



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية: علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
قسم: النشاط البدني الرياضي المكيف
رقم:
ميدان: علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
فرع: مكيف الرياضي وصحة
تخصص: مكيف الرياضي وصحة

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ليسانس أكاديمي

إعداد الطالب:

عاشوري فاتح

تحت عنوان

**الصحة النفسية وأهميتها في الأداء الوظيفي لأساتذة
التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي
دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية سطيف**

لجنة المناقشة:

د. /جوادي خالد

د. /تمار محمد

د. /فاصلي بجاوي.

جامعة المسيلة

جامعة المسيلة

جامعة المسيلة

رئيسا

مشرفا ومقررا

مناقشا

السنة الجامعية: 2017/2016

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

أهداء

بسم الله و الصلاة والسلام على خير خلق الله سيدنا محمد خاتم الرسل
والأنبياء وعلى أهله وأصحابه ومن والاه وسار على خطاه إلى يوم أن
نلقاه و بعد:

أتقدم بإهداء هذا العمل المتواضع إلى:

نور العين وساكنة الفؤاد إلى الشمعة التي أنارت الدرب و فتحت أبواب العلم والمعرفة، إلى الأجل في الوجود
إلى التي ضحت من أجلي، إلى الصدر الحنون و القلب الرفيق إلى أعز ما أملك في الدنيا الحبيبة الطاهرة الوفية
والملاك الصافي القريب لله سبحانه و تعالي ، أمي ثم أمي ثم أمي . "أمي نصيرة"

إلى قرة عيني وضيء بصيرتي إلى الذي سعى جاهدا في تربيتي وتعليمي وتوجيهي والوقوف إلى جانبي بكل
أوتي من جهد إلى أجمل أب وأعظم قدوة إلى أطيب رجل وأعلى إنسان " أبي الطاهر" .

إلى من لا ينصفها الشكر والثناء إلى من علمتني أولى الحروف في هذا الوجود إلى أختي الغالية "كريمة" وإلى
أخواتي وابنائهم سراج،رحمة ،عبد الرحيم،سمية،محمد انس،لين وإلى أخي خالد

وإلى جدتي فاطمة عليها رحمة الله وإلى جدتي حدة حفظها الله

إلى جميع هؤلاء أهدي عملي

كلمة شكر

بسم الله و الصلاة والسلام على خير خلق الله سيدنا محمد خاتم الرسل
والأنبياء وعلى أهله وأصحابه ومن والاه وسار على خطاه إلى يوم أن نلقاه و
بعد:

قال الله تعالى: ﴿رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه
وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين﴾ صدق الله العظيم. ﴿ (النمل: 19)

الحمد لله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه على نعمه التي أصبغها علينا وما كنا لنهتدي لولا هديه لنا في تمام هذا العمل
المتواضع.

قال رسول الله: ﴿من لم يشكر الناس لم يشكر الله﴾

لذلك أتقدم بالشكر الجزيل وفائق الاحترام والتقدير ،إلى جميع المعلمين في الابتدائي واخص بالذكر المعلم القدير
"كوسة التونسي" ، و "كفي سمير" كما لا يفوتني أن اشكر أساتذة التعليم المتوسط وعلى رأسهم الأستاذ القدير
"محمد بلقيدوم" ، و أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وخاصة أساتذة قسم المكيف وعلى
رأسهم الأستاذ "رحلي مراد"،الدكتور "عمارة نور الدين"والى طاقم المكتبة واخص بالذكر أختي "عبلة ، حياة "
أدام الله نوركما ،وجزأكم الله عنا كل الخير و جعل منكن للعلم ذخرا وفخرا .

كما اشكر جميع الأصدقاء الذين كانوا في شريط حياتي واخص بالذكر:صديقا الطفولة صدام عادل دون انسي
صهيب هشام يعقوب صابر أنور وكامل أسرة الشهاب عين الحجر لكرة الطائرة وخاصة براعم
الفريق. أصدقاء الجامعة: عامر لخضر سفيان فاتح حمزة خالد محمد إدريس هشام عامر
عائلي الثانية في رأس الوادي واخص بالذكر هشام" ولميمة " رياض عقبة ياسر عبدوا يعقوب وليد عبد الله هشام
رمزي محمد حمش زهر الدين علي رامي أنور أسامه ضرار يوسف محمد خيروا مكتبة حسين لعدي
" اليمين العبقري "

و إلى كل من ساهم في هذا العمل، وكل من يعرف فاتح من قريب أو بعيد.

إلى جميع هؤلاء أهدي عملي.

مقدمة:

ظهرت في هذا القرن العديد من العلوم الحديثة التي تخدم الجنس البشري من أجل تحقيق غاية جيدة تمكن في ترفيه الإنسان ومحاولة إسعاده خلال النتائج الضخم في جميع الميادين التربوية والتعليمية والاقتصادية والاجتماعية...الخ.

ومن بين هذه العلوم علم التربية البدنية و الرياضية و التي تهدف إلى تنشئة الفرد وتكوينه سليما متكاملا يشمل مختلف الجوانب العقلية والجسمية والوجدانية ، فالتربية البدنية والرياضية لها نفس الأهداف التربية العامة فهي تعمل على النمو السليم لجسم الإنسان وتنمية المهارات الفكرية كما تهدف إلى تنمية القدرات العقلية بالإضافة إلى إمداد التلاميذ بمعارف ومعلومات في الأنشطة الرياضية المختلفة. (الدكتور ابراهيم محمد المحاسنة، 2006، ص16)

وبما أن أستاذ التربية البدنية عنصرا من عناصر العملية التربوية فله دور هام في هذه العملية حيث تكمن أهميته في اكتساب التلاميذ المعارف وبالخصوص القدرات العقلية و البدنية التي يحتاجونها ، مما يستوجب توفر عدة صفات في الأستاذ لمعرفة كيفية التعامل مع تلاميذه و أن يكون قدوة لهم ، ومن بين أهم أهداف التربية البدنية هو تكوين أحسن و أفضل الأساتذة في ميدان العمل إضافة إلى الإيمان بقيمة الأستاذ والاعتراف بدوره الخاص والفعال في العملية التربوية لذلك وجب على الأستاذ أن يؤمن بأن كفاءته تكمن في شخصيته وأسس وأساليب تعامله في قيادة الأفراد ومهارته النفسية والبدنية و الذي ينعكس على نفسيته لا محال ومدى حرصه على عمله وحسن التنظيم والتخطيط وهذا كله من أجل الارتقاء بالمستوى المرغوب (زينب علي عمر، 2008 ص8)،

و عليه تمثل الحالة الصحية و النفسية للأستاذ التربية البدنية و الرياضية في عمله جانب هام من ضغوط الحياة، كالضغوط والمشاكل الصحية والنفسية و غيرها ، فلا يمكن إنكارها بل يجب التصدي لها من قبل المختصين لمساعدة العامل على التكيف مع عمله، وصولاً إلى زيادة الإنتاج وجودته وبالتالي تنمية المجتمع وتقدمه؛ وتعد مهنة التدريس من أكثر مجالات العمل ضغوطاً، وذلك لما تزخر به البيئة التعليمية من مثيرات ضاغطة، يرجع بعضها إلى شخصية الأستاذ التي تحدد قدرته على التكيف مع المتغيرات ونوع الفئة العمرية التي يتعامل معها الأستاذ، و إلى ما ينظم أو يقيد عمله من قرارات ولوائح وقوانين؛ ويرجع البعض الآخر إلى البيئة الاجتماعية الخارجية التي يعيش فيها الأستاذ، ومدى تقديرها لدوره ولأهمية التعليم. (محمد العربي ولد خليفة 1989 الجزائر ص 48)

وارتأينا أن نقوم بإعداد هذا البحث الذي بين أيدينا و الذي من خلاله تناولنا الحالة الصحية و النفسية وأهميتها في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي ، وقد اشتملت دراستنا على خمسة فصول:

* **الفصل الأول:** الخلفية النظرية والدراسات السابقة: حيث تطرقنا في هذا الفصل لأهم النظريات المفسرة لمتغيرات البحث وآراء بعض العلماء، كما أشرنا إلى أهم الدراسات السابقة والمرتبطة بالبحث.

* **الفصل الثاني:** الإطار العام للدراسة: حيث تطرقنا فيه إلى التعريف اللغوي والاصطلاحي والإجرائي لأهم الكلمات الدالة، وكذلك تطرقنا إلى إشكالية البحث والتساؤلات الجزئية وأهداف وأهمية الدراسة، وفرضيات الدراسة.

- * **الفصل الثالث:** الإجراءات الميدانية للدراسة حيث تطرقنا إلى الدراسة الاستطلاعية والمنهج المتبع في الدراسة، ومجتمع وعينة البحث، أدوات جمع البيانات والمعلومات وإجراءات التطبيق الميداني والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.
- * **الفصل الرابع:** عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها: حيث قمنا في هذا الفصل بجمع البيانات في جداول إحصائية ومناقشتها في ضوء الفرضيات.
- * **الفصل الخامس:** استنتاجات واقتراحات: تطرقنا في هذا الفصل إلى أهم ما توصلنا إليه من استنتاجات عامة واقتراحات، والآفاق المستقبلية في الدراسة، وأهم المراجع المعتمدة في الدراسة والملاحق.

الفصل الأول

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

أولاً: الخلفية النظرية

1 - الصحة النفسية

تمهيد:

تعتبر الصحة النفسية عنصراً مهماً في حياة الناس عامة، فتحقيقها يساعد الإنسان في مواجهة مشاق الحياة وصعوباتها وفي الوصول للعيش الكريم والحياة الهائلة السعيدة ويساهم في تحقيق أهداف الحياة وغاياتها، بل إن أهمية الصحة النفسية تتجاوز ذلك بدورها في تحقيق الوصول إلى رضا الله عز وجل وتحقيق رضوانه.

و لأهمية الصحة النفسية فقد ذهبت الدول المتقدمة بعيداً في بذل الجهد والمال لتحقيق مستوى عالٍ من الصحة النفسية لأفرادها، ذلك إيماناً منها بدور الصحة النفسية في توفير فرص أكبر لأفراد المجتمع لتحقيق الإنجاز الأفضل والوصول لتقدم أعظم. كما لوحظ في السنوات الأخيرة تركيز الدول المتقدمة على دعم مشاريع الصحة النفسية و الدعم النفسي في الدول النامية والتي تعاني من الحروب والاضطرابات وتخصص لذلك مبالغ هائلة من الأموال مستهدفة المرأة والطفل و الشباب.

ولقد وضع تعزيز الصحة النفسية ضمن أوسع مجال لتعزيز الصحة، ويتخذ موقفاً محاذياً للوقاية من الاضطرابات النفسية، ولمعالجة المصابين بالعلل النفسية والمعوقين وتأهيلهم إن تعزيز الصحة النفسية مثل تعزيز الصحة يكتنف أفعالا لدعم الناس لتبني نمط الحياة الصحية والمحافظة عليها مما يخلق الظروف المعيشية والبيئية الداعمة للصحة .

(منظمة الصحة العالمية، 2005: ص 7)

1-1 - علم الصحة النفسية

تعريف علم الصحة النفسية: علم الصحة النفسية هو علم تطبيقي للمعارف النفسية يساهم في مساعدة الناس على تنمية أنفسهم، و تحسين ظروف حياتهم، وعلى أن يعيشوا معاً في سلام ووثام، وعلى أن يواجهوا الصعاب والأزمات بصبر و ثبات وبأساليب توافقية مباشرة .ويستخدم في ذلك المنهج العلمي في تفسير علامات الصحة النفسية وعلامات وهنها،و في تحديد أساليب تنمية الصحة النفسية في البيت والمدرسة والعمل والمجتمع وفي دراسة الانحرافات النفسية وطرق تشخيصها،وتحديد عواملها وطرق الوقاية منها،وأساليب علاجها،والتنبؤ بما يمكن عمله لكي يحقق الإنسان صحته

النفسية،ويقي نفسه من وهنها وانحرافاتا. (أبو حويج و الصفدي ، 2011 ص16)

علم الصحة النفسية نمائي وقائي وعلاجي،فهو علم يهدف إلى رفع مسببات الضغط والتوتر والتي إن وجدت أوجدت حالات توقفاً للنمو،فالضغط هو بيئة مريضة وبيئة ملوثة،بيئة تستنزف طاقة الإنسان وتبدها في مظاهر غير صحية،وبالتالي فإن الضغط الذي يوقف المظاهر المختلفة للنمو،إن زال فإن كابح النمو يزول،وبالتالي تنطلق قدرات الإنسان وتتحرك من معقلها وتستثمر طاقاتها في النمو الصحيح للإنسان (أبو هين 1997:ص16)

1-2-أهداف ومناهج علم الصحة النفسية:

مما سبق من تعريفات يتضح لنا أن علم الصحة النفسية يهدف لتحقيق أهداف ثلاثة اتفق عليها علماء النفس تتلخص في مناهج الصحة النفسية التالية:

1-2-1- المنهج النمائي أو الإنشائي:

و يتضمن بذل الجهد و السعي لزيادة السعادة والكفاية والتوافق لدى الأصحاء العاديين حتى يتحقق الوصول بهم إلى على مستوى من الصحة النفسية وذلك عن طريق دراسة إمكانية وقدرات الأفراد والجماعات و توجيهها التوجيه السليم.

1-2-2- المنهج الوقائي:

ويتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية ويهتم بالأصحاء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقبهم من أسباب الأمراض النفسية بتعريفهم بها وإزالتها و للمنهج الوقائي مستويات ثلاثة : تبدأ بمحاولة منع حدوث المرض، ثم محاولة تشخيصه في مرحلته الأولى ، ثم تقليل أثر إعاقته.

1-2-3- المنهج العلاجي : ويتضمن علاج المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق والصحة النفسية. (زهران ، 1999ص28)

2- مفهوم الصحة النفسية وتعريفاتها:

اختلف الباحثون في ميدان العلوم الإنسانية في تحديد مفهوم للصحة النفسية وذلك وفقاً لخلفياتهم وتخصصاتهم العلمية و مذاهبهم الفكرية وهو ما جعل الإجماع على تعريف واحد لمفهوم الصحة النفسية أمراً صعباً، من هذه التعريفات من جعل الصحة النفسية مرادفاً للسعادة، ومنهم من قال إنها تحقيق الذات، وهناك من اقتصر على جوانب محددة كالجانب الطبي أو الاجتماعي أو الديني أو النفسي أو الإنساني، ولكن هناك من نظر بشمولية أكبر لمفهوم الصحة النفسية. وليس من السهل الأخذ بتعريف واحد للصحة النفسية حيث تتعدد التعريفات كذلك وفقاً لتباين مطلقاتها النظرية ، فمن المتخصصين من انطلق في تعريفه للصحة النفسية من نظرية التحليل النفسي، ومنهم من اعتمد على قناعاته بالنظرية السلوكية، وغيرهم من ارتكز على النظرية الإنسانية كما أن هناك من انطلق من النظرية الوجودية.

ولقد عرفت "منظمة الصحة العالمية" الصحة النفسية بأنها ليست مجرد غياب الاضطرابات النفسية، بل هي حالة من العافية يستطيع فيها كل فرد إدراك إمكاناته الخاصة والتكيف مع حالات التوتر العادية والعمل بشكل منتج ومفيد والإسهام في مجتمعه المحلي. (موقع منظمة الصحة العالمية: 2007)

كما عرف " المطيري " الصحة النفسية بأنها " تلك الحالة النفسية التي تتسم بالثبات النسبي والتي يكون فيها الفرد متمتعاً بالتوافق الشخصي والاجتماعي والانتزان الانفعالي، خالياً من التأزم والاضطراب مليئاً بالحماس وأن يكون إيجابياً خلافاً مبدعاً يشعر بالسعادة والرضا، قادراً على تأكيد ذاته وتحقيق طموحاته واثقاً بإمكاناته الحقيقية قادراً على استخدامها في أمثل صورة ممكنة، هذا الشخص من وجهة نظر الصحة النفسية يتمتع بصحة نفسية سليمة وقادر على التغلب على كافة الاحباطات والعوائق التي تواجهه في حياته . (المطيري، 2005، ص19)

ويعرفها "نجاتي" بأنها النضج الانفعالي والاجتماعي، وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم من حوله، والقدرة على تحمل مسئوليات الحياة ومواجهة ما يقابله من مشكلات، وتقبل الفرد لواقع حياته، والشعور بالرضا والسعادة. (نجاتي، 2002، ص 271)

أما "الحسين" فعرفها بأنها تعني الخلو من الأمراض المستعصية والأدواء الخطيرة (الجسمية والنفسية والعقلية) والكفاية الغذائية، والتوافق النفسي والاجتماعي والشعور بالأمان والاطمئنان النفسي، والقدرة على الحكم الصائب على الأشخاص والأشياء، والعمل وفق هذا الحكم، والإحساس بالمسؤولية (الشخصية والاجتماعية والوظيفية)، والتكيف مع أحوال الحياة وتقلباتها المختلفة، والتفاعل الإيجابي مع الآخرين، ومن ذلك تبادل الحب والنصح بالتي هي أحسن، ولين الجانب، والتعاون البناء معهم وحب الخير لهم كما هو حب الخير للذات، واستغلال طاقات الفرد والإفادة من إمكانياته في تحقيق أهداف واقعية وفي كل ما هو مفيد له و مجتمعه والنظرة التفاضلية، والشعور بالرضا والقناعة، وحب الله تعالى قولاً وعملاً واعتقاداً والاستسلام له ومن ذلك الاجتهاد في إتباع أوامره، وجهاد النفس في تجنب معاصيه والرجوع إليه، والتوكل عليه وترويض النفس على الصبر، واحتساب التكاليف الشرعية والأزمات الحياتية الطارئة عنده سبحانه وتعالى، والحث على الدعوة في سبيله والحب والتحبب فيه فهو الهدف الأسمى الذي خلقت لأجله النفوس في هذه الحياة، وهو سبيل التوازن والتوافق والصحة النفسية والاطمئنان النفسي الحقيقي في الحياة رغم ما يعترئها من هموم وما جبلت عليه من مفاجآت. (الحسين، 2002، ص 29-30)

أما "سري" فيعرفها بأنها حالة يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً، ويشعر بالسعادة والكفاية والراحة النفسية، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته واستثمار طاقاته، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة وإدارة الأزمات النفسية، وتكون شخصيته سوية متكاملة، ويكون سلوكه عادياً. (سري، 2000، ص 28)

ولقد عرفه "القريطي" حالة عقلية انفعالية إيجابية، مستقرة نسبياً، تعبر عن تكامل طاقات الفرد ووظائفه المختلفة، وتوازن القوى الداخلية والخارجية الموجهة لسلوكه في مجتمع وقت ما ومرحلة نمو معينة، وتمتعه بالعافية النفسية والفاعلية الاجتماعية. (القريطي، 1998، ص 28-29)

وعرف "كفاي" الصحة النفسية بأنها حالة من التوازن والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد، تؤدي به أن يسلك بطريقة تجعله يتقبل ذاته، ويقبله المجتمع، بحيث يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضا والكفاية. (كفاي، 1997، ص 81)

ولقد عرف "زهران" الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبياً يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً (شخصياً و انفعالياً و اجتماعياً) أي مع نفسه ومع بيئته، ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه، ومع الآخرين، ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية، ويكون سلوكه عادياً، ويكون حسن الخلق، بحيث يعيش في سلامة وسلام. (زهران، 1997، ص 9)

ويعرفها "أبوهين" بأنها مفهوم مجرد يشير إلى التوازن والتكامل المتجدد والنشط للوظائف النفسية والعقلية للفرد تجعل الفرد يسلك سلوكًا اجتماعيًا مقبولا من الفرد ذاته ومن المجتمع المحيط وأن يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضا والنجاح وتقبل الذات . (أبوهين، 1997، ص21)

كما يعرفها "فهيم" بأنها قدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، وهذا يؤدي به إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب، مليئة بالتحمس . ويعني هذا أن يرضى الفرد عن نفسه، وأن يقبل ذاته كما يتقبل الآخرين، فلا يبدو منه ما يدل على عدم التوافق الاجتماعي، كما لا يسلك سلوكًا اجتماعيًا شاذًا بل يسلك سلوكًا معقولًا يدل على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي، في ظل مختلف المجالات، وتحت تأثير جميع الظروف . (فهيم، 1995، ص44)

أما "مرسي" فعرفها بأنها قدرة الفرد على أداء وظيفته في الحياة بنجاح من خلال أهدافه وإمكاناته والغرض المكفول له، وفي إطار البيئة الاجتماعية والاقتصادية . (مرسي، 1983، ص44)

ويعرفها "القوصي" بأنها التوافق التام بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ عادة على الإنسان، مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكفاية . (القوصي، 1995، ص6)

إنه وفي ظل تعدد المفاهيم والتعريفات للصحة النفسية نجد أنه ليس من السهل الأخذ بمفهوم واحد للصحة النفسية . حيث إننا نجد أن أحد تلك المفاهيم هو المفهوم السلبي للصحة النفسية الذي بنص على أن الصحة النفسية هي خلو الفرد من الاضطرابات النفسية، ولكن عند تحليل هذا المفهوم نجد فيه الكثير من النقص لأنه تناول فقط جانباً واحداً من جوانب الصحة النفسية ، فقد نجد العديد من الأشخاص لا يتمتعون بالصحة النفسية وفي نفس الوقت لا يعانون من أي اضطراب نفسي وذلك لعدم رضاهم عن أنفسهم، أو لفشلهم في تبادل العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، أو عدم تفريقهم بين إمكانياتهم وخبراتهم وبين غاياتهم و رغباتهم.

وهنا يتبين أهمية التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك والتوافق مع الذات والمجتمع وكذلك القدرة على السيطرة والتغلب على مشكلات الحياة اليومية كشرط لازم لامتلاك الفرد للصحة النفسية و هو ما يشكل المفهوم الإيجابي للصحة النفسية.

من كل ما سبق نجد أن الصحة النفسية لا تعني فقط خلو الفرد من أعراض الاضطراب النفسي، وإنما يمتد مفهومها ليشمل العديد من الجوانب المتعلقة بشخصية الفرد واتجاهاته، وهو ما جعل منا نتبنى تعريفاً موجباً وشاملاً لجميع مظاهر الصحة النفسية كتعريف منظمة الصحة العالمية.

2-1- نسبة الصحة النفسية ومستوياتها:

إن تحقيق الصحة النفسية وتمتع الفرد بها يختلف من شخص إلى آخر، بل إن الأمر أكثر تعقيداً من ذلك، عندما ندرك أن مستوى نسبة الصحة النفسية ومستوياتها تختلف لدى نفس الشخص من موقف لآخر و من وقت لغيره، و لا يمكن

القول بأن فلاناً من الناس يتمتع بالصحة النفسية بدرجة 100%، ولكن نسبة الصحة النفسية تعني هنا أن تتحقق معظم مظاهر الصحة النفسية في ذلك الشخص.

ويذكر "الداهري" أن الصحة النفسية تعني التوافق التام بين الوظائف النفسية المختلفة عند الفرد وهذا يكاد يكون مستحيلاً فلا يوجد توافق تام بين الوظائف النفسية المختلفة، ودرجة اختلال التوافق هي التي تميز حالته الصحية عن غيرها، وهذا هو الذي يميز بين الصحة النفسية من فرد لآخر فكلما زادت أخطاء الفرد قلت صحته النفسية، وكلما قلت أخطاء الفرد زادت صحته النفسية شأنها في ذلك شأن الصحة الجسمية. كذلك فإن تكيف الفرد مع من حوله من أفراد أسرته ومجتمعه تكيف نسبي، ويختلف باختلاف الزمان والمكان وهذا أيضاً يدل على نسبة الصحة النفسية، ومن هنا فعلى المرشد والأخصائي مراعاة ظروف البيئة التي يعيش فيها المرشد قبل أن يصدر أحكاماً على هذا المرشد أثناء المعالجة. (الداهري، 2005، ص 198، 199)

ومفهوم الصحة النفسية مفهوم نظري مثالي، أو هو كما يقال خرافة، فليس هناك كائن بشري بغير صراعات وشيء من الانحرافات، ويتضح ذلك عند تصنيف الناس إلى أصحاء معافين وإلى معوقين، وذلك أن كلاً منا معوق بشكل أو بآخر، فما من أحد منا يستطيع كل شيء، وما من أحد لا يستطيع شيئاً. (أبو اسحاق وأبو نجيلة، 1997، ص 25)

2-2- مستويات الصحة النفسية

إن نسبة الصحة النفسية تجعل من كلا الأمرين سواء ولا سواء يقعان على درجات سلم التوزيع الاعتدالي بين من يتمتع بالصحة النفسية بدرجة عالية و بين الواهين نفسياً بدرجة كبيرة، في حين تقع المستويات الأخرى بين هذين القطبين، ويرجع ذلك إلى عدم وجود حد فاصل بين الصحة النفسية والمرض النفسي.

ويؤكد "أبو حويج و الصفدي" أن الصحة النفسية لا توهب، ولكن تكتسب بتحسين الخلق مع الله ومع الناس فكل شخص مسئول عن صحته النفسية يكسبها بإرادته وجهوده في مجالات حسن الخلق تمت صحته النفسية كلما نقصت هذه الجهود أو زادت في مجالات حسن الخلق تمت صحته النفسية، فالصحة النفسية تزيد وتنقص بجهود الفرد وإرادته، وهي قابلة للتغير بحسب أحواله النفسية وظروفه البيئية، وما يعرض له من أسر أو عسر، وما يجده في نفسه من هدى أو ضلال، وما اكتسبه من عادات ومهارات وقدرات واتجاهات وقيم، تيسر له الأفعال الحسنة أو السيئة لما استقر في قلبه من الإيمان.

ومع قابلية الصحة النفسية للزيادة والنقصان، فهي حالة نفسية ثابتة نسبياً عند الفرد بحسب ما تعود عليه من أفعال وأفكار ومشاعر، فإن تعود على الخير وألفه، غلب على حالته الصحة النفسية في مواقف كثيرة، وإن تعود على الشر و ألفه، غلب على حالته الوهن الصحي والنفسي.

2-3- التوزيع الاعتدالي للصحة النفسية: من الأخطاء الشائعة تقسيم الناس إلى فئتين: فئة الأصحاء نفسياً، وفئة المنحرفين أو المضربين أو الواهين نفسياً، لأن الأصحاء منحرفون بدرجة ما، والواهون أصحاء بدرجة ما. وفي ضوء نظرية

التوزيع الاعتدالي للخصائص والسمات الجسمية والنفسية يمكن تقسيم الناس بحسب مستوياتهم في الصحة النفسية إلى خمس فئات:

2-3-1 الأصحاء نفسيًا بدرجة عالية:

عدددهم قليل وتبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 2,5% وهم الذين تبدو عليهم علامات الصحة النفسية المرتفعة وتندر أخطاؤهم، وقد اعتبرهم خيرين بطبعهم ... واعتبرهم علماء التحليل النفسي أصحاب "أنا" قوية قادرة على تحقيق التوازن بين مطالب "الأنا العليا" والهو" و الواقع واعتبرهم علماء السلوكية أصحاب سلوكيات حسنة مكنتهم من تحقيق التوافق الجيد مع المجتمع الذي يعيشون فيه، ووصفهم علماء المذهب الإنساني بالإنسان الكامل الذي نجحت ذاته في إثبات كفاءته وفي التعبير عن نفسه بصدق .

2-3-2 الأصحاء نفسيًا بدرجة فوق المتوسط:

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 13.5% وهم أصحاب نفسيًا أيضًا حيث ترتفع عندهم درجة الصحة النفسية وتنخفض درجة الوهن، وينطبق عليهم ما قاله الغزالي وابن تيمية وابن القيم عن الفئة الأولى، لكن بدرجة أقل منها فقلوبهم سليمة عامرة بالتقوى، وتندرج سلوكياتهم في فئة السلوك الجيد جدًا في مقياس A.P.A. وينطبق عليهم أيضًا ما قاله علماء النفس عن الفئة الأولى لكن بدرجة أقل منها.

2-3-3 العاديون في الصحة النفسية :

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 68% وهم أصحاب نفسيًا بدرجة متوسطة أو قريبة من المتوسط، وأخطاؤهم محتملة وانحرافاتهم ليست فجحة، لا تعوق توافقهم، ولا تمنعهم من تحمل مسؤولياتهم نحو أنفسهم ونحو الآخرين، وتظهر عليهم علامات الصحة النفسية في السراء ومظاهر الوهن في الضراء، حيث يشعرون بالشقاء والتوتر القلق كلما أصابتهم مصيبة أو تعرضوا لبلاء، ولكن بدرجة محتملة، يمكن تبديلها أو تغييرها بالإرشاد والتوجيه والنصح من المتخصصين وغير المتخصصين .

2-3-4 الواهنون نفسيًا بدرجة ملحوظة:

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 13,5% وهم الذين تنخفض صحتهم النفسية وتزداد علامات وهنها، فتكثر الأخطاء، وتتعدد الآثام الباطنية والظاهرة، أو تظهر الانحرافات النفسية بدرجة تؤثر على صلتهم بالله وبالناس و بأنفسهم، ويسوء توافقهم في مواقف كثيرة، مما يجعلهم في حاجة إلى الرعاية والعلاج على أيدي المتخصصين، وقد يعالجون وهم يعيشون في المجتمع أو في أماكن متخصصة في علاج مشاكلهم وانحرافاتهم.

2-3-5 الواهنون نفسيًا بدرجة كبيرة: تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 2,5% وهم الذين تنخفض صحتهم النفسية بدرجة كبيرة، وتزداد مشكلاتهم وانحرافاتهم ، ويسوء توافقهم ، وقد تفقد صلتهم بالواقع، ولا يقدرّون على تحمل مسؤولية أفعالهم، ويصبح وجودهم مع الناس خطرًا عليهم وعلى غيرهم، وتنطبق عليهم صفات الفئة السابقة، ولكن بدرجة

أشد، فاحرفاتهم فجّه مشكلاتهم معقدة، واضطراباتهم شديدة، وجرائمهم شنيعة ليس لها ما يبررها، وقلوبهم ميتة وعقولهم مختلة، فقدت القدرة على الإدراك المميز، والاختيار المسئول . (أبو حويج والصفدي، 2001، ص 62-65)

3- معايير الصحة النفسية:

لقد أصبح واضحاً أن جميع العلوم الإنسانية تهتم بصورة كبيرة في وضع وسائلو معايير للقياس والتقييم أسوة بالعلوم الطبيعية، و حرصاً على الوصول إلى أدق النتائج وأصدق التشخيص، ولكن طبيعة النفس البشرية تعقد هذه المهمة على المختصين و الخبراء في مجال علم النفس وخصوصاً عندما يتعلق الأمر بتحديد معايير الصحة النفسية.

وتؤكد " فوزي " على أنه ومع تراكم المعرفة في مجال الصحة النفسية، أصبح من المطلوب بإلحاح تحديد أسلوب يمكن من خلاله التعرف على نصيب الفرد من الصحة النفسية كمّاً وكيفاً . وقد يكون من الصعب أن يحدث نوع من الاتفاق بين كافة مدارس علم النفس في هذا الصدد، إلا أن الاختلاف في هذا المجال قد يصبح مفيداً عندما يعني اتساع الزوايا التي تتحدد المعايير في ضوءها بما يغطي أكبر رقعة من الحقيقة . (فوزي، 2000، ص 18)

ويضيف "أبو حويج و الصفدي "إن صحة النفس و وهنها مفهومان فرضيان، لم يتفق علماء النفس على تعريفهما ولا على طريقة قياسهما، ولا على الحدود الفاصلة بينهما، ويضاف إلى ذلك وجود درجة من الصحة والوهن عند كل الناس، والفرق بين المتمتع بالصحة النفسية والواهن فيها، فرق في درجتي الصحة والوهن، وهما درجتان يصعب قياسهما أو تقديرهما . (أبو حويج، الصفدي، 2001، ص 79)

ولقد أشار علماء النفس بعض المعايير والمناهج لقياس الصحة النفسية والتي تساعد على الفصل بين السلوك السوي والسلوك الغير السوي منها:

3-1-المعيار الطبي:

ومن خلاله يمكن الحكم على الشخص بالصحة أو الحالة المرضية، وفيه يتم استخدام الفحص الإكلينيكي بالاستعانة بالأدوات والوسائل الطبية المختلفة، والمقابلة النفسية بين (الأخصائي والمريض)، وأسلوب الملاحظة المتخصصة، وغيرها

3-2- المعيار الذاتي : السوية تحدد هنا من خلال إدراك الفرد لمعناها، فهي كما يشعر الفرد ويراه من خلال نفسه، فالسوية هنا هي إحساس داخلي وخبرة ذاتية، فإذا كان الفرد يشعر بالقلق وعدم الرضا عن الذات فإنه يعد وفقاً لهذا المعيار غير سوي . (غريب، 1999، ص 137)

3-3-المعيار الوظيفي : عندما يتم معرفة الهدف الكامن خلف هذا السلوك نستطيع تقييمه على أنه سوي أو مضطرب.

3-4-المعيار الإحصائي: حيث يتخذ المتوسط والمنوال أو الشائع معياراً يمثل السوية، وتكون اللاسوية هي الانحراف عن هذا المتوسط بالزائد أو الناقص. (زهران، 1997، ص 11)

3-5-المعيار الاجتماعي: يحتكم المحك الاجتماعي إلى معايير المجتمع وقيمه في الحكم على السلوك السواء أو الانحراف، ويعتبر ما يقبله المجتمع ويرضى عنه سلوكاً سوياً، وما يرفضه سلوكاً منحرفاً. (أبو حويج و الصفدي، 2001، ص 84)

3-6-المعيار المثالي: يقصد بالمعيار المثالي حالة من الكمال، أو مجموعة من الشروط الواجبة، المستقلة عن الواقع

والزمن، يعتبر الوصول إليها والسعي نحو تحقيقها أمراً جديراً بالطموح . (رضوان 2007، ص63)

3-7-المعيار الباطني : فوفقاً للمعيار الباطني لا يمكن أن نحدد ما إن كان الفرد أقرب إلى السواء أو اللاسواء إلا إذا

تجاوزنا مستوى السلوك الظاهري إلى ما يكمن وراءه من أسباب ودوافع كامنة وصراعات أساسية، وكيف تعامل الإنسان مع هذه المحتويات الكامنة لديه ومدى قدرته على التعبير عنها والکیفیه التي يشبع بها رغباته ودوافعه. (فوزي 2005 ص22)

3-8-المعيار التلاؤمي : وفي هذا المعيار يتحدد السلوك السوي وغير السوي من خلال مساعدة الفرد على تحقيق

النضج المطلوب وتحقيق الفرد لذاته . فالدافع لإدراك الجهد الكامل الذي يبذله الفرد يعتب بمثابة عامل هام لتحديد

السلوك السوي وغير السوي . (الداهري، 2005، ص40)

4- مظاهر الصحة النفسية:

تعددت مظاهر الصحة النفسية التي ذكرها المختصون في مجال الصحة النفسية واختلفت حسب اختلاف نظرتهم إلى

الإنسان وطبيعته وحسب ثقافة كل منهم، ومن أهم ما ورد من مظاهر الصحة النفسية ما ذكرته " سري " ومنها:

4-1- السوية: وهي التمتع بالسلوك العادي المعياري، أي المقبول و المألوف والغالب على حياة غالبية الناس في المجتمع.

4-2- التوافق: ودلائل ذلك التوافق الشخصي، والرضا عن النفس والاتزان الانفعالي، والتوافق الاجتماعي، والزوجي، والأسري، والمدرسي، والمهني.

4-3- السعادة: و تتضمن الشعور بالسعادة مع النفس و مع الآخرين، و التكامل الاجتماعي والصدقات الاجتماعية.

4-4- التكامل: ويقصد به التكامل النفسي الذي يكفله تكامل الشخصية و وظيفيا و ديناميكيا، وتكامل الدوافع النفسية.

4-5- تحقيق الذات: و يتضمن فهم الذات ومعرفة القدرات، وتقدير الذات وتقبلها، ووضع أهداف ومستويات تطلع و فلسفة حياة يمكن تحقيقها في ثقة.

4-6- مواجهة مطالب الحياة: ويتضمن ذلك مواجهة الواقع، ومواجهة مواقف الحياة اليومية والمشكلات وحلها، وتحمل المسؤولية الاجتماعية في مجال الأسرة والعمل والعلاقات الاجتماعية.

4-7- الفاعلية: و تتضمن السلوك الموجه نحو حلا المشكلات وتخفيف الضغوط عن طريق المواجهة المباشرة لمصادر هذه المشكلات وتلك الضغوط.

4-8- الكفاءة: وتتضمن استخدام الطاقة في وقتها من غير تبديد لجهود الفرد، وهو من الواقعي بدرجة تمكنه من تخطي العقبات، وبلوغ الأهداف.

4-9- الملائمة: وتعني ملائمة الأفكار والمشاعر والتصرفات في المواقف المختلفة .

4-10- المرونة: وتتضمن القدرة على التوافق والتعديل لمواجهة الصراع والإحباط، وذلك لحل المشكلات بدلاً من تجميدها على النظم القديمة، و الرغبة في التعلم وفي التغيير والتجريب . (سري، 2000، ص29، 28)

- كما يضيف "أبو هين" أن من مظاهر الصحة النفسية أيضاً:

4-11- العلاقة الصحيحة والصحية مع الذات: إن أقرب شيء للمرء هي ذاته، حيث تمثل كل ما يتعلق بسلوكه وبشخصيته وخبراته وعلاقاته والتي تتمحور في النهاية لتشكيل مفهوم الإنسان عن ذاته.

4-12- الواقعية: وهي عكس الجاذبية وهي تعني التعامل مع الواقع بوقائع ملموسة وليست شطحات خيالية خالية من الوجود و هي تعني أن يكون الشخص واقعياً في اختياره لأهدافه وتطلعاته ، وأن يختار أهدافه بناء على إمكانياته الفعلية الواقعية. على أساس المدى الذي يمكن أن يصل إليه باستعداداته الخاصة.

4-13- الشعور بالأمن: وهي من المعايير الهامة للصحة النفسية، و الأمن عكس التوتر والقلق فإذا كان القلق وحالة من الفوضى الداخلية تمنع الفرد من الشعور بالهدوء والطمأنينة، فالأمن هو زوال هذه المنغصات الداخلية وأيضاً زوال مصادر التهديد و التوتر والطمأنينة، فالأمن هو زوال هذه المنغصات الداخلية وأيضاً زوال مصادر التهديد و التوتر الخارجي، وبالتالي شعور الإنسان براحة البال وعدم الانشغال المعطل للقدرة وشعوره بالطمأنينة.

4-14- التوجه الصحيح: أي الاستجابة المناسبة للمواقف أو السلوك الهادف والمطلوب لإنجاز المهام المطلوبة فمن طبيعة الإنسان السوي أن يفكر قبل أن يتصرف وأن يزن الأمور قبل أن يفعلها حتى تكون النتائج مدروسة ومعروفة وسليمة وألا يكون متهوراً أو اندفاعياً بدون تخطيط لذلك، فالسلوك الهادف هو نتاج أفكار مبنية بشكل مسبق ويصل بالتالي للهدف الصحيح بشكل منطقي وسريع.

4-15- التناسب: ويعني عدم المبالغة في جميع جوانب الحياة، فالاعتدال أو التوسط من الأمور الهامة في المجالات الإنسانية والمبالغة تعطل هذه الخاصية وتفرغها من معناها.

4-16- الاستفادة من الخبرة: أي مدى ما يستفيد منه الشخص من المواقف التي يمر بها والخبرات التي يتعرض لها وبالتالي تشكل رصيده العقلي والسلوكي الذي يستطيع من خلاله أن يتصرف مع المواقف اللاحقة .

(أبو هين ، 1997، ص34، 28)

5- خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية:

هناك مؤشرات وعلامات تعطي انطباعاً بأن الفرد يتمتع بالصحة النفسية ، وأنها تتنوع في شدتها و أثرها من إنسان لآخر وفقاً لبعض المعطيات الخاصة ، لكن لا يختلف المختصون في مجال الصحة النفسية بأن وجودها يعطي دلالات على تمتع صاحبها بصحة نفسية، ولقد ذكر "المطيري" عدد العلامات أو المؤشرات منها:

5-1- الإيجابية: تتمثل إيجابية الإنسان في قدرته على بذل الجهد في أي مجال، وعدم خضوعه للعقبات التي قد تقف أمامه ، فهو لا يشعر بالعجز أمامها بل يسعى دائماً إلى استخدام كافة السبل والوسائل اللازمة لتخطيها.

5-2- التفاؤل: إن الإنسان الذي يتمتع بالصحة النفسية لابد وأن يتصف بالنظرة المتفائلة للأمور، ولكن هذا التفاؤل لابد له من حدود واقعية.

5-3- القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة: تعتبر العلاقات الاجتماعية إحدى الركائز الهامة للصحة النفسية، فالشخص الذي لديه القدرة على إقامة علاقات اجتماعية متينة معال آخر يتمتع بصحة نفسية سليمة.

5-4- احترام الفرد لثقافة المجتمع مع تحقيق قدر من الاستقلال عن هذا المجتمع: عندما يسلك الفرد سلوكاً مقبولاً في مجتمعه ومتماشياً مع أعراف وتقاليد ومعايير هذا المجتمع تميزه بشخصية مستقلة.

5-5- نجاح الفرد في عمله ورضاه عنه: من أهم مظاهر الصحة النفسية هو نجاح الفرد في عمله ورضاه عنه ، وهذا لا يتحقق إلا عندما يكون هذا العمل مرغوباً لدى الفرد ومتناسباً مع إمكانياته وقدراته الذهنية والبدنية.

5-6- القدرة على تحمل المسؤولية: تحمل مسؤولية الأعمال والمشاعر وأفكار الفرد الصحيحة نفسياً قد يتفق أو يختلف مع المعايير القائمة أو الأوضاع المتعارف عليه طالما كان الاتفاق أو الاختلاف مبنياً على أساس من الرغبة في تحقيق سعادة أشمل وإشباع أعم و أكثر دوماً.

5-7- ارتفاع مستوى الاحتمال النفسي: تظهر على الفرد علامات الصحة النفسية عند قدراته على مواجهة الظروف الصعبة والأزمات الشديدة والصمود أمامها دون أن يختل توازنه النفسي، ولا يستخدم عندها طرقاً غير سوية كالعدوان والاستسلام وأحلام اليقظة أو التراجع.

5-8- النضج الانفعالي: يقصد بالنضج الانفعالي قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته بصورة منضبطة بعيداً عن التهور والصيبانية عند مواجهة المواقف المثيرة للانفعال.

5-9- الاتزان الانفعالي: إن الشخص الصحيح نفسياً هو الذي يمكنه السيطرة على انفعالاته المختلف والتعبير عنها بحسب ما تقتضيه الضرورة وبشكل يتناسب مع المواقف.

5-10- ثبات اتجاهات الفرد: ثبات اتجاهات الفرد تدل على الصحة النفسية السليمة، حيث تتميز بعدم التذبذب والتناقض على المدى القصير، فنجد أن الفرد يتصرف بتلقائية في أغلب الأمور والمسائل في إطار من المرونة، وثبات الاتجاه لا يظهر إلا عند الأشخاص ذوي الشخصيات المتكاملة والمستقرين انفعالياً.

5-11- لشخصية المتكاملة: يتسع أفق الحياة النفسية عند الفرد عند تكامل الجوانب البدنية والمعرفية والوجدانية والاجتماعية في الشخصية ، والواجب على الفرد ألا يهتم بتنمية جانب واحد من تلك الجوانب ، بل لابد له أن يضع لنفسه من الأهداف ما يشمل جميع أنواع المعارف والمهارات.

5-12- الراحة النفسية: إن من أهم العوامل التي تحيل حياة الفرد إلى جحيم لا يطاق شعوره بالتعب وعدم الراحة و التأزم من الناحية النفسية في جانب من جوانب حياته، وتتضمن أمثلة عدم الراحة النفسية حالات الاكتئاب أو القلق الشديد أو مشاعر الذنب أو الأفكار الو سواسية المتسلطة أو توهم المرض.

5-13- الصحة الجسمية: لا يتحقق التكامل داخل البدن إلا بسلامة الجهاز العصبي الذي يسيطر على حركة العضلات وعلى الدورة الدموية وعلى إفرازات الغدد، ولا بد أيضاً من سلامة الجهاز ألغدي الذي يضمن التوازن الكيميائي داخل الجسم، حيث إن أي خلل في الصحة الجسمية للفرد قد يحول دون تحقيقه لبعض أهدافه وطموحاته، فلا يشعر حينها بالسعادة والرضا ولا يتحقق له الاستقرار النفسي . (المطيري 2005 ص40، 47)

أما "زهران" فيذكر أن من خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية ما يلي :

5-14- التوافق: ودلائل ذلك : التوافق الشخصي وتضمن الرضا عن النفس والتوافق الاجتماعي ويشمل التوافق الزوجي والتوافق المدرسي والتوافق المهني.

5-15- الشعور بالسعادة مع النفس: ودلائل ذلك : الشعور بالسعادة والراحة النفسية لما للفرد من ماضٍ نظيف وحاضر سعيد ومستقبل مشرق والاستفادة من مسرات الحياة اليومية، وإشباع الدوافع والحاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة، ووجود اتجاه متسامح نحو الذات، واحترام النفس وتقبلها والثقة فيها، ونمو مفهوم موجب للذات، وتقدير الذات حق قدرها.

5-16- الشعور بالسعادة مع الآخرين: ودلائل ذلك : حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم والاعتقاد في ثقتهم المتبادلة، ووجود اتجاه متسامح نحو الآخرين " التكامل الاجتماعي"، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ودائمة.

5-17- تحقيق الذات واستغلال القدرات: ودلائل ذلك : فهم النفس والتقييم الواقعي الموضوعي للقدرات والإمكانات والطاقات، وتقبل نواحي القصور وتقبل الحقائق المتعلقة بالقدرات قدرها، واستغلال القدرات والطاقات والإمكانات إلى أقصى حد ممكن.

5-18- القدرة على مواجهة مطالب الحياة: ودلائل ذلك : النظرة السليمة و الموضوعية للحياة ومطالبها ومشكلاتها اليومية، والعيش في الحصار والواقع والبصيرة والمرونة والإيجابية في مواجهة الواقع، والقدرة على مواجهة إحباط الحياة اليومية.

5-19- التكامل النفسي: ودلائل ذلك : الأداء الوظيفي الكامل المتكامل المتناسق للشخصية ككل (جسدياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعياً)، والتمتع بالصحة ومظاهر النمو العادي.

5-20- لسلوك العادي: دلائل ذلك السلوك السوي العادي المعتدل المألوف الغالب على حياة غالبية الناس العاديين والعمل على تحسين مستوى التوافق النفسي، والقدرة على التحكم في الذات وضبط النفس.

5-21- حسن الخلق: ودلائل ذلك : الأدب والالتزام وطلب الحلال واجتناب الحرام وبشاشة الوجه وبذل المعروف وكف الأذى وإرضاء الناس في السراء والضراء ولين القول وحبا لخير للناس والكرم وحسن الجوار وقول الحق وبر الوالدين، والحياء والصلاح والصدق والبر و الوقار والصبر والشكر والرضا والحلم والعفة والشفقة.

5-22- العيش في سلامة و سلام: ودلائل ذلك :التمتع بالصحة النفسية والصحة الجسمية والصحية والاجتماعية والأمن النفسي والسلم الداخلي والخارجي، والإقبال على الحياة بوجه عام والتمتع بها التخطيط للمستقبل بثقة وأمل (زهرا،1997،ص 13، 14)

2-الأداء الو ضيفي : يعد الأداء من بين أهم المفاهيم المتداولة خاصة في الجانب التنظيمي وتسير الموارد البشرية ،ولهذا سوف نحاول إعطاء عدت تعريفات لغوية منها وأخرى اصطلاحية توضح هذا المفهوم .

2-1- مفهوم الأداء:

2-1-1- المعنى الغوي :من معاجم اللغة يتضح أن الأداء مصدر الفعل أدى ويقال أدى الشيء أوصله والاسم أدى : أدى الأمانة ،وأدى الشيء قام به . (ابن منظور ، المجلد 14ص26)

2-1-2- المعنى الاصطلاحي: تعددت التعارف لمفهوم الأداء نذكر منها:

-عرفه هاينز على انه الناتج الذي يحققه الموظف عند قيامه ب أي عمل من الأعمال .
-كما عرفه بدوي ومصطفى أيضا أن الأداء هو عبارة عن نتاج جهد معين قام ببذله فرد أو مجموعة لانجاز عمل معين .
-الأداء هو تنفيذ أمر أو واجب أو عمل ما اسند إلى شخص أو مجموعة للقيام به (احمد زكي 1984 ص166)
-كما يمكن تعريف الأداء الو ضيفي على انه درجة التحقيق وإتمام المهام المكونة للوظيفة ،وهو يعكس الكيفية التي يحقق بها الفرد متطلبات الو ضيفة وغالبا ما يجد لبس أو تدخل بين الأداء الجهد ، فالأداء يشير إلى الطاقة المبذولة أما الأداء الو ضيفي فقياس على أساس النتائج . (راوية حسن 2003ص 209)

-الأداء هو قيام الفرد بالأنشطة والمهام المختلفة التي يتكون منها عمله والكيفية التي يؤدي بها العاملون مهامهم أثناء العمليات الإنتاجية ، والعمليات المرافقة لها بالاستخدام وسائل الإنتاج والإجراءات التحويلية الكمية والكيفية . (عبد الملوك مزهود 2001ص86)

-الأداء هو الأثر الصافي لجهود الفرد التي تبدى بالقدرات وإدراك الدور والمهام والذي يشير إلى درجة تحقيق وإتمام المهام المكونة ولضيفة الفرد (محمد سعيد انور سلطان 2003ص19.20)

- يلقي توماس جلبرت الضوء على الأداء إذ يرى أن السلوك هو ما يقوم به الفرد من أعمال في المنظمة التي يعملون بها أما الأداء فهو التفاعل بين السلوك والانجاز أي انه مجموع السلوك والانجاز أي مجموع السلوك والنتائج التي تحققت معا . (صلاح الدين عبد الباقي 2005ص175.)

يرى علي السليمي أن الداء هو الرغبة والقدرة في التفاعل معا في تحديد مستوى الأداء حيث انه توجد علاقة متلازمة ومتبادلة بين الرغبة والقدرة في العمل والمستوى في الأداء. (نفس المرجع السابق 280)

-يعرفه توماس على انه تفاعل بين السلوك والانجاز وانه مجموع السلوكيات والنتائج حيث تكون هذه النتائج قابلة للقياس (عبد الباري ابراهيم درة 2005ص25)

2-1-3- المعنى الاجرائي :

من خلال مجموعة التعارف هذه يمكن أن نقول أن الأداء هو ذلك النشاط أو المهارة أو الجهد المبذول من طرف الفرد، سواء كان عضليا أو فكريا من اجل إتمام مهام الو ضيفة الموكلة له حيث يحدث هذا السلوك تغيرا بكفاءات وفاعلية.

2-2- أهمية الأداء: للأداء أهمية كبيرة تكمن في تحقيق غايات عدة نذكر منها ما يلي:

2-2-1- المعرفة المسبقة للو ضيفة : وتشمل المعارف العامة والمهارات الفنية والمهنية ،لأستاذ والخلفية العامة عن وظيفته داخل المؤسسة والمجالات المرتبطة بها .

2-2-2- نوعية العمل : وتشمل مدى ما يدركه الأستاذ عن العمل الذي يقوم به ، وما يمتلكه من رغبة ومهارات فنية وبراعة وقدرة على التسيير لحصة التربية البدنية والرياضية ، وتنفيذ عمله دون الوقوع في أخطاء يمكن أن تنعكس سلبا على التلاميذ

2-2-3- كمية العمل المنجزة : أي مقدار الذي يستطيع أستاذ التربية والرياضية انجازه في الضر وف العادية للعمل ومقدار سرعة هذا الانجاز .

2-2-4- المثابرات والوثوق : وتشمل الجدية والتفاني إثناء حصة التربية البدنية والرياضية والقدرة على تحمل مسؤولية العمل ، وانجاز الأنشطة والتمارين الرياضية في وقتها المحدد ومدى حاجته للإرشاد والتوجيه من قبل المفتشين وتقديم نتائج عمله .

3 -الأستاذ:

تمهيد: يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية عنصرا أساسيا في إقناع المحيط بقيمة مهنته التربوية وذلك بالسهر على تجسيد النوايا المسطرة لديه هذا من خلال صياغة أهداف متركزة على الاحتياطات التكوينية للتلميذ في التعليم الأساسي وتقديم أنشطة بدنية ورياضية، والتي يتم اختيارها وتدعمها بمراعاة الإمكانيات الحقيقية للتعليم.

3-1- مفهوم الأستاذ:

3-1-1- لغة: جمع أساتذة وأساتيد المعلم المدير، وهي كلمة فارسية تعني كبير دفاتر الحساب. والأستاذ هو الشخص الذي يقوم بالتعليم . (معوض حسن السيد، 1967 ص79).

3-1-2- اصطلاحا: هو قوام عملية التعليم وهو المسئول عن عملية التعليم وتربية الأجيال، بحكم اتصالاته اليومية بالتلاميذ ،فانه بهذا يؤثر في شخصيتهم ،فهو ليس مجرد معلم ينقل المعلومات للتلاميذ ،وانما وظيفته اشمل من ذلك بكثير لكونه مربيا شخصيات التلاميذ جسميا وعقليا وخلقيا . (محمد خاليفة بركات 1995 ص47)

3-1-3- إجرائي: هو الشخص الذي يقوم بتدريس مادة التربية البدنية والرياضية في الطورين المتوسط والثانوي ؛بشرط ان يكون متحصل على شهادة اليسانس أو المستر ومتخرج من أقسام أو معاهد التربية البدنية والرياضية .

2-3- الخصائص و الصفات الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية :

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر الوسيط بين المجتمع و التلميذ ، ونموذجا يتأثر به التلاميذ بحيث يقوم بتمكينهم من الحصول على معارف جديدة ، كما يعمل على كشف مهاراتهم الحركية وقدراتهم العقلية ثم توجيههم الوجهة الصحيحة ، ولكي يؤدي أستاذ التربية البدنية والرياضية وظيفته بصفة جيدة وجب أن تتوفر فيه مجموعة من الخصائص في عدة جوانب باعتباره معلما ومربيا وأستاذا .

3-2-1- الخصائص الشخصية :

لمهنة التعليم دستور أخلاقي لابد أن يلتزم به جميع الأساتذة ويطبقون قيمه ومبادئه على جميع أنواع سلوكهم ، وبهذا الصدد قام مكتب البحوث التربوية في نيويورك بإلقاء الضوء على بعض مستلزمات شخصية الأستاذ وذلك لمساعدة هذا الأخير على معرفة نفسه بصفة جيدة ، تمحورت هذه الدراسة حول العناصر التالية : الهيئة الخارجية للأستاذ (النشاط الخمول ...) وعلاقته مع التلاميذ ، مع زملائه ، مع رؤسائه ، أولياء أمور التلاميذ .

(رابح تركي مرجع سابق ، 1990، ص246)

ولذلك تحتاج مهنة التدريس إلى صفات خاصة حتى يصبح هدف التعليم سهل التحقيق ويمكن إنجاز

هذه الصفات في مايلي :

3-2-1-1- الصبر والتحمل :

إن الأستاذ الجيد هو الذي ينظر إلى الحياة بوجهة نظر مليئة بالتفاؤل فيقبل على عمله بنشاط ورغبة، فالتلاميذ كونهم غير مسئولين هم بحاجة إلى السياسة والمعالجة ولا يمكن للأستاذ فهم نفسية التلميذ إلا إذا كان صبورا في معاملتهم قوي الأمل في نجاحه في مهنته .

3-2-1-2- العطف واللين مع التلاميذ :

فلو كان الأستاذ قاسيا مع التلاميذ فيعزلهم عليه، ويفقدهم الرغبة في اللجوء إليه والاستفادة، كما لا يكون عطوفا لدرجة الضعف فيفقد احترامهم له ومحافظتهم على النظام.

3-2-1-3- الحزم والمرونة :

فلا يجب أن يكون ضيق الخلق قليل التصرف سريع الغضب حيث يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ واحترامهم له .

أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه . (رابح تركي مرجع سابق ، 1990، ص246)

3-2-2- الخصائص الجسمانية :

لا يستطيع أستاذ التربية البدنية والرياضية القيام بمهمته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه خصائص جسمانية هي :

3-2-2-1- القوام الجسمي :

المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها أثر اجتماعي

كبير .

- التمتع بلياقة بدنية كافية يمكنه من القيام بأي حركة أثناء عمله .
- أن يكون دائم النشاط فالأستاذ الكسول بهمل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه .
- يجب أن يتمتع بالاتزان والتحكم العام في عواطفه ونظراته للآخرين، فالصحة النفسية و الجسدية .
- والحيوية تمثل شروطا هامة في إنتاج تدريس ناجح ومفيد. (صالح عبد العزيز، 1984، ص20)

3-2-3- الخصائص العقلية والعلمية :

على الأستاذ أن يكون ذا قدرات عقلية لا يستهان بها ، وأن يكون على استعداد للقيام بالأعمال العقلية بكفاءة وتركيز ، وذلك لأنه يحتاج دائما إلى تحليل سلوك التلاميذ ، وتحليل الكثير من المواقف التي تنطوي على مشكلاتهم التربوية . (محمد السباعي، 1985، ص38)

ومن خلال ما سبق يمكننا تلخيص أهم العناصر التي يمكن للأستاذ أن يتميز بها حتى يصبح ناجحا في مهنته ما يلي:

- أن يتيح فرص العمل والتجارب للتلاميذ حتى يعتمدوا على أنفسهم ويكون لهم تفكير مستقلا و حر. - أن يطبق المبادئ التربوية الحديثة في عمله مثل التعاون ، الحرية ، العمل بالرغبة ، والجمع بين الناحيتين العلمية والعملية في عملية التعليم.

- على الأستاذ أن يكون ذا شخصية قوية تمكنه من الفوز بقلوب التلاميذ و احترامهم.
- أن يكون واعيا بالمشاكل النفسية والاجتماعية للتلاميذ ويبين ذلك أمامهم حتى يضعوه موضع الثقة.
- المثابرة دوما للتجديد في العمل نحو الأفضل الأنجع . (محمد السباعي، نفس المرجع ص38)
- كما يجب أن يكون أستاذ التربية البدنية والرياضية منظم التفكير قوي العقل ، واسع النظرة للحياة ، سريع الملاحظة ، قادر على التصور والتخيل والاستنباط ،

3-2-4- الخصائص الخلقية والسلوكية:

لكي يكون الأستاذ التربية البدنية والرياضية دور فعال وأثر إيجابي خلال تدريس مادته على تلاميذه وذلك في معاملته مع المحيط المدرسي يجب أن تتوفر فيه خصائص منها :

- أن يكون محبا لمهنته جادا فيها ومخلص لها.
- أن يكون مهتما بحل مشاكل تلاميذه، ما أمكنه ذلك من توضيحات.
- يجب أن يكون متقبلا لأفكار التلاميذ متفتحاً لهم.
- الأمل والثقة بالنفس: فالأستاذ يجب أن يكون قوي الأمل حتى ينجح في مهمته، وأن يكون واسع الأفاق كي يصل إلى تفهم التلاميذ وهذا لا يكون إلا بالثقة في النفس. (صالح عبد العزيز، مرجع سابق، ص16).

4- التربية البدنية والرياضية :

تمهيد: إن التربية البدنية والرياضية تسعى إلى تنمية وبلورة شخصية الفرد من جميع النواحي ومادة التربية البدنية والرياضية مثل المواد الأخرى فالتربية البدنية والرياضية تساهم مساهمة كبيرة في تطوير القدرات البدنية والعقلية للفرد لمواجهة صعاب الحياة ففي هذا الفصل نتطرق إلى العناصر الأساسية أي مفهوم التربية العامة؟ وكيف يمكن تعريف التربية البدنية و الرياضية؟ وما هي العلاقة التي تربط بينهما؟ وما هي خصائص هذه المادة ودرس التربية البدنية والرياضية وهذا لتبين طبيعة، أهدافه واجباته وكيف يمكن تحضير درس التربية البدنية والرياضية والموضع الذي يجب أن يكون فيه دري التربية البدنية والرياضية... إلخ وغير ذلك كم العناصر التي تعمل على محاولة فهم أهمية وأهداف درس التربية البدنية والرياضية بصفة عامة.

4-1- مفهوم التربية العامة:

4-1-1- لغة: إن التربية مستمدة من الفعل الماضي "ربا"، يربو وتتضمن معنى النمو والزيادة لقوله الله تعالى: "يَمْحَقُ اللَّهُ الرِّبَا وَيُرْبِي الصَّدَقَاتِ" البقرة 267

ويمكن أن نشق التربية من الفعل الثلاثي الماضي "ربت" أي ربى ومضارعه يربي هي هنا تحتل معنى إصلاح الشيء .
(محمود الخولدة 2003، ص 72).

4-1-2- اصطلاحا:

معناها التنمية وهي تتعلق بكل كائن حي النبات والحيوان والإنسان و لكل منهما طرق خاصة لتربية و تربية الإنسان تبدأ في الحقيقة قبل الولادة و لا تنتهي إلا بموته، و هي تعني باختصار نحيى الظروف المساعدة للفرد لنموه نمو متكامل، من كل نواحي الشخصية العقلية و الخلقية و الجسمية و الروحية، فالتربية بين ثلاث أنواع من التربية وهي: * التربية التلقائية أو العرضية،* التربية الغير النظامية،* التربية النظامية . (رابح تركي، 1990، ص19)

4-1-3- إجرائي : هي جزء من التربية العامة التي تقوم على الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والحركية ،بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد .

4-2- أهداف التربية العامة: التربية لها عدة أهداف من كل الجوانب وقد نلخص أهم الجوانب التي تركز عليها التربية ومنها:

4-2-1- الهدف الاجتماعي:

يقول "ميكافيلي" عالم الاجتماع السياسي فيحزم أمره بخصوص أهمية تنمية الفضائل الخلقية للإنسان (والتي تشكل جوهر سلوك الفرد الاجتماعي) بالقول "إن فصيلة الناس تعتمد كلياً على التربية". (محمد زيان حمدان، 2002، ص12).

4-2-2- تنمية سلوك الفرد:

إعداد المواطن الصالح من خلال التركيز على تربية تهتم بأفكاره بدوافعه وانفعالاته ذو مؤهلات أخلاقية جيدة بلا عداد الفرد دينيا ودينويا.
(محمد الطيطي، 2002، ص24، 23)

4-2-3- الهدف القومي الوطني: يعني أن أساس الوحدة القومية والوطنية هي تضافر جهود المربين وما يركزون عليه من أهداف رئيسية في ندواتهم التي تدور حول المواد القومية الأربعة (اللغة، التاريخ، الجغرافيا، والتربية الوطنية).

4-3- مفهوم التربية البدنية والرياضية :

4-3-1- التربية البدنية والرياضية:

تعتبر التربية البدنية والرياضية مرآة الفرد من الناحية العقلية والخلقية والدينية ولسياسية وتكوين الفرد تكويننا صالحا يساعده في بناء مجتمع قوي متماسك لذا لا ينبغي النظر إليها من زاوية ضيقة، ونوجه اهتمامنا إلى تكوين الفرد من الناحية البدنية فقط بل أوسع من ذلك فتهتم هذه الأخيرة اهتماما شاملا وكاملا من جميع النواحي الفكرية والاجتماعية والنفسية والفيزيولوجية فنصدق بذلك المقولة "العقل السليم في الجسم السليم". (توكي رابح مرجع سابق ص112).

وبمعنى آخر للتربية البدنية والرياضية هي جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهرها لكون التربية الحديثة تعني كذلك برعاية الجسم وصحته فالتربية البنية تساعد على إعداد المواطن الصالح المتزن بدنيا وعقليًا انفعاليا واجتماعيا وقد أكد "كوسكي- كوزليك" أن فهم التربية البدنية على أنها جسم قوي فقط أو مهارة رياضية أو ما يشبه ذلك هو اتجاه خاطئ فهي من فنون التربية العامة تهدف إعداد مواطن الصالح جسما وعقلا وقادرا على الإنتاج والقيام بواجبه ،ويمكن تعريفها بأنها مجموعة الأنشطة والمهارات والفنون التي يتضمنها البرنامج بمختلف مراحل التدريب. وهناك تعريف للتربية البدنية يركز على أن التربية البدنية جزء تكامل مع التربية العامة في تطوير الفرد من كل جوانب الشخصية حيث يعرفها سعد زغلول على أنها الجزء المتكامل من التربية العامة الذي يتم عن طريق الأنشطة المختارة على أسس علمية مطبقة.

(تشارلز بيوكر 1964، ص41).

وهناك من قال وعرف بأن التربية البدنية اكتسبت معنى جديد بعد إضافة كلمة التربية إليه فكلمة بدنية تشير إلى البدن، وهي كثيرا ما تستخدم للإشارة إلى الصفات البدنية تشير إلى البدن، فحينما ما تضاف كلمة التربية إلى كلمة بدنية نحصل على "التربية البدنية"، والمقصود بها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط التي تنمي وتصور جسم الإنسان، حيث أن التربية البدنية جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة. فيعرف "بيوكرشارلز" التربية البدنية على أنها جزء متكامل من التربية العامة وميدان هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق هذه الأغراض.

4-3-2- أهداف التربية البدنية و الرياضية في المرحلة الثانوية:

التربية البدنية و الرياضية عبارة عن عملية واسعة الشمول ، متعددة الجوانب لأنها تشمل حياة الإنسان المادية و المعنوية فهي مقسمة إلى ثلاث أقسام :

التربية البدنية و الرياضية كمادة دراسية ليست شيئا مضافا إلى البرنامج المدرسي بل تعتبر هامة جدا بحيث توجه التلميذ توجيهها صحيحا يكتسب من خلال المهارات اللازمة و يشارك في النشاطات التي تفيده صحيا ، بدنيا و عقليا فمن الناحية الصحية فهي تساهم في التكوين الصحيح و السليم لمختلف وظائف الجسم و المتمثلة في سلامة الجهاز الدوري و

التنفسي و العصبي العضلي ، و سلامة العظام أيضا أما من ناحية التطور الحركي فهي تساعد المراهق على الشعور بجسمه و تحسين ا قدراته السيكلوجية . (وقاف حمزة وآخرون 2009-2010)

4-3-3- أهمية التربية البدنية للمراهق :

إن التربية البدنية و الرياضية لها أهمية بالغة الأثر في تكوين المراهق و شخصيته حيث تحقق له فرصة اكتساب الخبرات و المهارات الحركية ، التي تزيد رغبة وثيقة في الحياة و تجعله يحصل على القيم التي قد لا يكتسبها في المنزل ، تقوم الأنشطة الرياضية بتنمية مواهب المراهق و قدراته البدنية و العقلية و تطوير الطاقات البدنية و النفسية ، و يأتي بتكليف برنامج يوافق بين الدروس و ممارسة النشاط البدني و عموما فممارسة حصة بدنية رياضية واحدة أسبوعيا كفيلة بالمحافظة على اللياقة البدنية والكفاءات البدنية . و تعتبر الأنشطة الرياضية بمثابة ترويح عن النفس للمراهق حيث تهيأ له نوع من التعويض النفسي و البدني و تجعله يعبر عن مشاعره و أحاسيسه ، التي تتصف بالاضطرابات والاندفاع و هذا عن طريق ممارسة حركات رياضية متوازنة و منسجمة و مناسبة تخدم وتنمي أجهزته الوظيفية والعضوية و تقوي معنوياته . (ميخائيل ابراهيم سعد ، 1977، ص225)

4-3-3- علاقة التربية البدنية و الرياضية بالتربية العامة :

إن تعبير التربية البدنية و الرياضية اكتسب معنى جديد بعد إضافة كلمة التربية إليه ، فكلمة بدنية تشير إلى البدن و هي كثير ا ما تستخدم في الإشارة إلى صفات بدنية مختلفة كالقوة البدنية و النمو البدني أو الصحة البدنية و هي تشير إلى البدن مقابل العقل ، و على ذلك فحينما تضاف كلمة التربية إلى كلمة بدنية تحصل على تعبير تربية بدنية ، و المقصود بها تلك العملية التربوية التي تؤدي عند ممارسة أوجه النشاط التي تنمي وتصون جسم الإنسان و تساعد على تقويته و سلامته فان عملية التربية تتم في نفس الوقت ، هذه التربية قد تجعل حياة الإنسان أكثر رغدا أو العكس تكون من الهدام و يتوقف ذلك على نوع الخبرة التي تصاحب هذه التربية ، و تتوقف قوة التربية البدنية و الرياضية على المعاونة في تحقيق أغراض التربية . (د.محمود عوض بسيوني ، د.فيصل ياسين الشاطي ، سنة 1992 ، ص 11)

4-3-4- خصائص التربية البدنية والرياضية:

- تتميز التربية البدنية والرياضية عن غيرها من النظم التربوية بعدد من الخصائص اهمها :
- تعتمد على اللعب كشكل رئيسي للأنشطة_
- تعتمد على التنوع الواسع في الأنشطة مما يساعد على مصادفة جميع أنواع الفروق الفردية لدى التلاميذ
- تساهم التربية البدنية في زيادة التحصيل المدرسي
- للنشاط الحركي صلة قوية بالعمليات العقلية العليا
- تساهم التربية في جسم الإنسان

- تساهم التربية في فهم دور الرياضة والثقافة العالمية

- توجه التربية البدنية حياة الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة. (المركز الوطني للوثائق التربوية ،ص7)

4-3-5- التربية البدنية و الرياضة في الجزائر :

في جويلية 1962 م لم يكن في الجزائر إلا فرع أكاديمي للتربية البدنية و الرياضية تحت إشراف المدير العام للتربية الوطنية من طرف مفتش عام و الأخير لا يهتم إلا بالرياضة المدرسية والامتحانات ، و بعد الاستقلال عمدت الدولة إلى تنظيم هذا الفرع الهام ، من اجل الصحة و التوازن الفكري و الأخلاقي للثبات الجزائري فأنشأت وزارة الرياضة و السباحة التي لها المهام التالية

الإشراف على التربية البدنية المدرسية و الجامعية ، التكوين و الإشراف الإداري لمعلمي التربية البدنية و الرياضية، و تنظيم المنافسات الرياضية، و كان دور الجزائر يمثل في إخراج الرياضة و التربية البدنية من التهميش الذي أصابه وكان من الاهتمامات الأساسية لوزارة الشباب و الرياضة و وزارة التربية الوطنية ، حيث أوكلت لها مهام البرمجة و الإشراف على النشاطات الرياضية داخل المؤسسة التربوية و على المستوى المدرسي بذلت جهود جبارة لإدماج التربية مع التكوين المدرسي عبر مختلف المستويات التعليمية من المدرسة إلى الجامعات .

كما لعب القطاع المدرسي دورا هاما و حيويا في بعث الحركة الرياضية الوطنية لكن النمو الديموغرافي الهائل الذي تشاهده البلاد اثر كثيرا في تكوين المكونين و توفير الهياكل و العتاد الأساسيين للتربية البدنية و الرياضية من سنة 1978 إلى سنة 1987 ، و لم توجد إلا المعاهد الجهوية للتربية البدنية و الرياضية مثل (الشلف) الذي أوكلت له مهام تكوين إطارات التربية البدنية والرياضية.

في سنة 1982 أعطت وزارة التعليم العالي الإشارة لتكوين أول دفعات أساتذة التربية البدنية والرياضية بفتح معاهد التربية البدنية و الرياضية بالجزائر العاصمة و سطيف ثم تحولت إلى مستغانم كذلك تم فتح معهد قسنطينة مؤخرا و المهام التي أوكلت لهم هي:

- ملأ الفراغ بالأساتذة في التربية البدنية و الرياضية بالنسبة للطور الثانوي و التقني .

- ضمان تعليم مقياس التربية البدنية و الرياضية في معاهد التعليم .

(وقاف حمزة و اخرون مرجع سابق ،2009-2010،ص21)

4-3-6-تعريف درس التربية البدنية والرياضية:

يعرف درس التربية البدنية والرياضية على أنه الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي في الخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية بالمدرسة وهي تشمل كل أوجه الأنشطة التي يريد المدرس أن يمارسها تلاميذ هذه المدرسة ، وأن يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعليم مباشر وتعليم غير مباشر.

(محمود عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي ، 1992،ص94)

ويعتبر درس التربية البدنية والرياضية "أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة ، ولكنه يختلف عن هذه المواد بكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنه يمدهم أيضا بالكثير من المعارف والمعلومات التي تعطي الجوانب الصحية والنفسية و الاجتماعية بالإضافة إلى المعلومات التي تعطي الجوانب العلمية بتكوين جسم الإنسان ، وذلك باستخدام الجوانب الحركية مثل التمرينات والألعاب الجماعية والفردية ، وتتسم تحت إشراف التربوي عن طريق مربين أعدوا لهذا الغرض.

(حسن معوض ، حسن شلتون ، 1996، ص102)

وبذلك ينشأ التلاميذ بالمدرسة أو المؤسسة التعليمية على حب الدرس مما يقدم لهم من مهارات جديدة تعمل على تنمية قدراتهم واتجاهاتهم وميولهم نحو فعاليات خاصة والتي تعمل على ترسيخ قاعة الرياضة المدرسية كما يعتبر درس التربية البدنية والرياضية الوحدة الصغيرة في البرنامج الدراسي وهو أساس كل منهاج للتربية البدنية والرياضية كما يجب أن تراعى فيها حاجات التلاميذ بالإضافة إلى ميولهم ورغباتهم .

(إبراهيم حامد قنديل ، 1990، ص15).

4-3-7- أهمية درس التربية البدنية والرياضية:

ما كانت التربية البدنية والرياضية تعد الركن الأساسي لتطوير كافة قدرات التلاميذ ، فقد وجب الاهتمام بمادتها وما تحتاج إليه من إمكانيات بشرية ومادية من مساحات وأجهزة وأدوات وبرامج ومناهج حديثة .

(قاسم المندلاوي و اخرون 1990، ص98).

ولما كانت التربية البدنية والرياضية قد عرفت بأنها " عملية توجيه النمو والقوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدريبات الصعبة وبعض الأساليب الأخرى ، والتي تشارك في الأوساط التربوية بتنمية النواحي النفسية و الاجتماعية والخلقية فإن ذلك يعني أن درس التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات لما يحقق أيضا هذه الأهداف ، ولكن على مستوى المدرسة فهو يضمن النمو الشامل والمشرف للتلاميذ لتحقيق احتياجاتهم البدنية طبقا لمراحلهم السنية ، فتعطي الفرصة للبالغين منه بالاشتراك في أوجه النشاط داخل وخارج المدرسة، وبهذا يكون درس التربية البدنية والرياضية قد حقق إلى حد معين الأهداف التربوية التي رسمتها المناهج التربوية في المجالات النمو البدني والصحي والنفسي والاجتماعي .. الخ.

(محمود عوض بسيوني ، فيصل ياسين الشاطي، مرجع سابق ، ص92)

4-4-4- محتوى درس التربية البدنية والرياضية :

4-4-1- المرحلة التسخينية :

وتسمى أيضا المرحلة الابتدائية، المرحلة التمهيدية الجزء التحضيري، الإحماء الغرض منها هو تهيئة التلاميذ من الناحية الوظيفية والتقنية للأداء وتهيئة مختلف أعضاء الجسم للعمل وتنقسم إلى:

4-4-2- تحضير بدني عام للتلاميذ :

تهيئة الجهازين التنفسي والدوري للعمل وتسخين عام للأعضاء ومفاصل الجسم

4-4-3- تحضير بدني خاص للتلاميذ :

- التركيز على تسخين المجموعة العضلية المقصودة بالنشاط وفقا للأهداف المسطرة ، هدفه التمهيد للدخول في الهدف الرئيسي للحصة وإخراج المرحلة التسخينية على أحسن وجه يجب مراعاة مايلي:
- أن تكون التمرينات والألعاب المختلفة مشوقة وباعثة للبهجة والسرور وخالية من الخطورة.
 - أن تؤدي الحركات التسخينية بدون استخدام الأدوات ثم استخدام أدوات بسيطة تعمل على الرفع تدريجيا لعمل الأجهزة الوظيفية حتى تصل نبضات القلب إلى 150 ن/ دقيقة .
 - أن تشمل حركات المشي، الجري، الوثب، القفز، الحجل.... الخ .
 - تدري أن تتناسب الألعاب والتمرينات مع الهدف العام للحصة.

4-4-4- المرحلة الرئيسية:

تعتبر هذه المرحلة هي الركن الأساسي لدرس التربية البدنية والرياضية في جميع المراحل التعليمية ومن خلال تحكم وتقييم مدى تحقيق أهداف الدرس، لذلك فهي تلقي الكثير من الاهتمام والعناية من أستاذ التربية البدنية والرياضية، وتحقق غرضين أساسيين (غرض تعليمي، غرض تطبيقي) حيث انه يتم تعليم المهارات الحركية طبقا للأهداف المتعددة وتطبيقها في شكل العاب موجهة. (احمد بوسكرة، 2005، ص71-72)

4-4-5- الغرض التعليمي :

إن تعلم المهارة الحركية يتطلب من الأستاذ أن يكون ملما بطرق التعليم المختلفة، ويتميز بكفاءة عالية والقدرة على اختيار الطريقة المناسبة، واستثمار الأدوات والوسائل المتاحة التي تلعب دورا كبيرا في استيعاب التلاميذ للمهارة الحركية المراد تعليمها.

يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية عند تعليم المهارة الحركية ومراعاة ما يلي:

- أن يعرف التلميذ المهارة الحركية والهدف من تعلمها.
- أن يستعمل الأستاذ ألفاظ سهلة تفي بالغرض المطلوب.
- تقديم عرض المهارة الحركية من وضع ثبات ثم من الحركة بدون استعمال الأداة ثم باستخدامها.
- متابعة حركة التلاميذ أثناء الأداء واحترام الخطوات التعليمية من البداية حتى النهاية.
- تصحيح الأخطاء التي يقع فيها التلاميذ بصورة جماعية.
- إعطاء فرصة للتلاميذ لمشاهدة بقية زملائهم أثناء أداء المهارة الحركية.
- التقدم بالمهارة الحركية من خلال ربطها بمواقف تعليمية مختلفة مع الزيادة في الدقة والسرعة في الأداء.

4-4-6-الغرض التطبيقي:

تتميز هذه المرحلة بتطبيق المواقف التعليمية بصورة عملية سواء في الألعاب الجماعية، وتتميز عموماً بالتنافس بين فرق صغيرة لتطبيق المهارة الحركية المكتسبة سواء عن طريق مباريات تنافسية أو مواقف تدريبية أو ألعاب موجهة، بإتباع القواعد القانونية المعروفة.

4-4-7-المرحلة الختامية:

تتميز هذه المرحلة بإجراء تمارين هادفة للرجوع بأجهزة الجسم إلى حالتها الطبيعية كتمارين التنفس العميق والارتقاء العقلي ، بعد الجهود المبذول في أنشطة أجزاء الدرس السابقة ويستغلها الأستاذ للإجابة عن استفسارات التلاميذ المرتبطة بالنشاط الذي تم تنفيذه خلال الدرس ويقدم بعض التوصيات والإرشادات. (أحمد بوسكرة، 2005، ص71-72)

5-الطور الثانوي:وهو المرحلة التي تتراوح ما بين (14و18سنة) وتصادف غالباً الطور الثانوي.

ثانيا: الدراسات السابقة والمشابهة

للدراسة الأولى : نواوي :

تحت عنوان: تقويم الأداء الوظيفي للمعلمين المكلفين بالإرشاد والتعليم ب: جده
هدفت الدراسة إلى التعرف على جوانب القوة والضعف في الممارسات المهنية للمعلمين المكلفين في إرشاد ومعوقات العمل ومشكلاته وسبل تحسينها كما هدفت إلى الخروج ببعض التوصيات والمقترحات التي تساعد على تطوير العملية الإرشادية .

شملت عينة الدراسة على 40 معلم من المنطقة التعليمية بجدة مكلفا بالإرشاد، استخدم الباحث أداتين لجمع البيانات: استمارة من إعداد الباحث ، نموذج تقويم الأداء الوظيفي للمرشدين بوزارة المعارف ، متبعا المنهج الوصفي وباستخدام برنامج spss في تحليل النتائج والتي بينت ما يلي :

أظهرت الدراسة أن 69 بالمئة من عينته الدراسة يتراوح مستوى أداءهم ما بين جيد جدا وممتاز
أظهرت الدراسة أن 83 بالمئة من عينة الدراسة حصلوا على أعلى نسبة في محور السلوك العام والقُدوة الحسنة
أظهرت الدراسة أن هناك بعض محاور الأداء الوظيفي للمعلمين المكلفين بالإرشاد سجلت أدنى نسبة في متوسط الاستجابات الثلاثة وهي (الاهتمام بالإرشاد التعليمي والمهني، القدرة على تطوير أساليب العمل)
(نواوي ،يوسف أحمد تقويم الأداء الوظيفي للمعلمين المكلفين بالإرشاد بتعليم ،جدة ،الإدارة العامة للتربية والتعليم ،منطقة جدة ،السعودية ،1996)

للدراسة الثانية : الزبيدي والهزاع :

التي استهدفت بناء مقياس لقياس الصحة النفسية ومعرفة دلالة الفروق بين الذكور والإناث لمقياس الصحة النفسية
عينة من الطلبة الجامعيين ،وطبق عليهم مقياس الصحة النفسية المعد من قبل الباحثان ، وبعد تحليل البيانات إحصائيا
باستخدام معامل الارتباط بيرسون والوسط الحسابي والاختبار التائي لعينتين مستقلتين، أظهرت النتائج بان طلبة الجامعة يعانون من ضغوط نفسية والذي تشكل لهم أزمات نفسية ولا يوجد فروق في الصحة النفسية لدى كل من الذكور والإناث.
(الزبيدي والهزاع ،بناء مقياس الصحة النفسية لطلبة الجامعة ،مجلة العلوم التربوية النفسية ،العدد 22، 1997 ،ص112).

للدراسة الثالثة: الزبيدي:

دراسة استهدفت معرفة الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا المهني والصحة النفسية لدى أعضاء الهيئة التدريسية
وقد طبق الباحث ثلاثة مقاييس لكل من الضغوط النفسية والرضا المهني والصحة النفسية لدى الهيئة التدريسية على عينة من أساتذة الجامعة وبعد تحليل البيانات إحصائيا باستخدام معامل الارتباط بيرسون والاختبار التائي وتحليل التباين الثنائي ؛ توصلت الدراسة إلى عينة البحث من الذكور والإناث يعانون من ضغوط نفسية والذكور أكثر معانات من الإناث وان المتوسط الحسابي لدرجات الرضا المهني اقل من المتوسط الفرضي ،أما المتوسط الحسابي لمقياس الصحة النفسية أعلى من

المتوسط الفرضي آن عضو هيئة التدريس يتمتع بالصحة النفسية. (الزيدي كامل علوان، الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا المهني والصحة النفسية لدى أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعة، أطروحة دكتوراه غير مطروحة، جامعة بغداد، 2000).

للدراسة الرابعة : حامد زهران

أجريت هذه الدراسة في جامعة غزة سنة 2006-2007 تحت عنوان " العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية لدى معلمين ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة. هدفت هذه الدراسات إلى:

التعرف على العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية لدى معلمين ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة، كما هدفت إلى التعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية لديهم، ومعرفة الفروق بين المعلمين والمعلمات في ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية وتكونت عينة الدراسة من 220 معلم ومعلمة (108 معلم) و (112 معلمة)، ممن يعملون في المدارس الحكومية ووكالة الغوث الدولية لتشغيل اللاجئين (UNRWA)، في مرحلة التعليم الأساسي الدنيا في قطاع غزة/ فلسطين، للعام الدراسي 2006/2007. وقد استخدم الباحثان مقياس الصحة النفسية للشباب إعداد (حامد زهران وفيوليت فؤاد، 1991)، ومقياس ضغوط مهنة التدريس إعداد (عماد الكحلوت ونصر الكحلوت، 2006).

وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات على الدرجة الكلية لضغوط مهنة التدريس، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية على الدرجة الكلية للصحة النفسية، كما وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لضغوط مهنة التدريس والصحة النفسية بأبعادها ودرجتها الكلية لدى أفراد العينة.

وأوصى الباحث بما يأتي :

- ضرورة وضع وتصميم بعض الطرق والاستراتيجيات للحد من ضغوط مهنة التدريس التي يتعرض لها المعلم الفلسطيني وانعكاساتها السلبية على صحته النفسية والجسمية وبالتالي على العملية التعليمية برمتها.
(حامد زهران: العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية لدى معلمين ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة، غزة، 2006-2007).

للدراسة الخامسة : موسى سلامة اللوزي وعمر عطية الزهراني :

أجريت هذه الدراسة في جامعة بالمملكة العربية السعودية سنة 2007 تحت عنوان " العوامل المؤثرة في الأداء الوظيفي للعاملين بإمارة منطقة الباحة والمحافظات التابعة لها.

هدفت هذه الدراسات إلى :التعرف على العوامل المؤثرة في الأداء الوظيفي للعاملين في إمارة الباحة بالمملكة العربية السعودية وتحديد أكثرها تأثيراً في الأداء الوظيفي، كذلك تحديد اختلاف تأثير هذه العوامل باختلاف العوامل الديموغرافية للعاملين (الحالة الاجتماعية، والعمر، ونوع الوظيفة، والخبرة، والمستوى التعليمي). (استخدمت الاستبيان

كأداة لجمع البيانات من جميع أفراد مجتمع الدراسة والبالغ عددهم (1025) فردًا، حيث تم استبعاد (25) وما نتج من التكرارات والنسب (SPSS) استثنائه لعدم صلاحيتها، ولأغراض الدراسة، فقد تم استخدام الحزمة الإحصائية وتوصلت الدراسة إلى ، (ANOVA) المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار تحليل التباين الأحادي مجموعة من النتائج كان أهمها :وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المتغيرات المستقلة مجتمعة) بيئة العمل، الاتصال الوظيفي، الحوافز، التدريب، القيادة الإدارية (والأداء الوظيفي، كذلك وجود علاقة إيجابية بين كل عامل وحده والأداء الوظيفي . كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أثر العوامل التنظيمية في الأداء الوظيفي تعزى للمتغيرات الديموغرافية) نوع الوظيفة، والخبرة، والمستوى التعليمي(، بينما لم تظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في أثر العوامل التنظيمية على الأداء الوظيفي تعزى للحالة الاجتماعية والعمر.

ويوصي الباحثان على :

توفير بيئة عمل ذات مواصفات عالية وقياسية للعاملين في منطقة اماره الباحة بما يتناسب مع التطورات الحديثة التكنولوجية السريعة، والعمل على تفعيل الاتصال الوظيفي، وطرح القواعد لبناء ادارة المعرفة(موسى سلامة اللوزي وعمر عطية الزهراني، العوامل المؤثرة في الأداء الوظيفي للعاملين بإمارة منطقة الباحة والمحافظات التابعة لها، جامعة بالمملكة العربية السعودية ، 2007).

للدراسة السادسة: مسعود بورغدة محمد :

تحت عنوان الرضي الو ضيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بأدائهم : هدفت الدراسة إلى :

التعرف على مستوى الرضا الو ضيفي لأساتذة التربية والرياضية

الوقوف على مستويات الأداء لأساتذة التربية البدنية والرياضية

التعرف على العلاقة بين خصائص العينة (الجنس والخبرة وعلاقة العمل ،والالتحاق بقسم التربية البدنية والرياضية) والرضا الو ضيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية

دراسة العلاقة بين الرضا الو ضيفي وأداء أساتذة التربية البدنية والرياضية

دراسة قوة العلاقة بين الرضا الو ضيفي ومتغيرات الأداء الكلي ومحاور الأداء ،والجنس والخبرة وعلاقة العمل والتحاق بأقسام التربية البدنية والرياضية .

شملت عينة الدراسة على 115 من أساتذة التربية البدنية والرياضية وتمثل 20 بالمئة من مجتمع البحث وهي عينة عشوائية، استخدم الباحث المنهج الوصفي، كما اعتمد على أداتين هما استبيان الرضا الو ضيفي والثانية تتمثل في اسبيانا تقيم أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية .

استعمل الباحث برنامج الحزم الإحصائية spss والتي بينت في الخير ما يلي :

أساتذة التربية البدنية والرياضية غير راضين وصيفيا

أساتذة التربية البدنية والرياضية يمتلكون الكفاءات اللازمة لأداء نشاطهم التدريسي

لا توجد فروق ذات دلالات إحصائية في الرضا الوظيفي ولأداء حسب الخصائص الشخصية لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حسب الخصائص الشخصية في الرضا الوظيفي في خاصية علاقة العمل (مرسم ، مستخلف) وخاصية الالتحاق بقسم التربية البدنية والرياضية (الالتحاق المباشر ، تحويل) توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0,001 بين عوامل الرضا الوظيفي و الأداء ولا تؤثر على عدم وجود علاقة بين كل من الرضا عن الإشراف في التقويم .

يؤثر كل من (علاقة العمل ،التنفيذ،التقويم ،الأداء)على الرضا الوظيفي ، ولا يؤثر كل من (التخطيط ،التنظيم وإدارة الفصل)على الرضا الوظيفي ويعتبر الأداء المتغير يؤثر على الرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية. (مسعود بورغدة محمد الرضى الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بأدائهم، رسالة دكتوراة في منهجية التربية البدنية والرياضية جامعة منتوري ،قسنطينة، 2007).

للم التعليق على الدراسات على السابقة :

نلاحظ من خلال استعراض الدراسات السابقة أن اغلب هذه الدراسات أجريت في ميدان علم النفس، والقليل منها يتناول الميدان التربوي، ورغم اختلاف ميادين العلمية فقد لاحظنا وجود عناصر مشتركة في بحثنا، كما لا يمكن إغفال عناصر الاختلاف.

نعرض في ما يلي الجوانب المشتركة و المختلفة :

للم من حيث المنهج:

استعملت هذه الدراسات المنهج الوصفي ،وهو نفس المنهج الذي نعتمد عليه في دراستنا .

للم من حيث الأدوات:

استعملت هذه الدراسات مقياس الصحة النفسية كدراسة الزبيدي والمزاع، واستبيان الأداء الوظيفي كدراسة مسعود بورغدة محمد، وهي نفس الوسيلة التي نستعملها في بحثنا .

الاختلاف الملاحظ في هذه الاستبيانات يكمن في أبعاد كل من الصحة النفسية والأداء الوظيفي وعناصر كل بعد، الاختلاف يرجع إلى طبيعة وظروف عمل عينة كل بحث، وإلى نظرت كل باحث وأبعاد وعناصر كل من الصحة النفسية والأداء.

تختلف أبعاد وعناصر الصحة النفسية والأداء في بحثنا عن أبعاد وعناصر الدراسات السابقة، نظرا لأننا نتناول عينة مختلفة عن عينات الدراسات السابقة ، متمثلة في أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين لم تتطرق إليهم الدراسات السابقة

من حيث الوسائل الإحصائية:

تختلف الدراسات السابقة في وسائلها الإحصائية عن دراستنا الحالية إذا استعملنا الدوائر النسبية لتحليل ومناقشة النتائج.

تختلف دراستنا عن الدراسات السابقة بأنها تناولت لأول مرة حسب علمنا دراسة هذه العلاقة في ميدان النشاط البدني والرياضي حيث ستكون الصحة النفسية و أستاذ التربية البدنية والرياضية هما محور هذه الدراسة .

الفصل الثاني

الآطار العام للدراسة

1- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1-1- الصحة النفسية :

لغة : حالة دائمة نسبيا يكون فيها الفرد متوافقا نفسيا وشخصيا واجتماعيا مع نفسه ومع الآخرين ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سويا ويكون سلوكه عاديا بحيث يعيش بسلام

(الزبيدي كامل علوان والهزاع مجلة العلوم التربوية والنفسية العدد (22) 1997 ص 112)

- التعريف الإجرائي : هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الصحة النفسية المستخدم في الدراسة

1-2- الأداء :

لغة : أدى يؤدي تأدية وأداء : قام بالشيء وأوصله أي قاده (المعجم العربي الأساسي، المنظمة العربية للطلابية والثقافة والعلوم، لاروس تونس 1998، ص 125)

اصطلاحا : أأخذ مصطلح الأداء تعريفات عديدة في الدراسات العلمية نظرا لاختلاف الباحثين في تحديد مكوناته وإبعاده ، ومن بين هذه التعريفات تعريف عمر سيد خليل الذي يعتبره مجرد امتلاك الفرد للقدرات الوظيفية التي يظهره أثناء نشاطه (عمر سيد خليل ،إستخدام التدريس المصغر في تنمية بعض الكفاءات التدريسية ،أسبوط مصر ،العدد 6 جانفي 1990 ص 5)

والأداء هو تنفيذ الموظف لأعماله ومسؤولياته التي تكلفه بها المنظمة أو الجهة التي ترتبط وظيفته بها وما يحققه من نتائج (هلال محمد عبد الغني حسن ،مهارات إدارة الأداء مركز تطوير الأداء والتنمية القاهرة 1996 ص 11 و 12)

إجرائيا : انطلاقا من المتعارفات السابقة ودراساتنا النظرة فإن الباحث يعرف الأداء على أنه مجموعة من المعارف والمهارات التي يظهرها أستاذة التربية البدنية والرياضية أثناء نشاطهم التدريسي والمعبر عنه في الاستبيان الذي يعده خصيصا لهذه الدراسة .

1-3- الأستاذ:

لغة : جمع أساتذة وأساتيد :المعلم المدبر والعالم ، وهي كبير دفاتر الحساب (الفيروز أبادي ،ص 10)

اصطلاحا : هو قوام العملية التعليمية وهو المسئول عن تربية الأجيال بحكم اتصالاته يوميا بالتلاميذ فهو يتأثر بشخصياتهم في جميع نواحيها فهو ليس مجرد معلم ينقل المعلومات للتلاميذ ويملاً عقولهم بموضوعات الدراسة وإنما أشمل من ذلك بكثير لأنه مربى شخصيات التلاميذ جسميا وعقليا وخلقيا (محمد خليفة بركات ،علم النفس تعليمي ط 3 ج 1 دار العلم الكويتية 1995 ص 47)

1-4- التربية البدنية :

لغة : ربا يربي تربيته ربا أي زاد الشيء.

-اصطلاحا : يعرفها الفرنسي روبرت بوبان على أن التربية البدنية هي تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية والحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد

(محمد الحم حامي ، أمين الخولة ، أسس برنامج التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر ط1 العربي القاهرة 1998 ص 55)

- إجرائيا:

هي الجزء من التربية العامة التي تقوم على الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية الحركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد عبر النشاط البدني

الطور الثانوي: وتتراوح ما بين (14-18 سنة) وتصادف في الغالب الطور الثانوي .(فؤاد بهي السيد :الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، القاهرة مصر 1997، ص272)

2- الإشكالية:

حتى يمكن إعطاء مفهوم أفضل للتربية البدنية والرياضية كمادة دراسية يجب الاعتماد على الخبرة الواقعية للمشاهدة في الميدان، والتي يمكن أن تتمثل في المهارات الأدائية و المعرفة المطلوبة والأساسية لممارسة الرياضة .

ولعل أهم ما يتعرض له مفهوم التربية الرياضية كمادة هو افتقارها إلى نسبة المعلوماتية التي تعبر عن الإطار المفاهيمي للمادة مثل بقية المواد الدراسية الأخرى و التي تتصف كل منها ببيئية معلوماتية واضحة و محددة و العمل في التربية على النظام الاجتماعي السائد كل ما أمكن ذلك ،فهو المكان الذي تجرب فيه المحولات لتشكيل التلاميذ إلى مواطنين يحافظون على العمل الصالح و الخير للمجتمع و تلعب التربية الرياضية في المدارس دورا هاما في توفير فرص النمو المناسبة في إعداد النشئ إعداد سليما متكاملا من النواحي البدنية و العقلية والنفسية والاجتماعية. (أمين الخولي 1990ص 25)

ويعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضة بمثابة الركيزة الأساسية إذ بفضلله تسير الحصّة بشكل عادي وهو عنصر الأساس ومهمته هي تحقيق الأهداف التربوية العامة الخاصة بالتربية البدنية والرياضة ولو بدرجة أقل و بهذا يكون قد حقق نتيجة مرضية في أدائه الوظيفي

وعليه فالتكوين هو من بين أهم المبادئ التي يركز عليها الأستاذ أو الطالب المتخرج و خاصة من الناحية الصحية والنفسية، و هذا لأنه سيواجه بعض المشاكل و الصعوبات التي تعترض طريقه و تؤثر على أدائه المهني و المتمثلة في الحالات الصحية و النفسية وغيرها ، كالمواقف الحرجة والارتباك في أي تمرين أو مهارة حركية أو خجل أثناء مخاطبة التلاميذ والوقوف أمامهم بسبب مشاكل صحية في الحنجرة مثلا أو التهاب اللوزتين والتي تؤثر على مخارج الكلمات عنده، أو بعض المشاكل الأخرى كالمشاكل الخارجية مثل الخلافات الأسرية .

ومن خلال الإشكالية المطروحة نجد أننا أمام طرح التساؤل العام التالي:

2-1- التساؤل العام:

هل للصحة النفسية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي؟

2-2- التساؤلات الجزئية:

هل للحالة الصحية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية ؟

هل للحالة النفسية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية ؟

3- أهداف البحث:

■ معرفة تأثير الصحة النفسية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

■ العمل على إيجاد بعض الحلول و التوصيات التي تساعد على رفع من شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية في الوسط التعليمي.

■ إعطاء الفرصة للطلبة المتخرجين لفتح آفاق جديدة من خلال التطرق إلى موضوع دراستنا ومحاولة إعطاء نظرة جديدة حول هذا الموضوع.

■ معرفة مختلف صعوبات الصحة النفسية التي تواجه الأستاذ خلال ممارسته للعملية التعليمية .

4- أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في إيجاد الحلول المناسبة للعوائق المهنية التي تؤثر على أداء أستاذ التربية البدنية والرياضية وتعيق سير حصة التربية البدنية والرياضية وأمام كل هذا نحاول الوقوف على الحقائق لنجاح العملية التربوية وبناء خطة الدرس(حصة التربية البدنية والرياضية).

و بمعرفة الصحة النفسية وأهميتها سنحاول بعد ذلك تقديم بعض الحلول والاقتراحات والتي يمكن للأستاذ الاستعانة بها لضمان إنجاز أحسن للأداء.

5- الفرضيات:

1-5 الفرضية العامة:

■ للصحة النفسية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية .

2-5 الفرضيات الجزئية:

■ للحالة الصحية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية.

■ للحالة النفسية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية.

الفصل الثالث

الاجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد:

يعتبر الإطار المنهجي للبحث أحد الجوانب الهامة، بحيث لا يمكن لأي باحث أن يتخلى عنه، وهناك علاقة وطيدة بين موضوع البحث ومنهجه، فلن يتم تأسيس عمل منهجي منظم لابد من توضيح جميع الجوانب والإجراءات التي يتم القيام بها أثناء عملية الدراسة، لكي يكون البحث موضوعي ويسير للمطلع فهم وتفسير النتائج على ضوء المعلومات الواردة فيه.

1- الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في الدراسة الميدانية والتي تتمثل في توزيع استمارة الاستبيان على أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لولاية سطيف،

وكون موضوع الدراسة متعلق بالحالة الصحية والنفسية وأهميتها في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي، فإن مجتمع الدراسة يمثل أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي والذي يبلغ عددهم (19) أستاذ من مجموع العدد الكلي المتمثل في (100) أستاذ وأستاذة.

2- المهج المتبع في الدراسة : هو المنهج الوصفي .

3- مجتمع وعينة الدراسة:

- مجتمع الدراسة: المجتمع الأصلي في هذه الدراسة هم أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لولاية سطيف، وذلك لأنهم الأقرب للباحث والأكثر ملائمة وخدمة لنتائج الدراسة .

-عينة الدراسة: انطلاقا من آراء المحكمين، وبعد الاطلاع على متغيرات الدراسة، وبعد التشاور مع الأستاذ المشرف توصلنا إلى اختيار عينة قصديه تبعا و ملامته لموضوع دراستنا، تم توزيع استمارة استبيان على الأساتذة.

4-حدود الدراسة: من أجل الإحاطة بالمشكلة ومعرفة مختلف جوانبها، فقد وقع اختيارنا في دراسة هذه الإشكالية على أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لولاية سطيف، حيث شملت عينة البحث على 19 أستاذ ولقد كانت الانطلاقة في هذه الدراسة بعد الاجتماع مع الأستاذ المشرف لضبط موضوع الدراسة ضبط حقيقيا وواضحا ومن ثم طرح الإشكالية وذلك منذ أوائل شهر جانفي، حيث باشرنا في جمع المادة في جمع المعلومات الخاصة بالجانب النظري مروراً بمرحلة البحث الميداني مع بداية شهر مارس، وتم في أواخر شهر ماي 2016 وضع الخلاصة العامة والتوصيات.

5-أدوات جمع البيانات والمعلومات: تعتبر أداة الدراسة المحور الذي يستند إليه البحث وتوظيفها يكون بقصد الوصول إلى كشف الحقائق التي تبني عليها الدراسة، وقد تم الاعتماد على:

5-1-استمارة الاستبيان: والتي تعرف بأنها: "نموذجي ضمن أسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على معلومات حول موضوع أو مشكلة أو موقف، ويتم تنفيذ الاستمارة إما عن طريق المقابلة الشخصية أو ترسل إلى المبحوثين عن طريق البريد. (محمد علي محمد، 1980، ص339).

ويستخدم الاستبيان لجمع البيانات الميدانية التي لا يتيسر على الباحث جمعها عن طريق أدوات جمع البيانات الأخرى، وقد كانت استمارة الاستبيان هي الملائمة لإجراء هذه الدراسة، ويضم هذا الاستبيان (18) سؤالاً، حيث يتم التطرق إلى جميع التساؤلات وذلك عن طريق أسئلة تدور حول الصحة النفسية لأستاذ البدنية والرياضية في الطور الثانوي وتضم مجموعة من الأسئلة المقيدة و الموزعة على محاور كما يلي:

المحور الأول: الحالة الصحية مهمة في الأداء الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

المحور الثاني: الحالة النفسية مهمة في الأداء الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

6- الخصائص السيكومترية: للتحقق من صلاحية أداة الدراسة، والتأكد من توفرها على الخصائص السيكومترية تم تطبيقها على عينة تتكون من (19) أستاذ وذلك بعد الصياغة النهائية للاستمارة ثم الشروع في توزيعها على أفراد العينة ابتداء من 16-4-2016 وقد دام العملية حوالي أسبوع لجمع كافة الاستمارات وتفريغها.

6-1-صدق وثبات الأداة:

يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه كما يقصد بصدق شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث يكون مفهومه لكل من يستخدمه.

6-1-1-الصدق:

عدد العبارات	العدد
19	0.982

6-1-2-الثبات:

والتحقيق من ثبات أداة القياس قمنا بتوزيع الاستبيان على اساتذة التربية البدنية والرياضية لولاية سطيف

يقصد بثبات الاستبيان أن يعطي الاستبيان نفس النتيجة ولو تم إعداد توزيعه أكثر من مرة تحت نفس الظروف والشروط وبالتالي فإن ثبات الاستبيان يعني الاستقرار وعدم تغييره بشكل كبير فيما لو تم إعداد توزيعه على أفراد المجتمع عدة مرات خلال فترات زمنية معينة وقد تحقق الباحث من ثبات استبيان الدراسة من خلال ما يلي:

معامل الفاكرونباخ:

استخدام الباحث طريقة الفاكرونباخ لقياس ثبات الاستبيان الموجه لاساتذة التربية البدنية والرياضية وكانت النتائج كما هي مبينة في الجدول التالي:

المجال	عدد العبارات	معامل الفاكرونباخ
استبيان موجه لاساتذة	19	0.965

$$\text{الثبات} = \sqrt{\text{الصدق}}$$

توضح النتائج أعلاه أن قيمة المعامل الفاكرونباخ كانت مرتفعة الموجهة لاساتذة حيث كانت قيمتها 0.965 ويلاحظ أن قيمة الصدق 0.982 كانت مرتفعة.

وبذلك يكون الباحث قد تأكد من صدق وثبات أداة الدراسة مما يجعله على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لجميع البيانات وتفسيرها وتحليلها والوقوف على نتائج الإجابة على أسئلة الدراسة واختبار فرضياتها.

6-2- الإجراءات التطبيق الميداني للأداة:

- المجال المكاني: تم إجراء الدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لولاية سطيف .
- المجال الزماني: تم انجاز البحث في الفترة الممتدة من بداية شهر ديسمبر 2016 إلى غاية شهر ماي 2017.

الدراسة النظرية: من شهر ديسمبر 2016 إلى شهر مارس 2017.

الدراسة الميدانية: من شهر أبريل 2016 إلى غاية شهر ماي 2017.

7- الأساليب الإحصائية:

- الحزم الإحصائية **spss**: هي أحد وأهم وأشهر حزم البرامج الجاهزة في مجال المعالجة الإحصائية للبيانات، إذ يتمتع هذا البرنامج بالعديد من الخصائص الفريدة التي تميزه عن باقي البرامج المماثلة، وأهم هذه الخصائص، بساطة الاستخدام وسهولة الفهم.

- معادلة ألفا كرونباخ لحساب ثبات الأداة.

$$\text{معامل ألفا كرونباخ} = \frac{N}{1 - N} \left(\frac{1 - \text{مج ع} 2 \text{ كل عبارة}}{2 \text{ع}} \right)$$

حيث: n = عدد عبارات القائمة.

χ^2 = تباين القائمة ككل.

مج χ^2 = المجموع الكلي لتباين كل عبارة من عبارات القائمة.

- مربع كاي لتحليل نتائج الدراسة: $\chi^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$

حيث: O_i التكرارات الحقيقية

E_i التكرارات المتوقعة.

- النسبة المئوية وتعرف كالتالي:

لدينا النسبة المئوية "س"، تكرار العينة "ك"، مجموع العينة "ن"

حيث: n ← 100%

ك ← س%

$$س = (ك/ن) \times 100\%$$

خلاصة الفصل: نظرا لطبيعة مشكلة بحثي الحالي إستدعى مني التعريف بالبحث ومنهجه وإجراءاته في هذا الفصل. فطرحت من خلال مشكلة البحث معتمدا في ذلك على المعاينة الميدانية، لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية للتأكد من أن المشكلة موجودة فعلا. ويعتبر هذا الفصل بمثابة الدليل والمرشد الذي ساعدني على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة، كما تناولت فيه أهم العناصر التي تفيد الدراسة بشكل مباشر.

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

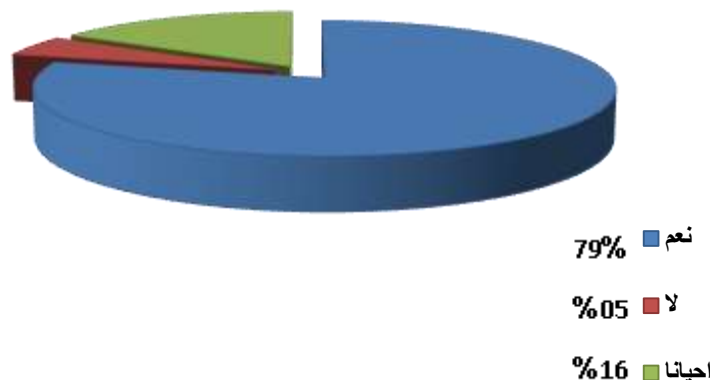
1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان

-الخور الأول : الحالة الصحية مهمة للأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية.

-السؤال رقم (1) : هل المشاكل الصحية تؤدي إلى تدني مستواك المهني؟

-الجدول رقم (01) : يمثل إجابات الأساتذة حول المشاكل الصحية وعلاقتها بتدني المستوى.

كا المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا المحسوبة	النسبة	التكرار	
5.991	.000	2	18.105	79%	15	نعم
				5%	1	لا
				16%	3	أحيانا
				100%	19	المجموع



-الشكل رقم (01): يمثل إجابات الأساتذة حول المشاكل الصحية وعلاقتها بتدني المستوى.

من خلال الجدول رقم 1 نلاحظ أن نسبة 79 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون على كثرة المشاكل الصحية تؤثر على مستواهم المهني، أما نسبة 5% أكدوا لنا عكس ذلك، بينما أجابت لنا النسبة المتبقية من العينة المدروسة والتي بلغت 16 % ب(أحيانا)

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته 18.105 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

وفي نظرنا نحن و من خلال هذه المعطيات أن كثرة المشاكل الصحية حتما سوف تؤثر على الأداء المهني للأستاذ فهي تجعله مقصر في عمله وذلك من خلال كثرة العيادات المتتالية التي يقع فيها الأستاذ بحثا عن الراحة و الشفاء و إيجاد حلول لتلك المشاكل ،هذا من جهة أما في المقابل ربما تتحول هذه المشاكل الصحية من(خاصة)إلى (عامة) إذ يعود غياب الأستاذ بالسلب سواء على الإدارة في إيجاد الحل البديل أو سد الخلل والمتمثل في تأخر التلاميذ في البرنامج المسطر سالفاً،و في الأخير نستنتج أن المشاكل الصحية تؤثر على حالة الأستاذ و المردود المهني.

-السؤال رقم (2): هل تعاني من إصابات أثناء القيام بعملك؟

-الجدول رقم (2) يمثل إجابات الأساتذة حول معاناتهم من إصابات أثناء القيام بالعمل.

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
نعم	2	11%	8.316	2	.016	5.991
لا	12	63%				
أحيانا	5	26%				
المجموع	19	100%				



نعم 11%
لا 63%
أحيانا 26%

-الشكل رقم (2): نسبة معانات الأساتذة من الإصابات أثناء القيام بالعمل.

نلاحظ من خلال الجدول أن النصف الأكبر من العينة المدروسة والتي بلغت نسبتها 63% أكدوا على أنهم لا يعانون من أي إصابات أثناء القيام بالعمل أما 26% من العينة فأحيانا يعانون من هذا الجانب وتأتي نسبة 11% لتكمل إجابات الأساتذة حول إصابتهم أثناء القيام بالعمل.

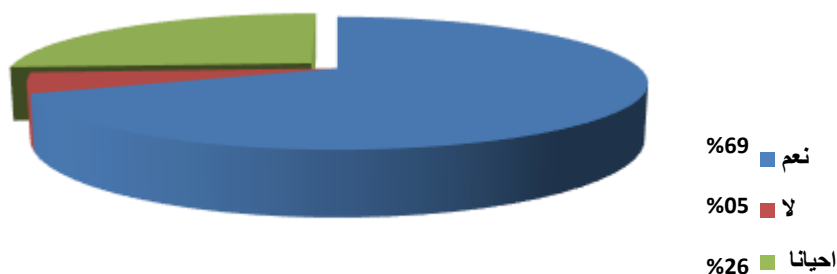
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 8.316 وهي أكبر من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

وفي نظرنا نحن و حسب معطيات الجدول نستنتج أن الأغلبية من الأساتذة لا يعانون من مشكل الإصابات أثناء القيام بالعمل وهذا ربما يرجع للفرق ما العالية التي يتمتع بها أستاذ التربية البدنية دون غيره من الأساتذة، وبسبب طبيعة عمله وكذا نشاطه وممارسته المستمرة للرياضة وهذا ما يجعل منه أكثر تحكماً في انفعالاته الحركية أثناء القيام بالعمل، والسلاسة التي يتمتع بها في التنقل من نشاط لآخر وبالتالي تفادي إصابات له وللتلاميذ لأن محور حصة الأستاذ هو ملاحظة التلاميذ له بصورة جيد حول كيفية التعامل مع الوضعيات العملية والحركية لنشاطه وعمله، هذا من جهة أما من الجهة المقابلة لا يمكن إخفاء وقوع الأستاذ في إصابات قد تعيقه في أداء عمله وذلك بحكم الحركة المستمرة للأستاذ، لأنه مثل ما يوجد فعل إرادي يوجد كذلك فعل لا إرادي وبالتالي احتمال إصابة الأستاذ وارد وبالتالي تحدث إعاقة في القيام بالعمل .

-السؤال رقم(3) :هل تؤثر عليك الإصابات المفاجئة (الحمى والزكام) في أداء عملك؟

-الجدول رقم (3) : يبين إجابات الأساتذة حول تأثير الإصابات المفاجئة (كالحمى والزكام) على أداء العمل.

كا المحسوبة	النسبة	التكرار	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
4.263	69%	13	1	.039	3.841
	5%	1			
	26%	5			
	100%	19			



-الشكل رقم (3) :نسبة تأثر الأستاذ بالإصابات المفاجئة (الحمى والزكام) على أداء العمل.

نلاحظ من خلال الجدول أن معظم الأساتذة المستجوبون و التي بلغت نسبتهم 69% أكدوا على أن الإصابات المفاجئة تؤثر على أداء عملهم، أما النسبة المتبقية 26% فأكدوا انه أحيانا يتأثرون بالإصابات المفاجئة فيما تأتي نسبة 5% منهم أكدوا على أنهم لا يتأثرون بالإصابات المفاجئة، وبالتالي حدوث خلل في القيام بالعمل . وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته 4.263 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 3.841 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

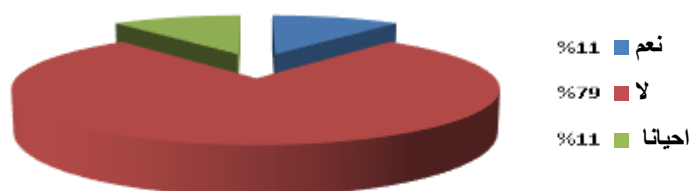
نستنتج من خلال إجابات الأساتذة انه يوجد تأثير كبير للإصابات المفاجئة على أداء الأستاذ ، وذلك بحكم ما يتطلبه عمل الأستاذ إذ لابد من وجوده في فورما صحية جيدة لمزاولة عمله بشكل جيد ،وبالتالي إمكانية تحقيق المطلوب وهو نجاح الهدف التربوي والتعليمي والبدني المنوط به في غياب وجود إصابات تعيق ذلك.

ومما لا شك فيه وحسب إجابات الأساتذة توجد هناك نسبة لا بأس بها تقول انه أحيانا فقط يتأثرون بمثل هذه الإصابات لكن يؤدون عملهم ،وهذا نابع من حبهم للمهنة وإخلاصهم في العمل المنوط بهم .

-السؤال رقم (4): هل تعاني من إصابات قديمة تعيقك في أداء عملك ؟

-الجدول رقم (4): يبين إجابات الأساتذة حول معاناتهم من إصابات قديمة تعيقهم في الأداء المهني.

كا المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا المحسوبة	النسبة	التكرار	
5.991	.000	2	17.789	11%	2	نعم
				79%	15	لا
				11%	2	أحيانا
				100%	19	المجموع



-الشكل رقم (4): يمثل نسبة تأثير الإصابات القديمة في الأداء المهني.

نلاحظ أن اغلب الأساتذة المستجوبون و التي بلغت نسبتهم 78% أكدوا أنهم لا يعانون من إصابات قديمة تعيقهم في أداء عملهم ، فيما تتأني النسبة المتبقية متناصفة بين نعم وأحيانا 11% لكل منهما .

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته **17.789** وهي أكبر من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

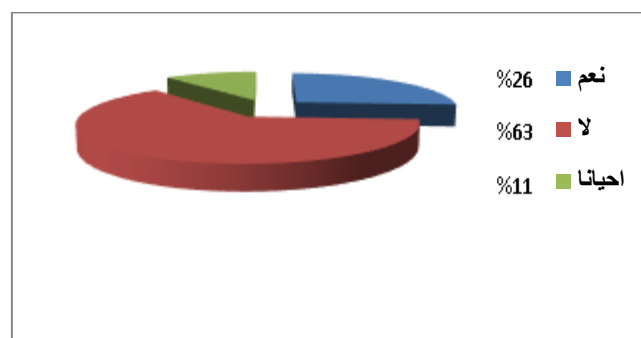
من خلال إجابات الأساتذة اتضح أن أستاذ التربية البدنية والرياضية لا يعاني من إصابة قديم تعيقه على أداء عمله وهذا راجع إلى اختيار ورغبة الأستاذ في التكون في ميدان التربية البدنية والرياضة ، فالرغبة تقتضي اخذ الحيطة والحذر الوقوع في كل ما هو معيق في تحقيقها ، وتكملة المسار التعليمي و الرياضي والمهني للأستاذ فالرغبة لا تأتي من العدم إذ أن مختلف الأساتذة قد تدرجوا في فئات صغرى لرياضات مختلفة، وهذا ما يتطلب أن يكون الأستاذ في لياقة و فورما عالية لتحدي أي إصابة من شأنها أن تخل بنظام عمله ، وفي المقابل هناك من الأساتذة من تكونت لهم إصابات ربما لطول فترة عملهم في هذا الميدان لأنه كما يعرف الجميع انه ليس بالتخصص ولا العمل السهل كما يضمن البعض .

-السؤال رقم (5) : أجد نفسي مشغول البال من مرض لا يرجى شفاؤه ؟

-الجدول رقم (5) : يبين لنا نتائج إجابات الأساتذة على السؤال رقم (5)

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
نعم	5	26%	8.316	2	0.016	5.991
لا	12	63%				
أحيانا	2	11%				
المجموع	19	100%				

- الجدول رقم (5): يمثل إجابات الأساتذة حول انشغال البال من مرض لا يرجى شفاؤه.



-الشكل رقم (5) يمثل نسبة انشغال بال الأستاذ من مرض لا يرجى شفاؤه.

نلاحظ من خلال الجدول التالي أن النصف الأكبر من الأساتذة المستجوبون و التي بلغت نسبتهم 63% أكدوا أنهم لا يشغلون بالهم بالمرض وصعوبة شفاؤه وتأتي بنسبة 26 % في المقام الثاني أجابوا عكس ذلك ، أما النسبة المتبقية 2% من العينة أجابوا ب أحيانا .

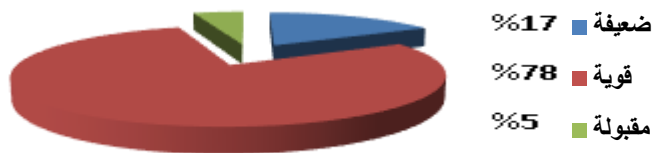
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته 8.316 وهي أكبر من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

من خلال هذه المعطيات استنتج أن النسبة الأكبر من الأساتذة لا يشغلون بالهم بهذا الموضوع ، وذلك بسبب تركيز الاستاذ على أداء عمله وإتقانه وإتمام البرنامج المنوط به ، فهذا الأستاذ تتوفر لديه كل الثقة بعدم التفكير في مثل هذا الموضوع ، والذي من شأنه أن يأخذ حيزا من جانبه النفسي وبالتالي الانحراف عن البرنامج والخطة المسطرة حول العمل ، وفي المقابل نجد من الأساتذة من يشغل باله هذا الموضوع وتفسير ذلك ربما بعض التعب النفسي والإرهاق الذي يتعرض له الأستاذ جراء العمل المتواصل، وكذا عدم منح نفسه شطرا من الراحة اللازمة لاسترجاع إمكانياته واستشفائه من مثل هذه الأفكار بأخذ قسط من الراحة ، ولأن نجاح العمل البدني يقتضي العمل والراحة لكي يتطور هذا العمل كذلك الجانب النفسي يجب أن تكون له راحة وتحدد بعد عمل وتفكير عميق

-السؤال رقم (6): كيف ترى حالتك الصحية داخل وخارج عملك ؟

-الجدول رقم (6) : يبين إجابات الأساتذة حول الحالة الصحية داخل وخارج العمل

كا الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا المحسوبة	النسبة	التكرار	
5.991	.000	2	18.105	17%	3	قوية
				78%	15	مقبولة
				5%	1	ضعيفة
				100%	19	المجموع



-الشكل رقم (6) يمثل نسبة الحالة الصحية داخل وخارج العمل.

نلاحظ من خلال الجدول أن 78% من الأساتذة يرون أن حالتهم الصحية مقبولة مقارنة بالنسب الأخرى حيث يرى 17% أن حالتهم الصحية قوية أما 5% فيرونها ضعيفة.

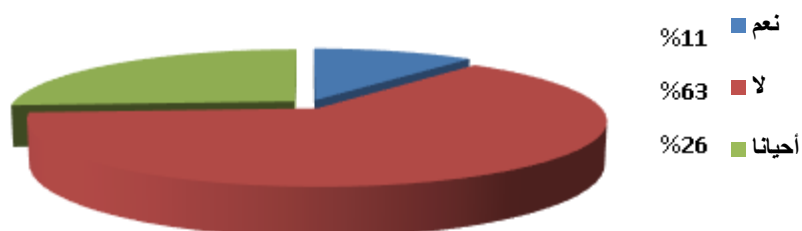
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 18.105 وهي أكبر من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

نستنتج حسب النتائج المحصل عليها من خلال هذا السؤال أن النسبة الأكبر من الأساتذة المستجوبون عن حالتهم الصحية داخل وخارج العمل كانت مقبولة ، وهذا راجع للتناغم الحاصل بين الأستاذ وعمله إذ كلما كان هناك نجاح في خطة العمل ومواصلة للبرنامج المسطر ، كان هناك رضا نفسي ينعكس بالإيجاب على الحالة الصحية وبالتالي كل الرضا والقبول للحالة ، و قليل جدا الذين يرونها ضعيفة و هذا راجع للشخصية الذي يتميز بها أستاذ عن آخر وللحالة التي يمر بها أستاذ عن غيره ، إذ كلما كانت الظروف المادية والمعنوية جيدة وكذا المحيط الملائم والوسائل البداغوجية اللازمة ، كلما كان قبول الأستاذ لحالته الصحية بأنها قوية داخل وخارج العمل.

-السؤال رقم (7): اشعر بتعب وإرهاق دون سبب؟

-الجدول رقم (7) :يبين إجابات الأساتذة حول الشعور بالتعب والإرهاق دون سبب.

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
نعم	2	11%	8.316	2	.016	5.991
لا	12	63%				
أحيانا	5	26%				
المجموع	19	100%				



-الشكل رقم (7): يمثل نسبة شعور الأساتذة بالتعب والإرهاق دون سبب.

نلاحظ من خلال الجدول أن 63% من الأساتذة المستجوبون أكدوا أنهم لا يشعرون بالتعب والإرهاق من دون سبب، فيما يرى البعض الآخر من العينة والمقدرة ب 26% أنهم أحيانا يشعرون بتعب وإرهاق، أما ما تبقى من مجمل النسبة 11% فيرون فعلا أنهم يشعرون بتعب وإرهاق دون سبب.

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 8.316 وهي أكبر من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

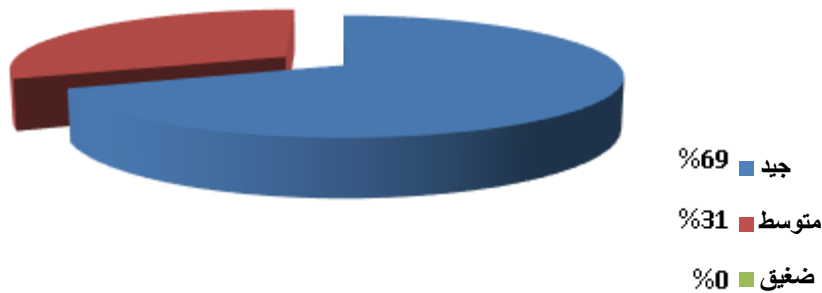
من خلال النتائج المحصل عليها تبين أن نسبة كبيرة من الأساتذة المستجوبين لا تعاني أو تشعر بتعب من دون سبب، وهذا راجع لطبيعة الأستاذ ومدى تركيزه على عمله وكذا تقيده ببرنامج مسطر سالفًا يساعد على منح الأستاذ أكثر حرية وحيوية وثقة في النفس وبالتالي التطلع لما هو أفضل دائما والسير بخطى ثابتة نحو النجاح.

لكن هذا لا يخفي وجود نسبة معينة من الأساتذة تعاني من مشكل الإرهاق والتعب، ربما بسبب خلل في التنسيق في العمل وعدم توفر ظروف صحية ونفسية ملائمة من شأنها أن تعيق الأستاذ في أدائه، وبالتالي حدوث ما لم يكن في

-السؤال رقم (8): كيف ترى مستواك الصحي بشكل عام؟

-الجدول رقم (8): يبين لنا رؤية الأساتذة لمستواهم الصحي بشكل عام.

التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
جيد	69%	2.579	1	.108	3.841
متوسط	31%				
ضعيف	0%				
المجموع	100%				



-الشكل رقم (8): يمثل نسبة رؤية الأساتذة لمستواهم الصحي بشكل عام.

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن النصف الأكبر من الأساتذة المستجوبون و التي بلغت نسبتهم 69% يرون مستواهم الصحي جيد بشكل عام، أما نسبة 31% من الأساتذة فيرون أن مستواهم الصحي بشكل عام على انه متوسط، فيما لا يوجد من الأساتذة المستجوبون أن مستواهم الصحي بشكل عام ضعيف.

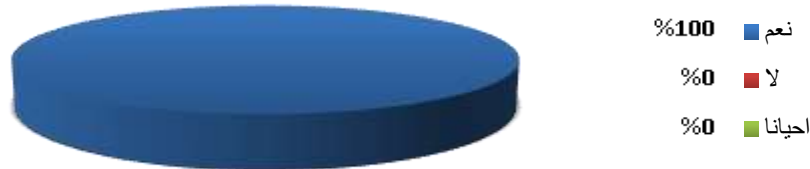
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته 2.579 وهي أكبر من قيمة كا الجدولة 3.841 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

من خلال النتائج المدونة استنتج أن جل أساتذة التربية البدنية والرياضية يرون أن مستواهم الصحي جيد بشكل عام، وهذا راجع لظروف الصحية والنفسية الجيدة التي يمر بها الأستاذ طيلة فترة أو مرحلة عمله من خلال النشاط والحركة المستمرة خاصة مع التلاميذ وهذا ما يضيفي على حصة التربية البدنية والرياضة جو من الحيوية والنشاط يعود بالفائدة على صحته وصحة تلاميذه، وهذا ما يعطي صورة جيد للجسم الصحي المتكامل، وفي المقابل هناك من يرى أن مستواه الصحي متوسط بشكل عام وربما يرجع ذلك لعدم تطبيق الأستاذ لمبدأ العقل السليم في الجسم السليم أي لا تخلو حصته من بعض الخمول و اللامحيوية وهنا يتجلى الفرق في النسب المذكورة أعلاه في الجدول .

-السؤال رقم (9): هل مستواك الصحي يساعدك في أدائك المهني بشكل مريح ؟

-الجدول رقم(9) :يبين إجابات الأساتذة حول هل المستوى الصحي يساعد في الأداء المهني بشكل مريح

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
نعم	19	100%				
لا	0	0%				
أحيانا	0	0%				
المجموع	19	100%				



-الشكل رقم (9): يمثل نسبة مساعدة المستوى الصحي للأستاذ في الأداء المهني بشكل مريح.

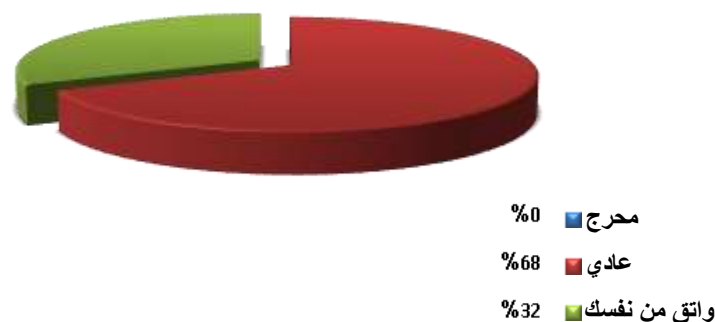
من خلال الجدول يتضح أن إجابات الأساتذة حول السؤال رقم 9 كانت 100% نعم، فكل أساتذة العينة المدروسة والمقدرة بـ 19 أستاذ كلهم يرون أن مستواهم الصحي يساعدهم في أداءهم المهني بشكل مريح، ومنه نستنتج أن الثقة العالية لأستاذ التربية البدنية والرياضة في نفسه وفي صحته تجعل منه الأستاذ المتمتع بالحالة الصحية الجيدة، وهذا ما ينعكس على أداءه المهني المريح من جهة، ومن جهة أخرى يصبح الأستاذ المتمتع بالجانب الصحي الجيد أكثر إبداعاً من غيره في نفس الميدان، سواء كان ذلك في عمله كمهنة أو في شخصيته كحالة، وهذا ما ترجمته إجابات الأساتذة حول المستوى الصحي وأهميته في الأداء المهني .

المحور الثاني: إن الحالة النفسية مهمة في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية والرياضية.

-السؤال (10): ما هو شعورك عند مقابلتك للتلاميذ لأول مرة؟

-الجدول رقم (10): يمثل إجابات لأساتذة حول مقابلتهم للتلاميذ لأول مرة.

مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا المحسوبة	النسبة	التكرار	كا المجدولة
.108	1	2.579	0%	0	محرج
			68%	13	عادي
			32%	6	واتق من نفسك
			100%	19	المجموع
3.841					



-الشكل رقم (10): يمثل نسبة الحالة التي يكون فيها الأستاذ عند مقابلة التلاميذ لأول مرة.

من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن 68 % من مجموعة أفراد العينة كانت إجاباتهم ب عادي عند مقابلتهم التلاميذ لأول مرة، أما نسبة 32% من الأساتذة يرون أنهم واثقون في أنفسهم عند مقابلتهم التلاميذ لأول مرة. وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته 2.579 وهي أقل من قيمة كا المجدولة 3.841 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

أما في وجهة نظرنا نستنتج أن الأستاذ الناجح في عمله هو الذي تتوفر فيه مجموعة من الصفات كالثقة في النفس، توفر الرغبة و الدافعية في العمل، التحلي بالصبر و اتخاذ القرارات في الوقت المناسب. توفر هذه الصفات في الأستاذ ترفع ثقته بنفسه أمام التلاميذ عند مقابلتهم لأول مرة، أما غياب تلك الصفات تجعله معرض للخجل أمام تلاميذه وبالتالي تنقص مردود في عمله.

– السؤال (11): هل تعاني من مشكل الارتباك؟

–الجدول رقم: (11) يمثل إجابات الأساتذة حول مشكل الارتباك.

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا المجدولة
نعم	0	0%				
لا	19	100%				
أحيانا	0	0%				
المجموع	19	100 %				



نعم 0%
لا 100%
أحيانا 0%

–الشكل رقم (11): يمثل نسبة مشكل الارتباك عند أساتذة التربية البدنية والرياضية.

نستنتج من خلال الجدول التالي أن 100% من العينة المدروسة لا تعاني من مشكل الارتباك. من خلال قراءتنا للجدول نلاحظ أن النسبة الأكبر للأساتذة لا تعاني من مشكل الارتباك و ذلك يختلف حسب كل أستاذ، فالأستاذ الواثق في نفسه و المسيطر على عمله لا يعاني من هذا المشكل، بينما الأستاذ الذي لا يضع ثقته في نفسه فهو فعلا يشك في ما يعمل و بالتالي يكون عمله ناقص هذا ما يجعل الأستاذ مرتبك في أي عمل يقوم به .

– السؤال (12): الزيارات المفاجئة لمفتش التربية تسبب لدي القلق ؟

–الجدول رقم (12) : يمثل إجابات الأساتذة حول نسبة القلق عند زيارة المفتش .

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا المجدولة
نعم	0	0%	1.316	1	.251	3.841
لا	12	63%				
أحيانا	7	37%				
المجموع	19	100%				



■ نعم 0%
 ■ لا 63%
 ■ أحيانا 37%

–الشكل رقم (12) يمثل لنا نسبة القلق عند الأساتذة من زيارة المفتش.

من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن 63 % من الأساتذة المستجوبين يؤكدون أن زيارات المفتش لا تسبب لهم القلق، أما نسبة 37 % أجابوا بان الزيارات لمفتش التربية أحيانا تسبب لهم القلق.

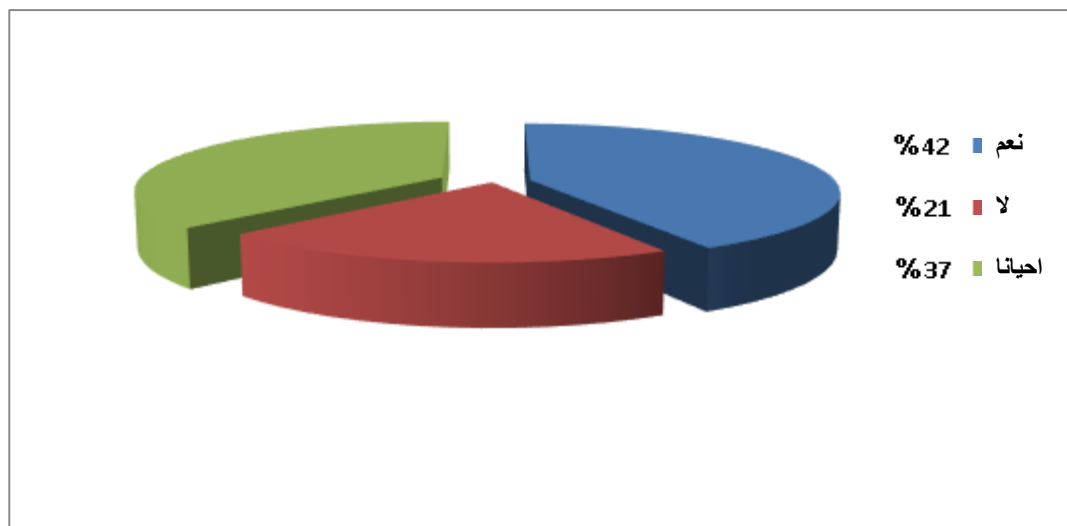
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته **1.316** وهي أقل من قيمة كا الجدولة 3.841 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

إن الزيارات المتكررة لمفتش التربية في نظرنا تجعل الأستاذ واثق في نفسه ومستعد إلى أي زيارة مفاجئة له. فالأستاذ المخلص و المنظم لعمله و الوثائق في نفسه حتما لا يزعجه زيارة المفتش له ، أما الأستاذ المقصر و المهمل لعمله سينزعج من زيارة المفتش له و هذا ما يسبب له القلق و التوتر خوفا على مكانته المهنية.

-السؤال (13): هل تؤثر الحالة النفسية على مردودك المهني ؟

-الجدول رقم (13): يبين إجابات الأساتذة حول تأثير الحالة النفسية على الأداء المهني .

كا الجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا المحسوبة	النسبة	التكرار	
5.991	.504	2	1.368	42%	8	نعم
				21%	4	لا
				37%	7	أحيانا
				100%	25	المجموع



-الشكل رقم(13): يمثل نسبة تأثير الحالة النفسية على الأداء المهني للأستاذ.

من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن 42 % من الأساتذة أكدوا على تأثير الحالة النفسية على الأداء المهني ،أما بنسبة 21 % يؤكدون عكس ذلك ،بينما النسبة المتبقية وهي 37% من الأساتذة المستجوبون أجابوا لنا بأحيانا.

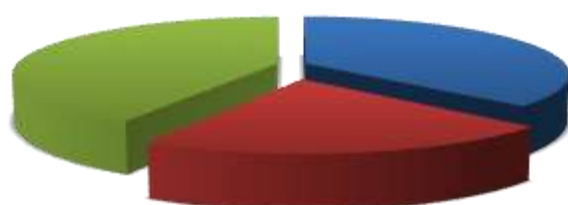
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 1.368 وهي أقل من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

في نظرنا أن الأستاذ الذي يتميز بحالة نفسية جيدة يكون له دافع قوي في العمل و الاستمرار و التالي لا يتأثر في مجال التربية البدنية و الرياضية فالعامل النفسي يعتبر من بين اهم العوامل الأساسية في ممارسة المهنة، أما الأستاذ الذي يشكو من حالته النفسية سوف يؤثر ذلك على عمله بحيث لا يبذل جهدا أكبر في عمله اذ تغيب الرغبة والدافعية وبالتالي الإحباط و نقص في المردود المهني .

-السؤال رقم (14) : في رأيك ما هي أهم العوامل التي تؤثر على الأداء المهني ؟

- الجدول رقم (14) يوضح إجابات الأساتذة حول اهم العوامل التي تؤثر على الأداء المهني .

التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
7	37%	1.368	2	.504	5.991
4	21%				
8	11%				
19	100%				
الحالة الصحية					
الحالة النفسية					
اكتظاظ الفصول					
المجموع					



الظروف النفسية 21%
الحالة الصحية 37%
اكتظاظ الفصول 42%

- الشكل رقم (14) : يمثل نسبة أهم العوامل التي تؤثر على الأداء المهني للأستاذ.

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن 37% من الأساتذة المستجوبون يؤكدون أن الحالة الصحية تؤثر على الأداء المهني و أما 21% أجابوا بأن الحالة النفسية تشكل عائق كبير في الأداء المهني، أما النسبة المتبقية من العينة والتي اتخذت الحيز الأكبر بنسبة 42% كانت إجاباتهم باكتظاظ الفصول ومدى تأثيرها على الأداء المهني .

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 1.368 وهي أكبر من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

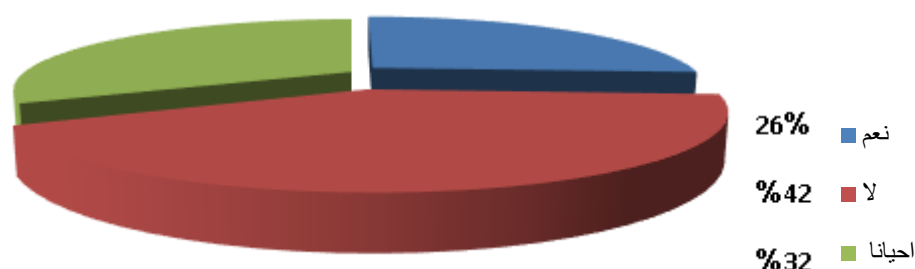
نلاحظ أن النسبة الأولى و الثانية متقاربتان لأنهم يعدان من بين أهم العوامل التي تؤثر على الأداء المهني، فإذا كانت الحالة الصحية و النفسية للأستاذ مستقرة كان هناك تطور و تقدم في أدائه المهني، أما إذا كانت تسير عكس ذلك فحتماً سوف تؤثر على المردود المهني حيث تنقص الرغبة و يصبح الأستاذ مهملاً لعمله .

أما مجال اكتظاظ الفصول فقد شكل مفاجئة من خلال إجابات الأساتذة والتي كانت مفاجئة جداً، من خلال إعطاء إجابات قدرت نسبتها 42% مقارنة بطبيعة الدراسة التي تتمحور حول الصحة النفسية، وبالتالي معظم الأساتذة يعانون من جانب اكتظاظ الفصول، هذا الأخير يجبر الأستاذ على الفشل في القيام بعمله بشكل سي

-السؤال رقم (15) أصاب بالقلق والتوتر لعدم مناسبة حجم المادة بالزمن المحدد لها ؟

-الجدول رقم (15) بين إجابات الأساتذة حول عدم مناسبة حجم المادة الدراسية بالزمن المحدد لها.

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
نعم	5	26%	0.737	2	0.692	5.991
لا	8	42%				
أحيانا	6	32%				
المجموع	19	100%				



-الشكل رقم (15): يمثل نسبة القلق و التوتر عند الأساتذة حول عدم مناسبة حجم المادة الدراسية بالزمن المحدد لها.

من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن آراء الأساتذة متفاوتة فنسبة 26% كانت إجاباتهم بنعم حيث أن عدم مناسبة حجم المادة الدراسية بالزمن المحدد لها يسبب لديهم القلق و التوتر في العمل أما نسبة 42% و هي النسبة الأكبر

أجابوا لنا بلا، وكان جواب النسبة المتبقية من العينة ب أحيانا وهي 32% حيث عدم مناسبة حجم المادة الدراسية بالزمن المحدد لها لا يسبب لديهم القلق و التوتر.

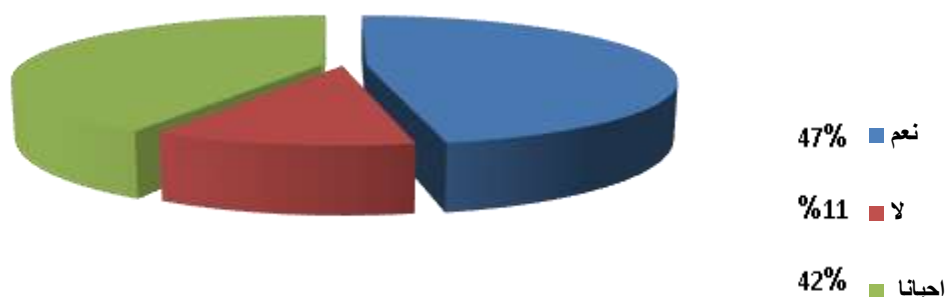
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته **0.737** وهي أقل من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

وفي نظرنا نلاحظ أن النسبة الأولى و الثالثة متقاربة و هذا راجع إلى و جود قلق و توتر من طرف الأساتذة من عدم مناسبة حجم المادة الدراسية بالزمن المحدد لها في حصة التربية البدنية و الرياضية، وعلى الرغم من أن النسبة الأكبر كانت أحيانا إلا أن ذلك يخفي توتر وقلق الأستاذ اتجاه عمله ، بحيث لا يستطيع الأستاذ تطبيق كل مواقف التعليمية في الحصة لقلة الوقت وبالتالي تكون له صعوبة في تحقيق الأهداف التعليمية و عدم تحقيق النتائج المرجوة أثناء الحصة.

-السؤال رقم: (16): يضايقني التلاميذ غير المتعاونين في حصة التربية البدنية والرياضية؟

- الجدول رقم: (16) يبين إجابات الأساتذة حول تضايقهم من التلاميذ الغير متعاونين في حصة التربية البدنية والرياضية.

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
نعم	9	47%	4.526	2	.104	5.991
لا	2	11%				
أحيانا	8	42%				
المجموع	19	100%				



-الشكل رقم (7) يمثل نسبة تضايق الأساتذة من التلاميذ الغير متعاونين في حصة التربية البدنية والرياضية.

من خلال نتائج الجدول نلاحظ أن نسبة 47 % من الأساتذة المستجوبون أكدوا على انزعاجهم من التلاميذ الغير المتعاونين في الحصة، كما أجاب البعض الآخر أحيانا وكانت النسبة تقدر ب 42 %، بينما النسبة المتبقية من العينة ال مدروسة 11% صرحوا لنا بعدم انزعاجهم من التلاميذ الغير المتعاونين.

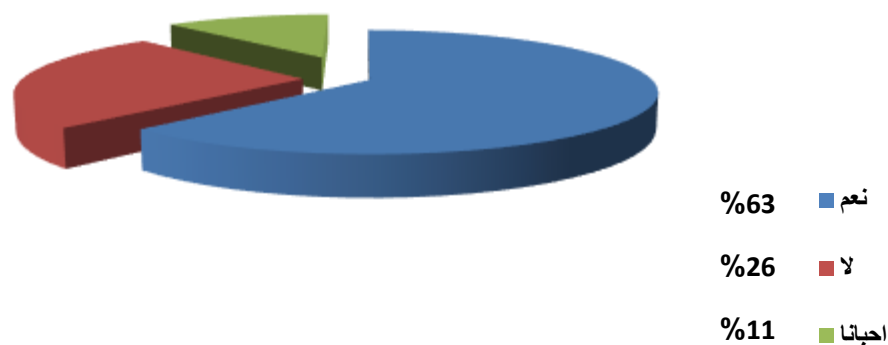
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 4.526 وهي أقل من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

أما استنتاج من خلال معطيات الجدول أن هناك نقارب بين النسبتين الأولى والثالثة لكن كلاهما يظهران لنا أن معظم الأساتذة ينزعجون ويتضايقون من التلاميذ الغير متعاونين أثناء الحصة، مما يصعب على الأستاذ منح كل ما لديه من معلومات وإمكانيات، بالإضافة لعدم تحقيق الأهداف المرجوة في الحصة وعلى الأستاذ هنا اتخاذ القرار الصارم والصائب و التحكم في الوضعية و مواصلة عمله.

-السؤال رقم(17) : نقص معامل المادة يؤثر في أدائك المهني مقارنة بمجهوداتك ؟

-الجدول رقم (17) : يمثل إجابات الأساتذة حول نقص معامل المادة وتأثيره في الأداء المهني.

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا الجدولة
نعم	12	63%	8.316	2	.016	5.991
لا	5	26%				
أحيانا	2	11%				
المجموع	19	100%				



-الشكل رقم(17): يمثل نسبة تأثر الأساتذة بنقص معامل المادة في أدائهم المهني.

من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن النصف الأكبر من الأساتذة 63% يرون أن نقص معامل التربية البدنية والرياضية يؤثر على أدائهم المهني، في ضل مجهوداتهم المبذولة. و رأى البعض الآخر من الأساتذة و بنسبة 26% أن هذا الأخير لا يؤثر عليهم في الأداء المهني، أما نسبة 11% من العينة المتبقية أجابوا أحيانا .

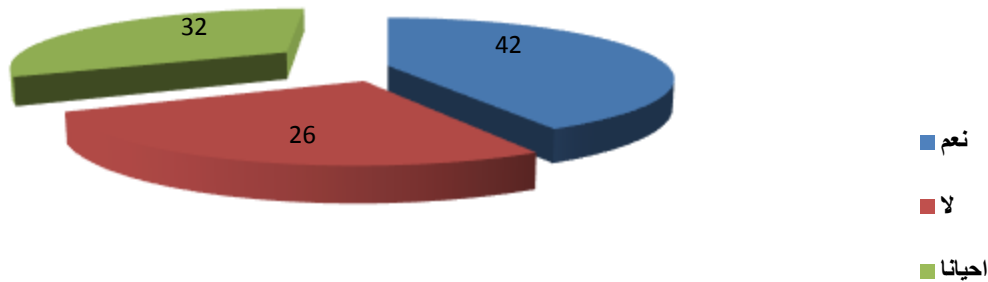
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته 8.316 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

في نظرنا أن معظم الأساتذة المستجوبون تأثروا من نقص معامل التربية البدنية و الرياضية في أدائهم المهني خاصة من ناحية المجهود المبذول من طرف الأستاذ وهذا يظهر في إهمال المادة من طرف التلميذ فهي لا تؤثر عليه في مجاله الدراسي حتى إذا لم يحصل على علامة جيدة في المادة إذ يعوض نقصها بمادة أخرى لها معامل أكبر، فبعدما كانت التربية البدنية محطة تكوين الفرد من الناحية الجسمية و العقلية تصبح محطة إهمال من طرف التلاميذ وهذا ما يؤثر على الأستاذ في أدائه المهني حيث تنقص الدافعية و الرغبة في الاستمرار.

-السؤال رقم (18): هل نقص الوسائل يؤدي بك للإحباط في العمل ؟

-الجدول رقم (18) : يمثل إجابات الأساتذة حول قلة الوسائل في المؤسسة التربوية.

نعم	التكرار	النسبة	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا المجدولة
نعم	8	42%	0.737	2	0.692	5.991
لا	5	26%				
أحيانا	6	32%				
المجموع	19	100%				



الشكل رقم (18) يمثل الإحباط في العمل من طرف الأستاذ بسبب نقص الوسائل في المؤسسة.

من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن نسبة 42% من الأساتذة يؤكدون أن نقص وقلة الوسائل في المؤسسة يؤدي بهم إلى الإحباط في العمل، أما نسبة 26 % فأفهم يرون عكس ذلك بينما النسبة المتبقية من العينة المدروسة 32% أجابوا لنا أحياناً.

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته **0.737** وهي أقل من قيمة كا الجدولة 5.991 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

في نظرنا أن كثرة الوسائل التعليمية في المؤسسة تسهل على الأستاذ العملية التعليمية و ذلك من خلال تسطير البرامج التعليمية وتحقيق الأهداف المرجوة ، أن للوسائل التعليمية لها دوراً مهماً وفاعلاً في توصيل المادة التعليمية إلى المتعلمين، كما أن للجانب النفسي الذي تؤديه أهمية كبيرة في خلق الدوافع وإيجاد الرغبة في العمل وصولاً إلى تحقيق الأهداف، كما أن استخدام الوسائل التعليمية المختلفة في العملية التعليمية يجعل عملية التعلم الحركي أكثر فعالية وإيجابية، حيث يصبح المتعلم مسئولاً ومشاركاً وإيجابياً على نحو كبير، بعد أن كان مستقبلاً ومقلداً، وأن هذه الوسائل و الأجهزة لا تلغي دور المدرس في العملية التعليمية ولا تكون بديلاً عنه، وإنما تعمل على خلق حالة من الامتزاج بين ما هو مستجد في الدروس العملية التي تمنح الطالب فرصة إضافية لتعلم المهارات وتدفعه إلى التدريب والعمل بجد وخلق جو من الحب و الألفة داخل حصة التربية البدنية والرياضية ،وهذا ما يعود بالفائدة على الجميع.

2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

1-2- المحور الأول: الحالة الصحية:

افترضنا في الفرضية الأولى أن الحالة الصحية مهمة في الأداء المهني للأستاذ التربية البدنية و الرياضية، وقد اثبتت نتائج استمارة الاستبيان صدق الفرضية في جميع أسئلة المحور على غرار التفاوت الحاصل من خلال نتائج المذكورة ، حيث حقق السؤال الأول اعلي نسبة ب78% من الأساتذة المستجوبون أكدوا لنا أن المشكلات الصحية تؤدي إلى تدني المستوى المهني للأستاذ ، كذلك يرى ما نسبته 69% من الأساتذة في السؤال الثالث أنهم يتأثرون بالإصابات المفاجئة (كالحمل والزكام) في أداء عملهم ، ويرى 78% من الأساتذة في السؤال السادس أن ظروفهم الصحية مقبولة داخل وخارج العمل ، أما في السؤال الثامن فيرى 69% من الأساتذة أن مستواهم الصحي جيد بشكل عام أما بالنسبة لسؤال التاسع قد ساعد في تحقق الفرض إلى ابعد حد وذلك من خلال إجابات الأساتذة لهذا السؤال ، إذ يرى 100% من الأساتذة المستوى الصحي يساعد عل الأداء المهني بشكل مريح ، ومنه نخلص إلى انه كلما كانت حالة الأستاذ الصحية جيدة كلما كان أدائه المهني راقى ومتطور وكانت هناك جودة وإبداع في العمل ، والعكس صحيح كلما تأثر الجانب الصحي للأستاذ كلما انعكس ذلك على المردود و أدائه المهني ، إذا من خلال النتائج المتوصل إليها يمكن القول إن الفرضية الأولى قد تحققت.

1-2- المحور الثاني: الحالة النفسية:

افترضنا في الفرضية الثانية: أن الحالة النفسية مهمة في الأداء المهني لأستاذ التربية البدنية و الرياضية ، وقد أثبتت لنا نتائج الاستمارة صدق هذه الفرضية من خلال أسئلة المحور الثاني ، إذ يرى 68% من الأساتذة المستجوبون في السؤال الأول أن شعورهم عادي عند مقابلة التلاميذ أول مرة ، كما يرى 63% من الأساتذة أن الزيارات المفاجئة للمفتش لا تسبب لهم القلق ، وير كذلك 42% من الأساتذة أنهم يتأثرون بالحالة النفسية في المردود المهني وهذا ما ينعكس سلبي على أدائهم ، وترى نسبة لا بأس بها من الأساتذة والمقدرة ب63% أنهم يتأثرون نفسيا من معامل المادة مقارنة بالمجهودات المبذولة ، إذ اخبرني بعض الأساتذة في هذا الصدد انه تم رفع الأمر للهيئة الوصية بغية تغير معامل المادة وهذا ما يعكس رغبة الأستاذ في تحقيق الوثبة النفسية من خلال المجهود المقدم مقارنة بمعامل المادة ، كما لا يفوتني ذكر ما لنقص الوسائل من تأثير في أداء الأستاذ ، إذ يرى 42% من الأساتذة إن هذا الأمر يسبب لهم الإحباط إذا من خلال النتائج المتوصل إليها يمكن القول أن الفرضية الثانية قد تحققت.

الفصل الخامس

الاستنتاجات والاقتراحات

1- الاستنتاجات:

من خلال فحص نتائج الاستبيان الذي تم توزيعه على أساتذة التربية البدنية والرياضية في ولاية "سطيف" تم التوصل إلى بعض الحقائق التي كنا نصبو إليها من خلال الفرضيات التي أصغيت فتوصلنا إلى ما يلي:

أن الحالة الصحية مهمة في الأداء المهني لأستاذ التربية البدنية والرياضية خاصة في الطور الثانوي، كما وجدنا أن الحالة الصحية بصفة عامة مهمة أثناء ممارسة الأستاذ لمهنته، و استنتجنا أن الأستاذ التي يتميز بحالة صحية جيدة يكون أدائه في ميدان العمل جيد، عكس الأستاذ الذي يشكو من الجانب الصحي سوف يؤثر ذلك عليه في أدائه لمهنته، بحيث لا يستطيع استعمال كل طاقته في العمل خوفا على تدهور حالته الصحية وبالتالي يكون اختيار في أداء الأستاذ وفي سير الحطة المضبوطة سالفًا.

تطرقنا في بحثنا هذا إلى أن الحالة النفسية مهمة في الأداء الوظيفي للأستاذ التربية البدنية والرياضية، حيث كلما كانت حالة الأستاذ النفسية جيدة كلما كان أداء الأستاذ راقى ومنظم، إذ لا بد من توفير الجو المناسب للأساتذ سواء كان ذلك ماديا أو معنويا أو بيداغوجيا، ولكي يكون هناك جو ملائم لتطبيق الحطة التعليمية المسطرة، وتحقيق الغاية المنشودة وجب وضع الأستاذ في جو نفسي مريح لمساعدته في أدائه المهني و هذا ما تجلّى من خلال نتائج الدراسة .

وأما فيما يخص الفرضية العامة التي صغناها والتي تتمحور حول أهمية الحالة الصحية والنفسية في الأداء الوظيفي لاساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي، فقد تحققت إلى حد بعيد من خلال النتائج المتوصل إليها من خلال هذا العمل كما نأمل لأن يكون هذا العمل امتداد لمواصلة أعمال أخرى مستقبلا حول الصحة النفسية .

2- الإقتراحات:

بعد الاطلاع على أهم الحالات الصحية والنفسية المهمة في أداء الأستاذ أثناء تفعيل حصة التربية البدنية والرياضية، والتي تحول دون وصوله إلى تحقيق أهداف التربية البدنية الرياضية في المؤسسات التربوية الطور الثانوي بالتحديد، تم الخروج باقتراحات وبعض الفرضيات المستقبلية التي تسمح لنا بترك مجال البحث مفتوح في هذه المواضيع الهامة، والتي ندرجها فيما يلي:

-نقترح أن يكون هذا العمل الذي أعدناه نموذجاً يمكن الاعتماد عليه في الدراسات العلمية وفي تقييم مستوي الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

-يجب تفهم طبيعة المهنة من طرف المجتمع وأساتذة المواد الأخرى وتقديم يد العون لأستاذ التربية البدنية والرياضية من خلال تشجيعهم له واحترام مهنته وتقدير أبعادها بالنسبة للتلاميذ

-يجب توفير متطلبات الحياة لأستاذ التربية البدنية والرياضية وحمايته من جميع المشاكل التي تواجهه في المجتمع وداخل الثانوية سواء كانت صحية أو نفسية أو غير ذلك.

-يجب توفير متطلبات الحياة لأستاذ التربية البدنية والرياضية وحمايته من جميع الضغوطات النفسية داخل المؤسسات التربوية وفي المجتمع.

- على الأستاذ أن يعطي الصورة الحسنة لشخصه وفرض نفسه ومكانته، ومعرفة الدور الرئيسي والفعل الذي يلعبه في المجتمع، حيث يعتبر البذرة الطيبة والقُدوة الحسنة لهذا المجتمع.

-يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية ربط العلاقات حسنة مع مدرسي المواد الأخرى لأن هذا يساعده على التفتح على مجالات علمية أخرى للإفادة والاستفادة الجماعية.

- توفير كل ظروف الراحة لاكتساب الأستاذ الصحة النفسية اللازمة حتى يساهم ذلك في تطوير كفاءاته.

- تحسين الوضعية الصحية والنفسية الملائمة للأستاذ حتى يركز على عمله فقط دون التفكير في أمور أخرى من شأنها أن تحول والخطة التعليمية المسطرة.

- إدراج هذا العمل وغيره من الأعمال الخاصة بالصحة النفسية في غرفة المصادر لتطلع عليها جميع المستويات، لمعالجة الخلل الوجود على مستوى الصحة النفسية للطلبة والتلاميذ للحد من تفاقم الحالة.

• قائمة المصادر والمراجع:

✓ قائمة المصادر:

-القران الكريم

- الحديث النبوي الشريف

- قائمة المراجع:

• المراجع:

- أبو هين، مبادئ الصحة النفسية دار الحكمة ط 1 القاهرة، مصر، 1997.

-أبو إسحاق وأبو النحيلة، محاضرات في الصحة النفسية، الجامعة الإسلامية، غزة فلسطين، 1997.

- ابو مروان والصفدي، مدخل الى الصحة النفسية، ط1 دار المسيرة، عمان، الأردن 2001.

-احمد بوسكرة، مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي، دار الخلدونية الجزائر للنشر والتوزيع، دون طبعة، 2005.

-أمين أنور، أصول التربية البدنية والرياضية المدخل التاريخ الفلسفة، القاهرة دار الفكر العربي، ط3، 2001.

-امين لحولي، التربية البدنية في الطور الثانوي، بيت الحكمة للنشر والتوزيع، الإسكندرية، ط1، 1990.

-ابو هين الصحة النفسية، دراسة للصحة النفسية في فلسطين غزة 1997.

- إبراهيم محمد المحا سنة، الصحة والرياضة، دار الرشاد للنشر والتوزيع، ط2، عمان، 2006.

- الحسين، أسس ومبادئ في الصحة النفسية، دار الوفاء الدنيا الطباعة والنشر، ط1، 2002.

- المطيري، الصحة والنشاط الرياضي، دار المسيرة، عمان، ط1، الأردن 2005.

- الحسين، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، عمان، 2004.

- السيد محمد علي مناهج التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق دار الفرقان، الطبعة الأولى، الإسكندرية، مصر 1990.

- عمر سيد خليل، استخدام التدريس المصغر في تنمية بعض الكفاءات التدريسية، أسبوط مصر، العدد 6 1990

- عبد المليك مزهود، تعليم التربية البدنية الرياضية، الأردن، دار جرير للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى الأردن، 2006.

- عبد الباربي ابراهيم درة علوم التربية، جامعة السيوط ، ط1 ، مصر 2005.

-عبد المجيد الشاعر، عروبة المرسى وآخرون: الصحة والسلامة العامة، الطبعة العربية الأولى، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان 2005.

- نجاتي، الصحة والغذاء دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 2002.

-حسن أحمد الشافعي، إبراهيم ع المقصود: الموسوعة العلمية للرياضية، دار الوفاء الدنيا للنشر، ط 1، 2004.

- رضوان احمد، العلوم الصحية، دار الوفاء لدنيا للطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر. 2007.

-رابع تركي: أصول التربية والتعليم، بيت الحكمة للنشر والتوزيع، ط1، 1990.

-حسن معوض، حسن شلتون، الرياضة التربوية، منشأة المعارف، ط1، القاهرة، مصر، 1996.

- موقع منظمة الصحة العالمي: 2007.

-محمد العربي ولد خليفة، المهام الحضارية للمدرسة والجامعة الجزائرية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، الجزائر، 1989.

- محمد خليفة بركات المرشد الرياضي التربوي، المنشأة العامة للنشر والتوزيع والإعلان الطبعة الأولى طرابلس 1995.

- محمود الخولدة، أصول التربية، كلية التربية الرياضية، جامعة السيوط، مصر، 2003.

- محمد السباعي، البحث العلمي، ط1، دار وائل، عمان 1985.

- محمود الخولدة، الإنسان والمجتمع، د.ط الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث، مصر 2003.

- ميخائيل إبراهيم سعد، تاج العروس من جواهر القاموس، مكتبة الحياة، بيروت، 1977.

- محمود عوض بسيوني، د. فيصل ياسين الشطي، مبادئ في التربية البدنية، دار منشآت المعارف، القاهرة، مصر، 1997.

- معوض حسن السيد، مناهج التربية أسسها وتطبيقاتها، مصدر دار الفكر العربي الطبعة الأولى، مصر، 1967.

- هلال محمد عبد الغني حسن، مهارات إدارة الأداء مركز تطوير الأداء والتنمية القاهرة، ط1، 1996.

- سري، مقومات الصحة، دار جرير للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى الإسكندرية، مصر، 2000.

- سري، التربية الصحية مبادئ وأفاق منشأة المعارف للنشر والتوزيع الإسكندرية، ط1، مصر 2000.

-فوزي، مبادئ في الصحة العامة، دار اليا زور للنشر، الطبعة الأولى، الأردن، 2005.

- فهمي، الصحة واللياقة البدنية، جامعة الملك سعود، كلية التربية البدنية والرياضية، السعودية، 1995.

- زهران، الصحة النفسية والعلاج النفسي، دار الرجاء للطباعة والنشر، الإسكندرية، مصر، 1997.

- زينب علي عمر، تاريخ الصحة النفسية، دار القلم العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، مصر، 2008.
- صلاح الدين شروخ، علم الاجتماع التربوي، الجزائر دار العلوم للنشر والتوزيع. ط2003.
- صالح عبد العزيز، نظريات وطرق التربية الرياضية، الطبعة الثانية، الجزائر، 1984.
- صالح عبد العزيز، طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف للنشر والتوزيع الإسكندرية مصر، 1984.

الملاحف

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة المسيلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم المكييف الرياضي والصحة

استمارة إستبيان

السادة الأساتذة الكرام تحية رياضية طيبة:

في إطار انجاز المذكرة المكملة لنيل شهادة الماستر في التربية البدنية والرياضية

تحت عنوان:

الصحية النفسية وأهميتها للأداء الوظيفي للأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوية

(دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية سطيف).

الرجاء مساعدتي في إنجاح هذه الدراسة وذلك بمساهمتكم في إنجاز عملي بنجاح بصفتكم الأساتذة المؤهلين في ميدان التربية البدنية والرياضية ، فأرجو منكم الإجابة على الأسئلة الآتية بوضع علامة x أمام العبارة المناسبة.

أساتذتي الأفاضل إجاباتكم تستخدم لغرض علمي لا غير ، لكم مني أسمى عبارات العرفان والتقدير .

➤ الجانب الصحي :

➤ س1: هل مشكلات الصحة تؤدي إلى تدني مستواك المهني؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحياناً

➤ س2: هل تعاني من إصابات أثناء القيام بعملك ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحياناً

➤ س3: هل تؤثر عليك الإصابات المفاجئة (الحمى ، الزكام) على أداء عملك ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحياناً

➤ س4: هل تعاني من إصابات قديمة تعيقك في أداء عملك ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحياناً

➤ س5: أجد نفسي مشغول البال من مرض لا يرجى شفاؤه ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحياناً

➤ س6: كيف ترى ظروفك الصحية داخل وخارج عملك ؟

☐ قوية ☐ مقبولة ☐ ضعيفة

➤ س7: أشعر بتعب والإرهاق بدون سبب ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحياناً

➤ س8: كيف ترى مستواك الصحي بشكل عام؟

☐ جيد ☐ متوسط ☐ ضعيف

➤ س9: هل مستواك الصحي يساعدك في أداءك المهني بشكل مريح ؟

☐ نعم ☐ لا ☐ أحياناً

➤ الجانب النفسي:

➤ س10: ماهو شعورك عند مقابلتك للتلاميذ اول مرة ؟

مخرج ☐ نادي ☐ اثق من نفسي ☐

➤ س11: هل تعاني من مشكل الارتباك؟

نعم ☐ لا ☐ أحياننا ☐

➤ س12: الزيارات المفاجئة للمفتش تسبب لي القلق والارتباك؟

نعم ☐ لا ☐ أحياننا ☐

➤ س13: هل تؤثر حالتك النفسية على مدودك المهني؟

نعم ☐ لا ☐ أحياننا ☐

➤ س14: في رأيك ماهي أهم العوامل التي تؤثر على الأداء المهني؟

صحية ☐ نفسية ☐ اكتضاض الفصول ☐

➤ س15: أصاب بالقلق و التوتر لعدم مناسبة حجم المادة بالزمن المحدد لها ؟

نعم ☐ لا ☐ أحياننا ☐

➤ س16: يضايقني التلاميذ الغير متعاونين في حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم ☐ لا ☐ أحياننا ☐

➤ س17: نقص معامل المادة يؤثر على أدائك المهني مقارنة بمجهوداتك ؟

نعم ☐ لا ☐ أحياننا ☐

➤ س18: هل نقص الوسائل يؤدي بك للإحباط في العمل؟

نعم ☐ لا ☐ أحياننا ☐

تم بحمد الله

الملخص:

عنوان الدراسة: الصحة النفسية وأهميتها في الأداء الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

هدف الدراسة : هل للصحة النفسية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي؟

الفرضية العامة: للصحة النفسية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي.

الفرضية الجزئية:

● للحالة الصحية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي.

● للحالة النفسية أهمية في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي.

العينة: تمثلت أفراد العينة المدروسة في 19 أستاذ وأستاذة من أصل العدد الإجمالي للأساتذة المتمثل في 100 استاذ وأستاذة في الطور الثانوي لولاية سطيف.

المجال المكاني: تم إجراء الدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لولاية سطيف.

المجال الزمني : تم انجاز البحث في الفترة الممتدة من بداية شهر ديسمبر 2016 إلى غاية شهر ماي 2017.

المنهج المستخدم: تم الاعتماد على المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة: استمارة استبيان، وقد تم تقسيم الاستبيان إلى محورين يحتوي على 18 سؤال.

نتائج الدراسة: أن الحالة الصحية مهمة في الأداء المهني لأستاذ التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي، كما وجدنا أن الحالة الصحية بصفة عامة مهمة أثناء ممارسة الأستاذ لمهنته ،واستنتجنا أن الأستاذ التي يتميز بحالة صحية جيدة يكون أدائه في ميدان العمل جيد.

كما تطرقنا في بحثنا هذا إلى أن الحالة النفسية مهمة في الأداء الوظيفي للأستاذ التربية البدنية والرياضية، حيث كلما كانت حالة الأستاذ النفسية جيدة كلما كان أداء الأستاذ راقى ومنظم، إذ لا بد من توفير الجو المناسب للأستاذ، ولتحقيق الغاية المنشودة وجب وضع الأستاذ في جو نفسي مريح لمساعدته في أدائه المهني و هذا ما تجلّى من خلال نتائج الدراسة.

اقتراحات:

➤ نقترح أن يكون هذا العمل الذي أعدناه نموذجاً يمكن الاعتماد عليه في الدراسات العلمية وفي تقييم مستوي الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية خاصة في الطور الثانوي.

➤ ترسيخ المبادئ والمعارف والتقنيات الأساسية الخاصة بالمادة (الصحة النفسية) وتكوين ما يعرف بالأستاذ الكفاء والمؤهل.

➤ تحسين وضعية الأستاذ اتجاه الصحة النفسية وتوفير الظروف الملائمة للأستاذ حتى يركز على عمله فقط دون التفكير في أمور أخرى من شأنها أن تحول والخطة التعليمية المسطرة.

Résumé:

Titre de l'étude: la santé mentale et son importance dans le rendement au travail des professeurs d'éducation physique et du sport dans la phase secondaire.

L'objectif de l'étude: L'importance de la santé mentale dans la fonctionnalité d'un professeur d'éducation physique et du sport dans la phase secondaire?

L'hypothèse générale: importance de la santé psychologique dans la fonctionnalité d'un professeur d'éducation physique et sportive dans la phase secondaire.

hypothèse partielle:

- L'état de santé d'importance dans la fonctionnalité d'un professeur d'éducation physique et sportive dans la phase secondaire.
- l'état psychologique de l'importance de la fonctionnalité d'un professeur d'éducation physique et sportive dans la phase secondaire.

Exemples: les individus étudiés représenté Impotence 19 professeur et professeur sur le nombre total de professeurs de 100 professeur et professeur à la phase secondaire du mandat Setif.

champ spatial: L'étude a été réalisée sur des professeurs d'éducation physique et du sport dans la phase secondaire du mandat de Setif.

Temporelle du domaine: la recherche a été effectuée dans la période depuis le début de Décembre 2016 et jusqu'en mai 2017.

La méthode utilisée a été l'approche compte sur descriptive.

Outils utilisés: un questionnaire, le questionnaire a été divisé en deux axes contient 18 questions.

Les résultats de l'étude: que la mission de la santé dans l'exercice professionnel d'un professeur d'éducation physique et sportive dans la phase secondaire, a également constaté que la situation sanitaire est généralement importante au cours de la pratique d'un professeur de sa carrière, et nous concluons que le professeur, qui se caractérise par une bonne santé est sa performance dans un bon champ de travail.

Comme nous l'avons dans nos recherches que l'état psychologique de la tâche dans la fonctionnalité du professeur d'éducation physique et des sports, où l'état plus mental professeur bien que la performance du professeur sophistiqué et organisé, il est impératif de fournir la bonne atmosphère pour le professeur, pour atteindre la fin désirée doit mettre un professeur dans l'atmosphère de moi-même confortable pour l'aider dans sa carrière de performance, ce qui est démontré par les résultats de l'étude.

Suggestions:

- Nous suggérons que ce travail nous a préparé une étude scientifique fiables modèles et d'évaluer le niveau de la santé mentale des professeurs d'éducation physique et sportive, en particulier dans la phase secondaire.
- consolider les principes et les connaissances de base et les techniques de l'article (santé mentale) et la formation de ce qui est connu comme efficace et qualifié avec le professeur.
- améliorer l'état d'un professeur de santé mentale et la direction de fournir les conditions appropriées pour le professeur tellement concentré sur son travail que sans penser à d'autres choses qui décaleront l'instruction et la règle du plan.