

جامعة عمار ثليجي الأغواط

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



قسم النشاطات البدنية والتربية الرياضية
تخصص: نشاط رياضي مدرسي

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات

الأنشطة البدنية والرياضية

الموسومة بـ:

الأنشطة الترويحية في حصة التربية البدنية
ودورها في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ
الطور المتوسط (فئة 11-15)

دراسة ميدانية في متوسطتي (البابطين - الزهراء) بولاية الأغواط -

إعداد الطلبة:

❖ بن جيلالي نور الدين

❖ سبع زكريا

لجنة المناقشة

د. دمانة عمر رئيسا

د. بوشهير هواري مشرفا ومقررا

د. كروم بشير عضوا مناقشا

د. حنة الهاشمي عضوا مناقش

السنة الجامعية 2018/2017

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



﴿ رَفُوعٌ كُلُّ ذِي عِلْمٍ عَلِيمٌ ﴾

دعاء

اللهم لا تدعني أصاب بالغرور إذا نجحت
وأصاب باليأس إذا فشلت بل ذكرني دائماً
أن الفشل هو التجارب التي تسبق النجاح
اللهم علمني أن التسامح هو أكبر مراتب
القوة وأن حب الانتقام هو أول مظاهر
العنف

اللهم إذا جردتني من المال اترك لي
الأمل وإذا جردتني اترك لي قوة الصبر
حتى أتغلب على الفشل وإذا جردتني من
نعمة الصبر اترك لي نعمة الإيمان
اللهم إذا أسأت إلى الناس أعطني شجاعة
الاعتذار وإذا أساء لي الناس اعطني
شجاعة التسامح



تشكرات

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون﴾

بفضل الله وعونه تعالى خرج هذا العمل المتواضع للنور فالحمد لله على فضله

أتقدم بالشكر الجزيل إلى المشرفة والموجه والأستاذ الكريم

" هواري بوشمير "

على صبره معنا طيلة هذا البحث فكان خير دليل ومنبر لنا في هذا الطريق

كما أتقدم بالشكر الجزيل

إلى الذين أفادونا بمعلومات قيمة أثناء انجاز هذه المذكرة

كما لا ننسى ان نشكر اساتذتنا الكرام كل باسمه

وعمال معهد التربية البدنية والرياضية

كما نشكر كل من ساعدنا من قريب او بعيد ولو بكلمة طيبة

إلى كل هؤلاء نتقدم باخلص التحيات واطيب الامنيات

كما لا ننسى صاحب الفضل في كتابة هذه المذكرة بن سماح بن وليد



لإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم
والصلاة والسلام على أشرف المرسلين
أما بعد:

تقدم بإهداء هذا العمل المتواضع إلى

الوالدين الكريمين الأم العزيزة والاب الكريم رحمه الله

الذان سهر على تربيتي

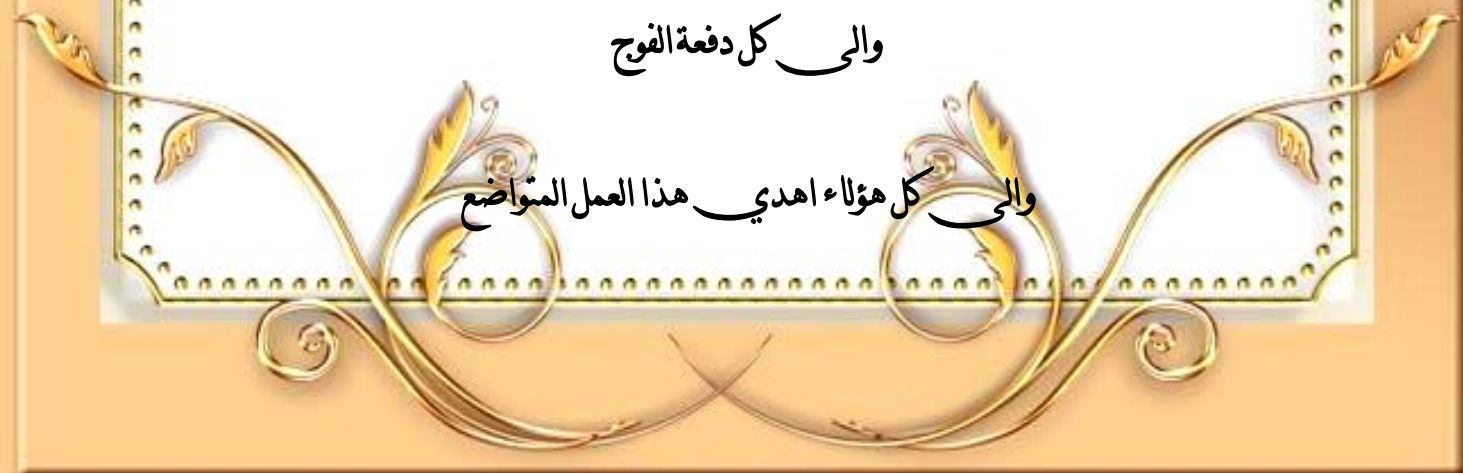
والى الأخوة والأشقاء كل باسمه

والى كل من يحمل اللقب بن جيلالي

والى جميع الأصدقاء داخل الجامعة وخارجها

والى كل دفعة الفوج

والى كل هؤلاء اهدي هذا العمل المتواضع



اهداء

الحمد لله الذي تتم به الصالحات وله الحمد و
الشكر الكبير الذي بعونه وقدرته أتممنا إنجاز هذا العمل المتواضع.
اهدي هذا العمل المتواضع إلى الوالدين الكريمين
إلى إختوتي من الصغير إلي الكبير إلى كل من يحمل لقب السبع
وإلى كل أساتذة جامعة عمار ثلجي الأغواط وكافة أصدقاء
بدون أن أنسى كل من ساعدنا في إنجاز هذا العمل من قريب أو بعيد.
والي كل الطلبة بجامعة عمار ثلجي بالأغواط
. وخاصة قسم التربية البدنية والرياضية والي كل من سعتهم ذاكرتي
ولم تسعهم مذكرتي

السبع زكريا

الصفحة	المحتويات
	بسملة دعاء كلمة شكر و عرفان إهداءات
	الفهرس
	فهرس الأشكال
	فهرس الجداول
أ	مقدمة
مدخل عام : التعريف بالبحث	
5	1 / الإشكالية
6	2 / الفرضيات
7	- أهمية الدراسة
7	- الهدف من الدراسة
8	- أسباب اختيار الموضوع
09	المفاهيم الاجرائية لمتغيرات الدراسة
10	الدراسات السابقة والمثابهة
الباب الاول: الجانب النظري	
الفصل الاول: النشاط البدني الترويحي	
14	تمهيد
15	1/ لمحة تاريخية حول النشاطات البدنية عبر العصور
16	2/ النشاط البدني الترويحي
17	1- مفهوم الترويح
18	2- مفهوم النشاط الترويحي
20	3- الخصائص العامة للترويح
22	4- أهداف الترويح
22	5- العوامل المؤثرة في وقت الفراغ
24	6- ميثاق أوقات الفراغ والترويح

25	7- أنواع الأنشطة الترويحية
28	8- الدين الإسلامي والترويح
29	9- أهمية الترويح
30	10- الترويح واستثمار أوقات الفراغ
32	11- ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية
33	12- علاقة الأنشطة البدنية بالترويح
35	خلاصة
الفصل الثالث: التفاعل الاجتماعي	
37	تمهيد
38	1/ تعريف الجماعة
39	2/ خصائص الجماعة
40	3/ أنواع الجماعة
41	4/ أهمية الجماعة بالنسبة للمجتمع
42	5/ ديناميكية الجماعة
43	6/ العلاقات الاجتماعية
46	7/ العمليات الاجتماعية
47	8/ التفاعل الاجتماعي
54	9/ دور النشاط البدني الترويحي في تنمية التفاعل الاجتماعي
57	خلاصة
الباب الثاني: الجانب التطبيقي	
المنهج المتبع والإجراءات الميدانية	
60	1 الدراسة الاستطلاعية
60	2- المنهج المتبع
61	3- الحدود المكانية والزمانية
61	4- متغيرات البحث

62	5- مجتمع البحث
62	6- عينة البحث
62	7- الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث
63	8- الطريقة الإحصائية
عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
65	المحور الأول: التعاون
74	استنتاج المحور الأول
75	المحور الثاني: الصراع
85	استنتاج المحور الثاني
86	المحور الثالث: التنافس
95	استنتاج المحور الثالث
97	الاستنتاج العام
الخاتمة	
قائمة المصادر والمراجع	
الملخص	

فهرس الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين مدى ثقة تلميذ الطور المتوسط في نفسه أثناء اللعب	83
02	يبين مدى تمتع تلميذ الطور المتوسط بالروح الرياضية أثناء اللعب	84
03	يبين مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق صداقات جديدة بين تلاميذ الطور المتوسط	85
04	يبين مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق علاقات اجتماعية بين تلاميذ الطور المتوسط	86
05	يبين مدى إسهام هذه العلاقات الاجتماعية في تنمية روح التعاون داخل المجموعة	87
06	يبين مدى مساهمة الأنشطة الترويحية في دعم التعاون بين تلاميذ الطور المتوسط	88
07	يبين مدى تبادل تلاميذ الطور المتوسط للنصائح والتواصل بينهم أثناء ممارسة النشاط الترويحي	90
08	يبين مدى اعتبار النشاط الترويحي وسيلة تواصل بين تلاميذ الطور المتوسط	91
09	يبين مدى اعتراض تلميذ الطور المتوسط عن قرارات زملائه أثناء النشاط الترويحي	93
10	يبين مدى اعتذار تلميذ الطور المتوسط من زملائه حين ارتكابه للخطأ	94
11	يبين مدى تجاهل تلميذ الطور المتوسط لزملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي	95
12	يبين مدى تجنب تلميذ الطور المتوسط لزملائه الصراع أثناء اللعب	97
13	يبين مدى تحكم تلميذ الطور المتوسط في انفعالاته وقلقه أثناء اللعب	98
14	يبين عدم رضى تلاميذ الطور المتوسط على زميلهم عند ارتكاب الخطأ أو عدم التقوق في اللعب	99
15	يبين مدى استعمال تلميذ الطور المتوسط الخشونة ضد زملائه أثناء اللعب	100
16	يبين مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في امتصاص الطاقة الزائدة لتلميذ	101
17	يبين انه فيما إذا كانوا تلاميذ الطور المتوسط يقومون بإجراء أنشطة ترويحية تبعث على التنافس بينهم	104
18	يبين انه فيما إذا كان التنافس مع الآخرين صفة اجتماعية	105
19	بين مدى منافسة تلميذ الطور المتوسط لزميله أثناء ممارسة النشاط الترويحي	107

108	يبين انه فيما إذا كان من أسباب التنافس هو النشاط الترويحي	20
109	يبين انه فيما إذا كان تحقيق الفوز بسبب التنافسية بين تلاميذ الطور المتوسط	21
110	يبين انه فيما إذا كان تلميذ الطور المتوسط يرى نفسه تنافسي من خلال النشاط الترويحي	22
111	يبين مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق روح التنافس بين تلاميذ الطور المتوسط	23

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	يبين مدى ثقة تلميذ الطور المتوسط في نفسه أثناء اللعب	65
02	يبين مدى تمتع تلميذ الطور المتوسط بالروح الرياضية أثناء اللعب	66
03	يبين مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق صداقات جديدة بين تلاميذ الطور المتوسط	67
04	يبين مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق علاقات اجتماعية بين تلاميذ الطور المتوسط	68
05	يبين مدى إسهام هذه العلاقات الاجتماعية في تنمية روح التعاون داخل المجموعة	69
06	يبين مدى مساهمة الأنشطة الترويحية في دعم التعاون بين تلاميذ الطور المتوسط	70
07	يبين مدى تبادل تلاميذ الطور المتوسط للنصائح والتواصل بينهم أثناء ممارسة النشاط الترويحي	72
08	يبين مدى اعتبار النشاط الترويحي وسيلة تواصل بين تلاميذ الطور المتوسط	73
09	يبين مدى اعتراض تلميذ الطور المتوسط عن قرارات زملائه أثناء النشاط الترويحي	75
10	يبين مدى اعتذار تلميذ الطور المتوسط من زملائه حين ارتكابه للخطأ	76
11	يبين مدى تجاهل تلميذ الطور المتوسط لزملائه أثناء ممارسة النشاط الترويحي	77
12	يبين مدى تجنب تلميذ الطور المتوسط لزملائه الصراع أثناء اللعب	77
13	يبين مدى تحكم تلميذ الطور المتوسط في انفعالاته وقلقه أثناء اللعب	80
14	يبين عدم رضى تلاميذ الطور المتوسط على زميلهم عند ارتكاب الخطأ أو عدم التقوى في اللعب	81
15	يبين مدى استعمال تلميذ الطور المتوسط الخشونة ضد زملائه أثناء اللعب	82
16	يبين مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في امتصاص الطاقة الزائدة للتلميذ	83

86	يبين انه فيما إذا كان تلاميذ الطور المتوسط يقومون بإجراء أنشطة ترويحية تبعث على التنافس بينهم	17
88	يبين انه فيما إذا كان التنافس مع الآخرين صفة اجتماعية	18
88	بين مدى منافسة تلميذ الطور المتوسط لزميله أثناء ممارسة النشاط الترويحي	19
90	يبين انه فيما إذا كان من أسباب التنافس هو النشاط الترويحي	20
91	يبين انه فيما إذا كان تحقيق الفوز بسبب التنافسية بين تلاميذ الطور المتوسط	21
92	يبين انه فيما إذا كان تلميذ الطور المتوسط يرى نفسه تنافسي من خلال النشاط الترويحي	22
93	يبين مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق روح التنافس بين تلاميذ الطور المتوسط	23

تعتبر الرياضة أحد الأنشطة الإنسانية الرئيسية، فلم يخلو مجتمع بشري من نوع من الأنواع الرياضية بغض النظر عن مدى تقدم أو تخلف هذا المجتمع، فلقد عرف الإنسان الرياضة عبر تطورها التاريخي وفي مختلف الحضارات وإن تفاوتت توجهات كل حضارة ونشأتها، فوظفت الرياضة كطريقة تربوية تساهم في تنشئة وتطبيع وبناء الشخصية الاجتماعية المتوازنة.

ولا شك أن هناك تأثيرات متبادلة بين الرياضة ومختلف القوى فالتربية الإنسانية في أساسها اجتماعية، بمعنى أن الإنسان كائن اجتماعي تتشكل حياته ووجوده في قالب المجتمع الذي يعيش فيه، ويحدث هذا من خلال عدة تفاعلات بينه وبين مجتمعه، حيث يتم تشكيل مجاميع و فرق تمثل مجموعات اجتماعية مختلفة على مختلف فتسودها عدة علاقات وارتباطات فيما بينها.

وانطلاقاً من أن الرياضة بصفاتها ظاهرة اجتماعية فهي تعتبر وسيلة تجمع الأفراد وتولد فيهم مشاعر الوحدة الجماعية والولاء للجماعة والتعاون الجماعي، وكذلك تساعد الرياضة الفرد على تحقيق أهدافه وبشكل خاص الأهداف الجماعية التي تتسجم وطبيعة العلاقات الاجتماعية السائدة في المجتمع وهذه المجالات التي تدور الرياضة في فضاءها وفي مختلف جوانبها البدنية وخصائصها الاجتماعية والحضارية والترفيهية، فإنها وسيلة هامة في البناء التربوي للفرد بناء متكامل يمكنه من احتلال موقعه الصحيح في المجتمع وتساعد على تأدية مهامه الاجتماعية بشكل فعال وإيجابي.

كما أصبح النشاط الترويحي ضرورة للأعداد العقلية و الفكرية والتربوي و النفسي، كما يمكن الإشارة إلى ضرورة العمل على تكوين اتجاهات و عادات رياضية تروحية لضمان ممارسة الأفراد للأنشطة الرياضية وأهمية النظر للرياضة وممارستها على أنها على المستوى من الأهمية لكل من العمل و النوم والتغذية وغيرها ،ويعد النشاط البدني احد الأسلحة التي يملكها المجتمع لمقاومة المشكلات الاجتماعية والنفسية، وما زاده أهمية اعتباره أساس ومحور العملية التربوية لان له دور كبير في إعداد الفرد الصالح و المنتج، فهو يزوده بمهارات واسعة وخبرات

تسمح له بالتكيف مع مجتمعه، أما النشاط التروحي المختار قد تجاوز الحدود لعمله على تحسين القدرات الفكرية مثل الإدراك، والتخيل، الإبداع، الذكاء، الانتباه...الخ.

- كما أصبح الترويح عاملا هاما في تحديد لون ونوع الثقافة الجماهيرية، فلم يعد الترويح نشاطا هامشيا بل أضحي عاملا مؤثرا وفعالا في إثراء ثقافة الناس وفكرهم، إلا أن هذا التطور الحاصل للترويح مشروط بعدد من العوامل التي تكفل له النجاح في مهمته والتي يمكن أن نلخصها في انه يجب اعتباره كأى تنظيم معرفي، يتطلب الفهم لمضمونه والعوامل المؤثرة فيه كما يتطلب التخطيط لبرامجه والأعداد الجيد لها.

وفي الواقع أن الأمر لكل فرد أحلامه وآماله التي لا نهاية لها في هذه الحياة التي يكدح في سبيل تحقيقها ،ولقد سخر الله تعالى الطبيعة وبسطها وأمد الإنسان من خلالها بالمصادر الأساسية والتي تمكن المجتمع من أن يعمل وينتج السلع والخدمات اللازمة، فالطبيعة تمد الإنسان بالماء والهواء والشمس والتربة والثروات المعدنية والنباتات والغلال ولكن على المجتمع أن يستخدم جزءا من وقته المحدود ،وبعضا من طاقاته لتحويل هذه الخدمات إلى سلع قادرة على إشباع رغباته التي كلما فرغ من إشباع إحداها تجددت رغبة أخرى ،على الرغم من التضحية بالراحة والفراغ.

ولا شك أن التقدم الذي بلغه ميدان التربية البدنية والرياضية كان له أكبر أثر في تطوير العمل التربوي، ولم تعد هذه الحصة قاصرة على مجرد تلقين وتدريب الحركات الرياضية للتلاميذ فحسب وإنما اتجهت أساسا الى تحقيق هدف الشخصية المتكاملة والمنتجة القادرة على العمل والتفكير في المستقبل والمتغيرات العلمية الحديثة الملائمة للحياة الاجتماعية.

ورغم تفاوت المعيشة بين الناس، فإنه حتى من هم في مستوى أعلى من الحد الأدنى للمعيشة يرغبون في حياة رغدة من خلال ملابس حديثة أو مساكن واسعة مؤثثة لإسعادهم وخدمتهم والترفيه عنهم، ولما كان أساس هذه العمليات هو الإنسان من خلال مجتمعاته باعتبار أن لها اهتمامات نظرية وتطبيقية فلسفتها الاهتمام بالإنسان واحتياجاته من خلال مجتمعه.

والنظرة الشمولية لهذه العلاقات و الأنشطة بعضها تؤكد نفس المعنى، فتتصل النظم الاقتصادية اتصالا بالعمل ومن ثم بالفراغ، وبالتالي الأنشطة الترويحية في المجتمع لها قيمة تربية واقتصادية عالية، فليس صحيحا أن المواهب الإنسانية تنمو وتتفتح مهما كانت البيئة غير مستحبة أو كانت التربية غير سليمة لذا فانه من المجدي وجود نظام تربوي، كالتربية الترويحية ، وأنشطة وقت الفراغ بهدف العمل واكتشاف وصقل المواهب الإنسانية، والسعي إلى تحسين الأساليب لبلوغ هذه الغاية وتتجلى هذه القيمة أكثر لكون أن أهم أنواع الاستثمارات قيمة هو ما يستثمر في البشر.

في وقتنا الحاضر ما يزال الخبراء والباحثون في ميدان الرياضة والترويح التي تعتبرهم أهم وأشهر النشاطات الترويحية، يمدوننا بأحدث الطرق والمناهج الترويحية، مستندين في ذلك إلى الجملة من العلوم والأبحاث الميدانية التي جعلت الفرد الممارس لنشاطاته موضوعا لها، وهذا ما جعل الدول المتقدمة تشهد تطورا مذهلا في مجال الترويح وبلغت المستويات العالية، وأصبح الآن يمكن التعرف على حضارة المجتمعات من خلال التعرف على الأدوات والوسائل التي تستخدمها في الترويح.

إلا أن هذا التطور الحاصل للترويح مشروط بعدد من العوامل التي تكفل له النجاح في مهمته والتي يمكن أن نلخصها في انه يجب اعتباره كأى تنظيم معرفي، يتطلب الفهم لمضمونه والعوامل المؤثرة فيه كما يتطلب التخطيط لبرامجه والأعداد الجيد لها.

كما أن توافر التفاعل الاجتماعي الايجابي بين الأفراد يمكنهم من الاحتكاك والتواصل، إضافة إلى وضعها لضوابط اجتماعية يسهل نقلها عبر عمليات التفاعل الاجتماعي لواقع السلوك الإنساني والذي يتأثر بكل مرحلة من مراحل الفرد عبر مراحل الحياة.

خصصنا هذا الفصل للقيام بدراسة الترويح حيث قمنا تعريف الترويح في ضوء التعاريف المختلفة ودراسة انواعه واشكاله، أهميته واتبعنا ذلك تحليل نظرياته وخصائصه والعوامل المؤثرة عليه وعلاقته بالمجالات الأخرى ونظرة الدين للترويح والأنشطة البدنية والترويح الرياضي.

خصصنا الفصل الثاني في خصائص ومفاهيم وكذلك العلاقة بين التربية والتربية البدنية وأهمية التربية البدنية والمتعلق بالحصّة التربية البدنية.

خصصنا الفصل الثالث للقيام بإبراز العمليات التفاعل الاجتماعي كالتنافس والصراع والتمثيل وأهم مستوياته ونظرياته وأنواعه وأشكاله. في بناء العلاقات الاجتماعية بين الافراد.

تطّرأنا في المحور الأول الى مساهمة تلاميذ الطور المتوسط في التعاون فيما بينهم اثناء ممارسة النشاط الترويحي والشعور بالثقة بالنفس اثناء الممارسة والتمتع بالروح الرياضية اثناء اللعب وإبراز الجانب الإيجابي في النشاط الترويحي من خلال التحلي بالروح الرياضية وخلق الصداقات بين التلاميذ.

اما المحور الثاني الصراع يبرز لنا من خلال النشاط الترويحي تجنب الصراع بين التلاميذ ومدى اعتراض التلميذ لزملائه اثناء ممارسة النشاط والتسامح التلاميذ مع بعضهم البعض اثناء ارتكاب الأخطاء خلال ممارسة النشاط الترويحي ومدى تفضيل التلميذ لزملائه في الفريق.

بالنسبة للمحور الثالث وهو خاص بالتنافس بين التلاميذ الطور المتوسط والذي يفيد انا النشاط الترويحي دور في تنمية التنافس بين التلاميذ ويقوم بأنشطة ترويحية وترفيهية تبعث على روح التنافس بينهم.

1 / الإشكالية:

إن كل نشاط للفرد ما هو إلا نشاط اجتماعي يتحدد من خلال الدوافع والاجتماعية ومنها يكون نوعا من العلاقات بينه وبين الآخرين سواء كانت هذه العلاقة موجبة بمعنى أنها تؤدي إلى نوع من التفاعل المقبول بين الأفراد أو علاقات سالبة بمعنى أنها تؤدي إلى تفاعل فاشل فتعد العلاقات الاجتماعية بين الأفراد في الجماعة الواحدة إحدى أهم الركائز الأساسية التي يتأسس عليها نجاح وفاعلية تلك الجماعة، وتعتبر الرياضة عبارة عن نشاط مثلها في ذلك مثل جميع الأنشطة الأخرى للإنسان فهي تتميز بتفاعل الفرد مع بيئته، وهي جزء أساسي من عملية تربية وتطوير الشخصية، فمن خلال ممارسة النشاط البدني يكون الفرد أنواع عديدة ومختلفة من العلاقات الاجتماعية والتفاعلات التي تكون مرتعا خصبا لنمو العلاقات والتفاعلات الاجتماعية وخاصة الايجابية منها، فهي تعمل على تقويم الفرد نفسيا واجتماعيا وتحقيق أهدافه في الحياة بشكل متوازن ومتكامل.

ولقد اهتمت الدول المتقدمة بالترويج لإدراكها بأنه يعد أفضل وسيلة لاستثمار وقت الفراغ والذي يكون من نواتجه اكتساب العديد من القيم البدنية والاجتماعية والمعرفية.

وللنشاط الترويحي أوجه نظر مختلفة في مساعدة الفرد أو بالأحرى التلميذ الممارس للنشاط تتحصر في بناء وتطوير مهارات الإنمائية الاجتماعية وعن السلوك التكيفي وعن التوافق الاجتماعي والاتجاهات الاجتماعية وغيرها كثير.

وما يؤكد العلم الحديث و الدراسات المختلفة لعلماء الاجتماع أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية التي تعتبر وسيلة لاحتكاك الفرد بالمجتمع ،وهذا ما دلت عليه الكثير من الدراسات العلمية و التي أثبتت أن الأفراد الذين يمارسون الرياضة أكثر نجاحا اجتماعيا ولديهم ميلا أصيلا للاجتماع بالآخرين ومحبتهم بالإضافة إلى أنهم يتمتعون بمهارات طيبة ويشعرون بالسعادة و الراحة في وجودهم مع مجموعة من الرفاق و الأصدقاء ،كما أثبتت أنهم أكثر توفقا في حياتهم

العائلية وأنهم أكثر انبساطاً ومرحاً مع إخوانهم و زملائهم و ذويهم وأنهم يتمتعون بقدر من الحرية وانطلاقاً من هذا أردنا أن نكشف عن مدى فعالية دور النشاط الترويحي في تنمية التفاعل الاجتماعي الذي يحصل من جراء عملية احتكاك و تفاعل التلاميذ فيما بينهم مما يؤدي بهم إلى الاندماج داخل مجموعة الرفاق أو الزملاء ومنه يتجلى لنا طرح التساؤل العام التالي:

- هل للنشاط الترويحي دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى التلاميذ الطور المتوسط؟

أما التساؤلات الجزئية فتظهر كالآتي:

- هل للأنشطة الترويحية دور في تنمية روح التعاون لدى تلاميذ الطور المتوسط من

خلال حصة التربية البدنية؟

- هل للنشاط الترويحي دور في تجنب الصراع لدى تلاميذ الطور المتوسط من خلال

الحصة؟

- هل للأنشطة الترويحية دور في تنمية روح التنافس بين تلاميذ الطور المتوسط من خلال

الحصة؟

2/ الفرضيات:

من خلال الأسئلة التي طرحت نستطيع أن نصيغ الفرضيات التي تعتبر إجابات مؤقتة على

الأسئلة كالنحو التالي:

الفرضية العامة:

- اعتماد النشاط الترويحي يساعد في تنمية التفاعل الاجتماعي من خلال حصة التربية

البدنية والرياضية بين تلاميذ الطور المتوسط.

- الفرضيات الجزئية:

* للنشاط الترويحي أهمية كبرى في تنمية روح التعاون عند تلاميذ الطور المتوسط من خلال حصة التربية البدنية.

* للأنشطة الترويحية دور هام في تجنب الصراع لدى تلاميذ الطور المتوسط من خلال حصة التربية البدنية.

* تنمية روح التنافس بين التلاميذ لا يتم إلا من خلال النشاط الترويحي من خلال حصة التربية البدنية.

- أهمية الدراسة:

* إبراز أهمية النشاط الترويحي في المجال الاجتماعي من خلال حصة التربية البدنية بين تلاميذ المتوسط.

* دور الأنشطة الترويحية في استثمار وقت الفراغ.

* النتائج التي يتم تحقيقها من خلال النشاط الترويحي اثنا الممارسة الرياضية.

* مساهمة الأنشطة الترويحية في إكساب الفرد الراحة الايجابية النشطة والنفسية.

* إبراز الفوائد الايجابية البدنية التي يقدمها النشاط الترويحي من خلال مختلف أنشطته المتنوعة التي تساعد في تحسين وتطوير اللياقة البدنية والجسمية المقدمة من طرف الأنشطة البدنية الترويحية من خلال حصة التربية البدنية.

- الهدف من الدراسة:

من خلال الاهمية السابقة الذكر التي ادت الى القيام بهذا البحث نسعى الى تحقيق الأهداف التالية:

* إبراز أهمية النشاط الترويحي في المجال الاجتماعي من خلال حصة التربية البدنية.

* دور الأنشطة الترويحية في استثمار وقت الفراغ.

* النتائج التي تم تحقيقها من خلال النشاط الترويحي أثناء الممارسة الرياضية.

* مساهمة الأنشطة الترويحية في اكساب الفرد الراحة الايجابية النشطة والنفسية.

* ابراز الدور الذي يلعبه النشاط الترويحي في تنمية روح التعاون بين تلاميذ الطور المتوسط من خلال حصة التربية البدنية.

* معرفة الدور الذي يلعبه النشاط الترويحي في تجنب الصراع بين تلاميذ الطور المتوسط من خلال حصة التربية البدنية.

* معرفة الدور الذي يلعبه النشاط الترويحي في تنمية روح التنافس بين تلاميذ الطور المتوسط خلال الحصة.

- أسباب اختيار الموضوع:

يمكن تصنيف الموضوع إلى أسباب كما يلي:

1- أسباب ذاتية:

رغبنا وميولنا إلى البحث عن دور النشاط الترويحي في تنمية التلاميذ اجتماعيا لدى تلاميذ الطور المتوسط من خلال حصة التربية البدنية.

2- أسباب موضوعية:

اختيارنا لهذا الموضوع والمتمثل في دور الأنشطة الترويحية سواء كانت تنافسية أو ترفيهية ليرجع إلى عدة أسباب نلخصها فيما يلي:

1- عدم استغلال التلاميذ لوقت الفراغ واستثماره في ممارسة الأنشطة الترويحية وذلك لتهيئة التلميذ ودفعه إلى التفاعل داخل الجماعة ومنحه الصفات الاجتماعية الفعالة للتأقلم مع متطلبات المجتمع في حصة التربية البدنية.

2- قلة الدراسات في هذا المجال خاصة في هذا المجال بالذات مما يجعله ثريا وخصبا للتحليل والبحث.

المفاهيم الاجرائية لمتغيرات الدراسة:

النشاط البدني الترويحي:

يعد النشاط الترويحي نشاطا أساسيا من أنشطة الأفراد والذي من خلاله يتم الاستثمار الأفضل لوقت الفراغ لما يتميز به من أهمية كبيرة في تحقيق المتعة الشاملة للفرد، وتحقيق التنمية الشاملة والمتكاملة للشخصية من النواحي البدنية والصحية، العقلية والاجتماعية، وبذلك تدعونا الحاجة الماسة لدراسة الأنشطة الترويحية الترفيهية التي يتجه إليها الأفراد لاستثمار وقت الفراغ لكي يتمكنوا من التخطيط لكل جوانب هذه الأنشطة.

مفهوم التربية:

يعرف الكثيرون على ان التربية هي تلك العملية التي تأتي نتيجة لعملية التعليم والتعلم، ويظن البعض أنها نتيجة لما يتلقاه الفرد من مختلف المعاملات في المنزل من والديه وغيرهما، كما يختلف معنى التربية من شخص لآخر تبعا لفلسفة الأشخاص وثقافتهم.

مفهوم التربية البدنية و الرياضية:

لكون التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهرها التربية الحديثة تعتني كذلك برعاية الجسم وصحته¹، لهذا فان مفهوم التربية البدنية والرياضية واسع و شامل ويختلف من بلد الى اخر.

¹ المركز الوطني للوثائق التربوية، الكتاب السنوي الاول، وزارة التربية الوطنية ، الجزائر، 1998، ص136.

التفاعل الاجتماعي:

ذلك المجال الذي يتضمن الأهداف ذات العلاقات التبادلية بين فردين أو أكثر، يتوقف سلوك أحدهما على سلوك الآخر، أو يتوقف سلوك كل منهما على سلوك الآخرين إذا كانوا أكثر من فردين.

ويتبين من خلال هذا التعريف الإجرائي أن التفاعل الاجتماعي هو ذلك الفرع من علم النفس الاجتماعي الذي يبحث في تكوين الجماعات التي تقوم بتوجيه نفسها والتغيرات التي تطرأ عليها ووظائفها فالجماعة الديناميكية في عملية مستمرة في إعادة بنائها وملائمة أعضائها لبعضهم البعض للتخفيف من التوترات وإبعاد الصراع وحل المشكلات المشتركة بين الأعضاء.

فالتفاعل الاجتماعي هو حالة نفسية شاملة شعورية أو غير شعوري والتي بها يشترك فرد مع بقية أفراد الجماعة في تبادل التأثيرات في إحدى الحالات الانفعالية:

محبة، رضا، بغض، غضب، أو إحدى المجالات الإدراكية تعلم، تذكر أو في إحدى المظاهر الاجتماعية مثل: التعاون، الإيثار، الأنانية.

الدراسات السابقة والمثابرة:

الدراسة الأولى:

الطالب العربي بن ستالة، مذكرة ماجستير تحت عنوان دور الجماعات المحلية في تنمية الممارسة الرياضية الترويحية جامعة قاصدي مرباح بورقلة، 2003-2004.

الهدف من الدراسة:

1- إبراز دور الجماعات المحلية في ترقية الممارسة الترويحية.

2- معرف العراقيل التي تواجه الجماعات المحلية الترويحية.

3- معرفة حجم التشجيع الذي توليه الجماعات الرياضية الممارسة الترويحية مقارنة بالاهتمام بالرياضة التنافسية.

4- معرفة حجم الاهتمام الذي توليه الجماعات المحلية في دعم الممارسة الترويحية وتطويرها.

فرضيتها الجزئية:

- 1- الجماعات المحلية لا تلعب الدور المنوط بها في ترقية الممارسة الترويحية ميدانياً. يعتبر الجانب القانوني ومشكل التمويل أهم العراقيل التي تواجه الجماعات المحلية.
- 2- لا تولي الجماعات المحلية التشجيع الذاتي لدعم الممارسة الرياضية الترويحية.
- 3- الجماعات الرياضية الترويحية تولي اهتماماً بالرياضات التنافسية أكثر مما توليه الممارسة الترويحية.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

عينة البحث: تم اختيار عينة من المجتمع البحث بطريقة عشوائية وكان عدد أفرادها 40 فرد مقسمين على مجموعتين، المجموعة الأولى تتكون من 20 فرد من رؤساء المجالس الشعبية لبلديات ولاية الاغواط تم اختيارهم بطريقة عشوائية من بين البلديات، أدوات البحث الاستبيان.

النتائج المتحصل عليها:

- هناك قوانين تضبط وتسير النوادي الرياضية من قبل مديرية الشباب والرياضة.
- هناك فاعلية في توجيه الجمعيات والنوادي الرياضية وتمويلها من طرف مديرية الشباب والرياضة.
- النتائج المتوصل إليها من قبل جمعيات والنوادي الرياضية لها علاقة بالتسيير الفعال بمديرية الشباب والرياضة والجماعات المحلية

الدراسة الثانية:

وهي دراسة علمية أجراها كل "محمد الحمامي" و "عبد الرحمان طفر" على عينة من تلاميذ الطور المتوسط مكونة من 305 تلميذ منهم 135 تلميذ من قسم التربية الرياضية 80 تلميذ من قسم التربية الفنية و90 تلميذ يمثلون تخصصات علمية أخرى مختلفة، وذلك الفصل الدراسي الثاني (1405هـ - 1985م) وأسفرت النتائج عما يلي:

- للتخصص العلمي دور في إقبال التلاميذ على نوع أوجه النشاط في وقت الفراغ.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ من ذوي التخصصات العلمية المختلفة في استجاباتهم نحو ممارسة كل من النشاط الترويحي ونشاطات الخلاء والسياحة ولصالح التلاميذ الطور المتوسط.
- وجود فروق دالة إحصائية بين التلاميذ من ذوي التخصصات العلمية المختلفة في استجاباتهم نحو ممارسة الفن، والهوايات ولصالح التلاميذ تخصص التربية الفنية.
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ ذوي التخصصات العلمية المختلفة في استجاباتهم نحو ممارسة النشاط الاجتماعي والنشاط الثقافي والعلمي.
- كما أن هناك بعض الدراسات تعرضت لأنشطة الترويح مثل دراسة حول النشاط الترويحي في وقت الفراغ لدى تلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة، أنجز سنة 1977 باستخدام استمارة استفتاء على عينة تقدر ب: 420 تلميذة، وأهم ما توصلت إليه أن وقت الفراغ يشكل 14 ب المائة من كل يوم للتلميذات.

- الدراسة الثالثة:

مثل باقي الميادين البحث الأخرى، ما زالت البحوث في مضمار النشاط الترويحي في بدايتها.

وجدنا هناك دراسة تعرضت إلى النشاط الترويحي لدى الأطفال المختلين عقليا في المراكز النفسية التربوية، و هي مذكرة ماجستير في علم البدن الرياضي المكيف من إعداد الطالب "بوسكرة احمد" للسنة الجامعية "2001-2002"، وأراد الباحث من خلالها معرفة تأثير النشاط الترويحي على الأطفال المختلين عقليا، تخلفا بسيطا في نمو المجالين الحسي- الحركي و الاجتماعي- العاطفي، كذا معالجة النشاط الترويحي بالنظر إلى الرعاية الاجتماعية التي تقدم له المراكز التقنية التربوية وميوله ورغباته لممارسة هذا النشاط، والفائدة التي تعود عليه خلال هذه الممارسة في نمو المجالين الحسي-الحركي والاجتماعي العاطفي.

واختار الباحث في دراسته استمارات الاستبيان موجهة للمربين، وأخرى موجهة للأولياء، وكذا مقابلة الأخصائي النفسي.

واعتمد كذلك على مقاييس السلوك التكيفي، وقد أسفرت هذه الدراسة على:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بمستوى دلالة الاستبيان الموجه للمربين والأولياء، بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة للنشاط الترويحي، لصالح المجموعة الممارسة، في نمو المجال الحسي - الحركي والمجال الاجتماعي العاطفي.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بمستوى دلالة مقياس السلوك التكيفي بين الأولياء

المجموعة الممارسة للنشاط الترويحي، والمجموعة الغير الممارسة في نمو المجالين: الحسي-الحركي لاجتماعي العاطفي لصالح المجموعة الممارسة.

تمهيد:

تعتبر النشاطات البدنية بصفة عامة والنشاطات البدنية الترويحية بصفة خاصة سلوكيات اجتماعية مهمة في الحياة اليومية للفرد، فهي جزء مكمل للثقافة والتربية حيث تلعب دورا في إعداد الفرد وذلك بتزويده بمهارات واسعة وخبرات كبيرة تسمح له بالتكيف مع مجتمعه.

وتحتل ممارسة النشاطات البدنية والترويحية في المؤسسات التعليمية مكانة خاصة، فتعتبر الممارسة الرياضية بالنسبة للمراهق له أهمية كبيرة في تطوير وتنمية جوانب شخصية المراهق من حيث الجانب الحركي والجانب الفسيولوجي وكذلك تقوية الصلات والعلاقات الاجتماعية مع الآخرين، وتعمل على التخفيف من حدة التوترات والانفعالات التي تنتاب الفرد في هذه المرحلة الحساسة، إذن فممارسة النشاط البدني الترويحي له عدة آثار إيجابية في تطوير السلوك وحسن التضامن الاجتماعي.

ومن خلال هذا تم التطرق في هذا الفصل إلى تعريف النشاطات البدنية والحديث على تاريخهم القديم والحديث، ثم المكانة التي تحتلها النشاطات البدنية الترويحية في النظام التربوي.

1/ لمحة تاريخية حول النشاطات البدنية عبر العصور:

1-1/ النشاطات البدنية في المجتمعات القديمة:

كان هذا النشاط في بدايته منصبا بشكل أساسي على الكفاح بحثا عن الطعام أو دفاعا عن النفس أو هروبا من العدو ، فكان هذا العمل يخدم طبيعة المرحلة التي كان يعيش فيها الإنسان حيث كانت المواجهة مع الحيوانات المفترسة أمرا واردا يوميا، فكان يلجأ إلى استخدام الحجارة ويصنع منها بعض الأدوات التي تمكنه من التصدي لها، وكان يعتمد أولا على قوته العضلية والتي كانت من أهم الوسائل التي يعتمد عليها في صراعه من اجل البقاء والمحافظة على حياته.

دلت الآثار المكتشفة من رسوم ونقوش التي خلفها الفراعنة، والتي يعود تاريخها إلى سنة 3500 ق.م، على اهتمام الإنسان المصري القديم بهذا النشاط، بحيث تدل تلك النقوش إلى أنواع النشاطات البدنية التي مارسها المصريون ومن أهمها نجد سباق العدو على مسافات غير محدودة، المبارزة، الملاكمة، الرماية...¹ .

ويرجع تاريخ النشاطات البدنية عند الصينيين القدماء إلى عهد الملك "هيانغ ستي" 2698 ق.م، فكانت هناك ما يعرف بالرياضة الطبية التي وضعتها الكاهنة البوذية تحت اسم "كونغ فو" وهي علاج للإجهاد وبعض الآلام الأخرى.

تعتبر هذه النشاطات البدنية مجموعة من الحركات والجلسات المختلفة التي تساعد

أما الفرس والهنود فقد اهتموا بالتدريب الخلفي، واكتساب المهارات البدنية التي تتعلق بالفروسية، وفن القتال، واختص الهنود بإهمال الجسم وتغذيته والسمو بالروح فكان الوجه القذر دلالة على التقوى².

1 - حمدي محمد، تاريخ النشاطات البدنية والرياضية، محاضرة، معهد التربية والرياضية بدالي إبراهيم، جامعة الجزائر سنة 1988، ص6.

2 - برداني وآخرون، نظرة المجتمع وتأثيرها على التربية البدنية والرياضية، مذكرة ليسانس، سنة 1995، ص39.

1-2/ النشاطات البدنية في العصور الوسطى:

تقدمت النشاطات البدنية في هذا العصر عما كانت عليه في الماضي، فأصبحت لها أهمية حيث تعددت أشكالها وميادينها، وأولى لها الحكام عناية خاصة وقد تميز هذا العصر بتحطيم عهد العبودية وظهور العهد العباسي، الذي أعطى للثقافة البدنية أهمية كبرى، فتطورت النشاطات البدنية وأعطى للفروسية، السباحة، الرماية والمصارعة أهمية قصوى وأصبحت إجبارية من جهة الوقاية، ومن جهة أخرى تدريب الجيش بمختلف المهارات وتدعيمهم للدفاع عن المجتمع.

نستطيع القول إن في هذا العصر تحسنت فيه وضعية النشاطات البدنية عما كانت عليه في الماضي، حتى الإعلام أعطى لها اعتبارا واهتماما مصداقا لما ورد في حديث الرسول صلى الله عليه وسلم: «علموا أبنائكم السباحة والرماية وركوب الخيل».

1-3/ النشاطات البدنية في العصر الحديث:

تقدمت النشاطات البدنية في العصر الحديث تقدما حديثا وسريعا نتيجة لأحداث معينة مثل، النظم السويدية والألمانية في التمرينات، وزيادة الأطفال الذين يلتحقون بالمدارس والاعتراف بأهمية تدريب الطفل كله، وانتشار معاهد المعلمين، وازدهار الألعاب التنافسية في الكليات مع محاولة المدارس والثانويات تقليد هذه المعاهد العليا.

هكذا إذن كان تطور النشاطات البدنية منذ القديم إلى العصر الحديث، ونالت حصتها وجزئها من التاريخ الكلي للعالم الحالي.

2. النشاط البدني الترويحي:

تتصل الرياضة اتصالا وثيقا بالترويح، ولعل الترويح هو أقدم النظم الاجتماعية ارتباطا بالرياضة، ويعتقد رائد الترويح برايتبيل (BRIGHTBILL) أن دور مؤسسات الترويح وأنشطة الفراغ في المجتمع المعاصر قد أصبحت كثيرة، وخاصة فيما يتعلق بالأنشطة البدنية الرياضية، بحيث تتوزع مشاركة الأفراد والجماعات في ضوء الاعتبارات المختلفة كالسن، الميل، ومستوى

المهارة، الأمر الذي يعمل على تخطي هوة انفصال الأجيال وتضييق الفجوة بينهم، وبالتالي يربط المجتمع بشبكة من الاهتمامات والاتصالات من خلال الأسرة مما ينتج قدرا كبيرا من التماسك والتفاهم¹.

إن هذا النوع من النشاط يهدف إلى إتاحة الفرصة للاسترخاء وإزالة التوتر، وهذا بتحقيق الذات، ونمو الشخصية، والنضج الاجتماعي.

كما يؤدي النشاط الترويحي دورا كبيرا في توجيه ورعاية الأفراد على مختلف فئاتهم، لما يقدمه من برامج توجيهية هادفة تنبع من احتياجات شرائح المجتمع وتعبّر عن مشاعرهم تعبيراً يمنح هذا النوع من أساليب التربية العمق والأصالة خصوصا في مرحلتنا الراهنة التي تكالبت فيها قوى الشرّ على شعوبنا العربية والإسلامية فالعمل في الأنشطة الترويحية والترفيهية المختلفة يهيئ لنا مناخا صالحا لتنشئة أبناء الأمة وتربيتهم تربية صالحة.

كما يعد النشاط الترويحي نشاطا أساسيا من أنشطة الأفراد والذي من خلاله يتم الاستثمار الأفضل لوقت الفراغ لما يتميز به من أهمية كبيرة في تحقيق المتعة الشاملة للفرد، وتحقيق التنمية الشاملة والمتكاملة للشخصية من النواحي البدنية والصحية، العقلية والاجتماعية، وبذلك تدعونا الحاجة الماسة لدراسة الأنشطة الترويحية التي يتجه إليها الأفراد لاستثمار وقت الفراغ لكي يتمكنوا من التخطيط لكل جوانب هذه الأنشطة.

ويرتبط النشاط الترويحي بالتربية ارتباطا وثيقا، بل هما من أبرز أساليبها ووسائلها.

1- مفهوم الترويح:

هناك العديد من التعاريف لعديد من العلماء ومن المفكرين في مجال الترويح فمنهم من اعتبره نشاط، ومنهم من اعتبره أكثر من نشاط، والبعض الآخر اعتبره وسيلة للوصول إلى غاية وهذه الغاية هو الشعور بالسعادة فيذكر "بتلر PETTLER" أن الترويح يعد نوعا من أوجه

1 - أمين أنور الخولي، مرجع سابق، ص 193.

النشاط التي تمارس في وقت الفراغ التي يختارها الفرد بدافع شخصي لممارستها والتي يكون من نواتجها اكتساب العديد من القيم البدنية والخلقية والاجتماعية والمعرفية.

وينظر كل من "بربرا باتس «BATES BARBARA و"كراوس KRAUS" إلى الترويح على انه نشاط وخبرة وحالة انفعالية تطرأ على الفرد من مشاركته في مناشط وقت الفراغ بدافع شخصي كما يشير إلى أن الترويح قد يرتبط ببعض الممارسات لنشاطه طوال الحياة كذلك، ويرى "تشارلز بيوتشر" أن الترويح هو الارتباط الجاد بأوجه النشاط التي يمارسها الفرد في أوقات الفراغ والتي يكون من نواتجها الاسترخاء والرضا النفسي¹.

ويرى "براتبيل BRIGHTBILL أن الترويح نشاط اختياري يحدث أثناء وقت الفراغ ودوافعه الأولية هي الرضا والسرور الناتج عن هذا النشاط.

ويرى "كالسون" أن الترويح هو الخبرة في قضاء وقت فراغ ممتع، ويشترك فيه الفرد بمحض إرادته أو من خلاله يحصل على إشباع فوري.

ومن هذه التعاريف السابقة نستطيع أن نلاحظ أن الترويح نشاط اختياري يحدث أو يمارس في وقت الفراغ، وينتج عنه شعور وإحساس ذاتي بالسرور أو الراحة والرضا النفسي أي أنها تحدد مفهوم الترويح على انه نشاط اختياري سار لوقت الفراغ دون التعرض لنوع وطبيعة هذا النشاط ودون تحديد هدف للنشاط الترويحي سوى السرور والمتعة².

2- مفهوم النشاط الترويحي:

هو ذلك النوع من الترويح الذي يتضمن برامجه وممارسته العديد من المناشط الرياضية كما انه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية و الفيزيولوجية للفرد الممارس لأوجه

¹ - كمال درويش محمد الحماحي: رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، ط1، مركز الكتاب للنشر، حلوان، مصر، 2004، ص54-55.

² - تشارلز بيوتشر: ترجمة حسن معوض وكمال صالح، أسس التربية البدنية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر، 1964، ص245.

مناشطة كما أن الرياضة تحتل مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية الهادفة إلى تحقيق الحياة المتوازنة والتخلص من حدة التوتر العصبي وهذا لان الفرد الممارس لنشاط حركي رياضي يترك كل همومه ومشاكل الحياة تتراخي، تبعا لذلك قبضة التوتر التي تشد أعصابه طوال الوقت ويذكر «كورتن CORTEN» إن الممارسة الرياضية تحدث تغيرات بيولوجية وسيكولوجية لدى الفرد أكثر ابتهاجا وتقاؤلا وتحملا للضغط النفسي¹.

إن النشاط الترويحي يعتبر من أحب الأنواع الترويحية إذ يقبل عليها الناس في جميع مراحل نموهم ممارسين أو مشاهدين، كما انه من الأركان الأساسية في تنمية الفرد تنمية شاملة من النواحي البدنية والصحية والاجتماعية والأخلاقية فضلا عن كونه متعة كاملة.

ويعد النشاط الترويحي ركنا أساسيا في أنشطة الترويح والذي يمكن من خلاله تحقيق الاستثمار الأفضل لوقت الفراغ لمل يتميز من أهمية كبرى في تحقيق المتعة الشاملة للفرد، وتحقيق التنمية الشاملة والمتكاملة للشخصية من النواحي البدنية والصحية والعقلية والاجتماعية، وتتصل الرياضة اتصالا وثيقا بالترويح، فقد ولدت الرياضة في كنف الترويح والذي يعتبر من أقدم النظم الاجتماعية ارتباطا بالرياضة².

ويفسر البعض الآخر للترويح طبقا للناحية اللفظية لكلمة "الترويح RECREATION" حيث يرون أن عملية خلق الأفراد من جديد، أي أن الترويح يهدف للانتعاش والتجديد، ويركزون على أن الفرد يخرج من عملية الترويح متحررا من الأعباء ومتطلعا إلى المستقبل يملأه الأمل والرجاء³.

¹ - إسماعيل القرعة غولي، مروان عبد المجيد إبراهيم، التربية الترويحية أوقات الفراغ، ط1، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2001، ص13.

² - محمد رفعت: أصول الترويح وأوقات الفراغ، ط1، دار الفكر للطباعة، مصر، 1997، ص12.

³ - فينكس، ترجمة محمد بيب النجحي، فلسفة التربية، دار النهضة العربية، مصر، 1995، ص398.

ويرى كل من "محمد علي حافظ وعدلي سليمان وإسماعيل رياض «أن الترويح هو الحالة التي تصاحب الإنسان عند ممارسة نشاط يستمتع به، وقد يكون هذا النشاط جسميا أو عقليا أو وجدانيا، فهو على ذلك حالة نفسية يهيئها أنواع النشاط المختلفة، وهذا التعريف يرى أن الترويح ما هو إلا حالة نفسية ناتجة من نشاط ممتع، أي انه تعريف سيكولوجي للترويح¹.

ونقلا عن توصيات المؤتمر الأول للتربية الاجتماعية الذي عقد بالقاهرة في ماي 1961 تحت إشراف المجلس الأعلى لرعاية الشباب حيث أوضح "عادل طاهر" التعريف التالي: إن الترويح نشاط تلقائي حر ومقصود لذاته وليس للكسب المادي، يزاول في أوقات الفراغ لتنمية الفرد رياضيا، اجتماعيا وذهنيا.

ويثقف "حلمي إبراهيم" مع تعريف المؤتمر الأول للتربية الاجتماعية حيث يذكر أن الترويح نشاط بنائي يقوم به الفرد وقت الفراغ لذاته وليس لكسب مادي أو معنوي سواء أكان هذا النشاط جسمانيا أو اجتماعيا أو عقليا أو آمنيا².

3- الخصائص العامة للترويح:

هناك العديد من الخصائص التي يمكن أن يتسم بها الترويح ومن أهمها:

- الترويح نشاط: لابد من تحديد نوعية وطبيعة هذا النشاط، وفي هذا المجال تحديد المعايير التالية لنشاط الترويح:
- الترويح نشاط بناء: يهدف إلى بناء شخصية الفرد وبعيد عن النشاط الهدام الذي يساهم في إيذاء النفس الغير (لعب الميسر، المقامرة، المراهنة).
- الترويح نشاط اختياري: يختاره الفرد بإرادته دون إجبار خارجي لنوع النشاط الذي يميل إليه، ويتناسب مع قدراته وإمكانيته.

¹-محمد علي حافظ، عدلي سليمان رياض، الترويح وخدمة الجماعة، القاهرة الحديثة، مصر، 1961، ص15.

²- طه عبد الرحيم طه: مرجع سابق، ص15.

- الترويح نشاط ممتع وسار: القصد منه منح الفرد المتعة والسرور والسعادة كنواحي شعورية ذاتية ناتجة عن هذا النشاط الترويحي.

- الترويح يحدث في أوقات الفراغ: لكي يكون النشاط الممارس نشاطا ترويحيا ينبغي أن يمارس في وقت الفراغ، وليس في وقت العمل المهني والوظيفي.¹

"الخصائص التالية للترويح" BUCHER ويحدد "تشارلز بيوتشر"

- يكون في وقت الفراغ

- ممتع لمن يمارسه

- اختياري يختاره الممارسون دون إكراه

- لا علاقة له بالإبقاء على الحياة كالأكل والنوم.

ويذكر "تهاني عبد السلام" بأن خصائص الترويح هي:

- يحدث أثناء وقتا الفراغ

- الاختيار به

- يحتوي على نشاط

- متنوع وأشكاله متعددة

- يمارس من قبل الأجناس الأخرى

- جاد وغرضه في ذاته

- يتسم بالمرونة

- الإحساس بالسعادة يعتبر الدافع الأساسي من الممارسة.¹

¹ - محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1975، ص154.

4- أهداف الترويح:

- اتفق العاملون في مجال الترويح والتربية الترويحية على أن الهدف من ممارسة النشاط الترويحي هو أن يشعر الفرد بالسعادة والسرور.

- فيذكر "تهاني عبد السلام" أن المحور الأساسي للترويح هو السعادة فهناك بعض الأحاسيس والمشاعر التي يكتسبها الفرد من خلال ممارسته للأنشطة الترويحية وتتمثل في الإخلاء، الانجاز، الابتكار وإبداء الشعور لما يتمتع به الفرد من قدرات بدنية وعقلية وعاطفية، كذوق الجمال والاسترخاء والسعادة عند خدمة الآخرين.

- ويذكر "تشارلز بيوتشر" أن الترويح يساهم في إسعاد الإنسان وفي إكسابه صحة عقلية وبدنية وفي ترقية خلقه وفي منع الجريمة وفي تماسك وترابط المجتمع وفي رفع الروح المعنوية والسلامة والأمن.

- ويضيف "تهاني عبد السلام" أن الترويح يهدف إلى السعادة التي ينشدها كل فرد مهما اختلف الجنس واللون والعقيدة والسعادة نتيجة جانبية تتسم بالاتزان بين العمل والراحة.²

5- العوامل المؤثرة في وقت الفراغ:

كشفت نتائج البحوث التي أنجزت عن الفراغ والترويح إن هناك العديد من العوامل التي تؤثر في الترويح من حيث حجمه، ومن حيث طريقة شغله والإفادة منه، ومنها عوامل اجتماعية، اقتصادية، ثقافية وبيولوجية وغيرها من العوامل على سبيل المثال ما يلي:

أ- **الجنس:** تختلف الأنشطة الترويحية باختلاف الجنس، فالذكر له أنشطة ترويحية تناسبه كما أن للأنثى أنشطة أخرى تناسبها، فالذكور يميلون إلى الأنشطة ذات الطابع البدني التنافسي في حين تقبل الإناث على الأنشطة الترويحية الهادئة التي تمارس غالبا في المنزل مع

¹ - إسماعيل القرة غولي، مرجع سابق، ص 39.

² - طه عبد الرحيم طه، مرجع سابق، ص 17.

الصدقات، ومنشأ هذا التباين في الأنشطة الترويحية طبيعة كل منهما، ويظهر هذا الاختلاف بشكل واضح في المجتمعات المسلمة التي تراعي ذلك الأمر.

ب- العمر: يؤثر العمر في تحديد نوع النشاط الترويحي، فالأطفال لهم أنشطتهم الخاصة وفي الغالب إنها ذات طابع حركي مستمر ومتواصل في حين تكثر الأنشطة الثقافية والقراءة والرحلات بين البالغين، بينما تمتاز أنشطة فئة الشباب بالتنوع، إلا أن الجانب الرياضي والرحلات البرية تغطي عليها.

ج- المستوى التعليمي: يتدخل المستوى التعليمي بشكل كبير في تحديد النشاط الترويحي الذي يمارسه الأفراد في أوقات فراغهم، فالقراءة مثلا سنجدها أكثر بين ذوي المستويات التعليمية المرتفعة.

د- المستوى الاقتصادي للأفراد: يؤثر هذا العامل من خلال القدرة على تهيئة وتوفير الوسائل والأدوات التي من خلالها يمارس الفرد الأنشطة الترويحية، فالرحلات الخارجية والسفر والسياحة قد لا تحقق لأصحاب الدخل المنخفضة.

هـ - مقدار وقت الفراغ: وهذا العامل يشكل كبير وأساسي في تحديد نوعية النشاط الترويحي إذ هناك من الناس من ينصرف من ممارسة نشاط معين لأنه يحتاج إلى وقت فراغ كبير قد لا يتوفر له.

و- مكان الترويح ونوعية المشاركين: إذ غالبا ما يتأثر الفرد بمن حوله ويندمج في ممارسة النشاط الترويحي لمجرد أن يشاهد غيره يمارس.

ز- المستوى الاقتصادي والمادي للمجتمع: لكل مرحلة من مراحل نمو المجتمع الاقتصادية ما يناسبها من الأنشطة الترويحية فان كان المجتمع يمر بمرحلة تدهور اقتصادي فهذا الوضع الاقتصادي المتردي سيجعل أفرادهم يمارسون أنشطة ترويحية تختلف عن الأنشطة الترويحية التي يمارسونها عند ظهور تحسن اقتصادي ورخاء مادي، كمقدار الدخل السنوي

للأفراد، ومستوى المعيشة للمجتمع بشكل عام له أثر في بروز أنشطة ترويحية والتركيز عليها دون غيرها.

ح- **خصوصية المجتمع الدينية والثقافية:** إن طبيعة المجتمع وخصائصه الدينية والثقافية التي تتميز عن المجتمعات الأخرى لها دور كبير في تحديد نوعية الأنشطة الترويحية التي يمارسها أفرادها، ولا يمكن إغفال دورها في ظهور أنشطة ترويحية تتناسب مع طبيعة ذلك المجتمع، كما تؤدي هذه الخصوصية للمجتمع إلى اختفاء أنشطة ترويحية أخرى.

• والحاصل أنه لا يمكن حصر عامل عن آخر، وهذا بالدرجة الأولى يعود إلى الخصائص والمميزات التي تشمل جميع الناس.¹

6- ميثاق أوقات الفراغ والترويح:

لقد قامت رابطة العالم وأوقات الفراغ بوضع ميثاق الفراغ والترويح، وفيها نصوص المواد السبعة للميثاق الذي وضعته هذه الرابطة: World Liseur and Récréation Associât

المادة 01: كل فرد له الحق في أن يكون له وقت الفراغ، وهذا يعني تحديد عدد ساعات العمل ومنح إجازات دورة مدفوعة الأجر وتوفير وسائل نقل مناسبة، وذلك بالإضافة إلى تنظيم برامج تتيح له فرص الاشتراك فيها، والاستفادة من نتائجها خلال أوقات الفراغ.

المادة 02: إن الاستمتاع بوقت الفراغ بحرية تامة، إنما يعد حقاً مطلقاً للفرد يجب المحافظة عليه لذا يجب إتاحة الفرصة للنشاط الفردي والنشاط الجماعي لوقت الفراغ على سواء.

المادة 03: استخدام المنشآت مع التسهيلات في أوقات الفراغ يعد حقاً أساساً لكل فرد، كما أنه يحق له ارتياد المناطق الطبيعية (المحميات) كالبحيرات، البحار والغابات مع العمل على المحافظة عليها وصيانتها بغرض حمايتها.

¹ - سناء محمد سليمان: كيفية تنظيم الوقت وشغل اوقات الفراغ، سلسلة ثقافية للجميع، عدد 12، عالم الكتب، القاهرة، 2007، ص 44.

المادة 04: لكل فرد الحق في أن تهيأ له وسائل المشاركة في أوجه نشاط الترويح في أوقات فراغه كالرياضة البدنية والاستمتاع بحياة الخلاء والفنون وكذلك بدون اعتبارات السن أو الجنس أو المستوى التعليمي.

المادة 05: يجب أن تكون مهمة الهيئات المسؤولة لتخطيط برامج الترويح، وتوفير الفرصة لاختيارهم أوجه النشاط التي يرغبون في ممارستها وفقاً لهواياتهم، وإراداتهم دون تدخل تلك الهيئات في فرض أي نشاط عليهم لممارستها.

المادة 06: لكل فرد الحق في تعلم واكتساب المهارات التي ترتبط بمختلف نشاط الترويح، وذلك للاستفادة منها في استثمار أوقات الفراغ، ويجب على الأسرة أو المؤسسات التعليمية والمجتمع الاطلاع بتلك المسؤولية كما يجب أن تقوم الدولة بتنظيم برامج دراسية لتعليم الأطفال والشباب وكبار السن المهارات والاتجاهات المرتبطة بالترويح وتنميتها.

المادة 07: إن مسؤولية التربية لا تزال على عاتق مجموعة من المؤسسات المهمة والمسؤولة بأوقات الفراغ والترويح، ولذا يجب أن يكون هناك تنسيق بين جميع تلك المؤسسات بغرض استثمار جميع الإمكانيات المتاحة لديها كما يجب إنشاء معاهد للدراسات الترويحية في الدول التي تسمح إمكانياتها بذلك لتدريب القيادات على التخطيط للبرامج ومساعدة الأفراد والجماعات في اختيار أوجه نشاط الترويح المناسبة لهم واستشارة دافعيهم لممارستها.¹

7- أنواع الأنشطة الترويحية:

يذكر "تروجش Trogsh" أن الأنشطة الترويحية هي:

- الأنشطة الترويحية التي تستهدف الراحة العصبية.

- الأنشطة الترويحية التي تغلب عليها النشاط والأداء الحركي.

- الترويح السلبي والاستجمام مثل: النوم، الاسترخاء.

¹ - إسماعيل الغولي، مرجع سابق، ص 53-54.

7- 1- الترويح الثقافي: يرتبط النشاط الترويحي بالثقافة ارتباطا كبيرا ويؤثر كل منها في الآخر فالثقافة تعتبر عاملا في تقرير أنواع النشاط الترويحي للمجتمع كما أن الترويح من أهم أساليب التطور الثقافي لهذا المجتمع، والثقافة جانب من جوانب التربية الذي يتجه إلى صقل النفس والتقدير وأوجه النشاط الترويحي الثقافي هي:

أ - القراءة: مثل قراءة القصص والروايات والصحف والمجالات والكتب وغيرها من الوسائل المطبوعة.

ب - الكتابة: تعتبر الكتابة وسيلة هامة من وسائل التنقيف والتعبير.

ج - الإذاعة: المسموعة والمرئية.

وهناك أنشطة ترويحية يمكن أن تدخل تحت نطاق الترويح الثقافي كالألعاب العقلية ولعبة الكلمات المتقاطعة وكتابة الشعر.¹

7- 2- الترويح الرياضي: يتميز بأن له أهمية كبيرة في المتعة الشاملة للفرد، بالإضافة إلى أهمية شاملة للشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية، ويمكن تقييم الترويح الرياضي إلى ما يأتي:

- الألعاب الصغيرة الترويحية: ألعاب الجري، ألعاب الكرات الصغيرة، ألعاب الرشاقة، وتتميز بمرونة قواعدها وقلة أدواتها وسهولة ممارستها.

- الألعاب الرياضية الكبيرة: وهي الأنشطة التي تمارس باستخدام الكرات ويمكن تقسيمها لألعاب فردية أو جماعية أو زوجية أو بالنسبة لموسم اللعبة ألعاب سنوية صيفية وتمارس طوال العام.

- الألعاب (الرياضات) المائية: وهي أنشطة ترويحية في الماء، وتعتبر السباحة من أحب أنواع الترويح خاصة في بلادنا.¹

¹ - إسماعيل القرعة غولي، مرجع سابق، ص42.

7-3- الترويح الاجتماعي: والترويح الاجتماعي يتضح من خلال اشتراك أكثر من فرد

في نشاط وأي سن للجماعة

وأي مكان لممارسته كما انه يعد نشاطا ترويحيا.

• أنشطة الترويح الاجتماعي هي:

- الحفلات العامة والخاصة في المنزل والمدرسة أو العمل.

- حفلات متنوعة فيها الرقص الشعبي وإحياء التراث القديم.

- المهرجانات وحفلات الشباب والمهرجانات الخاصة لنوع من الأنشطة.

7-4- الترويح الفني: تعد برامج الترويح الفني من أكثر البرامج شيوعا في مجالات

الترويح ولذا فانه هناك العديد من التصنيفات لمناشط برامج الترويح الفني هي:

- الفنون التشكيلية: مثل الرسم والنسيج والغزل والتجارة.

- الموسيقى: تؤكد "عطيات خطاب" بان الموسيقى من المصادر الغنية بالبهجة

- التمثيل والسمر والمنوعات، الموسيقى والغناء، التعبير الحركي والفنون التشكيلية.

7-5- الترويح الخلوي: إن حياة الخلاء أسلوب تربوي يتيح للفرد فرص النمو في إطار

معيشة منظمة موجهة لاكتساب القيم السلوكية، والترويح الخلوي من الأركان العامة في الترويح

ويقصد به قضاء وقت الفراغ في الخلاء بين أحضان الطبيعة ويسهم في إشباع ميل الفرد

للمغامرة والتغير والبحث عن المعرفة والتمتع من جمال الطبيعة.

7-6- الترويح العلاجي: إن الترويح قيمة إنمائية ووقائية وعلاجية، تنبه لها الأطباء

والمفكرون وعملوا على الاستفادة منها فالترويح يساعد أصحاب الأمراض النفسية وأمراض

¹ - إبراهيم رحمة: تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني والرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1، عمان، الأردن،

1998، ص09.

التخلف العقلي في التخلص من الشحنات الانفعالية والعقد النفسية وتقربهم إلى الواقع، ويستخدم الترويح في علاج الأمراض العضوية ومعالجة المرضى في دور النقاهة.

إن الترويح العلاجي خدمة خاصة داخل المجال الواسع للخدمات الترويحية حيث يستخدم الخدمات الترويحية للتدخل الإيجابي في بعض نواحي السلوك البدني أو الانفعالي أو الاجتماعي، كما أن برامج الترويح تؤدي إلى التقليل من حالات التوتر العصبي والملل والاكنتاب النفسي والقلق، وتعدد مناسط الترويح العلاجي وفقا لطبيعة المرض أو الإعاقة أو الإصابة ووفقا لبرامج العلاج الطبي أو العلاج الطبيعي ومن أهمها: المناسط الرياضية والثقافية، الاجتماعية، الخلوية.¹

7-7 - الترويح التجاري: هو مجموعة الأنشطة الترويحية التي يتمتع بها الفرد نظير مقابل مادي، ويرى البعض أن الترويح التجاري يدخل في نطاق السينما، الإذاعة، الصحف والجرائد، وغيرها من المؤسسات الترويحية الأخرى، وهي ملك الدولة وتستغلها لصالح الشعب وليس لصالح المال.²

8- الدين الإسلامي والترويح:

يعد الترويح أحد النظم التي يتأسس عليها المجتمع، إذ يعد الترويح ضرورة من ضروريات الحياة، وكذلك ضرورة اجتماعية تسهم في بناء وتطوير شخصية المسلم ولذا يحرص الدين الإسلامي على استثمار أوقات الفراغ وعلى حسن توزيع الوقت بين العبادة والعمل الجاد والترويح عن النفس، وقد أباح الإسلام الترويح عن النفس، إلا أنه قد أكد على عدم استرسال المسلم في

¹ - إسماعيل القرة غولي، مرجع سابق، ص 35-36-38-39.

² - عطيات محمد خطاب، أوقات الفراغ والترويح، ط3، دار المعارف، القاهرة، 1982، ص 64.

الترويح عن نفسه في أوقات فراغه حتى لا يضيع وقته هباءً، وحتى لا يؤثر ذلك على عبادته وعمله ومقدار إنتاجه وحتى لا يضر بصحته أو يضر بمجتمعه.¹

وحذر الله سبحانه وتعالى من إضاعة الوقت فيما لا يفيد إذ قال سبحانه وتعالى في كتابه العزيز: "الذين اتخذوا دينهم لهوا ولعبا وغرتهم الحياة الدنيا فاليوم ننسأهم كما نسوا لقاء يومهم هذا وما كانوا بآياتنا يجحدون" سورة الأعراف: الآية (51)

وبذلك نرى أن الدين الإسلامي يرى أن الترويح وسيلة، وليست غاية فهو وسيلة تربية واجتماعية يقصد تحديد نشاط الفرد المسلم وجعله في حيوية، وكذلك بغرض إشباع حاجاته البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية وحتى الروحية، كما أن الدين يؤكد على ضرورة مراعاة أصول الشريعة الإسلامية في الترويح حتى يتحقق للمسلم الخير في الحياة الدنيا والآخرة، وألا يطغى وقت الترويح على أوقات عبادته أو عمله.²

9- أهمية الترويح:

تشير الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البيئية إلى إسهامات الترويح في حياة المجتمعات المعاصرة وذلك من خلال النقاط الآتية:

- تحقيق الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات.
- تطوير الصحة البدنية والصحة الانفعالية والصحة العقلية للفرد.
- التحرر من الضغوط والتوتر العصبي المصاحب للحياة العصرية.
- توفير حياة شخصية وعائلية زاخرة بالسعادة والاستقرار.
- تنمية ودعم القيم الديمقراطية.

¹ - محمد السيد الوكيل، الترويح في المجتمع الإسلامي، حلقة بحث في المجتمع الإسلامي، ط2، الرئاسة العامة لرعاية الشباب، الرياض، المملكة العربية السعودية، 1983، ص64.

² - منى حداد، أبناؤنا بين وسائل الإعلام وأخلاق الإسلام، ط3، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان، ص123-124.

- تحقيق التوازن بين العمل والراحة.
- التقليل من نسبة إصابات العمل.¹
- المساعدة في اكتساب قيم جديدة إيجابية.
- تحقيق التوازن للجسم وتخليصه من التوترات العصبية.
- يعد خير وسيلة لعلاج بعض الاضطرابات.
- إيجابية النشاط فالبرجماتية تحارب فكرة المشاهد وتؤيد المشاركة الفعلية.

10- الترويح واستثمار أوقات الفراغ:

تنبه العلماء والباحثون لأهمية وقت الفراغ خاصة وأنه أصبح ظاهرة اجتماعية تهدد المجتمعات، مما جعلها ترى أن السيطرة على وقت الفراغ شرط أساسي لتحقيق السلام والأمن الاجتماعي وسلامة العلاقات الاجتماعية والالتزامات المتبادلة، الاتفاقات كما خضع لتنظيمات خاصة أسست عليها نواد وجمعيات أخذت موضوع الترويح كعنوان رئيسي لعملها ونشاطها، ويعرفه البعض بأنه طرح كل نشاطات الإنسان خلال الساعات الأربع والعشرين كساعات العمل والنوم وتناول الطعام وقضاء الحاجات الفسيولوجية وورد هذا التعريف في قاموس علم الاجتماع بأنه الوقت الفائض بعد خصم الوقت المخصص للعمل والنوم والضرورات الأخرى من الأربع والعشرين ساعة.

وهناك مجموعة أخرى من التعريفات لا تهتم بفكرة الوقت، بل نوع النشاط الذي يمارسه الإنسان أو الصفة الشخصية لممارسي هذا النشاط، بأنه اتجاه عقلي وروحي، غير نابع من ظروف خارجية وليس نتاجا للوقت أو مرتبط بأوقات الإجازات والعلاقات والعطلات الدورية ويؤكد على أنه موقف عقلي وحالة تتعلق بالروح أساسا وربما نجد بعض المشتركات بين التعريف الأخير وهو الوقت الذي يتحرر فيه المرء من العمل والواجبات الأخرى والذي يمكن أن يشغل في

¹ - محمد علي محمد، وقت الفراغ في المجتمع الحديث، دار النهضة العربية، 1985، ص22.

الاسترخاء والترويح والإنجاز الاجتماعي أو تنمية حاجيات شخصية ويقوم بها الفرد من إرادته الشخصية بهدف الراحة أو التسلية أو زيادة المعرفة أو ترقية المواهب الخاصة أو تنمية المشاركة الإرادية في المجتمع المحلي بعد الانتهاء من مهام المهنة والأسرة، والواجبات الاجتماعية الأخرى.¹ وقلة أماكن الترفيه وقضاء وقت الفراغ، أدت إلى انتشار ظواهر لم تكن معروفة بحدتها المجتمعات السابقة، وهي مجتمع الشوارع، فلقد أصبح الشباب يضيع أوقاته في الطرقات في تفاهات لا منفعة فيها، وقد يتورطون أحيانا في سلوكات منحرفة كالسرقة وتعاطي المخدرات، وكثرة وقت الفراغ لدى الشباب بالإضافة إلى الوسائل المتطورة التي أنتجها التقدم العلمي والتقني وعدم التحكم في آليتها وكيفية استثمارها وقدرتها على جذب الشباب إليها خصوصا الشباب الذي لم يدخل معترك الحياة بعد، نتطلب التخطيط لاستثمار أوقات الفراغ عند الشباب، لفهم حاجاتهم ورغباتهم، وخلق الوعي بأهمية استثمار أوقات فراغهم، وتدريبهم على حسن استثماره، بوضع برامج تحقق له توازنا انفعاليا وعقليا وصحيا واجتماعيا، بحيث يغدو وقت الفراغ منفذ تغيير عن حاجاتهم ورغباتهم المكبوتة، وبذلك يكسبهم أنماطا من السلوك وتعزز العطاء، ويمكنهم من التكيف الاجتماعي الذي يتفق مع المعايير الاجتماعية، ويؤدي عدم استثمار أوقات الفراغ إيجابيا إلى وقوع الشباب في مشكلات منها القلق، التوتر، الخوف من الذات، الانهيار الأخلاقي، تعاطي المخدرات، وهذه كلها سلوكات تؤدي إلى الحط من قيمة الإنسان، وبناء مظاهر الضعف والجمود والسلبية والانحراف لديه وإضعاف شخصيته الاجتماعية، ويأتي النشاط الترويحي في مفهومه الخاص في تلك النشاطات والألعاب، والتي تمارس في أوقات الفراغ والتي تمثل بالدرجة الأولى وسيلة من وسائل استثمار أوقات الفراغ.²

11- ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية:

¹ الصحيفة الاقتصادية الإلكترونية، www.oleqt.com/2009/05/25/ARTICLE_232429.Html

² احمد عبد الله احمد العالي، الشباب والفراغ، منشورات دار السلاسل، ط 1، الكويت، 1985، ص14.

تختلف أوجه ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية حسب الميول وحسب الحاجة فهي تتميز بين الأفراد وبين الجماعات الممارسين لمختلف الأنشطة البدنية الترويحية ويمكن أن نحصر بعض أوجه تلك الممارسة:

11-1- الممارسة من أجل الاسترخاء والتجديد: يقصد هذا الصنف من الممارسين

للأنشطة البدنية الترويحية البحث عن الاسترخاء والتجديد سواء تعلق الأمر بالجانب النفسي كالتخلص من الضغوط الناتجة عن ساعات العمل أو من الحياة الاجتماعية، أو من جانب التخلص من الإرهاق العضلي الذي قد ينتج سواء من قلة الحركة بعد الأعمال التي تتطلب مجهود عضلي، إذ فيسعى الممارسون من خلال تلك الأنشطة البدنية الترويحية البحث عن الاسترخاء والتجديد، وتظهر تلك النشاطات مثلاً: في السباحة، المشي في الحدائق العامة والغابات، ركوب الدراجات، الصيد البري أو البحري وهناك الكثير من النشاطات التي يمكن أن تستجيب لهذا النوع من الممارسة.

11-2- الممارسة من أجل اللياقة البدنية: يمارس بعض الأشخاص الأنشطة البدنية

قصد الحفاظ على اللياقة البدنية، من خلال التمارين المختلفة أو من طبيعة الألعاب الممارسة، وقد تكون هذه الأنشطة يومية أو أسبوعية، ويمكن أن تمارس حتى عند رياضي النخبة وغالباً ما تكون ضمن فترة الراحة.

11-3- الممارسة من أجل المعرفة: تساهم ممارسة الأنشطة البدنية الترفيهية في تنمية

الجانب المعرفي للممارسين، ليتمكن الممارس من اكتساب المعارف المختلفة سواء تعلق الأمر بالجانب المعرفي الخاص بنوع النشاط الممارس، أو الجانب المعرفي المتعلق بطبيعة المكان مثل التضاريس المحيطة بنوع النشاط كالغابات والجبال والصحراء والبحار والأنهار والوديان، أو معرفة التأثيرات الإيجابية لنوع النشاط الممارس، وغير ذلك من الجوانب المعرفية.

11-4- الممارسة من أجل المغامرة: يبحث بعض الممارسين لبعض الأنواع من

الأنشطة البدنية الترويحية على جانب المغامرة، فهم يهدفون أساس من خلالها إلى اكتشاف

القدرات البدنية والنفسية التي يمكن بلوغها، وتتطلب هذه الأنشطة بخلاف الأنشطة الأخرى نوعاً من التدريب العالي التقنية، نظراً لما تتميز به من الخطورة، وهي تتطلب توفير جانب من الأمن والسلامة للممارسين، مثل القفز بالمضلات وتسلق الجبال والتزلج على الثلج أو ركوب الزوارق المختلفة وهناك العديد من هذه الأنشطة.

11-5- الممارسة من أجل الرغبة النفسية: هناك صنف من الممارسين يبحثون من

خلال الأنشطة البدنية الترويحية على إشباع رغباتهم النفسية فهم يعتبرون أن ممارستهم تلك الأنشطة، هو عبارة عن تعبير عن مكبوتاتهم الداخلية، فممارسة بعض الأنواع من الأنشطة البدنية الترويحية تعطيهم المجال للتعبير عن مكبوتاتهم الداخلية، فهم لا يبحثون عن الجوانب البدنية أو المعرفية أو غير ذلك، فنجد مثلاً ممارسة الصيد فبعض الأشخاص يمارسون هذا النشاط وقد يقطعون المسافات الطويلة، وقد ينتقل إلى قارة أخرى، ويصرف الكثير من المال، ليس من أجل تناول ذلك الصيد وإنما من أجل إشباع تلك الرغبة النفسية الموجودة بداخله، والتي لا تجد مجال للتعبير عنها إلا بممارسة هذا النشاط.

12- علاقة الأنشطة البدنية بالترويح:

ولدت الرياضة و نشأت في كنف الترويح ، و ارتبطت إلى أقصى حد بوقت الفراغ و على الرغم من استقلال الرياضة عن الترويح في العصر الحديث كنظام اجتماعي ثقافي ، إلا أنها مازالت و سوف تظل مرتبطة بالترويح ، لان جوهر الرياضة يتأسس في المقام الأول على أهداف ترويحية ، لان عوامل الالتقاء كثيرة بين قيم النظامين من حيث أهميتها للإنسان مثل المتعة و التسلية و البهجة ، و إزالة التوتر الاسترخاء ، الصحة و اللياق ، الخبرة الجماعية ، الإثارة ، التنافس و الجهد البدني الانجاز الشخصي ، التعبير عن النفس ، و تحقيق الذات وهي كلها تعبر عن قيم و حاجات أساسية للإنسان و اتجاهه في العصر الحديث وقد برزت ظاهرة ملفتة للانتباه في أواخر السبعينيات هي انفجار الاهتمام أو تصاعده فيما يتعلق بالأنشطة

الترويحية ، مثل الجري البطيء " jogging " والتي انخرط فيها الملايين من البالغين من كل الأعمار ، سواء عن طريق ممارستها خلال أندية أو ممارستها بشكل فردي .

وهذا الحافز يمكن تحقيقه سواء كان النشاط الترويحي فرديا، أو جماعيا في شكل ألعاب، ورياضات مثل المشي والسباحة والتنس وركوب الدراجات.

وقد لاحظ " جيديري Guidery " أن: أخصائي الطب قد اختبروا أهمية ومزايا المرانو التدريب المنتظم، على تحسين الصحة وتقوية العضلات، وتنمية القدرة على التحمل والإحساس بالحيوية والطاقة عموما.

لقد اتفقت قيادات العمل الطبي ومن بينها إدارة الخدمات الطبية العامة بالولايات المتحدة الأمريكية على أن انخفاض اللياقة البدنية هي المشكلة الصحية الأولى، واتفقوا أيضا على أن الحل هو التوصية بالتمارين الرياضية المنتظمة ويكلف انخفاض اللياقة البدنية خسارة مادية وإنسانية كبيرة، فالملايين تنفق في ساعات العمل الضائعة وخسارة للإنتاج الضائع، وتكلفة الخدمات الطبية، ومدفوعات التأمينات، والأكثر من ذلك سنوات العمر الضائعة التي كان يمكن توجيهها للإنتاج وأفسدتها المشاكل الصحية.¹

خلاصة:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى شرح مفهوم الترويح، ومعرفة الجوانب المتعلقة بهما وأنواعهما وأهدافهما وأهميتهما.

وتكمن أهمية الترويح على أنه يساعد في تجديد النشاط وتقوية الإرادة، وتنمية الروح المعنوية وتنشيط العقل، ويعتبران وسيلة علاجية إذ ما تم استغلالها بصفة منتظمة ومستمرة، فهما يساهمان في تكوين شخصية الفرد في جميع الجوانب النفسية، الصحية، الأخلاقية، الاجتماعية، وبالتالي تكوين شخصية متزنة تتميز بالتفاعل الاجتماعي والنظرة المتفائلة للحياة.

تمهيد:

يعتبر الفرد جزء من المجتمع الذي يعيش فيه، فهو يحتاج إلى مساعدة الآخرين خلال مراحل حياته، وتعتبر الأسرة أو مجتمع يتعرف عليه الفرد لينتقل بعد ذلك إلى مجتمعات أخرى تتوافق وفترات حياته، فيكسب من خلال عدة مهارات ومعارف وخبرات جديدة تسهل له الاندماج داخل المجتمع الأكبر وأخذ مكانة اجتماعية مناسبة، ويتمكن من لعب الدور المنوط به حتى يقدم الخدمة لنفسه ومجتمعه.

وخلال هذه المرحلة ينتقل الفرد من جماعة إلى الأخرى وقد تلقت هذه الجماعات في فترة واحدة من حياته وتجمعه علاقات مع أفرادها يتأثر بهم ويتأثرون به، وبالتالي ترسخ فيه قيم تعارفوا عليها ومعايير اشتركوا في إرساء سمحت لهم بتكوين جماعة واحدة تضمهم من خلال هذا نحن نسعى إلى إيضاح الدور الذي يلعبه النشاط البدني الترويحي في تنمية العلاقات الاجتماعية.

1/ تعريف الجماعة:

يدل مفهوم الجماعة في كتب علم النفس الاجتماعي على أنها "مجموعة من الأفراد الذين يقيمون علاقات متبادلة فيما بينهم" وقد أولى علم النفس الاجتماعي اهتماما بالغاً بدراسة الجماعات الصغيرة أو المحدودة وذلك اعتماداً على العناصر الآتية متابعة الهدف المشترك الشعور المتبادل، وتوفر العلاقات العاطفية¹.

فقد ذكر محي الدين مختار أن "الإنسان يتصل ويتفاعل في مراحل متعددة من حياته بأنواع مختلفة من الجماعات الصغيرة، والتي تمارس دوراً هاماً في تحديد سلوكه وتشكيل أنماط تصرفاته، فالجماعة التي ينتمي إليها الفرد، وهي من الجماعات الصغيرة التي تساهم في تشكيل جوانب هامة من شخصيته وترسم له أساليب السلوك، كذلك يتفاعل الإنسان مع جماعات العمل جماعات الأصدقاء وأنواع أخرى متعددة ومتباينة من الجماعات تتصف كل منها بأهداف محددة وتؤثر في سلوكه بطبيعة متميزة"².

ويذكر الدكتوران سعد جلال ومحمد علاوي: "أن الجماعة عبارة عن فردين أو أكثر يسلكون تبعاً للمعايير المشتركة ولكل منهما دور في الجماعة يؤديه مع تداخل هذه الأدوار مع بعضها البعض، والسعي لتحقيق هدف مشترك، ويقوم هذا كله على ما يسمى بعملية التفاعل بين الأعضاء."³

ويعرف الدكتوران محمد فتحي عكاشة ومحمد شفيق زكي الجماعة على أنها "وحدة اجتماعية مكونة من مجموعة من الأفراد اثنين أو أكثر تربط بينهم علاقات اجتماعية ويحدث بينهم تفاعل اجتماعي متبادل، فيؤثر بعضهم في البعض كما يعتمد بعضهم على البعض،

¹ - بوخريسة بوبكر: المفاهيم والعمليات الأساسية في علم النفس الاجتماعي، منشورات جامعة باجي مختار عنابة 2006 ص42.

² - محي الدين مختار: محاضرات في علم النفس الاجتماعي. ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط1- 1982، ص87.

³ - سعد جلال - محد حسن علاوي: علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف الجامعية، ط7، 1972، ص429.

والجماعة تتميز بأن لها مجموعة شائعة من المعايير والمعتقدات والقيم والدوافع والعادات التي تميز السلوك الأفراد، كما أن أفرادها يجمعهم مصير مشترك وأهداف ومصالح واحدة أو قريبة يتحركون دائماً لتحقيقها، وفي ذلك يتحدد لأفرادها أدوار اجتماعية محددة ومكانية معينة ويسر حدوث التفاعل الاجتماعي الذي تتميز به الجماعة على غيرها من المجموعات، الأخرى، ووجود كل أداة اتصال بينهم، غالباً ما تكون اللغات معلقة صريحة قد تكون بيئة أو سياسية أو اقتصادية أو وراثية... الخ أو عدة خصائص مثل نوع أو جنس أو عمل أو لأنه لانتماء معين أو وحدة نشاط كعمل معين¹.

وعليه يمكن اقتراح التعريف التالي "الجماعة هي مجموعة اجتماعية معرفة ومهيكلية، تتميز بعدد محدود من الأعضاء الذين يقيمون علاقات متبادلة داخلها ويؤيدون أدوار محددة وفقاً لمعايير السلوك والقيم المشتركة أثناء متابعتهم لأهدافهم".

2/ خصائص الجماعة:

- هناك خصائص عامة تشترك فيها معظم الجماعات والتي تتمثل فيما يلي²:
- حجم الجماعة، حيث يتراوح عدد أفرادها بين (8-15) فرداً.
 - الاشتراك في مجموعة من القيم والاتجاهات، وتمكن هذه القيم الأعضاء من مراقبة محيطهم وبهذا تسهل عملية اتخاذ القرارات الأكثر ملائمة للمواقف الاجتماعية وتسمح بمعرفة خصوصيات الجماعة.
 - وجود أهداف مشتركة تضمن لهم إشباع حاجاتهم أو تستجيب لطموحاتهم ومصالحهم.
 - وجود لغة معينة يستطيع الأفراد من خلالها الاتصال ببعضهم البعض.

¹ - محمود فتحي عكاشة د- محمد شفيق زكي المدخل إلى علم النفس الاجتماعي، المكتب الجامعي الحديث الاسكندرية،

مصر 1997، ص20

² - بوخريسة بوبكر - مرجع سابق، ص48-49.

- تحديد المراكز والأدوار داخل الجماعة والتي تحدد طبيعة الشخص الاجتماعية التي يحتلها في التنظيم.

- وجود التنافس بين الجماعات الذي يعمل على زيادة درجة التماسك.

- شعور مشترك بين أفرادها بالانتماء لنفس المجموعة.

3/ أنواع الجماعة:

3-1/ الجماعة الأولية:

الجماعة الأولية هي تلك الجماعة التي تتكون من عدد صغير أو محدود عن الأفراد من (2-10) أعضاء، فهي جماعة محدودة تتخللها علاقات المودة وتحدد بالبعد الرقمي الذي يمكن كل واحد منها من الدخول في علاقات مع الآخرين.

وتعتبر الأسرة مثال للجماعة الأولية فهي، جماعة تجمع بين أفرادها أواصر الصداقة والحب والمعرفة الشخصية وتربطهم ببعضهم علاقات مباشرة ووثيقة، كما تتوافر فيها علاقة الوجه للوجه والاتصال الشخصي بين أعضائها وفيما يسود الحب والانصياع لمعايير الجماعة حيث تكون لها قدرة تطبيقية القواعد الضابطة في سياسة ثواب وعقاب وفقا لسلوك أفرادها¹.

وعليه فإن الجماعة الأولية تعتبر نواة لكل تنظيم اجتماعي فأغلب أشكال الارتباط فيكون عدد الأشخاص فيها قليلا، فهي تأخذ شكل الأسرة وكذلك نجد رفقاء اللعب والأصدقاء وينتج التأثير بين الفرد لمعايير الجماعة لوجود أواصر المحبة والود التي تجمع أعضائها.

3-2/ الجماعة الثانوية:

أما الجماعة الثانوية فتعرف من خلال مفهوم التنظيم الذي يضع الأفراد في الأنساق الاجتماعية ويضبط سلوكياتهم بواسطة السلوكات والتصرفات الرسمية والمواثيق وتتميز علاقات

¹ - محمود فتحي عكاشة، مرجع سابق ص 26

الأفراد في هذا النوع من الجماعات يعدم التماسك والترابط فيما بينهم مقارنة بالجماعة الأولية فهي "جماعات كبيرة إلى حد ما لا يتوفر بين أعضائها الطابع غير الشخصي، فعلاقات أفرادها أكثر عمومية ودون تعمق أو انتظام في اللقاء، ومثلها أبناء الحي الواحد أو المدينة الصغيرة أو القرية المحددة¹، ويلاحظ فيها غياب الاتصال المباشر الذي ينجم عنه فتور في العلاقة بين الأفراد ومما ينتج عنه تباعد في فترات حدوث التفاعل الاجتماعي بين الأفراد .

4/ أهمية الجماعة بالنسبة للمجتمع:

للجماعة دور فعال في مجتمعنا المعاصر حيث تقوم بدور:

- تنمية وتقدم المجتمع وضمان استمرارية الحياة.
- تنمية وتقوية روح التعاون بين مختلف الجماعات بهدف تقوية وحماية المجتمع.
- الإسهام في زيادة التفاعل الفعلي والايجابي بين الجماعات.

يقصد ببناء الجماعة النظم والأحكام المحددة لسلوكيات أفراد الجماعة وعلاقاتهم الاجتماعية، وينطوي بناء الجماعة على الأدوار الوظيفية التي يحتلها أعضاؤها والتي من خلالها يؤديون الواجبات الملقة على عاتقهم ويتمتعون بالحقوق والامتيازات التي يستخدمونها²، ويتضح بناء الجماعة في نوع العلاقات الاجتماعية بين أعضاء الجماعة وطريقة الاتصال بينهم وتحديد مراكز القوة والضعف، كما يتأثر بناء الجماعة بعدة مؤثرات من بينها العوامل الطبيعية مثل، المساحة التي توجد فيها الجماعة للقيام بتفاعلها، وللعوامل الاجتماعية تأثير كذلك في بناء الجماعة فالتركيب الطبقي أو العنصري قد ينعكس سلبا في بناءها بالنسبة للجماعات المختلفة غير أن بناء الجماعة الاجتماعية يتكون من مجموعة الأدوار الوظيفية المتباينة والمتكاملة الموجود فيها.

1 - محمود السيد أبو النيل، علم النفس الاجتماعي دراسات عربية وعالمية، مطابع دار الشعب، 1998، ص150.

2 - إحسان محمد الحسن، علم الاجتماع الرياضي، الطبعة 01، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 2005، ص87.

5/ ديناميكية الجماعة:

هي مجموعة المثيرات والاستجابات التي تحدث داخل الجماعات، وتفاعل هذه الاستجابات والمثيرات مع بعضها البعض في المواقف المختلفة التي تمر بها الجماعة وما يصاحب ذلك من انفعالات ومشاعر وسلوك بين الأفراد بعضهم البعض وبين الفرد والجماعة (1).

ويرى (ياني جونسون) أن مصطلح ديناميكية الجماعة في الميدان التربوي يهدف إلى حماية المثل الديمقراطية ويعطي التقنيات التي تسمح بحل مشاكل الجماعة ويهدف موضوع ديناميكية الجماعة وكل المعايير التي تستخدمها الجماعة في التأثير والضغط على الأفراد لمسايرة القواعد التي اصطلحت عليها الجماعة، كما يهدف موضوع ديناميكية الجماعة إلى تعريف المدرس بالجهود الممكنة لتحقيق جو من التوافق والتكيف داخل الجماعة ، كما يهدف إلى مد المعهد ببعض المهارات الخاصة لكيفية قياس وتشخيص ديناميكية الجماعة من خلال عرض بعض الأساليب والأسس الخاصة بذلك وقياس اتجاهات الجماعة وقيمها والعلاقات الاجتماعية فيها حتى يتم الكشف عن قنوات الاتصال، ومن ثمة تحديد خريطة التفاعل الاجتماعي (2).

1- لويس مليكة، سيكولوجية الجماعات والقيادة، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، ص71

2- خير الدين عويس، عصام الهلايلي، الاجتماع الرياضي، ص168

6/ العلاقات الاجتماعية:

6-1/ مفهوم العلاقات الاجتماعية:

يعتبر مصطلح العلاقات الاجتماعية من أهم محاور الدراسات في المجال علم النفس الاجتماعي، فهو يشير إلى الموقف الذي من خلاله يدخل شخصان أو أكثر في سلوك معين أو علاقة ما وفي هذا يقول الدكتور محمد مصطفى زيدان "أنه يمكن قيام علاقة اجتماعية بين فردين إذا كان وجود أحدهما ونشاطه يؤثر في تصرفات الفرد الآخر في حالاته النفسية، وعلى هذا يمكن قيام علاقة اجتماعية بين شريكين أو صديقين بل يمكن أن تقوم علاقة اجتماعية بين غريمين"¹.

وفي هذا الصدد يذكر الدكتور فؤاد البهي السيد أن: «العلاقات الاجتماعية تدل على الصلة التي تقوم بين شخصين أو أكثر»².

أو هي كما عرفها الدكتوران خير الدين علي عويس وعصام الهلايلي على أنها «روابط تنشأ على أساس التفاعل الاجتماعي، تقوم بين فرد أو شخصين أو أفراد أو شخصيات أخرى بين الجماعات الاجتماعية لوصفهم ممارسين لأنواع مختلفة من النشاط، ويمتازون فيما بينهم بمواقفهم الاجتماعية وأدوارهم في حياة المجتمع»³.

وفي تعريف آخر للدكتور إحسان محمد أنها "هي أي اتصال أو تفاعل يقع بين شخصين أو أكثر يحتل مراكز اجتماعية أو متباينة من ناحية المستوى، ويهدف هذا الاتصال والتفاعل إلى تحقيق الأغراض الأساسية للأفراد"⁴.

¹ - محمد مصطفى زيدان، علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ص 68.

² - فؤاد البهي السيد، علم النفس الاجتماعي ص 208.

³ - خير الدين عويس، عصام الهلايلي، الاجتماع الرياضي القاهرة دار الفكر العربي 1997، ص 304.

⁴ - إحسان محمد الحسن، مرجع سابق، ص 97.

ومن كل هذا فإن للعلاقات الاجتماعية أثر في التفاعل الاجتماعي الذي يحدث بين الأفراد في مختلف مجالات الحياة الإنسانية، فلا بد من وجود علاقات اجتماعية بين الأفراد وهذا بغية الحفاظ على الدعم الاجتماعي حتى يخفف من حدة العناء ويزيد من الشعور بالسعادة وكذلك يوفر تقديرا للذات والثقة بها ويولد المشاعر الإيجابية والتآلف والتآزر فيما بينهم.

6-2/ أنواع العلاقات الاجتماعية:

سنذكر أنواع العلاقات الإنسانية كما قررها الدكتور "محمد مصطفى" في كتابه (علم النفس الاجتماعي)¹.

6-2-1/ علاقة عرضية:

يتصف هذا المستوى من العلاقات بخلوه من المؤثرات الثابتة المحدودة ومن أمثلتها الحشد العام من الناس الذين يسيرون في الطريق العام ولا يكاد يحسون بأي صلة تجمعهم.

6-2-2/ علاقة طفيلية:

قوام هذا النوع من العلاقات اعتماد كل فرد على آخر اعتمادا كلياً أو ما يقاربه، ومن أمثلتها تطفل الأطفال على آبائهم.

¹ - مصطفى محمد زيدان، مرجع سابق، ص 68.

6-2-3/ علاقات عامة:

ويبدو هذا المستوى في كل علاقة عابرة لا تنطوي على حق الفرد أو واجب عليه، وتقوم علاقات هذا النوع على بعض الاتجاهات النفسية، ومن أمثلتها العلاقات التي تنشأ بين زملاء المرحلة خلال أحاديثهم العابرة.

6-2-4/ علاقات متبادلة:

ويقوم هذا المستوى على بعض الاتجاهات النفسية المتبادلة التي تؤدي إلى المنفعة المشتركة ويتميز بنوع خاص من التفاهم والارتباط بين الأفراد ومن أثلتها علاقة العامل بصاحب العمل.

6-2-5/ علاقات اجتماعية:

يبلغ مستوى العلاقات ذروته وغايته حينما يصل إلى المستوى الاجتماعي الصحيح والعلاقات الاجتماعية بأنواعها المختلفة وهي موضوع دراسة علم النفس الاجتماعي ومن بين هذه الأنواع نذكر (1):

6-2-5-1/ تأثير الفرد بفرد آخر:

ومن أمثلة ذلك أن يخفي الطفل لعبته حينما يرى أخاه، وإن تصاحب شخصا ما من أقرانك، ولا تميل على صحبة شخص آخر.

6-2-5-2/ تأثير الفرد بالجماعة:

عندما يهتف الفرد مع الهجرة الثائرة صائحا بحياة أو سقوط نظام ما، وعندما يدفعه التنافس ويعمل مع رفاقه على أن يزيد من إنتاجه ليتفوق عليهم جميعا، فهو يسفر بذلك إثر الجماعة في سلوكه وعن مدى تأثره هو تلك العوامل الجماعية.

1 - فؤاد البهي السيد، مرجع السابق، ص 75

6-2-5-3/ تأثير الجماعة بالفرد:

ومن أمثلة ذلك الأستاذ وجماعة من الطلبة في قاعة المحاضرات، والمدرّب وفريق كرة القدم، الرئيس ومجموعة المرؤوسين، وفي هذه المواقف فإن الفرد يؤثر في الجماعة بدرجة أو بأخرى، ولهذا نجد سلوك الجماعة يتأثر بسلوك الفرد.

6-2-5-4/ تأثير الفرد بالثقافة وتأثيره فيها:

نعني كل مقومات المجتمع، من أنظمة اقتصادية وقوانين وتقاليده وأنماط التفكير والسلوك الذي يسود في المجتمع، إذ تحدد الثقافة العامة مجموعة من التوقعات لما يجب أن يكون عليه سلوك الفرد، وبالتالي يعدل من سلوكه ليتفق وكل التوقعات، والثقافة هي محطة التفاعل القائم بين الفرد والمجتمع والبيئة وهي ثمرة علاقة الفرد وبالزمن والمكان والكون.

7/ العمليات الاجتماعية:

إن العمليات الاجتماعية تقوم في أساسها على عمليات التفاعل، حيث لا يعيش الأفراد في المجتمع منعزلين عن بعضهم ولكنهم يرتبطون بعلاقات وروابط تنشأ من طبيعة اجتماعهم وتفاعل رغباتهم، وتتضمن كل عملية اجتماعية مجموعة من العلاقات التي يخضع لها الأفراد فالعملية الاجتماعية أوسع نطاقاً من العلاقة الاجتماعية، ويتمثل التفاعل في العلاقات التي تنشأ بين الأفراد وذلك في المواقف الاجتماعية المختلفة، التي يتصلون فيها ببعضهم البعض الآخر وهذا عن طريق عمليات الأخذ والعطاء وهذا ما يفسر نشوء الارتباطات بين البشرية (الصدقات، جماعة التعارف)، فمن هذه التفاعلات ما هو مباشر مثل العمليات الاجتماعية التي تقوم بين المرأة والرجل، ومنها ما هو غير مباشر مثل العلاقة التي تربط المنتج بالمستهلك ومنها ما يؤدي إلى التجمع والتي تسمى بالعمليات المجمعّة مثل التعاون والإخاء ومنها ما يؤدي إلى التناثر والانحلال والتي تسمى بالعمليات المفككة.

8/ التفاعل الاجتماعي:

يعبر التفاعل الاجتماعي بأنه علاقة متبادلة بين فردين أو أكثر يتوقف سلوك أحدهما على سلوك الآخر إذا كان فردين، أو يتوقف سلوك كل منهم على سلوك الآخرين إذا كانوا أكثر من فردين (1).

وتدل عمليات التفاعل الاجتماعي على أنها عملية اتصال تؤدي إلى التأثير على الآخرين، حيث يعكس التفاعل أثر اتصال أي تبادل المعلومات والآراء والمعاني بين الأفراد، أي أن التفاعل الاجتماعي إنما هو تفاعل منمط في جوهره.

8-1/ مستويات التفاعل الاجتماعي:

إن عملية التفاعل الاجتماعي تبنى على قاعدة التأثير والتأثير على حسب قوى البيئة الاجتماعية للفرد، ويتضح مما سبق أن التفاعل الاجتماعي له مستويات نلخص أهمها في: (2)

8-1-1/ التفاعل بين الأفراد:

ويظهر هذا المستوى مثلاً في التفاعل بين الزوجين والأستاذ والطالب، والرئيس والمرؤوس فكل هذه التفاعلات وإن كانت مبنية على أشكال مختلفة من السلوكيات فإنها تعبر على تفاعل مزدوج بحيث يؤثر كل طرف على آخر.

8-1-2/ التفاعل بين الفرد والجماعة:

والتفاعل الاجتماعي في هذا المجال قد يحدث بين الفرد من ناحية وجماعات مختلفة من الناس من جهة أخرى، ويظهر لنا هذا المستوى في المدرب والفريق والأستاذ وجماعة التلاميذ.

1- خير الدين علي عويسي، عصام الهليلي، مرجع سابق، ص 119

2- غريب محمد السيد أحمد، مرجع سابق، ص 194، 195

8-2- أهم نظريات التفاعل الاجتماعي:

8-2-1- نظرية "نيوكمب":

يفسر نيوكمب التفاعل الاجتماعي بالاستناد إلى مبدأ التشابه والتوازن ويؤدي التفاعل الاجتماعي من جهة نظره إلى عملية الاندماج الاجتماعي، والمبدأ الذي يقابل مبدأ التشابه والتوازن من وجهة نظر السلوكيين (سكنر) أنه مبدأ المثير والاستجابة مع التعزيز كما أن العملية التي تقابل الاندماج الاجتماعي من وجهة نظر السلوكيين أنها عملية التنشئة الاجتماعية، والسؤال المطروح هو كيف يتم تفسير العلاقات الاجتماعية بين الأشخاص حسب مبدأ التشابه والتوازن؟

أما الإجابة على هذا التساؤل حسب مبدأ نيوكمب فيكون بثلاث طرق وهي:

- 1- أن التفاعل ينشأ من التشابه الذي إن توافر يؤدي إلى علاقات اجتماعية متوازنة.
 - 2- إن الأشخاص المتشابهين يزود كل منهم الآخر بالإثابة أو المكافأة (العائد) التي تعزز التفاعل بينهما وتؤدي إلى التجاذب والتوازن.
 - 3- أن التشابه يؤدي إلى توقع التجاذب الذي ييسر عملية التفاعل والتواصل إلى علاقة اجتماعية ايجابية.
- وخلاصة الكلام، إن نمطا من العلاقة المتوازنة يسود بين شخصين متفاعلين عندما تتشابه اتجاهاتهما أو آراؤهما بالنسبة لشيء أو شخص أو موقف معين.
- وهكذا يستنتج نيوكمب أن عرى الصداقة والود والتجاذب تقوى بين الطرفين اللذين تربطهما مواقف واتجاهات أو أفكار أو آراء متشابهة نحو الأشخاص أو الأشياء أو المواقف والآراء ذات الاهتمام المشترك.¹

1- عبد الحافظ سلامة، علم النفس الاجتماعي، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، 2007، ص 101-103.

8-2-2- نظرية سامبسون:

يميل أو يتجه الفرد إلى تغيير أحكامه في المواقف غير المتوازنة التي يسودها التوتر، أكثر منه في المواقف المتوازنة، ويميل الأشخاص بصورة عامة إلى إصدار أحكام متشابهة لأحكام من يحبون، أو يألّفون، والمخالفة لأحكام من لا يحبون.

خلاصة رأي سامبسون:

يسعى المرء دائماً لإثبات صحة آرائه وأحكامه، ومعتقداته، ومواقفه الاجتماعية عن طريق تمثيلها عند أشخاص آخرين في مجتمعه، خاصة مما يميل إليهم بالنسبة لأشياء أو مواقف أو قيم معينة، ويطلق علماء النفس الاجتماعي على هذا النمط من السلوك عبارة المصادقة الراضائية.

8-2-3- نظرية سكر:

رد السلوكيون عملية التفاعل الاجتماعي بين الأفراد والجماعات على نظرية المؤثر والاستجابة والتعزيز التي يتزعمها العالم الأميركي سكر ويرى السلوكيون أن المخلوقات الاجتماعية ليست سلبية في تفاعلها بل أن لديهم المقدرة على الاستجابة للمؤثرات أو المنبهات التي يتلقونها خلال عملية التنشئة الاجتماعية القائمة على التفاعل والشخصية التي تكون وتتشكل للفرد أو الجماعة وهي نتيجة مباشرة لهذا التفاعل والتفاعل هنا يتمثل في الاستجابات المتبادلة بين الأفراد في وسط أو موقف اجتماعي بحيث يشكل سلوك الواحد مؤشراً أو منبهاً لسلوك الآخر وهكذا فكل فعل يؤدي إلى استجابة أو استجابات في إطار تبادل المنبهات والاستجابات .

استجابة - مثير - استجابة - مثير .

كما يرى سكنر أن الإنسان بطبيعته يميل إلى التكرار في السلوك أو الاستجابة التي تحقق له هدفا أو تلبي حاجة عنده إلى تكرارات الاستجابة التي تعزز ويلعب التعزيز دورا أساسيا في تنشيط عملية التفاعل الاجتماعي وتكوين الاتجاهات والعلاقات الاجتماعية.

كما يشير أصحاب هذه النظرية (جانبيه وسكنر) إلى أن عملية النماء الاجتماعي هي حصيلة تعلم أنماط السلوك المختلفة التي تم تعزيزها واستمر في تكرارها إلى أن أصبحت جزء من شخصية الفرد والجماعة وتتم عملية التفاعل على النحو التالي:

مثير - استجابة مع التعزيز.

شروط حدوث التفاعل الاجتماعي حسب وجهة نظر السلوكيين:

- 1- أن يكون التفاعل متبادلا أي أن تكون الاستجابات متبادلة.
- 2- توفر وسط أو موقف اجتماعي ليحدث في التفاعل.
- 3- توفر التعزيز لضمان تكرار الاستجابة الهادفة.
- 4- الدور والمركز.
- 5- التوقعات المشتركة والأهداف.
- 6- القيم الاجتماعية السائدة، وقواعد السلوك المتعارف عليها.
- 7- نظام التعزيز السائدة.
- 8- الخصائص الذاتية للمتفاعلين.
- 9- القرب والبعد ونمط التواصل السائد.
- 10- حصول عملية النماء الاجتماعي التي هي محصلة عملية التعلم لاختلاف أنماط السلوك.

8-2-4- نظرية بيلز:

إن هذه النظرية تقوم على تفسير وجهة نظر العالم الأمريكي روبرت بيلز حيث استطاع هذا العامل في علم الاجتماع، بسبب ما قام به من دراسات وما أجراه من أبحاث أن يتوصل إلى نظرية للتفاعل الاجتماعي تتضمن نطاقاً محدداً يساعد على دراسة أنماط ومراحل التفاعل الاجتماعي وتحليلها وتفسيرها، من أجل تحسين وضع هذا التفاعل وتطويره وإعادة تنظيمه، ليصبح أكثر قدرة على تحقيق غاياته.

ويستند نظام بيلز لتحليل التفاعل الاجتماعي إلى قائمة من الأنماط السلوكية (لفظية وغير لفظية) التي تستخدم أثناء عمليات التفاعل الاجتماعي التي تحدث بين الجماعات عند المناقشة أو أثناء البحث لحل مشكلاتها، لذا قام بيلز بعد ذلك بتوزيع أنماط التفاعل الاجتماعي التي توصل إليها إلى مراحل العمل الجماعي المختلفة بدء من مرحلة التعرف وانتهاء بمرحلة التكامل واستعادة التوازن.¹

ويقصد بالتفاعل الاجتماعي في إطار نظرية بيلز السلوك الظاهر للأفراد في موقف معين وفي إطار الجماعة الصغيرة، ويتكون الموقف من الأشخاص الذين يوجه إليهم السلوك مثل الذات والأفراد الآخرين، والعناصر المادية، أما الجماعة الصغيرة فتتكون من أي عدد من الأفراد يتفاعل بعضهم مع بعض وجهاً لوجه مرة واحدة أو عدد من المرات أو يعرف كل منهم الآخر بصورة متميزة ويستجيب له.

وقد قسم بيلز أنماط التفاعل الاجتماعي إلى 12 نمطاً وزعها على 6 مراحل تسير فيها عملية التفاعل الاجتماعي.

وقد حدد بيلز عوامل تؤثر في تفاعل الجماعة وحركتها نحو أهدافها وهذه العوامل هي:

1- عبد الحافظ سلامة، نفس المرجع، ص 101-103.

- 1- شخصيات الأفراد المتفاعلون وأدوارهم.
 - 2- الحقائق المشتركة بينهم التي تكون جزءا من الثقافة العامة التي يعيشون فيها والثقافة الخاصة التي ينتمون إليها.
 - 3- التنظيم العلائقي للجماعة، أي ما يتوقعه الأفراد بعضهم من بعض فيما يتصل بعلاقاتهم الاجتماعية.
 - 4- طبيعة المشكلة التي تواجهها الجماعة وما ينشأ عنها من أحداث تتغير وتتطور بتفاعل الجماعة.
- وتطرق نظرية بيلز إلى الأبعاد والمحاور التي يمكن على أساسها التمييز بين الأدوار المختلفة في نطاق عملية التفاعل الاجتماعي، وهذه المحاور تكون في مجملها ما يسمى البناء الجماعي أو البنية الاجتماعية للجماعة.¹

8-3/عمليات التفاعل الاجتماعي:

ينتج من خلال التفاعل الاجتماعي ما يطلق عليه عمليات التفاعل الاجتماعي والتي تشير إلى سلوك متداخل مع بعضه البعض الآخر في واقع المعاملات والتفاعلات الحياتية لأنها تعبر عن سلوك اجتماعي تكاملي وتمثل عمليات التفاعل الاجتماعي في التعاون والتنافس والصراع⁽²⁾

8-3-1/التعاون:

يعتبر التعاون احد المظاهر الايجابية للتفاعل الاجتماعي، والتعاون يطلق على أشكال العمل والتضافر بين الناس في سبيل تحقيق هدف مشترك ومن سمات المجتمع المتعاون أنه مستقر ومتوازن، كما تتاح له فرص النمو والتغيير والتقدم، على العكس من المجتمع المتصارع، ولهذا فإن التعاون ظاهرة اجتماعية صداها القيمي لدى التربويين وتقدم الأنشطة الرياضية ظروفًا

1- عبد الحافظ سلامة، نفس المرجع، ص101-103.

2- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، 1996، ص192

ثرية للغاية لتحقيق التعاون وإكسابه للممارسين ويظهر هذا من خلال العمليات التي تتم داخل المدرسة من أجل تنظم العلاقات الإنسانية وتنمية الشعور بالمسؤولية عند التلاميذ وتمكنهم من فهم أدوارهم ويتجلى ذلك في الألعاب الجماعية التي تقدم فرصاً طيبة لاكتساب التعاون حيث يلعب فيها أفراد الفريق دوراً مهماً في تنمية التعاون وتحقيقه⁽¹⁾.

8-3-2/ المنافسة:

هو مظهر اجتماعي طبيعي في المجتمع يتسم التنافس بنوع من الكفاح أو الحماس لتحقيق الهدف ويشترط أن يكون التنافس مشروعاً وشريفاً سواء من حيث الهدف أو الوسيلة⁽²⁾.
وتتحقق المنافسة عندما يكافح اثنان أو أكثر في سبيل شيء ما أو لتحقيق هدف، والتنافس له عدة مجالات ومستويات منها منافسة بين فرديين أو منافسة بين فريقين أو منافسة بين فرد ومستوى أو منافسة بين أكثر من فرد ضد بعض عناصر الطبيعة.
وتعتبر المنافسة الأساس المتين الذي تقوم عليه الرياضة فهي تستخدم لرفع المستوى الصحي ولإضفاء روح معنوية عالية للأفراد، ومن أجل التباهي والتفاخر والاعتزاز القومي وتتوقف درجة حدة المنافسة على ثلاثة عوامل هي: طبيعة المجتمع من حيث الميل للمنافسة الحوافز المقدرة للمنافسة استغلال المنافسة لرفع مستوى الأداء⁽³⁾.

8-3-3/ الصراع:

يمثل الصراع أقوى درجات التنافس وأشدّها عنفاً، والصراع هو عملية اجتماعية تحدث عن قصد وتعتمد بين فردين أو أكثر أو بين جماعتين أو طبقتين في المجتمع الواحد⁽⁴⁾.

¹ - أمين أنور الخولي، مرجع سابق، ص 199-200

² - صلاح فوال، مرجع سابق، ص 113

³ - أمين أنور الخولي، مرجع سابق، ص 193، 194

⁴ - حسين عبد الحليم، أحمد رشوان، مرجع سابق، ص 107

وفي هذا الصدد يقول الدكتور مظفر شريف «أن نجاح إحدى الجماعات يعني فشل الأخرى، وإذا كان ثمة مسافة اجتماعية بين الجماعات، فالعلاقة بين الأشخاص أو الجماعات في حالة الصراع تكون من أجل ارتقاء كل منها»⁽¹⁾، ولقد لعبت الرياضة وقيمتها أدورا نبيلة في تحقيق التوازن الاجتماعي عن طريق تخفيف حدة الصراع والتنافس الاجتماعي، حيث قدمت للإنسانية مجالا شريفا وإطار ساميا للتنافس والصراع وتعمل على وضع الضوابط الاجتماعية الخاص بها والتي يسهل نقلها لواقع السلوك الإنساني وعبر عمليات التنافس، وهذا من خلال تقديم أنشطة تنافسية تظهر من خلالها القيم.

8-3-4/ التكيف:

هو عملية اجتماعية مفادها أن يتكيف الإنسان بالبيئة التي يعيش فيها ويصبح قطعة منها وعنصرا منسجما مع عناصرها، فلا يشعر بوطأة نظامها ولا يضيق ذرعا بأوضاعها، بل تسهم هذه النظم والأوضاع في تكوينه وتصبح من أهم المقومات الشخصية لديه.

8-3-5/ التمثيل:

هو النتيجة التي تنتهي إليها عمليتا الصراع والتكيف وبمقتضى هذه العملية تتلاشى الاختلافات وتتوحد مواقف الأفراد وتحقق وحدتهم، أي بمقتضاها تصبح الجماعات غير المتماثلة متماثلة وتصبح الأهداف والأغراض والمصالح الذاتية بالنسبة للمجتمع، فيشتركون جميعا في مشاعر واحدة، وتجارب واحدة².

9/ دور النشاط البدني الترويحي في تنمية التفاعل الاجتماعي:

إن النشاط البدني الترويحي له عدة أهداف من جميع النواحي البدنية والحركية والعقلية والاجتماعية ويعتبر هذا النشاط فرصة لخلق جو التعاون وتوسيع العلاقات الاجتماعية بين

¹ - غريب سيد محمد ، مرجع سابق ، ص 180

² - محمد مصطفى زيدان، مرجع سابق، ص 85.

الطلبة، وإعطاء الفرصة للآخرين الذين لم يمارسوها خارج أوقات الفراغ، وبالتالي تسمح للطلاب بالاندماج بسهولة مع زملائه، ثم مع الجماعة بصفة عامة، وبالإضافة إلى تحقيق نموه الاجتماعي بصفة خاصة.

ويعتبر كذلك النشاط البدني الترويحي أسلوب اجتماعي اتصالي بين الطلبة، فمن خلال ألوان النشاطات المختلفة وخاصة التي تتم في الجماعات الصغيرة يكتسب الطالب مهارات التواصل الاجتماعي ويتفهم مسالة الأدوار، ومن خلال مشاركة الطالب مع زملائه في النشاط الترويحي يتعلم القيم الاجتماعية المقبولة ويفهم معنى الأخذ والعطاء واحترام الملكية الخاصة، ويتخلى تدريجيا عن أنانيته ويتكيف مع بيئته فيتمثل لمعاييرها الأخلاقية والاجتماعية.

ويمنح الطالب القدرة العالية على النمو الاجتماعي وتهذيب سلوكه وبناء اتجاهاته الاجتماعية، كما يزرع فيه الشعور والإحساس الحقيقي بالمسؤولية الاجتماعية وروح التعاون والوحدة والترابط والتفاعل الاجتماعي، والتي تعمل على تعزيز مكانته الاجتماعية بالنسبة للمجتمع.

والنشاط البدني الترويحي له عدة أدوار أساسية وهي كما يلي: (1)

- يتيح النشاط البدني الترويحي الفرصة للجماعة لتكوين علاقات طيبة مع الجماعات الأخرى من خلال الأنشطة الترويحية التي تقيمها هذه الجماعات فتتعرف كل جماعة على الأخرى ويتسع نطاق العلاقات الاجتماعية داخل الجماعة وخارجها، أي أن النشاط البدني الترويحي يساعد على تنمية التفاعل الاجتماعي الذي يعتبر دعامة من دعائم الخدمة الاجتماعية.

¹ - محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة القاهرة 1965، ص 23

- النشاط البدني الترويحي يكسب الطلبة العادات الصحية الملائمة، ويعدل من العادات الخاطئة، فيعودهم على النظافة والابتعاد عن العادات الضارة كالتدخين وغيره، واستغلال وقت الفراغ.

- يتيح النشاط البدني الترويحي الفرصة لكي يعبروا عن أنفسهم بالحرية المطلقة أثناء ممارسة النشاطات الترويحية الرياضية المختلفة، فنلاحظ أنه عندما يكون نوع النشاط الترويحي مناسباً للجماعة من مختلف الجوانب، فإن الطلبة يقبلون على ممارسته للحماس مما يجعلهم ينطلقون في تصرفاتهم فيعبر كل واحد منهم عن نفسه تعبيراً جزئياً.

من كل هذا فإن النشاط البدني الترويحي بمختلف برامجهِ وفعاليته يسهم إسهاماً كبيراً في بناء وتقوية وتطوير التفاعل الاجتماعي والقضاء على الفوارق الاجتماعية وتوطيد الروابط والتكيف الاجتماعي بين أفراد المجتمع مما يولد فيهم دوافع قوية للتماسك الاجتماعي.

خلاصة:

إن المجتمع عبارة عن شبكة من العلاقات تظهر من خلال عمليات التفاعل الاجتماعي كالتنافس والتعاون والصراع والتمثيل، وهذا لإحداث التوازن والاستقرار في المجتمع من خلال تبادل الأدوار بين أفرادها ، لكن مع الحفاظ على المبادئ المتعارف عليها داخل الجماعة الواحدة مهما كان نوعها وكذلك السعي لتحقيق أهداف معينة، ومهما اختلفت البيئة التي توجد فيها الجماعة فإنها تظل محافظة على خصائصها التي تميزها كوجود أفراد ينتمون إليها تجمعهم علاقات تأخذ أشكالا متعددة من التفاعل في الوسط التربوي الذي يحدث من خلال ممارسة النشاط البدني والرياضي.

1- الدراسة الاستطلاعية : لقد قمنا بدراسة استطلاعية على مستوى متوسطتي (البابطين و الزهراء) حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من تلاميذ الطور المتوسط ، و قد تم الخروج ببعض الملاحظات التي تخص اسئلة من الاستبيان.

2- المنهج المتبع

من اجل تحليل ودراسة المشكلة التي طرحناها، واستجابة الطبيعة الموضوع الذي اقترحناه اعتمدنا على المنهج الوصفي لإجراء هذا البحث الميداني والذي يتطابق مع مثل هذه البحوث ونأتي بذكر أحد التعاريف الخاص به كما يلي:

" يعرف المنهج الوصفي في مجال التربية والتعليم بأنه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من التعليمية أو النفسية، كما هي قائمة من الحاضر يقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها، أو بينها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية ".

" عملية تحليلية لقضايا حيوية بواسطة الوقوف على الظروف المحيطة بموضوع الدراسة " .
" فهو طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة " .

وبناء على ذلك ارتأينا إن المنهج الوصفي هو المنهج المناسب لطبيعة هذا الموضوع الذي ندرسه بحثنا هذا، ويتم ذلك عن طريق جمع البيانات ووصف الظروف ثم تنظم البيانات وتستخرج الانتاجات والاقتراحات.

3- الحدود المكانية والزمانية:

3-1- المكان الجغرافي:

لقد ارتأينا في بحثنا هذا إلى إجراء الدراسة الميدانية على مستوى متوسطتي (البابطين، الزهراء).

3-2 - المجال الزمني

لقد تم ابتداء البحث منذ أوائل شهر مارس عن طريق البحث في الجانب النظري أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد تم توزيع الاستمارات على تلاميذ الطور المتوسط خلال الفترة الممتدة ما بين 25 جانفي 2018 إلى غاية 15 فيفري 2018.

4-متغيرات البحث

انطلاقا من فرضيات البحث تبين لنا جليا أن هناك متغيرين اثنان أحديهما منتقل والآخر تابع هما كما يلي:

4-1-المتغير المستقل:

هو عبارة عن المتغير الذي يفترض الباحث انه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة ودراسة قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

- تحديد المتغير المستقل (النشاط الترويحي).

4-2- المتغير التابع:

- هو الذي تتوقف قيمته على قيم المتغير المستقل، أي نتائج إحداث أي تعديل في المتغير المنتقل تظهر في المتغير التابع.

- تحديد المتغير التابع (التفاعل الاجتماعي).

5-مجتمع البحث:

من الناحية الاصطلاحية هو " تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى ".

ويطبق المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على انه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو سمات قابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي، ولذا فقد اعتمدنا في بحثنا وارتأينا أن يكون مجتمع البحث خاص بتلاميذ الطور المتوسط بالأغواط.

6-عينة البحث:

العينة هي " مجتمع الدراسة الذي نجمع منه البيانات الميدانية ، وتعتبر جزء من الكل بمعنى انه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجري عليها الدراسة فهي جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله ، ووحدات العينة قد تكون أشخاصا كما تكون أحياء أو شوارع أو مدن أو غير ذلك " وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني وبالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية تكون هي " أشخاص " والعينة هي المجموعة الفرعية من عناصر المجتمع بحث معين وفي بحثنا شملت جزءا من مجتمع دراسة على تلاميذ الطور المتوسط حيث تم اختيار العينة القصدية لتعميم النتائج ، واشتملت على 80 تلميذ للإجابة على التساؤلات وقد بلغت 50 بالمائة من مجتمع البحث الأصلي.

7-الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث:

لإضفاء الموضوعية والدقة اللازمة لأي دراسة علمية لابد من استعمال بعض الأدوات العلمية والوسائل التقنية التي بواسطتها يصل الباحث إلى كشف النقاب على الظاهرة محل الاهتمام والدراسة، وقد استخدمنا في دراستنا هذه أداة من أدوات ألا وهو الاستبيان.

"أداة من أدوات الحصول على الحقائق والبيانات والمعلومات فيتم جمع هذه البيانات من خلال وضع استمارة الأسئلة"، ومن بين مزايا هذه الطريقة أنها اقتصاد في الجهد والوقت كما أنهما تسهم في الحصول على بيانات من العينات في أقل وقت بتوفير شروط التقنين من صدق وثبات وموضوعية. (1)

وقد اعتمدنا في بحثنا على استمارة من الاستبيان الأولى موجهة إلى تلاميذ الطور المتوسط وكانت طريقة طرح الأسئلة بأسلوب بسيط يتسنى فهمه بسهولة ووضوح ويشمل الاستبيان على:

- الأسئلة المغلقة: هي الأسئلة التي يعد دنفها الباحث إجابته مسبقا وغالبا ما تكون بـ «دائما»، «أحيانا»، «أبدا».

8- الطريقة الإحصائية:

بعد جمع الاستثمارات الخاصة بتلاميذ الطور المتوسط نقوم بتفريغ وفرز الاستبيانات وتتم هذه العملية بحساب عدد تكرارات الأجوبة على شكل سؤال وبعدها يتم حساب النسب المئوية بالطريقة التالية: ¹

$$س = \frac{100 \times \text{العدد}}{\text{المجموع العام العينة}}$$

X : النسبة المئوية

ع: عدد الإجابات " التكرارات "

س: عدد أفراد العينة

(1) حسين أحمد الشافعي وآخرون: "مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية"، منشئة المعارف، الإسكندرية، ص (203-205)

(2) فريد كامل أبو زينة وآخرون: "منهاج البحث العلمي"، الكتاب الثاني الإحصاء في البحث العلمي، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن، 2006، ص (68)

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

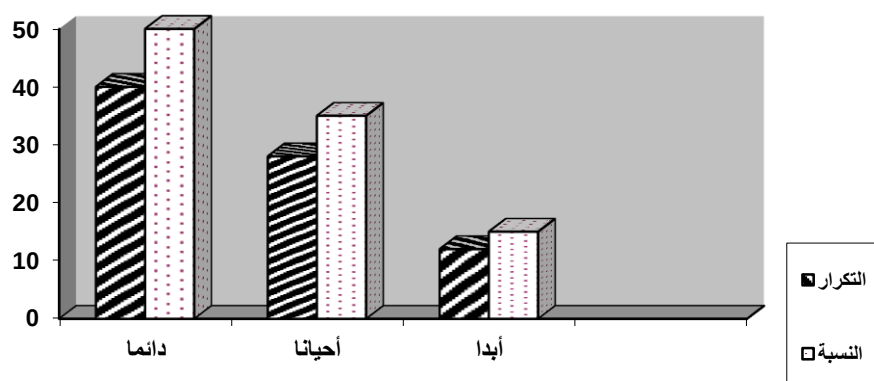
المحور الأول: التعاون

السؤال الأول: أثناء اللعب هل تتق في نفسك؟

الغرض منه: معرفة مدى شعور التلميذ بثقة في النفس أثناء ممارسة النشاط الترويحي.

الجدول رقم (1): يوضح شعور التلميذ بثقة في النفس أثناء ممارسة النشاط الترويحي

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	40	50%
أحيانا	28	35%
أبدا	12	15%
المجموع	80	100%



الشكل رقم (01): يوضح ثقة تلميذ الطور المتوسط في نفسه أثناء ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن نسبة 50% من التلاميذ لديهم ثقة في النفس أثناء ممارسة النشاط الترويحي، أما نسبة 35% أحيانا ما يثقون بأنفسهم خلال ممارسة النشاط الترويحي، أما ما نسبته 15% لا يثقون في أنفسهم خلال ممارسة النشاط الترويحي.

تحليل النتائج:

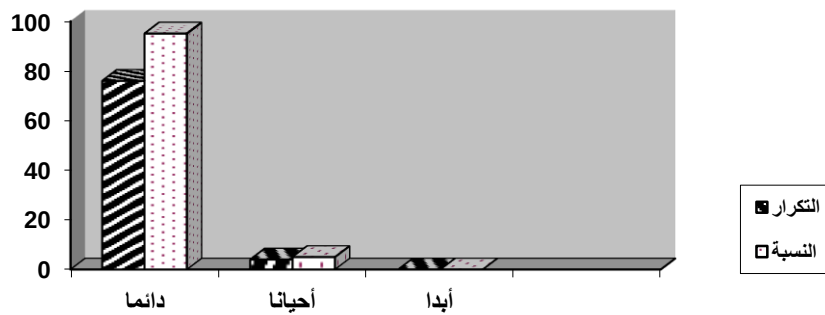
يمكننا من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه أن نقول بأن غالبية التلاميذ يرون أن النشاط الترويحي يساهم في دفع التلميذ في بناء الثقة النفسية.

السؤال الثاني: تتمتع بروح الرياضية أثناء اللعب

الغرض منه: معرفة ما إذا كان التلاميذ يتمتعون بروح رياضية أثناء أدائهم للنشاط البدني الترويحي.

الجدول رقم (02): يوضح مدى تمتع التلاميذ بالروح الرياضية أثناء اللعب

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	76	95 %
أحيانا	4	5 %
أبدا	0	0 %
المجموع	80	100 %



الشكل رقم (02): يوضح تمتع تلاميذ الطور المتوسط بالروح الرياضية اللعب

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

نلاحظ من الجدول أعلاه أن النسبة الكبرى من التلاميذ يتمتعون بروح رياضية أثناء المنافسة والتي تمثل النسبة 95 % في حين 5 % من التلاميذ يقولون انهم يتمتعون بروح رياضية في بعض الأحيان فقط، بينما النسبة معدومة التي تنفي ذلك.

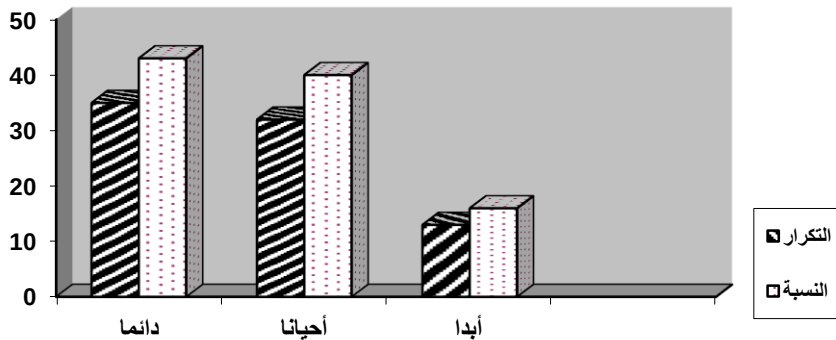
تحليل النتائج:

من خلال النتائج يتبين لنا التأثير الايجابي للنشاط الترويحي للتلميذ من خلال التحلي بالروح الرياضية، وهذا دلالة على ما أسفرت عليه النتائج الجدول على النسبة المعدومة التي تنفي على عدم تمتع اللاعبين بروح رياضية.

السؤال الثالث: يساعد النشاط البدني الترويحي على خلق صداقات جديدة بين التلاميذ؟
الغرض منه: معرفة الدور الذي يلعبه النشاط الترويحي في خلق صداقة ومحبة بين التلاميذ.

الجدول رقم (3): يوضح الدور الذي يلعبه النشاط البدني الترويحي في خلق الصداقة والمحبة بين التلاميذ.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	35	43%
أحيانا	32	40%
أبدا	13	16%
المجموع	80	100%



الشكل رقم (03): يوضح الذي يلعبه النشاط الترويحي في خلق الصداقة والمحبة بين تلاميذ الطور المتوسط.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة 43% من التلاميذ النشاط البدني الترويحي دور إيجابي في خلق صداقة جديدة بين التلاميذ أما نسبة 40% ترى في بعض الأحيان في خلق صداقات جديدة بينما النسبة 16% ترى غير ذلك.

تحليل النتائج:

من خلال النتائج المعروضة في الجدول أعلاه يظهر لنا أن للنشاط الترويحي دور إيجابي في خلق صداقة جديدة بين التلاميذ وهذا ما يرجع رغبة التلاميذ في ممارسته.

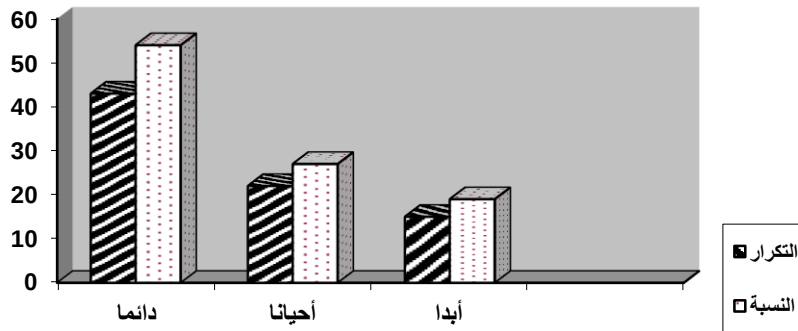
السؤال الرابع: يساهم النشاط الترويحي في خلق علاقات اجتماعية بين التلاميذ؟

الغرض منه: طرح هذا السؤال بغرض معرفة إذا كانت ممارسة النشاط الترويحي انه يساهم في خلق علاقات اجتماعية وطيدة بين التلاميذ.

الجدول رقم (4): يوضح مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق علاقات

اجتماعية بين التلاميذ.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	43	% 54
أحيانا	22	% 27
أبدا	15	% 19
المجموع	80	% 100



الشكل رقم (04): يوضح مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق علاقات اجتماعية بين تلاميذ الطور المتوسط

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض نتائج الجدول:

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة 54% من التلاميذ يرون ان النشاط البدني الترويحي دور إيجابي في خلق علاقات اجتماعية بينهم جديدة، بينما ان ما نسبة 27% ترى في بعض الأحيان في خلق علاقات اجتماعية بينهم، بينما النسبة 19% ترى غير ذلك.

تحليل النتائج:

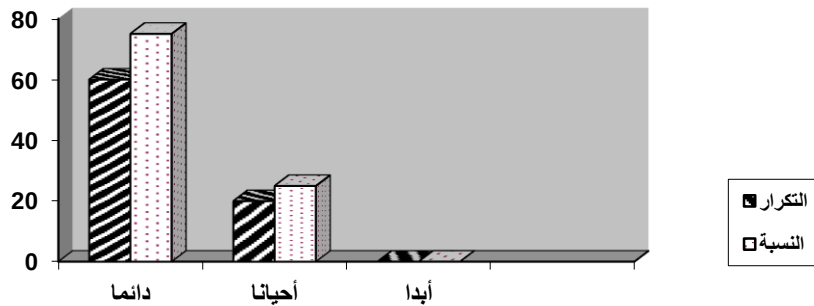
عند تحليلنا لهذا الجدول يظهر جليا أن هناك إجماعا كليا من طرف التلاميذ على أهمية النشاط الترويحي في وقت الفراغ على أن هذه العلاقة تجلب من خلال ظهور تضامن بين التلاميذ وأيضا من خلال التخلص من الأنانية وكذا تقديم المساعدة لبعضهم البعض أثناء اللعب.

السؤال الخامس: هذه العلاقة الاجتماعية تنمي روح التعاون داخل المجموعة؟

الغرض منه: معرفة العلاقات الاجتماعية وأثرها في تنمية روح التعاون.

الجدول رقم (5): يوضح العلاقات الاجتماعية وأثرها في تنمية روح التعاون

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	60	75 %
أحيانا	20	25 %
أبدا	0	0 %
المجموع	80	100 %



الشكل رقم (05): يوضح تنمية روح التعاون بين تلاميذ الطور المتوسط

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض نتائج:

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن النسبة 75% من التلاميذ يرون أن من أثر العلاقات الاجتماعية داخل المجموعة روح التعاون، أما مانسبته 25% يرون انه في بعض الاحيان فقط، أما النسبة المتبقية فتتفي ذلك تماما.

تحليل النتائج:

عند تحليلنا لهذا الجدول يظهر جليا أن هناك إجماعا كليا من طرف التلاميذ أن العلاقة الاجتماعية دائما تنمي وتطور روح التعاون بين أعضاء الجماعة وهذا ما أسفرت عليه نتائج الجدول وذلك بنسبة 100%.

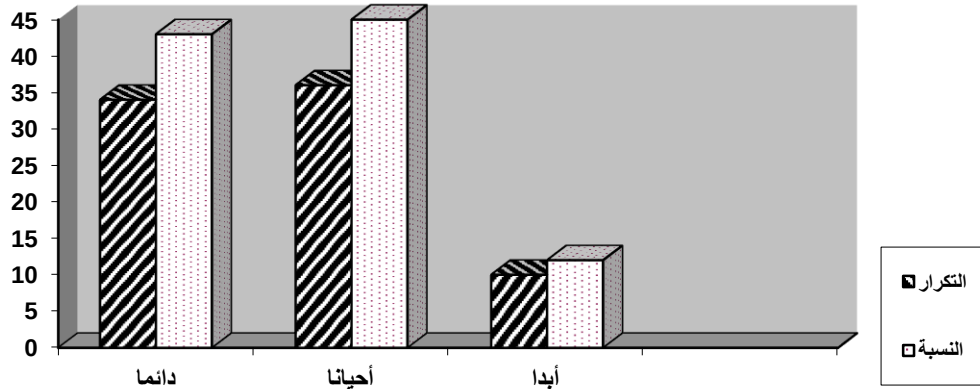
السؤال السادس: لممارسة الأنشطة الترويحية دور فعال في دعم التعاون بين التلاميذ الطور المتوسط؟

الغرض منه: معرفة دور النشاط الترويحي في دعم التعاون.

الجدول رقم (6): يبين الدور الهام الذي يقدمه النشاط البدني الترويحي في دعم التعاون

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	34	43%
أحيانا	36	45%
أبدا	10	12%
المجموع	80	100 %

عرض وتحليل ومناقشة النتائج



الشكل رقم (06): يوضح الدور الهام الذي يقدمه النشاط الترويحي في دعم التعاون بين تلاميذ الطور المتوسط

عرض نتائج: من خلال ما تبين لنا من الجدول رقم (6):

نجد أن ما نسبته 45% من التلاميذ يقرون بأن في بعض الاحيان فقط تكون للنشاط البدني الترويحي دور فعال في دعم التعاون بين التلاميذ

أما ما نسبة (43%) من التلاميذ يرون ان للنشاط البدني الترويحي دور فعال في دعم التعاون بين التلاميذ.

اما نسبة (12%) من التلاميذ يقرون بان ليس للنشاط البدني الترويحي دور فعال في دعم التعاون بين التلاميذ اثناء الممارسة.

تحليل النتائج:

من خلال ما تبين من تحليلنا للجدول تبين لنا انه هناك دور هام يقدمه النشاط البدني الترويحي في دعم التعاون بين التلاميذ خلال ممارسة النشاط الترويحي.

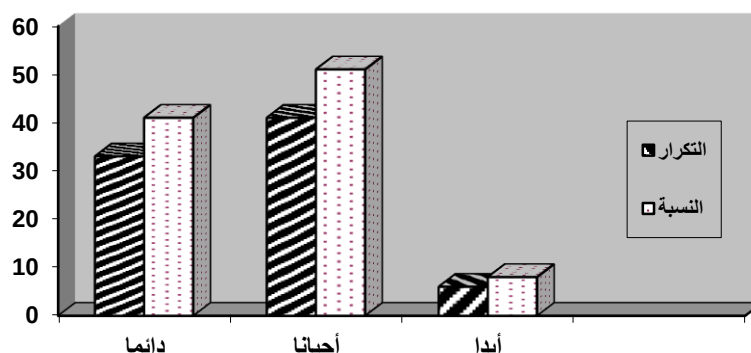
السؤال السابع: تتبادل النصائح انت وزملائك اثناء اللعب؟

الغرض منه: معرفة حجم التبادل بين التلاميذ والتواصل بينهم.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الجدول رقم (7): يبين حجم تبادل النصائح بين التلاميذ والتواصل بينهم اثناء ممارسة النشاط الترويحي.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	33	41%
أحيانا	41	51%
أبدا	06	8%
المجموع	80	100 %



الشكل رقم (07): يوضح حجم تبادل النصائح بين تلاميذ الطور المتوسط اثناء ممارسة النشاط الترويحي

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 51% من التلاميذ احيانا ما يقدمون النصائح لزملائهم، أما نسبة 41% من التلاميذ يقدمون النصائح لزملائهم في حين النسبة 8% تنفي ذلك.

تحليل النتائج:

من خلال الجدول الموضح أعلاه يتبين لنا أن للنشاط البدني الترويحي دورا فعالا في ظهور نوع من المساعدة والتفاعل بين التلاميذ والارشاد والنصائح وتصحيح الاخطاء وهذا تشير

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

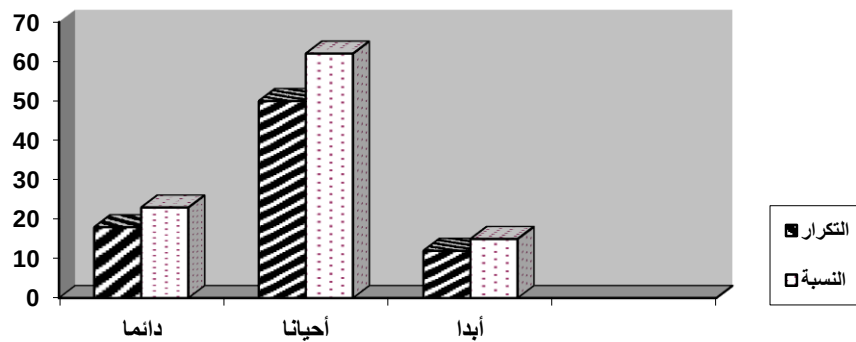
إليه البيانات الموجودة في الجدول وذلك ما تبنيه النسبة الموجودة في الجدول مما يخلق جوا من التعاون بينهم.

السؤال الثامن: في رأيك هل ممارسة النشاط الترويحي في وقت الفراغ يعتبر وسيلة اتصال بينك وبين زملائك في الدراسة او خارجها؟

الغرض منه: معرفة تواصل التلاميذ ببعضهم البعض في وقت الفراغ من خلال النشاط الترويحي.

الجدول رقم (8): يبين حجم التواصل بين التلاميذ في وقت الفراغ اثناء ممارسة النشاط الترويحي

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	18	23%
أحيانا	50	62%
أبدا	12	15%
المجموع	80	100%



الشكل رقم (08): يوضح حجم تواصل تلاميذ الطور المتوسط فيما بينهم اثناء ممارسة النشاط الترويحي

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 62% من التلاميذ احيانا ما يقومون بالتواصل فيما بينهم أما ما نسبته 23% من التلاميذ دائما ما يقومون بالتواصل فيما بينهم، اما نسبته 15% لا يتصلون ببعضهم البعض.

تحليل النتائج:

من خلال الجدول الموضح أعلاه يتبين لنا أن للنشاط البدني الترويحي دورا فعالا في ظهور عملية التواصل بين التلاميذ والاتصال والتفاعل بينهم وهذا ما تشير إليه البيانات الموجودة في الجدول وذلك ما تبينه النسبة الموجودة في الجدول.

استنتاج المحور الأول:

من خلال عرض النتائج للمحور الأول الذي يخدم لنا الفرضية الاولى والتي صيغة بأن للنشاط البدني الترويحي دور في تنمية روح التعاون، الأثر وحدة وتماسك التلاميذ وتنمية العلاقات الاجتماعية داخل المجموعة وكانت الأسئلة قد جاءت من العام إلى الخاص ويظهر ذلك من خلال الاستبيان الموجه لتلاميذ وكان عنوان المحور الاول دور النشاط البدني الترويحي في تنمية روح التعاون ومن النتائج المحصل عليها من خلال الجداول ما يلي:

أن النشاط البدني الترويحي يجعل التلاميذ يتشوقون لممارسته وتولد الإرادة والمثابرة في العمل كما ظهر لنا انهم يتبادلون النصائح فيما بينهم من أجل الوصول إلى الهدف المسطر، وهذا ما يتضح لنا من صحة الفرضية الاولى.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

المحور الثاني: الصراع

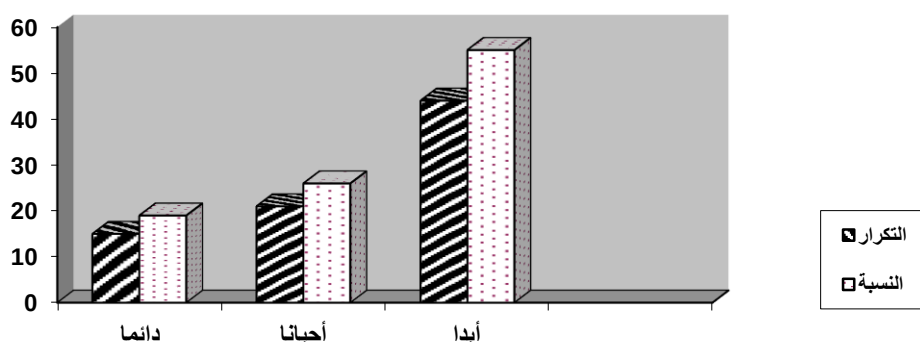
نص الفرضية: دور النشاط الترويحي في تجنب الصراع؟

السؤال التاسع: تعترض عن قرارات زملائك أثناء اللعب؟

الغرض منه: مدى اعتراض التلميذ لزملائه على اللعب أثناء ممارسة النشاط الترويحي.

الجدول رقم (9): يبين مدى اعتراض التلميذ لزملائه للعب خلال ممارسة النشاط الترويحي

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	15	19%
أحيانا	21	26%
أبدا	44	55%
المجموع	80	100%



الشكل رقم (09): يوضح مدى اعتراض تلاميذ الطور المتوسط خلال ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 55% التلاميذ من لا يعترضون أثناء اللعب لزملائهم أما

نسبة 26% من التلاميذ يعارضون أحيانا على قرارات اللعب لزملائهم، أما ما نسبته 19%

يعترضون على ذلك.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تحليل النتائج:

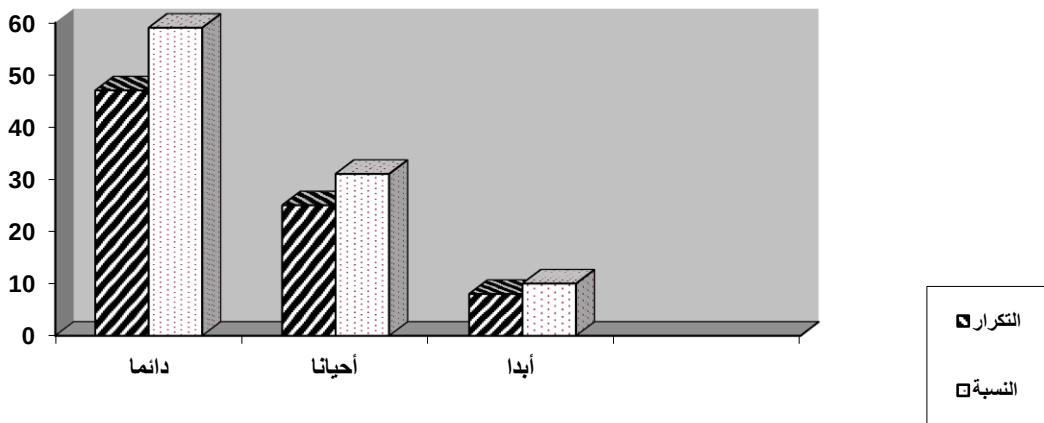
من خلال الجدول الموضح أعلاه يتضح لنا ان غالبية التلاميذ لا يعترضون على عن قرارات اللعب خلال ممارسة النشاط الترويحي.

السؤال العاشر: إذا ارتكبت خطأ وتكون غير موفق هل تعتذر من زملائك

الغرض منه: مدى اعتذار التلميذ من زملائه عند ارتكابه للأخطاء خلال ممارسة النشاط الترويحي.

الجدول رقم (10): مدى اعتذار التلميذ من زملائه عند ارتكابه الاخطاء خلال ممارسة النشاط الترويحي.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائماً	47	59%
أحياناً	25	31%
أبداً	08	10%
المجموع	80	100 %



الشكل رقم (10): يوضح مدى اعتذار تلاميذ الطور المتوسط من زملائهم خلال ممارسة النشاط الترويحي.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 59% من التلاميذ يعتذرون من زملائهم عند ارتكابهم الأخطاء. أما نسبة 31% من التلاميذ أحيانا ما يعتذرون من زملائهم عند ارتكابهم الأخطاء، أما نسبته 10% ترى عكس ذلك أي لا يعتذرون من زملائهم.

تحليل النتائج:

من خلال الجدول الموضح أعلاه يتضح لنا ان غالبية التلاميذ يرون بأنهم إذا ارتكبوا خطأ أو يكونون غير موفقين في اللعب يتقبلون ذلك ويعتذرون من زملائهم وهي دلالة على انهم على انهم يتحملون مسؤولية الأخطاء الذين يقعون فيها

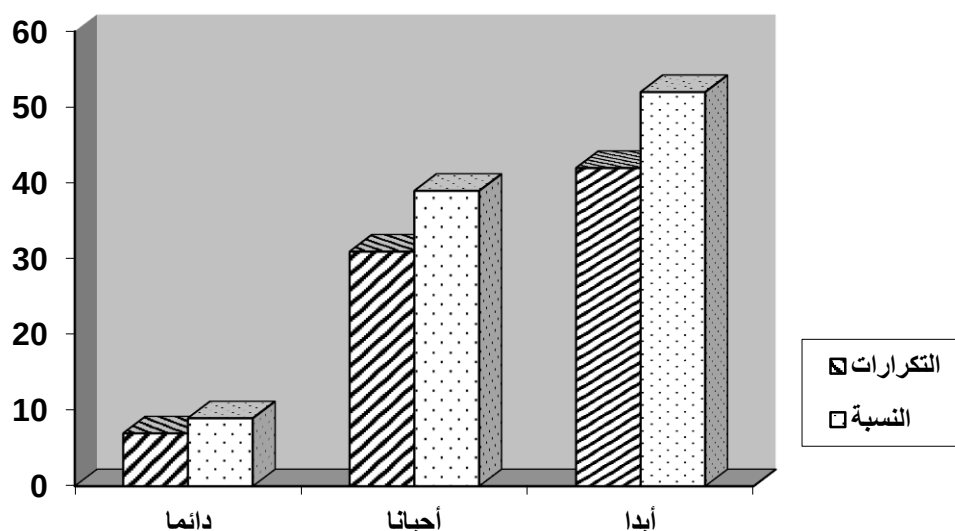
السؤال الحادي عشر: تتجاهل زميل لا تفضله في مجموعتك أو فريقك؟

الغرض منه: مدى تفضيل التلميذ لزملائه في الفريق

الجدول رقم (11): يوضح مدى تفضيل التلميذ لزملائه في الفري

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	07	09%
أحيانا	31	39%
أبدا	42	52%
المجموع	80	100 %

عرض وتحليل ومناقشة النتائج



الشكل رقم (11): يوضح مدى تفضيل تلميذ الطور المتوسط لزملائه أثناء اللعب.

عرض النتائج:

من خلال النتائج المتحصل عليها نلاحظ أن نسبة 52% من التلاميذ لا يتجاهلون زميلا في الفريق أثناء اللعب، بينما نسبة 39% يتجاهلون زميلا أحيانا، أما النسبة المقدرة بـ 09% يرون أنهم يتجاهلون زميلا لا يفصلونه في فريقهم.

تحليل النتائج:

يبين لنا الجدول أن اللاعب في بداية ارتباطه بالآخرين أنه لا يتجاهل زميلا على الآخر وذلك ما أسفرت عليه النتائج المقدرة بنسبة 52% أما النسبة المتبقية فكانت الإجابة بأحيان وذلك بنسبة 31% والنسبة الأخيرة فكانت قليلة ويرجع ذلك إلى حب النفس والاستحواذ على الأشياء وهذا نوع من الصفات الأنانية.

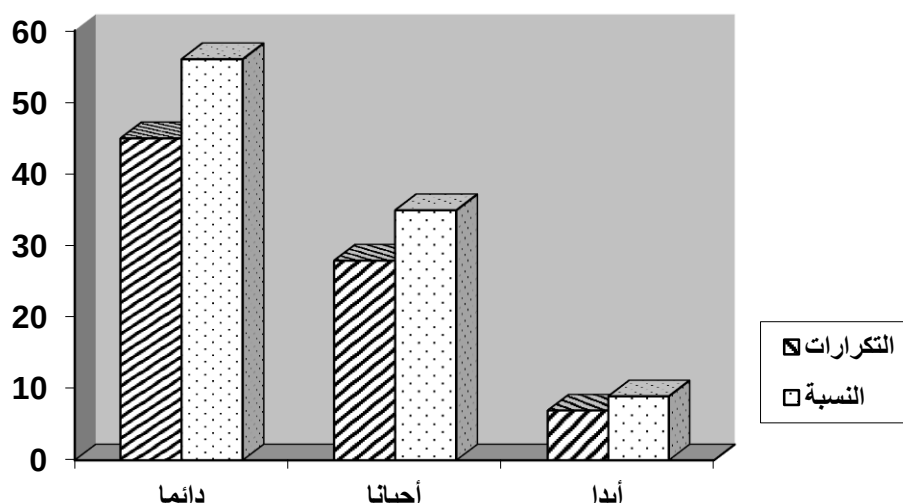
السؤال الثاني عشر: أثناء اللعب هل تتجنب زملائك الصراعات؟

الغرض منه: معرفة مدى تمتع التلاميذ بالروح الرياضية وذلك من خلال تجنب الصراعات.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الجدول رقم (12): يوضح مدى تجنب التلاميذ النزاع والصراع أثناء اللعب

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	45	56%
أحيانا	28	35%
أبدا	07	09%
المجموع	80	100%



الشكل رقم (12): يوضح مدى تجنب تلاميذ الطور المتوسط للصراع أثناء اللعب ضد بعضهم البعض.

عرض النتائج:

من خلال النتائج المحصل عليها نلاحظ أن نسبة 56% من اللاعبين يتجنبون الصراعات مع زملائهم، بينما نسبة 35% من اللاعبين يتجنبون في بعض الأحيان، أما النسبة الأخيرة فهم لا يتجنبون زملائهم وقدرت النسبة بـ 09%.

تحليل النتائج:

يبين لنا الجدول أن معظم اللاعبين يجتنبون الصراعات مع زملائهم أثناء اللعب وذلك ما أسفرت عليها النتائج المتحصل عليها وذلك بنسبة 56%.

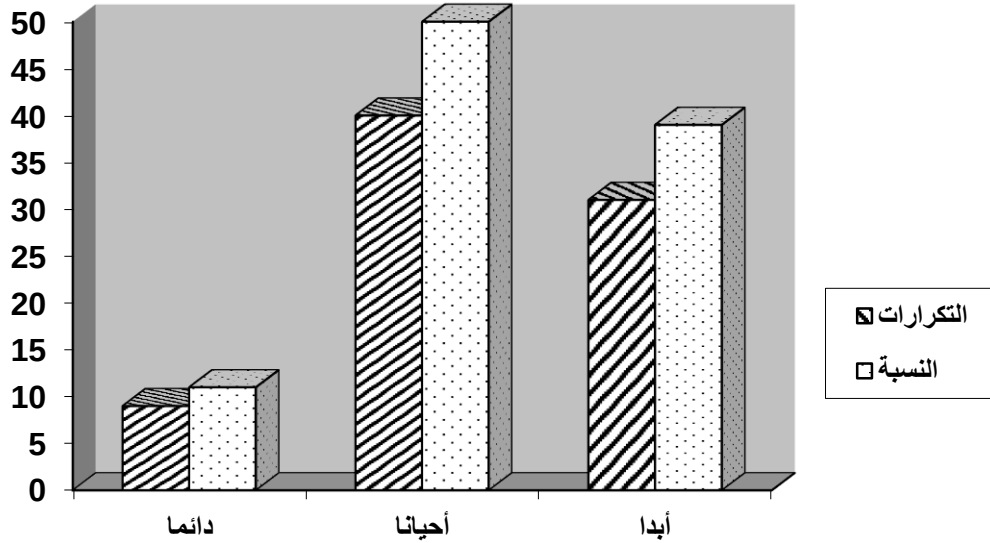
عرض وتحليل ومناقشة النتائج

السؤال الثالث عشر: تشعر بالغضب أثناء اللعب؟

الغرض منه: معرفة مدى انفعال التلاميذ أثناء اللعب.

الجدول رقم (13): يوضح مدى انفعال التلميذ أثناء اللعب

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	09	11%
أحيانا	40	50%
أبدا	31	39%
المجموع	80	100%



الشكل رقم (13): يوضح مدى انفعال تلاميذ الطور المتوسط أثناء اللعب

عرض النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 50% يقولون إنهم أحيانا ما يشعرون بالغضب أثناء

اللعب ونسبة 39% لا يشعرون بالغضب أثناء اللعب، ونسبة 11% دائما يشعرون بالغضب أثناء اللعب.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تحليل النتائج:

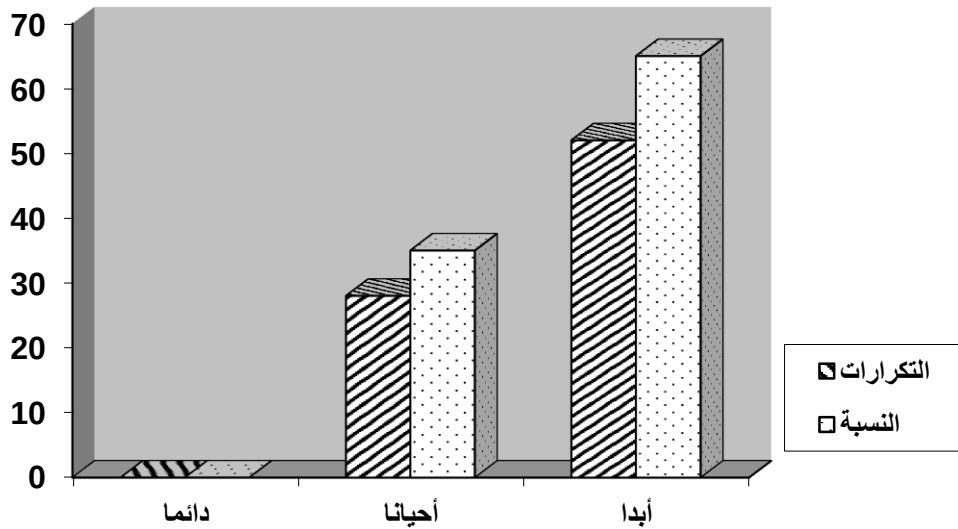
من خلال عرض النتائج نلاحظ أن أغلب التلاميذ لا يهتمون بمشاعر الغضب أثناء اللعب، هذا يدل أن ممارسة النشاط الترويحي تجنب الانفعال والغضب رغم أننا نجد أن في هذه المواقف يثور لأتفه الأسباب.

السؤال الرابع عشر: تخشى عدم رضى الآخرين عن أدائك أثناء اللعب؟

الغرض منه: مدى تأثير عدم رضى زملاء عن اداء زميلهم.

الجدول رقم (14): يوضح مدى تأثير التلميذ من قرارات زملاء

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	0	%0
أحيانا	28	%35
أبدا	52	%65
المجموع	80	% 100



الشكل رقم (14): يوضح مدى تأثير تلميذ الطور المتوسط من قرارات زملائه

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال النتائج لمدونة في الجدول نلاحظ أن نسبة 65% من اللاعبين المستجوبين أنهم لا يخشون عدم رضا الآخرين عن أدائهم، ونسبة 35 % يرون أنهم في بعض الأحيان يخشون عدم رضا الآخرين أما النسبة الثالثة والمقدرة بـ 0 % يرون أنهم دائما يخشون عدم رضا الآخرين عن أدائهم.

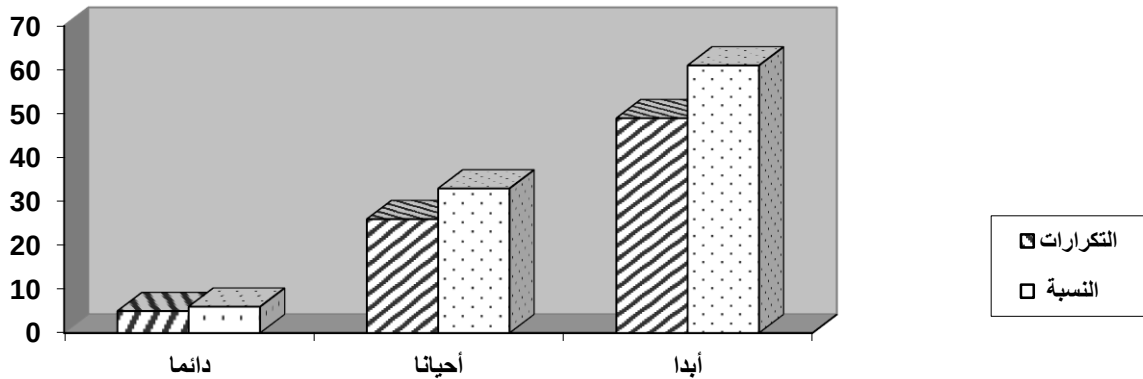
تحليل النتائج: من خلال النتائج المحصلة عليها نلاحظ أن أغلب التلاميذ لا يخشون عدم رضا الآخرين عن أدائهم أثناء اللعب وهذا راجع للدور التي النشاط الترويحي يتمييز بالشجاعة والرزانة وزيادة الثقة بالنفس للتلاميذ.

السؤال الخامس عشر: تستعمل الخشونة ضد اصدقائك اثناء اللعب؟

الغرض منه: استعمال التلميذ الخشونة ضد زملائه اثناء اللعب.

الجدول رقم (15): يبين استعمال التلميذ الخشونة ضد زملائه اثناء اللعب.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	05	06%
أحيانا	26	33%
أبدا	49	61%
المجموع	80	100 %



الشكل رقم (15): يوضح استعمال تلميذ الطور المتوسط للخشونة اثناء اللعب

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 61% من التلاميذ لا يستعملون الخشونة اثناء اللعب، اما نسبة 33% من التلاميذ فإنهم أحيانا ما يستعملون الخشونة، أما نسبته 06% ترى عكس ذلك أي انهم يستعملون الخشونة اثناء اللعب.

تحليل النتائج:

من خلال الجدول الموضح أعلاه يتضح لنا ان معظم التلاميذ لا يستعملون الخشونة ضد بعضهم خلال اللعب.

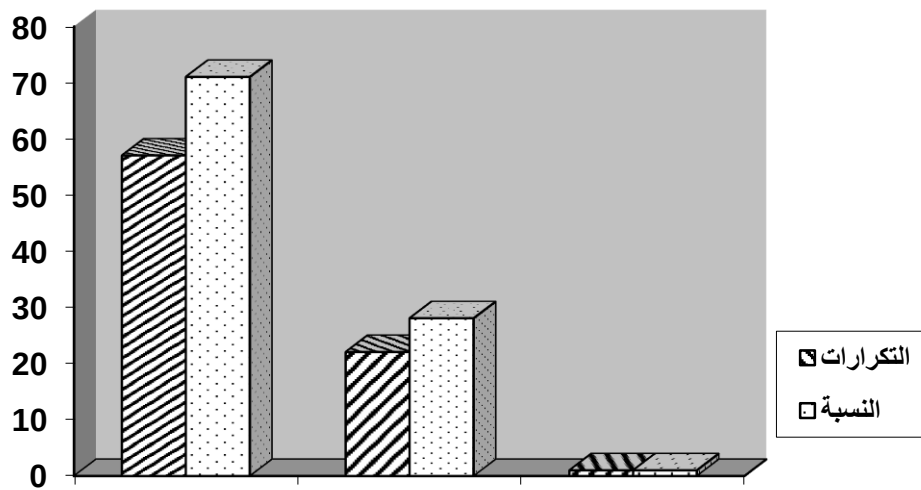
السؤال السادس عشر: تلاحظ بأن النشاط البدني الترويحي يمتص الطاقة الزائدة للتلاميذ ويخفف من حدته الانفعالية خلال ممارسته له؟

الغرض منه: معرفة الدور الحقيقي للنشاط الترويحي إذا ما كان يمتص الطاقة الزائدة للتلميذ ويخفف من حدته الانفعالية.

الجدول رقم (16): معرفة الدور الحقيقي للنشاط الترويحي إذا ما كان يمتص الطاقة الزائدة للتلميذ ويخفف من حدته الانفعالية.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	57	71%
أحيانا	22	28%
أبدا	1	01%
المجموع	80	100 %

عرض وتحليل ومناقشة النتائج



الشكل رقم (16): يوضح الدور الحقيقي للنشاط الترويحي في امتصاص الطاقة الزائدة لتلميذ الطور المتوسط و التخفيف من حدة انفعاله

- عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 71% من التلاميذ بان النشاط البدني الترويحي يساهم بشكل كبير في امتصاص الطاقة الزائدة، اما ما نسبته 22% من التلاميذ فإنهم يرون في بعض الاحيان مساهمته في ذلك، أما ما نسبته 1% ترى عكس ذلك أي انه لا يساهم في تنميتها.

تحليل النتائج:

ومن هذا كله نستنتج أن للنشاط البدني الرياضي الترويحي أهمية بالغة في امتصاص الطاقة الزائدة للطالب وإشباع رغباته وميوله.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

استنتاج المحور الثاني:

من خلال عرض لنتائج المحور الثاني الذي يخدم لنا الفرضية الثانية والتي صيغة بان للنشاط البدني الترويحي دور في تجنب الصراع لدى التلاميذ، الأثر على نمتع التلاميذ بالروح الرياضية وتجاوز الصراعات واللعب الايجابي والتمتع بالصفات الجيدة التي تحفزه على تجنب الصراع وهذا ما يتضح لنا في الأسئلة المطروحة على التلاميذ.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها في الجداول التالية نستنتج ما يلي:

إن للنشاط البدني التلاميذ الترويحي يساعد على خلق الاندماج الاجتماعي والمنافسة الشريفة واللعب الايجابي والقدرة على التحكم في الانفعالات السلبية وعدم الشعور بالغضب والتفاعل الايجابي من اجل تحقيق الأهداف المرجوة من خلال تأثير سلوك الفرد عند بلوغ العملية المتفاعلة.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

المحور الثالث: التنافس

نص الفرضية: هل للنشاط البدني الترويحي دور في تنمية التنافس بين التلاميذ؟

السؤال السابع عشر: تقومون بإجراء أنشطة ترويحية تبعث على التنافس بينكم

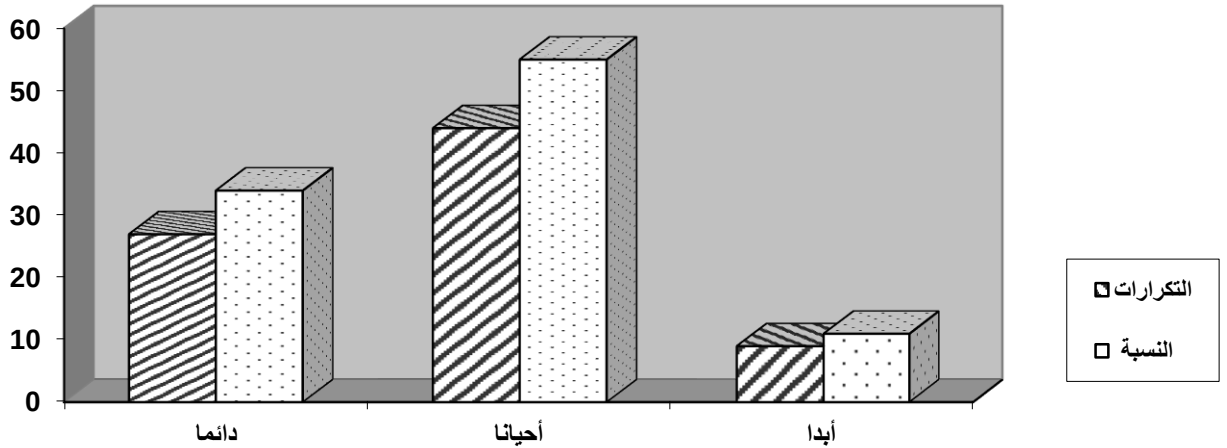
الغرض منه: هو معرفة اهتمام التلاميذ بالقيام بأنشطة ترويحية ترفيهية تبعث على التنافس

بينهم.

الجدول رقم (17): يبين معرفة اهتمام التلاميذ بالقيام بأنشطة ترويحية ترفيهية تبعث على

التنافس بينهم

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	27	34%
أحيانا	44	55%
أبدا	09	11%
المجموع	80	100 %



الشكل رقم (17): يوضح مدى اهتمام تلاميذ الطور المتوسط بالقيام بالانشطة التي الترويحية التي تبعث على التنافس بينهم

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

- عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 55% من التلاميذ فأنتهم يرون أحياناً ما يقومون بهذه الأنشطة التنافسية، أما نسبة 34% من التلاميذ أحياناً ما يقومون بأنشطة تنافسية فيما بينهم أثناء قيامهم بالأنشطة الرياضية الترويحية، أما ما نسبته 9% فإنهم لا يجرون أنشطة تنافسية خلال ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية فيما بينهم فكانت نسبتهم قليلة.

تحليل النتائج:

يتضح لنا من خلال الجدول ان غالبية التلاميذ أحياناً ما يقومون بالأنشطة التي تبعث وتخلق روح التنافسية بينهم ومنها الوصول الى تحقيق نتائج ايجابية.

السؤال الثامن عشر: ترى التنافس مع الآخرين صفة اجتماعية؟

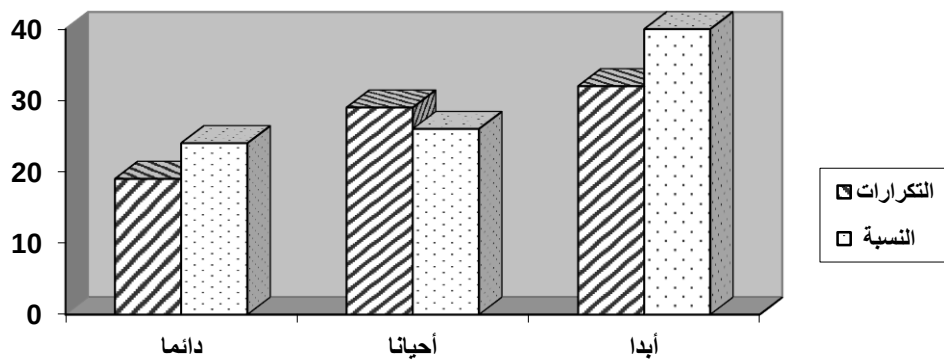
الغرض منه: معرفة إذا ما كان التنافس أثناء النشاط الترويحي ينمي الصفات الاجتماعية كروح التعاون.

الجدول رقم (18): يوضح مدى رؤية التلاميذ على أن التنافس مع الآخرين صفة

اجتماعية

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائماً	19	24%
أحياناً	29	26%
أبداً	32	40%
المجموع	80	100 %

عرض وتحليل ومناقشة النتائج



الشكل رقم (18): يوضح مدى رؤية تلاميذ الطور المتوسط على قيمة التنافس مع الآخرين على انه صفة اجتماعية

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 40% من المستجوبين لا يرون أن التنافس مع الآخرين يحقق صفة اجتماعية، ونسبة 26% من التلاميذ في بعض الأحيان يرون ذلك، أما ما نسبته 24% يرون أن التنافس مع الآخرين يحقق صفة اجتماعية.

تحليل النتائج:

من خلال النتائج، المعروضة في الجدول أعلاه يظهر كليا أن تنافس التلاميذ أثناء ممارسة النشاط الترويحي لا ينمي الصفات الاجتماعية وهذا ما أثبت عليها النتائج الجدول بنسبة 40%.

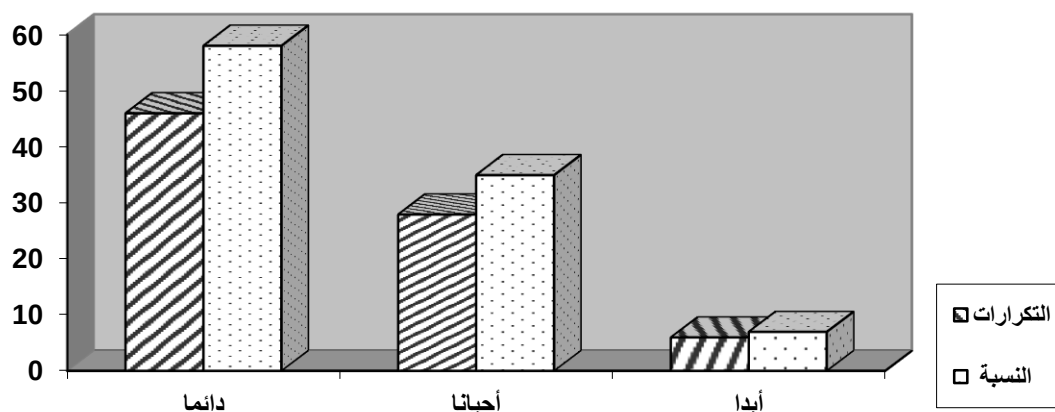
السؤال التاسع عشر: تنافس زميلك أثناء ممارسة النشاط الترويحي؟

الغرض منه: معرفة تنافس التلاميذ لبعضهم أثناء النشاط الترويحي.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

الجدول رقم (19): يوضح تنافس التلاميذ لبعضهم البعض اثناء النشاط الترويحي

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	46	%58
أحيانا	27	%34
أبدا	07	%08
المجموع	80	% 100



الشكل رقم (19): يوضح تنافس تلاميذ الطور المتوسط لبعضهم البعض اثناء ممارسة النشاط الترويحي

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 58% من المستجوبين يرون أنه دائماً يتنافسون فيما بينهم الآخرين، أما ما نسبته 34% من التلاميذ يرون انهم في بعض الأحيان يتنافسون فيما بينهم، بينما النسبة المتبقية والتي نسبته 8% فقد أبانت على مدى نفي ذلك.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تحليل النتائج:

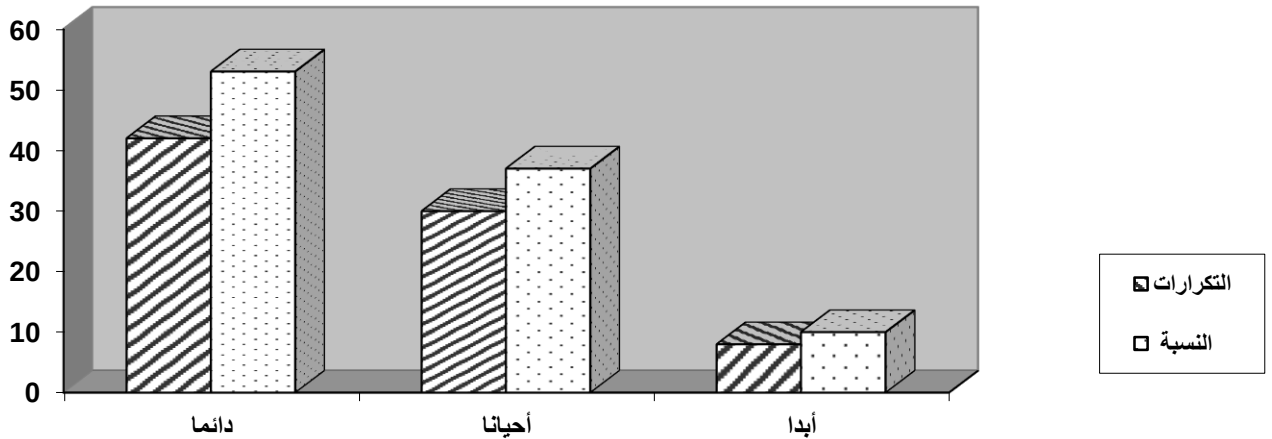
من خلال النتائج، المعروضة في الجدول أعلاه يظهر كليا أن تنافس التلاميذ لبعضهم البعض أثناء ممارسة النشاط الترويحي وهذا ما يدل على ان ممارسة النشاط الترويحي يساعد على خلق التنافسية بينهم ونشر الوعي بالقبول التنافس على انه تنافس شريف وعدم خروجه عن الحدود.

السؤال العشرون: من اسباب التنافس هو النشاط الترويحي؟

الغرض منه: روح التنافس هي نتيجة لممارسة النشاط الترويحي.

الجدول رقم (20): يبين روح التنافس هي نتيجة لممارسة النشاط الترويحي.

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	42	%53
أحيانا	30	%37
أبدا	08	%10
المجموع	80	% 100



الشكل رقم (20): يوضح نتيجة روح التنافس الذي هو نتيجة النشاط الترويحي

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 53% من الاجوبة يرون أنه من اهم اسباب التنافس هو النشاط الترويحي لما فيها من العاب مختلفة تعمل على تنمية روح التنافس، أما ما نسبته 37% من التلاميذ يرون انهم في بعض الأحيان ما يكون النشاط الترويحي في التنافس، بينما النسبة المتبقية والتي نسبتها 10% فقد رأت عكس ذلك.

تحليل النتائج:

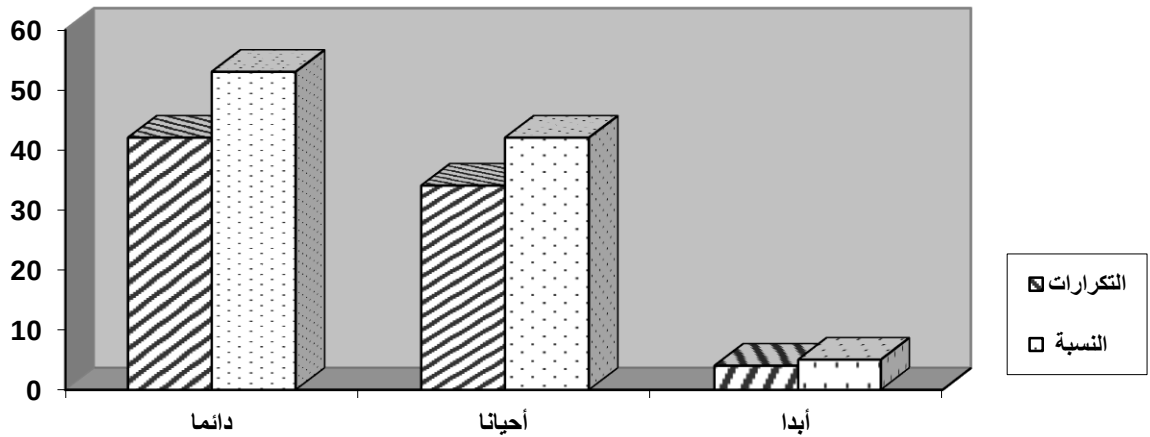
ومنه نستنتج من خلال ما تم دراسته ان غالبية التلاميذ يرون ان النشاط الترويحي له دور في التحفيز وسبب التنافسية بين التلاميذ.

السؤال الواحد والعشرون: تحقيق الفوز يسبب التنافسية والنشاط الترويحي؟

الغرض منه: معرفة ان التنافسية هي التي تحقق الفوز وفرض السيطرة.

الجدول رقم (21): يبين الغرض من التنافسية

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	42	53%
أحيانا	34	42%
أبدا	04	05%
المجموع	80	100 %



الشكل رقم (21): يوضح الغرض من التنافسية بين تلاميذ الطور المتوسط

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 53% من التلاميذ يرون أنه نسبة كبيرة من الاجابات كانت تدل على ان تحقيق الفوز يزيد من التنافسية بين التلاميذ، اما ما نسبته 42% من التلاميذ يرون انهم في بعض الأحيان ما يحقق التنافسية بين التلاميذ، بينما النسبة الاقل والمتبقية ترى عكس ذلك أي ان تحقيق الفوز لا يزيد من التنافسية بين التلاميذ اثناء النشاط الترويحي فقد بلغت نسبته 05%

تحليل النتائج:

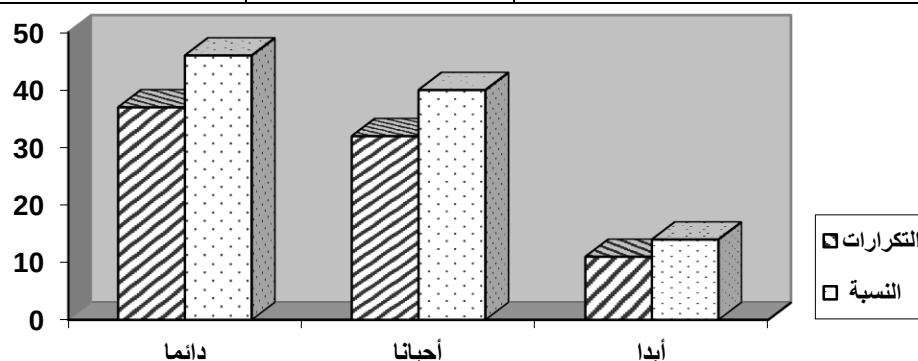
ومنه نخرج بالاستنتاج التالي يمكننا اعتبار الفوز أحد اهم اسباب تحقيق التنافس بين التلاميذ وذلك من خلال النشاط الرياضي الترويحي.

السؤال الثاني والعشرون: ترى نفسك تنافسي خلال ممارستك النشاط الترويحي؟

الغرض منه: معرفة مدى تنافسية كل تلميذ خلال ممارسة النشاط الترويحي.

الجدول رقم (22): يبين تنافسية كل تلميذ مع زميله خلال النشاط الترويحي

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	37	46%
أحيانا	32	40%
أبدا	11	14%
المجموع	80	100 %



الشكل رقم (22): يوضح تنافسية كل تلميذ مع زميله اثناء النشاط الترويحي

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 46% من اجوبة التلاميذ يرون أنهم تنافسيون من خلال النشاط فيما بينهم، أما نسبته 40% من التلاميذ يرون انهم احيانا ما يكونون تنافسيون بين التلاميذ اثناء قيامهم بالنشاط الترويحي، وبنسبة اقل من التلاميذ يرون عكس ذلك أي ان تحقيق الفوز لا يزيد التنافسية بين التلاميذ اثناء ممارسة النشاط الترويحي 14%.

تحليل النتائج:

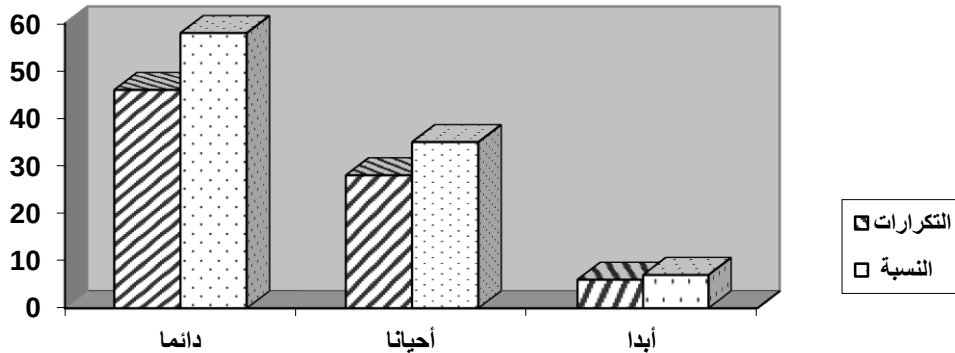
نرى من خلال النتائج المتحصل عنها ان نسبة كبيرة من التلاميذ يرون أنفسهم من النوع التنافسي وهذا ما ترجمته هذه النسب المئوية.

السؤال الثالث والعشرون: يساهم النشاط البدني الترويحي في خلق روح التنافس بين التلاميذ؟

الغرض منه: مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في خلق روح التنافس بين التلاميذ.

الجدول رقم (23): يبين خلق روح التنافس بين التلاميذ أثناء ممارسة النشاط الترويحي

الاختيارات	التكرارات	النسبة
دائما	46	58%
أحيانا	28	35%
أبدا	06	07%
المجموع	80	100%



الشكل رقم (23): يبين خلق روح التنافس بين تلاميذ الطور المتوسط اثناء ممارسة النشاط الترويحي

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج:

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 58% من أجوبة التلاميذ يرون أن النشاط الترويحي يساهم في خلق روح التنافس بين التلاميذ فيما بينهم، أما نسبته 35% من التلاميذ يرون أنه أحياناً ما يساهم النشاط التلاميذ الترويحي في خلق روح التنافس، وبنسبة قليلة من التلاميذ يرون أن النشاط الترويحي لا يساهم في خلق روح التنافس فيما بينهم حيث كانت نسبتهم قليلة بنسبة 07%.

تحليل النتائج:

نستنتج من هذه النسب المئوية أن الأنشطة الترويحية تساهم في خلق التنافس بين التلاميذ.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

استنتاج المحور الثالث:

من خلال عرض النتائج للمحور الثالث الذي يخدم لنا الفرضية الثالثة والتي صيغة بأن للنشاط البدني الترويحي دور في تنمية روح التنافس، الأثر على تمتع التلاميذ بالشجاعة والشعور بالثقة النفس والتمتع بهذه الصفات، وكان عنوان المحور دور النشاط البدني الترويحي في تنمية روح التنافس، وهذا ما يتضح لنا في الأسئلة المطروحة لتلاميذ.

ومن خلال النتائج المحصل عليها في الجدول نستنتج ما يلي:

أن ممارسة الرياضي الترويحي يساعد على خلق الاندماج الاجتماعي واحترام قرارات الزملاء أثناء اللعب، وشعور بثقة النفس والقدرة على التأقلم مع الجماعة أو المجموعة، كما تساهم في التحكم في الانفعالات السلبية وعدم الشعور بالغضب.

ومن هنا نستنتج صحة الفرضية الثالثة.

الاستنتاج العام

إن الهدف الذي نريد الوصول إليه هو معرفة ما إذا كان للنشاط البدني الترويحي له دور في تنمية روح التعاون وبهذا يتم ظهور تماسك الجماعة والاندماج الاجتماعي من أجل الوصول إلى تمتع بروح الرياضية، واتضح من خلال نتائج الاستبيان أهمية ومكانة النشاط البدني الترويحي في تحقيق جملة من الأهداف التي تسعى إليها، وذلك انطلاقاً من التأثير على التلاميذ من جميع الجوانب: وخاصة المجال الاجتماعي العاطفي.

واستنتجنا كذلك من عملية التحليل أهمية النشاط البدني الترويحي على الجانب الاجتماعي العاطفي ودوره في تحقيق أهداف هذا المجال، باستخدام النشاط البدني الترويحي وكذلك ظهور روح الجماعة والتحلي بالروح الرياضية واحترام القانون والغير وظهور الاندماج الاجتماعي وشعور بثقة النفس والتحكم في الانفعالات وضبطها، وهذه الصفات كلها تنمي روح التعاون واكتساب وشعور بالمسؤولية وهذا ما يثبت صحة الفرضيات الثلاثة:

- للنشاط البدني الترويحي دور في تنمية روح التعاون.

- للنشاط البدني الترويحي دور في تجنب الصراع.

- للنشاط البدني الترويحي دور في تنمية روح التنافس.

إن النشاط البدني الترويحي يعد أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان وأكثر فعالية وتنظيماً لما يعيه من أدوار هامة ومميزة في حياة الفرد عبر حضاراته المتعاقبة فهو الوسيلة المثلى لخلق علاقة إيجابية بين الأطراف المشاركة فيه، التلاميذ فيما بينهم أو الأفراد.

وقد تطرقنا في دراستنا المتواضعة هذه إلى العلاقة الموجودة من خلال ممارسة النشاط البدني الترويحي في تنمية بعض الجوانب الاجتماعية.

من الناحية النفسية الاجتماعية ، حيث احتل الترويح مكانة مهمة في أراء الفلاسفة والكتاب والباحثين من علماء النفس والتربية منذ أقدم العصور ، كما يساهم النشاط البدني الترويحي على الجوانب النفسية والاجتماعية وإمكانية الاندماج الاجتماعي ، و التوافق النفسي وبالإضافة إلى تطوير القدرات العقلية والانفعالية لدى الفرد ، كما يساعد كثيرا على تنشئته اجتماعيا وازترانه عاطفيا واجتماعيا ، وانفعاليا ، كما يساعد أيضا النشاط البدني الترويحي على تواصل التلاميذ مع بعضهم البعض من خلال تبادل الآراء والحديث المتواصل الذي ينشأ بسبب التفاعل المشترك بين التلاميذ الممارسين للنشاط الترويحي ، وهو يمنحهم فرصا ثرية ومواقف حياتية طبيعية تعمل كنماذج مثلى في تكوين الشخصية السوية من خلال العلاقات المتبادلة والمشاركة والتعاون والمناقشة والتشاور والتنافس والحوار مع الزملاء ، والاشتراك في اتخاذ القرارات الجماعية ، وتقبل رأي الغير واحترامه حتى أن كان مغايرا للآراء الشخصية .

وهكذا نجد أن للنشاط البدني الترويحي قيمة اجتماعية وانفعالية ولغوية لدى التلاميذ، وبعد أن تحققت الأهداف المرجوة من دراستنا فلا يسعنا القول بان نعتبر تلك التغيرات الطارئة على جميع نواحي التلميذ الجسمية، والعقلية والنفسية والانفعالية وغيرها فاعامل الأساسي لممارسة النشاط البدني الترويحي التلاميذ هذا الأخير من تفريغ مكبوتاتهم الانفعالية والتعبير عن مشاعرهم، كما نلح أن يكون للنشاط البدني الترويحي دور فعال في تكوين وخلق العلاقات الاجتماعية، وتنمي الجوانب الشخصية لدى التلميذ.

وفي الأخير نسأل الله تعالى صاحب المنة والفضل العظيم الذي تترجي عنده كل عظيم والرحيم الذي فياضات رحمته أوسع مما رجونا والذي يعلم أننا اهتدنا قدر ما استطعنا فأصبنا وأخطأنا وما من خطأ في هذا البحث إلا من الشيطان، وما من صواب إلا ثمره رضاه عنا، أسأله تعالى أن بنور لنا كل طريق نسعى فيه لطلب العلم خالصا لوجه الكريم وإن يمني لنا درب الخير أينما وجد بنوره الذي أشرقت له الظلمات، وفرجت به الكريات، انه ولي ذلك والأقدر، والحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- (1) إبراهيم رحمة: تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني والرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1، عمان، الأردن، 1998.
- (2) أحمد عبد الله أحمد العالي: الشباب والفراغ، منشورات دار السلاسل، ط1، الكويت، 1985.
- (3) أحمد زكي بدوي: معجم علوم اجتماعية، مكتبة لبنان، 1997.
- (4) إسماعيل القرة غولي، مروان عبد المجيد إبراهيم: التربية الترويحية أوقات الفراغ، ط1، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2001.
- (5) أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضي، دار الفكر، القاهرة، ط2، 1972م.
- (6) أمين الخولي، كمال درويش: الترويح وأوقات الفراغ، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة 2001 .
- (7) بشير صالح الرشدي: مناهج البحث التربوي، ط1، كلية التربية، جامعة الكويت، 2000م.
- (8) بوفلجة غابات وآخرون: قراءات في طرائق التدريس والانعكاسات النفسية لطرق التدريس 1993.
- (9) تشارلز بيوتشر: ترجمة حسن معوض وكمال صالح، أسس التربية البدنية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر، 1964.
- (10) حسن منصور، محمد مصطفى زيدان: سيكولوجية الإدارة المدرسية والإشراف الفني التربوي.
- (11) حسن علاوي: الاحتراف للاعب والمدرّب الرياضي، ط1، 1998.
- (12) د. بن نعمان حسين أحمد الشافعي، ورضوان أحمد مرسل: "مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية"؛ منشأة المعارف، الإسكندرية: بدون سنة.

قائمة المراجع

- 13) حسن مصطفى وآخرون: مسائل واتجاهات في شؤون المعلمين، المكتبة الأنجلو المصرية، مصر، بدون سنة.
- 14) حاتم إسماعيل: استراتيجية مواجهة الضغوط النفسية، ط1، القاهرة، مصر، 2005.
- 15) دويدار عبد الفتاح محمد: الطب النفسي وعلم النفس المرضي الإكلينيكي، دار النهضة العربية، بيروت. لبنان، ط1، 1994.
- 16) رشيد زرواتي: "مناهج البحث العلمي في العلوم الاجتماعية"؛ ط1، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر: 2007.
- 17) رونية أوبير: التربية العلمية، ترجمة عبد الله الدايم، ط4، دار المعارف، مصر، 1979.
- 18) السيد شخص عبد العزيز: قاموس التربية الخاصة، جامعة الملك سعود، الرياض، السعودية، 1998.
- 19) شتا السيد علي: المدرس في مجتمع المستقبل، مطبعة الإشعاع الفني، القاهرة، مصر، 1999.
- 20) صالح عبد العزيز: التربية وطرق التدريس، ط1، دار المعارف، مصر، 1982.
- 21) صالح عبد العزيز: التربية الحديثة (مادتها، مبادئها، تطبيقاتها العملية)، دار المعارف، مصر، 1969.
- 22) صالح عبد العزيز، عبد العزيز عبد المجيد: التربية البدنية وطرق التدريس، 1993.
- 23) طه عبد الرحيم طه: مدخل إلى الترويح، ط1، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر، 2006.
- 24) عبد الحفيظ مقدم: المديرون، مركز البحث العلمي والتقني، الجزائر، 1997.

قائمة المراجع

- (25) عبد الرحمان محمد العيسوي: العلاج النفسي، دار النهضة، بيروت- لبنان، 1999.
- (26) عبد الرحمان محمد العيسوي: اضطرابات الشيخوخة وعلاجها، دار النهضة، بيروت، 1998م
- (27) عبد الستار إبراهيم: الاكتئاب، اضطراب العصر الحديث اساليب علاجه، سلسلة عالم المعرفة، الكويت، العدد 293، 1998.
- (28) عطيات محمد خطاب: أوقات الفراغ والترويح، ط3، دار المعارف، القاهرة، 1982.
- (29) عبد المالك الناشف: المجلة العربية للتربية، ط1، اليونسكو، 1993.
- (30) عبد المنعم حنفي: موسوعة الطب النفسي، مكتبة مدبولي، المجلد الأول، ط1، 1992.
- (31) علي عساكر: ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث، الكويت، 2000.
- (32) فاخر عاقل: علم النفس التربوي، ط11، دار العلم للملايين، بيروت، لبنان، 1985.
- (33) فاروق السيد عثمان: القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 2001.
- (34) فينكس: ترجمة محمد بيب النجيجي، فلسفة التربية، دار النهضة العربية، مصر، 1995.
- (35) كمال درويش محمد الحماحي: رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، ط1، مركز الكتاب للنشر، حلوان، مصر، 2004.

قائمة المراجع

- (36) ليستر سميث: التعليم بحث تمهيدي، ترجمة رمزي مفتاح، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، 1963.
- (37) المنجد في اللغة والآداب والعلوم، المطبعة الكاثوليكية، بيروت، لبنان، 2001.
- (38) المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، ندوة المسؤولين عن التعليم العالي والمتوسط في الوطن العربي، تونس، 1985.
- (39) النابلسي محمد أحمد: الصدمة النفسية وعلم النفس الحروب والكوارث، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان، ط1، 1991، ص98.
- (40) الزين عباس عمارة: أصول علم النفس البشرية، دار الثقافة، بيروت، لبنان، 1987.
- (41) محمد رفعت: أصول الترويح وأوقات الفراغ، ط1، دار الفكر للطباعة، مصر، 1997.
- (42) محمد علي حافظ، عدلي سليمان رياض: الترويح وخدمة الجماعة، القاهرة الحديثة، مصر، 1961.
- (43) محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط1، دار المعارف، القاهرة، مصر، 1975.
- (44) محمد السيد الوكيل: الترويح في المجتمع الإسلامي، حلقة بحث في المجتمع الإسلامي، ط2، الرئاسة العامة لرعاية الشباب، الرياض، المملكة العربية السعودية، 1983.
- (45) محمد علي محمد: وقت الفراغ في المجتمع الحديث، دار النهضة العربية، 1985.
- (46) محمد الحجار: الطب السلوكي المعاصر، دار العلم للملايين، بيروت، لبنان، 1989.

قائمة المراجع

- 47) محمد عطية الأبرشي: التربية و التعليم، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر، 1993.
- 48) محمد نسجات: كيف تكون معلما ناجحا للتربية الرياضية، مكتبة العلم والإيمان، جامعة المنصورة، 1999.
- 49) محمد شفيق زكي: السلوك الإنساني، مدخل الى علم الاجتماع، ط1، الشركة المتحدة للطباعة والنشر، مصر، 1997.
- 50) محمد خليفة بركات: علم النفس التعليمي، ط3، الجزء1، دار القلم، الكويت، 1979.
- 51) محمود طافش: كيف تكون معلما مبدعا، دار جبهة النشر للتوزيع، عمان، الأردن، ط1، 2005.
- 52) محمود فتحي عكاشة: علم النفس الاجتماعي، مطبعة الاجتماعي، القاهرة، مصر، 1997.
- 53) منى حداد: أبنائنا بين وسائل الإعلام وأخلاق الإسلام، ط3، مؤسسة الرسالة، بيروت، لبنان.
- 54) وزارة التربية الوطنية، منهاج التربية البدنية والرياضية للتعليم المتوسط، مطبعة الديوان الوطني، الجزائر، 2006.
- المواقع الالكترونية:**
- 1) أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، المجلس الوطني الثقافي للأدب والفنون، الكويت، 1996.
- 2) أسامة راتب، رياضة المشي، مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية، دار الفكر العربي.

قائمة المراجع

- (3) إحسان محمد الحسن، علم الاجتماع الرياضي، الطبعة 01، دار وائل للنشر، عمان، الأردن 2005.
- (4) أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، سلسلة عالم المعرفة، الكويت.
- (5) برداني وآخرون، نظرة المجتمع وتأثيرها على التربية البدنية والرياضية، مذكرة ليسانس، سنة 1995.
- (6) بدور المطوع، سهير بدير، تربية البدنية مناهجها وطرق تدريسها، مركز الكتاب للنشر، ط2، القاهرة 2006.
- (7) بوخريسة بوبكر، المفاهيم والعمليات الأساسية في علم النفس الاجتماعي، منشورات جامعة باجي مختار عنابة 2006.
- (8) تشارلز بيوكر: أسس التربية البدنية، الترجمة حسن كمال، القاهرة 1964.
- (9) حمدي محمد، تاريخ النشاطات البدنية والرياضية، محاضرة، معهد التربية والرياضية بدالي إبراهيم، جامعة الجزائر سنة 1988.
- (10) حسن احمد الشافعي. المسؤولية في المنافسة الرياضية، منشأة المعارف الإسكندرية سنة 1998.
- (11) حسن احمد الشافعي، التربية البدنية والرياضية والعولمة ظاهرة العصر.
- (12) حسن سيد معوض، البطولات والدورات الرياضية وتتميتها، دار المعارف، مصر 1977.
- (13) حسان هشام، مدخل إلى علم الاجتماع التربوي مطبعة النقطة، ط1، 2008.
- (14) حامد عبد السلام زهران: علم الطفولة والمراهقة، عالم الكتاب، القاهرة 1977، ط1
- (15) خالد عبد الرزاق: من مقال "فاعلية استخدام أنواع مختلفة من اللعب في تعديل بعض اضطرابات السلوك" مجلة الطفولة والتنمية، العدد 3 سنة 2001.

قائمة المراجع

- (16) خير الدين عويسي ، عصام الهلايلي ، الاجتماع الرياضي القاهرة دار الفكر العربي 1997.
- (17) محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي، التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة القاهرة 1965.
- (18) محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، طبعة 06، دار المعارف، مصر 1986.
- (19) محمود فتحي عكاشة، محمد شفيق زكي المدخل إلى علم النفس الاجتماعي، المكتب الجامعي الحديث الاسكندرية، مصر 1997.
- (20) محمد عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطئي نظريات وطرق التربية البدنية، دار المعارف الجزائرية، 1992.
- (21) محي الدين مختار: محاضرات في علم النفس الاجتماعي. ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر، ط1- 1982.
- (22) محمود السيد أبو النيل، علم النفس الاجتماعي دراسات عربية وعالمية، مطابع دار الشعب، 1998.
- (23) محمد مصطفى زيدان، علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- (24) مصطفى رزيق : خفايا المراهقة ، دار النهضة العربية ، دمشق 1960 .
- (25) ميخائيل ابراهيم اسعد: مشكلات الطفولة والمراهقة، دار الافاق الجديدة، بيروت 1991 ط1.
- (26) محي الدين مختار: محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1982.
- (27) محمد علي: سيكولوجية المراهق، دار البحوث العلمية، الكويت 1970.

قائمة المراجع

- (28) ميخائيل خليل معوض: مشكلات المراهقين في المدن والريف، دار المعارف، القاهرة 1971.
- (29) محمد رفعت: المراهقة وسن البلوغ، دار المعارف للطباعة والنشر، ط1، لبنان.
- (30) عبد الفتاح لطفي، المرجع في طرق تدريس التربية البدنية والرياضية، دار الكتاب الجامعية، القاهرة، 1970.
- (31) عبد الرحمان عيسوب : معالم علم النفس ، دار النهضة ، بيروت 1984 .
- (32) علاء الدين كفاقي، الارتقاء النفسي للمراهق، دار المعرفة، الجامعة القاهرة - مصر، 2006.
- (33) عباس أحمد صالح، طرق التدريس في التربية الرياضية، ط1 العراق 1981.
- (34) على يحي المنصوري، الثقافة الرياضية، الجزء الأول، الطبعة الأولى، 1971،
- (35) عصام عبد الحق، التدريب الرياضي، دار الكتب الجامعية، طبعة 3، مصر 1986،
- (36) عادل محمد، التربية البدنية للخدمة الاجتماعية، دار النهضة العربية، طبعة 2، الجزائر 1992.
- (37) كمال درويش وأمين أنور الخولي، أصول الترويح وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
- (38) فؤاد البهي السيد، علم النفس الاجتماعي، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة 1993،
- (39) فؤاد البهي السيد، الأسس النفسية للنمو، دار الفكر العربي، القاهرة 1975.
- (40) ليلي يوسف، سيكولوجية اللعب والتربية الرياضي، طبعة 2، مكتبة انجلو مصرية، 1962.

قائمة المراجع

- (41) لويس مليكة، سيكولوجية الجماعات والقيادة، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- (42) قاسي موسى، رسالة ماجستير، 1983.
- (43) قاسم حسن حسين، التطبيق العلمي في التربية الرياضية، الكتبة الوطنية بغداد، 1987.
- (44) سعد جلال - محمد حسن علاوي: علم النفس التربوي الرياضي، دار المعارف الجامعية، ط7، 1972.
- (45) رواية هلال أحمد شتا، حاجات المراهقين الثقافية الإعلامية، مركز الإسكندرية للكتاب 2006.
- (46) زيدان محمد مصطفى: النمو للطفل والمراهق واسس الصحة النفسية، الجامعة الليبية، ط1، 1972.
- (47) وزارة التربية الوطنية، منهاج التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي، الجزائر، جوان 1996.
- (48) وزارة التربية الوطنية، المنهاج والوثيقة المرافقة، مطبعة الديوان الوطني للتعليم والتكوين عن بعد 2006 الجزائر
- موقع الشيخ سليمان الماجد : WWW.salmajed . Com /node 209/ 25.
/
الصحيفة الاقتصادية الالكترونية www.oleqt.com/2009/05/25_ARTICLE_232429.Html

وزارة لتعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عمار ثلجي بالأغواط

استمارة بحث خاصة بتلاميذ متوسطتي الباطين و الزهراء

في إطار انجاز مذكرة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر علوم وتقنيات الانشطة البدنية، تحت عنوان الانشطة الترويحية في حصة التربية البدنية ودورها في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط (فئة 11-15 سنة) لدى (متوسطة الباطين، الزهراء)، لذا نضع بين ايديكم هذه الاستمارة ونرجو مساعدتكم وذلك بملئها بإجابات واضحة ودقيقة حول الأسئلة المطروحة لان نتائج هذا البحث تتوقف عليها، ونشكركم على المساعدة.

ولعلمكم هذه الأسئلة لا تستخدم لأي غرض سوى لدراسة موضوع البحث.

تحية طيبة وبعد:

أحيط سيادتكم بأن هذا الاستبيان هو جزء من دراسة علمية تكميلية لنيل شهادة ماستر في التربية البدنية والرياضية. ونظرا لخبرتك في المجال العملي، يكون لنا الشرف الكبير، أن تكون ممن يساعد على تحقيق أهداف هذه الدراسة، عندما تجيب على أسئلة الاستبيان بكل دقة وموضوعية. طلبا منك أن تعطينا بعض دقائق من وقتك للإجابة على هذا الاستبيان. علما بأن إجابتك سوف تحاط بالسرية التامة.

شاكرين تعاونكم وثقتكم...وتقبلوا منا فائق التقدير والاحترام

تحت اشراف الأستاذ:

* هوري بوشهير

الطالبين:

✓ نورالدين بن جيلالي

✓ سبع زكرياء

الرقم	المحور الاول: التعاون	دائما	أحيانا	أبدا
01	أثناء اللعب هل تثق في نفسك؟			
02	- أثناء اللعب هل تتمتع بروح رياضية؟			
03	- هل يساعد النشاط الترويحي على خلق صداقة بين تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية؟			
04	- هل يساهم النشاط الترويحي على خلق علاقات اجتماعية داخل المجموعة في حصة التربية البدنية.			
05	- هل هذه العلاقات الاجتماعية تنمي روح التعاون داخل المجموعة؟			
06	- هل لممارسة الأنشطة الترويحية دور فعال في دعم التعاون بين تلاميذ الطور المتوسط في حصة التربية البدنية ؟			
07	- هل تتبادل النصائح انت وزملائك أثناء اللعب خلال الحصة؟			
08	في رأيك هل ممارسة النشاط الترويحي في وقت الفراغ يعتبر وسيلة اتصال بينك وبين زملائك؟			
	المحور الثاني: الصراع			
09	- تعترض عن قرارات زملائك أثناء اللعب خلال الحصة؟			
10	- إذا ارتكبت خطأ وتكون غير موفق هل تعتذر من زملائك؟			
11	- هل تتجاهل زميلا لا تفضله في فريقك أو مجموعتك؟			
12	- أثناء اللعب هل تجنب زملائك الصراعات؟			
13	- هل تشعر بالغضب أثناء اللعب؟			
14	- هل تخشى عدم رضى الآخرين عن أدائك أثناء اللعب ؟			
15	- هل هذه الخشونة تؤدي بك الى حد العنف مع زملائك؟			
16	- هل للنشاط البدني الترويحي دور في التقليل من الانفعال للتلاميذ أثناء ممارسة النشاط الترويحي			
	المحور الثالث: التنافس			
17	- هل ترى التنافس مع الآخرين صفة اجتماعية أثناء الحصة؟			
18	- أثناء اللعب هل تتمتع بروح رياضية؟			
19	- هل يساهم النشاط الترويحي في خلق روح التنافس؟			
20	- هل تنافس زميلك أثناء النشاط البدني الترويحي؟			
21	- هل تحقيق الفوز يسبب التنافسية وسط النشاط الترويحي؟			
22	- هل تقومون بإجراء أنشطة ترويحية تبعث على التنافس فيما بينكم؟			
23	- من أسباب التنافس هو النشاط الترويحي؟			

الملخص

"دور النشاط البدني الترويحي في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط".

الاشكالية: - هل للنشاط البدني الترويحي دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور

المتوسط؟

- **التساؤلات الجزئية:**

- هل للنشاط البدني الترويحي دور في تنمية روح التعاون لدى تلاميذ الطور المتوسط؟

- هل للنشاط البدني الترويحي دور في تجنب الصراع لدى تلاميذ الطور المتوسط؟

- هل للأنشطة البدنية الترويحية دور في تنمية روح التنافس بين تلاميذ الطور المتوسط؟

- **الفرضيات:**

من خلال الأسئلة التي طرحت نستطيع أن نصيغ الفرضيات التي تعتبر إجابات مؤقتة على

الأسئلة كالتالي:

الفرضية العامة: - اعتماد النشاط البدني الترويحي يساعد في تنمية التفاعل الاجتماعي بين

تلاميذ الطور المتوسط.

- **الفرضيات الجزئية:**

* للنشاط البدني الترويحي أهمية كبرى في تنمية روح التعاون لدى تلاميذ الطور المتوسط.

* للأنشطة الرياضية الترويحية دور هام في تجنب الصراع بين تلاميذ الطور المتوسط.

* تنمية روح التنافس بين التلاميذ لا يتم إلا من خلال النشاط البدني الترويحي.

الهدف من الدراسة:

* إبراز أهمية النشاط البدني الترويحي في المجال الاجتماعي.

* دور الأنشطة الترويحية في استثمار وقت الفراغ.

* النتائج التي يتم تحقيقها من خلال النشاط البدني الترويحي اثناء الممارسة الرياضية.

* مساهمة الأنشطة الرياضية الترويحية في إكساب الفرد الراحة الايجابية النشطة والنفسية.

* إبراز الفوائد الايجابية التي البدنية التي يقدمها النشاط البدني الترويحي من خلال مختلف

أنشطته المتنوعة التي تساعد في تحسين وتطوير اللياقة البدنية والجسمية المقدمة من طرف

الأنشطة البدنية الترويحية.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

اجراءات الدراسة الميدانية:

عينة البحث:

عينة التلاميذ: تم اختيار عينة عشوائية بسيطة من تلاميذ المتوسطة.

مجال البحث:

المجال الزمني: دامت فترة انجاز هذا البحث اوائل شهر مارس إلى غاية 10 ماي 2015.

المجال المكاني: عملنا على توزيع الاستبيان على التلاميذ.

ادوات البحث: استمارة – استبيان.

النتائج المتحصل عليها:

يساعد النشاط البدني الترويحي على تنمية بعض الجوانب الاجتماعية للتلميذ وتنمية روح التعاون والتنافس والشعور بالانتماء كما يتعلم كيف يواجه مواقف الرضى ومواقف الضيق والهزيمة والحب والإخاء وتحقيق الذات واحترام حقوق الغير، والرغبة في الفوز تجعل التلميذ

يبدل الجهد والعطاء وبذلك تنمو في التلميذ العلاقات الانسانية القيمة والوعي الجماعي والمعايشة
التعاونية.