



The effect of a recreational sports curriculum to reducing school bullying among primary school students in the Hashimiya district center

Asst. Lec. Saaed Salim Abdul Reda Salman* 

Ministry of Education. Directorate of Education, Babylon Governorate, Iraq.

*Corresponding author: saaedalkelabe1974@gmail.com

Received: 27-01-2025

Publication: 28-02-2025

Abstract

The research aims to identify the reality of school bullying among students in the fifth and sixth grades of primary school from the point of view of teachers, and to identify the effect of the recreational sports curriculum in reducing school bullying among students in the fifth and sixth grades of primary school. The experimental approach was used to design the experimental and control groups, and the research population was determined from fifth and sixth grade students in the schools of the Hashemite District Center for Boys in Babil Governorate for the academic year 2021-2022, which numbered (7) schools, and the number of bullied students reached (98) bullies. The research sample was chosen from the bullied students in Ramallah Primary School, which numbered (20) students. They were divided into two groups of equal number (experimental and control). The recreational sports curriculum was applied to the experimental group sample for a period of (six weeks) at the rate of (16) recreation units for the curriculum as a whole, at the rate of two units in the first and second week, and the rest of the weeks at the rate of three units per week, and the time of the unit was (40) minutes. I used illustrative pictures and a practical presentation of the type of game that is related to the topic of the recreational lesson. After completing the lesson, small recreational games are applied that help in creating an atmosphere of comfort and fun. The research came out with a set of conclusions, including that the recreational sports curriculum has a clear effect in reducing school bullying among students aged (11-12) years in Babel Governorate, the Hashemite District Center, and that the recreational sports curriculum has a clear effect in reducing school bullying among students aged (11-12) years in Babylon Governorate, the Hashemite District Center.

Keywords: Recreational Sports Curriculum, School Bullying, Primary School Students..



تأثير منهج رياضي ترويحي في خفض التنمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية
بمركز قضاء الهاشمية

م.م. سعيد سليم عبد الرضا سلمان

العراق. وزارة التربية. مديرية تربية محافظة بابل

saaedalkelabe1974@gmail.com

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٥/١/٢٧ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٥/٢/٢٨

الملخص

يهدف البحث الى التعرف على واقع التنمر المدرسي لدى تلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي من وجهة نظر المعلمين ، والتعرف على تأثير المنهج الترويحي الرياضي في خفض التنمر المدرسي لدى تلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي. استخدم المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين التجريبية والضابطة، وتحدد مجتمع البحث من تلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي في مدارس مركز قضاء الهاشمية للبنين في محافظة بابل للعام الدراسي ٢٠٢١-٢٠٢٢ والبالغ عددها (٧) مدارس، وبلغ عدد التلاميذ المتمدرين (٩٨) متتمرا ، واختيرت عينة البحث من التلاميذ المتمدرين في مدرسة (رام الله الابتدائية) والبالغ عددهم (٢٠) تلميذ تم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين في العدد الى (تجريبية والضابطة) .

طبق المنهج الرياضي الترويحي على عينة المجموعة التجريبية لمدة (سنة أسابيع) بواقع (١٦) وحدة تروحية للمنهج ككل ، وبواقع وحدتين في الأسبوع الاول والثاني وباقي الاسابيع بواقع ثلاث وحدات في الاسبوع ، وبلغ زمن الوحدة (٤٠) دقيقة، وأستخدم الصور التوضيحية والعرض العملي لنوع اللعبة التي لها صلة بموضوع الدرس الترويحي وبعد الإنتهاء من الدرس يتم تطبيق الالعاب الترويحية الصغيرة التي تساعد في خلق جو من الراحة والمرح . وخرج البحث بمجموعة من الاستنتاجات منها ان للمنهج الرياضي الترويحي تأثيرا واضحا في خفض التنمر المدرسي لدى تلاميذ بأعمار (١١-١٢) سنة في محافظة بابل في مركز قضاء الهاشمية ، وان للمنهج الرياضي الترويحي تأثيرا واضحا في خفض التنمر المدرسي لدى تلاميذ بأعمار (١١-١٢) سنة في محافظة بابل مركز قضاء الهاشمية .

ومن التوصيات التي يوصى بها : ضرورة استعمال المنهج الرياضي الترويحي المقترح في المدارس الابتدائية الذي اعده الباحثان لان المرحلة الابتدائية تمثل مرحلة تنمر مبكرة ، والتأكيد على وسائل الاعلام في زيادة توعية الاباء والمعلمين في معاملة ابنائهم المعاملة الحسنة وحثهم على التعاون مع الآخرين ومراعاة ظروف المرحلة التي يمر بها لمحاولة خفض التنمر المدرسي.

الكلمات المفتاحية: منهج رياضي ترويحي ، التنمر المدرسي ، تلاميذ المرحلة الابتدائية .

١ - المقدمة :

يهتم علم النفس بدراسة الظواهر السلوكية في المجتمع وتحليلها ، ويعتمد في ذلك على النظريات السائدة للوصول إلى حلول لتلك الظواهر المرتبطة بحياة الفرد ، ويعد الاهتمام بدراسة المشكلات الطلابية والتكيف النفسي والاجتماعي حاجة ملحة وماسة وبشكل خاص في مرحلة المراهقة ، فالأوضاع الاقتصادية والاجتماعية والتربوية والتكنولوجية المتغيرة أدت إلى زيادة صعوبات الحياة وتعقيداتها وظهور عدد من المشكلات السلوكية غير المرغوبة والتي تحدث عادة في مختلف المؤسسات التربوية ومنها ما يسمى بظاهرة التتمر ، والمفترض من المؤسسات التربوية أن يكون هدفها الأساسي هو تربية جيل يحمل المبادئ والأخلاق السامية بالإضافة إلى تعليم مختلف العلوم ، إذ يؤثر هذا السلوك على الطلاب وعلى النظام المدرسي بشكل عام ، وأصبحت هذه الظاهرة أكثر شيوعاً في عصر العولمة ، وإنَّ لعلم النفس الرياضي دوراً مهماً في دراسة الظواهر السلبية ووضع الاسس والطرق التي يجب مراعاتها للتخلص من هذه الظواهر ، فإنه يؤكد على دراسة تلك الظواهر السلبية في المجتمع والمصاحبة لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية .

ان عملية الإرشاد والتوجيه هي احد المتطلبات ذات الاثر النفسي التي تحتاج الى مجهودات كبيرة وخاصة في المدرسة حيث أن الارشاد يجب أن يتميز بالتنظيم والوضوح ولا يخالف الأهداف التربوية الموضوعية كما أنه يجب أن يتميز بمناسبته لطبيعة المشكلات التربوية داخل المدرسة بشكل عام، بحيث يتم وضع اهداف عامة وخاصة واضحة ومحددة بما يتفق والأهداف التربوية وما يخدم العملية التعليمية وبما يتوافق مع الإمكانيات التربوية الموجودة في المدرسة، لذا تلك الامور حثت الباحثين والتربويين لبناء برامج ارشادية لرفع المستوى التعليمي وتعديل السلوك نحو الافضل وتوجيهه بالمسار الصحيح الذي يخدم العملية التعليمية ، ومن هنا نستطيع القول بانه طبيعة الإرشاد تختلف حسب هدف البرنامج الارشادي وعمر المسترشد.

ومن هذه الظواهر السلبية هي ظاهرة التتمر التي أصبحت ظاهرة منتشرة في المدارس بسبب ما تشهده البلاد من عوامل عنف ساعدت على تنامي هذه الظاهرة وسيطرة مفهوم العنف في بيئة الطالب (المدرسة، الشارع ، البيت) لدى بعض الطلبة الذين يحاولون السيطرة على الصف بالقوة وجعل الضعفاء منهم اضعوكة أو يتسلون بمضايقتهم أو إيذائهم على النحو الجسدي أو اللفظي أو أي نوع من أنواع المضايقات الأخرى بهدف التتمر عليهم وإيذائهم والتسلية بهم ، ومن هذا كله جعل من الضروري الاهتمام بوضع برامج ومناهج إرشادية لتأهيل تلك الحالات وإبعاد الطلبة عنها وعن ممارستها حتى لا تكون متلازمة لديه وتكبر معه ويصبح شخصاً مؤذياً وغير نافع في المجتمع ، وبذلك أصبح من اللازم أن تتطافر الجهود نحو هذه الظاهرة ومنع تفشيها وانتشارها من خلال وضع منهج ارشادي نفسي يهدف للحد من الظاهرة لدى المتممرين في المدارس .

ومن هنا تظهر أهمية البحث في دراسة ظاهرة التتمر والتعرف على أسباب انتشارها في بعض المدارس الابتدائية في بابل قضاء الهاشمية ومحاولة وضع السبل لحل تلك الظاهرة وخفض مستوياتها لدى المتمترين من التلاميذ من خلال وضع برنامج ترويحي رياضي يتلاءم مع عينة البحث ، والتعرف على أثره فيهم وفي ظاهرة التتمر. ويعبر التربويين دائماً عن قلقهم حول توجه التلاميذ وخاصة في المرحلة الابتدائية نحو التتمر المدرسي كونها مرحلة دخول الطفل الى المدرسة والتي تؤدي الى اضطرابات نفسية مما يؤدي الى التأثير على النتائج من حيث الإنجاز في الأداء والتحصيل الدراسي ، وقد دأبت البحوث والدراسات المستمرة للعمل على خفض التتمر المدرسي عند التلاميذ وظلت هذه المشكلة الاساسية والقائمة بشكل مستمر بالنسبة للعملية التربوية والتعليمية وخاصة في هذه المرحلة الدراسية ، ومن خلال عمل الباحث وممارسة عمله كمعلم للتربية الرياضية لاحظ هذه المشكلة بين التلاميذ لذا حاول ان يخوض في هذه المشكلة لمحاولة خفضها من خلال تصميم برنامج ترويحي رياضي لخفض التتمر المدرسي لدى التلاميذ.

وبهدف البحث الى:

١- اعداد مقياس التتمر المدرسي لدى تلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي من وجهة نظر المعلمين .

٢- التعرف على واقع التتمر المدرسي لدى تلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي من وجهة نظر المعلمين .

٣- اعداد منهج ترويحي رياضي لخفض التتمر المدرسي لتلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي
٤- التعرف على تأثير المنهج الترويحي الرياضي في خفض التتمر المدرسي لدى تلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي.

٢- إجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث من تلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي في مدارس مركز قضاء الهاشمية للبنين في محافظة بابل للعام الدراسي ٢٠٢١/٢٠٢٢ بواقع (٧) مدارس وبلغ عدد المتمترين الكلي في جميع المدارس القضاء (٩٨) متمترا ، وبعد اجراء المسح الميداني لمجتمع البحث للتعرف على نسبة الاكبر للمتمترين في تلك المدارس لأجراء المنهج الترويحي الرياضي للمدرسة الاكثر نسبة لسلوك التتمر ، وظهرت النسبة الاكبر في مدرسة (رام الله الابتدائية) وبلغ عدد العينة (٢٠) تلميذ تم تقسيمهم الى مجموعتين متساويتين في العدد الى (تجريبية والضابطة) .

الجدول (١) يبين الوسط الحسابي لسلوك التتمر المدرسي في مدارس مجتمع البحث

ت	المدرسة	الوسط الحسابي
١	مدرسة رام الله الابتدائية	١٧٨,٦٣
٢	مدرسة الصفوة الابتدائية	١٦٠,٠٧
٣	مدرسة ابي تمام الابتدائية	١٦٩,٠٦
٤	مدرسة مدينة العلم الابتدائية	١٥٢,٥٦
٥	مدرسة الكرار الابتدائية	١٧١,٨٠
٦	مدرسة المستنصرية الابتدائية	١٥٨,٦٧
٧	مدرسة الغروب الابتدائية	١٦١,٥٩

الجدول (١) يبين قياس سلوك التتمر المدرسي لمدارس مجتمع البحث من وجهة نظر المعلمين ، وظهر اعلى وسط حسابي في مدرسة رام الله الابتدائية للبنين ، لهذا اعتمد الباحث المدرسة ذاتها لتنفيذ المنهج الرياضي الترويحي عليها .

٢-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- استبانة خبراء للمقياس
- مقياس التتمر المدرسي.
- قرطاسية وأدوات مكتبية (أوراق وأقلام) .
- جهاز حاسوب نوع (hp) عدد (١) .
- كاميرا نوع (sonny) عدد (١)
- حاسبة الكترونية نوع (CASIO) عدد (١) .
- ساعة الكترونية نوع (CASIO) عدد (٢)
- كرات ملونة صغيرة عدد (٩٠) كرة.
- ساحة مدرسة تخطط بحسب متطلبات اللعبة الصغيرة .
- شواخص وموانع وحواجز الكترونية صينية.
- كرات مطاطية كبيرة للقفز تركية.
- سبورة صغيرة صينية .
- اقلام تلوين .
- صافرة وشرائط قياس.

٢-٤-١ إجراءات اعداد مقياس التمر المدرسي:

بعد الاطلاع على المصادر والدراسات السابقة التي استعملت مقياس التمر المدرسي تم اعتماد المقياس الذي اعدّه الباحث (حسين حمزة جواد، ٢٠١٨) والذي يتكون من (٥٧) فقرة ، موزعة على ست مجالات هي (التمرّ الجسمي، التمرّ اللفظي، التمرّ النفسي، التمرّ الاجتماعي، التمرّ على الممتلكات، التمرّ الجنسي) ، وبدائل الاجابة خماسية وهي (دائماً ٥ درجة) ، (غالباً ٤ درجة) ، (أحياناً ٣ درجة) ، (نادراً ٢ درجة) ، (أبداً ١ درجة) وان اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المختبر هي (٢٨٥) وقل درجة هي (٥٧) الوسط الفرضي للمقياس (١٧١) ، وكلما كانت الدرجة التي يحصل عليها المفحوص تساوي او اعلى من الوسط الفرضي للمقياس دل ذلك على شيوع التمر المدرسي عند التلاميذ .

٢-٤-١-١ التجربة الاستطلاعية لمقياس التمر المدرسي:

إن الغرض منها التعرف على مدى وضوح تعليمات أو فقرات مقياس التمر المدرسي فضلاً عن معرفة المعوقات والصعوبات التي قد تعترض تطبيق التجربة الرئيسية وكذلك الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس، لذا تم تطبيق المقياس على عينة المعلمين البالغة (١٢) معلماً وذلك في يوم (الاثنين) المصادف (٢٠٢١/١٢/١٣) وقد تبين من التجربة إن تعليمات وفقرات المقياس واضحة ومفهومة من أفراد العينة وان متوسط الوقت المستغرق للإجابة على المقياس بلغ (١٤) دقيقة ، وتم الاستفادة من التجربة كذلك في الحصول على الاسس العلمية للمقياس.

٢-٤-١-٢ تطبيق المقياس على عينة الاعداد :

طبق المقياس على عينة يبلغ عددها (٤٢) معلم تمثل (٧) مدارس وذلك في المدة من يوم (الاحد) الموافق (٢٠٢١/١٢/١٩) الى يوم الثلاثاء الموافق (٢٠٢١/١٢/٢٨).

٢-٤-١-٣ الخصائص القياسية (السيكومترية) لمقياس التمر المدرسي:

أولاً: صدق المقياس:-

تم استخدام هذا الصدق الظاهري عندما عرض مقياس التمر المدرسي على الخبراء والمتخصصين للتأكد من مدى صلاحية فقرات المقياس لمناسبتها للتطبيق على افراد عينة البحث.

ثانياً: ثبات المقياس:

١ - التجزئة النصفية:

لغرض التحقق من الثبات بهذه الطريقة ثم تجزئة فقرات المقياس إلى فقرات فردية وأخرى زوجية، بعدها تم حساب تباين الفقرات الفردية والزوجية، تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات المجموعتين حيث بلغت درجت الثبات (٠,٨٢)، ولكي نحصل على تقويم الثبات بكامله قام الباحثان بتطبيق معادلة سبيرمان- براون، وقد ظهر بأن درجة الثبات (٠,٩٠١) وهي قيمة عالية تدل على ثبات المقياس.

٢ - معامل الفاكرونباخ:

تم تطبيق معامل الفاكرونباخ على عينة الاعداد البالغة عددهم (٤٢) معلم، وقد بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠,٨٣) وهو مؤشر عال للثبات.

٢-٤-٢ التجربة الرئيسية:

٢-٤-٢-١ الاختبار القبلي:

قام الباحث بأجراء الاختبار القبلي على افراد عينة البحث يوم (الاربعاء) الموافق (٢٠٢٢/٢/٢٣) ، الساعة العاشرة صباحا وذلك بتوزيع استمارات لقياس التتمرد المدرسي لتلاميذ الصف الخامس والسادس الابتدائي في مدرسة رام الله الابتدائية للبنين من وجهة نظر المعلمين وعددهم (٢٠) تلميذ موزعين بالتساوي على المجموعتين التجريبية والضابطة .

٢-٤-٢-٢ تطبيق المنهج الرياضي الترويحي:

قام الباحث بتطبيق المنهج الرياضي الترويحي على المجموعة التجريبية البالغ عددها (١٠) تلاميذ من مدرسة رام الله الابتدائية للبنين الذين تم تشخيصهم عن طريق المقياس من قبل المعلمين بانهم متمردين ، وذلك من يوم الخميس الموافق (٢٠٢٢/٢/٢٤) الى يوم الخميس الموافق (٢٠٢٢/٤/٧) ، وتم تطبيق وحدات المنهج الرياضي الترويحي المرفق بالألعاب الترويحية لمدة (ستة أسابيع) بواقع (١٦) وحدة ترويحية للمنهج ككل ، وبواقع وحدتين في الأسبوع الاول والثاني للأيام (الأحد والأربعاء) وباقي الاسابيع بواقع ثلاث وحدات في الاسبوع (الاحد ، الاثنين ، الاربعاء) وبلغ زمن الوحدة (٤٠) دقيقة ، وأستخدم الباحثان من الصور التوضيحية والعرض العملي لنوع اللعبة التي لها صلة بموضوع الدرس الترويحي وكذلك بعد الإنتهاء من الدرس يتم تطبيق الألعاب الترويحية الصغيرة التي تساعد في خلق جو من الراحة والمرح ، وتخلق جو من الالفة والتعاون، ونبذ العنف التي لها صلة بموضوع التتمرد وكذلك استخدام الأدوات المناسبة لأعمارهم ليقع أثرها في نفوس التلاميذ ومن ثم انخفاض المتمرد، وتحثهم على التعاون وحب مساعدة الزميل والاحترام في ما بينهم وتشجيع الآخرين للفوز من دون أنانية .

٢-٤-٣ الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق الوحدات الرياضية الترويحية على افراد المجموعة التجريبية قام الباحث بإجراء الاختبار البعدي على المجموعتين التجريبية والضابطة البالغ عددهم (١٠) تلاميذ من كل مجموعة من الصف الخامس والسادس الابتدائية لمدرسة رام الله الابتدائية للبنين وذلك بعد الانتهاء من المنهج بعد مضي (١٧) يوم ، وذلك في يوم الثلاثاء الموافق (٢٤/٤/٢٠٢٢) كي تظهر نتائج المنهج في سلوكيات افراد عينة البحث خلال هذه المدة ، وايضاً أجرى الاختبار البعدي على المجموعة الضابطة من خلال توزيع استمارات المقياس على معلمي المدرسة ، واعتمدت الباحثان الإجراءات نفسها التي أجريت في الإختبار القبلي لأدائها من حيث آلية توزيع الاستمارات واجابة المعلمين عليها.

٢-٥ الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في استخراج نتائج البحث .

٣- عرض وتحليل و مناقشة النتائج :

٣-١ عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة في التمر المدرسي :

الجدول (٢) يبين المعالم الاحصائية لمجموعة البحث الضابطة

النتيجة	مستوى الدلالة	قيمة (t)	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي	
			ع	س	ع	س
غير معنوي	٠,١١٩	١,٧٣	١٠,١٩	١٨٠,٩	١١,٦١	١٨٩,٦

يبين الجدول (٢) إن الوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي كان (١٨٩,٦) والانحراف المعياري (١١,٦١) ، وكانت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (١٨٠,٩) والانحراف المعياري (١٠,١٩) وكانت قيمة (t) المحسوبة (١,٧٣) وكانت قيمة مستوى الدلالة (٠,١١٩) وهي قيمة اكبر من (٠,٠٥) مما يدل على عدم وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي.

٣-٢ عرض وتحليل نتائج المجموعة التجريبية في التمر المدرسي:

الجدول (٣) يبين المعالم الاحصائية لمجموعة البحث التجريبية

النتيجة	مستوى الدلالة	قيمة (t)	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي	
			ع	س	ع	س
معنوي	٠,٠٠٠	٢٠,٤٧	٦,٩٢	١٣٨,٩	٦,٠٤	١٨٧

يبين الجدول (٣) إن الوسط الحسابي لنتائج الاختبار القبلي كان (١٨٧) والانحراف المعياري (٦,٠٤) ، وكانت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (١٣٨,٩) والانحراف المعياري (٦,٩٢) وكانت قيمة (t) المحسوبة (٢٠,٤٧) وكانت قيمة مستوى الدلالة (٠,٠٠٠) وهي قيمة اقل من (٠,٠٥) مما يدل على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

٣-٣ عرض وتحليل نتائج المجموعة الضابطة والتجريبية للتمر المدرسي في الاختبار البعدي:

الجدول (٤) يبين المعالم الاحصائية للاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

النتيجة	مستوى الدلالة	قيمة (t)	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
			ع	س	ع	س
معنوي	٠,٠٠٠	١١,٧٠	٦,٩٢	١٣٨,٩	١٠,١٩	١٨٠,٩

يبين الجدول (٤) إن الوسط الحسابي لنتائج الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة كان (١٨٠,٩) والانحراف المعياري (١٠,١٩) ، وكانت قيمة الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية (١٣٨,٩) والانحراف المعياري (٦,٩٢) وكانت قيمة (t) المحسوبة (١١,٧٠) وكانت قيمة مستوى

الدلالة (٠,٠٠٠) وهي قيمة اقل من (٠,٠٥) مما يدل على وجود فرق معنوي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية .

من خلال النتائج التي تم التوصل اليها تبين ان ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية اسهم في انخفاض مستوى التمر المدرسي ، اذ ان التطور الحاصل لأفراد عينة البحث انعكس ذلك على الحالة النفسية للتلاميذ فعندما يكون التلميذ راضيا عن نفسه وعن ادائه يكون ذلك مردودا إيجابيا على سلوكه وهذا ما أكده

(مروان عبد المجيد، ٢٠٠٠) "أي كلما كان الفرد راضيا عن نفسه ينعكس ايجابيا على تصرفاته وسلوكه والعكس صحيح .

(مروان عبد المجيد، ٢٠٠٠، ٢٥٢)

تعد الأنشطة الرياضية الترويحية صمام الأمان والمصل الواقي للأفراد، والهدف الرئيسي عند ممارستها هو شعور التلميذ بالسعادة، والراحة، والرضا النفسي، والنشاط الرياضي الترويحي ينمي ملكات التلميذ ، ويتفهم، ويبتكر، وينتج، وتتطلق طاقاته وتبرز مواهبه وتحسن حالته الصحية والذهنية وتزيد

معلوماته ويتغير سلوكه في الاتجاه الصحيح . (Sara. Young and Craig. R . ٢٠٠٠ . ٥٦)

أن الأنشطة الرياضية الترويحية ساعدت التلاميذ في تكوين الاتجاه الشخصي لهم في العلاقات الانسانية، والتعبير عن الرأي ، وإدراك الحب والعلاقة الإيجابية بين التلاميذ.

(محمد نجدي، ٢٠٠٣، ١٩)

اذ ان الانشطة الرياضية الترويحية التي تمت خلال البرنامج الترويحي كانت بشكل جماعي مما ساعد التلاميذ لاكتساب روح الجماعة والانسجام والقدرة على التكيف مع الجميع كما ساعدت على ازالة حالات التوتر وتنشيط الدورة الدموية ، وتعد الأنشطة الرياضية الترويحية من افضل الوسائل التربوية التي تساعد في بناء الفرد، حيث تنشدها الشعوب والمجتمعات المتقدمة أو النامية التي تأمل في مواكبة الحضارة التي تغزو العالم اليوم.

والمشاركة الرياضية الترويحية تنتج قدراً كبيراً من المهارات الاجتماعية والخبرات والمهارات النفسية والجمالية التي تثري حياة التلاميذ وتضيف لها الشعور بالبهجة والسرور والنظرة المتفائلة للحياة، وتمد التلاميذ بالطرق والوسائل التي تساعد مع مجتمعاتهم . (وزارة التربية ، ١٩٨١ ، ٢٦)

أن الأنشطة الرياضية الترويحية تختلف في اهدافها من مجتمع لآخر طبقاً للنظم الاقتصادية، والسياسية، والاجتماعية المتبعة في المجتمعات، كما وتختلف هذه الأهداف بسبب اختلاف المراحل التعليمية للتلاميذ (صبحي سراج ، ٢٠٠١ ، ١٢)

اي بمعنى ان للترويح أكثر من نشاط لان النشاط وسيلة وليست غاية بحد ذاته أما الغاية فهي التغيير بالحالة الانفعالية والشعور بالسعادة.

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- ان للمنهج الرياضي الترويحي تأثيرا واضحا في خفض التتمر المدرسي لدى تلاميذ بأعمار (١١-١٢) سنة في محافظة بابل في مركز قضاء الهاشمية .
- ٢- ان للمنهج الرياضي الترويحي تأثيرا واضحا في خفض التتمر المدرسي لدى تلاميذ بأعمار (١١-١٢) سنة في محافظة بابل مركز قضاء الهاشمية .
- ٣- أظهرت النتائج افضلية المنهج الرياضي الترويحي للمجموعة التجريبية في خفض التتمر المدرسي لدى تلاميذ بأعمار (١١-١٢) سنة في محافظة بابل مركز قضاء الهاشمية.

٤-٢ التوصيات:

- ١- ضرورة استعمال المنهج الرياضي الترويحي المقترح في المدارس الابتدائية الذي اعده الباحثان لان المرحلة الابتدائية تمثل مرحلة تنمر مبكرة
- ٢- تأكيد وسائل الاعلام في زيادة توعية الالباء والمعلمين في معاملة ابنائهم المعاملة الحسنة وحثهم على التعاون مع الاخرين ومراعاة ظروف المرحلة التي يمر بها لمحاولة خفض التتمر المدرسي.
- ٣- من الضروري تعاون الاسرة مع ادارات المدارس في متابعة اولادهم متابعة مباشرة .
- ٤- اجراء بحوث مقارنة بين تلاميذ المرحلة الابتدائية حسب متغير الجنس.

المصادر

- أحمد نصر: دور رعاية الشباب في تحقيق أهداف النشاط الرياضي بجامعة طنطا، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٥ .
- تهناني عبدالسلام محمد : الترويح والتربية الترويحية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠١ .
- جوليا لينك روبرتس وجوليا روبرتس بوجس : بوصلة المعلم في ميدان تربية الموهوبين ، ترجمة (فايزة بنت صالح الحمادي) ، الرياض ، العبيكان للنشر ، ٢٠١٥ .
- حسين حمزة جواد العبادي ، واقع التتمرّ المدرسيّ والثقافة الرياضيّة لدى طلاب المدارس الثانويّة في مدينة الحلة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة بابل ، ٢٠١٨ .
- صبحي سراج: تأثير برنامج تروحي رياضي في بعض المتغيرات النفسية والفسولوجية والبيو كيميائية لمدمني المخدرات، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠١ .
- محمد نجدي: دراسة تحليلية للأنشطة الترويحية المطبقة في برامج إعداد بعض المنتجات الرياضية الوطنية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٣ .
- مروان عبد المجيد ابراهيم ، الاحصاء الوصفي والاستدلالي ، الطبعة الاولى ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان، الاردن ، ٢٠٠٠ .
- وزارة التربية: نظام المدارس الثانوية، رقم ٢ لسنة ١٩٧٧، والمعدل برقم ٧-، بغداد، العراق، ١٩٨١ .
- Sara, Young and Craig, R: Professional Prepatation For The resreational sports specialist UNLV- Indiana University Leisure studies program recreation park administration, 2000.

ملحق (١) مقياس التنمر المدرسي

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	الأقوياء من التلاميذ يضربون الضعفاء أثناء اللعب					
٢	يقوم التلاميذ بقرص بعضهم البعض مسبباً لهم الألم					
٣	يتعمد بعض التلاميذ بإيقاع زميلهم بشدة ورفسه					
٤	يقوم بعض التلاميذ بجر اذان أو شعر زميلهم مسبباً له الألم والضييق					
٥	بعض التلاميذ يقومون بدفع زميلهم بقوة في الاصطفاف الصباحي واخذ مكانه.					
٦	يقوم بعض التلاميذ بدفع زميلهم للجلوس مكانه					
٧	بعض التلاميذ يجبرون زملائهم بالقوة على فعل شيء لا يرغبون به					
٨	يفتعل بعض التلاميذ المشاكل للتشاجر مع زملائهم الضعفاء					
٩	يقوم بعض التلاميذ بوضع قدمهم أمام زملائهم لإيقاعهم على الأرض					
١٠	يقوم بعض التلاميذ بمنع زملاءهم من الدخول إلى الصف بالقوة					
١١	يقوم بعض التلاميذ بلوي ذراع زملائهم وحشرهم في زاوية الصف أو خلف الباب أو تحت الرحلة					
١٢	يقوم التلاميذ بسبب وشتم زملائهم بالألفاظ بذيئة ومخزية لأسباب تافهة					
١٣	بعض التلاميذ يهددون زملائهم ويتوعدوهم بالإيذاء والضرب					
١٤	يطلقون أسماء وألقاب سيئة ونابية على زملائهم					
١٥	يطلقون التعليقات الساخرة والمزعجة على زملائهم بسبب (وزنهم ، طولهم ، لون بشرتهم ، طريقة كلامهم ، لبسهم ، درجاتهم ، قدرتهم على القراءة والكتابة... الخ)					
١٦	بعض التلاميذ يطلقون النكات والألفاظ الاستهزائية ضد زملائهم ليجعلوهم أضحوكة أمام الآخرين					
١٧	ينتقدون زملائهم نقداً قاسياً ومحرجاً أمام التلاميذ					
١٨	يقطعون كلام زملائهم أثناء حديثهم					
١٩	بعض التلاميذ يتهمون زملائهم بأفعال لم يقوموا بها					
٢٠	يصرخون بصوت عالٍ بوجه زملائهم لأفزعهم واستفزازهم					
٢١	بعض التلاميذ يتحدثون بلهجة استفزازية لإثارة زملائهم					
٢٢	يضابقون زملائهم بشكل مستمر					
٢٣	يهددون زملائهم لإثارة الرعب في نفوسهم					
٢٤	يخيفون زملائهم ويستفزوهم بوجه عابس					
٢٥	يحرضون زملائهم على تجاهل بعض التلاميذ لإذلالهم					
٢٦	يبصقون على زملائهم أمام التلاميذ					

٢٧	يجمعون الأوساخ ويضعوها في مكان جلوس زملائهم				
٢٨	يرسمون صور لزملائهم على السبورة ويكتبون تحتها عبارات مضحكة				
٢٩	ينظرون لزملائهم بتعالي				
٣٠	يكذبون أو يقللون من قيمة كلام زملائهم				
٣١	يحتقرون زملائهم بتعابير وجهية				
٣٢	يقومون بإقصاء أو طرد بعض زملائهم من الفريق الرياضي				
٣٣	يمنعون مشاركة بعض زملائهم بالأنشطة الاجتماعية التي تقيمها المدرسة				
٣٤	يقومون برفض آراء زملائهم الضعفاء واتخاذ قرارات بالنيابة عنهم				
٣٥	لا يصغون لحديث زملائهم				
٣٦	يشعرون بالغيرة من نجاح زملائهم				
٣٧	يتجاهلون زملائهم عمداً ولا يتحدثون معهم				
٣٨	يثيرون الفتن بين زملائهم لكي يتخاصموا				
٣٩	يشيعون الأكاذيب وينشرون الإشاعات عن زملائهم				
٤٠	يسرقون ممتلكات زملائهم من حقائبهم				
٤١	يستعملون القوة لأخذ ممتلكات زملائهم				
٤٢	لا يرجعون الأشياء التي استعاروها من زملائهم				
٤٣	يتلفون ويخربون ممتلكات زملائهم				
٤٤	يتعمدون في إخفاء أشياء تعود لزملائهم				
٤٥	يحتالون على زملائهم لأخذ نقودهم				
٤٦	يضربون رحلة زملائهم محاولين كسرها				
٤٧	يتعمدون تمزيق ملابس زملائهم				
٤٨	أخذ طعام زملائهم بالإكراه				
٤٩	يطلقون ألقاب وأسماء جنسية على زملائهم				
٥٠	يلمسون زملائهم بطريقة جنسية في مناطق حساسة من الجسم				
٥١	يهددون زملائهم بالاعتداء الجنسي				
٥٢	يفسرون كلام زملائهم تفسيراً جنسياً				
٥٣	يشتمون ويسبون زملائهم بكلمات نابية أو مليئة بالإيحاءات الجنسية				
٥٤	ينشرون إشاعات عن وجود طبيعة أو ميول جنسية عند زملائهم				
٥٥	يطلقون تعليقات جنسية على مظاهر زملائهم				
٥٦	يكتبون تعليقات أو نكات جنسية على الجدران أو السبورة تتعلق بزملائهم				
٥٧	يغرون زملائهم بالنقود أو الأجهزة الإلكترونية الحديثة من أجل الممارسة الغير لائقة.				

ملحق (٢)

المنهج الرياضي الترويحي المقترح

رقم الوحدة	عنوان الوحدات الترويحية	الزمن المستغرق
١	وحدة تعريفية بالبرنامج والتأكيد على الانضباط.	٤٠ د
٢	النشاط العام، والتعاون.	٤٠ د
٣	معرفة اهمية الوقت والتعاون بين الجميع والحد من ظاهرة التتمر.	٤٠ د
٤	النشاط وسرعة والاستجابة والتفكير.	٤٠ د
٥	خلق روح المنافسة ، والتعاون .	٤٠ د
٦	المنافسة والتعاون وابرار قدراته الفردية والحد من ظاهرة التتمر.	٤٠ د
٧	التعاون والحد من التتمر.	٤٠ د
٨	المنافسة والحد من التتمر.	٤٠ د
٩	الاحترام المتبادل بين التلاميذ.	٤٠ د
١٠	تحمل المسؤولية لكل تلميذ لكي يساهم في فوز فريقه.	٤٠ د
١١	حب التعاون والمساعدة بين التلاميذ.	٤٠ د
١٢	التعاون بين التلاميذ وانكار الذات.	٤٠ د
١٣	اثبات الذات لكل تلميذ بانه هو الافضل.	٤٠ د
١٤	تنمية القيم والمبادئ التربوية لدى التلاميذ.	٤٠ د
١٥	تنمية مهارة التفاعل والمشاركة لدى التلاميذ.	٤٠ د
١٦	الخاتمة / توجيهات توعوية للتلاميذ لخفض التتمر.	٤٠ د

الوحدة: الأولى

الهدف: وحدة تعريفية بالبرنامج والتأكيد على الانضباط:

الزمن (٤٠ د) الأدوات المستخدمة: (كرات - شواخص)

التمهيد (١٠د):

يقف التلاميذ بخط مستقيم ثم يقوم الباحثان ومعلم المادة بالتعرف على التلاميذ وتحيتهم حيث يوضح لهم المعنى العام للترويح الرياضي وماهي فوائده للمجتمع عامة وفوائده للتلاميذ خاصة وشرح المنهج الرياضي الترويحي وكيفية تطبيقه، ثم الاحماء بدورة مشي ثم دورتين هرولة مع بعض التمارين يطبقها المعلم .

النشاط الترويحي (٥٢د):

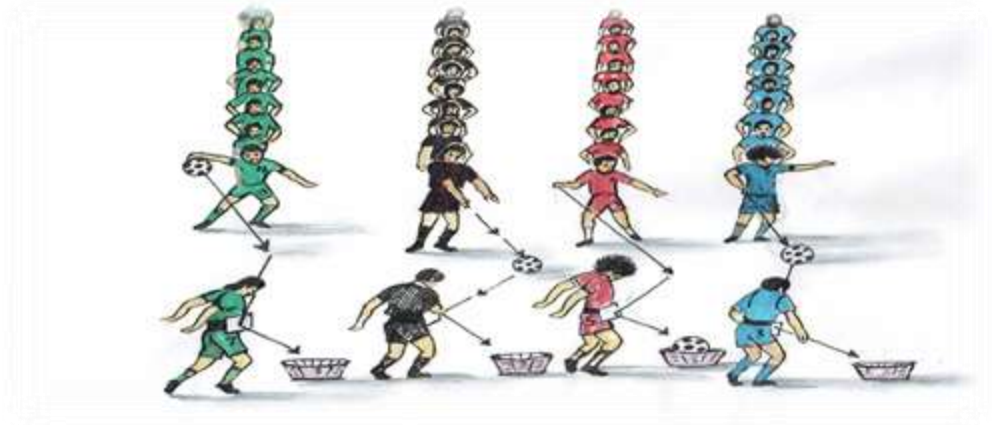
حمل الكرة ذهابا وايابا:

يقسم التلاميذ الى مجموعتين متساويتين مع كل مجموعة كرة وعند سماع الصافرة يجري اول تلميذ من كل مجموعة حاملا الكرة ذهابا ليلف حول الشاخص والرجوع ليسلمها للتلميذ الذي يليه ثم يذهب للاخير وهكذا والمجموعة التي تنتهي اولا هي الفائزة.

لعبة جمع الكرات بحسب اللون:

طريقة اللعب: يقسم الفريق على اربع مجاميع، ويتم اختيار قائد لكل فريق، يقوم قائد الفريق بحمل سلة على رأسه وبداخلها كرات بلون السلة المحمولة نفسها وعند سماع الصافرة من المعلم يقوم القائد برمي الكرات الى الارض، ويقوم كل فريق بجمع الكرات وحسب لون السلة، وأي فريق يقوم بجمع الكرات بأسرع وقت هو الفائز.

الهدف من اللعبة: التعاون بين التلاميذ لجمع الكرة ، وإنكار الذات وتحمل اللاعب للمسؤولية لكي يحقق نقطة لفريقه على حساب الفريق الاخر .



الختام (٥د): عمل دائرتين مع صوت واحد عاش العراق، عاش العراق، ثم الانصراف.

يشكل التلاميذ مربع ناقص ضلع ويهتفون بصوت واحد مع التصفيق نعم للعراق نعم للعراق.

الوحدة: الثالثة

الهدف: معرفة اهمية الوقت والتعاون بين الجميع والحد من ظاهرة التمر

الزمن: ٤٠ د

الادوات المستخدمة: كرات - شواخص + صافرة

التمهيد (١٠د):

تحية الدرس دورة واحدة مشي ثم دورتين هرولة ثم الوقوف بخط مستقيم حيث يقوم المعلم بأداء مجموعة من التمارين من وضع الثبات. مع اعطاء مسافة بين لاعب وآخر.

النشاط الترويحي (٢٥د):

دحرجة الكرة :

يقسم التلاميذ الى مجموعتين مع كل مجموعة كرة وامامهم مجموعة من الشواخص وعلى بعد (٢٥م) خط النهاية يوضع شاخص، عند سماع صافرة المدرس يدحرج التلميذ الاول من كل مجموعة الكرة حتى يصل الى الشاخص ثم يلف حول الشاخص ويحمل الكرة بيديه ويرجع مسرعا ويسلمها الى زميله حتى ينتهي افراد المجموعة والذي ينتهي اولاً يصبح هو الفائز.

قذف الكرة اثناء الركض

يقسم التلاميذ الى مجموعتين متساويتين تقف المجموعتين خلف خط البداية، وعلى بعد (٢٥م) يوجد شاخص، وفي منتصف المسافة يحمل كل تلميذ كرة يد يبدأ التلميذ برمي الكرة الى الاعلى واستلامها شرط ان لا تسقط في الارض ومن ثم التقل بين ٤ شواخص بطريقة متلوية اي الزكزاك ومن ثم العودة الى خط البداية وثم لمس تلميذ اخر لينطلق والفريق الفائز هو الذي يكون اسرع .

الخاتمة (٥ د)

تحية الدرس دورة واحدة مشي ثم دورتين هرولة ثم الوقوف بخط مستقيم حيث يقوم المدرس بأداء مجموعة من التمارين من وضع الثبات. مع اعطاء مسافة بين لاعب وآخر

الوحدة: الخامسة

الهدف: خلق روح المنافسة والتعاون .

الزمن: ٤٠ د

الادوات المستخدمة: كرات صغيرة ملونة - سلات - صافرة

التمهيد (١٠د):

المشي ثلاث خطوات مع التصفيق في الرابعة وتكرارها لدورة واحدة ثم الهرولة دورتين مع اداء بعض التمارين المتنوعة اثناء الهرولة.

النشاط الترويحي (٢٥ د):

لعبة جمع الكرات الصغيرة الملونة داخل السلات:

يقسم التلاميذ الى مجموعتين امام كل مجموعة سلة لجمع الكرات الملونة يقوم معلم الرياضة بتوزيع الكرات الملونة وعددها (٨٠) ملونة في اماكن مختلفة من الساحة وعند اعطاء اشارة البدء ينطلق التلاميذ بأقصى سرعة لجمع الكرات الصغيرة الملونة ووضعها في السلة والفريق الذي يجمع اكبر عدد من الكرات الملونة هو الفريق الفائز .

لعبة عكس الاشارة:

يقسم التلاميذ الى عدة مجاميع ويقف المعلم امامهم ولديه علم ، وتبدأ اللعبة اذا رفع العلم الى فوق يجلس التلاميذ، واذا خفضه الى اسفل يقف التلاميذ ، واذا اشار الى جهة اليمين يذهبون الى اليسار واذا اشار الى اليسار يذهبون الى اليمين ، واذا اشار الى الامام يرجعون الى الخلف واذا اشار الى الوراء يتقدمون الى الامام وتكرر اكثر من مرة، حتى بقاء اخر لاعب الذي يعتبر فائزا.

الختام (٥ د):

يقف التلاميذ مجموعتين وتقوم المجموعة الثانية تقوم بالسلام عن طريق لمس ايادي المجموعة الاولى ثم كل مجموعة تكون دائرة ويهتفون بصوت واحد رياضة، نشاط.