الفرق بين الممارسين والغير ممارسين لحصة الرياضة في مستوى الذكاء الانفعالي لدى تلاميذ الطور الثانوي

The difference between practitioners practitioners in the share of and non sports in the level of emotional intelligence among secondary school pupils

ديلم رضوان*

جامعة الشلف (الجزائر)

radhouanedilem@gmail.com

تمار محمد

جامعة المسيلة (الجزائر)

tamar.mohamed@univ-msila.dz

سامي عبد القادر

جامعة الشلف (الجزائر)

a.sami@univ-chlef.dz

ملخص:

هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن الأثر الذي تتركه ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية لتلاميذ المرحلة الثانوية من خلال تنمية وتطوير الذكاء عموما والذكاء الانفعالي خصوصا، حيث شملت عينة الدراسة على 48 تلميذ من تلاميذ المرحلة الثانوية مقسمة الى مجموعتين ممارسة وغير ممارسة للأنشطة البدنية والرياضية، كما طبقنا عليهم مقياس الاذكاء الانفعالي وتوصلنا في ختام هذه الدراسة الى ان للأنشطة الرياضية دور هام وفعال في تنمية عدة جوانب للتلاميذ ومن بينها نجد الذكاء الانفعالي.

كلمات مفتاحية: الأنشطة البدنية والرياضية.، الذكاء الانفعالي.، مرحلة الثانوية.، التلميذ.،

Abstract:

This study aimed to reveal the impact of physical and sports activities for high school students through the development and development of intelligence in general and emotional intelligence in particular, as the study sample included 48 high school students divided into two groups, practicing and not practicing physical and sports activities, as we applied to them. Emotional Intelligence Scale, and we concluded at the conclusion of this study that sports activities have an important and effective role in developing several aspects for students, among which we find emotional intelligence.

Keywords: Physical and sports activities.. Emotional intelligence..Secondary stage.. The student

المؤلف المرسل: تمار محمد ، **الإيميل:** temarmed82@yahoo.com

.

مقدمة:

تعتبر مادة التربية البدنية والرياضية من المواد التي حضيت بمكانها مرموقة لدى معظم الناس على اختلاف اتجاهاتهم وتباين مشاربهم، كما أن الانتصارات التي تحققها وما تعقبه من آثار سياسية واجتماعية واقتصادية رفع من شأنها لأبعد الحدود مما دعا القائمين عليها إلى أن يسعوا دائما وأبدا إلى تطويرها وذلك في إطار التنافس وتحقيق الفوز وبلوغ المستويات العالية، وهو أيضا دلالة على تميز هذا الميدان ومن المواضيع التي طرقت الساحة العلمية حديثا كان له صدى فيها موضوع الذكاء الانفعالي الذي يعتبر من أحدث المواضيع ولا يزال ميدانه فضا وبحاجة لمزيد من البحوث والدراسات، وتكمن أهميته فيما قرره العديد من العلماء بكونه يعد مفتاح النجاح وفوز الفرد في الحياة، وهي المفاهيم عينها التي يسعى ميدان التربية البدنية إلى تحقيقها واستهدافها. (اللي، 2013، صفحة 12)

يعد الذكاء الانفعالي مفهوم له جذور تاريخية راسخة وإن كان من أحدث أنواع الذكاء التي ظهرت في مجال علم النفس مع بداية التسعينيات نظرا للتطور الذي يحدث في العصر الذي نعيش فيه، والذي يتطلب رؤية غير تقليديه لمفهوم الذكاء (Pfeiffier، 2001، صفحة 138) وما يتطلبه الفرد من قدرات عقلية ومهارات انفعاليه لحل المشكلات التي تواجهه والتأثير على الأفراد الآخرين.

وبما أن المدرسة الثانوية مؤسسة تربوية واجتماعية ونجاحها يتوقف على نجاح التلميذ ارتأينا في بحثنا معالجة الإشكالية التالية ما مدى الدور الذي تلعبه ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في تنمية الذكاء الانفعالي عند تلاميذ المرحلة النهائية.

التساؤلات الجزئية:

1-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين والغير ممارسين للأنشطة البدنية والرياضية على مستوى بعد المعرفة الانفعالية.

2-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين والغير ممارسين للأنشطة البدنية والرياضية على مستوى بعد إدارة الانفعالات

فرضيات العامة:

- تلعب ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية دور هام وفعال في تنمية الذكاء الانفعالي عند تلميذ المرحلة النهائية

الفرضيات الجزئية

1 - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية في بعد المعرفة الانفعالية

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية في بعد إدارة الانفعالات .

2. المصطلحات والمفاهيم

1.2 الذكاء الانفعالي:

عرفه فاروق عثمان " أنه القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقا لمراقبة وإدراك دقيق مما يساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة (فاروق، 2000، صفحة 174).

ويستخلص الباحث **إجرائيا** بأنه درجة الفرد الكلية التي يتحصل عليها من مقياس الذكاء الانفعالي المستخدم في هذه الدراسة.

2.2 الأنشطة البدنية والرياضية

هو نشاط تربوي يعمل على تربية النشء تربية متزنة ومتكاملة من النواحي الوجدانية والاجتماعية والبدنية والعقلية عن طريق البرامج والأنشطة الرياضية التي يمارسها الطالب داخل وخارج المدرسة وهي تهدف إلى تكوين الشخصية المتكاملة للطالب. (جلال، 1987)

ويستخلص الباحث **إجرائيا** بأنها تلك الممارسة التي تتم من خلال الأنشطة والألعاب الرياضية ضمن منهاج التربية البدنية والرياضية

الذي وضعته وزارة التربية والتعليم للسنة الثالثة من التعليم الثانوي بغرض تنمية التلميذ من مختلف الجوانب المعرفية والنفسية والبدنية.

3. الطريقة والادوات

1.3 مجتمع البحث

يتمثل مجتمع البحث من جميع التلاميذ المتمدرسين بثانويات ولاية تيسمسيلت في الأقسام النهائية.

2.3 العينة وطرق اختيارها:

أدخل هي عبارة عن مجموعة من المفردات او الوحدات مأخوذة من مجتمع ما، بحيث يمكن التنبؤ بخواص هذا المجتمع في ضوء النتائج التي يتم الحصول عليها في الدراسة، ومن المعروف انه كلما كانت العينة كبيرة كانت النتائج المستخلصة منها اقرب مطابقة لخواص المجتمع الأصلي.(الشيخ واخرون،2018، ص140)

وتم اختيار عينة مؤلفة من 50 تلميذ من تلاميذ بعض ثانويات ولاية تسمسيلت مقسمين الى مجموعتين ممارسة وغير ممارسة للأنشطة البدنية والرياضية بذات المؤسسات.

3.3 المنهج المستعمل:

هو عبارة عن استقصاء يصب في ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها . (الشاطي، الجزائر، صفحة 22)

واستنادا على ما سبق فقد اعتمدنا على **المنهج الوصفي المسحي** للقيام بدراسة " الفروق بين الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية في مستوى الذكاء الانفعالي"

4.3 ضبط متغيرات الدراسة

أولا: **المتغير المستقل:** حصة التربية البدنية والرياضية.

ثانيا: **المتغير التابع:** الذكاء الانفعالي.

1.4 أدوات الدراسة والاسس العلمية

أدوات الدراسة: مقياس الذكاء الانفعالي

اعتمد الباحث على استبيان قياس الذكاء الانفعالي لفاروق السيد عثمان، وعبد الهادي السيد 2002 وقد تضمن 5 أبعاد إلا أننا اخترنا بعدين وفقط

1.1.4أبعاد المقياس:

المعرفة الانفعالية: وتشير إلى القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وحسن التمييز بينها والتعبير عنها والوعي بالعلاقة بين الأفكار والمشاعر والأحداث، ويمثل هذا البعد 08 عبارات وهي موزعة كالتالي: 8.7.6.5.4.3.2.1

- إدارة الانفعالات: يقصد به القدرة على تحقيق التوازن العاطفي والقدرة على تهدئة النفس وكبح جامح الإفراط في الانفعال سلبا أو إيجابا، على نحو مناسب ويمثل هذا البعد 11 عبارة وهي : 19.18.17.16.15.14.13.12.11.10.09

2.4 الأسس العلمية:

حساب الثبات: تم حساب الثبات عن طريق معادلة الفا كرومباخ، وبلغ معامل الثبات (0.96) وهذا يدل على ان للمقياس درجة عالية من الثبات، كما قمنا بمقارنة هذه النتيجة مع عدة نتائج سابقة استعمل فيها هذا المقياس فوجدناها متقاربة الى حد بعيد.

حساب الصدق: للتحقق من صدق المقياس اعتمدنا على حساب الصدق الذاتي الذي يساوي جذر الثبات فقدرت قيمة معامل الصدق الذاتي ب(0.96).

الأدوات الإحصائية: تم الاعتماد في هذه الدراسة على برنامج الحزم الإحصائية للعلوم التربوية والاجتماعيةspss في نسخته 25 وهذا بالاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الفا كرومباخ، معامل الارتباط لبيرسون، اختبار ت).

5. عرض وتحليل ومناقشة النتائج

1.5 الفرضية الأولى:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية وغير الممارسين في بعد المعرفة الانفعالية ".

الجدول 1: يبين القيم الإحصائية للعينتين الممارسة والغير ممارسة على مستوى بعد المعرفة الانفعالية

العينة	N	المتوس	الانحراف	اختبار	مس
ممارسة	24	6.38	1.28	14.7	دال

غ ممارسة	24	3.72	1.39		

يتضح لنا من بيانات الجدول رقم (1) أن متوسط المعرفة الانفعالية لدى الطلبة غير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية والذي يقدر ب (3.724) وبإنحراف معياري (1.397) هو أقل من متوسط المعرفة الانفعالية لدى الطلبة الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية والذي يقدر ب (6.389) وبإنحراف معياري (1.286) لكن لمعرفة ما إذا كان هذا الفارق ذو دلالة إحصائية أم لا علينا قراءة وتحليل نتائج إختبار (ت) والتي بلغت قيمتها (14.943).

بما أن قيمة الدلالة هي (0.000) أي أقل من مستوى الدلالة 0.05 فإنه يمكننا القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد المعرفة الانفعالية.

مناقشة نتائج الفرضية

من ملاحظتنا للنتائج المتوصل إليها في بعد المعرفة الانفعالية عند التلاميذ الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية فإنه يمكننا القول أن لأنشطة التربية البدنية والرياضية دور كبير وإيجابي في تنمية قدره التلميذ على معرفة انفعالاته السلبية والإيجابية مما يمكنه من توظيفها في حياته اليومية بطريقة إيجابية وفعالة، عكس ما لاحظناه عند التلاميذ غير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية حيث أن أغلبهم يعاني من عدم القدرة على توجيه انفعالاته وعدم القدرة على تسييرها مما ينعكس سلبا على حياتهم اليومية في مواجهة الصعوبات، إضافة للخلط والاضطراب العاطفي الذي يشعرون به في غالب الأحيان.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة مع نتيجة الدراسة التي قام بها إياد كمال نمر عيسى تحت عنوان " العلاقة بين الرياضة والذكاء الانفعالي لدى لاعبي فرق الألعاب الجماعية للمستويات الرياضية العليا بالضفة الغربية – فلسطين – " حيث أن مستوى الذكاء الانفعالي لدى العينة كان عاليا في الدرجة الكلية وفي جميع الإبعاد باستثناء بعد إدراك انفعال الآخرين، حيث كانت النسبة المئوية للذكاء الانفعالي ككل 73 %و أعلى نسبة لبعد المعرفة الانفعالية ب 75% .أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول، أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول، أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول، أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول، أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول، أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول، أدخل هنا محتوى العنوان الفرعي الأول.

2.5 الفرضية الثانية

الجدول 2: يبين القيم الإحصائية للعينتين الممارسة والغير ممارسة على مستوى بعد إدارة الانفعالات

العينة	N	المتوس	الانحراف	اختبار	مس
ممارسة	24	6.70	1.53	11.17	دال
غ ممارسة	24	4.24	1.78		

يتضح لنا من بيانات الجدول رقم (2) أن متوسط إدارة الانفعالات لدى الطلبة غير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية والذي يقدر ب (4.244) وبانحراف معياري (1.788) هو أقل من متوسط إدارة الانفعالات لدى الطلبة الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية والذي يقدر ب (6.702) وبانحراف معياري (1.532) لكن لمعرفة ما إذا كان هذا الفارق ذو دلالة إحصائية أم لا علينا قراءة وتحليل نتائج اختبار (ت) التي بلغت قيمتها (11.174).

بما أن قيمة الدلالة هي (0.000) أي أقل من مستوى الدلالة 0.05 فإنه يمكننا القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد إدارة الانفعالات.

مناقشة نتائج الفرضية

تظهر النتائج التي تم توصلنا إليها والمبينة في الجدول عن وجود علاقه وطيدة بين ممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضية وكيفية التحكم في التفكير السلبي وكيفية استعادة الهدوء، إذ أن أنشطة التربية البدنية والرياضية تساعد التلميذ على كبح المشاعر السلبية وعدم اعطائها أي أهمية وإدارتها بشكل جيد مما يمكنه من الانتقال من الحالة الانفعالية السلبية إلى الحالة الايجابية، لذلك يمكننا القول التلميذ الذي يمارس أنشطة التربية البدنية والرياضية يمتلك قدرة فائقة في كيفية إدارة انفعالاته وهذا لأن الرياضة تشعر الفرد بالهدوء النفسي والاستقرار العاطفي نتيجة إفراز الجسم للأفيونات الطبيعية (الادرينالين والأندروفينز) اللذين يعدان

مسؤولين عن تعزيز مشاعر السعادة والرضا والتخلص من القلق والإحباط وتعزيز الثقة بالنفس، عكس التلميذ الذي لا يمارس أنشطة التربية البدنية والرياضية فإن أغلبهم يعانون من فقدان السيطرة على مشاعرهم وعواطفهم مما ينعكس سلبا على تصرفاتهم في الحياة اليومية.

وقد اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسة التي قام بها ناريماني بعنوان " أنماط التعلق والذكاء الانفعالي بين النساء الرياضيات والنساء غير الرياضيات"، وكانت النتيجة أن النساء الرياضيات أكثر ذكاءا انفعاليا من النساء غير الرياضيات، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الذكاء الانفعالي والرياضة.

3.5 الفرضية العامة

الجدول 3: يبين القيم الإحصائية للعينتين الممارسة والغير ممارسة على مستوى بعد إدارة الانفعالات

العينة	N	المتوس	الانحراف	اختبار	مس
ممارسة	24	40.2	3.58	25.5	دال
غ ممارسة	24	27.2	4.14		

يتضح لنا من بيانات الجدول رقم (3) أن متوسط الذكاء الانفعالي لدى الطلبة غير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية والذي يقدر ب (27.214) وبانحراف معياري (4.144) هو أقل من متوسط الذكاء الانفعالي لدى الطلبة الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية والذي يقدر ب (40.297) وبانحراف معياري (3.589) لكن لمعرفة ما إذا كان هذا الفارق ذو دلالة إحصائية أم لا علينا قراءة وتحليل نتائج اختبار (ت) التي بلغت قيمتها (25.531).

بما أن قيمة الدلالة هي (0.00) أي أقل من مستوى الدلالة 0.05 فإنه يمكننا القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية في الذكاء الانفعالي.

مناقشة نتائج الفرضية العامة

بالنظر لبيانات الجدول ومن خلال النتائج المتوصل إليها في الدرجة الكلية للذكاء الانفعالي لتلاميذ التعليم الثانوي (المرحلة النهائية)، يمكننا القول أن التلاميذ الذين يمارسون أنشطة التربية البدنية والرياضية لديهم ذكاء انفعالي عالي، وهذا ما يمكنهم من إدارة انفعالاتهم، وعواطفهم الشخصية، وكذا المشاعر الخاصة بالآخرين، كما أن لديهم وعي عاطفي وقدرة على توظيف المشاعر ومشاركتها مع الأشخاص المحيطين بهم، عكس التلاميذ الذين لا يمارسون أنشطة التربية البدنية والرياضية، حيث أن أغلبهم لديهم ذكاء عاطفي منخفض كما أنهم لا يملكون القدرة على السيطرة على إنفعالاتهم والقدرة على التحكم بالذات، كما أنهم لا يستطيعون فهم الآخرين ولا يستطيعون التعرف على احتياجاتهم، مما يؤثر سلبا على حياتهم، ولا يدفعهم للمضي قدما من أجل تحقيق النجاح في حياتهم ، وكما سبق وذكرنا فإن أغلب الدراسات التي تناولت علاقة الذكاء الانفعالي بالرياضة قد خلصت إلى أن لممارسة الرياضة دور كبير في تنمية الذكاء الانفعالي.

6. استنتاج

من خلال ما سبق نستنتج انه تم الكشف عن الفرق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية مستوى الذكاء الانفعالي وفق النتائج التي أسفرت عنها الدراسة

- تحقق الفرضية الأولى بصفة مطلقة حيث بينت أن هناك فروق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية في بعد المعرفة الانفعالية
- تحققت الفرضية الثانية بشكل والتي كشفت هي الأخرى عن وجود فروق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية في بعد إدارة الانفعالات.
- تحققت الفرضية العامة للدراسة والتي كانت بعنوان الفروق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية في مستوى الذكاء الانفعالي حيث دلت النتائج على وجوده فروق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لأنشطة التربية البدنية والرياضية في مستوى الذكاء الانفعالي.

وبذلك يمكننا القول أن أنشطة التربية البدنية والرياضة تسهم بشكل كبير في تنميه وتطوير الذكاء الانفعالي عند تلاميذ المرحلة النهائية من التعليم الثانوي، هذه النتيجة لها قيمة ودلالة كبيرة

بحيث أنها ترفع من شأن التربية البدنية والرياضية وتكسبها مكانة مرموقة بين مختلف المواد الدراسية

7. خاتمة:

بعد عرض وتحليل النتائج النهائية التي خلصت إليها الدراسة والمتعلقة بمقياس الذكاء الانفعالي وبكل بعد من أبعاده يمكننا القول أن برنامج أنشطة التربية البدنية والرياضية الذي سطرته وزارة التربية الوطنية للمرحلة النهائية من التعليم الثانوي يساعد المراهق على النمو نفسيا وعقليا ويسمح له باكتساب درجة عالية من النمو الانفعالي والذي يتمثل في كيفية إدارتك وإدارة وتوجيه انفعالاته والآخرين مما يساعده على إكساب خصال حميدة مثل التعاون والاندماج في المجتمع كما تزيد من روابط الإخوة والصداقة بين التلاميذ وتتيح للمراهق فهم دوره في المجتمع وإدراكه لحقوقه وواجباته فأنشطة التربية البدنية والرياضية بذلك تعمل على تربية المراهق وتنشئته تنشئة اجتماعية صالحة تعود بالفائدة عليه وعلى المجتمع.

8. قائمة المراجع:

1- ايمان عباس الخفاف، الذكاء الانفعالي، تعلم كيف تفكر انفعاليا، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان- الاردن، (2013).

2- أبو عفش إيناس شحته، أثر الذكاء الإنفعالي على مقدرة مدراء الأونروا بغزة على إتخاذ القرار وحل المشكلات، رسالة ماجستير في إدارة الأعمال، الجامعة الاسلامية غزة، غزة فلسطين، (2011).

3- الخضر حمود عثمان، الذكاء الوجداني هل هو مفهوم جديد ؟ ، دراسات نفسيه تصدر عن رابطه الاخصائيين المصريين (رانم)، المجلد ،12 العدد 1 ، مصر، (2002).

4- بشير معمرية، *الذكاء الوجداني، مفهوم جديد في علم النفس، بحوث ودراسات متخصصة في علم النفس*، الجزائر، منشورات الحبر، (2007).

5- بن جامع إبراهيم، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالقيادة التربوية، رسالة ماجستير، جامعة منتوري، قسنطينة -الجزائر، (2009).

6- نبيلة بنت محمد أمين أكرم بخاري، الذكاء الانفعالي وأساليب المعاملة الوالدية والمستوى التعليمي للوالدين لدى عينة من طالبات جامعة الطائف، رسالة ماجستير ودكتورا غير منشورة، جامعة الطائف، كلية التربية، قسم علم النفس، (2007).

7- حسين محمد المراد، *تحليل العلاقة بين الذكاء العاطفي وأنماط القيادة وتأثيرها في زيادة فاعلية القيادة الادارية*، المنظمة العربية للتنمية الادارية، القاهرة، (2015).

8- عبد الوهاب جلال، النشاط المدرسي، مكتبة الفلاح، ط1 ، الكويت، (1987).

9- عثمان فاروق، القلق وإدارة الضغوط النفسية، دار الفكر العربي، لقاهرة، (2000).

10- عدنان درويش جلول، أمين أنور الخوري، محمود عبد الفتاح عنان، التربية الرياضية المدرسية، دليل المعلم وطالب التربية العلمية، دار الفكر العربي، ط 3، (1994)

11- سليمان الخضيري شيخ، الفروق الفردية في الذكاء، كلية التربية جامعة عين شمس دار الثقافة للطباعة والنشر القاهرة،(1989-1990).

12- محمد سعيد عوضي، أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الأساسي بين النظرية والتطبيق، دار الوفاء للطباعة والنشر، الإسكندرية -مصر، (2004).

13- نور الدين عبداللي، دراسة مستوى الذكاء الانفعالي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية، جامعة باتنة، الجزائر (2013).

14- Pfeiffier, Emontional Intelligence. Popular and elusive contruct, Roeper review, vol 23 iss 3 , (2001)