



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

ميدان: علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

كلية: علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

فرع: مكيف الرياضي وصحة

قسم: النشاط البدني الرياضي المكيف

تخصص: مكيف الرياضي وصحة

رقم:

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ليسانس أكاديمي

إعداد الطالب:

عاشوبي فاتح

تحت عنوان

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

لجنة المناقشة:

رئيسا

جامعة المسيلة

د/ جوادي خالد.

مشرفا ومقررا

جامعة المسيلة

د/ تمار محمد

مناقشة

جامعة المسيلة

د/ فاصل بجاوي.

السنة الجامعية: 2017/2016

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ



اهداء

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

لقاء و بعد:

أتقدم بإهداء هذا العمل المتواضع إلى:

نور العين وساكنة الفؤاد إلى الشمعة التي أنارت الطريق وفتحت أبواب العلم والمعرفة، إلى الأجمل في الوجود
إلى التي صحت من أجلي، إلى الصدر الحنون والقلب الرفيق إلى أعز ما أملك في الدنيا الحبيبة الطاهرة الوفية
والملاك الصافي القريب لله سبحانه و تعالى ، أمي ثم أمي ثم أمي . "أمي نصيرة"

إلى قرة عيني وضياء بصيري إلى الذي سعى جاهدا في تربيتي وتعليمي وتوجيهي والوقوف إلى جانبي بكل
أوقي من جهد إلى أجمل أب وأعظم قدوة إلى أطيب رجل وأغلى إنسان " أبي الظاهر" .

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

والى جدتي فاطمة عليها رحمة الله والى 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 نلقاءه و

بعد:

قال الله تعالى: ﴿رب أرزعني أنأشكر 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 أصبحها علينا وما كنا لنهتدي لو لا هديه لنا قي 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 وخاص بالذكر المعلم القدير "كوسة التونسي" ، و "كفي سمير" كما لا يفوتي أن اشكر أستاذة التعليم المتوسط وعلى رأسهم الأستاذ القدير "محمد بلقيس" ، وأستاذة معهد علوم وتقنيات النشطات البدنية والرياضية وخاصة أستاذة قسم المكيف وعلى رأسهم الأستاذ "رحلي مراد" ، الدكتور " عمارة نور الدين" وإلى طاقم المكتبة وخاص بالذكر أختي "عبلة ، حياة " أدام الله نوركم ، وجزاكم الله عنا كل الخير و جعل منكم للعلم ذخرا وفخرا .

كما اشكر جميع الأصدقاء الذين كانوا في شريط حياتي وخاص بالذكر: صديقا الطفولة صدام عادل دون انسى صهيب هشام يعقوب صابر أنور وكامل أسرة الشهاب عين الحجر لكرة الطائرة وخاصة برامع الفريق. أصدقاء الجامعة: عامر خضر سفيان فاتح حمزة خالد محمد إدريس هشام عامر عائلي الثانية في رأس الوادي وخاص بالذكر هشام" ولئيمة " رياض عقبة ياسر عبدوا يعقوب وليد عبد الله هشام رمزي محمد حمش زهر الدين علي رامي أنور أسامة ضرار يوسف محمد خيراً مكتبة حسين لعيدي " اليمن العبرى "

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 النتاج الضخم في جميع الميادين التربوية والعلمية والاقتصادية والاجتماعية...الخ.

ومن بين هذه العلوم علم التربية البدنية و الرياضية و التي تهدف إلى تنشئة الفرد وتكوينه سليماً متكاملاً يشمل مختلف الجوانب العقلية والجسمية والوجدانية ، فال التربية 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 بمعرفات ومعلومات في الأنشطة الرياضية المختلفة. (الدكتور ابراهيم محمد المحسنة، 2006، ص 16)

و بما أن أستاذ التربية البدنية عنصراً من عناصر العملية التربوية فله دور هام في هذه العملية حيث تكمن أهميته في اكتساب التلاميذ المعرف وبالخصوص القدرات العقلية و البدنية التي يحتاجونها ، مما يستوجب توفير 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 بالإضافة 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 ومهاراته النفسية والبدنية و الذي ينعكس على نفسيته لا محالة و مدى حرصه على عمله وحسن التنظيم والتخطيط وهذا كله من أجل الارتقاء بالمستوى المرغوب (زينب علي عمر، 2008، ص 8)

و عليه تمثل الحالة الصحية و النفسية للأستاذ التربية البدنية و الرياضية في عمله جانب هام من ضغوط الحياة، كالضغوط والمشاكل الصحية والنفسية وغيرها ، 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؛ وتعُد 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 الفتنة العمرية التي يتعامل معها الأستاذ، و إلى ما ينضمّ أو يقيد عمله من قرارات ولوائح وقوانين؛ ويرجع البعض الآخر إلى البيئة الاجتماعية الخارجية التي يعيش فيها الأستاذ، و مدى تقديرها لدوره ولأهمية التعليم.

وارتأينا أن نقوم بإعداد هذا البحث الذي بين أيدينا و الذي من خلالهتناولنا الحالة الصحية و النفسية وأهميتها في الأداء الوظيفي لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي ، وقد اشتغلت 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 المتبّع في الدراسة، ومجتمع وعيّنة 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

النهاية النظرية والدراسات المعاصرة

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 المائية السعيدة ويساهم في تحقيق أهداف الحياة وغاياتها، بل إن أهمية الصحة النفسية تتجاوز ذلك بدوها 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 بإيماناً منها بدور الصحة النفسية في توفير فرص أكبر لأفراد المجتمع لتحقيق الإنجاز الأفضل والوصول لتقدير 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 وتحصص لذلك مبالغ هائلة من الأموال مستهدفة المرأة والطفل و الشباب.

ولقد وضع تعزيز الصحة النفسية ضمن أوسع مجال لتعزيز الصحة، ويتخذ موقعًا محاذٍ للوقاية من الاضطرابات النفسية ، ولعلاج المصابين بالعلل النفسية والمعوقين وتأهيلهم وإن تعزيز الصحة النفسية مثل تعزيز الصحة يكتنف أفعالاً 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، وتحسين ظروف حياتهم، وعلى أن يعيشوا معًا في سلام ووئام، 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، والتبنّؤ بما يمكن عمله لكي يحقق الإنسان صحته النفسية، ويقي نفسه من وهنها وانحرافاتها . (أبو حويج و الصدفي ، 2011 ص 16)

علم الصحة النفسية نمائي وقائي وعلاجي، فهو علم يهدف إلى رفع مسببات الضغط والتوتر والتي إن وجدت أوجدت حالات توقفاً لنمو، فالضغط هو بيئة مريضة وبيئة ملوثة، بيئة تستنزف طاقة الإنسان وتبددها في مظاهر غير صحية، وبالتالي فإن الضغط الذي يوقف المظاهر المختلفة للنمو، إن زال فإن كابح النمو يزول، وبالتالي تنطلق قدرات الإنسان وتتحرر من معقلها وتستثمر طاقتها في النمو الصحيح للإنسان (أبو هين 1997:ص 16)

١-٢-أهداف ومناهج علم الصحة النفسية:

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

١-٢-١-المنهج النمائي أو الإنساني:

ويتضمن بذل الجهد و السعي لزيادة السعادة والكفاية والتوفيق 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.

2-2-1-المنهج الوقائي:

ويتضمن الوقاية من الواقع في المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية ويهتم بالأسواء والأصحاء قبل اهتمامه بالمرضى ليقيهم 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 التوفيق والصحة النفسية. (زهران ، 1999ص 28)

2- مفهوم الصحة النفسية وتعريفاتها:

اختلف الباحثون في ميدان العلوم الإنسانية في تحديد مفهوم للصحة النفسية وذلك وفقاً لخلفياتهم ومتخصصاتهم 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 الطي أو الاجتماعي 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 لتبالين مطلاعاتها 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 والتكييف 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 ممتنعاً بالتوافق الشخصي والاجتماعي والاتزان الانفعالي، خالياً من التأزم والاضطراب مليئاً بالحماس وأن يكون إيجابياً خلافاً مبدعاً يشعر بالسعادة والرضا، قادرًا على تأكيد ذاته وتحقيق طموحاته وائفاً بإمكاناته الحقيقة قادرًا على استخدامها في أمثل صورة ممكنة، هذا الشخص من وجهة نظر الصحة النفسية يتمتع بصحة نفسية سليمة وقدر على التغلب على كافة الاحباطات والعوائق التي تواجهه في حياته . (المطيري، 2005، ص 19)

ويعرفها "نجاتي" بأنها النضج الانفعالي والاجتماعي، وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم من حوله، والقدرة على تحمل مسئوليات الحياة ومواجهتها ما يقابلها من مشكلات، وتقبل الفرد الواقع حياته، والشعور بالرضا والسعادة.

(نجاتي، 2002، ص 271)

أما "الحسين" فعرفها بأنها تعني الخلو من الأمراض المستعصية والأدواء الخطيرة (الجسمية والنفسية والعقلية) والكفاية الغذائية، والتوازن 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 والنصائح التي هي أحسن، ولبن الجانب، والتعاون البناء معهم وحب الخير لهم كما هو حب الخير للذات، واستغلال طاقات الفرد والإفادة من إمكاناته في تحقيق أهداف واقعية وفي كل ما هو مفيد له ومجتمعه والنظرة التفاؤلية، والشعور بالرضا والقناعة، وحب الله تعالى قولاً وعملاً واعتقاداً والاستسلام له ومن ذلك الاجتهاد في إتباع أوامره، وجهاد النفس في تجنب معاصيه والرجوع إليه، و التوكل عليه وترويض النفس على الصبر، واحتساب التكليفات الشرعية والأزمات الحياتية الطارئة عنده سبحانه وتعالى، والبحث على الدعوة في سبيله والحب والتحبيب فيه فهو المدف الأسمى الذي خلقت لأجله النفوس في هذه الحياة، وهو سبيل التوازن والتواافق والصحة النفسية والاطمئنان النفسي الحقيقي في الحياة رغم ما يعتريها من هموم وما جبت عليه من مفاجآت.

(الحسين، 2002، ص 29-30)

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

ولقد عرفه "القريطي" حالة عقلية اتفاعالية إيجابية، مستقرة نسبياً، تعبّر عن تكامل طاقات الفرد ووظائفه المختلفة، وتوزن القوى الداخلية والخارجية الموجهة لسلوكه في المجتمع وقت ما ومرحلة نمو معينة، ومتّعة بالعلفية النفسية والفعالية الاجتماعية . (القريطي، 1998، ص 28-29)

وعرف "كافافي" 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 . (كافافي، 1997 ، ص 81)

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

ويعرفها "أبوهين" بأنها مفهوم مجرد يشير إلى التوازن والتكمال المتجدد والنشط للوظائف النفسية والعقلية للفرد تجعل الفرد يسلك سلوكاً اجتماعياً مقبولاً من الفرد ذاته ومن المجتمع المحيط وأن يشعر من جراء ذلك بدرجة من الرضا والنجاح وقبول الذات . (أبوهين، 1997، ص 21)

كما يعرفها" فهمي " 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 يجد منه ما يدل على عدم التوافق الاجتماعي، كما لا يسلك سلوكاً اجتماعياً شاداً بل يسلك سلوكاً معقولاً يدل على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي، في ظل مختلف المجالات، وتحت تأثير جميع الظروف . (فهمي، 1995، ص 44)

"أما" مرسي "تعرفها بأنها قدرة الفرد على أداء وظيفته في الحياة بنجاح من خلال أهدافه وإمكانياته والغرض المحفول له، وفي إطار البيئة الاجتماعية والاقتصادية . (مرسي، 1983، ص 44)

ويعرفها" القوصي " بأنها التوافق التام بين الوظائف النفسية المختلفة مع القدرة على مواجهة الأزمات النفسية العادمة التي تطرأ عادة على الإنسان، مع الإحساس الإيجابي بالسعادة والكافية. (القوصي، 1995، ص 6)

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 ينص 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 رضاهם عن أنفسهم، أو لفشلهم في تبادل العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، أو عدم تفريقهم بين إمكانياتهم وخبراتهم وبين غایاتهم ورغباتهم.

وهنا يتبين أهمية التمتع بصحة العقل وسلامة السلوك والتوافق مع الذات والمجتمع وكذلك القدرة على السيطرة والتغلب على مشكلات الحياة اليومية كشرط 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 منها نتائج تعريفاً موجباً وشاملأ 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، و درجة اختلال التوافق هي التي تميز حالته الصحية عن غيرها، وهذا هو الذي يميز بين الصحة النفسية من فرد آخر 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 المسترشد قبل أن يصدر أحکاماً على هذا المسترشد أثناء المعالجة .
 (الداهري، 2005، ص 199، 198)

ومفهوم الصحة النفسية مفهوم نظري مثالي، أو هو كما يقال خرافة، فليس هناك كائن بشري بغير صراعات وشيء من الانحرافات، و يتضح ذلك عند تصنيف الناس إلى أصحاء معافين وإلى معوقين، وذلك أن گلاً منا معوق بشكل أو آخر، مما 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 الواهنين 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 الصدفي" أن الصحة النفسية لا توهب ، ولكن تكتسب بتحسين الخلق مع الله ومع الناس فكل شخص مسئول عن صحته النفسية يكتسبها بإرادته وجهوده في مجالات حسن الخلق تمت صحته النفسية كلما نقصت هذه المجهود 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 يسر أو عسر، وما يجده في نفسه من هدى أو ضلال، وما اكتسبه من عادات ومهارات وقدرات واتجاهات وقيم ، تيسّر له الأفعال الحسنة أو السيئة لما استقر في قلبه من الإيمان .

ومع قابلية الصحة النفسية للزيادة والتقصان ، فهي حالة نفسية ثابتة نسبياً عند الفرد بحسب ما تعود عليه من أفعال وأفكار ومشاعر، فإن تعود على الحير وألفه ، غالب على حالته الصحة النفسية في مواقف كثيرة ، وإن تعود على الشر وألفه، غالب على حالته الوهن الصحي النفسي .

2-3- التوزيع الاعتدالي للصحة النفسية: من الأخطاء الشائعة تقسيم الناس إلى فنتين : فئة الأصحاء نفسياً، وفئة المنحرفين أو المضربين أو الواهنين نفسياً، لأن الأصحاء منحرفون بدرجة ما، والواهنوون 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 نفسياً بدرجة عالية:

عددهم 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 "الأننا العليا والهو" و الواقع واعتبرهم علماء السلوكية أصحاب سلوكيات حسنة مكتنفهم من تحقيق التوافق الجيد مع المجتمع الذي يعيشون فيه، ووصفهم علماء المذهب الإنساني بالإنسان الكامل الذي نجحت ذاته في إثبات كفاءتها وفي التعبير عن نفسه بصدق .

2-3-2 الأصحاء نفسياً بدرجة فوق المتوسط:

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 13.5% وهم أصحاب نفسياً أيضاً حيث ترتفع عندهم درجة الصحة النفسية وتتحفظ درجة الوهن ، وينطبق عليهم ما قاله الغزالي وابن تيمية وابن القيم عن الفئة الأولى ، لكن بدرجة أقل منها فقلوهم سليمة عامرة بالتقوى، وتندرج سلوكياتهم في فئة السلوك الجيد جداً في مقياس A.P.A. وينطبق عليهم أيضاً 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 نفسياً بدرجة متوسطة أو قريبة من المتوسط ، وأخطاؤهم محتملة وإنحرافاتهم ليست فجة، لا تعوق توافقهم، ولا تمنعهم من تحمل مسؤولياتهم نحو أنفسهم و نحو الآخرين، وظهور 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 والنصائح من المتخصصين وغير المتخصصين .

2-3-4 - الواهنوون نفسياً بدرجة ملحوظة:

تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 13,5% وهم الذين تنخفض صحتهم النفسية وتزداد علامات وهنها، فتكثر الأخطاء، وتتعدد الآثار 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 وإنحرافاتهم.

2-3-5-الواهنوون نفسياً بدرجة كبيرة: تبلغ نسبتهم في المجتمع حوالي 2,5% وهم الذين تنخفض صحتهم النفسية بدرجة كبيرة، وتزداد مشكلاتهم وإنحرافاتهم ، ويسوء توافقهم ، وقد تفقد صلتهم بالواقع ، ولا يقدرون على تحمل مسؤولية أفعالهم، ويصبح وجودهم مع الناس خطراً عليهم وعلى غيرهم، وينطبق عليهم صفات الفئة السابقة، ولكن بدرجة

أشد، فانحرافاتهم فجأة مشكلاً لهم معقدة، واضطرباباً لهم شديدة، وجرائمهم شنيعة ليس لها ما يبررها، وقلوبهم ميتة وعقولهم مختلة، فقدت القدرة على الإدراك المميز، و الاختيار المسؤول . (أبو حويج والصفدي، 2001، ص 62-65)

3-معايير الصحة النفسية:

لقد أصبح واضحًا أن جميع العلوم الإنسانية تحتم بصورة كبيرة في وضع وسائلو معايير لقياس والتقييم أسوة بالعلوم الطبيعية، و حرصًا على الوصول إلى أدق النتائج وأصدق التشخيص، ولكن طبيعة النفس البشرية تعقد هذه المهمة على المختصين و الخبراء في مجال علم النفس وخصوصًا 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 كمًا وكيفًا . 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 ضوئها بما يغطي أكبر رقعة من الحقيقة. (فوزي، 2000، ص 18)

ويضيف "أبو حويج و الصفدي" إن صحة النفس و وهنها مفهومان فرضيان، لم يتتفق 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، وهذا درجتان يصعب قياسهما أو تقديرهما . (أبوحويج، 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 ويراهما من خلال نفسه، فالسوية هنا هي إحساس داخلي وخبرة ذاتية ، فإذا كان الفرد يشعر بالقلق وعدم الرضا عن الذات فإنه يعد وفقًا لهذا المعيار غير سوي . (غريب، 1999، ص 137)

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

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

3-5-المعيار الاجتماعي: يحتمل المحك الاجتماعي إلى معايير المجتمع وقيمته في الحكم على السلوك السواء أو الآخراف ، ويعتبر ما يقبله المجتمع ويرضى عنه سلوكًا سوياً، وما يرفضه سلوكًا منحرفا. (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 والزمان ،يعتبر الوصول إليها والسعى نحو تحقيقها أمراً جديراً بالطموح . (رضوان 2007، ص 63)

3-7-المعيار الباطني : فوقاً للمعيار الباطني لا يمكن أن نحدد ما إن كان الفرد أقرب إلى السواء أو اللامساواة إلا إذا تجاوزنا مستوى السلوك الظاهري إلى ما يكمن وراءه من أسباب دوافع كامنة وصراعات أساسية، وكيف تعامل الإنسان مع هذه المحتويات الكامنة لديه ومدى قدرته على التعبير عنها والكيفية التي يشبع بها رغباته ودوافعه. (فوري 2005، ص 22)

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 يعتبر بمنزلة عامل هام لتحديد السلوك السوي وغير السوي . (الداهري، 2005، ص 40)

4- مظاهر الصحة النفسية:

تعددت مظاهر الصحة النفسية التي ذكرها المختصون في مجال الصحة النفسية واحتللت 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، والتواافق الاجتماعي ، والزوجي ، والأسرى ، والمدرسي ، والمهني .

4-3- السعادة: و تتضمن الشعور بالسعادة مع النفس و مع الآخرين، و التكامل الاجتماعي والصداقات 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 و معرفة القدرات ، وتقدير الذات وقبلتها ، 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 حل المشكلات وتخفييف الضغوط عن طريق المواجهة المباشرة لمصادر هذه المشكلات وتلك الضغوط.

4-8- الكفاءة: و تتضمن استخدام الطاقة في وقتها من غير تبذيد لجهود الفرد، وهو من الواقعي بدرجة تمكنه من تخفييف العقبات ، وبلوغ الأهداف.

4-9- الملائمة: وتعني ملائمة الأفكار والمشاعر والتصورات في الموقف المختلفة .

4-10- المرونة: وتتضمن القدرة على التوافق والتعديل لمواجهة الصراع والإحباط، وذلك لحل المشكلات بدلاً من تجاهلها على النظم القديمة، و الرغبة في التعلم وفي التغيير والتجريب . (سري، 2000، ص 29، 28)

- كما يضيف "أبوهين" 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 والتي تتمحور في النهاية لتشكل مفهوم الإنسان عن ذاته.

4-12- الواقعية: وهي عكس الجاذبية وهي تعني التعامل مع الواقع بواقع ملموسة وليس شطحات خيالية خالية من الوجود و هي تعني أن يكون الشخص واقعياً في اختياره لأهدافه وتعلمهاته ، 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، والأمن عكس التوتر والقلق فإذا كان القلق وحالة من الفوضى الداخلية تمنع الفرد من الشعور بالهدوء والطمأنينة، فال安全感 هو زوال هذه المنغصات الداخلية وأيضاً زوال مصادر التهديد والتوتر والطمأنينة، فال安全感 هو زوال هذه المنغصات الداخلية وأيضاً زوال مصادر التهديد والتوتر الخارجي، وبالتالي شعور الإنسان براحة البال وعدم الانشغال المعطل للقدرات وشعوره بالطمأنينة.

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

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

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

(أبو هين ، 1997 ص 34، 28)

5 - خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية:

هناك مؤشرات وعلامات تعطي انطباعاً بأن الفرد يتمتع بالصحة النفسية ، وأهمها تتبع في شدتها و أثرها من إنسان آخر وفقاً لبعض المعطيات الخاصة ، لكن لا يختلف المختصون في مجال الصحة النفسية بأن وجودها يعطي دلالات على تمنع 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 الالزمة لتخطيها.

5-2-التفاؤل: إن الإنسان الذي يتمتع بالصحة النفسية لابد وأن يتصرف بالنظرية المتفائلة للأمور، ولكن هذا التفاؤل لا بد 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 لنقاقة المجتمع مع تحقيق قدر من الاستقلال عن هذا المجتمع: عندما يسلك الفرد سلوكاً مقبولاً في مجتمعه ومتماشياً مع أعراف وتقالييد ومعايير هذا المجتمع تميزه بشخصية مستقلة.

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

5-6-القدرة على تحمل المسؤولية: تحمل مسؤولية الأعمال والمشاعر وأفكار الفرد الصحيحة نفسياً قد يتفق أو مختلف 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 دواماً.

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 والصبيانية 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 الموقف.

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 والمستقررين انفعالياً.

5-11- الشخصية 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 لا بد 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 والتآزم من الناحية النفسية في جانب من جوانب حياته، وتتضمن أمثلة عدم الراحة النفسية حالات الاكتئاب أو القلق الشديد أو مشاعر الذنب أو الأفكار الوسواسية المتسلطة أو توهم المرض.

5-الصحة الجسمية: لا يتحقق التكامل داخل البدن إلا بسلامة الجهاز العصبي الذي يسيطر على حركة العضلات وعلى الدورة الدموية وعلى إفرازات الغدد ،ولابد أيضاً من سلامه الجهاز الغدي الذي يضمن التوازن الكيميائي داخل الجسم ،حيث إن أي خلل في الصحة الجسمية للفرد قد يحول دون تحقيقه بعض أهدافه وطموحاته، فلا يشعر حينها بالسعادة والرضا ولا يتحقق له الاستقرار النفسي . (المطيري 2005ص 40، 47)

"اما" زهاران "فيذكر أن من خصائص الفرد المتمتع بالصحة النفسية ما يلي :

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

5-15- الشعور بالسعادة مع النفس: وللدلائل ذلك : الشعور بالسعادة والراحة النفسية لما للفرد من ماض نظيف وحاضر سعيد ومستقبل مشرق والاستفادة من مسارات الحياة اليومية ، وإشباع الدوافع وال حاجات النفسية الأساسية، والشعور بالأمن والطمأنينة والثقة، وجود اتجاه متسامح نحو الذات، واحترام النفس وتقبلها والثقة فيها، وهو مفهوم موجب للذات، وتقدير الذات حق قدرها.

١٦- الشعور بالسعادة مع الآخرين: وللدلائل ذلك : حب الآخرين والثقة فيهم واحترامهم وتقبلهم والاعتقاد في ثقتهم المتبادلة، وجوداً تجاه متسامح نحو الآخرين " التكامل الاجتماعي" ، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية سليمة ودائمة.

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

١٨-القدرة على مواجهة مطالب الحياة: و دلائل ذلك : النظرة السليمة و الموضوعية للحياة و مطالبتها و مشكلاتها اليومية، والعيش في الحصار الواقع والبصرة المرونة والإيجابية في مواجهة الواقع، و القدرة على مواجهة إحباط الحياة اليومية.

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

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

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،، و الحباء والصلاح والصدق والببر و الوقار والصبر والشکر والرضا والحلم والعنفة والشفقة.

22-5 العيش في سلام وسلام: دلائل ذلك : التمتع بالصحة النفسية والصحة الجسمية والصحية والاجتماعية والأمن النفسي والسلم الداخلي والخارجي، والإقبال على الحياة بوجه عام والتعمق بها للتخطيط للمستقبل بثقة وأمل (زهران، 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 أو صله والاسم أدى : أدى الأمانة ، وأدى الشيء قام به . (ابن منظور ، المجلد 14 ص 26)

2-1-2- المعنى الاصطلاحي: تعددت التعارف لمفهوم الأداء ذكر منها:
 - عرفه هاينز على انه الناتج الذي يتحقق الموظف عند قيامه ب أي عمل من الأعمال .
 - كما عرفه بدوي ومصطفى أيضا أن الأداء هو عبارة عن نتاج جهد معين قام بيذهله فرد أو مجموعة لإنجاز عمل معين .
 - الأداء هو تنفيذ أمر أو واجب أو عمل ما اسند إلى شخص أو مجموعة للقيام به (احمد زكي 1984 ص 166)
 - كما يمكن تعريف الأداء الو ضيفي على انه درجة التحقيق وإتمام المهام المكونة للوظيفة ، وهو يعكس الكيفية التي يحقق بها الفرد متطلبات الو ضيفية وغالبا ما يجد لبس أو تدخل بين الأداء الجهد ، فالإداء يشير إلى الطاقة المبذولة أما الأداء الو ضيفي فقياس على أساس النتائج . (راوية حسن 2003 ص 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 المليك مزهود 2001 ص 86)

- الأداء هو الأثر الصافي لجهود الفرد التي تبدى بالقدرات وإدراك الدور والمهام والذي يشير إلى درجة تحقيق وإتمام المهام المكونة ولضيافة الفرد (محمد سعيد انور سلطان 2003 ص 19.20)

- 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 والإنجاز أي انه مجموع السلوك والإنجاز أي مجموع السلوك والتائج التي تحققت معا .
 (صلاح الدين عبد الباقى 2005 ص 175.)

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

- يعرفه توماس على انه تفاعل بين السلوك والإنجاز وانه مجموع السلوكات والتائج حيث تكون هذه النتائج قابلة للقياس
 (عبد الباري ابراهيم درة 2005 ص 25)

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 عضلياً أو فكريًا من أجل إتمام مهام الوظيفة الموكلة له حيث يحدث هذا السلوك تغييرًا بكافئاته وفاعلية.

2-2-1- أهمية الأداء: للأداء أهمية كبيرة تكمن في تحقيق غايات عدة نذكر منها ما يلي:

2-2-2- المعرفة المسبقة للوظيفة : وتشمل المعارف العامة والمهارات الفنية والمهنية ، للأستاذ والخلفية العامة عن وظيفته داخل المؤسسة وال مجالات المرتبطة بها .

2-2-3- نوعية العمل : وتشمل مدى ما يدركه الأستاذ عن العمل الذي يقوم به ، وما يتلذذه من رغبة ومهارات فنية وبراعة وقدرة على التسيير لحصة التربية البدنية والرياضية ، وتنفيذ عمله دون الوقوع في أخطاء يمكن أن تعكس سلباً على التلاميذ

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

3- الأستاذ:

تمهيد: يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية عنصراً أساسياً في إقناع المحيط بقيمة مهنته التربوية وذلك بالسهر على تحسين النوايا المسطرة لديه هذا من خلال صياغة أهداف متراكمة على الاحتياطات التكوينية للتلميذ في التعليم الأساسي وتقديم أنشطة بدنية ورياضية، والتي يتم اختيارها وتدعيمها ببراعة الإمكانيات الحقيقة للتعليم.

3-1- مفهوم الأستاذ:

3-1-1- لغة: جمع أستاذة وأساتيد المعلم المدير، وهي كلمة فارسية تعني كبير دفاتر الحساب. والأستاذ هو الشخص الذي يقوم بالتعليم . (معرض حسن السيد، 1967 ص 79.)

3-1-2- اصطلاحاً: هو قوام عملية التعليم وهو المسؤول عن عملية التعليم وتربيه الأجيال، بحكم اتصالاته اليومية بالتلاميذ ، فإنه بهذا يؤثر في شخصيتهم ، فهو ليس مجرد معلم ينقل المعلومات للتلاميذ ، وإنما وظيفته أشمل من ذلك بكثير لكونهMRI شخصيات التلاميذ جسمياً وعقلياً وخلقياً . (محمد خالفة بركات 1995 ص 47)

3-1-3- أجراي: هو الشخص الذي يقوم بتدريس مادة التربية البدنية والرياضية في الطورين المتوسط والثانوي ؛ بشرط أن يكون متاحاً على شهادة الليسانس أو الماستر ومتخرج من أقسام أو معاهد التربية البدنية والرياضية .

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

إن أستاذ التربية البدنية والرياضية يعتبر الوسيط بين المجتمع و التلميذ ، ونموذجًا 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 وضيفته بصفة جيدة وجب أن تتوفر فيه مجموعة من الخصائص في عدة جوانب باعتباره معلماً ومربياً وأستاداً .

3-2-1-3 الخصائص الشخصية :

لهذه التعليم دستور أخلاقي لابد أن يتلزم 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 ، تحررت هذه الدراسة حول العناصر التالية : الهيئة الخارجية للأستاذ (النشاط الخمو ..) وعلاقته مع التلاميذ ، مع زملائه ، مع رؤسائه ، أولياء أمور التلاميذ .

(راجح تركي مرجع سابق ، 1990، ص 246)

ولذلك تحتاج مهنة التدريس إلى صفات خاصة حتى يصبح هدف التعليم سهل التتحقق ويمكن إيجاز

هذه الصفات في ما يلي :

3-2-1-1-1 الصبر والتحمل:

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

3-2-1-2-3 العطف واللين مع التلاميذ :

فلو كان الأستاذ قاسياً مع التلاميذ فيعزّ لهم عليه ، ويفقدون الرغبة في اللجوء إليه والاستفادة ، كما لا يكون عطوفاً لدرجة الضعف فيفقد احترامهم له ومحافظتهم على النظام .

3-2-1-3-1 الخزم والمرونة:

فلا يجب أن يكون ضيق الخلق قليل التصرف سريع الغضب حيث يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ واحترامهم له .
أن يكون طبيعياً في سلوكه مع تلاميذه وزملائه .

3-2-2-3 الخصائص الجسمية:

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

3-2-2-1-3 القوام الجسمى:

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

- التمتع بلياقة بدنية كافية يمكنه من القيام بأي حركة أثناء عمله .
 - أن يكون دائم النشاط فالأستاذ الكسول بحمل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه .
 - يجب أن يتمتع بالازان والتحكم العام في عواطفه ونظرته لآخرين ، فالصحة النفسية و الجسدية .
 - والحيوية تمثل شروطا هامة في إنتاج تدريس ناجع 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 تخلص أهم العناصر التي يمكن للأستاذ أن يتميز بها حتى يصبح ناجحا في مهنته ما يلي :
- أن يتتيح فرص العمل والتجارب للتلاميذ حتى يعتمدوا على أنفسهم ويكون لهم تفكير مستقل 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 تمكّنه من الفوز بقلوب التلاميذ واحترامهم .
- أن يكون واعيا بالمشاكل النفسية والاجتماعية للتلاميذ ويبين ذلك أمامهم حتى يضعوه موضع الثقة .
- المثابرة دوما للتجديد في العمل نحو الأفضل الأنفع . (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 الأخلاقية 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 ومحلص لها .
- أن يكون مهتما بحل مشاكل تلاميذه ، ما أمكنه ذلك من تضحيات .
- يجب أن يكون متقبلا لأفكار التلاميذ متفتحا 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 فال التربية البدنية والرياضية تسهم مساهمة كبيرة في تطوير القدرات البدنية والعقلية للفرد لمواجهة صعاب الحياة ففي هذا الفصل نطرق إلى العناصر الأساسية أي مفهوم التربية العامة؟ وكيف يمكن تعريف التربية البدنية والرياضية؟ وما هي العلاقة التي تربط بينهما؟ وما هي خصائص هذه المادة ودرس التربية البدنية والرياضية وهذا لتبيان 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 مستمدّة من الفعل الماضي "ربا"، يربو وتتضمن معنى النمو والزيادة لقوله الله تعالى: "يَمْحُقُ اللَّهُ الرِّبَا وَيُرْبِي الصَّدَقَاتِ" البقرة 267

وعكّن أن نشأناً التّربية من الفعل الثلاثي الماضي "ربت" أي رب ومضارعه يربى هي هنا تحتمل معنى إصلاح الشيء .
(محمد الحولدة 2003، ص 72)

-4-2-اصطلاحا:

معناها التنمية وهي تتعلق بكل كائن حي النبات والحيوان والإنسان و لكل منها طرق خاصة للتربية و تربية الإنسان تبدأ في الحقيقة قبل الولادة و لا تنتهي إلا بموته، و هي تعني باختصار نهضة الظروف المساعدة للفرد لن فهو مو متكملاً، من كل نواحي الشخصية العقلية و الخلقية و الجسمية و الروحية، فال التربية بين ثلات أنواع من التربية وهي:
* التربية التلقائية أو العرضية،* التربية الغير النظامية،* التربية النظامية .
(رابح تركي ،1990،ص 19)

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

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

-4-2-4- الهدف الاجتماعي:

يقول "ميكافيلي" عالم الاجتماع السياسي في حزم أمره بمخصوص أهمية تنمية الفضائل الخلقية للإنسان (والتي تشكل جوهر سلوك الفرد الاجتماعي) بالقول "إن فصيلة الناس تعتمد كلية على التربية". (محمد زيان حمدان ،2002،ص 12).

-4-2-4- تنمية سلوك الفرد:

إعداد المواطن الصالح من خلال التركيز على تربية تهتم بأفكاره بدوافعه وانفعالاته ذو مؤهلات أخلاقية جيدة بلا عدد
(محمد الطيطي ،2002،ص 24,23)

4-3-3- الهدف القومي الوطني: يعني أن أساس الوحدة القومية والوطنية هي تضافر جهود المربين وما يركون عليه من أهداف رئيسية في ندوائم التي تدور حول المواد القومية الأربع (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 تكوينا صالحا يساعد في بناء مجتمع قوي متماسك لذا لا ينبغي النظر إليها من زاوية ضيق، ونوجه اهتمامنا إلى تكوين الفرد من الناحية البدنية فقط بل أوسع من ذلك ففهم هذه الأخيرة اهتماما شاملا وكاملا من جميع النواحي الفكرية والاجتماعية والنفسية والفيزيولوجية فصدق بذلك المقوله "العقل السليم في الجسم السليم". (تركي رابع مرجع سابق ص 112).

وبمعنى آخر للتربية البدنية والرياضية هي جزء من التربية العامة أو مظهر من مظاهرها لكون التربية الحديثة تعني كذلك برعاية الجسم وصحته فال التربية البنية تساعد على إعداد المواطن الصالح المتزن بدنيا وعقليا انفعاليا واجتماعيا وقد أكد "كوسكي - كوزليك" أن فهم التربية البدنية على أنها جسم قوي فقط أو مهارة رياضية أو ما يشبه ذلك هو اتجاه خطأ فهي من فنون التربية العامة تهدف إعداد مواطن الصالح جسما وعقلا وقدرا على الإنتاج والقيام بواجبه، ويمكن تعريفها بأنها مجموعة الأنشطة والمهارات والفنون التي يتضمنها البرنامج مختلف 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 أساس علمية مطبقة.

(تشارلز بيوكر 1964، ص 41).

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 وتصون جسم الإنسان، حيث أن التربية البدنية جزء بالغ الأهمية من عملية التربية العامة. فيعرف "بيوكشرلز" التربية البدنية على أنها جزء متكامل من التربية العامة وميدان هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والنفسية 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 وهي مقسمة إلى ثلاثة أقسام :

التربية البدنية و الرياضية كمادة دارسيه ليست شيئا مضافا إلى البرنامج المدرسي بل تعتبر هامة جدا بحيث توجه التلميذ توجيها صحيحا يكتسب من خلال المهارات الازمة 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 سلامه الجهاز الدوري و

التنفسى و العصبى العضلى ، و سلامة العظام أيضاً أما من ناحية التطور الحركي فهى تساعد المراهق على الشعور بجسمه و تحسين اقدراته السيكولوجية . (وقف حمزة وآخرون 2009-2010)

٤-٣-٣-٤ - أهمية التربية البدنية للمراهق :

إن التربية البدنية و الرياضية لها أهمية بالغة الأثر في تكوين المراهق و شخصيته حيث تتحقق له فرصة اكتساب الخبرات و المهارات الحركية ، التي تزيده رغبة و ثقة في الحياة و يجعله 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 بتكييف برنامج يواكب بين الدروس و ممارسة النشاط البدنى و عموماً فممارسة حصة بدنية رياضية واحدة أسبوعياً كفيلة بالمحافظة على اللياقة البدنية والكماءات البدنية . و تعتبر الأنشطة الرياضية بمثابة ترويح عن النفس للمراهق حيث تهياً له نوع من التعويض النفسي و البدني و يجعله 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 تقوى معنوياته .

(ميغيل ابراهيم سعد ، 1977، ص 225)

٤-٣-٣-٤ - علاقة التربية البدنية و الرياضية بالتربية العامة :

إن تعبير التربية البدنية و الرياضية اكتسب معنى جيد بعد إضافة كلمة التربية إليه ، فكلمة بدنية تشير إلى البدن و هي كثيراً ما تستخدم في الإشارة إلى صفات بدنية مختلفة كالقوية البدنية و النمو البدنى 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 تبني وتصون جسم الإنسان و تساعد على تقويته و سلامته فان عملية التربية تتم في نفس الوقت ، هذه التربية قد يجعل حياة الإنسان أكثر رغداً 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)

٤-٣-٤-٤ - 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. (المؤتمر الوطني للوثائق التربوية ، ص 7)

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 مفتاح عام و الأخير لا يهتم إلا بالرياضة المدرسية والامتحانات ، و بعد الاستقلال عمدت الدولة إلى تنظيم هذا الفرع الهام ، من أجل 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 لعلمي التربية البدنية و الرياضية، و تنظيم المنافسات الرياضية، و كان دور الجزائر يمثل في إخراج الرياضة و التربية البدنية من التهميش الذي أصابه و كان 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 بذلك جهود كبيرة 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 و الرياضية.

في سنة 1982 أعطت وزارة التعليم العالي الإشارة لتكوين أول دفعات أساتذة التربية البدنية و الرياضية 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 .

(وقف حمزة و آخرون مرجع سابق ، 2009-2010، ص 21)

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 الشاطئ ، 1992، ص 94)

ويعتبر درس التربية البدنية والرياضية "أحد أشكال المواد الأكاديمية مثل علوم الطبيعة والكيمياء واللغة ، ولكنها مختلف عن هذه المواد بكونه يمد التلاميذ ليس فقط بمهارات وخبرات حركية ولكنه يمدهم أيضاً بالكثير من المعرف 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 ، وتتسع تحت الإشراف التربوي عن طريق مربين أعدوا لهذا الغرض.

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

4-3-7-أهمية درس التربية البدنية و الرياضية:

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

(فاسن المندلاوي و آخرون 1990، ص 98).

ولما كانت التربية البدنية والرياضية قد عرفت بأنها "عملية توجيه النمو والقوام للإنسان باستخدام التمرينات البدنية والتدربيات الصعبة وبعض الأساليب الأخرى ، والتي تشارك في الأوسط التربوية بتنمية النواحي النفسية و الاجتماعية والخلقية فإن ذلك يعني أن درس التربية البدنية والرياضية كأحد أوجه الممارسات لما يحقق أيضاً هذه الأهداف ، ولكن على مستوى المدرسة فهو يضمن النمو الشامل والمشرف للللاميد لتحقيق احتياجاتهم البدنية طبقاً لراحلهم السنوية ، فتعطى الفرصة للبالغين منه بالاشراك 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 والحضري والاجتماعي .. الخ.

4-4-محتوى درس التربية البدنية والرياضية :

4-4-1-المراحل التسخينية :

وتسمى أيضاً المراحل الابتدائية، المراحل التمهيدية الجزء التحضيري، الإحياء الغرض منها هو تحفيظ التلاميذ من الناحية الوظيفية والتقنية للأداء وتحفيظ مختلف أعضاء الجسم للعمل وتنقسم إلى:

4-4-2-تحضير بدني عام لللاميد :

تحفيظ الجهاز التنفس والدوري للعمل وتسخين عام للأعضاء ومفاصيل الجسم

4-3- تحضير بدئي 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 ما يلي :
- أن تكون التمارين 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 ، التوب ، القفز ، الحجل.... الخ .
 - تدري أن تتناسب الألعاب والتمارين مع الهدف العام للحصة.

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 والعناء من أستاذ التربية البدنية والرياضية ، وتحقق غرضين أساسين (غرض تعليمي ، غرض تطبيقي) حيث انه يتم تعليم المهارات الحركية طبقا للأهداف المتعددة وتطبيقها في شكل العاب موجهة . (احمد بوسكرة، 2005، ص 71-72)

4-5- الغرض التعليمي :

إن تعلم المهارة الحركية يتطلب من الأستاذ أن يكون ملما بطرق التعليم المختلفة ، ويتميز بكفاءة عالية وقدرة على اختيار الطريقة المناسبة ، واستئثار 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 بمواصفات تعليمية مختلفة مع الزيادة في الدقة والسرعة في الأداء.

6-4-4- 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 العاب موجهة، بإتباع القواعد القانونية المعروفة.

7-4-4- المرحلة الختامية:

تتميز هذه المرحلة بإجراء تمرينات هادفة للرجوع بأجهزة الجسم إلى حالتها الطبيعية كتمرينات التنفس العميق والارتخاء العقلي ، بعد الجهد المبذول في أنشطة أجزاء الدرس السابقة ويستغلها الأستاذ للإجابة عن استفسارات التلاميذ المرتبطة بالنشاط الذي تم تفيذه خلال الدرس ويقدم بعض التوصيات والإرشادات . (احمد بوسكره، 2005، ص 71-72)

5- الطور الثانوي: وهو المرحلة التي تتراوح ما بين (14 و 18 سنة) وتصادف غالباً الطور الثانوي.

ثانياً: الدراسات السابقة والمشابهة

لـ الدراسة الأولى : نواوي :

تحت عنوان: تقويم الأداء الوظيفي للمعلمين المكلفين بالإرشاد والتعليم بـ: جده هدفت الدراسة إلى التعرف على جوانب القوة والضعف في الممارسات المهنية للمعلمين المكلفين في إرشاد ومعيقات العمل ومشكلاته وسبل تحسينها كما هدفت إلى الخروج بعض التوصيات والمقترنات التي تساعده على تطوير العملية الإرشادية .

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

أظهرت الدراسة أن 69 بالمائة من عينته الدراسة يتراوح مستوى أداءهم ما بين جيد جداً ومتنازع أظهرت الدراسة أن 83 بالمائة من عينة الدراسة حصلوا على أعلى نسبة في محور السلوك العام والقدرة 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)

لـ الدراسة الثانية : الزبيدي والهزاع :

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

لـ الدراسة 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 إحصائياً باستخدام معامل الارتباط برسون والاختبار الثاني وتحليل التباين الثنائي ؟ توصلت الدراسة إلى عينة البحث من الذكور والإإناث يعانون من ضغوط نفسية والذكور أكثر معانات من الإناث وإن المتوسط الحسابي لدرجات الرضا المهني أقل من المتوسط الفرضي ،أما المتوسط الحسابي لقياس الصحة النفسية أعلى من

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

لـ^{لـ} الدراسة 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 و تكونت عينة الدراسة من 220 معلم ومعلمة (108 معلم) و (112 معلمة)، من 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 لضغط مهنة التدريس، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية على الدرجة الكلية للصحة النفسية، كما وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائيةً بين الدرجة الكلية لضغط مهنة التدريس والصحة النفسية بأبعادها ودرجتها الكلية لدى أفراد العينة.

أوصى 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).

لـ^{لـ} الدراسة الخامسة : موسى سلامة اللوزي وعمر عطيه 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، والอายุ، ونوع الوظيفة، والخبرة، والمستوى التعليمي). (استخدمت الاستبيان

كأدلة لجمع البيانات من جميع أفراد مجتمع الدراسة والبالغ عددهم (1025) فرداً، حيث تم استبعاد (25) وما نتج من التكرارات والنسبة (SPSS) استبانة لعدم صلاحيتها، ولأغراض الدراسة، فقد تم استخدام المزمرة الإحصائية وتوصلت الدراسة إلى ، (ANOVA) المغوية 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، الخبراء، التدريب، القيادة الإدارية (والأداء الوظيفي)، كذلك وجود علاقة ايجابية 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 امارة الباحة بما يتناسب مع التطورات الحديثة التكنولوجيا السريعة، والعمل على تفعيل الاتصال الوظيفي، وطرح القواعد لبناء ادارة المعرفة(موسى سلامة اللوزي وعمر عطية الزهارى، العوامل المؤثرة في الأداء الوظيفي للعاملين بإمارة منطقة الباحة والمحافظات التابعة لها، جامعة بالمملكة العربية السعودية ،2007).

الدراسة 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
الوطيفي 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 والالتحاق
بأقسام التربية البدنية والرياضية .

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

استعمل الباحث برنامج الحزم الإحصائية SPSS والتي بینت في الخير ما يلي :

أساتذة التربية البدنية والرياضية غير راضين وصيفيا

أساتذة التربية البدنية والرياضية يمتلكون الكفاءات الالزمة لأداء نشاطهم التدريسي

لا توجد فروق ذات دلالات إحصائية في الرضا الو ضيفي والأداء حسب الخصائص الشخصية
لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حسب الخصائص الشخصية في الرضا الو ضيفي 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 الو ضيفي والأداء ولا تؤثر على عدم وجود
علاقة بين كل من الرضا عن الإشراف في التقويم .

يؤثر كل من (علاقة العمل ، التنفيذ، التقويم ، الأداء) على الرضا الو ضيفي ، ولا يؤثر كل من (التخطيط ، التنظيم وإدارة
الفصل) على الرضا الو ضيفي ويعتبر الأداء المتغير يؤثر على الرضا الو ضيفي لأنساتذة التربية البدنية والرياضية.
(مسعود بورغدة محمد الرضي الوظيفي لأنساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بأدائهم، رسالة دكتوراه في منهجية التربية البدنية
والرياضية جامعة مونتوري ، قسنطينة، 2007).

للحظ 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 :

للحظ من حيث المنهج:

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

للحظ من حيث الأدوات:

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

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

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

لـ 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 وأستاذ التربية البدنية والرياضية هما محور هذه الدراسة .

الفصل الثاني

الاطار العام للدراسة

1- تحديد المفاهيم والمصطلحات:**1-1- الصحة النفسية :**

لغة : حالة دائمة نسبياً تكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً وشخصياً واجتماعياً 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 بحيث يعيش بسلام

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

- التعريف الإجرائي : هو الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقاييس 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)

اصطلاحاً : اتخاذ مصطلح الأداء تعريفات عديدة في الدراسات العلمية نظراً 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 ، استخدام التدريس المصغر في تنمية بعض الكفاءات التدريسية ، أسيوط 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)

إجرائياً : انطلاقاً من المعرفات السابقة ودراساتنا النظرية 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 خصيصاً لهذه الدراسة .

1-3- الأستاذ:

لغة : جمع أستاذة وأستاذ : المعلم المدبر والعالم ، وهي كبير دفاتر الحساب (الفيلوز أبادي ، ص 10)

اصطلاحاً : هو قوام العملية التعليمية وهو المسئول عن تربية الأجيال بحكم اتصالاته يومياً بالتلاميذ فهو يتأثر بشخصياتهم في جميع نواحيها فهو ليس مجرد معلم ينقل المعلومات للتلاميذ وإنما عقوفهم بموضوعات الدراسة وإنماأشمل من ذلك بكثير لأنهMRI شخصيات التلاميذ جسمياً وعقلياً وخلقياً (محمد خليفة بركات ، علم النفس تعليمي ط 3 ج 1 دار العلم الكويتي 1995 ص 47)

٤-١ التربية البدنية :

لغة : ريا يربى تربيتا ريا أى زاد الشيء.

-اصطلاحاً : يعرفها الفرنسي روبرت بوبيان 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 الخلولة ، أسس برنامج التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر ط ١ العربي القاهرة ١٩٩٨ ص ٥٥)

- إجرائياً:

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 بھي السيد :الأسس النفسية للنمو ، دار الفكر العربي ، القاهرة مصر ١٩٩٧، ص ٢٧٢)

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 لمارسة 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 ، فهي المكان الذي تجرب فيه المخولات 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 النشء إعداد سليما متكاملا من النواحي البدنية و العقلية و النفسية و الاجتماعية. (أمين الخولي 1990 ص 25)

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

وعليه فالتكوين هو من بين أهم المبادئ التي يرتكز 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 مثلاً 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:

1- التساؤل العام:

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

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 تساعده على رفع من شخصية أستاذ التربية البدنية و الرياضية في الوسط التعليمي.

إعطاء الفرصة للطلبة المتخرين لفتح أفاق 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:

تكمّن 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 خاول 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:

5-1 الفرضية العامة:

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

5-2 الفرضيات الجزئية:

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

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

الْمُصَلِّ

الاجراءات المبدئية للدراسة

تهيد:

يعتبر الإطار المنهجي للبحث أحد الجوانب الهامة، بحيث لا يمكن لأي باحث أن يتخلى عنه، وهناك علاقة وطيدة بين موضوع البحث ومنهجه، فلكي 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 تمثل في توزيع استمارة الاستبيان على أستاذة 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 أستاذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي والذي يبلغ عددهم (19) أستاذ من مجموع العدد الكلي المتمثل في (100) أستاذ وأستاذة.

2-المهج المتبوع في الدراسة : هو المنهج الوصفي .

3-مجتمع وعينة الدراسة:

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

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

4-حدود الدراسة: من أجل الإحاطة بالمشكلة ومعرفة مختلف جوانبها، فقد وقع اختيارنا في دراسة هذه الإشكالية على أستاذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لولاية سطيف، حيث شملت عينة البحث على 19 أستاذ ولقد كانت الانطلاقـة في هذه الدراسة بعد الاجتماع مع الأستاذ المشرف لضبط موضوع الدراسة ضبط حقيقة وواضحاً 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: تعـبر أدـاة الـدرـاسـة المـحـور الـذـي يـسـتـند إـلـيـه الـبـحـث وـتـوظـيفـهـا يـكـون بـقـصـد الـوـصـول إـلـى كـشـفـ الـحـقـاقـقـ الـتـي تـبـنـي عـلـيـهـا الـدـرـاسـة، وـقـدـ تـمـ الـاعـتمـادـ عـلـىـ:

5-استمارة الاستبيان: والتي تعرف بأنها: "نموذجى ضمن أسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على معلومات حول موضوع أو مشكلة أو موقف، ويتم تنفيذ الاستمارة إما عن طريق مقابلة 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 الصحية النفسية لأستاذ البدنية والرياضية في الطور الثانوي وتضم مجموعة من الأسئلة المقيدة والموزعة 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-صدق وثبات الأداء:

يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه كما يقصد بصدق شامل 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-الصدق:

العدد	عدد العبارات
0.982	19

6-2-الثبات:

والتحقيق من ثبات أداة القياس قمنا بتوزيع الاستبيان على أساتذة 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 الفاکرونباخ:

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

معامل الفاکرونباخ	عدد العبارات	المجال
0.965	19	استبيان موجه لاساتذة

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

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

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

6-الإجراءات التطبيق الميداني للأداة:

- **المجال المكاني:** تم إجراء الدراسة على أستاذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لولاية سطيف .
- **المجال الرماني:** 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 أفريل 2016 إلى غاية شهر ماي 2017.

7-الأساليب الإحصائية:

- **الخزم الإحصائية spss:** هي أحد واهم 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.

$$\text{معامل ألفا كرونباخ} = \frac{n}{n-1} \cdot \frac{(1 - \sum_{i=1}^n \frac{1}{\text{كل عبارة}})}{\sum_{i=1}^n \frac{1}{\text{كل عبارة}}}$$

حيث: $n =$ عدد عبارات القائمة.

$$\chi^2 = \text{تباین القائمه ککل.}$$

$\text{مج ع}^2 = \text{المجموع الكلی لتباین کل عباره من عبارات القائمه.}$

$$\chi^2 = \sum \frac{(o_i - E_i)^2}{E_i} \quad \text{- مربع کای لتحليل نتائج الدراسة:}$$

حيث: O_i التكرارات الحقيقية

E_i التكرارات المتوقعة.

- النسبة المئوية وتعرف كالتالي:

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

$$100\% \leftarrow \text{حيث: } n$$

$$s\% \leftarrow k$$

$$s = (k/n) 100\%$$

خلاصة الفصل: نظراً لطبيعة مشكلة بحثي الحالي يستدعي مني التعريف بالبحث ومنهجه وإجراءاته في هذا الفصل.

فطُرحت من خلال مشكلة البحث معتمداً في ذلك على المعاينة الميدانية، لأجل تثمينها بدراسة استطلاعية للتأكد

من أن المشكلة موجودة فعلاً. 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 تفید الدراسة بشكل

مباشر.

الفصل الرابع

عرض اللائحة وتقديرها ومناقشتها

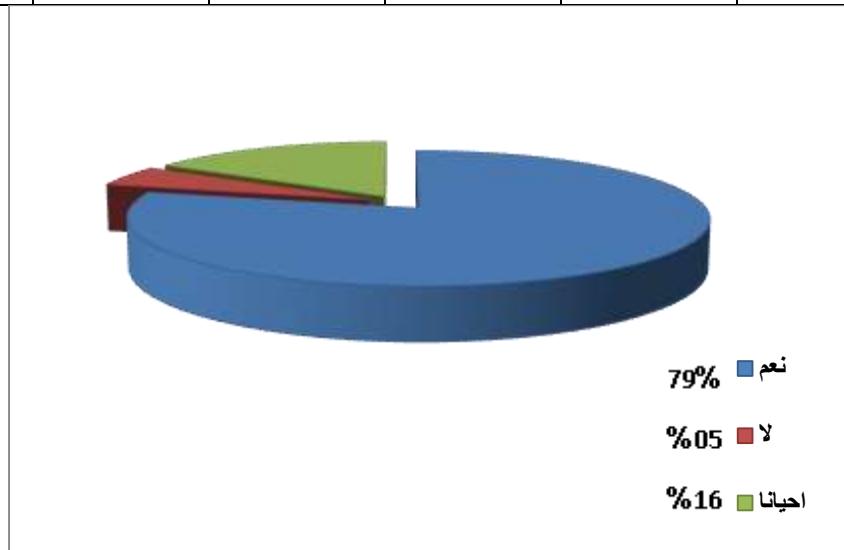
1- عرض وتحليل نتائج الاستبيان

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

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

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

النسبة	التكرار	كا المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا المجدولة
79%	15	18.105	2	.000	نعم
5%	1				لا
16%	3				أحياناً
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 أجبت لنا النسبة المتبقية من العينة المدروسة والتي بلغت 16 % ب(أحياناً)

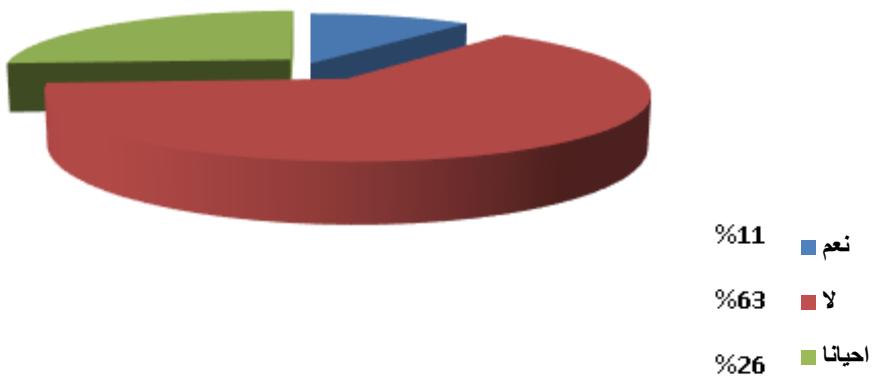
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 18.105 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار .

وفي نظرنا نحن و من خلال هذه المعطيات أن كثرة المشاكل الصحية حتما سوف تؤثر على الأداء المهني للأستاذ فهي تجعله مقصرا في عمله وذلك من خلال كثرة العيابات المتتالية التي يقع فيها الأستاذ بحثا عن الراحة والشفاء وإيجاد 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 التلاميد في البرنامج المسطّر سالفا ، وفي 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 الأئمة حول معاناتهم من إصابات أثناء القيام بالعمل.

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



-الشكل رقم (2): نسبة معانات الأئمة 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 ن أمّا 26% من العينة فأحياناً يعانون من هذا الجانب وتأتي نسبة 11% لتكمل إجابات الأئمة حول إصاباتهم أثناء القيام بالعمل.

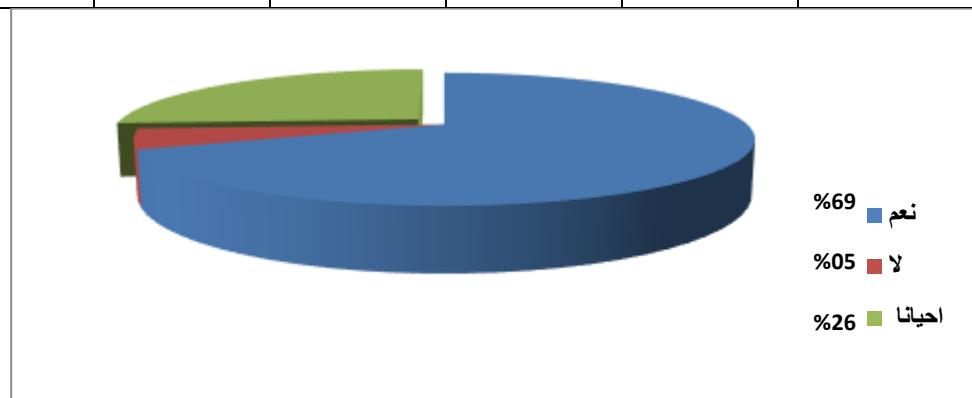
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته **8.316** وهي أكبر من قيمة كا المجدولة **5.991** أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

وفي نظرنا نحن وحسب معطيات الجدول نستنتج أن الأغلبية من الأساتذة لا يعانون من مشكل الإصابات أثناء القيام بالعمل وهذا ربما يرجع للفور 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 تحكم في انفعالاته الحركية أثناء القيام بالعمل، والسلasse التي يتمتع بها في التنقل من نشاط لأخر 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 (الحمى والزكام) على أداء العمل.

كا المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا المحسوبة	النسبة	التكرار	
3.841	.039	1	4.263	69%	13	نعم
				5%	1	لا
				26%	5	أحيانا
				100%	19	المجموع



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

نلاحظ من خلال الجدول أن معظم الأستاذة المستجوبون و التي بلغت نسبتهم 69% أكدوا على أن الإصابات المفاجئة تؤثر على أداء عملهم، أما النسبة المتبقية 26% فأكروا انه أحيانا يتأثرون بالإصابات المفاجئة فيما تأتي نسبة 5% منهم أكدوا على انهم لا يتأثرون بالإصابات المفاجئة، وبالتالي حدوث خلل في القيام بالعمل .

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 4.263 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 3.841 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

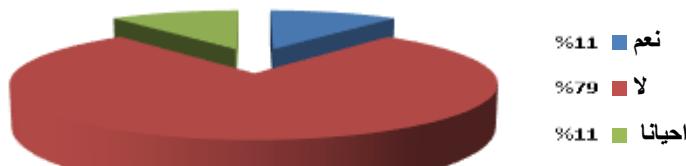
نستنتج من خلال إجابات الأستاذة انه يوجد تأثير كبير للإصابات المفاجئة على أداء الأستاذ ، وذلك بحكم ما يتطلبه عمل الأستاذ إذ لابد من وجوده في فورما صحية جيدة لمواصلة عمله بشكل جيد ، وبالتالي إمكانية تحقيق المطلوب وهو نجاح الهدف التربوي والتعليمي والبدني المنوط به في غياب وجود إصابات تعيق ذلك.

ومما لا شك فيه وحسب إجابات الأستاذة توجد هناك نسبة لا يأس 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 الأستاذة 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 المستجيبون و التي بلغت نسبتهم 78% أكدوا أنهم لا يعانون من إصابات قديمة تعيقهم في أداء عملهم ، فيما تأتي النسبة المتبقية متناظرة بين نعم وأحيانا 11% لكل منهما .

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 17.789 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

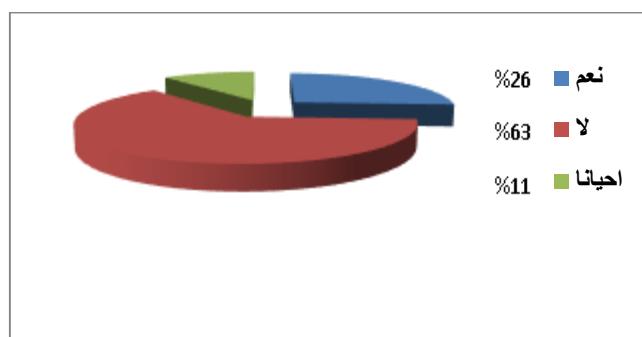
من خلال إجابات الأساتذة اتضح أن أستاذ التربية البدنية والرياضية لا يعاني من إصابة قديم تعيقه على أداء عمله وهذا راجع إلى اختيار ورغبة الأستاذ في التكون في ميدان التربية البدنية والرياضة ، فالرغبة تتضمن اخذ الحيوطة والحد من الواقع في كل ما هو معين في تحقيقها ، وتكلمه المسار التعليمي و الرياضي والمهني للأستاذ فالرغبة لا تأتي من العدم إذ آن مختلف الأساتذة قد تدرجوا في فئات صغرى لرياضيات مختلفة ، وهذا ما يتطلب أن يكون الأستاذ في لياقة وفورما عالية لتحدي أي إصابة من شأنها أن تخل بنظام عمله ، وفي المقابل هناك من الأساتذة من تكونت لهم إصابات ربما لفترة عملهم في هذا الميدان لأنها كما يعرف الجميع انه ليس بالشخص ولا العمل السهل كما يظن البعض .

-السؤال رقم (5) : أجد نفسي مشغول بالبال من مرض لا يرجى شفاءه ؟

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

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

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



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

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

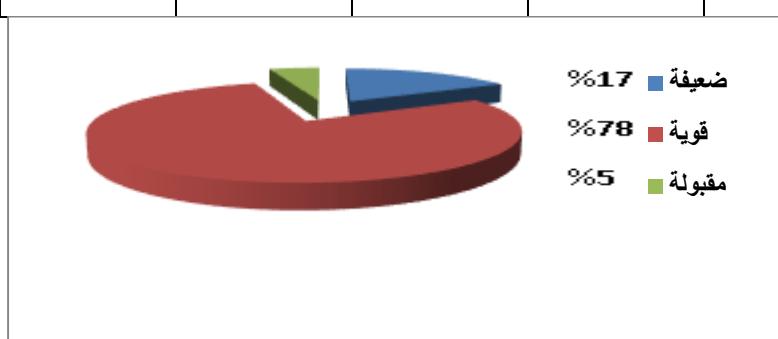
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 8.316 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

من خلال هذه المعطيات استنتج أن النسبة الأكبر من الأساتذة لا يشغلون بالهم بمثل هذا الموضوع ،وذلك بسب ترکيز الاستاذ على أداء عمله وإتقانه وإتمام البرنامج المنوط به ، فهذا الأستاذ توفر لديه كل الثقة بعدم التفكير في مثل هذا الموضوع ،والذي من شأنه أن يأخذ حيزا من جانبه النفسي وبالتالي الانحراف عن البرنامج والخطوة المسطرة حول العمل ،وفي المقابل نجد من الأساتذة من يشغل باله هذا الموضوع وتفسir ذلك ربما بعض التعب النفسي والإرهاق الذي يتعرض له الأستاذ جراء العمل المتواصل ،وكذا عدم منح نفسه شطرا من الراحة اللازم لاسترجاع إمكاناته واستشفاءه من مثل هذه الأفكار بأخذ قسط من الراحة ،ولأن نجاح العمل البدنـي يقتضـي العمل والراحة لكي يتطور هذا العمل كذلك الجانب النفسي يجب أن تكون له راحة وتجدد بعد عمل وتفكير عميق

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

-الجدول رقم (6) : يبيـن إجـابـاتـ الأسـاتـذـةـ حولـ الحـالـةـ الصـحـيـةـ دـاخـلـ وـخـارـجـ الـعـلـمـ

كا المجدولة	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 الأستاذة يرون أن حالتهم الصحية مقبولة مقارنة بالنسب الأخرى حيث يرى 17% أن حالتهم الصحية قوية أما 5% فيرونها ضعيفة.

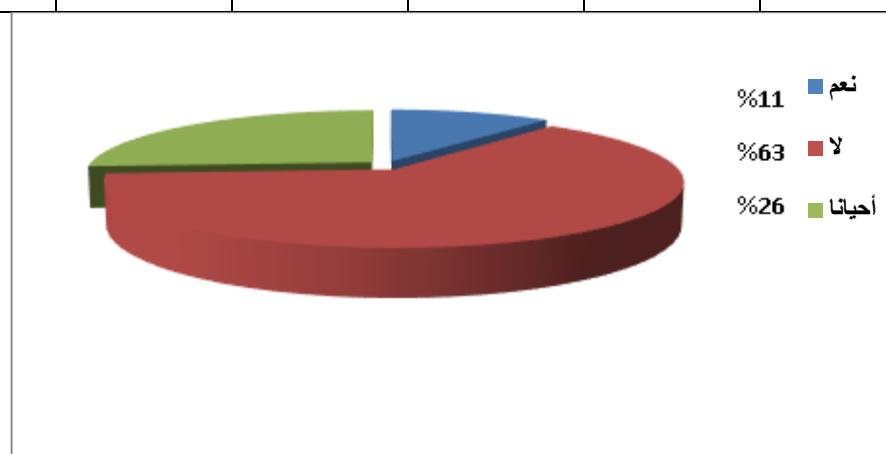
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 18.105 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

نستنتج حسب النتائج الحصول عليها من خلال هذا السؤال أن النسبة الأكبر من الأستاذة المستجوبون عن حالتهم الصحية داخل وخارج العمل كانت مقبولة ، وهذا راجع للتنوع الحاصل بين الأستاذ وعمله إذ كلما كان هناك نجاح في خطوة 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 الالزمة ، كلما كان قبول الأستاذ لحالته الصحية بأنها قوية داخل وخارج العمل.

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

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

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



-الشكل رقم (7): يمثل نسبة شعور الأستاذة 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 بـ 26% أنهم أحياناً يشعرون بتعب وإرهاق، أما ما تبقى من مجمل النسبة 11% فيرون فعلاً أنهم يشعرون بتعب وإرهاق دون سبب.

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

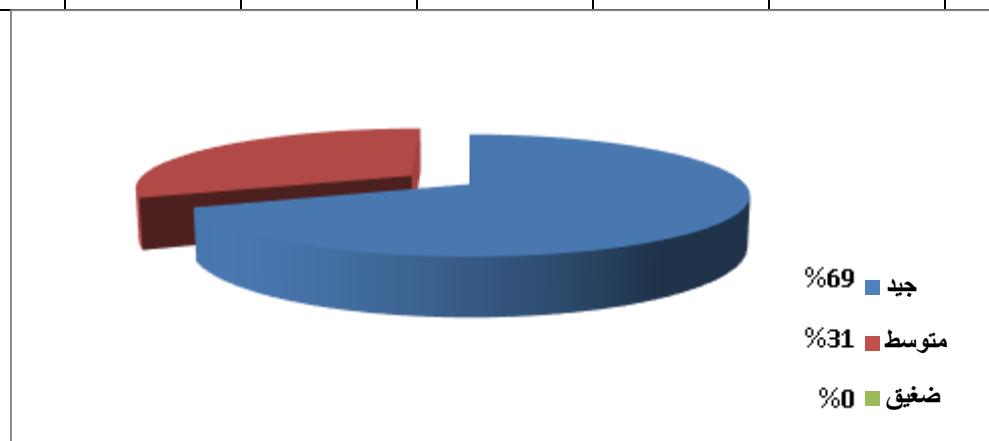
من خلال النتائج الحصول عليها تبين أن نسبة كبيرة من الأساتذة المستجوبين لا تعاني أو تشعر بتعب من دون سبب، وهذا راجع لطبيعة الأستاذ ومدى تركيزه على عمله وكذا تقديره ببرنامج مسطر سالفًا يساعد على منح الأستاذ أكثر حرية وحيوية وثقة في النفس وبالتالي التطلع لما هو أفضل دائمًا والسير بخطى ثابتة نحو النجاح.

لكن هذا لا يخفى 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): يبيّن لنا رؤية الأساتذة لمستواهم الصحي بشكل عام.

كا المجدولة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	كا المحسوبة	النسبة	التكرار	
3.841	.108	1	2.579	69%	13	جيد
				31%	6	متوسط
				0%	0	ضعيف
				100%	19	المجموع



-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 مستوى الصحي بشكل عام ضعيف.

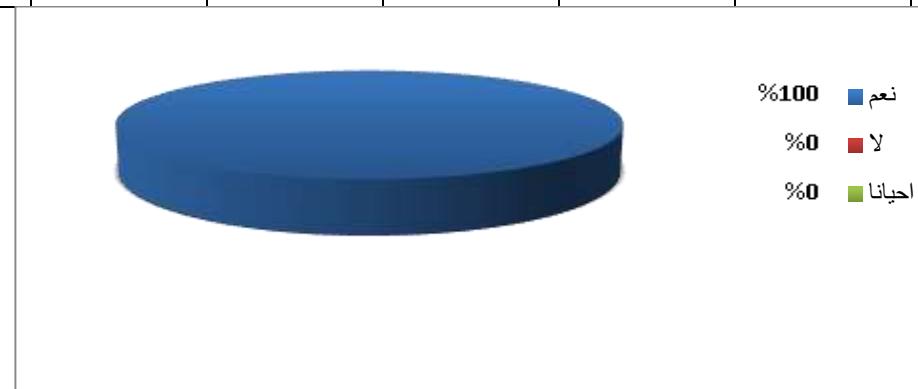
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 2.579 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 3.841 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

من خلال النتائج المدونة استنتج أن جلأساتذة 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 يضفي 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 مستوى الصحي متوسط بشكل عام وربما يرجع ذلك لعدم تطبيق الأستاذ لمبدأ العقل السليم في الجسم السليم أي لا تخلو حصته من بعض الخمول واللاحيوية وهنا يتجلّى الفرق في النسب المذكورة أعلاه في الجدول .

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

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

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



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

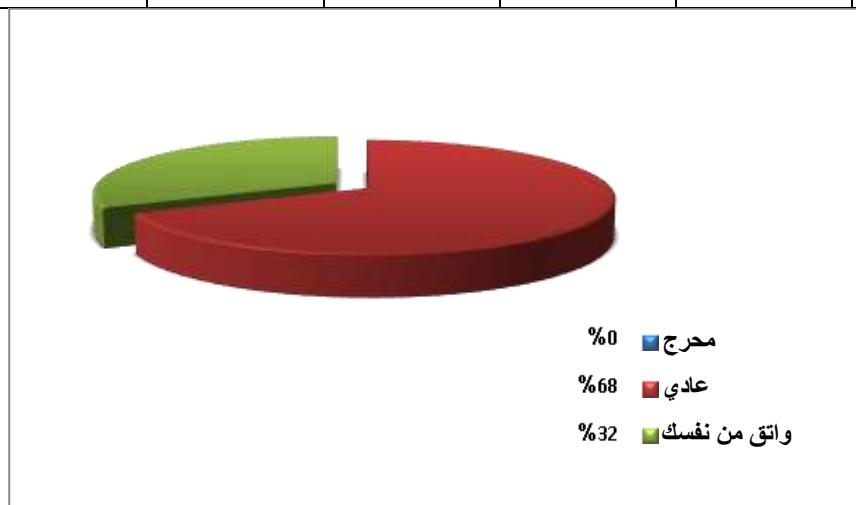
من خلال الجدول يتضح أن إجابات الأستاذة حول السؤال رقم 9 كانت 100% نعم، فكل أستاذة العينة المدروسة والمقدرة بـ 19 أستاذ كلهم يرون أن مستواهم الصحي يساعدهم في أدائهم المهني بشكل مريح، ومنه نستنتج أن الثقة العالية للأستاذ التربية البدنية والرياضة في نفسه وفي صحته يجعل منه الأستاذ الممتنع بالحالة الصحية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

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

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

الجدول رقم (10): يمثل إجابات الأستاذة حول مقابلتهم التلاميذ لأول مرة.

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



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 إجابتهم بـ عادي عند مقابلتهم التلاميذ لأول مرة، أما نسبة 32% من الأساتذة يرون أنهم واثقون في نفسهم عند مقابلتهم التلاميذ لأول مرة.

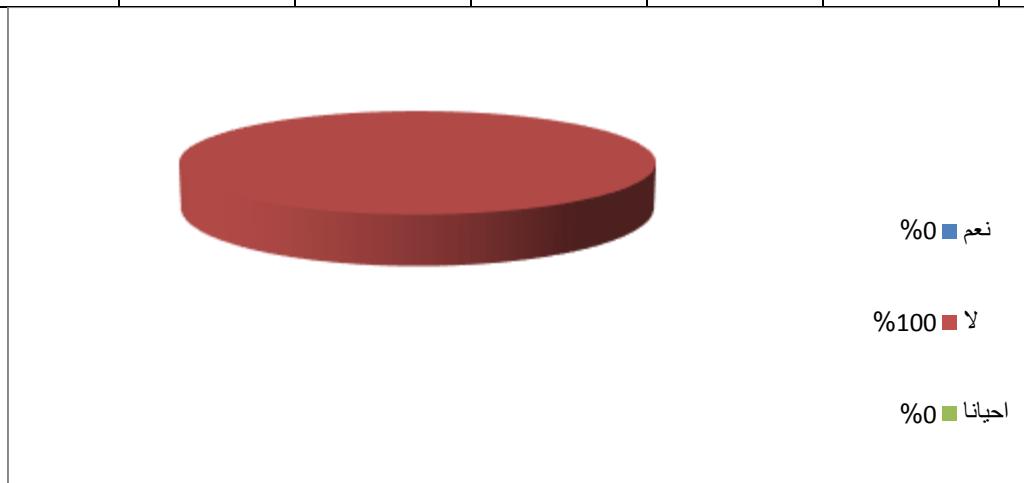
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 2.579 وهي أقل من قيمة كا المجدولة 3.841 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

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، التحليل 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 يجعله معرض للخجل أمام تلاميذه وبالتالي تقصص مردود في عمله.

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

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

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

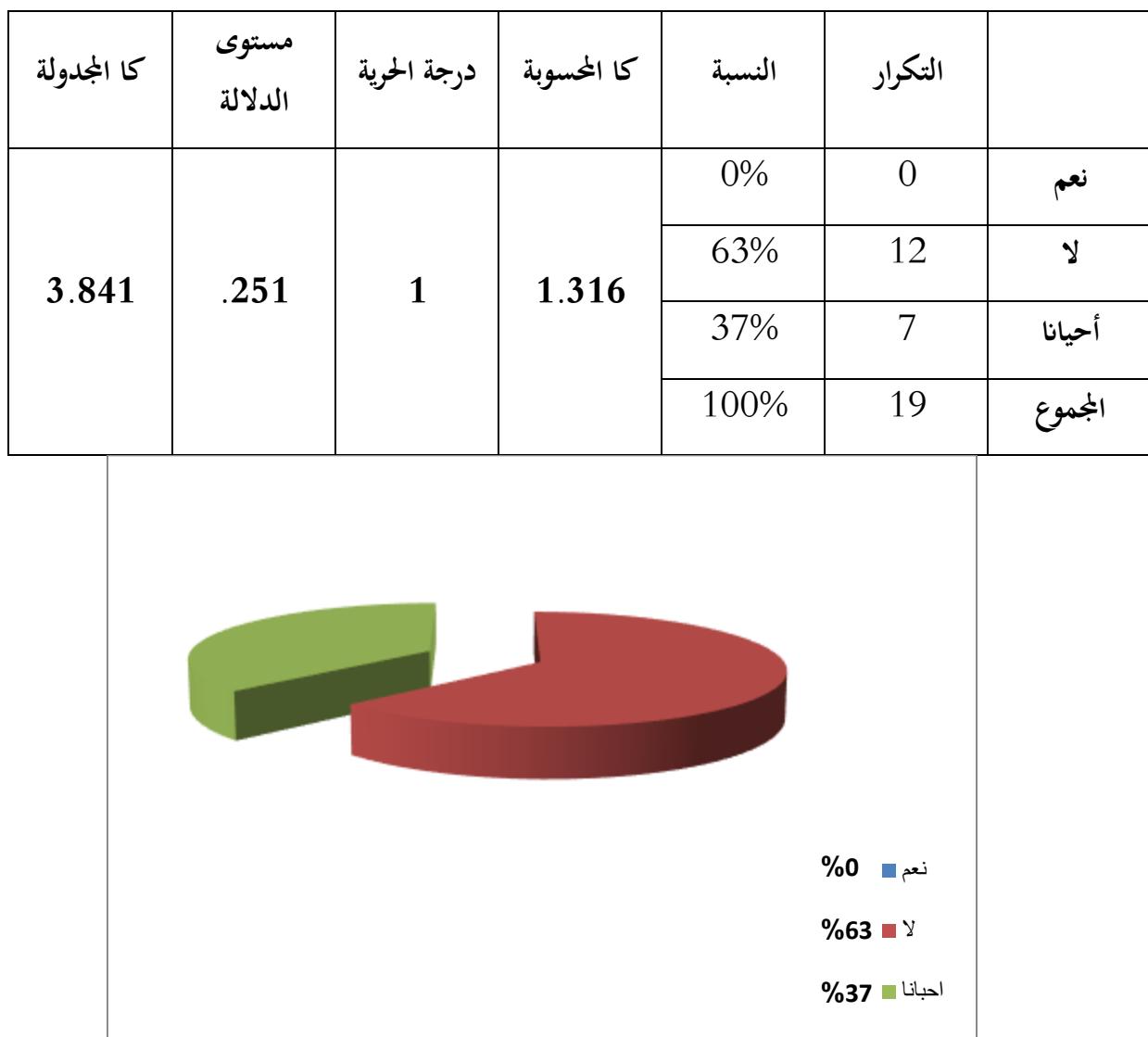


-الشكل رقم (11): يمثل نسبة مشكل الارتباك عند أساتذة التربية البدنية والرياضية.

نستنتج من خلال الجدول التالي أن 100% من العينة المدروسة لا تعاني من مشكل الارتبك. من خلال قراءتنا للجدول نلاحظ أن النسبة الأكبر للأستاذة لا تعاني من مشكل الارتبك 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 فعلاً يشك في ما يعمله و بالتالي يكون عمله ناقص هذا ما يجعل الأستاذ مرتكب في أي عمل يقوم به .

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

-الجدول رقم (12) : يمثل إجابات الأستاذة حول نسبة القلق عند زيارة المفتش .



-الشكل رقم (12) يمثل لنا نسبة القلق عند الأستاذة من زيارة المفتش.

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

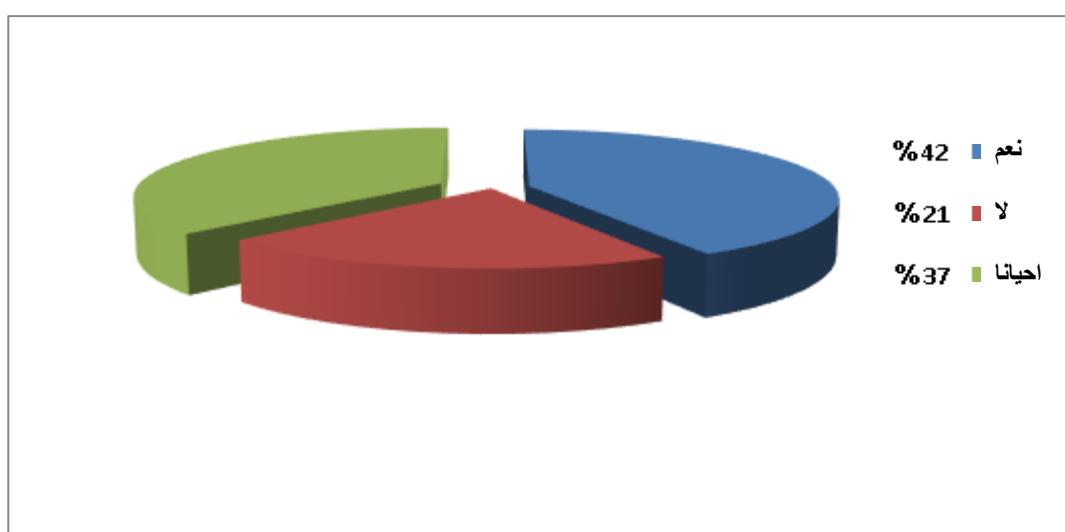
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته **1.316** وهي أقل من قيمة كا المجدولة **3.841** أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

إن الزيارات المتكررة لمفتش التربة في نظرنا يجعل الأستاذ واثق في نفسه ومستعد إلى أي زيارة مفاجئة له. فالأستاذ المخلص والمنظم لعمله والواثق في نفسه حتما لا يزعجه زيارة المفتش له ، أما الأستاذ المقصري والمهمل لعمله سينزعج من زيارة المفتش له وهذا ما يسبب له القلق والتوتر 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 المجدولة	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.

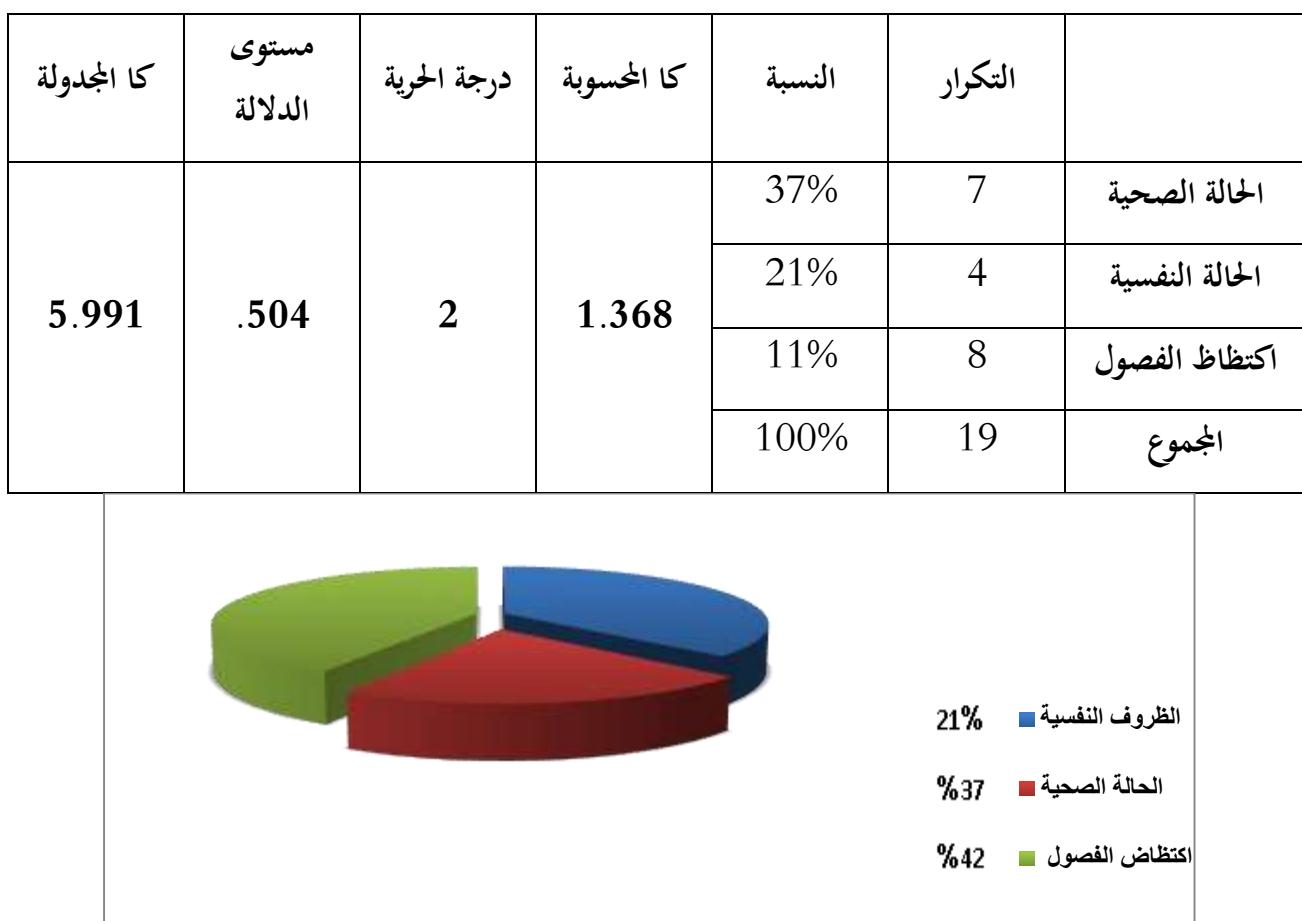
من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن 42% من الأساتذة أكدوا على تأثير الحالة النفسية على الأداء المهني ، أما بنسبة 21% يؤكدون عكس ذلك ، بينما النسبة المتبقية وهي 37% من الأساتذة المستجيبون أجابوا لنا بأحيانا.

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 1.368 وهي أقل من قيمة كا المجدولة 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 والاستمرار وبالتالي لا يتأثر في مجال التربية البدنية والرياضية فالعامل النفسي يعتبر من بين أهم العوامل الأساسية في ممارسة المهنة، أما الأستاذ الذي يشكوا من حالته النفسية سوف يؤثر ذلك على عمله بحيث لا يبذل جهداً أكبر في عمله إذ تغيب الرغبة والدافعية وبالتالي الإحباط ونقص في المردود المهني.

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

- **الجدول رقم (14)** يوضح إجابات الأساتذة حول أهم العوامل التي تأثر على الأداء المهني .



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

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

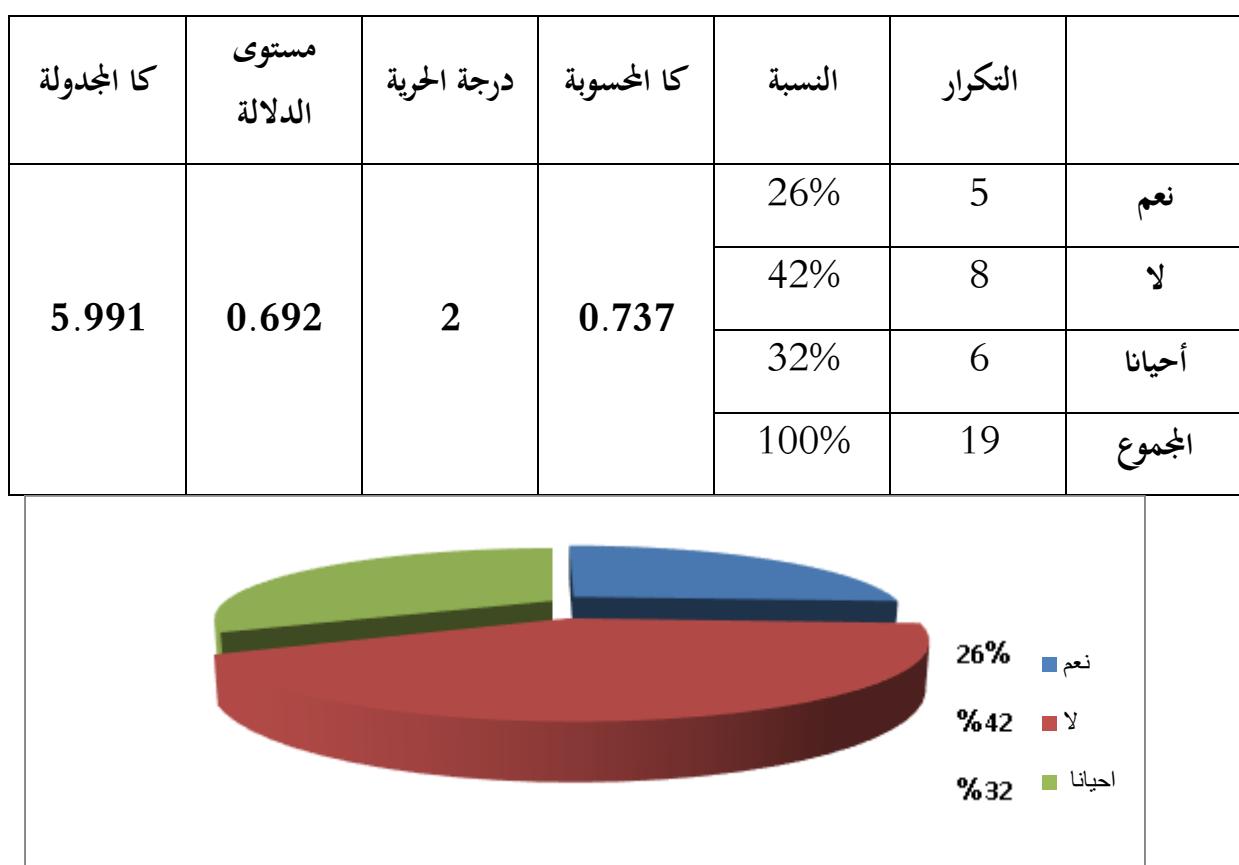
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمتها 1.368 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

نلاحظ أن النسبة الأولى والثانية متقاربتان لأنهم يعدان من بين أهم العوامل التي تأثر على الأداء المهني، فإذا كانت الحالة الصحية والنفسيّة للأستاذ مستقرة كان هناك تطور وتقدم في أدائه المهني، أما إذا كانت تسير عكس ذلك فتحتما سوف تؤثر على المردود المهني حيث تنقص الرغبة ويصبح 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% مقارنتاً بطبيعة الدراسة التي تمحور حول الصحية النفسية، وبالتالي معظم الأساتذة يعانون من جانب اكتظاظ الفصول، هذا الأخير يجر الأستاذ على الفشل في القيام بعمله بشكل سوي

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

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



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

من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن أراء الأساتذة متفاوتة فنسبة 26% كانت إجابتهم بنعم حيث أن عدم مناسبة حجم المادة الدراسية بالزمن المحدد لها يسبب لديهم القلق والتوتر في العمل أما نسبة 42% وهي النسبة الأكبر

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

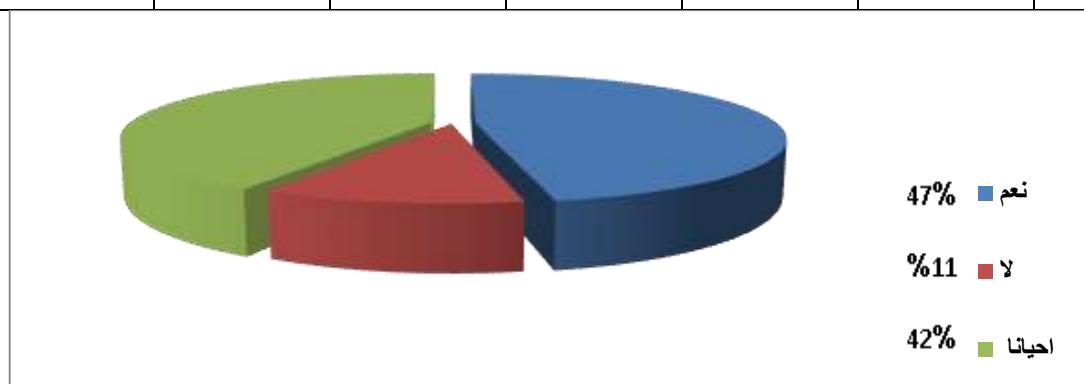
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجدها قد بلغت قيمته 0.737 وهي أقل من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

وفي نظرنا نلاحظ أن النسبة الأولى و الثالثة متقاربة و هذا راجع إلى وجود 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 أحياناً إلا أن ذلك يخفي توتر وقلق الأستاذ اتجاه عمله ، بحيث لا يستطيع الأستاذ تطبيق كل مواقفه 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.

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



-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 أحب البعض الآخر أحياناً وكانت النسبة تقدر بـ 42%， بينما النسبة المتبقية من العينة الـ 11% صرحو لنا بعدم انزعاجهم من التلاميذ الغير المتعاونين.

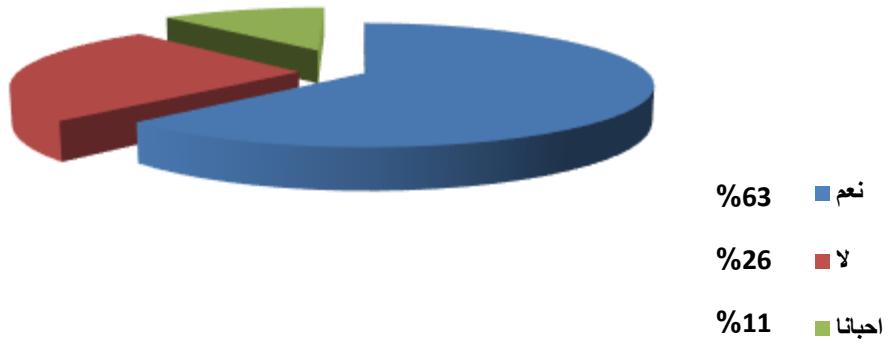
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 4.526 وهي أقل من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

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 والتحكم في الوضعية ومواصلة عمله.

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

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

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



-الشكل رقم(17): يمثل نسبة تأثير 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 مجدهم المبذولة. ورأى البعض الآخر من الأساتذة وبنسبة 26% أن هذا الأخير لا يؤثر عليهم في الأداء المهني، أما نسبة 11% من العينة المتبقية أجابوا أحياناً.

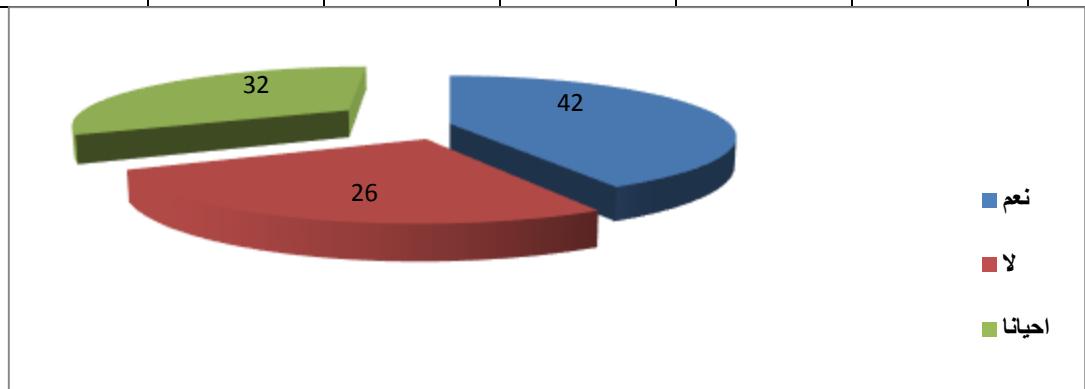
وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 8.316 وهي أكبر من قيمة كا المجدولة 5.991 أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح أكبر تكرار.

في نظرنا أن معظم الأساتذة المستجوبون تأثروا من نقص معامل التربية البدنية والرياضية 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 والعقلية تصبح محطة إهمال من طرف التلاميذ وهذا ما يؤثر على الأستاذ في أدائه المهني حيث تنقص الدافعية والرغبة 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.

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



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

من خلال نتائج الجدول، نلاحظ أن نسبة 42% من الأستاذة يؤكدون أن نقص وقلة الوسائل في المؤسسة يؤديهم إلى الإحباط في العمل، أما نسبة 26% فأنهم يرون عكس ذلك بينما النسبة المتبقية من العينة المدروسة 32% أجابوا لنا أحيانا.

وبالنظر إلى قيمة كا المحسوبة نجد أنها قد بلغت قيمته 0.737 وهي أقل من قيمة كا المجدولة 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 وایيجابية، حيث يصبح المتعلم مسؤولاً ومشاركاً وایيجابياً على نحو كبير، بعد أن كان مستقبلاً ومقلداً، وان هذه الوسائل والأجهزة لا تلغى 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 والألفة داخل حصة التربية البدنية والرياضية ، وهذا ما يعود بالفائدة على الجميع.

2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات:

2-1- المحوร الأول: الحالة الصحية:

افتضنا في الفرضية الأولى أن الحالة الصحية مهمة في الأداء المهني للأستاذ التربية البدنية و الرياضية، وقد أثبتت نتائج استمارة الاستبيان صدق الفرضية في جميع أسئلة المحوร على غرار التفاوت الحاصل من خلال نتائج المذكورة ، حيث حقق السؤال الأول أعلى نسبة بـ 78% 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 (كالحمى والركام) 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 بعد حد وذلك من خلال إجابات الأساتذة لهذا السؤال ، إذ يرى 100% من الأساتذة المستوى الصحي يساعد على الأداء المهني بشكل مريح ، ومنه نخلص إلى انه كلما كانت حالة الأستاذ الصحية جيدة كلما كان أداء المهني راقي ومتطور وكانت هناك جودة وإبداع في العمل ، والعكس صحيح كلما تأثر الجانب الصحي للأستاذ كلما انعكس ذلك على المردود و أداءه المهني ، إذا من خلال النتائج المتوصلا إليها يمكن القول إن الفرضية الأولى قد تحققت.

2-2- المحور الثاني: الحالة النفسية:

افتضنا في الفرضية الثانية: أن الحالة النفسية مهمة في الأداء المهني للأستاذ 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 يعكس سلباً على أدائهم، وترى نسبة لا باس بها من الأساتذة والمقدرة بـ 63% أنهم يتأثرون نفسياً من معامل المادة مقارنتا بالجهودات المبذولة ، إذ اخبرني بعض الأساتذة في هذا الصدد انه تم رفع الأمر للهيئة الوصية بغية تغيير معامل المادة وهذا ما يعكس رغبة الأستاذ في تحقيق الوثبة النفيسة من خلال المجهود المقدم مقارنتا بمعامل المادة ، كما لا يفوتي ذكر ما لنقص الوسائل من تأثير في أداء الأستاذ ، إذ يرى 42% من الأساتذة إن هذا الأمر يسبب لهم الإحباط إذا من خلال النتائج المتوصلا إليها يمكن القول أن الفرضية الثانية قد تحققت.

الصل الخامس

الاستدجادات والاقتراءات

1- الاستنتاجات:

من خلال فحص نتائج الاستبيان الذي تم توزيعه على أستاذة 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 للأستاذ التربية البدنية والرياضية خاصة في الطور الثانوي، كما وجدنا أن الحالة الصحية بصفة عامة مهمة أثناء ممارسة الأستاذ لمهنته ، واستنتجنا أن الأستاذ التي يتميز بحالة صحية جيدة يكون أداءه في ميدان العمل جيد ، عكس الأستاذ الذي يشكوا من الجانب الصحي سوف يؤثر ذلك عليه في أداءه لمهنته ، بحيث لا يستطيع استعمال كل طاقته في العمل خوفا على تدهور حالته الصحية وبالتالي يكون اختيار في أداء الأستاذ وفي سير المخطبة سالفا.

طرقنا 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 راقي ومنظم ، إذ لا بد من توفير الجو المناسب للأستاذ سواء كان ذلك ماديا أو معنويا أو بيداغوجيا، ولكي يكون هناك جو ملائم لتطبيق الخطة التعليمية المسطرة ، وتحقيق الغاية المنشودة وجب وضع الأستاذ في جو نفسي مريح لمساعدته في أداءه المهني و هذا ما تخلص من خلال نتائج الدراسة .

وأما فيما يخص الفرضية العامة التي صاغناها والتي تتمحور حول أهمية الحالة الصحية والنفسية في الأداء الوظيفي لاستاذة 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 امتداداً لمواصلة أعمال أخرى مستقبلاً 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 أعددناه نموذجا يمكن الاعتماد عليه في الدراسات العلمية وفي تقييم مستوى الصحة النفسية لدى أستاذ التربية البدنية والرياضية.

-يجب تفهم طبيعة المهنة من طرف المجتمع وأستاذة 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 والفعال الذي يلعبه في المجتمع، حيث يعتبر القدرة الطيبة والقدوة الحسنة لهذا المجتمع.

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

- توفير كل ظروف الراحة لاكتساب الأستاذ الصحة النفسية الالزمة 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 والخطبة التعليمية المسطرة.

- إدراج هذا العمل وغيرها 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:

- القرآن 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 والصفيدىي، مدخل الى الصحة النفسية، ط 1 دار المسيرة، عمان، الأردن 2001.

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

-أمين أنور، أصول التربية البدنية والرياضية المدخل التاريخ الفلسفه، القاهرة دار الفكر العربي، ط 3، 2001.

-امين لخولي، التربية البدنية في الطور الثانوي، بيت الحكمة للنشر والتوزيع، الإسكندرية، ط 1، 1990.

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

- إبراهيم محمد المحاسنة، الصحة والرياضة، دار الرشاد للنشر والتوزيع، ط 2، عمان، 2006.

- الحسين، أسس ومبادئ في الصحة النفسية، دار الوفاء الدنيا الطباعة والنشر، ط 1، 2002.

- المطيري، الصحة والنشاط الرياضي ، دار المسيرة، عمان، ط 1، 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، أسيوط مصر، العدد 6 1990

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

- عبد الباري ابراهيم درة علوم التربية، جامعة السيوط ، ط 1 ، 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.
- رابح تركي: أصول التربية والتعليم، بيت الحكمة للنشر والتوزيع، ط 1، 1990.
- حسن معاوض، حسن شلتون، الرياضة التربوية، منشأة المعارف، ط 1، القاهرة، مصر، 1996.
- موقع منظمة الصحة العالمية: 2007.
- محمد العربي ولد خليفة، المهام الحضارية للمدرسة والجامعة الجزائرية، ديوان المطبوعات الجامعية، ط 1، الجزائر، 1989.
- محمد خاليفة 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، ط 1، 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.
- عوض 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، ط 1، 1996.
- سري، مقومات الصحة، دار جرير للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى الإسكندرية، مصر، 2000.
- سري، التربية الصحية مبادئ وأفاق منشأة المعارف للنشر والتوزيع الإسكندرية، ط 1، 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. ط3. 2003.
- 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.

الله رحمة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة المسيلة

محمد علوه وتقنياته النشاطات البدنية والرياضية

قسم المكينات الرياضي والصحية

استمارة إستبيان

السادة الأستاذة الكرام تحية رياضية طيبة:

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

تحت عنوان:

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

(دراسة ميدانية لبعض ثانويات ولاية سطيف).

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

أستاذتي الأفضل إجاباتكم تستخدم لغرض علمي لا غير ، لكم مني أسمى عبارات العرفان والتقدير .

► الجانب الصحي :

► س1: هل مشكلات الصحية تؤدي إلى تدني مستواك المهني؟

أحياناً لا نعم

► س2: هل تعاني من إصابات أثناء القيام بعملك؟

أحياناً لا نعم

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

أحياناً لا نعم

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

أحياناً لا نعم

► س5: أجد نفسي مشغول البال من مرض لا يرجى شفائه؟

أحياناً لا نعم

► س6: كيف ترى ظروفك الصحية داخل وخارج عملك؟

ضعيفة مقبولة قوية

► س7: أشعر بتعب والإرهاق بدون سبب؟

أحياناً لا نعم

► س8: كيف ترى مستواك الصحي بشكل عام؟

ضعف متوسط جيد

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

أحياناً لا نعم

► الجانب النفسي:

► س 10: ماهو شعورك عند مقابلتك للتلاميذ اول مرة ؟

محج نادي اثق من نفسي

► س 11: هل تعانى من مشكل الارتباك؟

نعم لا أحيانا

► س 12: الزيارات المفاجئة للمفتش تسبب لي القلق والارتباك؟

نعم لا أحيانا

► س 13: هل تؤثر حالتك النفسية على مدوودك المهني؟

نعم لا أحيانا

► س 14: في رأيك ما هي أهم العوامل التي تؤثر على الأداء المهني؟

صحيحة نفسية اكتضاض الفصول

► س 15: أصاب بالقلق و التوتر لعدم مناسبة حجم المادة بالزمن المحدد لها ؟

نعم لا أحيانا

► س 16: يضايقني التلاميذ الغير متعاونين في حصة التربية البدنية والرياضية؟

نعم لا أحيانا

► س 17: نقص معامل المادة يؤثر على أدائك المهني مقارنة بجهوداتك ؟

نعم لا أحيانا

► س 18: هل نقص الوسائل يؤدي بك للإحباط في العمل؟

نعم لا أحيانا

الله
بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ



المخلص:

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

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

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

الفرضية الجزئية:

- للحالة الصحية أهمية في الأداء الوظيفي لأساتذة التربية البدنية و الرياضية في الطور الثانوي.

- للحالة النفسية أهمية في الأداء الوظيفي لأساتذة 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 إنجاز البحث في الفترة الممتدة من بداية شهر ديسمبر 2016 إلى غاية شهر ماي 2017.

المنهج المستخدم: تم الاعتماد على المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة: استماراة استبيان، وقد تم تقسيم الاستبيان إلى مخوريين يحتوي على 18 سؤال.

نتائج الدراسة: أن الحالة الصحية مهمة في الأداء المهني لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي، كما وجدنا أن الحالة الصحة 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 لأساتذة التربية البدنية والرياضية، حيث كلما كانت حالة الأستاذ النفسية جيدة كلما كان أداء الأستاذ راقي ومنظم، إذ لا بد من توفير الجو المناسب للأستاذ، وتحقيق الغاية المنشودة وجب وضع الأستاذ في جو نفسي مريح لمساعدته في أداءه المهني و هذا ما تجلى من خلال نتائج الدراسة.

اقتراحات:

﴿ نقترح أن يكون هذا العمل الذي أعددناه نموذجا يمكن الاعتماد عليه في الدراسات العلمية وفي تقييم مستوى الصحة النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية خاصة في الطور الثانوي. ﴾

﴿ ترسیخ المبادئ والمعارف والتقنيات الأساسية الخاصة بالمادة (الصحة النفسية) وتكوين ما يعرف بالأستاذ الكفاء المؤهل. ﴾

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