

مساهمة النشاط البدني الترويحي في تحقيق بعض ابعاد التكيف الاجتماعي المدرسي (مع الأساتذة والزملاء)
لدى تلاميذ الأقسام النهائية في الطور الثانوي
دراسة ميدانية بثانويات ولاية أم البواقي

**The contribution of recreational physical activity in achieving some dimensions of
School social adaptation (with teachers and colleagues) for students of the final
classes in the secondary school**

دعبال نصرالدين¹، بن ميصرة عبد الرحمان²

¹ مخبر الاستجابات البيولوجية والنفسية للنشاط البدني والرياضي/ جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي /

الجزائر/ nasreddine.daabal@univ-oeb.dz

² جامعة محمد بوضياف المسيلة/ الجزائر / abderrahmane.benmisra@univ-msila.dz

تاريخ النشر: 2023/07/24

تاريخ القبول: 2023/06/22

تاريخ الاستلام: 2023/02/08

ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف والكشف عن مدى مساهمة ممارسة النشاط البدني الترويحي في تحقيق بعض ابعاد التكيف الاجتماعي المدرسي لتلاميذ الأقسام النهائية بالمرحلة الثانوية، وكذلك معرفة الفرق في مستوى التكيف الاجتماعي في البيئة المدرسية بين التلاميذ الذين يمارسون الأنشطة البدنية الترويحية. وأولئك الذين لا يمارسون النشاط البدني الترويحي في المدارس الثانوية حيث تم في هذه الدراسة الاعتماد على المنهج الوصفي (السيبي المقارن) باعتباره المنهج الأنسب للدراسة، وذلك باستخدام أداة البحث المتمثلة في مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي المعد من قبل "علي حاتم البدراني"، على عينة الدراسة المتكونة من 120 تلميذ في الأقسام النهائية (150 ممارسًا و150 ممارسًا غير ممارس) من الإناث والذكور ببعض المدارس الثانوية في ولاية أم البواقي وبعد معالجة البيانات باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية تم الحصول على النتائج التالية:

يساعد ممارسة النشاط البدني الترويحي التلاميذ الاقسام النهائية في الطور الثانوي على الرفع من مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي بين التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الترويحي و غير الممارسين لصالح المجموعة الممارسة.

الكلمات الدالة: النشاط البدني الترويحي؛ التكيف الاجتماعي؛ التكيف المدرسي

Abstract:

This study aims to know and revealing of the contribution of recreational physical activity in achieving some dimensions of school social adaptation for students of the final classes of the secondary school , and knowing the difference in the level of social adaptation in the school environment betwin students who practice recreational physical activities. and the students who do not practice it in secondary schools, In this study we depended on the descriptive method By using the research tool (the school social adaptation gauge) prepared by "Ali Hatem Al-Badrani", and The sample of the study consists of 120 students in the final classes (60 practitioners and 60 non-practitioners) of females and males in secondary schools in the city of Ain Karsha, After processing the data by the Statistical Package for Social Sciences program, we got the following results:

Recreational physical activity helps students of the final classes in the secondary school to raise the level of social adaptation..

Keywords: Recreational physical activity; school adaptation; social adaptation

مقدمة:

ان من أبرز مسميات هذا العصر، عصر الترويح والترفيه، فالترويح له مكانه راقية في المجتمعات المعاصرة التي تتميز فيها الحياة بالحركية والضغطات الناجمة عن العمل والدراسة وازدحام المدينة، ما يتطلب على الافراد الترويح والترفيه في أوقات الفراغ للتنفيس من هاته الضغوطات والرفع من المعنويات والخروج من ذلك الفضاء المقلق والمحبط، وفي هذا الصدد يشير دي جازيا De Geazial الى الترويح، بأنه النشاط الذي يسهم في توفير الراحة للفرد من عناء العمل ويوفر له سبل استعادة حيويته.(الازهري ، 2018، صفحة 36)

ان النشاط الرياضي الترويحي يعد أبرز أنواع الأنشطة الترويحية والأكثر ميولا ورغبة من طرف الشباب والمراهقين وأيضا كبار السن لما يعود إليهم من الراحة والهدوء والاسترخاء كما يساهم أيضا في تجديد طاقة الفرد بعد مشاق الحياة اليومية ، وكما يشير ريتشارد أدلرمان Alderman RITCHARD مع فروي(FROWAY) في اعتبار أن اللعب والنشاط الرياضي الترويحي كمخفض لحالات القلق و التوتر، و بفضل اللعب و الأنشطة الرياضية يمكن للطاقة الغريزية أن تتحرر بصفة مقبولة، و بفضلها يتمكن المراهق من تقييم و تقويم إمكانياته الفكرية و العاطفية و البدنية، ومحاولة تطويرها باستمرار.(بوزايدى ، 2011، صفحة 89)

خاصة وانه أصبح وقت الفراغ في تزايد كبير نتيجة لتطور وسائل النقل والمواصلات وظهور ما يسمى بالتعليم عن بعد ما يستلزم الحركة والابتعاد عن حياة السكون والملل والتوجه نحو الأنشطة الرياضية الترويحية للحركية والترفيه.

فان ممارسة النشاط البدني الترويحي اصبحت من الضروريات خاصة في المجتمعات الحديثة لما لها من تأثيرات حسنة في نفسية الممارسين وعلاقاتهم في المجتمع الذي يعيشون فيه حيث ان كل فرد يسعى الى ان يتوافق ويتكيف في بيئته سواء كانت مكان العمل او مكان الدراسة او الحي الذي يعيش فيه، و قدم موريس مفهوما للتكيف على انه: "عبارة عن ردود أفعال شخصية إزاء المؤثرات الثقافية و الاجتماعية الجديدة التي يتعرض لها الانسان و التكيف معها مهما تعددت الأنواع فهو محاولات للتعامل مع مواقف فعلية او معتقدة لإشباع الحاجات الإنسانية للفرد وحفظ التوازن الاجتماعي للشخصية الإنسانية." (القوس ، 2020، صفحة 377)، ما يؤكد لنا ان الانسان لا يستطيع العيش معزولا عن محيطه وبيئته فهو يتأثر ويأثر بها فلا بد له ان يقيم علاقات اجتماعية مع مختلف الافراد وان يشبع حاجاته الاجتماعية والإنسانية محاولا احداث تكيف ملائم في المجتمع، ليكون بذلك شخصية سوية متوازنة خالية من مختلف الاضطرابات النفسية والاجتماعية ويكتسب أساليب ومهارات تساعد على ذلك.

ما جعل العالم المعاصر يهتم بالتربية بشكل كبير ويعطيها اهتماما بالغا ويجعلها مقصدا وهدفا أسمى من اجل تكوين فرد صالح واعداده من جميع الجوانب الشخصية سواء عقلية او نفسية او اجتماعية التي أصبحت من المؤشرات الدالة على مدى تطور المجتمعات وأصبحت ضرورة اجتماعية تسعى الى تحقيقها الأمم. (قاضي و ربوح، 2022، صفحة 212) حيث يعيش التلميذ المرحلة الدراسية الثانوية في مرحلة المراهقة وهي مرحلة ما قبل النضج التي أكد معظم

الباحثين والدارسين على صعوبتها وأنها مرحلة حساسة في عمر الانسان، تمتاز بالاضطرابات النفسية والاجتماعية المختلفة.

ولوحظ ايضا لدى المراهقين الذين يظهرون صعوبات سلوكية بعض أوجه القصور من حيث المهارات الاجتماعية (التعاطف، استراتيجيات حل المشاكل، التعاون) وهي عقبات رئيسية تحول دون اندماجهم المدرسي والاجتماعي ما ينقص من جودة التكيف الاجتماعي وزيادة مخاطر سوء التكيف الاجتماعي. (Claire, Sylvain, Couture, & Laurier, 2009, p. 173) و يعد تكيف التلميذ في هذا المجتمع واحدا من اهم مظاهر جودة الحياة فشعوره بالرضى و الارتياح عن نوعية الحياة الاجتماعية المدرسية يمكن ان ينعكس على انتاجه وتحصيله حيث ان العلاقات الاجتماعية داخل البيئة المدرسية تحدث اثرا كبيرا ي جودة الحياة للطلاب التي تكون عادة قائمة على التواصل مع الطلاب الاخرين و الانخراط في الأنشطة الترويحية خاصة اذا استطاع التلميذ استثمار وقت فراغه في اشباع هواياته والترويح عن نفسه. (بن شميصة، 2021، صفحة 423)

من الناحية الاجتماعية تعتبر المراهقة اما مرحلة عبور، والتي تسمح بالاندماج في الحياة الاجتماعية او كمجموعة اجتماعية متميزة بخصائصها الاجتماعية والثقافية وبصعوبتها المختلفة بناءا على الجنس والزمن وقد استخدم الباحثون اوصافا متعددة للتعبير عنها فقد عرفت "دولتو" المراهقة من خلال الخطر المحدق به، تطرقت الى عقدة سرطان البحر حيث شتهت فترة المراهقة بفترة تغيير سرطان البحر لصدفته أي ان فترة المراهقة بمثابة سن التعرض للتهديدات المختلفة والتي لا يمكن تجنبها لا سيما انها مرحلة بناء هوية الذات والتمثيلات الجسمية. (بهتان و جبال ، 2015 ، صفحة 147)، فهي بذلك تكون مرحلة انتقال خطيرة من مرحلة الطفولة الى مرحلة الشباب يعتمد فيها على نفسه و ينتقل من حياة جل علاقاتها مع الاسرة الى مرحلة بناء علاقات مع العالم الخارجي، وفي هذا الصدد يشير جاك روسو في كتابه سنة 1762 " ان البلوغ يتجاوز إطار الحدث الفسيولوجي فليست المراهقة مجرد مرحلة انتقالية عابرة للوصول الى مرحلة الرشد، بل يتجاوز هذا المفهوم ما هو بيولوجي الى ما هو اجتماعي (الشناوي، 1984 ، صفحة 64)، وهنا نفهم ان من خلال جاك روسو بان المراهق يمر بتغيرات اجتماعية مثلما يمر بتغيرات فسيولوجية، يحتاج الى اشباع حاجاته الاجتماعية والى ان يتكيف مع مجتمعه.

و ادراكا منا لأهمية ممارسة النشاط البدني الترويحي وتأثيره الإيجابي على الجانب النفسي والاجتماعي لجميع الافراد خلال مختلف المراحل العمرية عموما ومرحلة المراهقة خصوصا نظرا لخصائصهم النفسية المستعصية، يأتي هذا البحث للكشف عن مدى مساهمة النشاط البدني الترويحي في تحقيق بعض ابعاد التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في الطور الثانوي.

وبناء على ما سبق نقوم بطرح التساؤل الرئيسي المتمثل في:

_ هل توجد فروق بين تلاميذ الأقسام النهائية في الطور الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في بعض ابعاد التكيف الاجتماع المدرسي؟

وانطلاقا من التساؤل الرئيسي نقوم بطرح التساؤلات الفرعية التالية:

_ هل توجد فروق بين تلاميذ الأقسام النهائية للطور الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في علاقاتهم مع زملائهم؟

_ هل توجد فروق بين تلاميذ الأقسام النهائية للطور الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في علاقاتهم مع الأساتذة؟

1_ فرضيات البحث:

1_1_ الفرضية الرئيسية:

_ توجد فروق بين تلاميذ الأقسام النهائية في الطور الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في بعض ابعاد التكيف الاجتماعي المدرسي؟

1_2_ الفرضيات الفرعية:

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الأقسام النهائية للطور الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في علاقاتهم مع زملائهم؟

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الأقسام النهائية للطور الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في علاقاتهم مع الأساتذة؟

3_ أهمية البحث:

تكمن أهمية هذه الدراسة فيما يلي:

_ يتناول موضوع دراستنا التكيف الاجتماعي الذي يعتبر موضوع جد مهم في علم الاجتماع.

_ أهمية المرحلة العمرية التي أجري عليها البحث وهي مرحلة المراهقة وكذلك أهمية المرحلة الدراسية وهي المرحلة الدراسية الثانوية التي تتضمن امتحان البكالوريا المصري.

_ تثمين دور ممارسة النشاط البدني الترويحي لجميع الافراد عموما ولتلاميذ الأقسام النهائية من التعليم الثانوي خصوصا.

_ إبراز أهمية التكيف الاجتماعي المدرسي للتلاميذ داخل المدارس الثانوية في تحسين العلاقات بين كل من الأساتذة والتلاميذ.

_ التعرف أكثر على مزايا النشاط البدني الترويحي والتكيف الاجتماعي المدرسي.

4_ أهداف البحث:

تكمن أهداف هذه الدراسة فيما يلي:

_ الكشف عن الفروق الموجودة بين تلاميذ الأقسام النهائية الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في علاقاتهم مع الاساتذة.

_ الكشف عن الفروق الموجودة بين تلاميذ الأقسام النهائية الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في علاقاتهم مع زملائهم.

_ التعرف على الفرق في التكيف الاجتماعي المدرسي لدى التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الترويحي والتلاميذ غير الممارسين للنشاط البدني الترويحي.

_ اثبات ان ممارسة النشاط البدني الترويحي يساعد التلاميذ على التكيف الاجتماعي داخل المحيط المدرسي.

5_ تحديد المفاهيم والمصطلحات:

5_1_ النشاط الرياضي الترويحي

اصطلاحا: يعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويح ويشمل الالعاب الصغيرة كالعاب الرشاقة والجري والالعاب الكرات الصغيرة وغيرها وأيضا الألعاب الكبيرة ككرة القدم والألعاب التنافسية الفردية والزوجية والجماعية والالعاب الماء كالسباحة وكرة الماء والتجديف وهي من أحب ألوان الترويح عموما.(هدى حسن و محمود محمد ، 2008، صفحة 120)

إجرائيا: هو مجموعة من الأنشطة الرياضية الاختيارية التي يمارسها تلاميذ الأقسام النهائية بثانويات مدينة عين كرشة في أوقات فراغهم بغرض المرح والسرور والتي تساهم في علاقاتهم مع زملائهم وأساتذتهم وتحقيق التكيف الاجتماعي.

5_2_ التكيف الاجتماعي:

اصطلاحا: يعرفه ألان (ALAN): عبارة عن عملية تتم من خلال الافراد الذين يحاولون المحافظة على الانسجام والاستقرار والعلاقات السليمة مع بيئاتهم الجديدة ومن خلال هذه العملية فان الفرد يغير رغباته واستجاباته حتى يتلاءم مع متطلبات البيئة الجديدة.(Alan, 2009, p. 19)

إجرائيا: ان التكيف الاجتماعي المدرسي هو تمكن تلاميذ الأقسام النهائية لبعض ثانويات ولاية ام البواقي من اشباع حاجاتهم الاجتماعية من خلال تفاعلهم مع أساتذتهم وزملائهم وعلاقاتهم المتبادلة فيما بينهم في المحيط المدرسي بهم وذلك من اجل تحقيق التوافق والتكيف الاجتماعي المدرسي.

5_3_ التكيف المدرسي:

هو اندماج التلميذ في الجماعة المدرسية لكي يصبح حيا وعضوا عاملا في جماعة تساعد في تحقيق ذاتيته جسمانيا وعقليا واجتماعيا وعاطفيا، لكي يأخذ مكان بين بقية أعضاء هذه الاسرة وان يشعر بالتضامن معهم حتى يتمكن من تنمية استعداداته وقدراته الى اقصى قدر مستطاع وازدهار شخصيته الى ابعد حد ممكن.(الصقر ، 1965، صفحة 83)

إجرائيا: هو قدرة تلاميذ الأقسام النهائية لبعض ثانويات ولاية أم البواقي على بناء علاقات اجتماعية في البيئة المدرسية مع أساتذتهم وزملائهم والتفاعل معهم مما يخلق علاقات اجتماعية طيبة فيما بينهم.

6_ الدراسات السابقة والمساهمة:

6_1_ دراسة حسين بركات (2014)، تحت عنوان "دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الجانحين دراسة ميدانية في مؤسسة إعادة التربية بالحراش"

تهدف الدراسة إلى معرفة الدور الذي يلعبه النشاط الرياضي الترويحي لدى فئة مهمة في المجتمع وذلك لما يوفره هذا النشاط من فرص طبية لنمو الشخصية الإنسانية للفرد بشكل يتصف بالتكامل والشمول حيث يندمج من خلال الأنشطة الرياضية مع الجماعات والفرق التي تمده بالصدقة والألفة الاجتماعية وتجعله يتقبل معايير مجتمعه ويتطبع على قيمه ويدرك دوره وبالتالي يحقق التكيف الاجتماعي المنشود. وكانت عينة البحث مكونة من 40 جانحا نصفهم ممارسون للنشاط الرياضي الترويحي داخل مراكز إعادة التربية. واستخدمنا المنهج الوصفي الملائم لهذه الدراسة معتمدين على أدوات البحث المتمثلة في مقياس التكيف الاجتماعي والمقابلة في الدراسة الاستطلاعية حيث تم التوصل الى النتيجة التالية:

النشاط الرياضي الترويحي له دور كبير في تحقيق التكيف الاجتماعي لدي الجانحين إذ يعتبر هذا النشاط ملجأ تربويا وترفيهيا لهذه الفئة المحرومة وتشعرهم بإنسانيتهم ووجودهم في المجتمع.

6_2_ دراسة قدور براهيم، بلال زيني، عياد مصطفى (2018)، تحت عنوان: "دور النشاط البدني الترويحي في التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي"

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور النشاط البدني الترويحي في التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي والتي تهدف من هذه الدراسة الى معرفة مدى أهمية النشاط البدني الترويحي في التعايش والاحترام ومعرفة القيم والقواعد الاجتماعية وإعداد المواطن الصالح واعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي المقارن مستعملين أداة البحث المتمثلة في الاستبيان للوصول وبعد القيام بالمعالجة الإحصائية توصلنا الى أن للنشاط البدني الترويحي دور في التفاعل الاجتماعي وذلك بعد وجود فروق بين المجموعتين الممارسة والغير ممارسة، وفي الأخير نوصي بأن نساعد ونحث أبنانا في ممارسة النشاط البدني الترويحي في أوقات الفراغ.

6_3_ دراسة طهير ياسمين (2018) تحت عنوان: "النشاط البدني الرياضي وتحسين التكيف الاجتماعي لدى التلاميذ مرضى السكري. دراسة ميدانية لمتوسطة حمود رمضان بالكاليتوس."

الهدف من الدراسة إظهار مدى فاعلية النشاط البدني الرياضي الممارس في المؤسسات التربوية في تحسين التكيف الاجتماعي بالنسبة للتلاميذ المراهقين مرضى السكري، حيث تم الاعتماد على مقياس التكيف الاجتماعي الذي أعد من طرف الباحث فيصل نواف عبد الله 1987، أما العينة وهي تتمثل في 16 تلميذ من الطور المتوسط المصابين بداء

السكري في المرحلة العمرية 11-15 سنة، تمت معالجتها إحصائياً بواسطة (SPSS). وتم التوصل الى النتائج التالية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التكيف الاجتماعي بين متوسط أفراد المجموعة التجريبية (الممارسين للنشاط البدني الرياضي) والضابطة (غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي) في القياس القبلي.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التكيف الاجتماعي بين متوسط أفراد المجموعة التجريبية (الممارسين للنشاط البدني الرياضي) والضابطة (غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي) في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس التكيف الاجتماعي بين متوسط أفراد المجموعة التجريبية (الممارسين للنشاط البدني الرياضي) في القياس القبلي ومتوسط درجاتهم في القياس البعدي، لصالح القياس البعدي.

4_6 دراسة بن عميروش سليمان وهماك عبد الحليم (2019)، تحت عنوان: "دراسة مقارنة لبعض أبعاد التكيف الاجتماعي المدرسي بين التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية والممارسين للرياضة التنافسية. -دراسة ميدانية على مستوى بعض متوسطات مدينة بسكرة.

نهـدف من خلال هذه الدراسة إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق في بعض أبعاد التكيف الاجتماعي المدرسي للمرحلة المتوسطة بين التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية والممارسين للرياضة التنافسية. حيث شملت عينة الدراسة على 86 تلميذ مقسمين إلى مجموعتين، مجموعة ممارسة للرياضة التنافسية ومجموعة ممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية. وتم استخدام مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي كأداة للبحث. وكانت أهم النتائج المتوصل إليها كالتالي:

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية والتلاميذ الممارسين للرياضة التنافسية في التكيف الاجتماعي المدرسي في البعد الأول (موقف التلميذ مع زملائه) والثاني (موقف التلميذ مع الأساتذة) والرابع (موقف التلميذ من النشاطات المدرسية)

وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية والتلاميذ الممارسين للرياضة التنافسية في التكيف الاجتماعي المدرسي في البعد الثالث (موقف التلميذ مع المتوسطة وإدارتها)،

5_6 دراسة عباس الدراجي، فاتح مزارى مراد أيت لونيس (2020)، تحت عنوان: "دراسة مقارنة في التكيف الاجتماعي المدرسي بين الممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين وعلاقته بالسرعة الهوائية القصوى لدى تلاميذ الطور الثانوي."

هدفت الدراسة إلى اعداد مقياس للتكيف الاجتماعي المدرسي والتعرف الى المستوى البدني للممارسين للنشاط الرياضي وغير الممارسين من تلاميذ المدارس الثانوية وكذا معرفة العلاقة بين التكيف الاجتماعي المدرسي وبعض المتغيرات البدنية على غرار السرعة الهوائية القصوى لدى تلاميذ الطور الثانوي ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي وهذا

بتوزيع مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي على عينة مكونة من تلاميذ (7) ثانويات بطريقة عشوائية والتي بلغ بها عدد الممارسين للنشاط الرياضي (576) طالب وغير الممارسين (952) طالب، اضافة الى اجراء اختبار VAMEVAL لقياس السرعة الهوائية القصوى لديهم، وتوصل الباحثون من خلال هذه الدراسة إلى :

_ أن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد الطالب على التكيف والتألف الاجتماعي المدرسي وأن هناك علاقة ايجابية بين التكيف الاجتماعي المدرسي وبعض المتغيرات البدنية على غرار السرعة الهوائية القصوى للممارسين للأنشطة الرياضية المدرسية

6_الاجراءات المنهجية للدراسة:

6_1_ المنهج المستخدم: اعتمدنا في بحثنا على المنهج الوصفي السببي المقارن

6_2_ مجتمع البحث: يتمثل مجتمع بحثنا في دراستنا هذه على تلاميذ الأقسام النهائية ببعض ثانويات ولاية ام البواقي في جميع التخصصات.

6_3_ عينة البحث: نقصد بعينة البحث الأساسية مجموعة العناصر التي تمثل مجتمع البحث الأصلي تمثيلا صادقا، وتمثلت عينة الدراسة الأساسية في تلاميذ الأقسام النهائية لثانويات معنصر بمدينة عين كرشة والبالغ عددهم 150 تلميذ حيث شملت التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي.

6_4_ مجالات البحث:

6_4_1_ المجال البشري: اشتمل المجال البشري على عينة قدرها 300 تلميذ من ممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير ممارسين

6_4_2_ المجال المكاني: اشتمل المجال المكاني على 7 سبعة ثانويات موزعة على بلديات ولاية ام البواقي وهي: ثانوية بلدية ام البواقي، ثانوية بلدية عين فكرون، ثانوية بلدية عين كرشة، ثانوية بلدية بوغرارة، ثانوية بلدية عين مليلة، ثانوية بلدية الحرملية.

6_4_3_ المجال الزمني: أجريت الدراسة خلال الموسم الدراسي 2021_2022

6_5_ أداة الدراسة:

بعد دراسة موضوعنا والاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث وجدنا ان الأداة المناسبة لجمع البيانات هي مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي من اعداد (محمود مطر علي حاتم البدراني سنة (2004) والذي تم تكييفه وفق البيئة الجزائرية الباحث بوزاهر محمد لخضر والذي يصبو الى معرفة مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي ويتكون من 87 عبارة موزعة على 04 محاور وهي:

_ المحور الأول: علاقة الطالب بزملائه، (24) عبارة للمحور الأول.

_ المحور الثاني: علاقة الطالب بالمدرسين، (24) عبارة للمحور الثاني.

_ المحور الثالث: علاقة الطالب بالإدارة، (23) عبارة للمحور الثالث.

_ المحور الرابع: موقف الطالب من النشاطات المدرسية، (16) عبارة للمحور الثالث.

، وتتم الإجابة باختيار أحد البدائل التالية: بدرجة كبيرة جدا تقابله (5) درجات

2_ بدرجة كبيرة تقابله (4) درجات

3_ بدرجة متوسطة (3) درجات

4_ بدرجة ضعيفة (2) درجات

6_ الدراسة الاستطلاعية:

بعد دراسة موضوعنا والاطلاع على الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث وجدنا ان الأداة المناسبة لجمع البيانات هي مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي من اعداد (محمودمطر علي حاتم البدراني سنة (2004) والذي تم تكييفه وفق البيئة الجزائرية الباحث بوزاهر محمد لخضر والذي يصبو الى معرفة مستوى التكيف الاجتماعي المدرسي ويتكون من 87 عبارة موزعة على 04 محاور وهي:

_ المحور الأول: علاقة الطالب بزملائه، (24) عبارة للمحور الأول.

_ المحور الثاني: علاقة الطالب بالمدرسين، (24) عبارة للمحور الثاني.

_ المحور الثالث: علاقة الطالب بالإدارة، (23) عبارة للمحور الثالث.

_ المحور الرابع: موقف الطالب من النشاطات المدرسية، (16) عبارة للمحور الثالث.

، وتتم الإجابة باختيار أحد البدائل التالية: بدرجة كبيرة جدا تقابله (5) درجات

2_ بدرجة كبيرة تقابله (4) درجات

3_ بدرجة متوسطة (3) درجات

4_ بدرجة ضعيفة (2) درجات

6_ الأسس العلمية للمقياس:

6_7_1 الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

يهدف هذا النوع من أنواع الصدق الى معرفة مدى قدرة المقياس على التمييز بين الافراد ذوي الدرجات المرتفعة والمنخفضة في السمة التي يقيسها المقياس. (العبيدي، 2010، صفحة 178) وهي أحد الطرق الإحصائية لحساب الصدق وفق طريقة المقارنة الطرفية حيث قام الباحث بترتيب مجموع درجات افراد عينة الدراسة تصاعديا (من أصغر درجة الى أكبر درجة) وقام بتقسيمها الى ثلاثة مستويات، مستوى درجات عالي ومستوى درجات متوسط ومستوى درجات منخفض ثم يأخذ ما نسبته 33% (الثلث)، من الدرجات القوية (الفئة العليا)

وكذلك يأخذ ما نسبته 33% من الدرجات الضعيفة (الفئة الدنيا) ويقوم بحساب الفرق (المقارنة) بين الفئتين (الطرفين) باستعمال تاسست لعينتين مستقلتين حيث توصل الى النتائج المبينة في الجدول أدناه:

الجدول رقم (1) يوضح نتائج الصدق التمييزي للمحورين الأول والثاني من مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي

المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (T)	قيمة sig	درجة الحرية	مستوى الدلالة
مجموعة الدرجات العليا	10	202,7	18,43	6.97	0,00	18	0,01
مجموعة الدرجات الدنيا	10	144,5	18,89				

نلاحظ من خلال الجدول (1) ان قيمة كل من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكلا المجموعتين (مجموعة الدرجات العليا و مجموعة الدرجات الدنيا)، تشير الى وجود اختلاف و تباين بينهما بالإضافة الى قيمة (sig;0,00) أقل من 0,05

وهذا ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الافراد (المجموعات) العليا ودرجات الافراد الدنيا في المقياس وهذا ما يؤكد على ان مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي لديه القدرة على التمييز بين الفئات المختلفة، اذن المقياس صادق ويصلح استخدامه للمقياس.

6_2_ ثبات المقياس

- طريقة الفا كرونباخ:

قصد التأكد والتدقيق أكثر في معامل الثبات لأداة القياس (مقياس التكيف الاجتماعي المدرسي) تم الاعتماد أيضا على معامل الثبات بطريقة الفا كرونباخ كما هو موضح في الجدول الاتي:

الجدول رقم (2) يمثل معامل الثبات بطريقة الفا كرونباخ لمقياس التكيف الاجتماعي المدرسي

أبعاد المقياس	عدد العبارات	معامل الثبات
علاقة التلميذ بزملائه	24	0,72
علاقة التلميذ بأساتذته	24	0,74

يوضح الجدول رقم (2) درجات معاملات الثبات بطريقة الفا كرونباخ لكل من محور على حدى حيث يوضح، ان درجة ثبات ابعاد المقياس انحصرت بين (0,74) لبعد علاقة التلميذ بأساتذته و (0,72) لبعد علاقة التلميذ بزملائه وهي قيم مقبولة وجيدة على العموم وهذا ما يمكننا من القول ان معامل الثبات بطريقة الفا كرونباخ عالي والمقياس ثابت.

6_8_ الأدوات والوسائل الإحصائية:

تمت المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج المعالجة الإحصائية في العلوم الاجتماعية (spss) الإصدار 25.

_ اختبار T العنيتين مستقلتين (ستيودنت).

_ المتوسط الحسابي.

_ الانحراف المعياري.

_ معامل الارتباط بيرسون.

7_ عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

7_1_1_ عرض وتحليل نتائج محاور المقياس:

7_1_1_1_ المحور الأول: الجدول رقم (3) يبين نتائج اختبار T للعنيتين المستقلتين، للممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في بعد علاقة التلاميذ بزملائهم.

المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T	القيمة الاحتمالية sig	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
المجموعة الممارسة	150	8.968	1.219	6.08	0.000	118	دالة احصائية
المجموعة غير الممارسة	150	7.418	1.551				

جدول رقم (3)

التحليل:

يتضح من بيانات الجدول رقم (03) ان المتوسط الحسابي للمجموعة الممارسة للنشاط البدني الترويحي (8.968) بانحراف معياري (1.219) وهو اعلى من متوسط المجموعة غير الممارسة البالغ (7). بانحراف معياري (1.551)، كما جاءت نتائج اختبار (ت) (6.08) بقيمة احتمالية (0.000)، أصغر من مستوى الدلالة (0.05) وعليه تقرر انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسط (علاقة التلاميذ بزملائهم) للمجموعة الممارسة ومتوسط (علاقة التلاميذ بزملائهم) للمجموعة غير الممارسة، لصالح المجموعة الممارسة.

7_1_2_ المحور الثاني: لجدول رقم (04) يبين نتائج اختبار T للعنيتين المستقلتين، للممارسين للنشاط البدني الترويحي وغير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في بعد علاقة التلاميذ بأساتذتهم.

المجموعات	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T	القيمة الاحتمالية sig	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
المجموعة الممارسة	150	3.61	1.51	1.75	0.002	118	دالة احصائية
المجموعة غير الممارسة	150	3.46	1.41				

جدول رقم (04)

التحليل:

يتضح من بيانات الجدول رقم (03) ان المتوسط الحسابي للمجموعة الممارسة للنشاط البدني الترويحي (3.61) بانحراف معياري (1.51) وهو اعلى من متوسط المجموعة غير الممارسة البالغ (3.46) بانحراف معياري (1.41)، كما جاءت نتائج اختبار (ت) (1.75) بقيمة احتمالية (0.002)، أصغر من مستوى الدلالة (0.05) وعليه تقررانه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين متوسط (علاقة التلاميذ بأساتذتهم) للمجموعة الممارسة ومتوسط (علاقة التلاميذ بزملائهم) للمجموعة غير الممارسة، لصالح المجموعة الممارسة.

2_7- مناقشة النتائج:

اسفرت النتائج المتحصل عليها في الجدولين (3،4)، عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كلا البعدين، مما يعني ان تلاميذ الأقسام النهائية في التعليم الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي، يكونون علاقات طبيعية حسنة وطيبة مع زملاءهم في المؤسسة التربوية، أفضل من التلاميذ غير الممارسين، حيث ان معظم الأنشطة الرياضية الترويحية تحدث في صورة جماعية وهذا ما يساعد الفرد على اكتساب الروح الجماعية والتعاون والانسجام والقدرة على التكيف مع الآخرين واكتساب مكانة اجتماعية مقبولة وتنمية السلوك الجماعي للفرد. (عصام فتحي، 2020، صفحة 64_65)، كما ان ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية تؤدي الى اعتزاز الفرد بنفسه و ترفع من مستوى ثقته بنفسه ما يسمح له بالإقدام على أفراد محيطه و التفاعل مع الآخرين و مشاركتهم الافكار و تبادل معهم مختلف الآراء و نيل الاحترام و تنمية العلاقات الاجتماعية و المعارف. (طلبة، 2009، صفحة 44)، و تتاح الفرصة أيضا للممارسين للنشاط البدني الترويحي للتعرف على أشخاص جدد و القيام بصداقات جديدة و اشباع الحاجة الى الانتماء و التعارف وغيرها من الحاجات الضرورية لنمو الانسان. (البلوشي، 2020، الصفحات 226-227)

كما ان مستوى العلاقة بين التلاميذ و الأساتذة لدى تلاميذ الأقسام النهائية في التعليم الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي اكبر منه عند التلاميذ غير الممارسين وهذا ما يؤكد على ان النشاط البدني الترويحي يساهم في بناء شخصية الفرد من خلال المشاعر الإيجابية والتفاعل الاجتماعي الحسن والحماس الذي يكون مصدره الرضا والسعادة والشعور بالأمان و الثقة بالنفس و التعبير عن الذات ووقاية الفرد من القلق و التوتر والاكتئاب و الضغوط النفسية و تحسين نوعية الحياة و تحقيق التفاعل الاجتماعي وتنمية القيم والمبادئ كاحترام و التقدير. (Merom، Rissel، و Adrian، 2014، صفحة 487). تعتبر الأنشطة الرياضية الترويحية وسيلة لإشباع بعض الدوافع الفطرية والاجتماعية كالدافعية للحركة والتفاعل الاجتماعي مما يعكس توازنا على الشخصية نتيجة لإزالة التوترات الناتجة عن الحاج هذه الدوافع والحاجات حيث تقدم العلاج النفسي المناسب لبعض الافراد الذين يعانون من الخجل والعزلة او الضعف في بعض السمات النفسية كنقص الثقة بالنفس. (باهي و عفيفي، 2005، صفحة 145)

وعليه في الأخير يمكن ان نستخلص ان الفرضية العامة القائلة: بانه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ الأقسام النهائية للطور الثانوي الممارسين للنشاط البدني الترويحي والتلاميذ غير الممارسين للنشاط البدني الترويحي في بعض ابعاد

التكيف الاجتماعي المدرسي قد حقق، بمعنى ان ممارسة النشاط البدني الترويحي تساهم في تحقيق بعض ابعاد التكيف الاجتماعي المدرسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية وهذا ما يتوافق مع دراسة كل من:

دراسة حسين بركات (2014)، تحت عنوان " دور النشاط الرياضي الترويحي في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الجانحين دراسة ميدانية في مؤسسة اعادة التربية بالحراش" التي توصلت الى ان النشاط الرياضي الترويحي له دور كبير في تحقيق التكيف الاجتماعي لدي الجانحين إذ يعتبر هذا النشاط ملجأ تربوياً وترفيهياً لهذه الفئة المحرومة وتشعرهم بإنسانيتهم ووجودهم في المجتمع،

ودراسة قدور براهيم، بلال زيني، عياد مصطفى (2018)، تحت عنوان: " دور النشاط البدني الترويحي في التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ الطور الثانوي" التي توصلت الى أن للنشاط البدني الترويحي دور في التفاعل الاجتماعي وذلك بعد وجود فروق بين المجموعتين الممارسة وغير الممارسة، وفي الأخير نوصي بان نساعد ونحث أبناءنا على ممارسة النشاط البدني الترويحي في أوقات الفراغ.

8_الاستنتاجات والتوصيات:

وقد أضفت دراستنا على مجموعة من التوصيات تمثلت فيما يلي:

_ التعرف أكثر على النشاط البدني الترويحي ودعوة تلاميذ الطور الثانوي خاصة الأقسام النهائية الى ممارسته بشكل دائم.

_ الاهتمام بالعلاقات الاجتماعية للتلميذ داخل الوسط المدرسي مع كل افراد الطاقم التربوي.

_ دعوة التلاميذ غير الممارسين للنشاط البدني الترويحي للإقبال على ممارستها.

_ ادراج الأنشطة الرياضية الترويحية ضمن البرنامج المدرسي.

خاتمة:

تعد الأنشطة البدنية الترويحية خاصة الرياضات الجماعية، من بين الأنشطة المقوية للروابط الاجتماعية وتفتح المجال للتعارف وخلق العلاقات الإنسانية والاجتماعية الطيبة بين أوساط الممارسين، فتلاميذ الأقسام النهائية للطور الثانوي المراهقون، يميلون في هذه المرحلة العمرية الى حب التعارف والدخول في علاقات جديدة مع الآخرين ولذلك فانهم يجدون ضالتهم بممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بأنواعها المختلفة التي تعتبر المسار الصحيح لإشباع هاته الحاجة واكتساب مختلف المهارات الاجتماعية الأخرى فمن خلال نتائج البحث الذي قمنا به فان التلاميذ الممارسون للنشاط البدني الترويحي ناجحون بنسبة كبيرة في علاقاتهم الاجتماعية مع زملائهم واساتذتهم ما يساهم في تحقيق التكيف الاجتماعي المدرسي و تجنبهم مظاهر العزلة والتغرب في الوسط المدرسي.

المصادر والمراجع

1. لازهري، م. ا.، 2018. الترويح وتربية الاطفال في الخلاء. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
2. البلوشي، ب.، 2020. اثر استخدام الأنشطة الترويحية القائمة على التعليم عن بعد في مناهج التربية البدنية والرياضية للمراحل التعليمية في الكويت. مجلة كلية التربية ببنها، 240-220 pp.

مساهمة النشاط البدني الترويحي في تحقيق بعض ابعاد التكيف الاجتماعي المدرسي (مع الأساتذة والزملاء) لدى تلاميذ الأقسام النهائية في الطور الثانوي

3. الشناوي، ا.، 1984. *الغشنة الاجتماعية للطفل*. عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.
4. الصقر، م. ج.، 1965. *اتجاهات في التربية والتعليم*. القاهرة: دار المعارف.
5. العبيدي، م. ج. م. و. ا. م.، 2010. *الابداع والتفكير الابتكاري وتنميته في التربية والتعليم*. مصر: ديونو للطباعة والنشر والتوزيع.
6. القوس، س. ب. س.، 2020. التكيف الاجتماعي والوظيفي للشباب السعودي في وظائف التوطين وفقا لرؤية 2030. *المجلة العربية للدراسات الامنية*، 375_392. p.
7. باهي، م. ح. و عفيفي، م. م.، 2005. *سيكولوجية الادارة الرياضية*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
8. بن شميصة، ا.، 2021. فاعلية ادارة اوقات الفراغ لممارسة الانشطة الترويحية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة المركز الجامعي بالبيضاء. *مجلة التحدي*، 13(02)، 422_433. p.
9. بهتان، ع. ا. و جبال، ن. ا.، 2015. تجليات اضطرابات مرحلة المراهقة. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، 146_156. p.
10. بوزايد، م.، 2011. الانشطة الرياضية الترويحية وتأثيرها على حالات القلق الجامعي (حالة طلبة المدرسة الوطنية التحضيرية ادراسات مهندس بالروبية). *مجلة علمية محكمة تصدر عن مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي*، 94_88. p.
11. طلبة، م. ا.، 2009. *سيكولوجية الترويح واوقات الفراغ*. القاهرة: اسلاميك جرافيك.
12. عصام فتحي، ز. ا.، 2020. *كتاب الخدمة الاجتماعية ورعاية الشباب*. عمان: دار اليازوري للنشر والتوزيع.
13. قاضي، م. و ربح، ص.، 2022. دور حصة التربية البدنية والرياضية في تنمية التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ الطور المتوسط دراسة ميدانية لبعض متوسطات عين الدفلى. *مجلة التحدي*، 14(02)، 211_222. p.
14. هدى حسن، م. م. و محمود محمد، م. ح.، 2008. *الترويح واهميته في التوافق النفسي والاجتماعي لتحدي الاعاقة الذهنية*. الاسكندرية: دار الوفاء للنشر والطباعة.
15. Alan, M. .2009، Self- Concept and Social Adjustment: Effect Academic of adolescents
16. *Journal of organizational behavior* pp. 79-90.
17. Claire, B., Sylvain, b., Couture, C. & Laurier, F., 2009. L'adaptation sociale et scolaire des élèves de première secondaire s'est-elle détériorée au fil des ans ? Une étude comparative 1996-2005. *Revue des sciences de l'éducation*, pp. 169-189.