

## دراسة تحليلية لدوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي لدى تلاميذ المرحلة

### الثانوية وتأثير ذلك على صحتهم البدنية

## An Analytical Study of the Motivation of Physical Activity in Secondary School Students and their Impact on their Physical Health

محمد طياب	يوسف عشيرة مهدي	إسماعيل عمراني	حميد دالي
أستاذ محاضر	أستاذ محاضر	أستاذ محاضر	طالب دكتوراه
جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف (الجزائر)	جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف (الجزائر)	جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف (الجزائر)	جامعة حسيبة بن بوعلي الشلف (الجزائر)

### ملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف بالدوافع التي يقبل عليها تلاميذ المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط البدني والرياضي في المؤسسات التربوية وذلك لبعض ثانويات بلدية حي السلام لولاية الشلف، إضافة إلى تحديد الفروق بين درجة دوافع التلاميذ تبعاً لمتغير الجنس، والنشاط البدني، ولتحقيق ذلك طبقنا استمارة الدراسة على عينة عشوائية طبقية قوامها (90) تلميذ وتلميذة. أظهرت نتائج الدراسة أن درجة الدوافع عند التلاميذ كانت كبيرة جداً على جميع المجالات والدرجة الكلية، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة (85,73%) و أن الدوافع البدنية والصحية جاءت في المرتبة الأولى وذلك بنسبة مئوية وصلت إلى (93%)، وذلك يعود إلى أهمية التلاميذ ومدى تحفزهم على ممارسة النشاط البدني والرياضي، وكذلك التأثير الإيجابي للنشاط البدني والرياضي على صحة و لياقة التلاميذ والتي تمثل النسبة الكلية للبيانات بـ (25,23) والتي تقارب الدرجة الكلية القصوى للمقياس و التي تمثل بـ (33) درجة، و كما توصل الباحث إلى إعطاء بعض الاقتراحات، والتي تتمثل في تعزيز واستثمار دوافع التلاميذ من طرف الاساتذة و المجتمع في تطوير برنامج التربية البدنية والرياضية وإنشاء مدارس خاصة.

### Abstract

Physical Education and the Education System have objectives aimed at improving overall human performance through physical activities chosen as educational environments with educational and pedagogical characteristics. and physical education and sports have a major role in society with all these institutions and their regulations, which boils down to the socialization of the individual with society and helps to build and integrate public education

To do this we applied two tests to form a stratified random sample study of (90) students (boys and girls), in order to answer the

assumptions of Our Studies. We showed that the degree of motivation when the students were very large on all areas and the total score, reaching the percentage of response (85.73%), and that the reasons for fitness and health came first and this percentage reaches (93%), because of the importance of students and their motivation for physical activity and sport, as well as the positive impact of APS on the health and fitness of students and who represent the overall sentence ratio (25,23), which approximates the total score the maximum of the scale, which represents (33) degrees, as we have to give some suggestions and that is to promote and invest students motivated by teachers and the community in the development of a physical education and sports program and the creation private schools.

#### 1- الإشكالية:

يعتبر النشاط البدني و الرياضي أساس من الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية ، و تعتبر الألعاب الجماعية وسيلة مهمة من أجل تحسين القدرات النفسية عند الفرد ، والتي تخدم بالدرجة الأولى العلاقات مع الآخرين و كذلك التفاعل الجماعي ، و من واجب المرين الاهتمام أكثر بهذه النشاطات الرياضية الجماعية ، و ذلك لأهميتها البالغة والنتائج الإيجابية لهذه الأنشطة.

وقد حدثت تطورات عدة في التربية البدنية والرياضية كمهنة ونظام خلال القرن العشرين، لعل أبرزها هو ذلك المنحنى المهني التخصصي الذي تخطى بمراحل مجرد العمل في مجال تدريس التربية البدنية والرياضية إلى آفاق مهنية أكثر رحابة كالتدريب الرياضي، والإدارة الرياضية، واللياقة والصحة، والرياضة الترويحية. وهو الأمر الذي جعل فرص العمل تنامي وتزدهر أمام خريجي كليات أقسام التربية البدنية والرياضية، وفتح أسواق جديدة للعمل لم تكن مطروقة من قبل لمقابلة احتياجات هذه البرامج من المهنيين المؤهلين ولتقديم الخدمات المهنية على اختلاف أنواعها إلى أفراد المجتمع.

و تلعب الدافعية دورا هاما في ميدان التعلم والنشاط البدني الرياضي، ولقيت اهتمام العديد من الباحثين و أصبحت من المواضيع المكونة لعلم النفس نظرا لفعاليتها في فهم و إعطاء تفسير و شروحات للسلوك الإنساني. والدافعية هي الطاقات التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق التوازن الداخلي، أو تهيئ له أفضل قدر ممكن من التكيف مع البيئة الخارجية. (مصطفى حسن باهي، 1998 ص 7) ، وهذا ما أدى بالباحث إلى

طرح التساؤل العام الآتيمن أجل معرفة طبيعة هذه الدوافع التي تساعد التلميذ على الممارسة الرياضية ومدى تأثيرها على الصحة البدنية:

- ما هي دوافع إقبال تلاميذ الطور الثانوي على ممارسة النشاط البدني والرياضي وما مدى تأثير ذلك على صحتهم البدنية؟

## 2- التساؤلات الجزئية:

1- ما هي أنواع الدوافع التي تجعل تلاميذ المرحلة الثانوية يقبلون على ممارسة النشاط البدني والرياضي في المدارس التربوية؟

2- هل توجد فروق معنوية في دوافع إقبال تلاميذ المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط البدني و الرياضي ترجع إلى متغير الجنس (ذكور / إناث) ؟

3- هل النشاط البدني والرياضي يؤثر على الصحة البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية؟

## 3- الفرضية العامة:

- تتحدد دوافع إقبال تلاميذ المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط البدني الرياضي في الدوافع الأكاديمية والشخصية والاجتماعية والصحية البدنية.

## 4- الفرضيات الجزئية:

1- هناك دوافع أكاديمية وشخصية واجتماعية وصحية بدنية تجعل تلاميذ المرحلة الثانوية يقبلون على ممارسة النشاط البدني والرياضي في المدارس التربوية؟

2- توجد فروق معنوية في دوافع إقبال تلاميذ المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط البدني والرياضي ترجع إلى متغير الجنس (ذكور/إناث).

3- النشاط البدني والرياضي يؤثر بالإيجاب على الصحة البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية

## 4- تحديد المصطلحات:

- **الدافعية:** يقول أحمد صالح عن الدوافع " أنه عامل انفعالي حركي فطري أو مكتسب شعوري أو لاشعوري يثير نشاط الفرد للإعداد والإنجاز أو تحقيق غاية ما " ( أحمد صالح زكي، 1996، ص 3)

-التعريف الإجرائي: هو الدرجة التي يتحصل عليها التلاميذ على سلم الاستجابة المستخدم في الدراسة وفقاً للتقسيم المعتمد في تفسير النتائج.

● **النشاط البدني الرياضي:** كما عرفها خليل بحر: "مجموعة تمارين ومباريات والمسابقات التي يؤديها الإنسان منذ الألف السنين قصد التسلية والترفيه عن جسمه" (بهاء الدين إبراهيم سلامة، 1998، ص 113)

-التعريف الاجرائي: هو مجموعة من الرياضات التي تمارس مع فريق معين (جماعة) ضد فريق خصم وهي كرة القدم، كرة السلة، كرة الطائرة، كرة اليد.

-الصحة البدنية: الصحة البدنية هي تمتع الإنسان بالعمليات الحيوية لوظائف جسمه جميعها، حيث يتطلب الحفاظ على الصحة البدنية عمل أعضاء الجسم معاً؛ فالإنسان صاحب الصحة البدنية السليمة يتمتع بالطاقة، والعزم، والقوة.

5- أنواع الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :

1.5- الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي :

- الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط الرياضي .
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية للفرد ، ونذكر على سبيل المثال الجمباز ، التزحلق على الثلج ، وغيرها من الرياضات التي تميز برشاقة الأداء والحركات
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة .
- الاشتراك في المنافسات ( المباريات ) الرياضية التي تعتبر ركنا هاما من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط بها من خبرات انفعالية متعدد .
- تسجيل الأرقام والبطولات واثبات التفوق وإحراز الفوز .

2.5- الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي :

- محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي ، فإذا سالت الفرد عن أسباب ممارسة النشاط الرياضي فإنه قد يجيب أمارس الرياضة لأنها تكسبني الصحة وتجعلني قوياً .

- ممارسة النشاط الرياضي لإسهامه في رفع مستوى الفرد من قدرات على العمل والإنتاج فقد يمارس الفرد النشاط الرياضي لأنه يساهم في زيادة قدرته على أداء عمله ورفع مستوى إنتاجه.

- الإحساس بضرورة ممارسة النشاط الرياضي في حالة السمنة حتى يخفف من وزنه .  
- الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم عليه الرياضة إذ يرى الفرد أن عليه أن يكون رياضيا مشتركا في الأندية والفرق الرياضية وليس للانتماء إلى جماعة معينة وتمثيلها رياضيا. (محمد حسن علاوي، ص:208).

كما قامت وداد الحامي ، بإجراء بحث للتعرف على دوافع ممارسة النشاط الرياضي عند فتيات الثانوية في وقت الفراغ ، واختارت عينة عشوائية من الأعضاء المشتركة في الأندية بالقاهرة والجيزة ، وشبهت هذه الدوافع مع التي ذكرها روديك مع بعض الدوافع الإضافية وهي :

الميل الرياضي ، أي أن الفرد له ميل نحو ممارسة النشاط الرياضي .  
الترويج ، فبممارسة النشاط الرياضي يكون لتحقيق المتعة والراحة .  
اكتساب نواحي عقلية ونفسية ، بما أن سلامة العقل مرتبطة بسلامة الجسد فالفرد يمارس النشاط الرياضي لتحقيق نمو عقلي ونفسي سليمين .

حيث قام محمد صالح علوي في سنة 1970 ، بإجراء بحث ليتعرف على دوافع النشاط الرياضي للمستويات الرياضية العالية للبنين والبنات ، واختيرت عينة عشوائية من لاعبي ولاعبات المستويات الرياضية العليا في مصر وتم تصنيف إجابات أفراد العينة إلى:

- المكاسب الشخصية
- التمثيل الدولي
- تحسين المستوى
- التشجيع الخارجي
- اكتساب نواحي اجتماعية
- اكتساب نواحي عقلية ونفسية وبدنية
- اكتساب سمات خلقية
- الميول الرياضية

بهذا فإن دوافع اكتساب النشاط الرياضي تتشابه على حد كبير عند جميع الأفراد باختلاف أعمارهم. (محمد حسن علاوي، 1987، ص 162)

## 6- تطور دوافع النشاط الرياضي :

إن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي لا تستمر ثابتة أبد الدهر، بل تتناولها بالتبديل في غضون الفترة الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي.

إذ تتغير دوافع النشاط الرياضي في كل مرحلة سنوية حتى تحقق مطالب واختيار المرحلة السنوية التي يمر بها الفرد كما تختلف دوافع الفرد طبقا لمستواه الرياضي ، إذ تختلف دوافع التلميذ في المرحلة الأساسية عن الدوافع تلميذ المرحلة الثانوية والتي تختلف بدورها عن دوافع اللاعب ذو المستوى العالي نظرا لأن كل مستوى دوافعه التي يتميز بها (أسامة كامل راتب، ص 27)

يقسم " جوني " الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي طبقا للمراحل الرياضية الأساسية التي يمر بها الفرد ، إذ يرى الفرد أن لكل مرحلة رياضية دوافعها الخاصة بها وهذه المراحل هي :

مرحلة الممارسة الأولية للنشاط الرياضي : وتكون في مدة 6 سنوات إلى 14 سنة .

مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي: وتكون من 15 سنة إلى 18 سنة.

مرحلة المستويات الرياضية العالية: وتكون من 18 سنة فما فوق.

وبما أن المرحلتين الأولى والثالثة هي التي تهتمنا، اقتصرنا على توضيح دوافعها دون التطرق إليها.

وهذه المرحلة ترتبط دوافع المراهق بالتخصص في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية، إذ يرغب المراهق في أن يكون لاعبا في كرة السلة أو في كرة القدم أو جمباز مثلا.

ومن أهم الدوافع في هذه المرحلة:

ميل خاص نحو نشاط معين .

اكتساب معرف خاصة .

الاشتراك في المنافسات

اكتساب نواحي عقلية ونفسية

اكتساب قدرات خاصة .

اكتساب سمات خلقية وإرادية .

## 7- نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي :

### 1.7- نموذج الدافعية لتغيير انسحاب الناشئ من الرياضة :

( الانسحاب أو عدم الميل والرغبة في المشاركة ) ، ويحتوي على ثلاثة بنائات نظرية تفسر أسباب انسحاب الناشئ من الرياضة .

#### 1.1.7- التفسير المعرفي للأهداف المنجزة :

ويذهب هذا البناء النظري إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء درجة إنجاز الأهداف ومدى إدراكه لنجاح تحقيقها.

#### 2.1.7- نظرية دافعية الكفاية :

ويشير إلى أن قرار الانسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء مدى إدراك الناشئ للنواحي البدنية والاجتماعية والمعرفية.

### 2.7- النموذج المعرفي الانفعالي للتوتر :

يعني أن قرار الانسحاب يمكن أن يكون سبب التوتر الناتج عن عدم التوازن بين متطلبات الأداء ومقدرة الناشئ على مواجهة هذه المتطلبات أو نتيجة لافتقاده القدرة على التواتر الناتج عن المنافسة.

### 3.7- نموذج الدافعية لتفسير ممارسة ( الرغبة أو الميل ) الناشئ للرياضة :

ويوضح أن هناك أسباب شخصية وأخرى موقفية ، وتصنف الأسباب الشخصية إلى نفسية وبدنية، ويأتي في مقدمة الأسباب النفسية دوافع اشتراك الناشئ في الرياضة : الشعور بالمتعة ، تكوين الأصدقاء ، خبرة التحدي والإثارة لتحقيق النجاح والفوز .

أما الأسباب البدنية ، فيأتي في مقدمتها : تعلم مهارات وقوانين اللعب أما الأسباب الموقفية التي تمثل اشتراك الناشئ في الرياضة ، مقدار المشاركة في اللعب روح الفريق ، الاستمتاع باستخدام الإمكانيات والأدوات والأجهزة المختلفة ، بالإضافة إلى هذا النموذج يحتوي على نفس البنائات النظرية الثلاث التي أشرنا إليها مسبقا.

### 8- أهمية الدافعية في المجال الرياضي :

وفي سنة 1983 أشار "وليام وارن" (William) في كتابه التدريب والدافعية ، أن استثارة الدافع للرياضي يمثل في 70%- 90% من اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخطئية ثم يأتي دور الدافعية ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات ، وللتدريب عليها بفرض صقله وإتقانها وللدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه

علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم تطبيقات سيكولوجية ، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية :

إن كل سلوك وراءه دافع ، أي وراءه قوى دافعية معينة.

9- منهج الدراسة: بالنظر لطبيعة المشكلة التي طرحناها وطبيعة الموضوع المقترح لجأنا إلى المنهج الوصفي بالصورة المسحية الذي يعرف استقصاء لظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها ويرى آخرون بأنه عبارة عن طريق لوصف الظاهرة المدروسة وتحريرها كميًا عن طريق جمع المعلومات الدقيقة وأهم أدواته الملاحظة، المقابلة، الاستبيان، والمقياس.

10- عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة قوامها (90) تلميذ وتلميذة تم اختيارها بالطريقة العشوائية الطبقية، حيث تمثل ما نسبته (10 بالمئة) تقريبا من مجتمع الدراسة الأصلي، والجدول رقم (1): يبين توزيع أفراد العينة بحسب متغيرات الدراسة.

الجدول رقم (01): يمثل توزيع عينة الدراسة حسب المتغيرات.

المتغير	مستوى المتغير	العدد	النسبة %
الثانوية	محمد مهدي حي السعادة	30	33,3
	بلحاج قاسم نور الدين	30	33,3
	جيلالي بونعامة	30	33,3
	المجموع	90	100
الجنس	الذكور	45	50
	الإناث	45	50
	المجموع	90	100

11- أداة الدراسة: استخدم الباحث المقياس كأداة لجمع البيانات والمعلومات وقد تم بناء وتصميم أداة الدراسة وفق الخطوات التالية:

### ➤ المحور الأول: مقياس دافعية الممارسة:

1- مراجعة الدراسات والبحوث العلمية التي اهتمت بدراسة دوافع إقبال التلاميذ على ممارسة النشاط البدني و الرياضي ذلك بهدف تحديد مجالات الدراسة وعبارات كل مجال.



2. تحديد مجالات المقياس والفقرات بصورتها الأولية وذلك بعد مراجعة الأدوات البحثية في الدراسات السابقة، وقد وصل عدد العبارات إلى (27) عبارة.
3. عرض المقياس على هيئة محكمين من حملة درجة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية، للتأكد من مناسبة العبارات لمجالات الدراسة ودقة صياغتها ووضوحها وحذف أو تعديل بعض العبارات وفق ما يناسب.
4. أجريت التعديلات كما رأى المحكمون ثم ثبتت عبارات المقياس بصورتها النهائية بعد حذف (15) عبارة لكي تصبح بصورتها النهائية (27) عبارة.
5. صيغت عبارات المقياس بصيغة ايجابية.
6. تكون سلم الاستجابة على عبارات المقياس من (5) استجابة حسب تدرج ليكرت وهي:  
موافق كبيرة جدا حيث أعطيت (5)، موافق كبيرة حيث أعطيت (4)، متوسط حيث أعطيت (3)، موافق قليل حيث أعطيت (2)، غير موافق إطلاقا حيث أعطيت (1) درجة.

#### ➤ المحور الثاني: مقياس النشاط البدني والرياضي:

1. مراجعة الدراسات والبحوث العلمية التي اهتمت بدراسة دوافع إقبال التلاميذ على ممارسة النشاط البدني والرياضي وذلك بهدف تحديد مجالات الدراسة وعبارات كل مجال.
2. تحديد مجالات المقياس والفقرات بصورتها الأولية وذلك بعد مراجعة الأدوات البحثية في الدراسات السابقة، وقد وصل عدد العبارات إلى (11) عبارة من أصل (17) عبارة.
3. عرض المقياس على هيئة محكمين من حملة درجة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية، للتأكد من مناسبة العبارات لمجالات الدراسة ودقة صياغتها ووضوحها وحذف أو تعديل بعض العبارات وفق ما يناسب.
4. أجريت التعديلات كما رأى المحكمون ثم ثبتت عبارات المقياس بصورتها النهائية بعد حذف (6) عبارة لكي تصبح بصورتها النهائية (11) عبارة.
5. صيغت عبارات المقياس بصيغة ايجابية.
6. تكون سلم الاستجابة على عبارات المقياس من (3) استجابة حسب تدرج ليكرت وهي:  
أوافق (3)، أوافق إلى حد ما (2)، لا أوافق (1) درجة، الدرجة القصوى للعبارة تتمثل بـ (3)، أما الدرجة القصوى للمقياس فهي (33).
7. بعد اختبار عينة الدراسة سلمت ووزعت الأداة على أفراد عينة الدراسة.
8. تم استرجاع (90) استمارة من أصل (90) أي بنسبة (100%).

9. ثم تبويب البيانات وترميزها ومعالجتها إحصائياً.

1.11- صدق الأداة: تم التوصل إلى صدق محتوى أداة الدراسة عن طريق عرضها على (04) محكمين من حملة درجة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية العاملين بجامعة الشلف بمعهد التربية البدنية والرياضية وذلك لإبداء الرأي حول ملاءمة العبارات ووضوحها للمجال والتعديل، حيث تم اعتماد العبارات التي اتفق المحكمون ليصبح المقياس بصورته النهائية (27) عبارة من أصل (42) عبارة.

2.11- ثبات الأداة: لتحديد ثبات الأداة تم إيجاد معاملات الثبات لمجالات الدراسة والدرجة الكلية باستخدام معادلة كرو نباخ ألفا حيث وصلت درجة الثبات الكلي (0,88) وهو عامل ثبات يفي بأغراض الدراسة والجدول (2) يبين ذلك:

الجدول رقم (02): معاملات الثبات لمعالجة الدراسة والدرجة الكلية للأداة حسب معادلة كرو نباخ ألفا

الرقم	المجال	درجة الثبات
1	الدوافع الأكاديمية	0,72
2	الدوافع الشخصية	0,73
3	الدوافع الاجتماعية	0,78
4	الدوافع البدنية والصحية	0,81
	الدرجة الكلية	0,88

12- طرق استخراج النتائج:

من أجل تفسير النتائج وتحديد دوافع اقبال التلاميذ للممارسة النشاط الرياضي ومن خلال مراجعة الدراسات السابقة. وتم الاعتماد على النسب المئوية التالية:

80% فما فوق دافع بدرجة كبيرة جدا.

70-79,9% دافع بدرجة كبيرة.

60-69,9% دافع بدرجة متوسطة.

50 – 59,9% دافع بدرجة قليلة.

أقل من 50% دافع بدرجة قليلة جدا.

### 13- الهدف من الدراسة الميدانية:

كل دراسة علمية لابد أن تبدأ انطلاقا من أهداف محددة لأنه ويتحدد هذه الاهداف يمكن حصر موضوع الدراسة وتحديد مختلف الوسائل وطرق التحكم بواسطتها، ويمكن تلخيص أهداف دراستنا الميدانية فيما يلي:

- تدعيم الجانب النظري للدراسة.
- التأكد من صحة الفرضيات بعد تحليل ومناقشة النتائج.
- التوصل إلى نتائج عامة حول الموضوع.
- معالجة بعض جوانب النقص التي لمسناها في الموضوع.
- اعطاء بعض الاقتراحات التي قد تطور هذا الميدان.

الفرضية رقم(01):

- هناك دوافع أكاديمية وشخصية واجتماعية وصحية بدنية تجعل تلاميذ المرحلة الثانوية يقبلون على ممارسة النشاط البدني والرياضي في المدارس التربوية.

الجدول رقم (03): يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية  
ودرجة الدافع على مجال البعد الأكاديمي (ن=90)

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة الدافع
1	تمارس النشاط الرياضي من أجل الحصول على شهادة البكالوريا.	4,15	0,92	95,80	كبيرة جدا
2	تمارس النشاط الرياضي من أجل ممارسة التربية البدنية والرياضية فقط.	3,07	1,08	86,40	كبيرة جدا
3	تمارس النشاط الرياضي من أجل سعة الاطلاع وزيادة العمق في المجال الرياضي.	2,87	0,96	83,20	كبيرة جدا
4	تمارس النشاط الرياضي من أجل تطبيق النظريات العلمية في التربية البدنية	2,96	0,94	87,6	كبيرة جدا
5	تمارس النشاط الرياضي من أجل الاحتكاك بأشخاص ذوي اهتمامات علمية.	3,03	1,11	85	كبيرة جدا
6	تمارس النشاط الرياضي من أجل مواصلة دراساتك العليا في حقل التربية البدنية	3,36	1,48	81,8	كبيرة جدا
	الدرجة الكلية	19,47	3,47	86,53	كبيرة جدا

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن درجة حوافز تلاميذ الطور الثانوي لممارسة النشاط البدني والرياضي كانت كبيرة جدا على جميع عبارات مجال البعد الأكاديمي حيث تراوحت النسب المئوية عليها ما بين (81,8- 95,8%) وفيما يتعلق بالدرجة الكلية على مجال البعد الأكاديمي وذلك بنسبة (86,53%) فقد كانت كبيرة جدا.

الجدول رقم (04): يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ودرجة الدافع على مجال البعد الشخصي (ن=90).

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة الدافع
1	تمارس النشاط الرياضي من أجل الحصول على مقعد جامعي.	4,35	0,99	78,6	كبيرة
2	تمارس النشاط الرياضي من أجل تحقيق طموحاتك.	3,80	1,37	85,6	كبيرة جدا
3	تمارس النشاط الرياضي من أجل تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس.	3,48	0,95	89,4	كبيرة جدا
4	تمارس النشاط الرياضي من أجل تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس.	3,06	0,84	87,6	كبيرة جدا
5	تمارس النشاط الرياضي من أجل تخصص في التربية البدنية يخرجك من الركود.	3,02	1,05	83,4	كبيرة جدا
6	تمارس النشاط الرياضي من أجل الأجواء التنافسية.	3,23	0,93	71,2	كبيرة
7	هل تشعر بتميز بين تلاميذ التربية البدنية الرياضية عن غيرهم من التلاميذ	2,95	1,18	75,4	كبيرة
	الدرجة الكلية	23,92	4,88	81,6	كبيرة جدا

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن درجة دوافع تلاميذ الطور الثانوي على ممارسة النشاط البدني و الرياضي في مجال البعد الشخصي كانت كبيرة جدا على العبارات ( 2,3,4,5 ) حيث تراوحت النسب المئوية عليها ما بين ( 83,4% - 89,4% ) وفيما يتعلق بالدرجة الكلية على مجال البعد الشخصي فقد كانت كبيرة جدا وذلك بنسبة (81,6%)، وهذا يعود إلى أن هناك شخصية للتلاميذ في تحفيزهم على ممارسة النشاط البدني و الرياضي.

الجدول رقم (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ودرجة الدافع على مجال البعد الاجتماعي

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	الدرجة الدافع
1	تمارس النشاط الرياضي من أجل معرفة الاتجاهات الإيجابية لأفراد المجتمع نحو التربية.	2,80	0,69	77,8	كبيرة
2	تمارس النشاط الرياضي من أجل إتاحة الفرصة لبناء صداقات وعلاقات جديدة.	3,00	0,87	84,8	كبيرة جدا
3	تمارس النشاط الرياضي من أجل الاختلاط بالجنس الآخر من خلال الاحتكاك العلمي.	2,55	1,21	62,4	متوسطة
4	تمارس النشاط الرياضي من أجل أداء دوري الرياضي في التمثيل الاجتماعي بشكل فاعل	2,95	0,97	83,2	كبيرة جدا
5	تمارس النشاط الرياضي من أجل تحقيق مركز اجتماعي أفضل.	2,90	1,12	86,4	كبيرة جدا
6	تمارس النشاط الرياضي من أجل تحقيق طموحات أفراد أسرتك.	2,68	0,88	83,6	كبيرة جدا
7	تمارس النشاط الرياضي من أجل زيادة احترام وتقدير المجتمع لك.	3,14	1,06	88,2	كبيرة جدا
	الدرجة الكلية	20,04	4,32	81,8	كبيرة جدا

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن درجة دوافع تلاميذ الطور الثانوي على ممارسة النشاط الرياضي على مجال البعد الاجتماعي كانت كبيرة جدا على العبارات (8,7,6,5,4) حيث تراوحت النسب المئوية ما بين (83,2% - 88,2%) فيما يتعلق بالدرجة الكلية على مجال البعد الاجتماعي فقد كانت كبيرة جدا وذلك بدلالة النسبة المئوية والتي بلغت (81,8%) وهذه النتيجة تشير إلى أن درجة دوافع إقبال التلاميذ على ممارسة النشاط الرياضي على مجال الدوافع الاجتماعية كانت كبيرة جدا.

الجدول رقم (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ودرجة الدافع على مجال البعد البدني والصحي

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة الدافع
1	تمارس النشاط الرياضي من أجل كسب الصحة البدنية	4,33	0,95	93,6	كبيرة جدا
2	تمارس النشاط الرياضي من أجل المحافظة على مستوى جيد من اللياقة البدنية.	3,88	0,90	93,8	كبيرة جدا
3	تمارس النشاط الرياضي من أجل أن تكسب الصحة الجيدة.	4,08	0,82	94,4	كبيرة جدا
4	تمارس النشاط الرياضي من أجل الاعتماد على العادات الصحية السليمة.	3,63	0,82	93,6	كبيرة جدا
5	تمارس النشاط الرياضي من أجل اكتساب المبادئ الأساسية في الإسعافات	4,01	0,97	92,2	كبيرة جدا
6	تمارس النشاط الرياضي من أجل المحافظة على القوام الجيد.	3,52	0,73	92,6	كبيرة جدا
7	تمارس النشاط الرياضي من أجل تجنب الإصابات الرياضية ومعرفة طرق علاجها.	4,27	0,71	90,8	كبيرة جدا
	الدرجة الكلية	27,76	3,60	93	كبيرة جدا

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن درجة دوافع تلاميذ الطور الثانوي على ممارسة النشاط البدني والرياضي على مجال البعد البدني والصحي كانت كبيرة جدا على جميع العبارات حيث تراوحت النسب المئوية عليهما ما بين (90,8% - 94,4%) وهذه النتيجة تشير إلى أن درجة الكلية والتي تتمثل بنسبة (93%) لدوافع إقبال التلاميذ الطور الثانوي على ممارسة النشاط الرياضي كانت كبيرة جدا.

الجدول رقم (07): يمثل ترتيب مجالات الدوافع عند تلاميذ الطور الثانوي على ممارسة النشاط الرياضي وذلك تبعا لأهميتها.

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة الدافع
1	الدوافع الأكاديمية	19,47	3,47	86,53	كبيرة جدا
2	الدوافع الشخصية	23,92	4,32	81,8	كبيرة جدا
3	الدوافع الاجتماعية	20,04	4,88	81,6	كبيرة جدا
4	الدوافع البدنية والصحية	27,76	3,60	93	كبيرة جدا
	الدرجة الكلية	22,79	4,06	85,73	كبيرة جدا

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن درجة دوافع إقبال التلاميذ المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط الرياضي كانت كبيرة جدا على جميع المجالات وهي ما بين (81,6-93) والدرجة الكلية التي تتمثل بـ (85,73%) و أن الدافع الصحي البدني كان الأكبر فهم درجة والتي تتمثل بـ (93%).

و منه نستنتج أن هذه المجالات (الأكاديمية، الشخصية، الاجتماعية، الصحية البدنية) لها أهمية كبيرة في تحفيز التلاميذ المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط البدني والرياضي في المدارس التربوية.

تحليل نتائج الفرضية رقم (02):

توجد فروق معنوية في دوافع إقبال تلاميذ المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط البدني والرياضي ترجع إلى متغير الجنس



الجدول رقم (08): يمثل نتائج اختبار(ت) الجدولية حسب متغير الجنس في الدوافع الأكاديمية.

الجدولية	الاحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة الاحصائية
ذكور	45	20,57	2,88	3,15	88	0,05	2,61	دال
اناث	45	18,37	3,69					

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي عند الذكور يمثل (20,57) وعند الاناث يمثل (18,37) والانحراف المعياري عند الذكور يمثل (2,88) وعند الاناث يمثل (3,69) وقيمة (ت) المحسوبة والتي تتمثل بـ (3,15) كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي تتمثل بـ (2,61) وذلك على مستوى الدلالة (0,05) ومنه نستنتج أن هناك فروقا معنوية بين التلاميذ الذكور والإناث في الدافع الأكاديمي المتعلق بممارسة النشاط البدني والرياضي.

الجدول رقم (09): يمثل نتائج اختبار(ت) الجدولية حسب متغير الجنس في الدوافع الشخصية.

الجدولية	الاحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	قيمة (ت) الجدولية	الدلالة الاحصائية
ذكور	45	26,57	3,32	6,13	88	0,05	2,61	دال
اناث	45	21,26	4,76					

يتضح لنا من خلال الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي عند الذكور يمثل (26,57) وعند الاناث يمثل (21,26) والانحراف المعياري عند الذكور يمثل (3,32) وعند الاناث يمثل (4,76) وقيمة (ت) المحسوبة والتي تتمثل بـ (6,13) كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية والتي تتمثل بـ (2,61) وذلك على مستوى الدلالة (0,05) ومنه نستنتج أن هناك فروقا معنوية بين التلاميذ الذكور والإناث في الدافع الشخصي المتعلق بممارسة النشاط البدني والرياضي.

الجدول رقم (10): يمثل نتائج اختبار(ت) الجدولية حسب متغير الجنس في الدوافع الاجتماعية.

الاحصائية	الدلالة	قيمة (ت) الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة (ت) المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	متغير الجنس
دال		2,61	0.05	88	11,89	2,08	23,42	45	ذكور
						3,19	16,66	45	اناث

يتضح لنا من خلال الجدول و الشكل أعلاه أن المتوسط الحسابي عند الذكور يمثل (23,42) وعند الاناث يمثل (16,66) والانحراف المعياري عند الذكور يمثل (2,08) وعند الاناث يمثل (11,89) و قيمة (ت) المحسوبة والتي تتمثل بـ (3,15) كانت أكبر من قيمة (ت) الجدولية و التي تتمثل بـ (2,61) وذلك على مستوى الدلالة (0,05) ومنه نستنتج أن هناك فروقا معنوية بين التلاميذ (الذكور والإناث) في الدافع الاجتماعي المتعلق بممارسة النشاط البدني و الرياضي.

الجدول رقم (11): يمثل نتائج اختبار(ت) الجدولية حسب متغير الجنس في الدوافع البدنية والصحية.

الاحصائية	الدلالة	قيمة (ت) الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة (ت) المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	متغير الجنس
غير دال		2,61	0,05	88	0,08	3,41	27,80	45	ذكور
						3,82	27,73	45	اناث

يتضح لنا من خلال الجدول و الشكل أعلاه أن المتوسط الحسابي عند الذكور يمثل (27,80) وعند الاناث يمثل (27,73) والانحراف المعياري عند الذكور يمثل (3,41) وعند الاناث يمثل (3,82) و قيمة (ت) المحسوبة والتي تتمثل بـ (0,08) كانت أصغر من قيمة (ت) الجدولية و التي تتمثل بـ (2,61) وذلك على مستوى الدلالة (0,05) ومنه نستنتج أن لا توجد

هناك فروقا معنوية بين التلاميذ (الذكور والإناث) في الدافع البدني والصحي المتعلق بممارسة النشاط البدني والرياضي.

تحليل نتائج الفرضية رقم (03):

- النشاط البدني والرياضي يؤثر بالإيجاب على الصحة البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية .

الجدول رقم(12): يمثل دور النشاط الرياضي وأثره على الصحة البدنية عند تلاميذ الثانوية.

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	يكسبني لياقة بدنية.	2,52	0,54
2	يساعدني على تحسين حالي الصحية والمحافظة عليها.	2,67	0,51
3	يساعدني على النمو البدني.	2,60	0,57
4	يساعدني على مرونة مفاصلي.	2,53	0,54
5	يكسبني التوافق العضلي العصبي.	2,51	0,56
6	يساهم في تقوية عضلاتي.	2,57	0,58
7	وسيلة للتغلب على الشيخوخة المبكرة.	2,46	0,54
8	يكسبني قوام معتدل.	2,47	0,69
9	يزيد من مناعي.	2,51	0,65
10	يكسبني المبادئ الأساسية في الإسعافات الأولية.	2,42	0,56
11	معرفتي للإصابات الرياضية ومعرفة علاجها.	2,43	0,68
	الدرجة الكلية	25,21	2,03

من خلال دراستنا وتحليلنا لدور النشاط البدني و الرياضي وتأثيره على الصحة البدنية فقد توصلنا إلى أن كل نسب المتوسطات الحسابية لعبارات كانت كبيرة جدا ما بين (2,42- 2,67) أي كلها جاءت قريبة من الدرجة القصوى والتي تتمثل بـ (3) وأن الدرجة الكلية والتي تتمثل بـ (25,21) فهي قريبة من الدرجة الكلية القصوى والتي تتمثل بـ (33) ومنه

نستنتج أن النشاط البدني و الرياضي يؤثر على الصحة البدنية لتلاميذ وبدرجة كبيرة جدا وهذا ما يحقق لنا هذه الفرضية.

#### 14- مناقشة نتائج الفرضيات:

1.14- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى: هناك دوافع أكاديمية وشخصية واجتماعية وصحية بدنية تجعل تلاميذ المرحلة الثانوية يقبلون على ممارسة النشاط البدني والرياضي في المدارس التربوية.

ومن الإجابة عن هذه الفرضية استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل عبارة ولكل مجال من المجالات الدراسة ونتائج الجدول (3)(4)(5)(6)(7) بين لنا ذلك بينما الجدول رقم(08) يمثل ترتيب المجالات حسب أهميتها ومنه نستنتج أن الفرضية قد تحققت حيث تتمثل هذه الدوافع في (الأكاديمية، الشخصية، الاجتماعية، والبدنية والصحية).

يرى الباحث أن ذلك يعود إلى التطور الذي حدث خلال القرن العشرين في مجال التربية البدنية والرياضية على صعيد الفلسفة، باعتبار التربية البدنية نظام تربوي له أهداف التي تسعى إلى تحسين الاداء الانساني باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل و حياة أكثر نشاطا، بالإضافة إلى تحصيل المعارف وتنمية اتجاهات ايجابية نحو النشاط البدني والتربية الرياضية، وهذا ما توصلت إليه بعض الدراسات في البيئة الجزائرية بوجود اتجاهات ايجابية عند تلاميذ المرحلة الثانوية نحو ممارسة النشاط الرياضي في المدارس، كدراسة يحيواوي يوسف (2001). كما و أن للتربية البدنية والرياضية دور يتخلص في التنشئة الاجتماعية للفرد وبذلك يستفيد المجتمع من الحصائل الاجتماعية والتربوية للتربية البدنية والرياضية وأن الدرجة الكلية التي تتمثل في (85,75%) كبيرة جدا تبين ذلك. منه نستنتج أن هناك دوافع تحفز التلاميذ في المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط البدني و الرياضي في المدارس التربوية.

#### 2.14- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:توجد فروق معنوية في دوافع إقبال

التلاميذ المرحلة الثانوية لممارسة النشاط البدني والرياضي ترجع إلى متغير الجنس و بعد تحليلنا لهذه الدراسة استنتجنا أن هناك فروق معنوية في متغير الجنس (الذكور، الاناث) في كل من المجالات (الأكاديمية، الشخصية، الاجتماعية) وهذا

يعود إلى اختلاف الحوافز بين الذكور والاناث على ممارسة النشاط البدني والرياضي الأسرة والمجتمع والدين الذين يحرمون الفتيات من ممارسة النشاط البدني والرياضي وذلك لسبب الاختلاط بين الجنسين كما أكدته لنا الدراسة المشابهة عام "2011" تحت عنوان: "تأثير الأسرة على إقبال تلميذات الطور المتوسط نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية" حيث كانت النتائج المتوصل إليها متشابهة لدراستنا.

أما في المجال (الصحي البدني) فلم تكن هناك فروق معنوية بين الذكور والاناث وهذا راجع إلى نفس السمات والحوافز التي يتميز بها كل من الجنسين. إلى أن توصلنا في النتائج إلى أن قيمة (ت) المحسوبة كانت كبيرة من (ت) الجدولية في كل من الأبعاد (الأكاديمية، الشخصية، الاجتماعية)، وأقل من (ت) الجدولية في البعد (الصحي البدني) ومنه نستنتج من تحليل هذه النتائج إلى أن الفرضية المقترحة تحققت جزئيا، أي تحققت في كل من الأبعاد (الأكاديمية، الشخصية، الاجتماعية)، ولم تتحقق في البعد (الصحي البدني).

**3.14- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة: النشاط البدني والرياضي يؤثر بالإيجاب على الصحة البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية.**

وبعد قيامنا لدراسة حول دور تأثير النشاط الرياضي على الصحة البدنية للتلاميذ المرحلة الثانوية فقد توصلنا إلى ستر نتائج لعبارات المقياس حيث كانت ما بين (-2,42-2,67) فهي كبيرة مقارنة لدرجة القصوى للمقياس والتي تتمثل ب (3) و أما الدرجة الكلية للعبارات كانت بنسبة (25) فهي أيضا كبيرة مقارنة للدرجة الكلية القصوى للمقياس والتي تتمثل ب (33) ومنه نستنتج أن الفرضية التي اقترحناها قد تحققت وكذلك تبين لنا الدراسة السابقة لدراسة "العباسي محمد أمين" عام 2011 تحت عنوان: "قياس اتجاهات تلاميذ الثانوية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية". تحت إشراف الدكتور: إفروجن نبيل. حيث قام بنفس المقياس على التلاميذ وكانت النتائج تقريبا نفسها.

**3.15- مناقشة نتائج الفرضية العامة: تتحدد دوافع اقبال تلاميذ المرحلة الثانوية على ممارسة النشاط البدني والرياضي في الدوافع (الأكاديمية، الشخصية، الاجتماعية، الصحية البدنية).**

من خلال النتائج المتحصل عليها من طرف تحقق الفرضية الأولى والتي تتمثل في أن هناك دوافع والتي تتمثل في أربعة أبعاد (أكاديمية، شخصية، اجتماعية، صحية بدنية) يقبل

علمها تلاميذ المرحلة الثانوية من أجل ممارسة النشاط البدني والرياضي، وكذلك تحقق الفرضية الثالثة والتي تتمثل في النشاط البدني والرياضي يؤثر بالإيجاب على الصحة البدنية لتلاميذ المرحلة الثانوية فمنه نستنتج من خلال هذه الفرضيات والتي هي أجزاء من الفرضية العامة على أنها محققة وهذا يعود إلى رغبة وتحفيز التلاميذ على ممارستهم للنشاط البدني و الرياضي في المدارس التربوية وكذلك الحفاظ على صحتهم ولياقتهم البدنية .

فمنه نستنتج على تحقق هذه الفرضية على أن نسبة هذه الأبعاد كانت كبيرة جدا حيث تمثلت الدرجة الكلية لهم بنسبة (85,75%) وكذلك نستدل بالدراسة التي قام بها (العباسي محمد أمين) عام (2011).

#### الاستنتاج العام:

من خلال دراستنا التي توصلت في شطرها التطبيقي والذي تعرضنا فيه إلى تحليل مختلف النتائج ومناقشتها بناء على ما افترضناه من فرضيات وكذلك في ضوء الدراسات السابقة والمشابهة توصلنا إلى مجموعة من النتائج والتي تتمثل في أهم الدوافع التي تحفز تلاميذ على ممارسة النشاط البدني والرياضي والتي تتمثل في: ( الدوافع الأكاديمية، الدوافع الشخصية، الدوافع الاجتماعية، الدوافع الصحية البدنية )، وكذا الأولوية في هذه الدوافع على حسب النسبة المئوية لها و ما دورها وخصائصها التي استنتجناها من الجانب النظري والفرضية التي حققت لنا هذه الدوافع و منه استدلنا بدراسة سابقة للباحث يحيوي سعيد ، حيث كانت دراسته حول دوافع ممارسة النشاط البدني والرياضي في حصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور الثالث من التعليم الأساسي بالجزائر فتوصلنا إلى نفس الدوافع.

وكذلك توصلنا في دراستنا لوجود الفروق المعنوي بين للتلاميذ في متغير الجنس (ذكور وإناث) في هذه الأبعاد إلا في البعد الصحي البدني لم توجد فيه فروق وهذا يعود إلى تشابه المحفزات والرغبات لكل من الجنسين، وهذا ما أكدته لنا دراسة بوعبيدة محفوظ في تأثير الأسرة على الإناث نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية.

وكذلك استنتجنا أن النشاط البدني والرياضي له أهمية كبيرة وتأثير إيجابي على الصحة البدنية لدى التلاميذ حيث أن نسبة اهتمامهم كانت كبيرة وهذا ما تبين لنا من خلال دراستنا في الجانب النظري للفصل الثاني وكذا النتائج التي توصلنا إليها في التطبيقي والدراسة التي قام بها العباسي محمد أمين استدلت على تحققنا للفرضية.

ومنه نخرج باستنتاج عام على أن التلاميذ لهم دوافع تحفزهم على ممارسة النشاط البدني والرياضي ومن خلال ذلك يستفيدون من الممارسة على تطوير لياقتهم وصحتهم البدنية وهذا ما نود التوصل إليه من خلال دراستنا حيث أنها جاءتنا بجديد واستخرجنا بعض المشاكل التي يمكن حلها والاستغناء عنها حتى يتحقق ويطور هذا الجانب.

#### الخاتمة:

إن مرحلة المراهقة من أعقد وأصعب المراحل في حياة الفرد كونها تتميز بالاضطرابات المختلفة إلا أن هذا لم يكن عائقا أمام المراهق في تحقيق طموحاته و رغباته، وهو ما لحضناه خلال بحثنا هذا وخاصة في ممارسة النشاطات البدنية والرياضية التي استطاع أن يتمكن منها ويفرض وجوده من خلالها، ولكن كل هذا راجع إلى عدة عوامل دفعته إلى اختيار هذا النشاط الرياضي وذلك من بداية ميولاته الشخصية ثم الأسرة و المجتمع وحتى هيئته الجسمية والبيئة التي يعيش فيها، وحتى دوافعه الداخلية تساعده وتحفزه على الممارسة للنشاط الرياضي، كما توصلنا في هذه الدراسة إلى أهم الدوافع التي تساعد التلميذ لممارسة النشاط البدني والرياضي وكذلك الفرق الموجود بين الذكور والإناث في هذا الميدان .

ونستخلص أخيرا من بحثنا و من الدراسات السابقة أن الدافعية هي مفهوم مركب شديد التعقيد لا يمكن إخضاعه لنظرية واحدة، وكذا أن التحدي الذي يواجه التلميذ ليس في البحث عن وسيلة لتنشيط الدافعية بحسب بل تجنب تدمير الدافعية لدى التلميذ الممارس للتربية البدنية والرياضية وكذلك تستشير دافعية التلميذ عن طريق الأسلوب المباشر والتي تتمثل في (الطاعة، التقمص، الاندماج) أما الأسلوب الغير المباشر فهو عن طريق تغيير الموقف، وكذا في هذا المجال الأهمية الكبرى لدوافع والحوافز التي تنمي الفرد على ممارسة النشاط البدني والرياضي ودور تأثيره على الصحة البدنية لتلاميذ، باعتبارها وسيلة فعالة في التنمية للحوافز والتمتع بالصحة واللياقة البدنية.

## المراجع:

- 1- إبراهيم رحمة : تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الطبعة الأولى ، عمان ، 1998.
- 2- إبراهيم محمود عبد المقصود، حسن أحمد الشافعي: إدارة المنافسات والبطولات والدورات الرياضية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، ط1، الإسكندرية، 2003.
- 3- أسامة رياض : الطب الرياضي و كرة اليد ، مركز الكتاب للنشر و التوزيع ، ط1 ، القاهرة ، 1999.
- 4 - أسامة كامل راتب " الإعداد النفسي لتدريب الناشئين وأولياء الأمور" ، دار الفكر العربي، ط1، بدون بلد، 1997 .
- 5- \_\_\_\_\_: " دوافع التفوق الرياضي " دار الفكر العربي ، ب ط ، القاهرة ، 1990.
- 6- \_\_\_\_\_ ، علم النفس الرياضة، المفاهيم، التطبيقات، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1997.
- 7- \_\_\_\_\_: رياضة المشي، مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1977.
- 8- \_\_\_\_\_: علم النفس الرياضة( المفاهيم و التطبيقات)، دار الفكر العربي، ط2، القاهرة، 1997.
- 9- \_\_\_\_\_: النشاط البدني والاسترخاء، دار الفكر العربي، ط1، 2004، القاهرة.
- 10- \_\_\_\_\_: "علم النفس الرياضي"، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1997،
- 11- أمين أنور الخولي، محمد حمادي: برنامج التنمية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1، 1990.
- 12- أنور خولي: أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1996.
- 13- بهاء الدين إبراهيم سلامة: "الصحة الرياضية والمحددان للفسيولوجية للنشاط الرياضي"، ط1، 2002.
- 14- \_\_\_\_\_: الجوانب الصحية في التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، ط1.
- 15- حلمي المليحي: " علم النفس المعاصر " ، دار العربية ، ط6 ، لبنان ، 1984 .
- 16- حلیم إبراهيم، ليلى السيد فرحات: "التربية الرياضية والترويج للمعاقين، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر 1998.



- 17- حنان عبد الحميد الزناني: الصحة النفسية، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن، ط3، 2000.
- 18- رومي جميل: "كرة القدم"، دار النقائض، ط1 بيروت، لبنان، 1986.
- 19- صالح محمد علي أبو جادو: "علم النفس التربوي" دار المسيرة ط1، الأردن، ب س.
- 20- صدقي نور الدين محمد، المشاركة الرياضية و النمو النفسي للأطفال، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1998.
- 21- عبس ع الفتاح رملي، محمد إبراهيم شحاتة: اللياقة والصحة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1991.
- 22- عصام عبد الخالق: التدريب الرياضي، نظريات وتطبيقات، دار الكتب الجامعية، ط2، مصر، 1982.
- 23- علي لصيف، محمود السراني، الاحصاء في التربية البدنية والرياضية، جامعة بغداد، 1973م.
- 24- قاسم حسن حسين: الموسوعة الرياضية و البدنية الشاملة، ط1، دار الفكر للنشر و التوزيع، الاردن، 1998.
- 25- محمد الحمامي، امين انور الخولي: اسس بناء برامج التربية الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
- 26- محمد حسن علاوي: "سيكولوجية التدريب والمنافسة" المعارف، ط1، مصر، 1987.
- 27- \_\_\_\_\_: "موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين" مركز الكتاب للنشر، ط1، مصر، 1998.
- 28- \_\_\_\_\_: "علم النفس الرياضي"، دار المعارف، ب ط، مصر، 1987.
- 29- \_\_\_\_\_، سيكولوجية التدريب و المنافسة، دار المعارف، ط6، القاهرة، 1987.
- 30- محمد عادل خطاب: النشاط الترويحي وبرامجه، ملتزم الطبع والنشر، مكتبة القاهرة الحديثة، 1992
- 31- محمد نجيب توفيق: الخدمات العمالية بين التطبيق والتشريع، مكتبة القاهرة الحديثة، الطبعة الأولى، 1967.

- 32- محمد نصر الدين رضوان : مقدمة في التقويم و التربية البدنية ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1992.
- 33 - مروان عبد المجيد إبراهيم: إدارة البطولات والمنافسات الرياضية، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع، ط1، عمان 1991.
- 34- مصطفى أحمد زكي، تقديم عثمان نجاتي، الرعاية الوالدية، دار النهضة العربية للنشر، القاهرة، 1974
- 35- مصطفى عشوي : " مدخل إلى علم النفس " ديوان المطبوعات الجامعية، ب ط، الجزائر، 1990.
- 36- مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي للجنسين من الطفولة إلى المراهقة- ط 1 1996، القاهرة.
- 37- نزار الطالب، محمود السراني، مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية والرياضية، دار الكتاب والنشر، جامعة الوصل، 1975.