسكندرية واشتملت عينة الدراسة على (3600) تلميذ وتلميذة يمثلون أربعة مناطق تعليمية، كما تشمل على (325) تلميذ وتلميذة من مزاوли الأنشطة الخارجية بذات المناطق، وقد استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي - الدراسة المسحية-.

ومن أهم النتائج أن مؤشرات الرضا الحركي تتجه نحو السلبية بشكل عام في المناطق الأربعة، كذلك انخفاض مؤشرات الرضا لممارسة الأنشطة الخارجية بصفة عامة ونشاط الجمباز خاصة.¹

6-6- دراسة سميرة طه محمود (1989):

دراسة قامت بها "سميرة طه محمود" (1989) وعنوانها "بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقين مسابقات الميدان والمضمار" واستهدفت بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقين الميدان والمضمار تحت 19 سنة واشتملت عينة البحث على (75) متسابق واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي.

¹ - سامية فرغلي، زينب سيد حسن: "مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية بصفة عامة بصفة خاصة"، بحث منشور، بحوث المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول النامية، كلية التربية الرياضية بالهرم، 1985، ونشاط الجمباز.

6-7- دراسة محمد محمود عبد الدايم (1994):

دراسة قام بها "محمد محمود عبد الدايم" (1994) وعنوانها تقنين مقياس الرضا عن أنشطة وقت الفراغ على البيئة المصرية، واشتملت عينة الدراسة على (432) طالبا واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وقام بتعريب المقياس الذي وضعه Beard Jacob ومنبر راغب لقياس درجة رضا الأفراد عن أنشطة وقت الفراغ يصلح لتطبيقه في البيئة المصرية.¹

6-8- دراسة هانم حسن أحمد كساب (1994):

دراسة قامت بها "هانم حسن أحمد كساب" (1994) وعنوانها "مستويات الرضا الحركي لدى طلاب المرحلة الجامعية" لدى طلاب كليتي الآداب والتربية -جامعة قاريوني بينغازي- بهدف التعرف على مستويات الرضا الحركي لديهم ومدى التغير الذي يحدث لدى الطلاب في مستوى الرضا الحركي نتيجة اشتراكهم الفعلي في الأنشطة الخارجية بصفة عامة والجمباز بصفة خاصة، واشتملت عينة الدراسة على (1400) من طلاب الجامعة، ومن بينهم (80) من مزاوولي الأنشطة الخارجية، وكان المنهج المستخدم هو المنهج المسحي الوصفي، واستخدمت الباحثة مقياس نيلسون وآلن للرضا الحركي، وكانت من أهم النتائج أن مؤشرات الرضا الحركي تتجه نحو السلبية بوجه عام في جميع أقسام الكليتين فيما عدا قسم التربية البدنية الذي اتجه نحو الإيجابية.²

6-9- دراسة ديويروفيشر Dwyer and Fisher (1990):

وقام ديويروفيشر Dwyer and Fisher (1990) بدراسة بعنوان "تصورات المصارعين لقيادة المدربين كمؤشرات للرضا الحركي عن القيادة" واستهدفت دراسة جانب محدد للنموذج متعدد الأبعاد للقيادة ورضا الرياضيين بناء على تصوراتهم لسلوكيات القادة ونوع الرياضة، واشتملت عينة الدراسة على 152 مصارع واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، ومن أهم النتائج أن

¹ - محمد محمود عبد الدايم: "تقنين مقياس الرضا عن أنشطة وقت الفراغ"، مجلة بحوث المؤتمر لرياضة المستويات العالية، المجلد الثاني، القاهرة، 1994.

² - هانم كساب: "مستويات الرضا الحركي لدى طلاب المرحلة الجامعية"، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد 21، كلية التربية الرياضية، أبوقير، الإسكندرية، 1994.

المصارعين الذين تصوروا مدربيهم ذو كفاءة عالية في التدريب والتعليم لديهم درجة كبيرة من الرضا عن القيادة.¹

¹- Dwyer and Fisher, D : perception of coaches ship as predictors of satisfaction with.

تمهيد

نظرا لأهمية الاتصال في حياتنا العصرية وتأثيره في العديد من العلاقات الشخصية في جميع المجالات الحياة اليومية، وهذا ما جعله ذات أهمية بالغة في حياتنا. كما أن جميع المخلوقات لها نشاط اتصالي فيما بينها على اختلاف أنواعها، ولقد وجد الاتصال بين البشر منذ أن خلق الله تعالى أبونا آدم وحواء، وحتى هذه الساعة لا يمكن لأحد أن يتصور حياة اجتماعية بدون اتصال.

1- مفهوم الاتصال:

"لفظة اتصال communication مشتقة من العبارة أو اللفظ اللاتيني communis التي تعني عام أو شائع أو يذيع عن طريق المشاركة أو اللفظة communicare والتي تعني تأسيس جماعة أو مشاركة".

وتعني في العربية إيصال فكرة أو رأي عدد من الأفراد وربطهم ببعضهم البعض.

هناك تعريف متعددة تناولت مفهوم الاتصال، منها:

- الاتصال عملية مشتركة هدفها نقل المعلومات ذات غرض محدد من شخص لآخر أو جماعة لأخرى.

- الاتصال عملية تبادل الحقائق والأفكار والآراء بين شخصين أو أكثر.

- الاتصال عملية نقل واستقبال المعلومات من شخص لآخر وهي وسيلة توجيه الأنشطة المتعددة للصف.

- الاتصال هو عملية إرسال المعلومات ذات المعنى المحدد منفرد لآخر بهدف التأثير على السلوك الثاني.

- كما أن الاتصال هو وسيلة نقل المعلومات والقيم والاتجاهات ووجهات النظر.

وعليه تعمل عملية الاتصال على رفع الروح المعنوية لدى التلاميذ وتنمية روح الفريق بينهم، وتقوية الشعور بالانتماء إلى المدرسة والاندماج فيها.

"ويعرف الاتصال في التربية بأنه عملية مشتركة في الخبرة بين شخصين أو أكثر حتى تعم هذه الخبرة وتصبح مشاعاً مما يترتب عليه إعادة تشكيل أو تعديل المفاهيم والتصورات السابقة لكل طرف من الأطراف المشاركة في هذه العملية"¹.

2- شروط الاتصال:

بما أن الاتصال عملية تفاعلية تم بواسطتها نقل الأفكار والمعلومات، فإنه لنجاح هذه

العملية لابد من توافر شروط هامة، في مقدمتها:

¹ - بيتر ج. ل. تومسون ، مدخل إلى نظريات التدريب . القاهرة : مركز التنمية الإقليمي ، 1996، ص 6 .

2-1- الوضوح: بمعنى أن يكون مضمون الاتصال واضحاً لا فيه حتى يوفر للمستقبل (التلاميذ) أكبر قدر من الفهم، وبالتالي يوفر لهم أكبر قدر من الفائدة.

2-2- البساطة: بمعنى أن يتم الاتصال بشكل مبسط، خال من التعقيد بحيث يتسنى للرسالة (المعلومات) أن تصل إلى التلاميذ في أقصر وقت ممكن حتى يتم العمل بالمضمون.

2-3- سلامة الوسيلة: بمعنى أن تكون وسيلة الاتصال سليمة، تشير إلى المطلوب، وتكون في مستوى إدراك المستقبل (التلاميذ) حتى لا تفسر بصورة مغايرة لما يهدف إليها الاتصال.

2-4- عدم التعارض: بمعنى أن يكون هناك توافق بين الوسائل المستخدمة في عملية الاتصال، فلا يكون بينها تعارض يؤدي قصور فعالية الاتصال.

2-5- الإيجاز: أي البعد الطويل والإسهاب الذي قد يخلب المعنى مما يصيب المستقبل (التلاميذ) بالفتور.

2-6- التكامل: أي شمول الرسالة لكافة جوانب الموضوع من ناحية الكم والكيف.

2-7- الملائمة: بمعنى أن يكون الاتصال ملائماً من حيث طبيعة التلاميذ ومن حيث الهدف من عملية الاتصال وكذلك التوقيت وعملية التنفيذ¹.

3- عناصر الاتصال:

وتتكون عملية الاتصال من العناصر التالية

3-1- المرسل sender:

ويطلق عليه أيضاً المصدر source أو القائم بالاتصال communicato وهو الهيئة أو الفرد الذي يريد التأثير في الآخرين ليشاركوا في أفكار وإحساسات واتجاهات معينة كالمفكرين والفلاسفة والمعلمين والمرشدين والمذيعين ورجال الإعلام وغيرها.

¹ -مصطفى عبد السميع ، مهارات الاتصال في عمليتي التعليم والتعلم، دار الفكر ، عمان ، 2005، ص 78.

3-2- المستقبل Receiver:

يشكل العنصر الثاني في عملية الاتصال ويطلق عليه أيضا المتلقي audience هو الفرد أو الجماهير التي يوجه إليها المرسل رسالته ومحتواه.

3-3- الرسالة message:

وهي الأفكار والمفاهيم والإحساسات والاتجاهات التي يرغب المرسل في اشتراك الآخرين فيها فالحقائق العلمية التي يقدمها المعلم لتلاميذه رسالة، الاتجاهات الفكرية التي يرغب المصلح في تعليم الناس إياها رسالة، والإحساس بالفرح أو الحزن الذي يحاول الفنان أن يشارك الجمهور فيه رسالة، والفكرة الجديدة التي يود المفكر أن يفهمها للناس رسالة، فهي الناتج المادي لفكر المرسل.

3-4- قناة الاتصال Channel:

وقد يطلق عليها أيضا وسيط medium وهي الوسيط الذي تنتقل به الرسالة من المرسل إلى المستقبل، فاللغة اللفظية والإشارات والحركات والصور والتماثيل والسينما كلها وسائل نقل الرسالة.

3-5- التغذية الراجعة Feedback:

ويطلق عليها أيضا رجع الصدى وهي رد المتلقي على رسالة المرسل إلى قد يستخدمه الخير في تعديل رسالته التالية، تعتبر التغذية الراجعة تكملة من المستقبل للحوار الذي بدأه المرسل لتكتما دائرة الاتصال¹.

4- أنواع الاتصال:

تتنوع أنواع الاتصال وأساليبه ولا كنها تشترك في هدف بعينه وهو توصيل الرسالة في محاولة منها لاستقطاب عقل الإنسان ويمكن الإشارة إلى أهم أنواع الاتصال فيما يلي:

¹- بيتر ج. ل تومسون ، مرجع سابق ، ص 07 .

4-1- الإعلام:

هو تزويد الناس بالمعلومات الصحيحة والحقائق والأخبار الصادقة والجديدة التي تهم الجمهور في وقت معين بقصد معونتهم على تكوين الرأي السليم إزاء مشكلة من المشاكل أو مسألة عامة.

4-2- الدعاية:

الدعاية هي الجهود المخططة أو المحاولة المقصودة التي يقوم بها الفرد أو الجماعة تستهدف تشكيل اتجاهات جماعات أخرى أو التحكم فيها، وذلك باستخدام وسائل الاتصال

4-3- الإعلان:

هو رسالة مدفوعة مقابل لها بواسطة ممول معين لعرض الأفكار والسلع والخدمات وترويجها، وهذه الرسالة تكون أخبار أو معلومات أو ترفيه أو الثلاثة مجتمعة.

4-4- العلاقات العامة:

وهي هندسة التدبير التفاهم والرضى ويميل هذا التعريف إلى أن يجعل من رجل العلاقات العامة محللاً للرأي العام وداعية في نفس الوقت.

4-5- التعليم والتثقيف:

يختص هذا الشكل من أشكال الاتصال بنقل التراث والمهارات الأساسية من جيل لآخر، وإذا كانت الروضة والمدرسة والجامعة يلعبن دوراً أساسياً في أداء هذه الوظيفة فإن ذلك النقل قائم على عملية الاتصال ووسائلها المختلفة.¹

4-6- الاتصال التربوي:

"عرف فلوريد بروكوز فإنه يحدد الهدف للاتصال بأنه عملية نقل فكرة أو مهارة أو حكمة من شخص لآخر".

1- مصطفى عبد السميع محمد، نفس المرجع السابق، ص80.

2- نفس المرجع، ص81.

"كما يرى جون ديوي أن الاتصال هو عملية مشاركة في الخبرة بين شخصين أو أكثر حتى تعم هذه الخبرة وتصبح مشاعا بينهم".

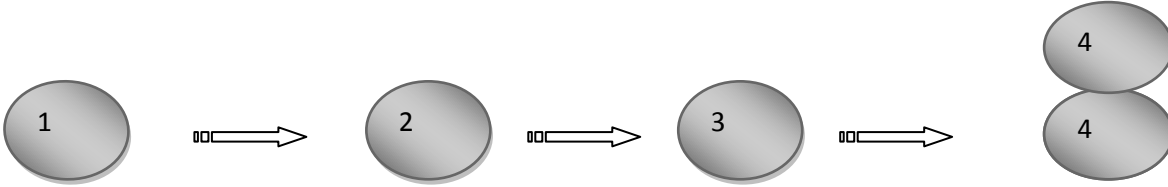
4-7- الاتصال التعليمي:

هو عملية تفاعلية مشتركة بالرموز اللفظية بين المرسل والمستقبل من خلال القنوات المناسبة بغرض تحقيق أهداف معينة.

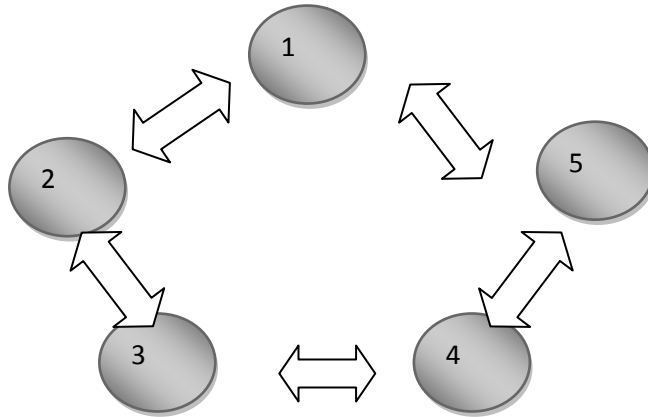
5- أشكال الاتصال:

هناك عدة أشكال الاتصال نذكر منها:

5-1- الاتصال على شكل سلسلة:¹



5-2- الاتصال على شكل دائرة: ويتم هذا النوع من الاتصال على بين الأفراد على شكل دائرة ويزيد قدر هذا التفاعل في هذا النوع السابق.²

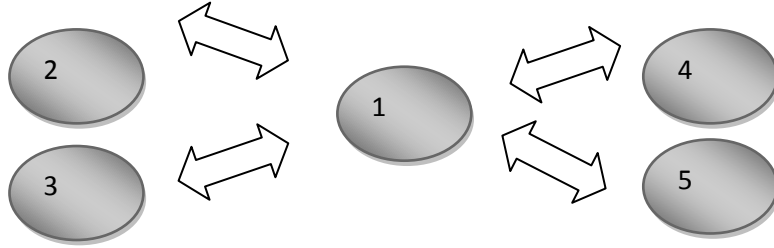


الشكل 2: الاتصال على شكل دائرة.

¹ - حارث عبودة، الاتصال التربوي، عمان الأردن: دار النشر والتوزيع، ط1، 2009، ص30.

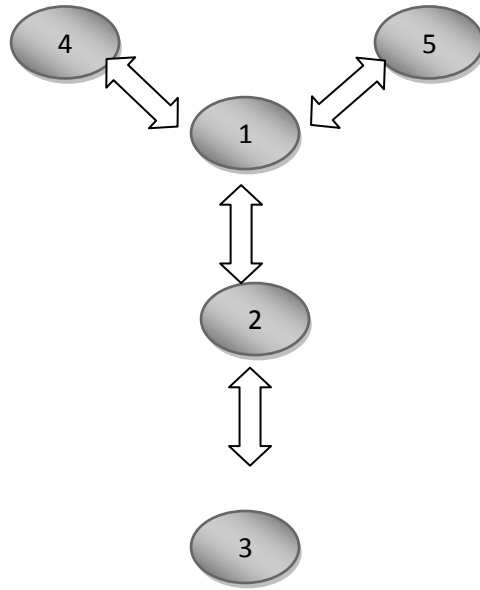
² - نفس المرجع ، ص 30.

5-3- الاتصال على شكل عجلة: في هذا النوع من الاشكال الاتصال يكون أحد الأفراد هو مركز عملية الاتصال والمنسق لها.



الشكل 3: الاتصال على شكل عجلة.

5-4- الاتصال على شكل حرف (Y): وفي هذا النوع من أنواع الاتصال هناك مركز الاتصال ينظمها مثل نموذج العجلة ولكنه أقل في عدد الفروع التي يتحكم فيها¹.

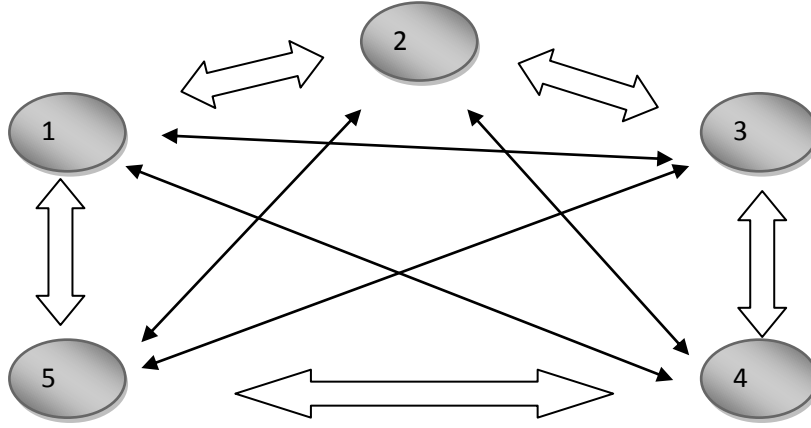


الشكل 4: الاتصال على شكل (Y).

5-5- الاتصال متعدد الأبعاد: ما هو موضح غي الشكل فإن جميع المكونات النظم الاتصالي تتفاعل مع بعضها البعض لأن هناك اتصال مباشر بين الوحدات ولا يوجد مركز تحكم في عملية الاتصال.

¹ - حارث عبود ، نفس المرجع السابق ، ص31.

الشكل 5: الاتصال متعدد الأبعاد¹.



6- أهداف وأهمية الاتصال:

- تفهم الفرد للعمل المكلف به.
- التعرف على مشكلات ومعوقات العمل.
- تدعيم مفهوم العلاقات الانسانية.
- تحقيق التناسق في الاداء.
- تقليل الإشاعات في التنظيم.
- تحقيق الفاعلية لعمل الادارة.
- تدعيم المركز التنافسي للمنشأة.
- تدعيم العلاقات في المجتمع.

7- معوقات الاتصال:

- عدم انتباه مستقبل الرسالة الى محتوياتها.
- عدم وجود تفهم دقيق للمقصود من الرسالة سواء بواسطة المرسل إليه أوالمصدر.
- استخدام الكلمات في الرسالة لها دلالات ومعان مختلفة لأشخاص مختلفين.
- ضغط الوقت لكل من المرسل أوالمرسل إليه².
- تأثير الحكم الشخصي لمستقبل الرسالة على نجاح عملية الاتصال.

¹ - جارت عبود ، نفس المرجع السابق ، ص 32

² - مصطفى عبد السميع ، مرجع سابق ، ص 84 .

8- مهارات الاتصال:

تتمثل مهارات الاتصال في خمسة خطوات وهي كالآتي:

8-1 مهارات الاستماع:

تتمثل مهارة الاستماع الوجه الآخر لمهارة الحديث ومنهما معا يتحدد طرفا عملية الاتصال الرئيسيين.

- المرسل - المستقبل أو المتحدث - والمستمع ويمثل الاستماع وسيلة أساسية للحصول على المنبهات الخارجية وترجع أهمية الاستماع إلى:

- السمع أسبق حواس العقل إلى وصل الى وصل الإنسان بالكون.

- يتسم السمع بالقدرة على الشمول والإحاطة.

- يمكن للفرد أن يعيش بفضل حاسة السمع إذا فقد حاسة البصر.

- الاستمتاع إلى شريط أساسي للنمو اللغوي إضافة إلى اكتساب خبرات الآخرين.

- اكتساب معلومات جديدة.

- تحسين العلاقات - تأكيد - الأهمية - التقييم والفهم.

ويتحدد عناصر عملية الاستماع في:

المتحدث - الرسالة - المستمع - الإدراك - بيئة - الاستماع - التشويش - رجع الصدى

ويمكن تقسم الاستماع وفقا للمعايير المختلفة إلى أنواع¹:

أولاً: وفق الحجم:

1- استماع ذاتي: وهو الاتصال للعقل اللا شعوري لعملية التحدث مع نفس ولعملية التذكر التأملية.

2- استماع بين فردين: ويتمثل في عملية الاستماع التي تحدث أثناء الأحاديث التي نتبادلها مع بعضنا البعض في الطرقات والميادين ومجالات العمل.

¹ - مصطفى عبد السميع ، مرجع سابق ، ص 85.

3- استماع جماعي: ويتمثل في الدروس والمحاضرات والخطب والسياسة والدينية والمؤتمرات الصحفية والسياسية.

ثانيا: وفقا لعنصر المواجهة بين طرفي عملية الاستماع

1- استماع مباشر: وهو الذي يتواجد فيه طرفا عملية الاستماع وجها لوجه كما في أنواع الاتصال الشخصي والجماعي ويتميز رجع الصدى

2- استماع غير مباشر: وهو الاستماع الذي عبر أجهزة ووسائل الاتصال والتلفون والإذاعة والتلفزيون...

ثالثا: وفقا لغرض الاستماع.

1- استماع عارض: وهو استقبال كافة الأصوات المتاحة في البيئة المحيطة بالإنسان وبطريقة غير مقصودة.

2- استماع تعليمي وتثقيفي: وتتمثل في عرض ونقل المعلومات الجديدة للمستمعين.

3- استماع توجيهي: يستهدف التوجيه والإرشاد بغرض التأثير بغرض التأثير في المستمعين.

4- استماع ترفيهي: ويهدف إلى الترقية عن المستمع أو مساعدته على قضاء أوقات الفراغ بطريقة ممتعة.

5- الاستماع التعليمي: ويحدث عندما نستمع لمتحدث يحاول التأثير على اتجاهات وعقائدنا وعواطفنا أو تصرفاتنا ونحن نستمع بطريقة تقييمية لكي نمكن أنفسنا من اصدار الأحكام المناسبة المتعلقة بمثل هذه الرسائل الإقناعية¹.

أنواع المستمعين:

1- مستمع مصغي: وهو المستمع الذي يصغي بأذنيه ويتدبر بعقله كل ما يسمعه ويحلله ويصنفه ويقيمه.

¹ - مصطفى عبد السميع ، مرجع سابق ، ص 86.

2- المستمع المتظاهر: أو المدعى وهو الذي يظهر استماعه وانتباهه ليس مع المتحدث.
3- المستمع الذاتي أو الأناني: ويدخل في دائرة هذا الموضوع الأفراد الأنانيون الذين لا يحبون سوى انفسهم ولا يرون سواها.

4- المستمع المحدود الأهمية: وهو الذي يصغى لموضوع الحديث الذي يدخل في نطاق اهتمامه فقط .

5- المستمع الفضولي: وهو مستمع غير هادف يعطي انتباهه لكل ما يود معرفته مما يرضى. فضوله عن الاشخاص والأشياء والأحداث.

معوقات الاستماع: تتمثل معوقات الاستماع في:

- قدان الهدف.

- تفاهة الحديث.

- الميل للانتقاد.

- التشويش.

- عدم الصبر.

8-2- مهارات الحديث:

ويعد الحديث أحد وجهي الاتصال اللفظي - الوجه الشفهي وهو عبارة عن رموز لغوية منطوقة تنقل أفكارنا ومشاعرنا واتجاهاتنا إلى الآخرين ويتم الحديث عن طريق الاتصال المباشر كالمناقشات والمحادثات وعبر وسائل الاتصال الجماهيرية (إذاعة - تلفزيون - سينما) وعبر وسائل الاتصال الشخصي غير المباشر كالتليفزيون والدوائر التليفزيونية المغلقة، والحديث من خلال ثلاثة مراحل مرحلة الإعداد الحديث من خلال تحديد هدف وموعد ومادة الحديث بالإضافة إلى اختيار المكان المناسب ونوعية الجمهور، مرحلة توصية الحديث وتشمل كافة الخطوات الأولية إلى نهاية الحديث مع الاستعداد وأثناء الحديث ومن خلال رجع الصدى وبعد الحديث¹.

¹ - مصطفى عبد السميع ، المرجع السابق ، ص 87.

سمات المتحدث الناجح:

- 1- الموضوعية.
- 2- الصدق.
- 3- الوضوح.
- 4- الدقة.
- 5- الحماس.
- 6- القدرة على التذكر.
- 7- الاتزان الإنفعالي.
- 8- المظهر.
- 9- القدرة على التعبير الحركي.

سمات صوتية:

- 1- النطق بطريقة صحيحة.
- 2- وضوح الصوت.
- 3- السرعة.
- 4- استخدام الوقفات.

السمات الانفعالية:

- 1- القدرة على التحليل والابتكار.
- 2- القدرة على عرض والتعبير.
- 3- القدرة على الضبط الانفعالي.
- 4- القدرة على تقبل النقد.

8-3- مهارات السؤال:

السؤال أداة إيجابية خلافة للحصول على المعارف والمعلومات في مختلف أنشطة الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والثقافة وفي مختلف مجالات البحث والدراسة والممارسة التطبيقية والحصول على المعلومات عن طريق السؤال ويكون بطريقتين:

- **التعبير اللفظي:** سواء كان منطوقاً أو مكتوباً.

التعبير الغير لفظي مثل ارتفاع وانخفاض الأحبال الصوتية للتأكيد على بعض الكلمات وللسؤال أهمية كبرى في كثير من مجالات الحياة العامة، وفي مجال التفاوض الإداري والسياسي، ومجالات التعليم المختلفة وفي مجال الاتصال الدعوى، وفي المجال الإعلامية.

وظائف السؤال:

على ضوء الدراسات اللغويين والبلاغيين وعلماء الاجتماع والتي تعد المقدمات التي استخلص منها العلماء المعاصرون الوظائف المختلفة للسؤال أو الاستفهام، فإن هناك وظائف كثيرة للسؤال فمن هذه الوظائف: إقناع الآخرين، الحصول على المعلومات أو تلقيها، زرع الأفكار وتكوين الآراء، استطلاع الحقائق، تنشيط المناقشة، تنمية روح الود وعلاقة التعاون، تجنب الانتقادات، تكوين الرأي، صياغة القرار، لفت الأنظار، كسب الوقت، التطبيق، التعريف، التنبؤ، الافتراض وغيرهم من الوظائف الحيوية للسؤال¹.

- مرحلة توجيه الأسئلة:

يمر السؤال بثلاث مراحل لتوجيهه:

1- مرحلة الاستعداد: وتشمل هذه المرحلة تحديد الهدف من السؤال وارتباطه بموضوع الحديث وتحديد شخصيته من توجه إليه السؤال إضافة إلى نوع السؤال وأسلوب صياغته.

- **مرحلة طرح السؤال:** ومنها نتجنب العصبية ونسيطر على الشعور بالخجل ونختار الوقت المناسب لطرح السؤال مع تجنب عدم الإفراط في الأسئلة وتوظيف المثيرات النفسية للدلالة على الاهتمام بالمتحدث.

¹ - مصطفى عبد السميع ، مرجع سابق ، ص 88.

- **مرحلة الإجابة:** والتقويم ورج الصدى وفي هذه المرحلة يستطيع السامع أن يفهمها ويحدد نقاط الصنف والنقاط التي يحتاج إلى مراجعة أو تأكيد.

أنواع الاسئلة:

1-وفقا لطبيعتها:

أسئلة استهلاكية، أسئلة أولية، أسئلة ثانوية.

2-وفقا للشكل:

أسئلة مغلقة، أسئلة مفتوحة.

3- وفقا للاتجاه:

أسئلة محايدة، أسئلة موجهة أو إيجابية.

4- وفقا للغرض:

أسئلة معرفية، أسئلة التذكر، أسئلة تفسيرية، أسئلة تطبيقية، أسئلة التعريفات، أسئلة التقويم، أسئلة الترويح، الأسئلة المتكلفة.

4-8- مهارات القراءة:

القراءة عملية فكرية شديدة التعقيد لارتباطها بنشاط العقلي والفسولوجي للإنسان إضافة إلى حاسة البصر وأداة النطق والحالة النفسية. وهي تقوم على أبعاد أربعة: التعرف على النطق، الفهم النقد، الموازنة، حل المشكلات.

أهمية القراءة:

تحقق القراءة التواصل بين أفراد المجتمع الواحد من خلال الوقوف على أفكار الآخرين واتجاهاته ويتعرف الأفراد من خلالها على التراث الثقافي للمجتمع بما يحافظ على وحدة المجتمع وتقارب المجتمع وهي وسيلة الاتصال المجتمعات بعضها مع بعض وهي تعمل على تنمية الأفراد وتزويدهم بالمعارف البشرية لمسايرة التقدم العلمي بالإضافة أنها تساعد القراءة على رفع مستوى المعيشة¹.

¹ - حارث عبودة ، مرجع سابق ، ص36.

المهارات اللازمة للقراءة:

- وتتدخل في أداء هذه العملية حواس الفرد وقدرته وخبرته ومعارفه وذكائه ومجموعة أخرى من القدرات التي ينبغي توافرها لدى القارئ ليتمكن من القراءة على رفع مستوى جيدة ومنها:
- القدرة على النظر لى الكلمات المكتوبة وإدراك النقاط الأولية المهمة في الموضوع.
 - القدرة على إدراك المعنى العام للمادة المقروءة.
 - القدرة على ترتيب وتنظيم المادة المقروءة.
 - القدرة على القراءة مع التنبؤ بالنتائج.
 - القدرة على التميز بين أجزاء وفصول وتعريفات المادة المقروءة.
 - القدرة على نقد تمحيص المادة المقروءة.

أنواع القراءة:

- 1- القراءة الخاطفة أو السريعة.
- 2- قراءة الاستمتاع.
- 3- القراءة التحصيلية.
- 4- القراءة النقدية.

8-5 مهارة الكتابة:

عرف الإنسان الكتابة منذ زمن بعيد وعمل على تطويرها حتى وصلت إلى الصورة التي نعرفها الآن شعر في البداية بعجزه عن تذكر الأحداث والتواريخ والأعداد فعمل على تدوينها في صورة ثابتة ليتمكن من الاحتفاظ بها والرجوع إليها كما دعت الحاجة فتوصل إلى توصيل الرموز الصوتية، والاعتبارات الأساسية لضمان الاتصال الكتابي هي:

- 1- اعتبارات متعلقة بالنص الكتابي نفسه: وفيها استعمال الألفاظ والرموز التي يستطيع المستقبل فهمها والتجاوب معها وأن تتوافر للنص من حيث الإعداد للمقومات الفنية التي تساعد

على زيادة فعاليته وفي إطار هذا ينصح علماء اللغة بضرورة تحليل النص الكتابي إلى عناصره الأولية والمتمثلة في الكلمة، الجملة، الفقرة¹.

2- عوامل متعلقة بظروف المحيطة بالنص الكتابي: الظروف المحيطة بالنص المكتوب لا تقل أهمية عن العوامل الخاصة بالرسالة نفسها فهذه الظروف تؤثر تأثيرا كبيرا في مدى تقبل الرسالة الإعلامية أو رفضها ومن هذه الظروف: (ظروف متعلقة بالكاتب وظروف متعلقة بالجمهور).

9- تنمية مهارات الاتصال الفعال (لدى أستاذ التربية البدنية):

أن الاتصال الفعال يحتاج إلى المهارات التالية:

- كسب انتباه التلاميذ.

- تعلم حسن استخدام الصوت.

- تنمية استخدام المهارات الغير اللفظية.

- تنمية مهارات الاستماع.

- تنمية المصادقية وتأكيدها.

9-1- جذب انتباه التلاميذ:

يجب أن يكون التلاميذ مستعدون لسماع الأستاذ قبل أن يبدأ الكلام، وهناك العديد من الطرق لكسب انتباه التلميذ مثل استخدام الصفارة، أرفع اليد وغيرها.

ومهما كانت الطريقة المستخدمة فمن الأهمية الاستحواذ على الانتباه التام لجميع

التلاميذ، لذا ينبغي محاولة عزل وإبعاد أي شيء قد يتعارض أو يشتت انتباه المستمعين.

والاحتفاظ بانتباه المجموعة من التلاميذ يجب التأكد من أن الجميع يتخذون أماكنهم بحيث

يستطيعون سماع ورؤية ما يحدث، وذلك بمراعاة عدم مواجهة وجوه التلاميذ لأشعة الشمس

أو غيرها من مشتتات البصر وذلك لضمان تركيز انتباه التلميذ نحو الأستاذ.

¹ - حارث عبودة ، مرجع سابق ، 37.

9-2- تعلم حسن استخدام الصوت:

أن الانتباه الذي يعطيه التلاميذ للأستاذ لا يرتبط بمقدار ارتفاع صوته، إذا أن التغير في حجم ونغمة وإيقاع الصوت تعتبر من الوسائل التي تجعل أنماط الحديث أكثر تأثير في عملية الاتصال.

والأستاذة الجيدون يقومون بإدخال تغيرات على أنماط أصواتهم لجذب الانتباه لما يقولونه. والتأكيد على النقاط العامة، وهذا مفيد أحيانا، فعلى سبيل المثال يجب أن تكون هناك برهة انتظار قبل الحديث حول بعض التوجيهات ذات أهمية البالغة وبذلك يمكن ضمان تركيز انتباه التلاميذ على التوجيهات التي تعقب برهة الانتظار مباشرة.

9-3- تنمية استخدام المهارات الغير اللفظية:

أن الاتصال الغير اللفظي يستطيع أن ينقل أكثر من 70% من المعلومات من أية رسالة، فإذا كانت الرسالة اللفظية التي نرسلها صحيحة ودقيقة فمن الأهمية أن يدعمها الاتصال الغير اللفظي.¹

بشرط أن يكون منسقا مع محتوى الرسالة اللفظية، ويجب على الأستاذ الاهتمام بطريقة الاتصال غير اللفظي في المواقف المختلفة وان يقوموا بالتعديلات الضرورية في ضوء هذه المواقف.

9-4- تنمية مهارات الاستماع:

احتاج الكثير من الأساتذة إلى تنمية مهاراتهم في الاستماع، فالإتصال الناجح يعني الاستقبال وكذلك الإرسال.

والتلاميذ يرغبون في معرفة ما يقولونه سيتم الاستماع إليه، ويمكن تنمية مهارات الاستماع باستخدام الأساليب التالية:

- **كن منتبها (الاستماع):** أنظر إلى التلميذ وأظهر بأنك تستمع إليه.

¹بيتر ج. ل تومسون ، مدخل إلى نظريات التدريب . القاهرة : مركز التنمية الإقليمي ، 1996 ، ص 10/7.

- **تجنب المقاطعة:** من بين الاسباب الرئيسية للاتصال الرديء هو مقاطعة الأستاذ للتلميذ قبل إتاحة الفرصة له للتعبير الكامل عن نفسه.

- **أظهر الفهم (الموافقة):** بالإيماء بالرأس أو بتكرار ما ذكره التلميذ في بعض الأحيان، يستطيع الأستاذ أن يظهر للتلميذ أنه قد فهم رسالته.

- **طرح السؤال:** أن الأسئلة تتيح فرصة الاتصال عن طريق دعوة التلاميذ للتعبير عما يشعرون به، ويجب على الأستاذ، عللا سبيل المثال، الحذر من سرعة المبادرة بأخبار التلاميذ عن أسباب مستوى الأداء، ففي كثير من الأحيان يستطيع الأستاذ أن يعرف أكثر عن طريق المبادرة بالسؤال التلاميذ أولا للتعبير عن آراءهم اتجاه موقف ما.

9-5- تنمية وتأكيـد المصادقية:

إن التلاميذ يتقبلون ويحترمون الأستاذ الذي يتميز بالمصادقية ويكون أكثر قابلية للاتصال به، ويمكن تنمية المصادقية بعدة طرق منها:

- **معلومات عن كل رياضة:** ينبغي أن تكون لدى الأساتذة الثقة في المعلومات رعن جل أنواع الرياضة، ومن ناحية أخرى تكون لديه الثقة في أن يجعل التلاميذ يدركون ما لا تعرفه، فمن الأفضل أن يقول: "أنني لا أعرف الإجابة وسوف أحاول البحث عنها" بدلا من محاولته تخمين أي إجابة قد تكون خاطئة".¹

- **التحدث فقط عند الضرورة:** إذا قام بالتحدث كثيرا فإن التلاميذ سوف لا يستطيعون التفريق بين ما هو هام وما هو غير هام، والتأكد من أن كل ما يريد قوله يتسم بالأهمية وأن عبرته بلغة سهلة.

- **الملابس والمظهر:** أن المظهر يؤثر رأي الناس اتجاه الأستاذ، وخاصة في المراحل الأولى من العلاقات، فالتلاميذ بحاجة إلى الشعور بالفخر بأستاذهم، وهذا الشعور ينمو ويزدهر إذا كان مظهر الأستاذ.

¹ - بيتر ج. ل. تومسون ، نفس المرجع السابق ، ص 12/7.

2- نفس المرجع ، ص 13/7.

خلاصة:

إن الاتصال الفعال هو أساس الدرس الجيد، وبدون هذا الاتصال يصعب على الأستاذ نقل المعلومات للتلاميذ، كما أن كلا من تعلم المهارات العقلية وتعلم المهارات البدنية يتأسس على الشرح، والمران والتغذية الراجعة.

وتطور مهارات الاتصال الفعال لا تساعد في عملية تعلم المهارات فقط بل تساعد الأستاذ في كل مايقوم به من أدوار أثناء الحصة وخارجها.

تمهيد:

إن مكونات المهنة التربوية من خلال وحدتها وعلاقتها المرتبطة، تعطي للنشاط المدرس اتجاهًا محددًا، وتطبيع عمله بأسلوب المربي، لذا فالاختبار المهني له دور وظيفي متخصص يتطلب وجود ارتباط بين طبيعة هذا الدور، ومتطلباته من قدرات وكفاءات تخصصية مناسبة، ومنه فإن التدريس هو عملية تفاعل متبادل بين الأستاذ والمتعلمين، المعلومات والمهارات والقيم والاتجاهات التربوية المرغوبة، التي ينبغي تحقيقها في فترة زمنية محددة تعرف بالدرس أو بوحدة النشاط.

1- أستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يلعب دورا هاما وحيويا وله فاعلية في العملية التربوية فمسؤوليته كبيرة جدا ومهمته، إذا أن مهمته لا تقتصر على التربية الجسمية بل يتعداها لتصل إلى أكثر من ذلك، لأنه لا يتفاعل مع تلاميذه في الفصل فقط بل يتعداها إلى فناء المدرسة، وإلى علاقات التلاميذ المدارس الأخرى.

كما أن لأستاذ التربية البدنية والرياضية أثرا على حياة التلاميذ المدرسية، فهو الذي يوجه قواه الطبيعية التوجيه السليم ويهيئ لقواه المكتسبة البيئة التعليمية الملائمة، كما أنه يساعد التلميذ على التطور في الاتجاه الاجتماعي السليم، وذلك لأن وظيفة أستاذ التربية البدنية والرياضية لا تعد مقصورة على توصيل العلم إلى المتعلم، كما يضمن البعض ولكنه مربي أولا وحجر الزاوية في النظام التعليمي، فالمعلم دوره مهم وخطير، فهو نائب عن الوالدين وموضع ثقتهم، لأنهما قد وكلا إليه أمر تربية أبنائهم حتى يصبحوا مواطنين صالحين، وليس هناك معلم في أي مدرسة تحتاج له الفرص التي تتاح لأستاذ التربية البدنية والرياضية في الأخذ بيد التلاميذ إلى الطريق السوي المقبول اجتماعيا، ذو الأثر الصحي والعقلي.¹

وبجانب ما سبق فإن معلم التربية البدنية والرياضية يعد رائدا اجتماعيا ويعني ذلك أنه يشعر بما في المجتمع من مشاكل، ويعمل على أن يعد التلاميذ بحيث يستطيعون التعامل مع هذه المشاكل وحلها كما أنه يسهم بمجهوده الشخصي في إرشادهم إلى كيفية التغلب على ما يصادفهم من أمراض اجتماعية ومن تصرفات شاذة يقوم بها البعض الشواذ من الخارجين على المجتمع، بالتالي يساعد ذلك على حمايتهم.²

¹ - زينب علي عمر، غادة عبد الحكيم، طرق تدريس التربية الرياضية، القاهرة، دار الفكر العربي، ط1، 2008، ص65-66.

² - محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية والرياضية دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ط2، 2004، ص197.

2- شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية:

2-1 الشخصية التربوية للأستاذ:

نظرا للتطور التربوي المتواصل لكل من عمليتي التعليم والتعلم يجب علينا إذا أن نراعي الجوانب الخاصة للتلميذ، لأنه هو العنصر الأهم في العملية التعليمية، وذلك من الناحية النفسية والبدنية والاجتماعية بالطرق المدروسة الهادفة في التعليم، ويدخل العمل المهم للأستاذ في امتلاك الوسائل المادية والمعرفية الملائمة لمعالجة هذه المجالات الخاصة بالمتعلم، ويفترض على الأستاذ التركيز على جانبي النمو والتكيف كأهداف لتحقيق الغايات المنشودة، بالتنسيق مع البرامج والدروس، كما أن للأستاذ تأثيرا كبيرا على جانب القيم والأخلاق.

وبسبب العلاقة الحميمة بين التلاميذ وأستاذ التربية البدنية فإن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعد من أبرز أعضاء هيئة التدريس بالمجتمع المدرسي تأثيرا في تشكيل الأخلاق والقيم الرفيعة لدى التلاميذ، وفي ظل هذه المعطيات لا يتوقف دور الأستاذ على تقديم ألوان النشاط البدني والرياضي المختلف بل يتعدى ذلك بكثير، فهو يعتمد إلى المؤمنة بين ميول تلاميذه وإمكانيات المدرس، وقدراته الشخصية في تقديم واجبات تربوية في إطار بدني رياضي يستهدف النمو والتكيف، حيث تتصف هذه الواجبات بقدرتها على تنشيط النمو وتعجيل مراحله عندما يسمح الأمر بذلك، ومتابعة برامج التربية الرياضية المدرسية من المهارات الحركية، العلاقات الاجتماعية، أنشطة الفراغ، القوام المعتدل، والصحة العضوية والنفسية، والمعارف الصحية، والاتجاهات الإيجابية.¹

2-2 الشخصية القيادية للأستاذ:

يقول أرنولد (DOLNRA) أن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر قائدا لحد كبير بحكم سنه، وتخصصه الجذاب، كما يعتبر الوحيد من بين هيئة التدريس الذي يتعامل مع البعد الغريزي للطفل وهو اللعب، كما زادت وسائل الإعلام من فرض شخصية كقائد في أيامنا هذه

¹ - محمد محمد الشحات، تدريس التربية الرياضية، القاهرة، العلم والإيمان للنشر والتوزيع، ط1، 2007، ص105-106.

ويعتقد ويليامز (IAMSWILL) أن دور المعلم التربية البدنية والرياضية فعال جدا وذلك إيجابيا أو سلبيا، بالنظر إلى أن الطفل يطبق ما يتعلمه من أسرته ومدرسته ومجتمعه.

ولقد أفادت بعض الدراسات أن شخصية مدرس التربية البدنية والرياضية له دور على النمو الاجتماعي والعاطفي للتلميذ، ومن الواجب أن يدرك الأستاذ حساسة التلاميذ والمشاكل التي يعانون منها والفروق الفردية الخاصة المختلفة أثناء العملية التعليمية.

وفي دراسة قدمها ويتي (Y WITT) وقام خلالها بتحليل كتابات اثني عشر ألف تلميذ وطفل ومراهق بتصوراتهم عن توفير الأمان وتقدير التلميذ، تليها صفات مثل: (اهتمامه بالحافز، التعرف على تلاميذه، إظهار الحنان والألفة، اتصافه بروح مرحة، اهتمامه بمشاكل التلميذ، التعاطف والتسامح).

ولقد توصلت (جنجر بالي) أن الوصف الغالب للقيادات الناجحة هو أنهم أناس يعطون الآخرين إحساسا بالارتياح، ولديهم القدرة على إشعارهم بالأمان والانتهااء وبعض الاهتمام.¹

وقد أشار "عدنان جلون" إلى ما اتفق عليه العديد من العلماء في المجالات القيادية على ضرورة توفير الموصفات التالية في القيادة وهي: موصفات فطرية، موصفات اجتماعية، موصفات علمية، موصفات عقلية..... وتوفر هذه الموصفات يعطي المجتمع مدرسا وقائدا أفضل، ومن جانب الديني يذكر القرآن الكريم في وصفه للقائد والقيادة في أكثر من موضع ومناسبة موضحا الأسس القيادية الصحيحة حيث وصف الله تعالى رسول هذه الأمة محمد صلى الله عليه وسلم بأوصاف قيادية، نذكر منها على سبيل المثال: الآية الكريمة التالية "وإنك على خلق عظيم" القلم آية (4).

"ولو كنت فضا غليظ القلب لا نفضوا من حولك فأعف عنهم و استغفر لهم وشاورهم في الأمر" (آل عمران 159).

¹ - أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، التربية الرياضية المدرسية، القاهرة، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة، ص33-34.

"ادع إلى سبيل ربك الحكمة والموعظة الحسنة وجادلهم بالتي هي أحسن" (النحل آية 125).

3- السمات الأساسية لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

اشتُرطت التربية الحديثة شروطاً دقيقة جداً لنجاح العملية التعليمية وأدائها على أحسن وجه، وبما أن الأستاذ هو مسؤول الأول والأخير على نجاح هذه العملية فهي تشترط فيه التحلي بالسمات التالية:¹

- الأستاذ يجب أن يستطيع إنجاز مهمات اجتماعية وتربوية، ويسهم في تطوير جانب التكيف فيها وينظم العمليات التربوية باتجاهاتها الحديثة ويحسن استثمار التقنيات التربوية.
- يجب أن يتفهم بعمق مهماته اتجاه مجتمعه عن طريق المواقف التعليمية، وما ينشأ عن العلاقات المتبادلة بين الأستاذ والتلميذ، وهي علاقات يجب أن تتميز بالحوار والتفاعل والرعاية وتبادل الخبرة، بحيث تتعدى نقل المعرفة من طرف لآخر لتؤدي إلى تنمية القدرات، وممارسة قوى التعبير والتفكير وإطلاق قوى الإبداع، وتهذيب الأخلاق وتطوير الشخصية بجملتها، بما يكفل المشاركة في تقدم المجتمع.
- عليه أن يمتلك من القدرات والمهارات والمعلومات ما يجعل منه باحثاً تربوياً يسهم في حل المشكلات التربوية عن دراية ووعي.
- عليه أن يتحلى بروح المبادرة والنزعة إلى التجريب والتجديد، وأن يكون واثقاً بنفسه في تنظيم النشاط التربوي بحرية واختيار.

إن الطابع الفعال للشخصية الإنسانية تحدده ظروف الحياة الاجتماعية، وإن هذه الشخصية نفسها لها القدرة على تغيير تلك الظروف، فالوعي الإنساني لا يعكس العالم الموضوعي فقط وإنما يدعه أيضاً، ففعالية الأستاذ تظهر من خلال حكمه على تلك التغيرات التي تطرأ على خصائص نشاطه ومواصفاته تأثيراته على ذلك الموضوع، وكما نعرف فإن موضوع عمل الأستاذ الأساسي هو (التلميذ)، حيث أن طبيعة عمل الأستاذ مرتبطة بخاصية

¹ - حجارة محمود، المرجع السابق، ص 116

التأثير المتبادل بين الذات (الأستاذ) والموضوع (التلميذ) أثناء النشاط التعليمي، فالأستاذ في أيامنا هذه ليس ناقصاً "بسيطاً" للمعارف إنما هو منظم وقائد موجه.

4- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

4-1- فهم أهداف التربية البدنية والرياضية:

يتحتم على المدرس التربية البدنية والرياضية فهم أهداف مهنة التربية البدنية والرياضية سواء كانت طويلة المدى أم أغراض مباشرة، فإن معرفة المدرس الأهداف التي يسعى إلى تحقيقها تجعله قادراً النجاح في عمله اليومي، وإذا ما عرفت أغراض التربية البدنية والرياضية جيداً أمكن عمل تخطيط سليم لبرامجها.

4-2- تخطيط برنامج التربية البدنية والرياضية:

المسؤولية الثانية لمدرس التربية البدنية والرياضية وإدارته في ضوء الأغراض، وهذا يعني الاهتمام باعتبارات أولها وأهمها:

احتياجات ورغبة الأفراد الذين يوضع البرنامج من أجلهم، ويراعى عند وضع البرنامج ضرورة تعدد أوجه النشاط، وهناك عدة عوامل تدخل في تحديد الوقت الذي يخصص لكل من هذه الأنشطة مثل "العمر" كذلك يجب أن يضع نصب عينيه عدد المدرسين، والأدوات، وحجم الفصل، وعدد التلاميذ، والأحوال المناخية.

كذلك يجب مراعاة القدرات العقلية والجسمية للمشاركين، وتوفير عامل الأمان والسلامة ومن البديهي أن يتناسب مع المراحل التعليمية المختلفة.¹

4-3- توفير القيادة:

إن توفير القيادة الرشيدة يساعد على تحقيق أغراض التربية البدنية والرياضية، والقيادة خاصة تتوفر في المدرس الكفاء، هذه الخاصية لها أثر على استجابة التلاميذ لشخصية المدرس وتوجيهاته ومن بين الوظائف الأساسية للقيادة الوصول بقدرات الفرد إلى أقصى طاقاته من النواحي الجسمية والعصبية والعقلية والاجتماعية والقيادة لا تتأثر ما لم يحصل المدرس على

¹ - أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، نفس المرجع السابق، ص 38-39.

التدريب المهني الكافي كي يصبح قادرا على فهم المشكلات التي يتضمنها ميدان التربية البدنية والرياضية، ويجب أن يدرك مدرس التربية البدنية والرياضية أن مسؤوليته تمتد خارج نطاق الجماعة إلى المدرسة التي يعمل بها، وليس المدرس فحسب بل المجتمع المحيط به، فهو موجود وسط يجب أن يؤثر به.¹

5- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية:

يحضاً أستاذ التربية البدنية والرياضية اليوم بتجربة أكبر في تحديد المنهج وأنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد وجماعات لإعداد خطط العمل لسنة الدراسية وذلك فيما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا نرى أن الأستاذ لم يصبح غائبا عن ساحة التعليم إن صح التعبير، وإنما أتاحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية، والمناهج والطرق العلمية انطلاقاً من واقع التلاميذ من داخل أو خارج الصف المدرسي.²

6- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقويم:

إن عملية تقويم عمل التلاميذ هي عملية دقيقة وهامة جداً، ولكي يسير بصفة صحيحة يجب استعمال الوسائل اللازمة لتسجيل نتائجها، وللقيام الصحيح لنمو التلاميذ يجب الاستعانة بأخصائيين في عمل الاختبارات وغيرها من أدوات القياس، وعلى عكس الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أعد إعداداً سليماً حيث تعلم أن يقوم النمو في الاتجاهات والمثل والعادات والاهتمامات، كما أنه قادراً على الكشف عن النواحي ضعف المتعلم وإعداده بالمواد والأساليب العلاجية.³

7- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه البحث العلمي:

تتخصر هذه النقطة في بذل الأستاذ لجهود مستمرة نحو تحسين عمله، فهو مطالب بالإبداع في العمل والبحث المستمر في أمور هؤلاء الذين يقوم بتعليمهم، ولا يبقى خاملاً معتمداً

¹- أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، نفس المرجع السابق، ص39.

²- محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، نفس المرجع السابق، ص20.

³- نثيال كانتور، المعلم ومشكلات التعليم والتعلم، ترجمة حسن الفقهي، مصدر: الطبعة الأولى، دار المعارف، 1972،

دوماً على معارفه السابقة، فيجب أن يهتم بكل ما هو جديد في ميدان التربية والتعليم وعلم النفس وكل ماله علاقة بمجال عمله، محاولاً دمج كل هذه المعارف مع اكتسابه من خبرة ميدانية، وهذا بدوره سينعكس إيجابياً على كفاءته المهنية ويجعله أكثر قناعة بالعمل الذي يؤديه.¹

8- الخصائص والصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية:

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر الوسيط بين المجتمع والتلميذ، ونموذجاً يتأثر به التلاميذ بحيث يقوم بتمكينهم من الحصول على المعارف الجديدة، كما يعمل على كشف مهاراتهم الحركية وقدراتهم العقلية ثم توجيههم الوجهة الصحيحة، ولكي يؤدي أستاذ التربية البدنية والرياضية وظيفته بصفة جيدة يجب أن تتوفر فيه مجموعة من الخصائص في عدة جوانب باعتباره معلماً ومربياً وأستاذاً.

8-1- الخصائص الشخصية:

لمهنة التعليم دستور أخلاقي لا بد أن يلتزم به جميع الأساتذة ويطبقون قيمه ومبادئه على جميع أنواع سلوكهم، وبهذا الصدد قام مكتب البحوث التربوية في نيويورك بإلقاء الضوء على بعض مستلزمات شخصية الأستاذ وذلك لمساعدة هذا الأخير على معرفة نفسه بصفة جيدة، تمحورت هذه الدراسة حول العناصر التالية: الهيئة الخارجية للأستاذ (النشاط الخمول.....) وعلاقته مع التلاميذ مع زملائه، مع رؤسائه، أولياء أمور التلاميذ.²

8-1-1- الصبر والتحمل:

إن الأستاذ الجيد هو الذي ينظر إلى الحياة بوجهة نظر مليئة بالتفاؤل فيقبل على عمله نشاط ورغبة، فالتلاميذ كونهم غير مسئولين هم بحاجة إلى السياسة والمعالجة ولا يمكن للأستاذ فهم نفسية التلميذ إلا إذا كان صبوراً في معاملتهم قوي الأمل في نجاحه في مهنته.

¹ - نثيال كانتور، المرجع السابق، ص 165.

² - رايح تركي، أصول التربية والتعليم، الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب، ديوان المطبوعات الجامعية، 1990، ص 246.

8-1-2- العطف واللين مع التلاميذ:

فلو كان الأستاذ قاسيا مع التلاميذ فيعزلهم عليه، ويفقدهم الرغبة في اللجوء إليه والاستفادة، كما لا يكون عطوفا لدرجة الضعف فيفقد احترامهم له و محفظتهم على النظام.

8-1-3- الحزم والمرونة:

فلا يجب أن يكون ضيق الخلق قليل التصرف سريع الغضب حيث يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ واحترامهم له.

أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه.

8-2- الخصائص الجسمية:

لا يستطيع أستاذ التربية البدنية والرياضية القيام بمهمته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه خصائص جسمية هي:¹

❖ القوام الجسمي المقبول عن العامة من الأشخاص التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي كبير.

❖ التمتع بلياقة بدنية كافية يمكنه من القيام بأي حركة أثناء عمله.

❖ أن يكون دائم النشاط فالأستاذ الكسول يمهل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجب.

❖ يجب أن يتمتع بالاتزان والتحكم العام في عواطفه ونظراته للآخرين، فالصحة النفسية والجسدية والحيوية تمثل شروطا هامة في إنتاج تدريس ناجع ومفيد.

¹ - صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، التربية وطرق التدريس، مصدر: دار المعارف، الطبعة الأولى، 1984،

8-3- الخصائص العقلية والعلمية:

على الأستاذ أن يكون ذا قدرات عقلية لا يستهان بها، وأن يكون على استعداد للقيام بالأعمال العقلية بكفاءة وتركيز، وذلك لأنه يحتاج دائما إلى تحليل سلوك التلاميذ، وتحليل الكثير من المواقف التي تتطلب على مشكلاتهم التربوية.¹

ومن خلال ما سبق يمكننا تلخيص أهم العناصر التي يمكن للأستاذ أن يتميز بها حتى يصبح ناجحا في مهنته ما يلي:²

❖ أن يتيح فرص العمل والتجارب للتلاميذ حتى يعتمدوا على أنفسهم ويكون لهم تفكير مستقلا وحر.

❖ أن يطبق المبادئ التربوية الحديثة في عمله مثل التعاون، الحرية، العمل بالرغبة، والجمع بين الناحيتين العملية في عملية التعليم.

❖ على الأستاذ أن يكون ذا شخصية تمكنه من الفوز بقلوب التلاميذ واحترامهم.

❖ أن يكون واعيا بالمشاكل النفسية والاجتماعية لتلاميذ ويبين ذلك أمامهم حتى يضعوه موضع الثقة.

❖ المثارة دوما للتجديد في العمل نحو الأفضل الأنجع.

كما يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية منظم التفكير قوي العقل، واسع النظرة للحياة، سريع الملاحظة، قادر على التصور والتخيل والاستنباط، وبالإضافة إلى هذه الصفات يجب أن متصفا بالمميزات:

8-3-1- الإلمام بالمادة:

الأستاذ الكفاء هو الأستاذ الواسع الاطلاع والثقافة والواثق بنفسه، كما يجب أن يكون قادر على اجتذاب ثقة تلاميذه له، وكذلك يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية ميالا

¹- محمد السباعي، محمد الغد ودوره، دار المعارف، الطبعة الأولى، 1985، ص38.

²- ، نفس المرجع ، ص38.

للإطلاع وتمنية المعارف، لأن إفادة التلاميذ من طرف الأستاذ تكون من خلال المعلومات والمعارف الواسعة لدى الأستاذ.¹

8-3-2- الذكاء:

فالأستاذ على صلة دائمة بالتلاميذ ومشاكلهم، لذا عليه أن يكون ذا تصرف حكيم وأن يكون له القدرة على حل المشاكل، فنجاحه متوقف على مدى ذكائه وسرعة بديهته وتفكيره، فلا بد أن يكن دقيق الملاحظة متسلسل الأفكار قادرا على المناقشة والإقناع يخلق الميل لمادته عند التلاميذ.²

8-4- الخصائص الخُلقية والسلوكية:

لكي يكون الأستاذ التربية البدنية والرياضية دور فعال وأثر إيجابي خلال تدريس مادته على تلاميذه وذلك في معاملته مع المحيط المدرسي يجب أن تتوفر فيه خصائص منها:

- ❖ أن يكون محبا لمهنته جادا فيها ومخلص لها.
- ❖ أن يكون مهتما بحل مشاكل تلاميذه، ما أمكنه ذلك من توضيحات.
- ❖ أن يحكم بإنصاف فيما يختلف فيه التلاميذ، ولا يبدي أي ميل لأي تلميذ دون الجماعة فهذا يؤدي إلى إثارة الغيرة بين التلاميذ.
- ❖ يجب أن يكون متقبلا لأفكار التلاميذ متفتحا لهم.
- ❖ الأمل والثقة بالنفس: فالأستاذ يجب أن يكون قوي الأمل حتى ينجح في مهمته، وأن يكون واسع الأفاق كي يصل إلى تفهم التلاميذ وهذا لا يكون إلا بالثقة في النفس.³

8-5- الخصائص الاجتماعية:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية شخص له تجاربه اجتماعية في الحياة تكيد مشاقتها وصبر على أغوارها بما واجهه من صعوبات نفسية واجتماعية، واجهته خلال الحياة، حيث

¹ - محمد مصطفى زيدان، الكفاية الإنتاجية للمدرس، بيروت: دار النشر، الطبعة الأولى، ص60.

² - صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، نفس المرجع السابق، ص16.

³ - نفس المرجع ص16.

أكسبته رصيذا معرفيا صقل تلك المعارف ورسخت لديه بما أحاط به من دراسة عملية قبل أن يكون مربيا أو أستاذا، لذا يعتبر الأستاذ رائدا لتلاميذه، وقدوة حسنة لهم، وله القدرة على التأثير في الغير.

كما أن له قدرة على العمل الجماعي، لذا يجب أن يكون لديه الرغبة في مساعدة الآخرين وتفهم حاجاتهم، وتهيئة الجو الذي يبعث على الارتياح والطمأنينة في القسم. وهو إلى جانب ما سبق يعد رائدا اجتماعيا، وبالتالي فهو متعاون في الأسرة التربوية وعليه أن يساهم في نشاط المدرسة ويتعاون مع إدارتها في القيام بمختلف مسؤولياتها.¹

9- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

9-1- الواجبات العامة:

تتشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية والرياضية جزء لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي تعمل بها، وهي في نفس الوقت تعتبر النشاطات والفعاليات التي يبدئها المؤسسة في سياق العملية التعليمية المدرسية. ولقد أبرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من مدرس التربية البدنية والرياضية الجديد ما يلي:

- لديه شخصية قوية تتسم بالأخلاق والالتزان.
- يعد إعدادا مهنيا جيدا لتدريس التربية البدنية والرياضية.
- يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.
- يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الأطفال وتطورهم كأسس لخبرات التعليم.
- لديه القابلية للنمو المهني الفعال والعمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني.
- لديه الرغبة في العمل مع التلاميذ وليس مع الرياضيين الموهوبين فقط.

¹ - محمد مصطفى زيدان، مرجع سابق الذكر، ص45.

9-2- الواجبات الخاصة:

إلى جانب الواجبات العامة توجد واجبات خاصة به، يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة بالمؤسسة، وهي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة، وفي نفس الوقت تعتبر من الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس بالمدرسة ومنها:

- حضور اجتماعات هيئة التدريس، واجتماعات القسم ولقاءات تقييم التلاميذ وفقا للخطة الموضوعية.
- تنمية واسعة للمهارات الحركية والقدرات البدنية لدى التلاميذ.
- تقرير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية.
- السهر على سلامة التلاميذ ورعايتهم بدنيا وعقليا وصحيا.
- الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية.¹

9-3- واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية بصفته عضوا في المجتمع:

من أهم واجبات المدرس تدعيم العلاقة بين المدرسة التي تعمل فيها والبيئة المحيطة به من خلال:

- التعاون مع المؤسسات الموجودة في المجتمع وخاصة المؤسسات التي تخدم مدرسته.
- اشتراك أهالي الحي في النواحي النشاط المختلفة بالمدرسة من خلال تنظيم المسابقات والبطولات المفتوحة التي يشترك فيها أبناء المجتمع المحلي مثل مسابقات الجري للجميع.
- التطوع في الأندية أو الهيئات الرياضية وأن يحقق هذه الهيئات والنوادي وأهدافها.
- المساهمة في خدمة المجتمع بالاشتراك في الأعمال التي تتطلبها هذا المجتمع فيكون له دور فعال في الدفاع المدني أو التمرريض أو توعية إذا احتاج الأمر لذلك.
- أن يتحسس مشكلات مجتمعه وأن يبصر المواطنين بها ويشاركهم في معالجتها.
- أن يتبع التقاليد والحدود التي يضعها المجتمع المحلي وأن يكون مثالا للمواطن الصالح علما وخلقاً.

¹ - أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، القاهرة: دار الفكر العربي، الطبعة الثانية، 2002، ص 152-153.

أن يوثق بين المنزل والمدرسة فيدعو أولياء أمور التلاميذ لحضور الحفلات والمهرجانات التي تقام داخل المدرسة ويناقشهم في المشاكل العامة التي قد تعترض أبنائهم.

9-4- واجبات التربية البدنية والرياضية بصفته عضوا في المهنة:

على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يتفهم مسؤولياته كعضو في المهنة وعليه أن يحترم تقاليد مهنته وأن يكون عضوا فعال من خلال اشتراكه في مختلف أنواع النشاط التي من شأنها أن تزيد من كفاءته وتدفعه إلى التقدم المستمر في مهنته، ويشمل هذا النشاط النواحي التالية:

- إذا لم يكن قد تلقى إعدادا كاملا فعليه أن يحاول تكملة إعداده عن طريق الدراسات الممكنة في الميدان.
- الإطلاع المستمر على أحداث ما نشر من بحوث في التربية البدنية والرياضية وطرق التدريس وأن يطبق معلوماته في تدريسه بقدر الإمكان.
- الاشتراك في المجالات والمطبوعات الدورية المهنية.
- محاولة الحصول على درجات علمية أعلى.
- العمل على زيادة ثقافته العامة وذلك عن طريق الإطلاع المستمر على كل ما هو جديد.
- أن يتبع تقاليد المهنة الخلقية.¹

¹ - زينب علي عمر، غادة جلال عبد الحكيم، نفس المرجع السابق، ص 82-80.

خلاصة:

يعتبر دور أستاذ التربية البدنية والرياضية مهم في المنظومة التربوية، وذلك من خلال درس التربية البدنية والرياضية حيث أنه يساهم بنسبة كبيرة في تربية النشء من جميع النواحي وفق لأهداف البرنامج المدرسي والذي يفترض أن يستفيد منه كل تلاميذ المدرسة، ونظرا للطبيعة التعليمية والتربوية للدرس يجب أن يراعي فيه المدرس كافة الاختبارات المتعلقة بطرق التدريس: - الوسائل التعليمية والتدرج التعليمي لتتابع الخبرات المتعلقة، وطرق القياس، والتقويم، شأنه شأن أي أستاذ آخر في مادة علمية أو أدبية بل يقع عليه العبء أكثر منهم، كما يجب أن يكون متكامل من جميع النواحي.

تمهيد

أصبحت التربية البدنية والرياضية تحتل مكانة مرموقة في التقدم الحضاري لمختلف المجتمعات وأصبحت معياراً بمدلوله على مدى رقي وتقدم المستوى الفكري والعلمي بل والاقتصادي لأي مجتمع وأصبح توفير الإمكانيات المادية والبشرية من الأمور الضرورية لتحقيق المستويات الرياضية العالية ولتطور العملية التدريبية لرفع الإنجاز الرياضي.

إن النجاح وتحقيق التقدم في أداء النشاط الحركي مرتبط بالرضا والمتعة ومهما من الحوافز الدافعة للاهتمام بالنشاط الحركي، فالتربية البدنية والرياضية ما هي إلا خبرة اجتماعية عن طريق أنشطتها يمكن أن يخطو الأفراد خطوات واسعة نحو التقدم الاجتماعي وتكوين اتجاهات سليمة في الحياة أساسها رضا الأفراد عن معيشتهم، فرضا الأفراد عن أدائهم في الأنشطة الرياضية يكون حافزاً أقصر الجهد لاستثمار قدراتهم وإمكانياتهم وبذلك يتحقق النجاح لهم وللمجتمع، إن الرضا على الأداء يجعل من الفرد محباً للأنشطة التي يؤديها مقبلاً عليها وبذلك تتحقق رغباته وطموحاته، ومن هنا برزت أهمية الفصل للتعرف على الرضا الحركي والذي يؤثر وبدرجة كبيرة على ممارسة الأنشطة الرياضية.

1- غرض الحركة وهدفها:

لكل حركة واجب يحدد هدف وغرض الحركة وكل حركة رياضية جديدة يتعلمها الفرد، تخدم بالطبع أو تحقق واجبا حركيا سبق أن تعلمه أو سبق معرفته له، وعليه كان من الأهمية استطاعة الفرد الرياضي استيعاب الواجب الحركي مضبوطا وواضحا، حتى تكون هناك قاعدة للتعلم أفضل.¹

ونستطيع أن نقول أن التعلم الحركي المقصود يرتبط باستيعاب وتفهم واجب الحركة الجديدة مع معرفة غرض تلك الحركة، وكلما وضح هدف وواجب الحركة فإن ذلك يبعث في نفس النفس الرياضي الحماس والإقدام على أداء تلك الحركة، ويصبح التعلم الحركي ذا فعالية عندما يتعامل الفرد الرياضي مع أداة، أو يحاول التغلب على شيء عارض مثلا، ويروي العالم Jhon أن وجود أداة لكل تمرين أو تدريب أو وجود شيء يمكن للفرد الرياضي من التغلب عليه يجعل الموقف التعليمي أكثر فعالية، وهذا يوضح لنا أن الملائمة الخيالية أو المبارزة الخيالية لا فائدة منها، ذلك أن الواجب الحركي هنا ليس له غرض محدد، ذلك أن الحركات الرياضية هي عبارة عن نشاط إنساني مع الأدوات والعوارض، ومع الواجبات التي تفرضها البيئة الخارجية والتي تتم برغبة الإنسان واختياره ليجد فيها ما يحقق رغباته.²

إن هذا النشاط الإنساني الدائم والذي يربط الإنسان بالبيئة الخارجية من العناصر الأساسية للتعلم الحركي، إن الطفل الرضيع تبدأ علاقته بالبيئة الخارجية عندما يكون دافع حب الاستطلاع قد بدأ عن طريق المسك واللمس لكل ما تقع عليه عيناه.

والنجاح الحركي للطفل الصغير يجعله دائما مقدما على الحركات الناجحة ويتدرب عليها، وبالتالي تقوى تلك الحركات فهذا بالطبع إلى شعور طيب ومن هنا لا يعرف وجه الطفل الضاحك الذي تتجح محاولاته بعد أن قام بعدة تجارب حركية فاشلة.³

¹ - محمد يوسف الشيخ: "التعلم الحركي"، دار المعارف، القاهرة، سنة 1984، ص 117.

² - أسامة كامل راتب: "الاعداد الفسي للناشئين"، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص 109.

³ - أسامة كامل راتب نفس المرجع، ص 112.

ولذلك نفضل بل نلح دائما في التعلم الحركي بإعطاء الأولوية لعنصر الشجاعة في أداء الحركات مع إعطاء ملاحظة بسيطة عن طريقها يتم التحسن من ناحية النوع والكمية، وفي السنوات المتأخرة عندما تصبح إرادة واضحة وثابتة نجد أن الخسارة تكون واقعا للتدريب والتمرين، وهذا بالطبع يرتبط بقوة الهدف والفوز والهزيمة أمران لا بد منهما فتاريخ الرياضة حافل بأمثال عديدة وكلما قوى ووضح الهدف يصل الفرد الرياضي خلال مراحل الإعداد الطويلة إلى الفوز

2- مبادئ التعلم الحركي:

2-1- الاستيعاب:

إن سرعة الفهم والاستيعاب تؤثر على التعلم، فسرعي الفهم والاستيعاب يتعلمون الحركة أسرع ويستوعبون أكثر من غيرهم الذين لا يستطيعون الاستيعاب، فهم قادرون على التكيف بصورة سريعة للمواقف التي تتطلب التفكير السريع، والاستيعاب يكون على الشكل الآتي:

2-1-1- الوضوح:

إن الوضوح في عملية التعلم تسهل على الفرد استيعاب وإدراك المسائل الجوهرية المتعلقة بالحركة من الناحية النظرية والعلمية، إن إيضاح الحركة يتطلب أداء حركيا جيدا أو عريضا جيدا أو مشاهدة أفلام، فالوضوح الحركي سوف يسهل إدراك الحركة وإن وسائل الإيضاح الجيدة تسهل عملية الوضوح وإدراك الأشياء من بعد ذلك، كذلك الطريقة التعليمية التي يسلكها المعلم.

2-1-2- السهولة:

وهي أن تكون الحركات في بادئ الأمر سهلة مقبولة لدى الكائن الحي حتى يستطيع استيعابها، وخاصة عند المبتدئ فصعوبة الحركات في بادئ الأمر سوف تعطي للمبتدئ الصعوبة في الفهم والإدراك.

إن التدرج بالمبتدئ بحركات سهلة والانتقال بها إلى الصعبة سوف تؤدي إلى أثر طيب في التعلم وعلى تطور الكائن الحي، والفرد الذي لديه تجارب، سوف يتحمل الحركات الصعبة

ويعتبرها سهلة أكثر من الفرد الآخر الذي ليس لديه تجربة، فالمهم أن يتعلم الفرد الحركات التي يستوعبها ويدركها ويعتبرها سهلة وخاصة الحركات الصعبة والمركبة.

2-1-3- التدرج:

وهي زيادة في عدد المهارات والحركات التي تعلمها الرياضي أو استوعبها والتدرج بصعوبة الحركة نفسها حين إعادتها، وزيادة صعوبتها عن طريق الحمل حتى يستطيع تأدية الحركة الاعتيادية بصورة سهلة.

2-2- التشويق والإثارة:

من المميزات المهمة التي يجب أن ينبه إليه المربون هي مبدأ التشويق والإثارة، لأن أي عمل يقوم به الإنسان لا يمكن أن يتقن إذا ما كانت هناك إثارة أو رغبة في العمل مثل استعمال ألعاب صغيرة مسيلة أو التشجيع أو الإطراء وإشعار المجموعة الرياضية التي بحوزتك بالاهتمام بهم، كذلك استعمال طرق خاصة بالتشويق كالسفرات الجماعية والاجتماع بعد التمرين، وإعطاء بعض المسؤوليات للأفراد، ومبدأ التشويق والإثارة، يتطلب من المعلم أو المدرب درجة عالية من التجارب والخبرات.

2-3- الإتقان والثبات والتجارب السابقة:

الإتقان صفة من صفات الرياضي لدى الرياضي والمدرّب والمعلم الذي يعرف صفة المهارات والحركات ودرجتها وهل أن الرياضي وصل إلى درجة الإتقان.

إن صفة الإتقان من الصفات المهمة التي ينتبه لديها المدربون في تعليم المهارات، أن استيعاب أو إتقان المهارات سوف يؤدي إلى تعلم مهارات جديدة.

إن إتقان المهارات وتثبيتها بشكل آلي مرتبط بالتدريب والتعلم الجيد، وكلما أتقنت المهارات سوف تؤدي الحركات بشكل أفضل من السابق وسببه يعود إلى الاقتصاد بالجهد، اكتساب المهارات وخاصة التجارب السابقة تؤدي إلى تأدية الحركات بصورة أفضل، فالفرد الذي لديه ممارسة سابقة له قدرة على الأداء أفضل من غيره لتأدية الحركات وتعلمها.

2-4- الممارسة:

لا يمكن أن يتعلم الفرد المهارة إلا من خلال ممارستها وخاصة الحركات الثنائية، فلا يمكن أن يتعلم ركوب الدراجات أو السباحة إلا من خلال ممارستها والتدريب عليها ولفترة غير قليلة.

2-5- دافع الحركة والمران:

هو اتجاه الفرد نحو الآخرين، أصدقائه، معارفه، ونحو المجتمع الذي يعيش فيه والولاء للوطن وإنكار الذات والمثابة وحبه للعمل، ويقيد بدافع الحالة النفسية الداخلية التي تحركه لتحقيق الهدف ومعرفة الدافع الذي يدفع الرياضي للتعلم الحركي مهم جدا من أجل تعليمهم وتقديمه، فالدافع والطموح يدفع الفرد إلى التعلم.

2-6- تأثير المجتمع والبيئة:

يلعب المستوى الاجتماعي والثقافي وتوفير الأجهزة والأدوات والمناخ والبيئة والمجتمع على التعلم وعلى نوع النشاط الرياضي.

2-7- النضوج:

والنضج في علم الحركة معناه السن المناسب لاختيار اللعبة، فمثلا سن النضج للجمباز هو 4-5، و سن النضج للسباحة من 3-4، و سن النضج للملاكمة من 14-15، فالنضج هي الوسيلة التي يراها مناسبة له.

2-8- النمط الجسمي/ والقوام:

هناك أنماط عديدة يتصف بها الكائن الحي، وإن هذه الأنماط يمكن أن توزع عليها مختلف الأنشطة الرياضية، فقصور القامة يصلح للجمباز وطويل القامة يصلح لكرة السلة، وأهم ما يميز الحركات الرياضية ونجاح هذه الحركات، هو اختيار النمط الذي يصلح لهذه اللعبة أو تلك.

2-9- المزاج وأنماطه:

هو مجموعة من الصفات التي تميز الانفعالات للأفراد، وقد تكون هذه الانفعالات مهمة جدا في التأثير على حركات الإنسان والنشاطات الرياضية، وفي التدريب الرياضي ينظر إلى هذه الصفة بعين الاعتبار، ولا تقل أهمية المزاج عن أهمية أنماط الجسم والقوام، وأنا نجد أن أنماط الأمزجة مهمة جدا في تقديم النشاطات الرياضية والمزاج من ناحية علم الحركة هو الدرجة التي يتأثرها الفرد في الموقف الحركي، ونوع الاستجابة الحركية وما هو رد الفعل الحركي على هذا الموقف، فإن المزاج السائد لدى الفرد يؤثر على سير الحركة، ولهذا ينصح بأن يأخذ الرياضي النشاط وفق مزاجه ونمطه، وهذه الأنماط، النمط الليمفاوي، والدموي، والصفراوي، والسوداني.

3- مفهوم الرضا الحركي:

الحركة هي النشاط والشكل الأساسي للحياة وهي في مضمونها استجابة بدنية وطريقة أساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم بوجه عام وهي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء أكانت داخليا أم خارجيا وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في المفاهيم وحل المشكلات وقد أجمعت الآراء في الآونة الأخيرة على ما للحركة من أهمية كبيرة لمسار التطور العام للإنسان إذ يرتبط النجاح في أداء النشاط الحركي بالرضا والمتعة وهما من الحوافز الدافعة إلى الإهتمام بالنشاط الحركي إذ تلعب الأنشطة الرياضية دورا إيجابيا سواء من الناحية الفعلية والبدنية أو الإجتماعية أو النفسية للمشاركين فيها.¹

يعرف الرضا الحركي بأنه حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين وتعبير عن مدى الإشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها التحق بهذا

¹ - سهير مصطفى المهندس: "تأثير برنامج تربية حركية مقترحة على الرضا الحركي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية"، المؤتمر العلمي الأول، المجلد الثاني، جامعة الزقازيق، سنة 1990، ص 293.

النشاط¹، أما الرضا عن العمل فيعرف بأنه حصيلة العوامل المتصلة بالعمل والتي تجعل الفرد محبا لعمله مقبلا عليه في بدء يومه.²

إن الرضا سواء عن المهنة أو الدراسة يأتي من نتيجة للاتجاهات التي لدى الفرد نحو مهنته أو دراسته وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوى طموحه وخصائص شخصية وميوله التي تظهر في صورة الرضا.³

يلعب المدرس أو المدرب الرياضي دورا هاما في وصول الفرد إلى خبرات سارة مرضية "فإذا ما ألم بالتدريس إماما تاما بأحسن طرق التعليم المهارات في مجال التربية البدنية فإن هذا ادعى إلى اقتصاد الجهد والوقت ويحقق نتائج أحسن وسيصل المتعلم على خبرة تعليمية شاملة وسارة".⁴

إن القيادة الرشيدة هي مفتاح التعليم الجيد السليم، فيمكن للقائد أن يخلق مواقف سارة تجعل الأفراد يتذوقون النجاح ويحصلون على خبرات مرضية سارة فيحققون شيئا من الرضا. إن الرضا عن الأداء الحركي يشكل تدعيما أساسيا من أجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فضلا على أن زيادة الشعور بالرضا عن مستوى الأداء يعد أحد الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يشير (Singer) إلى أنه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الإنجاز الرياضي هو الشعور بالرضا عن مستوى الأداء لذا فإن قياسه يعطينا مؤشرا عن حالة الرضا، كما ويرتبط رضا الفرد بخبرات الفرد السابقة فإذا ما كانت خبراته ناجحة وسليمة فإن ذلك يؤدي إلى خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبنى عليها توجهات الفرد ورغباته فيحيا حياة صحيحة سعيدة ممتعة ويكون قارا كما يشير (أسامة) في هذا

¹ - محمود سمير طه: "بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقين الميدان والمضمار"، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الأول، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، سنة 1989، ص 101.

² - محمد عفاف محمود: "الرضا عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى الطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية"، المؤتمر العلمي الخامس، جامعة حلوان، مصر، سنة 1984، ص 728.

³ - نفس المرجع، ص 728.

⁴ - تشالريبوكر: "أسس التربية البدنية"، ترجمة حسن معوض، المكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، سنة 1964، ص 434.

الصدد "إلى أن الخبرات السابقة الإيجابية التي يحقق فيها اللاعب النجاح والرضا في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار لممارسة النشاط مما يتيح فرصة أفضل لتحسين المهارات الرياضية والشعور بالسعادة والرضا نتيجة تحقيق الأهداف".¹

4- إجراءات تكوين الرضا الحركي:

الرضا عن موضوع معين هو حالة وجدانية إيجابية تؤدي إلى قبول التعامل معه، وهذه الحالة الوجدانية هي محصلة بين ما يريده الفرد وما يحصل عليه، ومن ثم فالرضا حالة نفسية تصاحب بلوغ الفرد لغاياته وإشباعه لحاجاته، والجدير بالذكر أن الفرد أيا كانت المرحلة العمرية التي ينتمي إليها عندما يتعامل مع أي موضوع جديد، فإن هذا الموضوع يكون في موقع اختباري، فإذا أدى التعامل معه إلى درجة معينة من الإشباع كان ذلك كفيلاً بتكوين الرضا عنه درجة تتناسب مع درجة هذا الإشباع.

ونظراً لأن حالة الرضا النفسي عن أي موضوع أو أي نشاط تتكون خلال الفترة الأولى للتعامل معه أو ممارسته، فإن دراسة الرضا في المجال الرياضي غالباً ما تنصب على مرحلة الطفولة والمراهقة، حيث أن هذه المرحلة من حياة الفرد هي بمثابة فترة اختبار لكثير من الأنشطة الإنسانية وخصوصاً النشاط الرياضي لما له من خاصية إشباع الحاجة إلى الحركة والتي تعتبر من الحاجات الأساسية للإنسان بصفة عامة والرياضي بصفة خاصة.

وتتحكم في عملية تكوين الرضا عن الممارسة الرياضية نوعان أساسيان من المتغيرات: الأولى، هي مجموعة المتغيرات الشخصية والتي تتحدد فيما يريد الفرد الحصول عليه، وهذه النوعية من المتغيرات متوافرة لدى كل فرد يسعى للممارسة الرياضية وتتمثل في محاولة إشباع حاجته البيولوجية إلى الحركة وكذلك إشباع حاجة أو أكثر من حاجاته النفسية تبعاً لتكوينه النفسي.²

¹ - أسامة كامل راتب: "الإعداد النفسي للناشئين"، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 2001، ص 256.

² - أسامة كامل راتب، مرجع سابق، ص 257.

أما المجموعة الثانية من المتغيرات، فهي تلك المتغيرات البيئية التي تساعد على تحقيق غاياته وإشباع حاجاته، وهذه النوعية من المتغيرات يمكن التحكم فيها من خلال بعض من الإجراءات التالية:

- أن تكون الممارسة الرياضية بصفة عامة وممارسة أي نوع من النشاط مجالا خصبا لإشباع حاجة الفرد إلى الحركة ومتنفسا قويا لطاقته الحركية الكامنة.
- أن تكون الممارسة الرياضية في جو انفعالي يسوده المرح والسعادة ومجالا لتحقيق أكبر قدر من النجاح.
- أن تكون الممارسة الرياضية للنشاط في تنظيم يتناسب مع مستوى قدرات ممارسيه البدنية والعقلية، حتى يكون مجالا خصبا لإظهارها.
- أن تشمل الممارسة الرياضية على إجراءات تدعيمية إيجابية عن كل أداء ناجح، على أن تكون هذه الإجراءات فورية ومناسبة لمستوى الأداء، وفي نفس الوقت يجب تجاهل الأداء الخاطئ وعدم تدعيمه سلبيا.
- تطوير أدوات وأجهزة الممارسة الرياضية بما يتناسب مع مستوى القدرات البدنية والحركية حتى لا تكون مجالا للشعور بالفشل والإحباط.
- أن يكون التنافس عنصرا أساسيا في برامج الممارسة الرياضية وعلى مستوى مناسب لدرجة النضج الانفعالي الذي يكون عليه الممارسون.
- أن يتم تنظيم الممارسة الرياضية بأسلوب يتجنب أي نوع أو درجة من الإصابة، وذلك من أجل تجنب الخبرات الانفعالية السلبية في الممارسة الرياضية بصفة عامة وفي أي نوع من أنواع الأنشطة الرياضية.
- أن تكون ممارسة أي نوع من أنواع الأنشطة الرياضية بالطريقة الكلية التي تسمح باكتساب التوافق الأولي، الأمر الذي يساعد على استيعابه وتقبله واستمرارية التعامل معه.

- أن تكون الممارسة الرياضية -وخصوصا إذا كانت لنوع معين من النشاط الرياضي- مجالا لاكتساب مهاراته الأساسية وتحقيق مستوى مناسب من الإنجاز الحركي حتى يجد فيها الممارس مجالا للتطور والنجاح¹.

¹- أسامة كامل راتب ، مرجع سابق ، ص 258.

خلاصة الفصل :

أصبح النشاط البدني الرياضي ضرورة من ضروريات الحياة المعاصرة ويجب أن تكون الممارسة بالصورة التي توفر الفائدة المرجوة منها وأن تحقيق الفائدة والنجاح في أداء الأنشطة الرياضية يؤدي إلى شعور الفرد بالرضى الحركي الذي يعد أحد أهم الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يساعد على تقديم معلومات موضوعية عن الممارسين في شتى المجالات المعرفية والحركية ويساهم في تحقيق الإنجاز الرياضي والمساعدة على تطوير مستوى الأداء من خلال تفهم أفضل لهم عن مستوى رضاهم الحركي فضلا عن أن الإحساس بالرضا نتيجة الاشتراك بالأنشطة الرياضية يؤدي إلى الشعور بالارتياح والسعادة لممارسة تلك الألعاب وهذا يؤدي إلى التغلب على كثير من الصعوبات التي تواجههم عند عملية التدريب والممارسة ويساهم في إثارة الدافعية لديهم نحو الاستمرار في مزاولة الأنشطة، في أن الحالة الانفعالية الإيجابية التي تستند عليها خبرات النجاح تعد من أهم الأسس للنهوض بمستوى أداء الفرد.

تمهيد:

تعتبر المراهقة مرحلة من المراحل الأساسية في حياة الإنسان، وأصعبها لكونها تشمل عدة تغيرات، وعلى كل المستويات وتتميز كذلك بتغيرات عقلية وأخرى جسمانية، إذ تنفرد بخاصية النمو السريع غير المنظم وقلة التوافق العضلي العصبي، بالإضافة إلى النمو الانفعالي والتخيل والحلم.

وتعتبر مرحلة من مراحل النمو البشري، تتصف بصفة الاندفاع والتقلبات العاطفية التي تجعل النشء سريع التأثير قليل الصبر والاحتمال، والتي تؤدي إلى القلق، لهذا أولى علماء النفس والتربية أهمية كبيرة لهذه المرحلة من مراحل النشء من أجل التعامل مع هذه الشريحة بطريقة جيدة تسمح بتكوين جيل صاعد فعال في مجتمعه.

1- تعريف المراهقة:

أ- لغة: إن كلمة المراهقة ADOLESCENCE مشتقة من الفعل اللاتيني ADOLEXERE ومعناه التدرج نحو النضج الجسمي والجنسي والعقلي والاجتماعي.⁽¹⁾

- وكلمة المراهقة تفيد معنى الاقتراب والدنو من الحلم وبذلك يؤكد علماء اللغة العربية هذا المعنى في قولهم رهق بمعنى غشي أو لحق أو دنا من.

ب- اصطلاحاً: المراهقة من الناحية الاصطلاحية هي لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل وهو الفرد غير الناضج إنفعالياً، جسمياً وعقلياً من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة، وهكذا أصبحت المراهقة بمعناها العلمي هي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بالرشد واكتمال النضج فهي لهذا عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها.⁽²⁾

كما تستخدم في علم النفس مرحلة الانتقال من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد والنضج. فالمراهقة مرحلة تأهب لمرحلة الرشد، تمتد في العقد الثاني من حياة الفرد من الثالثة عشر إلى التاسعة عشر تقريباً أو قبل ذلك بعام أو عامين، أو بعد ذلك بعام أو عامين أي بين 11-21 سنة ولذلك تعرف المراهقة أحياناً باسم (المرحلة العشارية) ويعرف المراهقون بالعشاريين.⁽³⁾

2- التحديد الزمني للمراهقة (أطوار المراهقة):

نحن نتحدث عن مرحلة المراهقة كوحدة متكاملة مع ما قبلها وما بعدها من مراحل النمو فإن بعض الدارسين يقسمونها تقسيماً إفتراضياً بقصد الدراسة إلى ثلاث مراحل فرعية نفضل منها ما يقابل المراحل التعليمية المتتالية:

- مرحلة المراهقة المبكرة: سن 12 - 13 - 14 وتقابل المرحلة المتوسطة.

- مرحلة المراهقة الوسطى: سن 15 - 16 - 17 وتقابل المرحلة الثانوية.

- مرحلة المراهقة المتأخرة: سن 18 - 19 - 20 - 21 وتقابل المرحلة الجامعية.

وهكذا فإن مرحلة المراهقة تنتهي حوالي الحادية والعشرين سنة حيث يصبح الفرد ناضجاً جسمياً وفيزيولوجياً وجنسياً وعقلياً وإنفعالياً وإجتماعياً.

¹ - محمد مصطفى زيدان - نبيل السمالوطي: علم النفس التربوي، دار الشروق، ط2، الرياض، السعودية، 1985، ص(153).

² - رابح تركي: أصول التربية والتعلم، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1990، ص(241-242).

³ - حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو والطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص(323).

3- أهمية دراسة مرحلة المراهقة:

تعود أهمية دراستنا لمرحلة المراهقة إلى أنها مرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الاجتماعية إذ يتعلم فيها الناشئون تحمل المسؤوليات الاجتماعية وواجباتهم كمواطنين في المجتمع كما أنهم يكونون أفكارهم عن الزواج والحياة الأسرية، وبالزواج يكتمل جزء كبير من دورة النمو النفسي العام حيث ينشأ منزل جديد وتتكون أسرة جديدة ومن ثم يولد طفل وبالتالي تبدأ دورة جديدة لحياة شخص آخر تسير من المهد إلى الطفولة إلى الرشد ... وهكذا تستمر الدورة في الوجود ويستمر الإنسان في الحياة.

ولاشك أن دراسة سيكولوجية المراهقة مفيدة للمراهقين وأيضاً للوالدين والمربين ولكل من يتعامل مع الشباب ومما لاجدال فيه إن الصحة النفسية للفرد طفلاً فمراهقاً ذات أهمية بالغة في حياته وصحته النفسية راشداً فشيخاً.⁽¹⁾

4- أنماط المراهقة:

يرى الدكتور " صموئيل مغاريوس " أن هناك أربعة أنماط عامة للمراهقة يمكن تلخيصها فيمايلي:

4-1- المراهقة المتكيفة: وهي المراهقة الهادئة نسبياً والتي تميل إلى الاستقرار العاطفي وتكاد تخلو من التوترات الإنفعالية الحادة وغالباً ما تكون علاقة المراهق بالمحيطين به علاقة طيبة كما يشعر المراهق بتقدير المجتمع له وتوافقه معه ولا يسرف في هذا الشكل في أحلام اليقظة أو الخيال أو الإتجاهات السلبية إي أن المراهقة هنا تميل إلى الاعتدال.

4-2- المراهقة الانسحابية المنطوية:

وهي صورة مكتسبة تميل إلى الانطواء والعزلة السلبية والتردد والخجل والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي، ومجالات المراهق الخارجية الاجتماعية ضيقة محدودة ويتصرف جانب كبير من تفكير المراهق إلى نفسه وحل مشكلات حياته أو على التفكير الديني والتأمل في القيم الروحية والأخلاقية كما يسرف في الإستغراق في الهواجس وأحلام اليقظة وتصل في بعض الحالات حد الأوهام والخيالات المرضية وإلى مطابقة المراهق بين نفسه وبين أشخاص الروايات التي يقرأها.

¹ - حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو والطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص(328-329).

4-3- المراهقة العدوانية المتمردة:

ويكون فيها المراهق ثائرا متمردا على السلطة سواء سلطة الوالدين أو سلطة المدرسة أو المجتمع الخارجي كما يميل المراهق إلى تأكيد ذاته والتشبث بالرجال ومجاراتهم في سلوكهم كالتدخين إطلاق الشارب واللحية، والسلوك العدواني عند هذه المجموعة قد يكون صريحا مباشرا متمثلا في الإيذاء أو قد يكون بصورة غير مباشرة يتخذ صور العناد وبعض المراهقين من النوع الثالث قد يتعلق بالأوهام والخيال وأحلام اليقظة ولكن بصورة اقل مما سبقها.

4-4- المراهقة المنحرفة:

وحالات هذا النوع تمثل الصورة المتطرفة للشكلين المنسحب والعدواني فإذا كانت صورتان غير متوافقتين أو غير متكيفتين إلا أن مدى الانحراف لا يصل في خطورته إلى الصورة البادية في الشكل الرابع حيث نجد الانحلال الخلقي والإنهيار النفسي حيث يقوم المراهق بتصرفات تروع المجتمع ويدخلها البعض أحيانا في عداد الجريمة أو المرض النفسي والمرض العقلي.⁽¹⁾

5- أزمة المراهقة:

إن المراهقين عامة يسعون إلى الثبات وتحديد هويتهم والدخول إلى عالم الكبار من خلال جملة من المسالك يلخصها القوسي في قوله: " ينزع المراهق في هذه المرحلة إلى إكمال رجولته والاعتراف بكيانه ويعمل على الاستقلال في فكره وعمله ويجرب أساليب متعددة ليحقق لنفسه شعور بخروجه من دور الطفولة واكتمال نموه واستقلاله، وفي أثناء تجريبه الأساليب المتعددة قد يقع في نزاع مع السلطة المشرفة والخروج على سلطة الوالدين والمعلمين وعصيانها واحتقار آراء الكبار والميل أحيانا إلى الكذب والسرقة والتدخين، واستعمال العنف والقسوة فهذا كله في نظر المراهق أدلة على استكمال النمو والخروج من الطفولة.

ويتضح من ذلك مدى تباين الأساليب والمسالك المتبعة من قبل جماعة المراهقين في سبيل تحديدهم لهويتهم وبعد التدخين أحد هذه الأساليب التي تشعر المراهق بالنضج والرجولة.⁽²⁾

¹ - محمد مصطفى زيدان - نبيل السمالوطي: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص(154-155).

² - أبو بكر مرسى محمد مرسى: أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للارشاد النفسي، مكتبة النهضة المصرية، ط1، القاهرة، مصر، 2002، ص(79).

6- القلق عند المراهق:

يبدو لنا انه على الرغم من أن المراهقة تعد مرحلة الآمال والطموح، وفرص النمو الشخصي، وتحقيق هوية ذاتية متميزة عن سائر الهويات الأخرى، إلا أنها مرحلة يقل فيها الإحساس بالسعادة والرضا عن النفس ويظهر فيها القلق والاكتئاب ويزداد معدل المشاغبة والجنوح وتظهر فيها محاولات الانتحار وتشهد بداية التدخين وإدمان العقاقير وغيرها. وقد يكون القلق من العوامل التي تدفع المراهقين إلى تدخين السجائر أو الإقبال على المخدرات والعقاقير الأخرى.

ومما لا شك فيه أن استيعاب القلق وإدراك مفهومه ومدارسه سيزيد بالضرورة من معرفة سلوك المراهق وموقفه الذي قد يصبح من المستحيل التعرف عليه وفهمه، ومهما يكن من أمر فإن دراسة موضوع القلق إنما أتت من الحرص على الاهتمام بهذا الموضوع الحيوي الذي يتعرض له المراهق في هذه الفترة الانتقالية الحرجة " بحسب وصف ليفين ".

وعلى حد تعبير سبينوزا " النفس تشعر بالقلق حين يتبين لها أنها مقبله على حياة جديدة". ويرى إيريك فروم " فضلا عن أن القلق قاسم مشترك أعظم في كثير من الأمراض النفسية العصبية والذهنية مما يجعله مألوفاً في الدراسات النفسية المعاصرة".

ومن ناحية أخرى يعد القلق من أكثر المفاهيم النفسية شيوعاً ولقد اختلف مفهومه بحسب اختلاف مدارس علم النفس، ومن ثم تباينة الآراء حول أسباب ونشأة القلق، وأيضاً حول آثاره وأنواعه، ولكنها اتفقت إلى حد كبير في أن القلق خبرة غير سارة للفرد طالما تجاوز المعدل الأمثل الذي من شأنه أن يخدم أغراضاً بناءة لدى الفرد.⁽¹⁾

7- خصائص النمو في مرحلة المراهقة:

كما ذكرنا سابقاً في تعريف المراهقة أنها عملية بيولوجية عضوية في بدايتها وظاهرة إجتماعية في نهايتها يشير مصطفى زيدان على أن المرحلة الثانوية تصادف فترة هامة ألا وهي المراهقة الوسطى (15-18 سنة) التي تسبب الكثير من القلق والاضطراب النفسي ففيها تحدد معالم الجسم وتطور النواحي العقلية بصفة عامة وتوضح الصفات الانفعالية كما تظهر صفاته الاجتماعية ، علاقاته ، اتجاهاته ، قيمه ومثله التي كونها واكتسبها من الوسط المحيط به لهذا

¹ - أبو بكر مرسى محمد مرسى: أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي، نفس المرجع، ص(91-92).

تحتاج على عناية خاصة من الآباء والمربين فلا بد أن تتاح الفرص الكافية للمراهق للتعبير عن نفسه واستعمال إمكانياته وقدراته الجديدة وإعطائه الثقة بنفسه دون الخروج عما وضعت الجماعة من قيم ومثل عليا.⁽¹⁾

7-1- النمو الجسمي: تتميز هذه المرحلة بزيادة النمو الجسمي للفتى والفتاة بصورة واضحة ويزداد نمو العضلات الجذع والصدر والرجلين بدرجة أكبر مع نمو العظام حتى يستعيد الشباب اتزانه الجسمي إذا تأخذ ملامح الجسم والوجه صورتها الكاملة وتصبح عضلات الفتيان أطول وأثقل من الفتيات.⁽²⁾

إنه في هذه المرحلة يتكامل نمو الجسمي وتظهر بعض الفوارق في تركيب جسم الذكور والإناث بشكل واضح ويزداد الجذع والصدر وارتفاع في قوة العضلات لاسيما عند الذكور وتصل الإناث في سن السادسة عشر إلى أقصى حد من النمو الطولي وبعد هذه المرحلة يبطأ هذا النمو بينما تستمر سرعة الزيادة في وزنها في سن العشرين بخلاف الذكور فإن نموهم في الوزن والطول يستمر إلى غاية أربعة وعشرين سنة.⁽³⁾

إن من أهم خصائص المرحلة ظهور الفوارق في تركيب الجسم بين الفتى والفتاة، وبصفة خاصة يزداد نمو الجذع والصدر ويصل الجنسين في هذه المرحلة إلى نضجهم الجسمي تقريبا.

7-2- النمو الفيزيولوجي: يرى "مصطفى زيدان" أن القلب ينمو في هذه المرحلة بسرعة لايتماشى مع سرعة نمو الشرايين وكذلك تنمو الرئتان ويتسع الصدر وتكون الرئتان عند الأولاد أكبر منها عند البنات في مراحل الطفولة أما الزيادة في النمو عند الأولاد تكون مستمرة في هذه المرحلة مما هو عليه عند الفتيات، حيث يتوقف نموها تقريبا في سن السادس عشر ويرجع السبب في ذلك إلى قلة ممارسة الفتيات للرياضة خصوصا بعد سن 16 سنة في الوقت الذي يستمر فيه الولد ممارسة لمجالات النشاطات المختلفة بعد ذلك مما ساعد في إتساع صدره ونمو رئتيه

¹ - محمد مصطفى زيدان: دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1975، ص(152).

² - محمد عوض البسيوني - فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1992، ص(147).

³ - قاسم المندلاوي وآخرون: دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، دار المعرفة، بدون طبعة، بغداد، العراق، 1990، ص(21).

وكذلك تكون الألياف العصبية في المخ من ناحية السمك والطول ويرتبط هذا بالنمو العقلي في العمليات كالتفكير، التذكر، الانتباه.⁽¹⁾

وعن الخصائص الفيزيولوجية دائما يبين "قاسم المندلاوي" أنه في هذه المرحلة يتكامل نمو الأجهزة الداخلية ولاسيما الدورة الدموية والأوعية والقلب وأن الطالبات في سن 17 والطلاب في سن 18 يصلون إلى تطورهم الوظيفي للأجهزة الداخلية إلى مستوى الكبار وهذا يجعل تكيف أكبر وأفضل للأجهزة الداخلية للنشاط الحركي ويتقدم العمر يزداد حجم القلب وقدرته على تحمل تمارين السرعة والقوة ولكنه لايزال ضعيفا في تمارين المداومة ولاسيما في سباق المسافات الطويلة ويشمل النمو أيضا الجهاز العصبي فيتكامل النمو الفكري أو قدرة الفرد للعمل والاعتماد على النفس.⁽²⁾

7-3- النمو العقلي المعرفي:

الذكاء: ينمو الذكاء وهو القدرة العقلية الفطرية المعرفية العامة نموا مضطربا حتى الثانية عشر ثم يتعثر قليلا في أوائل فترة المراهقة نظرا لحالة الاضطراب النفسي السائدة في هذه المرحلة وتظهر الفروق الفردية بشكل واضح ويقصد بها إن توزيع الذكاء يختلف من شخص لآخر وفترة المراهقة هي فترة ظهور القدرات الخاصة وذلك لأن النمو العام يسمح لنا بالكشف عن ميوله التي غالبا ما ترتبط بقدرة خاصة ويمكننا الكشف بشيئا من الدقة عن قدرات المراهق الخاصة في حوالي سن الرابعة عشر وبالتالي يمكننا أن نوجهه تعليميا ومهنيا وفنيا حسب ما تسمح به استعداداته الخاصة.

انتباه المراهق: وتزداد قدرة المراهق على الانتباه سواء في مدة الانتباه أو مداه فهو يستطيع أن يستوعب مشاكل طويلة معقدة في يسر وسهولة.

والانتباه هو أن يبلور الإنسان شعوره على شيء ما في مجاله الإدراكي والقصور بالشعور العقلي للمظاهر أما المجال الإدراكي فهو الحيز المحيط بالذات.

تذكر المراهق: ويصاحب نمو قدرة المراهق على الانتباه نمو مقابلا في القدرة على التعلم والتذكر، وتذكر المراهق يبني ويؤسس على الفهم والميل فتعتمد عملية التذكر عنده على القدرة

¹ - محمد مصطفى زيدان: دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام، مرجع سابق، ص(154).

² - قاسم المندلاوي وآخرون: دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، مرجع سابق، ص(21).

على إستنتاج العلاقات الجديدة بين الموضوعات المتذكّرة ولا يتذكّر موضوعاً إلا إذا فهمه تماماً وربطه بغيره مما سبق إن مر به في خبرته السابقة

تخيل المراهق: يتجه خيال المراهق نحو خيال المجرد المبني على الألفاظ أي الصور اللفظية ولعل ذلك يعود إلى أن عملية اكتسابه للغة تكاد تدخل في طورها النهائي من حيث أنها القلب الذي تصبو فيه المعاني المجردة (اللغة) ولاشك إن نمو قدرة المراهق على التخيل تساعده على التفكير المجرد في مواد كالحساب والهندسة مما يصعب عليه إدراكها في المرحلة السابقة من التعليم.

الاستدلال والتفكير: التفكير هو حل مشكلة قائمة يجب إن تهدف في عملية التربية إلى مساعدة التلاميذ على اكتساب القدرة على التفكير في جميع مشاكلهم سواء ما هو علمي أو اجتماعي أو اقتصادي وإذا استطعنا إن ننمي في المراهق القدرة على التفكير الصحيح المؤسس على المنهج العلمي والبعيد عن الأهواء والاعتقادات ليتيسر للمراهق فرصة معالجة المشاكل على طريق هادئ عقلي سليم.⁽¹⁾

7-4- النمو الجنسي:

في هذه المرحلة يتجه النمو الجنسي بسرعة نحو النضج ، ويتم فيها استمرار واستكمال التغيرات التي حدثت في المرحلة المبكرة ويزداد نبض قلب المراهق بالحب وتزداد الانفعالات الجنسية في شدتها وتكون موجهة عادة نحو الجنس الآخر ويلاحظ الإكثار من الأحاديث والقراءات والملاحظات الجنسية والشغف والطرب بالنكت الجنسية ، ويزداد التعرض للمثيرات الجنسية وقد يمر المراهق بمرحلة انتقال من الجنسية المثيلة إلى الجنسية الغيرية وعادة ما يتجه المراهق بسرعة بعاطفته إلى أول من يصادف من الجنس الآخر

وفي هذه المرحلة يلاحظ الحب المتعدد والاهتمام بالجمال والرغبة في جذب انتباه أفراد الجنس الآخر ، والمعاكسة وحب الاستطلاع الجنسي، واخذ المواعيد المتعددة مع أفراد الجنس الآخر التي يدفع إليها عوامل مختلفة منها الصداقة والجاذبية الشخصية والاكتشاف المتبادل والدافع للتزوج وفي نهاية هذه المرحلة يصل جميع الذكور والإناث إلى النضج الجنسي.

¹ - محمد مصطفى زيدان - نبيل السمالوطي: علم النفس التربوي، مرجع سابق، ص(157-158).

ويتأثر النمو الجنسي والسلوك الجنسي بعدة عوامل من بينها شخصية المراهق، نوع المجتمع الذي يعيش فيه، الحالة الاجتماعية والاقتصادية والثقافية له، التكوين النفسي لإفراد الجنس الآخر، والاتجاه الديني.

7-5- النمو الأخلاقي: مع وصول المراهق إلى المراهقة الوسطى يكون قد تعلم المشاركة الوجدانية والتسامح والأخلاقيات العامة المتعلقة بالصدق والعدالة والتعاون والولاء والمودة والمرونة والطموح وتحمل المسؤولية ... الخ. وتزداد هذه المفاهيم عمقا مع النمو ومن بعض أنماط السلوك الخارج عن المعايير الأخلاقية في هذه المرحلة نجد من بينها مضايقة المدرسين ومشغبة الزملاء والتخريب والغش والخروج بدون استئذان الكبار وإرتياد أماكن غير مرغوبة والتأخر خارج المنزل والعدوان والهروب من المنزل ومعاكسة أفراد الجنس الآخر والميوعة والإنحلال وتقليد بعض أنماط سلوك المستورد من ثقافات أخرى لا يتفق مع ثقافتنا وقيمنا الأخلاقية.⁽¹⁾

¹ - حامد عبد السلام زهران: علم النفس النمو والطفولة والمراهقة، مرجع سابق، ص(394-399).

خلاصة الفصل :

إن فترة المراهقة مرحلة غير عادية، تصاحبها تغيرات نفسية وفيزيولوجية، وهي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والنضج الكامل ولكي تمر هذه المرحلة بسلام، دون أن تترك أي أثر ضار بالشخصية لابد أن يكون هناك وعي وفهم لطبيعة هذه المرحلة، وخصوصا من قبل الوالدين، ويجب أن تتعاون المؤسسات التعليمية والدينية مع الأهل في توجيه ورعاية المراهقين الذين يعتبرون جيل المستقبل.

والرياضة تجلب للمراهق المتعة بإشباعه لمختلف الحاجات التي يتطلبها نموه ومنها: الراحة والترويح عن النفس وكثير ما تعتمد على الأنشطة الرياضية، فهي من أنجح الأنشطة الترويحية وأكثرها فعالية في تحقيق أهداف الترويح و تساهم في تحكم في عدوانية المراهق وتصريف طاقته الكامنة بصفة مقبولة إجتماعيا، كما تساعد على إكتشاف مفهوم السعادة والسرور لتحقيق الراحة النفسية الكاملة.

تمهيد

في ضوء العرض السابق للجانب النظري وإشكالية البحث، ومن خلال ما تم عرضه من أهمية وأهداف البحث، فإن الباحث يحاول في هذا الفصل التطرق إلى تصميم البحث من خلال المنهج المتبع وعيناته ومجالاته وأدوات الدراسة، بالإضافة إلى ذلك تحديد الإجراءات العملية المتبعة والأساليب الإحصائية التي تم الاعتماد عليها في تحليل النتائج.

1- الدراسة الاستطلاعية:

في بحثنا هذا قمنا بدراسة استطلاعية، حيث كان الهدف منها معرفة وتحديد العوامل التي من الممكن أن تؤثر في الرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية: بالإضافة إلى ذلك فقد كان الهدف من الدراسة الاستطلاعية قياس مدى صدق وثبات المقياس المستعملة في هاته الدراسة وهي:

- اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

- مقياس الرضا الحركي.

وعليه قمنا بتوزيع المقاييس المذكورة سالفاً على:

أ- اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية:

ب- مقياس الرضا الحركي:

وقد وزع على عينة مكونة من 100 تلميذ، وتم قياس الصدق والثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار (Test - Retest) وكانت المدة بين التطبيق الأول والثاني هي أسبوعين وأيضاً باستعمال طريقة التجزئة النصفية ومعامل الالتساق (ألفا) وانطلاقاً من الدراسة الاستطلاعية ودراستنا النظرية ثم وضع مقاييس البحث وفق الأهداف والفرضيات مع الأخذ بعين الاعتبار الشروط العلمية والمنهجية.

2- منهج الدراسة:

استجابة لطبيعة الموضوع سنعتمد في دراستنا على المنهج الوصفي في تصميم البحث، حيث سيتم توظيف المنهج الإرتباطي في دراسة علاقة الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية بالرضا الحركي لتلاميذ الأقسام النهائية، ويمكن استخدام الباحث لهذا المنهج لمناسبته في المقارنة بين المجموعات.

2-1- البحث الإرتباطي:

يسعى البحث الإرتباطي إلى محاولة تحديد العلاقات بين متغيرين أو أكثر قابلين للقياس، ودرجة هذه العلاقة والغرض من البحث الإرتباطي قد يكون التعرف على وجود

علاقة أو عدم وجود هذه العلاقة أو استخدام العلاقة بين المتغيرات بغرض التنبؤ ودراسات العلاقة غالباً عدداً من التغيرات التي يفترض ارتباطها بمتغير أساسي أو متغير مركب كالرضا الحركي مثلاً، والمتغيرات التي يتضح أنها لا ترتبط مثلاً بالمتغير الرئيسي يمكن حذفها أو صرف النظر عنها.¹

3- ومن الأهمية بمكان أن نتذكر أن الدراسة الارتباطية لا ينتج عنها علاقة الأثر والسبب، ولكن ينتج عنها علاقة فقط، وإن كان ارتفاع درجة الارتباط بين متغيرين يمكن أن يفيد في التنبؤ، ودرجة العلاقة بين متغيرين يمكن التعبير عنها عادة باستخدام معامل الارتباط وهو رقم يتراوح ما بين صفر، وواحد صحيح، وكلما اقترب معامل الارتباط مع الصفر دل ذلك على ضعف العلاقة بين المتغيرين وكلما اقترب معامل الارتباط من الواحد الصحيح دل ذلك على قوة العلاقة بين المتغيرين. **أدوات الدراسة:**

5-1- مقياس الرضا الحركي:²

مقياس الرضا الحركي mouvement de satisfaction scale صممه في الأصل نيلسون Nelson وألن Allen إيماناً منهما بأن بعض مقاييس صورة الجسم body image لا تعظ اهتماماً واضحاً للجانب الحركي الإنساني.

إذ أن المقياس يحاول التعرف على درجة رضا الفرد عن حركاته وصفاته الحركية والبدنية، وقد قام محمد حسن علاوي باقتباس هذا المقياس، والمقياس الأصلي يتضمن 50 عبارة وفي ضوء الدراسات التي أجريت على العبارات الأصلية تم حذف بعض العبارات واستبدال بعض العبارات الأخرى لتناسب التطبيق في البيئة المصرية. عند الرقص، أستطيع ركل كرة ثابتة لمسافة طويلة.

¹ محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: "البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي"، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، سنة 1999، ص 103.

² محمد حسن علاوي: "موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين"، الطبعة 01، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1998، ص 171.

نظرا لعدم مناسبة العبارة للتطبيق على التلميذات وبذلك أصبح المقياس يتكون من 20 عبارة، ويقوم الفرد بالإجابة على عبارات المقياس على مقياس خماسي التدرج (ينطبق بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا)، ويصبح المقياس للتطبيق على تلاميذ وتلميذات المرحلتين الإعدادية والثانوية وطلبة وطلاب الجامعات، أي في المرحلة العمرية من 14-21 سنة.

5-1-1- المعاملات العلمية لمقياس الرضا الحركي:

صدق المقياس:

اعتمد الباحث لبيان صدق المقياس على الصدق الظاهري وهي أن يقوم مجموعة من المختصين بتقويم صلاحية الفقرات لقياس السمة التي وضع من أجلها المقياس، إذ قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المختصين في مجال التربية البدنية والرياضية وعلم النفس وطلب منهم الاطلاع على فقرات المقياس وبيان مدى صلاحية من يره مع إضافة التعديلات المناسبة، وبعد جمع استمارات السادة المتخصصين تم تفريغها من قبل الباحث وتبين الآتي:

نسبة اتفاق 95%، وبذلك حصل الباحث على الصدق الظاهري للمقياس.¹

ثبات المقياس:

المقياس الثابت هو المقياس الذي يعطي النتائج نفسها عند تكرار تطبيقه على الأفراد وتحت نفس الظروف ولعدد من المرات.

لغرض الحصول على ثبات المقياس قام الباحث باستخدام طريقة التجزئة النصفية وذلك من خلال تقسيم فقرات المقياس إلى فقرات تحمل الأرقام الزوجية وأخرى تحمل الأرقام الفردية بعد أن تم توزيع المقياس على أفراد عينة البحث، ثم معالجته إحصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط فظهرت قيمة (ر) (0.83).

¹ - د. يحيوي محمد: "الرضا الحركي بمفهوم الذات وتأثيرها على التوافق الدراسي عند طلبة التربية البدنية والرياضية"، أطروحة دكتوراه غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، سنة 2008، ص 248.

يستدل من ذلك وجود معامل ارتباط عال بين فقرات المقياس مما يدل على ثبات عال للمقياس.

5-2- اختبار مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية: وقسم إلى 3 محاور:

أ- الثبات: تم إيجاد معامل أنفا للاتساق الداخلي للمقياس على عينة قدرها 10 وبلغ هذا المعامل 0.95.

ب- الصدق:

تم إيجاد الصدق الظاهري للمقياس عن طريق 5 محكمين خبراء عن مجال التربية البدنية والرياضية وعلم النفس الرياضي.

4- مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع البحث من مجموع تلاميذ الاقسام النهائية لكل من ثانوية المقاومة الشعبية وثانوية حمدي قدور وثانوية العقيد شعباني وقد بلغ عددهم 517 تلميذ وقد تم اختيار 100 تلميذ كعينة عشوائية .

5- مجالات البحث:

4-1- المجال الزمني:

لقد تم ابتداء منذ أوائل شهر مارس عن طريق البحث في الجانب النظري، أما فيما يخص الجانب التطبيقي، في افريل 2017، وهذه المدة تم فيها التطبيق الميداني وتحليل النتائج المحصل عليها، باستعمال الطرق الإحصائية.

4-2- المجال المكاني:

أجري البحث في ثانويات الأغواط وهي:

- ثانوية المقاومة الشعبية .
- ثانوية حمدي قدور .
- ثانوية العقيد شعباني .

6- الأساليب الإحصائية:

تمت معالجة النتائج بالأسلوب الكمي بالاعتماد على حزمة البرامج الإحصائية للعلوم

الاجتماعية (SPSS 20.0).

- المتوسط الحسابي .

- معامل الارتباط .

أولاً : مجال مهارات التحدث

التقييم	الموسط الحسابي	الدرجات										العبارات:
		بدرجة قليلة جدا		بدرجة قليلة		بدرجة متوسطة		بدرجة كبيرة		بدحة كبيرة جدا		
		%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	
متوسط	2.9	05	05	40	40	10	10	30	30	15	15	1- هل يتسم الاستاذ عند التحدث معك
كبيرة	3.7	10	10	30	30	40	40	20	20	20	20	2- هل يفضل الاستاذ عدم خوض جدال معك
كبيرة	3.43	12	12	13	13	25	25	20	20	30	30	3- هل يعطيك الاستاذ فرصة للتحدث
كبيرة	3.85	10	10	10	10	20	20	30	30	35	35	4- استاذي ينتقي العبارات للتمكن من جذب الاهتمام
كبيرة	3.56	10	10	15	15	20	20	19	19	36	36	5- استاذك ينهي حديثه معك بجملة ختامية
كبيرة	3.70	10	10	10	10	20	20	20	20	40	40	6- عندما يتحدث تكون كلماته وجمله بسيطة
كبيرة جدا	4.23	2	2	3	3	15	15	30	30	50	50	7- هل يناديك الاستاذ باسمك عند التحدث
كبيرة	3.95	5	5	5	5	10	10	5	50	30	30	8- هل نبرات صوت الاستاذ ملائمة لموضوع الحديث
كبيرة جدا	4.43	2	2	3	3	5	5	30	30	60	60	9- هل يعطيك الاستاذ الانتباه الكامل عند الحديث معك
كبيرة	3.75	المتوسط الحسابي العام										

الجدول رقم 01 يوضح نتائج المتوسط الحسابي لمهارة التحدث لدى الاستاذ

عرض وتحليل نتائج الجدول رقم (01) :

توضح بيانات الجدول أن متوسط إجابات التلاميذ في السؤال الاول تساوي 2.9 وهي بدرجة متوسطة أي أن التلاميذ يرون بان الأستاذ قليلا ما يتسممهم كما نرى في السؤال الثاني والثالث والرابع والخامس والسادس والثامن أن متوسط إجابات التلاميذ بدرجة كبيرة أي أن الأستاذ يفضل عدم خوض جدال مع التلاميذ وينتقي العبارات ، وينتهي حديثه بجمل ختامية وكلماته وجمله بسيطة ..ونبرات صوته ملائمة لموضوع الحديث أما السؤال السابع والتاسع فكانت الإجابات بدرجة كبيرة جدا أي أن الأستاذ ينادي التلميذ باسمه دائما وفي نتائج المتوسط الحسابي العام للمجال فكانت تساوي 3.75 وذلك بدرجة كبيرة أي أن الأستاذ يمتلك مهارة التحدث بدرجة كبيرة ومنه نستنتج ان الاستاذ يستعمل عدة وسائل في التحدث والتواصل مع التلاميذ مثل التوجيه وهي طريقة تهدف إلى تصحيح الأخطاء بأقل شرح ممكن، دون تشتيت انتباه التلاميذ حول المهارة أو التمرين. وكذلك اسلوب الاوامر و عادة ما تكون هذه الطريقة في المقابلات و المباريات حين لا ينفع الشرح فيعتمد الأستاذ على طريقة الاوامر و النواهي بغرض الإسراع في تنفيذ الغرض لتحقيق الهدف المنشود. وطريقة الاشراف وهي الطريقة الأكثر استعمالا في التدريس الحديث أين يكتفي الأستاذ بالإشراف على سير الحصة و يأخذ التلميذ دور الشريك في تسيير الدرس، و تُظهر هذه الطريقة صفة القيادة لدى الأستاذ بكل وضوح، فهو يوجه السير العام للحصة و يعيد الأمور إلى نصابها إن دعت الضرورة.

وأخيرا يمكن القول أن مهارة التحدث بكل أنواعها لا تؤدي الغرض منها إلا إذا عبّر الأستاذ عنها تعبيرا كاملا بالصوت و الحركة و الانفعالات المرتبطة بها.

ولذلك فان على أستاذ التربية البدنية و الرياضية أن يمتلك الخبرة الكافية لمهارة التحدث حتى يكون لها تأثيرا فعالا لدى التلاميذ و إلا فقدت معناها.

ثانيا : مهارات التعامل مع الآخرين .

العبارات:	الدرجات											
	بدحة كبيرة جدا		بدرجة كبيرة		بدرجة متوسطة		بدرجة قليلة		بدرجة قليلة جدا		الموسم الحسابي	التقييم
	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%		
1- هل تفهم الاستاذ عند التحدث معك	60	60	30	30	5	5	3	3	2	2	4.43	كبيرة
2- هل يدرك الاستاذ الإيماءات التي تستخدمها	30	30	50	50	10	10	5	5	5	5	3.95	كبيرة
3- هل يفهم الاستاذ وجهة نظرك بسهولة	40	40	20	20	20	20	10	10	10	10	3.7	كبيرة
4- هل يتأكد الأستاذ من انك فهمت الشرح	36	36	19	19	20	20	15	15	10	10	3.56	كبيرة
5- هل يستطيع الاستاذ فهم ما تقصده من خلال التحدث معك	15	15	30	30	10	10	40	40	5	5	3.1	متوسطة
6- هل يبذل الاستاذ قصارى جهده لكي يفهمك	60	60	30	30	5	5	3	3	2	2	3.43	كبيرة
المتوسط الحسابي العام											3.69	كبيرة

الجدول رقم 02 يوضح نتائج المتوسط الحسابي لمهارة التعامل مع الآخرين لدى الاستاذ

عرض وتحليل نتائج الجدول رقم (02):

من خلال الجدول نلاحظ بان نتائج إجابات التلاميذ جاءت بدرجة كبيرة وذلك من خلال الأجوبة 1، 2، 3، 4، 6 أي أن التلاميذ يرون بان حديث الأستاذ مفهوم بالنسبة لهم وهذا من اهم اسباب نجاح عملية الاتصال بين الاستاذ والتلميذ كما انا الاستاذ يستخدم الإيماءات أثناء الحديث ويفهم وجهة نظر التلميذ بسهولة مما يساعد الاستاذ في تدارك الشرح وإيجاد اسرع الطرق لايقصال المعلومة للطالب وكذلك نلاحظ من خلال الجدول ان الاستاذ يتأكد من فهم التلاميذ لموضوع الدرس بدرجة كبيرة مما يعكس لنا مدى تفاني الاستاذ في عمله وكذلك حرصه الشديد على انجاح العملية التعليمية التي تتم بينه وبين التلاميذ مما ينتج عنه تطور في مدارك التلاميذ ومعارفهم أما بالنسبة للجواب (5) فكانت الإجابات متوسطة أي أن الأستاذ لا يفهم ما يقصده التلميذ في كثير من الاحيان. وهذا ما يؤثر سلبا في سير عملية الاتصال ويسبب نوع من الفشل بالنسبة للاساتذة وشح في المعلومات التي يتلقاها التلاميذ أما فيما يخص المتوسط الحسابي العام فيساوي 3.65 وذلك بدرجة كبيرة أي أن الأستاذ يجيد مهارات التعامل مع الآخرين <التلاميذ>

ثالثا : مجال ادارة العوظف .

العبارات:	الدرجات										
	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة		بدرجة قليلة		بدرجة قليلة جدا		الموسم الحسابي	التقييم	
			ت	%	ت	%	ت	%			
1- أستاذي لديه القدرة على التسامح معي	35	35	30	30	20	20	10	10	3.85	كبيرة	
2- استاذي يسيطر على مزاجه في الملعب	30	30	20	20	25	25	13	12	3.43	كبيرة	
3- يراعي كيف يكون واقع كلامه و افعاله على التلميذ	10	10	15	15	30	30	35	10	2.81	متوسطة	
4- استاذي يقبل اعتذاري منه	10	10	10	10	15	15	30	35	2.3	ضعيفة	
5- هل يعتذر الاستاذ عندما يخطئ	60	60	30	30	5	5	3	2	4.8	كبيرة جدا	
6- هل يتجنب الاستاذ مواضيع حساسة خلال النقاش	55	55	35	35	3	3	3	4	4.6	كبيرة جدا	
7- لديه القدرة للتعبير عما يجول في نفسه	40	40	20	20	15	15	15	10	3.8	كبيرة	
8- يوجه الاستاذ الانتقاء الى سلوك وليس للشخص	50	50	25	25	15	15	5	5	4.2	كبيرة	
9- لديه القدرة على حل مشكل دون فقد السيطرة	65	65	15	15	10	10	6	4	4.3	كبيرة جدا	
المتوسط الحسابي العام											
									3.78	كبيرة	

الجدول رقم 03 يوضح نتائج المتوسط الحسابي لمهارة ادارة العواطف لدى الاستاذ

عرض و تحليل نتائج الجدول 03

من خلال الجدول نلاحظ أن إجابات الأسئلة 1-2-5-6-7-8-9

تتراوح بين كبيرة و كبيرة جدا أي أن الأستاذ يتسامح مع التلاميذ و يسيطر على مزاجه في الملعب و يعتذر من التلاميذ عندما يخطأ و يتجنب المواضيع الحساسة خلال النقاش ، و لديه القدرة على التعبير عما يحول في نفسه كما أن لديه القدرة على حل المشاكل دون فقد السيطرة ، بينما نتائج السؤال 4،3 فتتراوح بين الضعيفة و المتوسطة أي ان الأستاذ قليلا ما يراعي و قع كلامه على التلميذ بصورة قليلة نوع ما كما أن الأستاذ يقبل الاعتذار من التلاميذ بصورة ضعيفة و بنسبة متوسط الحسابي العام فيساوي 3.78 و ذلك بدرجة كبيرة أي أن الأستاذ يمتلك القدرة على إدارة العواطف مع التلاميذ مما يساهم في تحسين العلاقة بين التلميذ ولأستاذ وبالتالي تحقيق نتائج أفضل .

جدول رقم 04 يبين نتائج المتوسط الحسابي لمهارة الاتصال

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الدرجة
01	مهارة التحدث	3.75	كبيرة
02	مهارة التعامل مع الآخرين	3.69	كبيرة
03	مهارة ادارة العواطف	3.78	كبيرة
04	المجال العام لمهارة الاتصال	3.74	كبيرة

عرض وتحليل نتائج الجدول رقم 04

من خلال الجدول بين أن المتوسط الحسابي العام لمهارة الاتصال الأستاذ يساوي 3.74 و ذلك بدرجة كبيرة أي أن الأستاذ يمتلك مهارة الاتصال مع التلاميذ بصورة جيدة وهذا هو الاساس في العملية التعليمية أي أن لا تتم بشكل جيد الا اذا اتقن الاستاذ مهارة الاتصال مع التلاميذ

رابعاً : الرضا الحركي عند التلاميذ.

العبارة:	الدرجات											
	الموسم الحسابي	التقييم	بدرجة قليلة جدا		بدرجة قليلة		بدرجة متوسطة		بدرجة كبيرة		بدحة كبيرة جدا	
			%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت
1-زملائي يعتقدون أن قدرتي على الحركة جيدة.	4.31	كبيرة جدا	4	4	6	6	10	10	15	15	65	65
2-أستطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة.	4.10	كبيرة جدا	5	5	5	5	15	15	25	25	50	50
3-عندي قدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات.	3.65	كبيرة	10	10	15	15	15	15	20	20	40	40
4-لدي القدرة على الجري بسرعة.	4.34	كبيرة جدا	4	4	3	3	3	3	35	35	55	55
5-أستطيع القيام بالحركات التي تتطلب الرشاقة.	3.43	كبيرة	2	2	3	3	5	5	30	30	60	60
6-قدرتي جيدة على تعلم مهارات حركية جديدة.	2.30	ضعيفة	35	35	30	30	15	15	10	10	10	10
7-أستطيع الاحتفاظ بتوازني من الثبات.	2.8	ضعيفة	10	10	35	35	30	30	15	15	10	10
8-لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة.	3.43	كبيرة	12	12	13	13	25	25	20	20	30	30
9-أستطيع الحفاظ بتوازني بالوقوف على قدم واحدة لفترة معقولة.	3.85	كبيرة	10	10	10	10	20	20	30	30	35	35
10-لدي القدرة على الاشتراك في بعض الأنشطة الحركية دون الخوف من السقوط على الأرض.	3.43	كبيرة	2	2	3	3	5	5	30	30	60	60
11-أستطيع أن أقوم بأداء حركات بدنية أفضل من معظم زملائي.	3.95	كبيرة	5	5	5	5	10	10	50	50	30	30

كبيرة جدا	4.23	2	2	3	3	15	15	30	30	50	50	12-أستطيع أن أشارك في بعض الأنشطة البدنية التي تتطلب مستوى عال من المهارة الحركية.
كبيرة	4.01	6	6	7	7	7	7	40	40	40	40	13-أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب.
كبيرة	3.85	10	10	10	10	20	20	30	30	35	35	14-لي القدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات.
كبيرة	3.43	12	12	13	13	25	25	20	20	30	30	15-عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية.
متوسطة	2.8	10	10	35	35	30	30	15	15	10	10	16-أنا راض تماما عن قدراتي الحركية.
ضعيفة	2.3	35	35	30	30	15	15	10	10	10	10	17-أستطيع أداء بعض الحركات الرشيقة عندما أريد في ذلك.
كبيرة	3.43	2	2	3	3	5	5	30	30	60	60	18-أستطيع تقدير المسافات بيني وبين الزملاء الآخرين أثناء الحركة.
كبيرة جدا	4.34	4	4	3	3	3	3	35	35	55	55	19-أستطيع القيام باسترخاء جسمي عندما أريد في ذلك.
كبيرة	3.95	10	10	15	15	15	15	30	30	40	40	20-أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة.
كبيرة	3.69	المتوسط الحسابي العام										

الجدول رقم 05 يوضح نتائج المتوسط الحسابي للرضا الحركي عند التلاميذ

عرض و تحليل نتائج الجدول رقم 05

من خلال الجدول نلاحظ أن إجابات التلاميذ بالنسبة للأسئلة 01-02-03-04-05-08-09-10-11-12-13-14-15-18-19-20 تتراوح بين الدرجة الكبيرة و الكبيرة جدا أي أن التلاميذ يقدرّون حركة بعضهم بتقدير جيد مما يزيد في تنمية الثقة بالنفس لديهم ومحاولة زيادة جودة الاداء الحركي كما أنهم يستطيعون تعلم المهارات بسهولة وبالتالي امكانية تعلم مهارات جديدة ومتنوعة في وقت وجيز و لديهم القدرة على الجري بسرعة وهذا دليل على اللياقة البدنية الجيدة التي يتمتعون بها بينما نجد من خلال نتائج الجدول ان التلاميذ لديهم القدرة على أداء الحركات البدنية كما أنهم يتمتعون بالرشاقة و لديهم القدرة على بذل المجهود البدني المتواصل لفترة طويلة مما يساعدهم على تعلم عدة حركات في حصة واحدة دون تعب أما بالنسبة للأجوبة 6-7-16-17 فكانت تتراوح بين الضعيفة و المتوسطة .

أي أن التلاميذ يملكون القدرة على التعلم بدرجة ضعيفة وهذا من معوقات التعلم الحركي ويسبب نوع من الملل بالنسبة للطالب كما أنهم لا يجيدون الاحتفاظ بالتوازن من الثبات و كذلك هم راضون عن أدائهم الحركي بنسبة قليلة أما بالنسبة للمتوسط الحسابي العام فكان 3.69 أي بدرجة كبيرة مما يؤكد أنه يوجد هناك رضا حركي عند التلاميذ مما يساعدهم على القابلية لتعلم مهارات جديدة وحسن التجاوب مع الاستاذ لتحقيق نتائج افضل

1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الاولى

أ- نص الفرضية (توجد هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مهارة التحدث عند الأستاذ والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية).

الجدول رقم (06) يبين درجة معامل الارتباط بين الرضا الحركي ومجال مهارة التحدث

معامل الارتباط	نوع العلاقة	مستوى الدلالة	حجم العينة N
0.95	إيجابية قوية جدا	0.05	100

مجال مهارة التحدث
مقياس الرضا
الحركي

نلاحظ من خلال الجدول رقم(06) أنّ قيمة معامل الارتباط بيرسون يساوي 0.95 عند مستوى الدلالة 0.05 وهي قيمة دالة إحصائية ، ومنه نستنتج انه توجد علاقة ارتباطية قوية جدا بين مستوى الرضا الحركي عند التلاميذ ومجال مهارة التحدث لدى الأستاذ أي انه كلما زادت مهارة التحدث لدى الأستاذ زاد مستوى الرضا الحركي لدى التلاميذ. هذا ان دل على شيء فانما يدل على اهمية مهارة التحدث في زيادة مستوى الرضا الحركي عند التلاميذ وذلك راجع الى ان أي عملية تعليمية في أي مجال لا يمكن ان تكلل بالنجاح الا اذا كانت قناة الاتصال وهي الحديث ممتازة

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

نص الفرضية (توجد هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مهارة القدرة على فهم الآخرين عند الأستاذ والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية).

الجدول رقم (07) يبين درجة معامل الارتباط بين الرضا الحركي ومجال التعامل مع الآخرين

معامل الارتباط	نوع العلاقة	مستوى الدلالة	حجم العينة N	مجال التعامل مع الآخرين
0.86	إيجابية قوية جدا	0.05	100	مقياس الرضا الحركي

نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) أنَّ قيمة معامل الارتباط بيرسون ($r = 0.80$) عند مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائية ، ومنه نستنتج انه لا توجد علاقة ارتباطية قوية جدا بين الرضا الحركي ومجال القدرة على الآخرين .اي انه كلما زادت مهارة القدرة على فهم الاستاذ التلاميذ كلما زاد الرضا الحركي لديهم

3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية (توجد هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مهارة إدارة العواطف عند الأستاذ والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية).

جدول رقم (08) يبين العلاقة الارتباطية بين الرضا الحركي ومجال إدارة العواطف

معامل الارتباط	نوع العلاقة	مستوى الدلالة	حجم العينة N	مجال ادارة العواطف
0.75	إيجابية قوية	0.05	100	مقياس الرضا الحركي

نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) أنَّ قيمة معامل الارتباط بيرسون ($r = 0.70$) عند مستوى الدلالة 0.05 وهي دالة إحصائية ، ومنه نستنتج انه توجد علاقة ارتباطية قوية بين

مستوى الرضا الحركي عند التلاميذ ومجال إدارة العواطف أي انه كلما زادت إدارة العواطف لدى الأستاذ زاد مستوى الرضا الحركي لدى التلاميذ

4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرئيسية:

نص الفرضية (توجد هناك علاقة ارتباطية بين مهارة الاتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية).

جدول رقم (09) يبين العلاقة الارتباطية بين نتائج اختبار مهارات الإتصال للأستاذ من وجهة نظر التلاميذ ومقياس الرضا الحركي

معامل الارتباط	نوع العلاقة	مستوى الدلالة	حجم العينة N
0.85	إيجابية قوية جدا	0.05	100

يوضح لنا الجدول أن هناك علاقة ارتباطية إيجابية قوية جدا بين مهارات الإتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية وبين الرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية أي كلما كانت مهارات الإتصال للأستاذ عالية كلما كان الرضا الحركي عند التلاميذ مرتفع ، وكلما كانت مهارة الإتصال لدى الأستاذ منخفضة كلما كان الرضا الحركي للتلاميذ منخفض .

وعليه فقد جاءت هذه النتائج لتبين ما ذهبنا اليه في دراستنا أي ان الاتصال الجيد بين الأستاذ والتلميذ في حصة التربية البدنية والرياضية يؤدي الى النجاح في الاداء الحركي بالرضا والمتعة وهما من الحوافز الدافعة الى الاهتمام بالنشاط الحركي اذ تلعب الانشطة الرياضية دورا ايجابيا للمشاركين فيها سواء من الناحية البدنية او العقلية او الاجتماعية او النفسية

الاستنتاج العام:

قد حاولنا من خلال هذه الدراسة معرفة علاقة مهارات الإتصال للأستاذ التربية البدنية والرياضية بالرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية ولقد تلخصت أهم النتائج في النقاط التالية

أولا : يتمتع الاساتذة بمهارة اتصال عالية وذلك بالرجوع الى المتوسط الحسابي الذي يساوي 3.74 بدرجة كبيرة وهذه النتائج اتت لتبين الدور الهام الذي يلعبه أستاذ التربية البدنية والرياضية في وصول التلميذ الى خبرات سارة ومرضية ، فإذا ما ألم بالتدريس إماما تاما بأحسن الطرق في مجال التربية البدنية فإن هذا يدعو الى إقتصاد الجهد والوقت وتحقيق أفضل النتائج .

ثانيا : قد جاءت نتائج التساؤل الأول لتؤكد تحقق الفرضية الأولى بأن هناك علاقة إرتباطية دالة احصائيا بين مهارة التحدث عند الأستاذ والرضا الحركي عند التلاميذ وذلك حسب معامل الإرتباط ($r = 0.95$) عند مستوى الدلالة 0.05 .

ثالثا : قد جاءت نتائج التساؤل الثاني لتحقيق الفرضية الثانية بأنه توجد هناك علاقة إرتباطية دالة احصائيا بين مهارات القدرة على التعامل مع الآخرين والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية حسب معامل الإرتباط ($r = 0.86$) عند مستوى الدلالة 0.05 .

رابعا : قد جاءت نتائج التساؤل الثالث لتحقيق الفرضية الثالثة بأن هناك علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين مهارة إدارة العواطف عند الأستاذ والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية حسب معامل الإرتباط ($r = 0.75$) عند مستوى الدلالة 0.05 .

خامسا : قد جاءت نتائج الدراسة التي قمنا بها لتؤكد الفرضية الرئيسية [انه توجد هناك علاقة إرتباطية بين مهارة الإتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية والرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية حسب معامل الإرتباط ($r = 0.85$) عند مستوى الدلالة 0.05 .

5- اقتراحات والتوصيات:

- تهدف البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية في التربية البدنية والرياضة للاستفادة من نتائجها في أغراض التوجيه والإرشاد النفسي هو العمل على مساعدة الفرد على تنمية شخصيته ومساعدته لذاته وتحليل وتقدير قدراته، أي تقييم نفسه حتى يرضى عن نفسه وغيره.
- ويمكن الاستفادة من النتائج المتوصل إليها في ضوء التوصيات والاقتراحات التالية:
- أهمية الأنشطة البدنية والرياضة في تقديم الفرد الصالح والمندمج في المجتمع.
 - على الأساتذة أن يقوموا بدورهم الهام وذلك بالتواصل الجيد بالمتعلم من أجل استمراره في الممارسة وتقديمهم في المستوى.
 - الاهتمام بشؤون مادة التربية البدنية والرياضة من مختلف جوانبها والعمل على ارتقاءها وازدهارها وتبوءها مكانة لائقة في المجتمع ورعاية شؤون أساتذتها.
 - توسيع قاعدة التعاون بين أساتذة التربية البدنية والرياضة.
 - لم شمل الأساتذة الممارسين في اطار التنظيمي مهني يعمل على التحسس بمشكلات الواقع المهني والآمال والتطلعات وهذا من أجل الارتقاء بالمهنة والأخذ بيد الأساتذة والتعاون معهم من أجل جعل التربية البدنية والرياضة مهنة جديرة بالتقدير والاحترام.
 - مناقشة القضايا المعاصرة لمهنة تدريس التربية البدنية والرياضة من خلال عقد لقاءات وندوات.
 - تنظيم تربية ودورات صيفية وخلال الفصلية للأساتذة وحلقات البحث في المؤسسات والهيئات الرياضية والعمل على تطويرها للاستمرار من خلال تزويدها بالإصدارات الحديثة من الكتب والمرجع.

- تشجيع أساتذة التربية البدنية والرياضة على إجراء بحوث ودراسات من خلال المسابقات التي تعقدها معاهد وأقسام التربية البدنية والرياضة ورصد جوائز قيمة لذلك.
- خلق الآلية اللازمة لإيجاد الرابط أو الصلة بين قطاعات المجتمع وهيئاته ومؤسساته وهذا يحتاج إلى تضافر جهود الدكاترة والأساتذة والخبراء.
- العمل على ربط الإنتاج البحثي في التربية البدنية والرياضة بالواقع الاجتماعي والمهني وإخراجها من أرفف المكتبات للاستفادة منها من خلال التطبيق والتوظيف التقني لها بهدف خدمة المجتمع أولاً والارتقاء بالمهنة.
- إجراء المزيد من البحوث في العلاقة وأثر مفهوم الذات والتوافق النفسي عند الممارسين.

لقد حاولنا من خلال بحثنا هذا إظهار علاقة مهارات الاتصال لأستاذ التربية البدنية والرياضية بالرضا الحركي عند تلاميذ الأقسام النهائية والعوامل المؤثرة في ذلك، فكانت الفكرة الرئيسية والهامة التي استوحيناها من خلال بحثنا هذا واستنادا على الدراسات التطبيقية التي قمنا بها، باستعمال أدوات بحثنا وبعد تحليلنا واستخلاص النتائج، وجدنا أن الرضى الحركي عند تلاميذ أقسام نهائية في حصة التربية البدنية والرياضية يتأثر بمهارات الاتصال لأستاذ تربية البدنية والرياضية، وذلك وفقا لمهارات الأستاذ سواء في التحدث أو التعامل أو ادارة العواطف.

يعتبر التواصل مهمة أساسية للعاملين في المجال التربوي، والاتصال عملية ضرورية وهامة لكل عمليات التوافق التي يتوجب على تربويين القيام بها بهدف وصول إلى الأهداف المنشودة للمؤسسة التربوية والاتصال عملية اجتماعية تفاعلية تقوم وتعتمد اعتمادا كبيرا في حدوثها على المشاركة في المعاني بين المرسل والمستقبل.

إن مستقبل مجتمعات يتوقف على ضرورة وكيفية استغلال التربية بطريقة بناءة تعود على المجتمع بالنفع والايجابية فهي بالعكس تعود سلبا على المجتمع إذا استغلت بأساليب هادمة والتربية عملية اجتماعية تختلف من مجتمع لآخر وتعتبر وسيلة للمجتمع للمحافظة على بقائه واستمراره وثبات نظمه ومعاييره الاجتماعية وتهدف إلى نقل التراث الثقافي عبر الأجيال بعد إجراء عمليات التعديل والانتقاء والمفاضلة بين مشتلان هذا التراث بما يلائم روح العصر الجديد، واتجاهاته الحضرية فهي بذلك تعتبر عملية اعداد الفرد للحياة وطبيعته وتنشئته .

ودرس التربية البدنية أحد أشكال ومظاهر التربية العامة، وهو اللبنة الأولى والوحدة الأساسية التي تحقق البناء المتكامل لمناهج التربية البدنية وتحقيق أهدافه وغاياتها .

فالتلميذ يتعلم من خلال درس التربية البدنية والرياضية أشياء كثيرة وفي مجالات مختلفة كالتمرين والتمرن والنظرية والتطبيق والقيادة والتبعية والتنمية والتطور والتوازن، في بناء شخصيته المستقبلية لهذا فإننا نلقي الضوء في هذا الفصل على مفهوم التربية البدنية والرياضية مع توضيح أهمية درس التربية البدنية والأسس التي يقوم عليها .

التربية تهدف الى تنشأة الفرد سليما منسجما مع نفسه من جهة ومع مجتمعه وتقاليده من جهة أخرى فلم الفرد من المعارف الحياتية ما يساعده على العيش ومواجهة المشاكل .

ومبدئيا لا يتمكن العالم أو المبدع في أي مجال دون تعلمه القراءة والكتابة ودون تزويده بقاعدة علمية وتقنية متينة، كما أنه لا يمكن تعليم قيم ومعتقدات وتقاليد مجتمعه الأصلي دون اكتساب القدرة على التكيف في مجتمعه .

إن الأهداف التربوية متكاملة، فالتركيز على هدف معين لا يعني إهمال أهداف أخرى انطلاقا أن التأكيد على كل أهداف صعب بمرة واحدة .

والواقع أن الفرد لا ينمو في فراغ فهو يتحرك في وسط اجتماعي، يتأثر به ويؤثر فيه والتربية إذن لا يستطيع أن تغفل الفرد، لأنه موضوع اهتمامها ولا تستطيع أن تتجاهل المجتمع فهي نابعة منه وتعمل من أجله وذلك نجد كثيرا من كتاب التربية يتحدثون عن أهداف تربوية تتجه الى الفرد وأخرى تتجه من المجتمع .

يعتبر الاعتناء بالمهارات الحركية وتطويرها وتحسين الأداء الحركي من خلال التمارين الرياضية المختلفة أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية اهتماما بالغا فالتنمية الشاملة لقدرات البدنية والحركية، كالقوة والسرعة والتحمل والمرونة، وكذلك تحسين المهارات الأساسية وما يترتب عليها من تنمية المهارات والقدرات الرياضية، يعتبر المطلب الذي يجب تحقيقه في تدريس التربية البدنية والرياضية.

إن الرضى عن الأداء الحركي يشكل تدعيما أساسيا من أجل الاستمرار في ممارسة الأنشطة الحركية فضلا على أن زيادة الشعور بالرضى عن مستوى الاداء يعد أحد الأبعاد التي يهتم بها علماء النفس الرياضي إذ يشير (singer) الى أنه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الانجاز الرياضي هو الشعور بالرضى عن مستوى الأداء لذا فإن قياسه يعطينا مؤشر عن حالة الرضى، كما ويرتبط رضا التلميذ بخبرات الأستاذ السابقة فإذا ما كانت خبرته ناجحة وسليمة فإن ذلك يؤدي إلى خلق مواقف مستقبلية سارة يمكن اعتبارها الدعائم الأساسية التي تبني عليها توجهات التلميذ ورغباته في حياة صحيحة سعيدة متمتعة.

المصادر:

القران الكريم

المراجع باللغة العربية:

اولا : الكتب

1. أبو بكر مرسى محمد مرسى: أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للارشاد النفسي، مكتبة النهضة المصرية، ط1، القاهرة، مصر، 2002،
2. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، القاهرة: دار الفكر العربي، الطبعة الثانية، 2002،
3. أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح عنان، عدنان درويش جلون، التربية الرياضية المدرسية، القاهرة، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة،
4. بسيطيوي عبد الكريم: "أسس ونظريات الحركة"، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، مصر، سنة 1996،
5. بيتر ج. ل تومسون ، مدخل إلى نظريات التدريب .القاهرة : مركز التنمية الإقليمي ، 1996،
6. تشارلز أبيكور: "أسس التربية البدنية"، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده المكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة، 1964،
7. حارث عبودة، الاتصال التربوي، عمان الأردن: دار النشر والتوزيع، ط1، 2009،
8. رابح تركي، أصول التربية والتعليم، الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب، ديوان المطبوعات الجامعية، 1990،
9. زينب علي عمر، غادة عبد الحكيم، طرق تدريس التربية الرياضية، القاهرة، دار الفكر العربي، ط1، 2008،
10. صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد، التربية وطرق التدريس، مصدر: دار المعارف، الطبعة الأولى، 1984،
11. عادل الهواري سعد عبيد: "مدخل إلى الاتصال والرأي العام"، دار الفكر العربي، القاهرة، سنة 1997،

12. عاطف عدلي عبيد، سعد مصلوح: "موسوعة العلوم الاجتماعية"، الإمارات العربية المتحدة، بدون طبعة، مكتبة الفلاح، 1999،
13. عدنان درويش: "التربية الرياضية المدرسية"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1996،
14. قاسم المندلاوي وآخرون: دليل الطالب في التطبيقات الميدانية للتربية الرياضية، دار المعرفة، بدون طبعة، بغداد، العراق، 1990،
15. محمد السباعي، محمد الغد ودوره، دار المعارف، الطبعة الأولى، 1985،
16. محمد أمين المفتي: "معالم تربوية سلوك التدريس"، مؤسسة الخليج العربية، 1996،
17. محمد حسن علاوي: "موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين"، الطبعة 01، مركز الكتاب للنشر، مصر، 1998،
18. محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: "البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي"، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، سنة .
19. محمد سعد زغلول، مصطفى السايح محمد، تكنولوجيا إعداد وتأهيل معلم التربية الرياضية دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، ط2، 2004،
20. محمد عوض البسيوني فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط2، الجزائر، 1992،
21. محمد محمد الشحات، تدريس التربية الرياضية، القاهرة، العلم والإيمان للنشر والتوزيع، ط1، 2007،
22. محمد مصطفى زيدان نبيل السمالوطي: علم النفس التربوي، دار الشروق، ط2، الرياض، السعودية، 1985،
23. محمد مصطفى زيدان: دراسة سيكولوجية تربوية لتلميذ التعليم العام، ديوان المطبوعات الجامعية، بدون طبعة، الجزائر، 1975،
24. محمد مصطفى زيدان، الكفاية الإنتاجية للمدرس، بيروت: دار النشر، الطبعة الأولى،
25. محمود حسان سعد: "التربية العلمية بين النظرية والتطبيق"، ط1،
26. مصطفى عبد السميع، مهارات الاتصال في عمليتي التعليم والتعلم، دار الفكر، عمان، 2005،

27. نثيال كانتور، المعلم ومشكلات التعليم والتعلم، ترجمة حسن الفقهي، مصدر: الطبعة الأولى، دار المعارف، 1972،

ثانيا: الرسائل والمذكرات

1- يحيوي محمد: "الرضا الحركي بمفهوم الذات وتأثيرها على التوافق الدراسي عند طلبة التربية البدنية والرياضية"، أطروحة دكتوراه غير منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، سنة 2008،

1. سامية فرغلي، زينب سيد حسن: "مؤشرات الرضا الحركي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية لممارسة الأنشطة الحركية بصفة عامة بصفة خاصة"، بحث منشور، بحوث المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول النامية، كلية التربية الرياضية بالهرم، 1985، ونشاط الجمناز.

2. محمد عفاف محمود: "الرضا عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى الطموح وبعض المتغيرات الأخرى لدى معلمات المرحلة الابتدائية"، المؤتمر العالمي الخامس، جامعة حلوان، مصر، سنة 1984،.

ثالثا: المجلات

3. محمد محمود عبد الدايم: "تقنين مقياس الرضا عن أنشطة وقت الفراغ"، مجلة بحوث المؤتمر لرياضة المستويات العالية، المجلد الثاني، القاهرة، 1994.

4. محمود سمير طه: "بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقى الميدان والمضمار"، مجلة علوم وفنون الرياضة، المجلد الأول، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، سنة 1989،

5. هانم كساب: "مستويات الرضا الحركي لدى طلاب المرحلة الجامعية"، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد 21، كلية التربية الرياضية، أبوقير، الإسكندرية، 1994..

المراجع باللغة الاجنبية:

1-Dwyer and Fisher, D : perception of coaches ship as predictors of satisfaction with.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عمار ثليجي - الأغواط -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
استمارة موجهة للتلاميذ

في إطار انجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

مهارات الإتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالرضى
الحركي لتلاميذ المرحلة الثانوية
دراسة ميدانية ببعض ثانويات مدينة الأغواط

نرجوا من سيادتكم بتعبئة هذه الإستمارة بالإجابة على الأسئلة ولعلمكم أنه لا توجد أسئلة
صحيحة وأخرى خاطئة
لذا فإن صراحتكم وصدقكم في الإجابة سيزيد البحث قيمة ومصدقية أملنا كبير لانجاح
هذه الدراسة
ولكم منا جزيل الشكر وأسمى عبارات الإمتنان

اشراف الأستاذ

- كروم بشير

من إعداد الطالبين:

- مريقي عبد الحفيظ

- قديم عطاء الله

السنة الجامعية 2016/2017

ملاحظة: وضع علامة (x) في مربع الخانة

العبارة:	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة ضعيفة	درجة ضعيفة جدا
1- زملائي يعتقدون أن قدرتي على الحركة جيدة.					
2- أستطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة.					
3- عندي قدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء أدائي لبعض المهارات.					
4- لدي القدرة على الجري بسرعة.					
5- أستطيع القيام بالحركات التي تتطلب الرشاقة.					
6- قدرتي جيدة على تعلم مهارات حركية جديدة.					
7- أستطيع الاحتفاظ بتوازني من الثبات.					
8- لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة.					
9- أستطيع الحفاظ بتوازني بالوقوف على قدم واحدة لفترة معقولة.					
10- لدي القدرة على الاشتراك في بعض الأنشطة الحركية دون الخوف من السقوط على الأرض.					
11- أستطيع أن أقوم بأداء حركات بدنية أفضل من معظم زملائي.					
12- أستطيع أن أشارك في بعض الأنشطة البدنية التي تتطلب مستوى عال من المهارة الحركية.					
13- أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب.					
14- لي القدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات.					
15- عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية.					
16- أنا راض تماما عن قدراتي الحركية.					
17- أستطيع أداء بعض الحركات الرشيقة عندما أرغب في ذلك.					
18- أستطيع تقدير المسافات بيني وبين زملاء الآخرين أثناء الحركة.					
19- أستطيع القيام باسترخاء جسمي عندما أرغب في ذلك.					
20- أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة.					

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عمار ثليجي - الأغواط -
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
استمارة موجهة للتلاميذ

في إطار انجاز مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

مهارات الإتصال لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالرضى
الحركي لتلاميذ المرحلة الثانوية
دراسة ميدانية ببعض ثانويات الأغواط

نرجوا من سيادتكم بتعبئة هذه الإستمارة بالإجابة على الأسئلة ولعلمكم أنه لا توجد أسئلة
صحيحة وأخرى خاطئة
لذا فإن صراحتكم وصدقكم في الإجابة سيزيد البحث قيمة ومصدقية أملنا كبير لانجاح
هذه الدراسة
ولكم منا جزيل الشكر وأسمى عبارات الإمتنان

اشراف الدكتور
- كروم بشير

من إعداد الطالبين:
- مريقي عبد الحفيظ
- قديم عطاء الله

السنة الجامعية 2016/2017

ملاحظة: وضع علامة (x) في مربع الخانة

الدرجات					العبارات:
مجال ادارة العواطف					
درجة قليلة جدا	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	بدحة كبيرة جدا	
					1- أستاذي لديه القدرة على التسامح معي
					2- استاذي يسيطر على مزاجه في الملعب
					3- يراعي كيف يكون واقع كلامه و افعاله على التلميذ
					4- استاذي يقبل اعتذاري منه
					5- هل يعتذر الاستاذ عندما يخطئ
					6- هل يتجنب الاستاذ مواضيع حساسة خلال النقاش
					7- لديه القدرة للتعبير عما يجول في نفسه
					8- يوجه الاستاذ الانتقاء الى سلوك وليس للشخص
					9- لديه القدرة على حل مشكل دون فقد السيرة

الدرجات					العبارات:
مجال مهارة التحدث					
درجة قليلة جدا	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جدا	
					1- هل يبتسم الاستاذ عند التحدث معك
					2- هل يفضل الاستاذ عدم خوض جدال معك
					3- هل يعطيك الاستاذ فرصة للتحدث
					4- استاذي ينتقي العبارات للتمكن من جذب الاهتمام
					5- استاذك ينهي حديثه معك بجملة ختامية
					6- عندما يتحدث تكون كلماته وجمله بسيطة
					7- هل يناديك الاستاذ باسمك عند التحدث
					8- هل نبرات صوت الاستاذ ملائمة لموضوع الحديث
					9- هل يعطيك الاستاذ الانتباه الكامل عند الحديث معك

الدرجات					العبارات:
مجال مهارة التعامل مع الآخرين					
درجة قليلة جدا	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جدا	
					1- هل تفهم الاستاذ عند التحدث معك
					2- هل يدرك الاستاذ الإيماءات التي تستخدمها
					3- هل يفهم الاستاذ وجهة نظرك بسهولة
					4- هل يتأكد الأستاذ من انك فهمت الشرح
					5- هل يستطيع الاستاذ فهم ما تقصده من خلال التحدث معك
					6- هل يبذل الاستاذ قصارى جهده لكي يفهمك

Corrélations

		التلاميذ	العواطف ادارة مجال
التلاميذ	Corrélation de Pearson	1	,197*
	Sig. (bilatérale)		,050
	N	100	100
العواطف ادارة مجال	Corrélation de Pearson	,197*	1
	Sig. (bilatérale)	,050	
	N	100	100

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Corrélations

		التلاميذ	التحدث مهارة
التلاميذ	Corrélation de Pearson	1	,202*
	Sig. (bilatérale)		,043
	N	100	100
التحدث مهارة	Corrélation de Pearson	,202*	1
	Sig. (bilatérale)	,043	
	N	100	100

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

Corrélations

		التلاميذ	فهم على القدرة الآخرين
التلاميذ	Corrélation de Pearson	1	,084
	Sig. (bilatérale)		,406
	N	100	100
الآخرين فهم على القدرة	Corrélation de Pearson	,084	1
	Sig. (bilatérale)	,406	
	N	100	100

