

النشاط البدني الرياضي الجماعي اللاصفي ودوره في تحقيق بعض

أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي

أ. لطرش عماد

مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، جامعة الجزائر 3

Imedeps @gmail.com

الملخص :

لقد سعينا من خلال هذه الدراسة إلى إبراز الدور الذي تلعبه ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية المدرسية في تحقيق أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي عند تلاميذ الثانوية، و قد اعتمدنا في دراستنا على عينة شملت 40 تلميذا مقسمين على عينتين تتكون كل منها من 20 تلميذ واحدة ممارسة وأخرى غير ممارسة للنشاط اللاصفي .

وتوصلنا في ختام هذه الدراسة إلى وجود فروق بين متوسطات تلاميذ العينة الممارسة وغير الممارسة في أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي وبالتالي إبراز الدور الهام والفعال الذي يسهم به هذا النشاط في تحقيق التوازن النفسي الاجتماعي لدى التلاميذ المراهقين .

Résumé :

Grace a cette étude nous avons cherché a souligné le rôle des activités sportives scolaires dans la réalisation des dimensions de compatibilité psychosociale chez les lycéens, notre étude comprenait un échantillon de 40eleves repartis en deux échantillons une pratique et l'autre non pratique les activités sportives scolaires.

En conclusion nous avons conclu qu'il existe des différences statistiquement significatives entre les élèves pratiquant et non pratiquant dans le degré de dimension psychosociale, Ainsi le rôle important et efficace que jouent ces activités et son impact sur la compatibilité psychosociale des adolescents.

مقدمة:

إن مفهوم التربية البدنية والرياضة قد تغير في وقتنا الراهن تغييرا جذريا بحيث أصبحت تتضمن جميع ألوان النشاط التي تنمي قوى الفرد وقدراته تمكينا له من الإسهام في تطوير ذاته وفقا لمبدأ الجماعة، بما يحقق سعادته وسعادة مجتمعه، وهذا ما يؤكد بأن الرياضة وسيلة تربوية ناجحة إذا ما أحسن استخدامها فهي تساهم في تحقيق نفس الأهداف التي تسعى التربية إلى تحقيقها وبالتالي أصبحت أهدافها تدخل دون شك في نطاق التربية العامة وفلسفتها في إطار التربية الوطنية والقومية بكل ما فيها من تقدم وتطور. (جلال عبد الوهاب 1978ص184).

والرياضة المدرسية لا تخرج عن هذا الإطار إذ تعد أول لبنة لبناء رياضة ناجحة فهي تعتبر المحرك الرئيسي لمعرفة مدى التقدم في الميدان الرياضي، كما أصبحت الأنشطة البدنية والرياضية في عصرنا الحالي ظاهرة حضارية لها تأثيرها الفعال ومداهما الواسع على الأفراد والمجتمعات ولذلك أصبحت ظاهرة اجتماعية تخدم التربية في مختلف مجالاتها النفسية الحركية، الخلقية والاجتماعية وكذلك الميادين الأخرى بما فيها الاقتصادية والسياسية.

وبما أن النشاط الرياضي في صورته الحديثة يعتبر ميدانا من ميادين التربية في إعداد الفرد وتزويده بقرارات تمكنه من التكيف مع نفسه ومع غيره في المجتمع الذي يعيش فيه وله دور فعال في تكوين الفرد من جميع النواحي النفسية العقلية والاجتماعية ارتأينا أن تكون فكرة بحثنا هذه محاولة لإبراز دور ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية في إطار الرياضة المدرسية في تحقيق بعض أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

الإشكالية:

النشاط البدني الرياضي المصاحب لمنهاج مادة التربية البدنية والرياضية يعد من الوسائل الفعالة في تحقيق أهدافها وكذلك أهداف التربية العامة نظرا لأن برنامج هذا النشاط الرياضي التنافسي يعد امتدادا وتعزيزا للخبرات التعليمية لدرس التربية البدنية والرياضية، ويفسح المجال أمام التلاميذ الممارسين له لاختيار ما يتناسب مع ميولاتهم وامكاناتهم وقدراتهم، وتجدر الإشارة إلى أهمية ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية وما تحققة من فوائد فيزيولوجيا، نفسية واجتماعية فالفرد المزاوِل للنشاط الرياضي يساعده ذلك في اكتساب مهارات خاصة باللياقة البدنية والحركية وتنمية قدراته وعلاقاته الشخصية حيث تساهم الأنشطة البدنية والرياضية في عملية التنشئة الاجتماعية، وأهدافها مستمدة من الأهداف العامة للنشاط ومستوياته والاتجاهات التربوية المعاصرة (جلال عبد الوهاب 1978ص173)، وتعتبر عامل من عوامل تحقيق التكيف والالتزان في جميع جوانب الشخصية.

ومن خلال هذه المواقف والمسلمات التي انطلقنا منها بعد وقوفنا على آراء المختصين في هذا الميدان سنسعى من خلال دراستنا هذه إلى الكشف عن العلاقة بين ممارسة النشاط الرياضي المدرسي و تنمية بعض جوانب التوافق النفسي الاجتماعي

وانطلاقا مما سبق يمكن طرح التساؤل العام التالي :

ما مدى مساهمة ممارسة النشاطات البدنية والرياضية اللاصفية في تحقيق أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي ؟

ومن خلال هذا التساؤل تتفرع التساؤلات التالية :

1. هل توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الجماعي اللاصفي في بعد الاعتماد على النفس؟
2. هل توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الجماعي اللاصفي في بعد الإحساس بالقيمة الذاتية؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الجماعي اللاصفي في بعد الاعتراف بالمستويات الاجتماعية؟
4. هل توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي الجماعي اللاصفي في بعد اكتساب المهارات الاجتماعية؟

الفرضيات:

الفرضية العامة:

لممارسة النشاطات الرياضية اللاصفية دور فعال في تحقيق أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

الفرضيات الجزئية:

. توجد فروق دالة إحصائية في بعد الاعتماد على النفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي اللاصفي ولصالح الممارسين .

. توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الجماعي اللاصفي في بعد الاحساس بالقيمة الذاتية لصالح الممارسين.

. توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي الجماعي اللاصفي في بعد الاعتراف بالمستويات الاجتماعية لصالح الممارسين.

. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد اكتساب المهارات الاجتماعية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي اللاصفي ولصالح الممارسين.

أهمية البحث:

. التعرف على الرياضة المدرسية وكذلك إسهاماتها في تكوين الفرد من جميع الجوانب .

. الوقوف على أهم الأسباب التي أدت إلى تراجع الرياضة المدرسية في الجزائر عما كانت عليه سابقا.

. إعادة الاعتبار للرياضة المدرسية لما لها من أهمية بالنسبة للفرد والمجتمع.

أهداف البحث :

. تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية المدرسية ودرجات أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي .

. إبراز مدى مساهمة النشاط الرياضي الجماعي المدرسي في تحقيق التوازن الشخصي والاجتماعي لدى التلاميذ المشاركين فيه.

. التأكد من وجود اختلافات من عدمها بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي في أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

. النشاط : وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه.(أمين أنور الخولي 1990ص29).

النشاط البدني الرياضي :

يعرفه أمين أنور الخولي بأنه أحد أرقى الأشكال للظاهرة الحركية عند الإنسان و هو الأكثر تنظيما و الأرفع مهارة من الأشكال الأخرى و ما يميزه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة يمكن الوصول إليها خلال المنافسات.(أمين أنور الخولي 1996ص33).

ويعرفه لورون بيجو *louront bigot*: النشاط البدني الرياضي كل حركة في جسم الإنسان تتكون بتقلص العضلات والتي تؤدي إلى زيادة في حرق الطاقة مقارنة بالنسبة لوقت الراحة و يختلف حسب شدة النشاط ، مدته و مرات تكراره وكذلك الإطار الذي يمارس فيه و يشمل مجالا واسعا من الممارسة الرياضية.(حريتي حكيم 2011ص82) .

النشاط الرياضي اللاصفي:

نشاطات الفرق الرياضية المدرسية الرسمية فإن لكل مؤسسة ثانوية فريق يمثلها في دوري الرياضة المدرسية سواء في الألعاب الفردية أو الجماعية ، هذه الأخيرة التي تسمى بنشاط الفرق وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية المدرسية وعنوان تقدمها في مجال التربية البدنية لما لها من أهمية بالغة في منهاج التربية البدنية والرياضية ودعامة قوية تركز عليها الحركة الرياضية في المدرسة بالإضافة إلى أنه يكمل النشاط الذي يزاول في الدروس المنهجية.(منذر

هاشم الخطيب 1988 ص 68) وفي هذه الفرق يوجد أحسن العناصر التي تبرزها حصص التربية البدنية والنشاط الداخلي. (محمد عوض بسيوني و آخرون 1987 ص 133) ويعرف أيضا بـ:

النشاط الرياضي الخارجي:

هو ذلك الممارسة التنافسية في الوسط المدرسي أو هو نشاطات الفرق المدرسية، هذه الفرق الرياضية تحتاج إلى إعداد خاص قبل الاشتراك وهذا من حيث اختيار وانتقاء التلاميذ الرياضيين وتشكيل الرياضيين وتشكيل فرق الرياضية المدرسية، وكذلك فيما يخص تدريب وإعداد هذه الفرق، حيث نصت المادة 07 من التعليم الوزاري المشتركة رقم 15 أنه " تكون الممارسة التنافسية التربوية من تدريبات رياضية متخصصة و تحضيرية للمنافسة فهي تستهدف المشاركة في التعبئة والاندماج الاجتماعي للشباب في شكل منافسة سليمة، وتمكين الجهاز الوطني لفرز وانتقاء الشباب ذوي المواهب الرياضية في أوساط التربية و التكوين. (تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 فيفري 1993).

التوافق النفسي:

التوافق في أصله مصطلح بيولوجي يعني به دارون قدرة الكائن الحي على مواجهة الظروف البيئية من تغيرات بحيث يشبع حاجاته ومن ثم تتحقق له المحافظة على حياته. (عبد الحميد محمد الشاذلي 2001 ص 49).

وقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف و الذي أطلق عليه علماء البيولوجيا مصطلح (مواءمة) واستخدم في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح (تكيف أو توافق)

فالإنسان يتلاءم مع الظروف البيئية كما يتلاءم مع الظروف النفسية والاجتماعية التي تحيط به، و يساعده على ذلك ما أوتي من ذكاء وقدرة على التطبع الاجتماعي، ومن الطبيعي أن ينصب اهتمام علماء النفس على البقاء السيكلوجي والاجتماعي للفرد أكثر مما ينصب على البقاء الطبيعي والبيولوجي.

التوافق الاجتماعي:

ويتضمن السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة المعايير الاجتماعية والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغير الاجتماعي والتفاعل الاجتماعي السليم والعمل لخير الجماعة والسعادة مما يؤدي إلى تحقيق الصحة الاجتماعية. (بيداء كيلان محمود 2013 ص 48)

التوافق النفسي الاجتماعي:

هو التوازن والتوافق السليم للفرد سواء مع نفسه أو مجتمعه الذي يعيش فيه، فهو يتضمن العملية التي بواسطتها يحاول الفرد أن يتعامل و يسيطر على القوى المختلفة في الحياة وهو عمل ايجابي يحاول الفرد من خلاله التعديل في نفسه و في الظروف الخارجية معا (سليمان عبد الواحد ابراهيم 2014 ص 165).

. **الاعتماد على النفس:** أن يقوم التلميذ بالأعمال الموكلة إليه دون الاستعانة بغيره و كذلك توجيه سلوكه دون أوامر غيره، فالتلميذ الذي يعتمد على نفسه غالبا ما يكون متزنا انفعاليا وقادرا على تحمل المسؤولية وبالتالي احساسه بما عليه فعله اتجاه مستقبله وأهدافه. (عبد الكريم بكار 2010).

. **الاحساس بالقيمة الذاتية:** يتضمن شعور الفرد بتقدير الآخرين له ، وأتهم يروونه قادرا على تحقيق النجاح وشعوره بإمكانية قيامه بما يستطيع غيره القيام به وكذلك محبوب ومقبول من طرف الآخرين.

. **اعتراف الفرد المستويات الاجتماعية :** أي أنه يدرك حقوق الآخرين وموقفه حيالهم ويعرف ما هو صواب وما هو خطأ بوجهة رأي الجماعة كذلك ادراكه ضرورة اخضاع بعض رغباته لحاجات الجماعة كما يتقبل احكامها برضا وقناعة

. **اكتساب الفرد للمهارات الاجتماعية:** أي أنه يظهر مودته نحو الآخرين بسهولة كما أنه يبذل جهده ليساعدهم ويسرهم، ويتصف بحسن معاملته مع اناس من معارفه أو غرباء و أنه ليس انانيا فهو يراعي مصلحة الآخرين ويتعاون معهم. (عبد الحميد محمد الشاذلي 2011 ص 53)

المنهج المتبع:

يعتبر منهج البحث الركيزة الأساسية لكل باحث لاسيما في الميادين النفسية والتربوية، فهو يكسب البحث طابعه العلمي، وحسب طبيعة موضوع الدراسة اعتمدنا على المنهج الوصفي الذي يهدف إلى جمع معلومات كافية عن الظاهرة ثم دراستها وتحليلها بكل موضوعية. (دلال القاضي ، محمود البياتي 2008ص66).

مجتمع البحث:

يتكون موضوع دراستنا هذه من مجموعة من التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية والممثلين لفرق الكرة الطائرة موزعين على ثلاث (03) ثانويات من ولاية بجاية على النحو الآتي: ثا/الشهيد لبواردي لخضر ذراع القائد، ثا/ الشهيد خالد مسعود درقينة ، ثا/ الشهداء عناني بجاية

عينة البحث :

قمنا باختيار عينة البحث بالطريقة القصدية لأننا بصدد دراسة تأثير ممارسة النشاط الرياضي المدرسي على أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي عند تلاميذ الثانوية

ثبات الاختبار:

تم التحقق من ثبات الاختبار باستخدام إعادة تطبيق الاختبار وتراوحت معاملات الارتباط لأبعاد الاختبار بين 0.745 بالنسبة لاختبار التوافق النفسي و 0.807 بالنسبة لاختبار التوافق الاجتماعي وهي علاقة طردية دالة إحصائيا

صدق الاختبار :

تم حساب معاملات الاتساق الداخلي بحساب معاملات ارتباط كل بند من مع الكلية لكل بعد من أبعاد اختبار التوافق النفسي حيث بلغ أقصى معامل ارتباط 0.758 عند مستوى بعد الاحساس بالقيمة الذاتية وبلغ أدنى معامل 0.573 عند بعد الاعتماد على النفس وهي دالة إحصائيا عند مستوى 0.01 أما بالنسبة لاختبار التوافق الاجتماعي فقد تراوحت ما بين 0.643 و 0.662 وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 مما يدل على ثبات الاختبار بجميع أبعاده.

الأساليب الإحصائية :

من أجل المعاملة الإحصائية قمنا بالاعتماد على: المتوسط الحسابي، التباين، الانحراف المعياري، اختبار ت باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)

عرض وتحليل النتائج:

توجد فروق بين التلاميذ (ممارسين - غ ممارسين) في بعد الاعتماد على النفس

جدول رقم (1)

الممارسين ن = 20	غير الممارسين	دلالة الفروق

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة حرية	ت الجدولية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
البعد								
الاعتماد على النفس	5,85	0,237	4,9	0,338	38	1.68	1.9	0.05

يبين الجدول أعلاه اختلاف بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبعد الاعتماد على النفس حيث بلغ المتوسط الحسابي 5.85 بانحراف معياري بلغ 0.237 لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية أما بالنسبة للتلاميذ غير المشاركين بلغ المتوسط الحسابي لديهم 4.9 بانحراف معياري قدره 0.338

وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لكلا من التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي في بعد الاعتماد على النفس تم اعتماد اختبار ت عند درجة حرية 38 حيث بلغت ت المحسوبة 1.9 عند مستوى دلالة 0.05 وقيمة ت الجدولية فكانت 1.678 عند مستوى دلالة 0.05 وبما أن قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية فإننا نقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق دالة إحصائية في بعد الاعتماد على النفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي ولصالح الممارسين. هنا.....

توجد فروق بين التلاميذ (ممارسين - غ ممارسين) في بعد الاحساس بالقيمة الذاتية

جدول رقم(2)

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة حرية	ت الجدولية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
البعد								
الاحساس بالقيمة الذاتية	6,25	3,386	4,9	0,423	38	1.68	2.35	.005

يبين الجدول أعلاه اختلاف بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبعد الاحساس بالقيمة الذاتية حيث بلغ المتوسط الحسابي 6.25 بانحراف معياري بلغ 3.368 لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية أما بالنسبة للتلاميذ غير المشاركين بلغ المتوسط الحسابي لديهم 4.9 بانحراف معياري قدره 0.423

وللكشف عن دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لكلا من التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي في بعد الاحساس بالقيمة الذاتية تم اعتماد اختبار ت عند درجة حرية 38 حيث بلغت ت المحسوبة 2.35 عند مستوى دلالة 0.05 وقيمة ت الجدولية فكانت 1.678 عند مستوى دلالة 0.05 وبما أن قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية فإننا نقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق دالة إحصائية في بعد بين التلاميذ الممارسين الاحساس بالقيم الذاتية وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي ولصالح الممارسين.

توجد فروق بين التلاميذ (ممارسين - غ ممارسين) في بعد الاعتراف بالمستويات الاجتماعية

جدول رقم (3)

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة حرية	ت الجدولية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
البعد								
الاعتراف بالمستويات الاجتماعية								

البعد	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة حرية	ت الجداولية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
الاعتراف بالمستويات الاجتماعية	5,7	0,387	5,45	0,319	38	1.68	0.98	0.05	

من خلال الجدول و الذي يبين نتائج بعد الاعتراف بالمستويات الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي حيث بلغ المتوسط الحسابي لدى التلاميذ الممارسين 5.7 والانحراف المعياري 0.387 في حين بلغ المتوسط الحسابي لغير الممارسين 5.45 والانحراف المعياري 0.319، هذا وبلغت قيمة ت المحسوبة 0.98 وهي أصغر من قيمة ت الجدولة والمقدرة ب 1.68 عند مستوى دلالة 0.05 وبدرجة حرية 38 مما يعني قبول الفرضية الصفرية والتي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي.

توجد فروق بين التلاميذ (ممارسين - غير ممارسين) في بعد اكتساب المهارات الاجتماعية

جدول رقم (4)

البعد	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة حرية	ت الجداولية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
اكتساب المهارات الاجتماعية	4,75	0,352	4,65	0,348	38	1.68	0.40	0.05	

من خلال الجدول والذي يبين نتائج بعد اكتساب المهارات الاجتماعية بين تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي حيث بلغ المتوسط الحسابي لدى التلاميذ الممارسين 4.75 والانحراف 0.352 في حين بلغ المتوسط الحسابي لغير الممارسين 4.65 والانحراف المعياري 0.348، هذا وبلغت قيمة ت المحسوبة 0.40 وهي أصغر من قيمة ت الجدولة والمقدرة ب 1.68 عند مستوى دلالة 0.05 عند بدرجة حرية 38 مما يعني رفض الفرضية البديلة والتي تشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي المدرسي.

الاستنتاج العام:

في ضوء ما تم عرضه من خلفية نظرية بكل ما يتعلق بالنشاط البدني الرياضي المدرسي والتوافق النفسي الاجتماعي واعتمادا على النتائج المتحصل عليها و مناقشة فروض البحث كان من خلاصة نتائج الدراسة ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الاعتماد على النفس بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي المدرسي بحيث نجد أن تحقيق ذلك البعد عند التلاميذ الممارسين أكبر منه عند غير الممارسين مما ينعكس ايجابا على التلميذ الممارس في تأدية واجباته دون الخضوع لأوامر أو سلطة الغير وبتحمل المسؤولية اتجاه مخلفات ما يصدر عنه من سلوك.

- توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي اللاصفي في بعد الإحساس بالقيمة الذاتية مما يعني ان لممارسة النشاط الرياضي أثر ودور ايجابي في شعور الفرد بالقبول من طرف الآخرين وتقديرهم له، وقدرته على النجاح.

- لا توجد فروق معنوية في بعد الاعتراف بالمستويات الاجتماعية بين التلاميذ المشاركين وغير المشاركين في الرياضية المدرسية ويرجع ذلك بحسب رأينا إلى كون لأفراد العينة من ممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي اللاصفي كلهم في المرحلة الثانوية ويمارسون النشاط الرياضي الداخلي بالإضافة إلى أنه لديهم انشغال مشترك في إدراك حقوق الآخرين تقبل أحكام الآخرين وكذلك إخضاع بعض رغباتهم لحاجات الجماعة.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد اكتساب المهارات الاجتماعية بين التلاميذ المشاركين وغير المشاركين في الرياضية المدرسية ونفسر ذلك بأن حتى التلاميذ غير المشاركين في الفرق المدرسية فهم يمارسون الأنشطة الرياضية بمختلف أشكالها داخل المؤسسة وكذلك يمتلكون أيضا مهارة إظهار المودة للآخرين و يبذلون الجهد لمساعدتهم وإسعادهم.

ومنه ومما سبق وبعد مناقشة الفرضيات الجزئية نستطيع القول بأن الفرضية العامة والتي تنص على أن لممارسة النشاطات الرياضية اللاصفية دور فعال في تحقيق أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي.

المراجع:

- . جلال عبد الوهاب : النشاط المدرسي ن مفاهيمه و مجالاته وبحوثه ، مكتبة الفلاح، 1978ص 184.
- . جلال عبد الوهاب : المعايير التي تحكم النشاط المدرسي في المرحلة الثانوية ، مركز بحوث المناهج الكويت 1978ص 173.

- . أمين أنور الخولي : الرياضة و المجتمع، ط1 سلسلة عالم المعرفة ، الكويت ، 1996، ص32.
- . عبد الكريم بكار : المراهق ، كيف نفهمه و كيف نوجهه ط1، دار السلام، القاهرة 2010 .
- . عبد الحميد محمد شاذلي : الواجبات المدرسية و التوافق النفسي، المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بأسوان المكتبة الجامعية الاسكندرية ، 2011، ص53.
- . حريتي حكيم : دور النشاط البدني الرياضي في علاج ارتفاع ضغط الدم، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية ، جامعة الجزائر 3 ، العدد 2011، ص11، ص82.
- . أمين أنور الخولي : أسس بناء برنامج التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990 ص29.
- . محمد عوض بسيوني وآخرون : نظريات و طرق التربية البدنية و الرياضية ط2، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائرية 1987 ص133.
- . منذر هاشم الخطيب : تاريخ التربية البدنية و الرياضية ، الجزء الثاني، بغداد، 1988 ص68.
- . تعليمية وزارية مشتركة رقم 15 : تنظيم الممارسة الرياضية في الوسط المدرسي فيفري 1993.
- . ببداء كيلان محمود: التوافق النفسي، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد ، 2013 ص48.
- . سليمان عبد الواحد ابراهيم: علم النفس الاجتماعي ومتطلبات الحياة المعاصرة ط1، الوراق للنشر والتوزيع، عمان، 2014، ص165.
- . دلال القاضي ، محمود البياتي : منهجية وأساليب البحث العلمي، دار حامد للنشر والتوزيع ط1، عمان 2008 ص66.