

دور حصة التربية البدنية و الرياضة في حل بعض المشاكل النفسية لدى المراهقين في
المؤسسات التربوية مرحلة التعليم المتوسط

أ. دقي حميد

h.degui@univ-chlef.dz

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على دور حصة التربية البدنية و الرياضة في حل بعض المشكلات النفسية لدى التلاميذ في مرحلة التعليم المتوسط، حيث اختار الباحث من بين المشكلات النفسية مشكل المشاغبة في البيئة المدرسية ، ولدراسة هذه الظاهرة استعان الباحث بعينة قوامها (60) تلميذ من مرحلة التعليم المتوسط منهم (30) ممارسة لحصة التربية البدنية والرياضة و (30) تلميذ غير ممارس، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، كما تم استخدام المنهج الوصفي المقارن لأنه المناسب لمثل هذه الدراسات. وقد اعتمد الباحث في جمع المعلومات والبيانات على مقياس المشاغبة في البيئة المدرسية الدكتور هشام عبد الرحمان الخولي 2004. وبعد جمع البيانات والقيام بالمعالجة الإحصائية تم التوصل إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضة مقارنة بغير الممارسين وذلك لصالح التلاميذ الممارسين. و من النتائج المتوصل إليها أوصت الدراسة بضرورة التحسيس بأهمية الاهتمام بتشجيع الممارسة الفعلية والمنظمة لحصة التربية البدنية والرياضة وهذا نظرا لانعكاسها الايجابي على الصحة النفسية للتلاميذ والحد من سلوك المشاغبة وهذا بالعمل على توفير المنشآت الرياضية التي تساعد على الممارسة ورفع الحجم الساعي من ساعتين أسبوعيا إلى 4 ساعات إضافة إلى تكوين وتوسيع الممارسة على جميع شرائح المجتمع .

الكلمات المفتاحية: حصة التربية البدنية و الرياضة، المشكلات النفسية ، مرحلة المراهقة.

The role of the physical education and sports class in solving some psychological problems among adolescents in educational institutions at the intermediate stage

Doki Hamid

Abstract :

The aim of the present study is to identify the role of physical education and sport in solving some of the psychological problems of pupils at the intermediate level of education, where the researcher has chosen from among the psychological problems the problem of naughty in the school environment, and to study this phenomenon the researcher has used a sample of its size (60) pupils from intermediate education, including (30) the practice of physical education and sports; 30 A non-practicing pupil, selected in a random manner, and a comparative descriptive curriculum has been used because it is appropriate for such studies. The researcher's collection of information and data relied on the scale of naughty in the school environment Dr. Hisham Abdulrahman Al-Khouli 2004. After data collection and statistical processing, statistically significant differences between pupils practicing physical education and sports compared to non-practitioners were found for the pupils' benefit. Among the findings, the study recommended the need to sensitize the importance of promoting the actual and systematic practice of physical education and sport. This is detrimental to its positive impact on pupils' mental health and the reduction of uncomfortable behavior. This ensures the provision of sports facilities that help to practice and raise the size of the endeavor from two hours a week to 4 hours. in addition to the formation and expansion of practice across all segments of society.

Keywords: physical education and sports class, psychological problems, adolescence.

مقدمة وإشكالية:

تعتبر التربية البدنية و الرياضة من أهم المواد الدراسية في المناهج التربوية حيث توازي أهميتها المواد الدراسية الأساسية او تفوق رغم تصنيفها في الجائز من مواد الأيقاض و منحها معامل واحد وهي مظهر من مظاهر النشاط الإنساني الذي يمارس في اوقات الفراغ ،اذ يتميز باتجاه يحقق السعادة والسرور والراحة النفسية للمتعم ،لما له من علاقة بإفراز الهرمونات كالتستسترون هرمون السعادة و الأدرينالين الذي يزيد من الحماس أثناء المنافسة فقد أصبحت التربية البدنية في وقتنا الحاضر مرادفا تماما لمفهوم حرية النشاط والتسلية واللعب و التفرغ .

ان للأنشطة الرياضية قيمة كبيرة بالنسبة للمجتمع عامة والفرد المتعلم خاصة وهذا راجع لأهميتها البالغة في الرقي بالمجتمعات حيث اصبحت إستراتيجية قومية ومن الأولويات لدى المجتمعات المتطورة وذلك لارتباطها بصحة الفرد وسعادته.وبما ان حصة التربية البدنية احد أهم فروع النشاط البدني الرياضي التربوي فقد اهتمت به الدول وجعلته افضل وسيلة لاستثمار أوقات الفراغ والذي يكون من نواتجه اكتساب العديد من القيم البدنية والخلقية والاجتماعية والمعرفية وتزويد الفرد بمهارات واسعة وخبرات كبيرة تسمح له بالتكيف والتوافق النفسي مع مجتمعه وتمكنه من تنمية وتطوير الشخصية والترفيه عن النفس وتحسين العلاقات الاجتماعية مع الآخرين والعمل على التخفيف من حدة التوترات والانفعالات وتحسين السلوك و القضاء على الأمراض والمشكلات النفسية .

لقد أشارت الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية الى إسهامات التربية البدنية في الحياة العصرية في التخلص من الضغوط والتوتر العصبي ،كما انه يساهم في إشباع حاجات الفرد وخاصة تلك التي لا يمكن إشباعها أثناء اوقات الارتباط والالتزام بالواجبات المدرسية وذلك حتى يمكن تحقيق او اعادة التوازن النفسي للفرد المشارك في حصص التربية البدنية و الرياضة. (محمد بوعزيز و حبيب بن سي قدور، 2018، صفحة 37 22)

كما أكد الدراسات المختصة بعلم النفس ان الانتظام في ممارسة الانشطة الرياضية وبطرق علمية منظمة يؤثر إيجابا على صحة الفرد النفسية والجسمية .

وتعتبر الممارسة الترويحية الرياضية بأنشطتها التي تتميز بالحركة، وسيلة من الوسائل المهمة في تفرغ الطاقات الزائدة و السلبية ، والتعبير عن الذات والوجود، وبناء الشخصية المتزنة والمتكاملة للمراهق، و إنشاء صدقات و غرس الصفات القيادية بغض النظر عن اكتشاف المواهب اضافة الى الشعور بالسعادة والسرور والراحة النفسية والتخلص من الاضطرابات ومختلف المشاكل النفسية .

وفي هذا الصدد يذكر كمال درويش وآخرون ان التربية البدنية يلعب دورا مهما وفعالا في تربية الفرد من الناحية البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية وبالتالي يساهم في تحقيق النمو المتزن للفرد فالإنسان وحدة لا تتجزأ ،يتأثر ككل وينمو ككل فالنمو يشمل جوانب الانسان كلها. (تهاني عبد السلام و طه عب الرحيم، دراسات في الترويح، 1991)

كما يرى محمد الحماحمي ان ممارسة التربية البدنية تساعد على التوازن النفسي وتقلل من التوتر اذ يترتب على المشاركة فيها إشباع الميول والاتجاهات والحاجات النفسية والتعبير عن الذات وتفرغ الانفعالات المكبوتة.

وتذكر عطيات خطاب(1976) ان ممارسة التربية البدنية تتيح فرصة الهرب من الضغوط والبعد عن الإحباط بل يتعدى ذلك للعلاج النفسي في اغلب الاحيان. (عطيات محمد خطاب، 1988)

لقد تعددت المواضيع والأبحاث التي اهتمت بها الانشطة الرياضية الترويحية ولعل من بينها مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة تحول في حياة الانسان حيث تعتبر مرحلة النضج او التطلع النفسي كما هي عند المراهق ،إذ هي مرحلة جد حرجة وحساسة من العمر وذلك لما يطرأ عليهم من تغيرات فيزيولوجية وبدنية وكذا ما يواجهه من اضطرابات وضغوطات ومشاكل نفسية. (عفاف احمد عويس، 2003)

إذ يرى علماء النفس والاجتماع ان أكثر المراحل صعوبة وحساسية في حياة الانسان هي مرحلة المراهقة من الجانب النفسي والاجتماعي، والصحة النفسية بشكل عام وذلك لما تمر به من تقلبات مزاجية وصراعات نفسية واجتماعية وجسمية وانفعالية.

ويرى كل من ويلر وريس 1983 ان احداث ماضية في فترة الطفولة قد تسبب الشعور بالوحدة في فترة المراهقة، كما ان الشعور بالوحدة مرتبط بالشعور بالميل للمشغبة الذي يعتبر سمة من سمات الشخصية ذي صبغة انفعالية تتفاوت في عمقها من فرد لأخر ومن موقف لأخر ومن عمر لأخر
اذ يعد سلوك المشغبة من المشكلات العويصة لاسيما عند فئة المراهقين وما يسببه لهم من انطواء واكتئاب وانعزال عن المجتمع المحيط بهم وعدم القدرة على مواجهة الحياة والتكيف معها واداء دورهن الاجتماعي بشكل ايجابي وبالتالي العيش في عزلة و الشعور بالنقص، فالخجل حالة معقدة وعواقبها كثيرة وخطيرة قد تؤدي الى إنتاج مجرمي المستقبل

كما يعتقد علماء النفس ان المشغبة في حد ذاتها ليس سوى ثمرة من ثمار شجرة الخوف والقلق والاكتئاب والضعف اي ان قوة الشخصية وهزالها من الظواهر الهامة في بعث كينونة الانسان. لذلك وجب علينا ان نجنب هذه الفئة الهامة في المجتمع ما استطعنا من الانفعالات السلبية، ومنه جاءت الدراسة الحالية لمعرفة دور ممارسة حصة التربية البدنية و الرياضة في ذلك وقد اخترنا المقارنة بين فئتين المراهقين الممارسين وغير ممارسين لحصة التربية البدنية وقد تم طرح الإشكال التالي:
هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستويات المشغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين للأنشطة الرياضية مقارنة بالمراهقين غير الممارسين في مرحلة المراهقة؟

2-الفرضيات:

2-1-الفرضية العامة:

هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستويات المشغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية مقارنة بالمراهقين غير الممارسين في مرحلة المراهقة.

2-2-الفرضيات الجزئية:

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستويات المشغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية مقارنة بالمراهقين غير الممارسين في مرحلة المراهقة بالنسبة لمتغير السن.

2- هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستويات المشغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية مقارنة بالمراهقين غير الممارسين في مرحلة المراهقة بالنسبة لمتغير الوزن.

3- هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستويات الخجل بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية مقارنة بالمراهقين غير الممارسين في مرحلة المراهقة بالنسبة لمتغير المنطقة.

3-اهمية البحث:

-تعميم الفائدة والبحث العلمي.

-اثره مكتبتنا بهذا العمل المتواضع حتى يكون منطلق لأعمال اخرى في نفس الموضوع.

-ايراز اهمية حصة التربية البدنية و الرياضة في بناء الشخصية المتوازنة للمراهق وتحرره من العقد النفسية.

-مساعدة للمختصين النفسانيين في فهم الظواهر النفسية خاصة المشغبة في مرحلة المراهقة.

-اعطاء لمحة عن اهمية حصة التربية البدنية وتأثيرها على الجانب النفسي والاجتماعي للمراهق خاصة.

-ايراز دور التربية البدنية و الرياضة في التقليل من سلوك المشغبة لدى المراهقين الممارسين مقارنة بغير الممارسين.

4-أهداف البحث:

- توضيح الهدف النبيل لممارسة التلاميذ حصة التربية البدنية و الرياضية.

-الاطلاع على المشاكل النفسية التي تعيق التلاميذ المراهقين .

-تبين دور الأنشطة الرياضية في حصة التربية البدنية و الرياضة في التقليل من سلوك المشغبة في مرحلة المراهقة.

-تبيين دور حصة التربية البدنية في الرفع من درجة الاندماج الاجتماعي للمراهقين.
-تبيين دور حصة التربية البدنية في زيادة الثقة بالنفس بالنسبة للتلاميذ المراهقين.

5-مصطلحات البحث:

5-1-التربية البدنية و الرياضة:

5-1-1-النشاط البدني الرياضي التربوي :

-اصطلاحا: التربية البدنية و الرياضة جزء متكامل من التربية العامة و ميدان تجريبي هدفه تكوين الفرد اللائق من الناحية البدنية و الاجتماعية و ذلك عن طريق ممارسة ألوان من مختلف النشاط البدني لألعاب فردية او جماعية . و هذا لا يمكن ان يتحقق الا بوجود القيادة التربوية .

إجرائيا:مظهر من مظاهر التربية تهدف الى تكوين تلاميذ و توجيههم بما ينفعهم في المجتمع . بالإضافة الى اكتساب و صقل المهارات . ترتبط بمجموعة من العلوم منها علم النفس التشريح و علم الحركة و الاجتماع. (محمد، 2016، صفحة 8)

5-1-2- النشاط البدني الرياضي:

يرى فروبل « Fröbel ان الرياضة الترويحية هي مرآة للحياة تعطي للطفل لمحة عن العالم الذي عليه ان يتعلم من اجله ,وهي تخدم دائما غرضا ما , فهي تعبيراً عن إنسانية الطفل الداخلية وانعكاسا لاستعداداته وقدراته الخلاقة. (تهاني عبد السلام، 2001)

5-2-المشاعبة: اتفق هوفر جول 1993 ان سلوك المشاعبة هو ظاهرة حديثة نسبيا و هو الإيذاء المتكرر للآخرين و ليس مرة واحدة يصدر من تلميذ واحد او من مجموعة تلاميذ. (الخولي، 2013، صفحة 23)

-اصطلاحا: هو مرض السلوكيات الاجتماعية لانه مرتبط بالجماعة وبصفة عامة الخجل هو هيجان مهدم الذي يعتبر انفعال نفسي فطري يتجلى في الهروب من الأخطاء والابتعاد عنها. (جميل صليبي، 1973)
-إجرائيا: هو قيام بعض التلاميذ بإزعاج زملائهم و التحرش بهم ببعض السلوكيات غير الاجتماعية (الخولي، 2013، صفحة 21).

5-3-المراهقة:

- لغة: يرجع الأصل اللغوي لكلمة المراهقة إلى الفعل "راهق" بمعنى اقترب و دنا من الحلم، فالمراهق هو الفرد الذي يدنو من الحلم و اكتمال النضج. يقال راهق الغلام أي قارب الحلم و بلغ حد الرجال فهو مراهق. (معلوف، 1992، صفحة 283)

التعريف الاصطلاحي:

-يعرفها بعض العلماء على أنها مصطلح وصفي للفترة التي يكون فيها الفرد غير ناضج انفعاليا و ذا خبرة محدودة و يقترب من نهاية نموه البدني والعقلي (بهادر، 1980، صفحة 392)

- إجرائيا: فترة زمنية جد حساسة من حياة الإنسان تمتد من الطفولة المتأخرة الى بداية سن الرشد تحدث فيها مجموعة من التغيرات الجسمية والعقلية والانفعالية وتتمثل في دراستنا الحالية عينة مراهقات المرحلة الثانوية.
6-الدراسات السابقة والمشابهة:

لا يمكن إنجاز أي بحث من البحوث العلمية دون الاستعانة بالدراسات السابقة والمشابهة، كون هذه الأخيرة تمكن الباحث من وضع البحث في إطاره الصحيح، و تفادي التكرار والدخول في مواضيع بحثت من قبل. و قام الباحث بالرجوع إلى شبكة الـInternet و مختلف المراجع العلمية من الرسائل والأطروحات والمقالات العلمية، فجمع بعض الدراسات المشابهة للبحث وهي كالآتي:

1-دراسة بخدوش سمير(2016)تحت عنوان دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من السلوك العدوانى لدى تلاميذ المرحلة المتوسط ، دف الدراسة : يكمن هدف بحثنا هذا في التعرف على دور حصة التربية البدنية و الرياضية في التقليل من السلوك العدوانى لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.. من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث :أن لحصة التربية البدنية و الرياضية دور في التقليل من السلوك العدوانى لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة. توصل(ت) الباحث لمقترحات عديدة أهمها : أهم المقترحات: • اعتبار مادة التربية البدنية والرياضية من المواد التربوية الأساسية والاهتمام بها. • توعية التلاميذ بأهمية التربية البدنية والرياضية

لما لها من فوائد على جميع الجوانب خاصة النفسية منها. • توسيع ممارسة النشاطات الرياضية في مختلف المؤسسات التربوية و في .

2-دراسة دشيخة الأمين , لقوي وليد(2019) تحت عنوان إسهامات حصة التربية البدنية والرياضية في تحسين العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية الأقسام النهائية

هدفت الدراسة إلى تحديد دور حصة التربية البدنية والرياضية في تحسين العلاقات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية و إبراز دور حصة التربية البدنية والرياضية في العلاقات الاجتماعية و من أجل هذا تم الدراسة على 71 تلميذ من أقسام السنة الثالثة ثانوي اختيرت بشكل عشوائي من مجتمع ثانويات مدينة البيض. و لهذا أوصينا بالاهتمام ب حصة التربية البدنية والرياضية وتوفير كافة الشروط رعاية التلميذ من كافة الجوانب (نفسية و اجتماعية) و زرع الصفات الخلقية الحميدة و روح الجماعة والتعاون أثناء حصة التربية البدنية والرياضية أثناء حصة التربية البدنية والرياضية.

3-دراسة احمد بوسكرة , نوال صديقي (2015) دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من ظاهرة التسرب المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية - دراسة ميدانية على مستوى ثانويات مدينة - حاسي ببح - الجلفة.

أهداف الدراسة: * - الكشف عن دور حصة التربية البدنية والرياضية في التقليل من ظاهرة التسرب المدرسي. * - الكشف عن الفروق بين الممارسين وغير الممارسين ل حصة التربية البدنية والرياضية فيما يتعلق بتقليل ظاهرة التسرب المدرسي . * - محاولة لفت انتباه الدارسين لتوجيه بحوثهم حول التأثيرات الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية . * - محاولة الوصول إلى بعض المقترحات التي تفيد العاملين في هذا المجال. 7-الإجراءات المنهجية للدراسة:

1-7-المنهج المتبع:

ان المنهج في البحث العلمي يعني تلك الأسس و القواعد والتدابير التي يتم رسمها من اجل بلوغ حقيقة، يقول " محمد دنيبات" انه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة. ونظرا لطبيعة موضوعنا ارتأينا الاعتماد على المنهج الوصفي المقارن الذي يعد من أحسن المناهج في البحث نظرا لاتباعه بالموضوعية و منح المستجوبين الحرية التامة في التعبير عن آرائهم. 2-7-مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من بنات مرحلة التعليم المتوسط و البالغ عددهم 2600 تلميذ موزعين على متوسطتين واحدة حضرية و أخرى شبه حضرية.

3-7-عينة البحث:

تُعرف عينة البحث العلمي على أنها مجموعة محدودة من الأفراد يختارهم الباحث من مجموعة أكبر، باستخدام طريقة اختيار محددة مسبقاً، وتعد طريقة جمع العينات واختبارها من أكثر الطرق فعالية لإجراء البحوث، حيث أن من المستحيل أن يقوم الباحث بإجراء دراسته على المجموعة الكبرى من الأفراد والتي تعرف باسم مجتمع الدراسة، لذلك يقوم باختيار مجموعة محددة منهم، وتسمى هذه المجموعة بالعينة. (تيسير، 2021، صفحة 3777)

ومن هنا قمنا باختيار عينة بحثنا بطريقة عشوائية منتظمة من هاتين المؤسستين حيث تم اختيار (60)تلميذ من الطور المتوسط منهم 30 ممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضة و 30 غير ممارسين كان توزيعهم كالآتي:

-متوسطة احمد حيدور مركز(15 تلميذ ممارس و 15 غير ممارس).
- متوسطة الزبوجة شبه حضري (15 تلميذ ممارس و 15 غير ممارس).

خصائص العينة:

1- من حيث المنطقة:

عدد التلميذ		المتوسطة	المنطقة
الممارسين	غير الممارسين	متوسطة حيدور احمد	الزبوجة مركز
15	15		
15	15	متوسطة مداح عبد القادر	الزبوجة شبه حضارية
	60		

جدول(01): يمثل تحديد المنطقة بالنسبة للتلاميذ

2- من حيث السن:

عدد التلميذ		الفئة العمرية
الممارسين	غير الممارسين	
8	8	15-14
13	12	17-16
8	11	18-17
	60	المجموع

جدول(02): يمثل الفئات العمرية بالنسبة للتلاميذ

3- من حيث الوزن:

عدد التلميذ		الوزن
الممارسين	غير الممارسين	
12	16	50-40كلغ
7	10	60-50كلغ
7	8	60 — 70كلغ
60		المجموع

جدول(03): يمثل متغير الوزن بالنسبة للتلاميذ

4-7-متغيرات البحث:

-المتغير المستقل: هو المتغير الذي يفترض الباحث انه السبب او احد الأسباب لنتيجة معينة ويتمثل في دراستنا الحالية في: حصة التربية البدنية و الرياضة.

-المتغير التابع: هو المتغير الذي يتغير نتيجة تأثير المتغير المستقل ويتمثل في دراستنا الحالية في: المشاغبة عند المراهقين

8-مجالات البحث:

1-8-المجال المكاني: تمت الدراسة الميدانية لبحثنا في مؤسستين من ولاية الشلف وهما متوسطة مداح عبد القادر بالزبوجة و لاية الشلف ومتوسطة حيدور محمد بالزبوجة و لاية الشلف.

2-8-المجال الزمني: تمت الدراسة الميدانية لهذا البحث ابتداء من 10 سبتمبر 2022 الى غاية 15 نوفمبر 2022.

9-أدوات البحث:

قمنا باستعمال مقياس المشاغبة في البيئة المدرسية الدكتور هشام عبد الرحمان الخولي 2004 وهو مقياس يقيس سلوك المشاغبة بين تلاميذ المرحلة المتوسطة و الثانوية و التوصل الى تعريف اجرائي دقيق لسلوك المشاغبة ، وقد أوضح الأنصاري ان هذا المقياس قد استخدم في معظم بحوث المشاغبة بالإضافة الى كون المقياس يتمتع بخصائص سيكو مترية جيدة.

10-الأسس العلمية للاختبار:

1-10-صدق وثبات المقياس:

-صدق المحكمين:

تم عرض أداة الدراسة و المواقف التي يتكون منها المقياس في صورته الاولية على مجموعة من الاساتذة و المختصين في الصحة النفسية والتي تتمثل في مقياس المشاغبة لتحديد مدى انتماء المواقف و استجابتها للدراسة و العمل على إعادة صياغة بعض المواقف حتى تصبح أكثر وضوحا وفي ضوء التوجيهات التي أبداها المحكمون وجدنا اتفاق في 80 بالمائة و قمنا بإجراء التعديلات المتفق عليها.

-صدق الاختبار:

لقد عرف (ليند كويست 1951) صدق الاختبار على انه (الدقة التي يقيس بها الاختبار ما وضع لأجله)، و عرف العديد من المختصون الصدق بطرق مختلفة، فقد ذكرت (انستازي 1990) على سبيل المثال (إن صدق الاختبار يعني ما الذي يقيسه الاختبار وكيفية صحة هذا المقياس).

-ثبات الاختبار:

لحساب ثبات المقياس لجانا لتطبيق وإعادة تطبيق الاختبار بعد أسبوعين من التطبيق الأول ، وقد استخدمنا معامل الارتباط بيرسون وهذا من خلال تطبيق طريقة الانحراف عن المتوسط وبالتعويض في المعادلة الخاصة بمعامل الارتباط بيرسون توصلنا الى ان : $R = 0.77$ اما الصدق وهو الجذر التربيعي لمعامل الثبات كانت النتيجة = 0.87

11-المعالجة الإحصائية:

ان للمعالجة الإحصائية جانب مهم ومكمل للبحث وفي دراستنا قمنا بحساب عدد التكرارات بالوسائل التالية:-
تمت المراجعة الإحصائية بواسطة حزمة البرامج الإحصائية spss وذلك للحصول على نتائج دقيقة.

-المتوسط الحسابي.

-الانحراف المعياري.

-اختبار "ت" ستيودنت.

-معامل الارتباط بيرسون.

12-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات:

-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات المشاغبة للممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضة مقارنة بالمراهقين غير الممارسين بالنسبة لمتغير السن.

جدول(04): يمثل درجات المشاغبة بالنسبة للمراهقين حسب متغير السن

الفئة العمرية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"		درجة الحرية	مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
15-14	الممارسين	25.25	2.16	2.28	2.03	19	0.05
	غير الممارسين	35.87	1.96				
17-16	الممارسين	23.36	1.92	2.18	2.02	32	0.05
	غير الممارسين	33.45	1.42				
18-17	الممارسين	13.08	1.90	2.15	2.05	32	0.05
	غير الممارسين	23.61	1.97				

المصدر: إعداد الباحث استنادا لمخرجات spss

بما ان قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت 2.28 اكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي بلغت 2.03 عند درجة حرية 19 ومستوى دلالة 0.05 هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى درجة الخجل بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضة مقارنة بالمراهقين غير الممارسين وذلك حسب متغير السن للفئة العمرية من (14-15) سنة.

و بما ان قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت 2.18 اكبر من قيمة (ت) الجدولة والتي بلغت 2.05 عند درجة حرية 32 ومستوى دلالة 0.05 هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى درجة المشاغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضة مقارنة بالمراهقين غير الممارسين وذلك حسب متغير السن للفئة العمرية من (16-17) سنة.

و بما ان قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت 2.15 اكبر من قيمة (ت) الجدولة والتي بلغت 2.05 عند درجة حرية 32 ومستوى دلالة 0.05 هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى درجة المشاغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضة مقارنة بالمراهقين غير الممارسين وذلك حسب متغير السن للفئة العمرية من (17-18) سنة.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات المشاغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضة مقارنة بالمراهقين غير الممارسين بالنسبة لمتغير المنطقة حضارية و شبه حضارية.
جدول(05): يمثل درجات المشاغبة بالنسبة للمراهقين حسب متغير المنطقة.

المنطقة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"		درجة الحرية	مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
الزوجة مركز حضاري	الممارسين	22.38	1.65	2.66	2.00	38	0.05
	غير الممارسين	23.72	1.29				
الزوجة شبه حضاري	الممارسين	25.18	1.69	2.50	2.00	38	0.05
	غير الممارسين	24.54	1.86				

المصدر: من إعداد الباحث بناء مخرجات spss

بما ان قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت 2.66 اكبر من قيمة (ت) الجدولة والتي بلغت 2.00 عند درجة حرية 38 ومستوى دلالة 0.05 هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى درجة المشاغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين لحصة التربية البدنية و الرياضة مقارنة بالمراهقين غير الممارسين وذلك حسب متغير المنطقة بالنسبة لبلدية الزوجة مركز حضاري.

و بما ان قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت 2.50 اكبر من قيمة (ت) الجدولة والتي بلغت 2.00 عند درجة حرية 38 ومستوى دلالة 0.05 هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى درجة المشاغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين للأنشطة لحصة التربية البدنية و الرياضة مقارنة بالمراهقين غير الممارسين وذلك حسب متغير المنطقة بالنسبة لبلدية الزوجة شبه حضاري.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات المشاغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين للأنشطة لحصة التربية البدنية مقارنة بالمراهقين غير الممارسين بالنسبة لمتغير الوزن.
جدول(06): يمثل درجات المشاغبة بالنسبة للمراهقين حسب متغير الوزن.

الوزن	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)		الجدولية	مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
50-40	التلاميذ الممارسين	23.48	3.08	2.03	1.95	31	0.05
	غير الممارسين	34.09	3.89				
60-50	التلاميذ الممارسين	22.89	2.32	2.25	2.02	28	0.05

				2.78	33.46	10	غير الممارسين	
0.05	32	2.12	3.11	2.21	12.69	7	التلاميذ الممارسين	70-60
				3.91	44.52	8	غير الممارسين	

المصدر: من إعداد الباحثة بناءً مخرجات spss

بما ان قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت 2.02 اكبر من قيمة (ت) الجدولة والتي بلغت 1.95 عند درجة حرية 31 ومستوى دلالة 0.05 هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى درجة المشاغبة بالنسبة للمراهقين الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية مقارنة بالمراهقين غير الممارسين وذلك حسب متغير الوزن فيما يخص فئة 40-50 كلف.

بما ان قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت 2.25 اكبر من قيمة (ت) الجدولة والتي بلغت 2.02 عند درجة حرية 28 ومستوى دلالة 0.05 هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى درجة الخجل بالنسبة للمراهقات الممارسات للأنشطة الرياضية الترويحية مقارنة بالمراهقات الغير ممارسات وذلك حسب متغير الوزن بالنسبة لفئة 50/60 كلف.

بما ان قيمة (ت) المحسوبة والتي بلغت 3.11 اكبر من قيمة (ت) الجدولة والتي بلغت 2.10 عند درجة حرية 32 ومستوى دلالة 0.05 هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى درجة الخجل بالنسبة للمراهقات الممارسات للأنشطة الرياضية الترويحية مقارنة بالمراهقات الغير ممارسات وذلك حسب متغير الوزن بالنسبة لفئة 60/70 كلف

الاستنتاج:

من خلال دراستنا الحالية التي قمنا بها و ما توصلنا اليه من نتائج استخلصنا العديد من النقاط الهامة التي تبين و تثبت صحت الفرضيات التي قمنا بطرحها بناءً على هذا البحث المتمثل في معرفة الدور الذي تلعبه حصة التربية البدنية في التقليل من سلوك المشاغبة بالنسبة للتلاميذ للمراهقين على مستوى المؤسسات التربوية فقد تبين لنا مدى نجاعتها في ذلك بنسبة لجميع ابعاد المقياس ، فبالنسبة لمتغير السن نجد ان التغيرات الجسمية والمورفولوجية التي تحدث للمراهق مع التقدم فالعمر لها دور في الميول للمشاغبة وذلك بسبب التغيرات التي تطرأ على الجسم تدفع المراهق للشعور بعدم الاستقرار والرضا النفسي من الاشخاص المحيطين به ، فممارسة حصة التربية البدنية تعمل على اخراجه من عزلته و منحه توازن نفسي وشعوره بالسعادة و تأقلمه والشخصية السوية المتزنة.

اما بالنسبة لمتغير المنطقة يمكن القول ان المراهق يستمد شخصيته وسلوكها من المحيط والبيئة المتواجدة فيها فنجد ابناء المناطق الريفية يشعرون بنوع من الميل للمشاغبة وصعوبة في مخالطة الغرباء والاندماج معهم ، فالشخصية تتكون من مجموعة العادات او الصفات المكتسبة عن طريق الارتباط بين المثيرات التي يتعرض لها الفرد في حياته، فشعور الفرد انه عضو نافع ومحبوب في الجماعة يشعره بالطمأنينة والسعادة ، اما شعوره عكس ذلك فهذا يؤدي به للشعور بالتعاسة والشقاء مما يولد له نوع من العنف الداخلي وهذا ما اكده مصطفى غالب في دراسته .

ومن خلال النتائج المتحصل عليها لتلميذ الزبوجة مركز حضاري وشبه حضاري اتضح لنا ان نسبة المشاغبة بمنطقة الزبوجة مركز حضاري كانت منخفضة بالنسبة لشبه حضاري ، فالبيئة التي يتواجد فيها المراهقة تلعب دور محوري فعال في بناء شخصيته. وقد اكدت دراسة بوجلطية ناصر ان ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد الفرد المراهق على التفاعل مع بيئته والإحساس بالقيم والمثل التي يؤمن بها .

اما بالنسبة لمتغير الوزن فمما لاشك فيه ان التغيرات الجسمية التي تطرأ على أجساد التلاميذ المراهقين مع التقدم في العمر من بينها زيادة الوزن ينتج عنه مضايقات نفسية حرجة يسبب لهم تدهور الحالة النفسية وشعورهم بالقوة وهذا يؤثر سلباً على أدائه الاجتماعي وتوافقها النفسي ، فممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة

