

أثر برنامج تعليمي مبني بالألعاب التنافسية لتنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. (دراسة ميدانية أجريت على تلاميذ السنة ثانية ثانوي بثانوية محمد بن عبد الكريم بتيارت)

The effect of an educational program based on competitive games to develop psychological well-being among secondary school students.

حذبي محمد¹، Hudhabi Muhammad العنثري محمد علي² Al-Antari Muhammad Ali
^{1,2} جامعة تيسمسيلت.

lantri-staps38@hotmail.com²، mohamed.hadhbi@univ-tissemsilt.dz¹

معلومات عن البحث:

تاريخ الاستلام: 2024/07/22
تاريخ القبول: 2024/10/16
تاريخ النشر: 2024/12/01

doi.org/10.5281/zenodo.15183729

الكلمات المفتاحية:

برنامج تعليمي، الألعاب التنافسية،
الرفاهية النفسية، المرحلة الثانوية.

الباحث المرسل: حذبي محمد

الايميل

mohamed.hadhbi@univ-tissemsilt.dz

Keywords:

Educational programme,
competitive games, Well-being,
secondary stage.

ملخص:

تهدف الدراسة إلى التعرف على أثر برنامج تعليمي مبني بالألعاب التنافسية لتنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ ثانية ثانوي ولهذا الغرض استخدمنا منهج تجريبي على عينة مكونة من 60 تلميذ تم اختيارها بشكل قصدي من ثانوية محمد بن عبد الكريم بولاية تيارت، لجمع البيانات استخدمنا أداة مقياس الرفاهية النفسية، بعد جمع النتائج ومعالجتها إحصائياً تم التوصل إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية، وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين لصالح المقياس البعدي وعلى هذا الأساس أوصت الدراسة للبرنامج أثر إيجابي على الحالة النفسية الإيجابية لدى التلميذ فعلى أساتذة التربية البدنية والرياضية تطبيق البرنامج المبني بالألعاب التنافسية.

Abstract

The Object of the study aims to identify the effectiveness of an educational program based on competitive games to develop well-being among secondary school students, for this purpose, we used the method experimental approach On a sample composed of 60 students Chosen as intentionally, Mohamed bin Abdel Karim dans létat de Tiaret and for data collection, we used a tool well-being scale After collecting the results and having treated them statistically, we conclude there were statistically significant differences between the average scores of the experimental and control groups in favor of the experimental group ,and there were statistically significant differences between the two groups.

I - مقدمة:

للتربية البدنية والرياضية مجال أساسي يوفر للفرد الكثير من فرص التمتع بحياة سعيدة وصحية فممارسة العمل في الهواء الطلق ومزاولة الألعاب الرياضية المتنوعة سواء داخل الصالات أو في أحواض السباحة و داخل المؤسسات التربوية، هي بحد ذاتها عوامل إنسانية غرضها تحقيق حياة نشيطة ومسلية في نفس الوقت، ولما كانت التربية البدنية والرياضية هي ذلك الجزء المتكامل من التربية العامة ، بحيث تعتمد على الميدان التجريبي لتكوين الأشخاص عن طريق أنواع النشاطات البدنية المختلفة بغرض تزويد الفرد بالمعارف والخبرات والمهارات التي تسهل لإشباع رغباته وتلبية حاجاته وتساعد على الاندماج داخل المجتمع (مروان،2014)، والتربية البدنية جزء بالغ الأهمية وهي ليست حشو يضاف إلى البرنامج المدرسي كوسيلة لشغل الأطفال ولكنها على العكس من ذلك جزء حيوي من التربية، فعن طريق برنامج للتربية البدنية موجه توجيها صحيحا يكتسب التلاميذ المهارات ومختلف الألعاب وينمون إجتماعيا ونفسيا وإنفعاليا وجسميا(صالح،2013)، واللعب يأخذ أشكال متنوعة تتوافق مع نمو الطفل في كل مرحلة من مراحل نموه، حيث لكل مرحلة من مراحل النمو ألعاب خاصة تناسب مع خصائص الطفل وقدراته وميوله وإستعداداته وتتأثر تلك الألعاب سواء في شكلها أو مضمونها أو كيفية أدائها، بحيث تعتبر الألعاب التنافسية ضرورة من ضروريات الحياة عند الصغار والكبار على السواء، فتعتبر الألعاب ذو أهمية كبيرة كإحدى الوسائل الهامة في تعليم التلاميذ وذلك لارتباطها بالجوانب الإجتماعية والبيئية والانفعالية والعقلية والرياضية(سامي محسن،2011)، فالألعاب ذات الشكل التنافسي لاقت إنتشارا واسعا وكبيرا لكونها من الألعاب المشوقة والممتعة لدى التلاميذ، والتي تحوي على تنافس شديد وكثير من الأهداف، فهي تمارس في المدارس والجامعات والأندية بهدف الترويح والمنافسات بين الأفراد(ماجد،2018)، وتعرف الألعاب التنافسية هي تلك الألعاب ذات الطابع التنافسي بحيث تلعب مجموعة من اللاعبين ضد مجموعة أخرى مساوية أو مختلفة عنها في العدد بحرية وبحركات محددة وفق تعليمات المدرب (David,2002).

يعد الإهتمام بالرفاهية النفسية أمر ضروري لدى التلاميذ لأنها تعكس الوظيفة النفسية الإيجابية، وهي أكبر من مجرد الصحة النفسية فهي تحدد علاقة الفرد بذاته من قبلها وتفردا وبما يحقق إستقلاليته، وسعيه لتحقيق مقاصد وغايات حياتية مستغلا كافة

الفرص البيئية بما يحقق له من التقدم والإستمرارية والنضج الشخصي، وبالتالي الشعور الإيجابي بالسعادة (الزهراني، 2020) وتعرف الرفاهية النفسية هو ذلك الإحساس بالإنفعالات الجيدة والصحة النفسية الحسنة كأساس حياة مليئة بالسعادة، بحيث تتضمن الطريقة التي يقوم فيها الأفراد بتقييم حياتهم في الماضي والحاضر، وتشمل بذلك ردود الفعل الإيجابي نحو الأحكام والأحداث المتعلقة بحياة هؤلاء الأشخاص، وتغلبهم على ما يواجههم من صعوبات وتحديات، و تفعيل قدراتهم مع تطويرها مستقبلا (علاوي، 2001).

وتكمن أهمية البحث على المشكلة التي نحاول معالجتها مع ضرورة مراعاة خصوصيات الفئة العمرية لتلاميذ المرحلة الثانوية لتنمية رفاهيتهم النفسية في ظل مختلف المشكلات والأزمات النفسية التي تصيهم في حياتهم، حيث هدف البحث إلى إقتراح برنامج تعليمي مبني بالألعاب التنافسية لتنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وكذا التعرف على تأثير هذا البرنامج على تنمية الرفاهية النفسية لدى التلاميذ.

وقد تناولت بعض الدراسات العربية هذا الموضوع الذي يعتمد على الألعاب التنافسية لتنمية الرفاهية النفسية لدى مرحلة التعليم الثانوي ومن بينها:

دراسة محمد عبد الموجود مصطفى النجار (2021): تأثير ألعاب تنافسية مبتكرة على تحسين اللياقة البدنية للأطفال، هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير الألعاب التنافسية المبتكرة على تحسين اللياقة البدنية، بحيث يشتمل البرنامج على (24) وحدة لمدة 08 أسابيع بواقع 03 وحدات أسبوعيا وزمن كل وحدة (90 دقيقة)، إستخدم الباحث التصميم التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الواحدة، شارك في البحث 15 طفلا متوسط أعمارهم 10 سنوات، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي عند مستوى (0.01) في عناصر اللياقة البدنية قيد البحث.

ودراسة طارق محمد علي النصيري (2023): تأثير إستخدام الألعاب التنافسية على مستوى التفكير الخططي لطلاب تخصص كرة اليد بكلية التربية الرياضية، هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير إستخدام تلك الألعاب التنافسية على التفكير الخططي لدى الطلاب، ولهذا الغرض إستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو المجموعتين على عينة مكونة من (40) طالب تم إختيارها قصديا لجمع البيانات إعتد على مقياس

مبني بالألعاب التنافسية لتنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (دراسة ميدانية أجريت على تلاميذ السنة ثمانية ثانوي بثنائية محمد بن عبد الكريم بتيارت)

التفكير الخططي ، وتوصلت نتائج الدراسة للبرنامج التعليمي المقترح باستخدام الألعاب التنافسية له تأثيرا إيجابيا على مستوى التفكير الخططي لطلاب المجموعة التجريبية.

دراسة أحمد حمدان (2022): تأثير الألعاب التنافسية على تحسين بعض المهارات الهجومية في كرة السلة. هدفت الدراسة قصد التعرف على تأثير تلك الألعاب التنافسية على تحسين بعض المهارات الهجومية ، وإتبعته الدراسة المنهج التجريبي ذات التصميم الثنائي، وتكونت عينة الدراسة من (36) طالبا من المستوى الثاني بكلية التربية البدنية والرياضية في جامعة الأقصى، أختيرت بطريقة قصدية، و إستخدم الباحث مجموعة من الإختبارات البدنية والمهارية، كما قام بإعداد برنامج قائم على الألعاب التنافسية، وتوصلت نتائجها إلى وجود فروق في متوسط رتب درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي في الإختبارات المهارية .

حيث إن مرحلة المراهقة مرحلة طويلة نسبيا من المراحل العمرية، بحيث تتسم بالعديد من التغيرات العضوية والنفسية التي قد تبعث على القلق والتوتر، فإن تلك التغيرات الإضافية المتلاحقة التي تحيط بالتلميذ قد تضيق إليه عبئا نفسيا، وزيادة في الضغوط، مما يتطلب فهمها والتعامل معها بما يحقق له الإستقرار النفسي وزيادة قدرته على التعامل الإيجابي ومواجهة التحديات للوصول للحالة النفسية الجيدة (عطية، 2009)، وعلى ضوء ما سبق التطرق إليه يمكن طرح التساؤل:

- هل للبرنامج التعليمي المبني بالألعاب التنافسية أثر في تنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

ومنه تفرعت التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة التجريبية وتلاميذ المجموعة الضابطة في القياس البعدي لمقياس الرفاهية النفسية وأبعادها؟

- هل توجد فروق بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لمقياس الرفاهية النفسية وأبعادها؟

II - الطريقة وأدوات:

1- حدود البحث:

المجال المكاني: أجريت الدراسة ميدانيا بثنائية محمد بن عبد الكريم بولاية تيارت.

المجال الزمني: أجرينا هذا البحث خلال الفترة الممتدة بين جانفي وأفريل للموسم الدراسي 2023/2024، بحيث كان إجراء القياس القبلي للمجموعة التجريبية يوم الثلاثاء 07/01/2024 والمجموعة الضابطة يوم الثلاثاء 09/01/2024، بعد ذلك طبقنا البرنامج التعليمي يوم 16 جانفي 2024 إلى غاية 22 أفريل 2024، وتم بعد ذلك إجراء القياس البعدي يوم 19/04/2024، أما المجموعة الضابطة يوم 22/04/2024.

1-1 المجال البشري:

1-3-1 مجتمع الدراسة: توجد 67 ثانوية بولاية تيارت، بحيث بلغ العدد الكلي لتلاميذ السنة الثانية ثانوي بثنائيات ولاية تيارت ب 12488 تلميذا، كما بلغ عدد التلاميذ للسنة الثانية ثانوي بثنائية محمد بن عبد الكريم بولاية تيارت التي أجريت فيها الدراسة الميدانية ب 256 تلميذا.

2-3-1 عينة الدراسة: بحيث أختيرت عينة البحث بالطريقة الغير احتمالية بأسلوب العينة القصدية وقد بلغ حجمها الكلي (60) تلميذ يدرسون في السنة الثانية ثانوي بثنائية محمد بن عبد الكريم، مقسمة الى (30) تلميذ مجموعة تجريبية و(30) مجموعة ضابطة، بحيث تم دراسة تجانس عينة البحث بين المجموعتين وتوصلنا إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة تعزي لمتغير العمر الزمني(السن)، ومتغير الوزن(كغ)، ومتغير الطول(السنتمتر).

2- إجراءات البحث:

1-2 – منهج البحث المستخدم: بما أن الدراسة تهدف إلى التعرف على فاعلية برنامج تعليمي قائم بالألعاب التنافسية لتنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، فمنهج

الدراسة هو المنهج التجريبي الذي يقوم على أساس إجراء تغيير متعمد بشروط معينة في العوامل التي يمكن أن تؤثر في الظاهرة موضوع الدراسة (على، 2009).

2-2 - تحديد المتغيرات وكيفية قياسها:

أ- المتغير المستقل: البرنامج التعليمي المبني بالألعاب التنافسية.

ب- المتغير التابع: الرفاهية النفسية.

3-2- أداة الدراسة وأسسها العلمية:

أعدت هذا المقياس "كارول رايف" 1989 ويتكون من 42 بند، منها 22 عبارة إيجابية و20 عبارة سلبية، أما من حيث بدائل الإستجابة فهي ست بدائل (غير موافق بشدة، غير موافق إلى حد ما، غير موافق، موافق، موافق إلى حد ما، موافق بشدة) وقد أعطيت قيما للاستجابات على عبارات المقياس (1.2.3.4.5.6) على الترتيب للعبارات الإيجابية، في حين أعطيت (6.5.4.3.2.1) على الترتيب للعبارات السلبية، بحيث إرتفاع الدرجة تشير إلى إرتفاع مستوى الرفاهية النفسية، في حين أكدت "كارول رايف" على الحفاظ على الأبعاد الستة للمقياس بتعداد 07 بنود لكل بعد، وتمثلت أبعاد الرفاهية النفسية في النمو الشخصي، تقبل الذات، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، التمكن البيئي، الحياة الهادفة، الإستقلالية.

الأسس العلمية لمقياس الرفاهية النفسية:

1. صدق المحكمين: تم عرض مقياس الرفاهية النفسية في صورته الأولية على أساتذة مختصين وذلك للحكم عليه ومدى صلاحية مفردات المقياس للتطبيق، وكانت نسب إتفاق السادة المحكمين على عبارات المقياس لا تقل عن 80%.

2. الصدق الظاهري: تم تطبيق مقياس الرفاهية النفسية على عينة عددها (20) تلميذا من تلاميذ السنة ثانية ثانوي، تتراوح أعمارهم من (16-18) سنة وتبين أن التعليمات الخاصة بالمقياس واضحة ومحددة، وأن العبارات مفهومة مما يؤكد، أن مقياس الرفاهية النفسية يتمتع بالصدق الظاهري.

-ثبات المقياس:

طريقة إعادة التطبيق: وعليه قام الباحث بتطبيق المقياس على العينة الإستطلاعية البالغ عددها (20) تلميذا من تلاميذ السنة الثانية ثانوي، وبعد مرور أسبوع تم إعادة تطبيقه مرة أخرى على نفس العينة، ثم قام الباحث بتفريغ الدرجات، باستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين نتائج التطبيقين، بحيث ظهرت قيمة معامل الثبات (0.964) بين الدرجة الكلية لكلا التطبيقين، وهي قيمة دالة عند مستوى 0.01 مما يشير إلى ثبات المقياس.

4-2 – الأدوات الإحصائية:

المعالجة تمت بالإستعانة ببرنامج الحزم الإحصائية في العلوم الاجتماعية (spss)، والمتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، إختبار(t)، معامل الارتباط بيرسون.

III – النتائج:

عرض وتحليل النتائج:

1- عرض نتائج الفرض الأول " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة التجريبية وتلاميذ المجموعة الضابطة في القياس البعدي لمقياس الرفاهية النفسية تعزي لصالح المجموعة التجريبية" للتحقق من صحة الفرض قام الباحث بالكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الرفاهية النفسية بعد تطبيق البرنامج، وذلك باستخدام اختبار "ت" t-test لعينتين مستقلتين (مراد، 2000) والجدول التالي يوضح:

الجدول 1: نتائج اختبار(ت) لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي عينة الدراسة

أبعاد المقياس	المجموعة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة(ت)	الدلالة 0.01	قيمة ايتا ²	حجم التأثير
النمو الشخصي	التجريبية	30.745	3.726	58	12.41	دالة	0.334	0.820
	الضابطة	18.331	3.147					
العلاقات الإيجابية	التجريبية	31.112	4.015	58	14.65	دال	0.340	0.817
	الضابطة	16.462	3.589					
تقبل الذات	التجريبية	29.252	3.700	58	13.14	دال	0.334	0.831
	الضابطة	16.106	3.028					
الاستقلالية	التجريبية	30.286	4.479	58	11.65	دال	0.325	0.811
	الضابطة	18.629	4.091					
الهدف من الحياة	التجريبية	28.175	2.789	58	09.52	دال	0.321	0.824
	الضابطة	19.123	3.568					
الدرجة الكلية	التجريبية	149.570	18.709	58	16.24	دال	0.361	0.839
	الضابطة	88.651	17.423					

المصدر: من إعداد الباحثين حسب نتائج الدراسة.

نلاحظ من الجدول رقم (1) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 بين متوسطات درجات تلاميذ المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات تلاميذ المجموعة الضابطة على مقياس الرفاهية النفسية بأبعادها (النمو الشخصي، العلاقات الإيجابية، تقبل الذات، الاستقلالية، الهدف من الحياة) وهذا بعد تطبيق البرنامج التعليمي المبني بالألعاب التنافسية

(قياس بعدي) وذلك لصالح المجموعة التجريبية، وكان حجم تأثير البرنامج في تحسن لدى أفراد المجموعة التجريبية، بحيث تخطى (0.8) مما يؤكد تحقق الفرض الأول.

2- عرض نتائج الفرض الثاني "توجد فروق بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لمقياس الرفاهية النفسية وأبعادها" للتحقق من ذلك تطرق الباحث بالكشف عن دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الدراسة:

الجدول 2: يبين نتائج إختبار (ت) لإختبار دلالة الفروق في درجات المجموعة التجريبية في القياس القبلي البعدي لمقياس الدراسة.

أبعاد المقياس	نوع التطبيق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة	قيمة آيتا ²	حجم التأثير
النمو الشخصي	القبلي	17.866	3.726	29	12.41	دال	0.566	0.938
	البعدي	31.866	3.147					
العلاقات الإيجابية	القبلي	15.201	4.015	29	14.65	دال	0.617	0.954
	البعدي	31.762	3.589					
تقبل الذات	القبلي	14.552	3.700	29	13.14	دال	0.605	0.949
	البعدي	31.989	3.028					
الاستقلالية	القبلي	17.00	4.479	29	11.65	دال	0.544	0.937
	البعدي	32.313	4.091					
الهدف من الحياة	القبلي	16.015	2.789	29	09.52	دال	0.565	0.943
	البعدي	29.048	3.568					
الدرجة الكلية	القبلي	80.634	18.709	29	16.24	دال	0.673	0.970
	البعدي	156.978	17.423					

المصدر: من إعداد الباحثين.

يوضح الجدول رقم (2) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية على مقياس الرفاهية النفسية للأبعاد النمو الشخصي، العلاقات الإيجابية، تقبل الذات، الهدف من الحياة، الاستقلالية، وذلك لصالح القياس البعدي وكانت قيم مربعات آيتا للدرجة الكلية والأبعاد كبيرة، وكان حجم تأثير البرنامج في القياس البعدي كبيرا، يقترب من الواحد الصحيح مما يعني تحقق الفرض الثاني للدراسة.

VI – المناقشة:

ويشير ذلك إلى تنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المجموعة التجريبية بعد تقديم البرنامج المقترح والمبني بالألعاب التنافسية لهم، حيث يشعر التلاميذ بالإنفعالات الجيدة كأساس حياة مليئة بالفرح والسعادة وتشمل بذلك ردود الفعل الإنفعالية الإيجابية إتجاه أنفسهم، ويأتي هذا من خلال الألعاب على شكل تنافس بين الأفراد، مما يعني إمتلاك الفرد علاقات عالية الجودة مع زملائه هذا ما يولد لدى التلميذ إحساسه بالنمو والتطور المستمر وشعوره بتقبل ذاته، هذا ما يتفق مع دراسة بوكثير نور الإسلام (2021)، ودراسة بوفريدة عبد المالك (2022) ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن الألعاب التنافسية لها أثر إيجابي على الحالة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال اللعب بشكل عام فهو نشاط إرادي يؤديه الفرد بنفسه وبحماس ورغبة، لا يفرض عليه من الخارج، وإنما ينبع من ذاته وبالتالي إحساسه بالرضا والبهجة والسعادة وتمتعه بالرفاهية النفسية هذا ما أكدته دراسة بلعيدوني مصطفى (2021) من خلال تأثير برنامج ترويحي مقترح على الشعور بالسعادة لدى كبار السن، وكذلك دراسة برزوان حسيبة (2021)، وكذلك ما إتفق مع دراسة كاشف زايد (2022) أثر برنامج رياضي في الحد من أعراض الإكتئاب وتحسين الرفاهية النفسية لدى الطلبة.

وتتفق نتائج الفرضية مع نتائج دراسة كل من نتائج دراسة لحسن كركبة (2023) بتأثير الأنشطة الرياضية اللاصفية في تحقيق الرفاهية النفسية لدى تلاميذ التعليم الثانوي، ودراسة أسماء محمد سعد (2021) تأثير برنامج ترويحي باستخدام الألعاب الصغيرة لإكساب الرفاهية النفسية لدى الطالبات، فالرفاهية واللعب كلها تدور حول إدخال البهجة والسرور والسعادة على النفس والبدن من خلال ممارسة أي نشاط بدني أو فكري بعيدا عن الأمور الجادة، وتفريغ كل الشحنات السالبة والتخلص من التوتر وإتاحة أجواء التعبير عن كل ما هو داخلي.

V – خاتمة:

من خلال ما تقدمت به الدراسة من تحليل ومناقشة النتائج بواسطة الأدوات العلمية المتمثلة في كل من البرنامج التعليمي ومقياس الرفاهية النفسية الموجه للتلاميذ المرحلة الثانوية، وبالمعالجة الإحصائية الخاصة بمتغيرات كل فرضية والتي دارت حول الإشكالية العامة "هل للبرنامج التعليمي المبني بالألعاب التنافسية أثر في تنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟ فقد هدفت الدراسة إلى معرفة أثر البرنامج التعليمي على تنمية الرفاهية النفسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطي درجات تلاميذ المجموعة التجريبية وتلاميذ المجموعة الضابطة في القياس البعدي.

-وجود فروق بين متوسط درجات تلاميذ المجموعة التجريبية في القياس القبلي والبعدي لمقياس الرفاهية النفسية، وعلى ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج فإن الباحث يقدم إقتراح فعلى أساتذة التربية البدنية والرياضية تطبيق البرنامج التعليمي المبني بالألعاب التنافسية لما له من أثر إيجابي على الحالة النفسية الايجابية لدى التلاميذ وخاصة المرحلة الثانوية، وعليه يوصي الباحث القيام بدراسة مستقبلية أثر الألعاب التنافسية الترويحية على دافعية الإنجاز والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.

IV – الإحالات والمراجع

المراجع باللغة الانجليزية:

- 1-Ibrahim Muhammad Al-Mahasin, Teaching Physical Education, Jarir Publishing and Distribution House, (Amman, Jordan, 1st edition, 2006).
- 2- Ali Mervat Khafaya Mustafa Al-Sayeh Muhammad, Introduction to Teaching Methods, Dar Al-Wafa for the World of Printing and Publishing, (Alexandria, Egypt, 1st edition, 2008).
- 3- Akram Khatiba, Physical Education for Children and Adolescents, Al-Yazouri Scientific Publishing and Distribution House, (Amman, Jordan, 1st edition, 2011).
- 4- Majid Manaf Hassan Al-Taie, Team Competition Method, World of Sports Publishing Foundation, (Alexandria, 1st edition, 2018).

الأطروحات:

- 5- Bou farida Abdel Malik, the role of physical sports activity in improving mental health among students in the final stages of secondary education, Institute of Physical Education and Sports, Daly Ibrahim, Algeria, 2021

المقالات:

- 6- Bukhatir Nour Al-Islam, the role of recreational activities in achieving mental health among doctors in light of the Corona pandemic (Covid-19)‘ Scientific Journal of Science and Technology for Physical and Sports Activities, 18, 1 bit 2, (June 2021)‘ pp. 270-283.
- 7- Bin Al-Sayed mastoid, the role of practicing adapted sports activity in achieving mental health among the hearing-impaired, Scientific Journal of Science and Technology for Physical and Sports Activities, 15, 1, (02-27-2018)‘ pp. 155-171.
- 8- Hatal Samir, the effect of physical and sporting activity practiced in the physical education and sports class on the attention of final year students during other educational subject classes, Scientific Journal of Science and

Technology for Physical and Sports Activities, 18, 1st bis 2, (June 2021), pp. 12-27.

9- Blonas Nour El-Din, the effect of a training program using the combined method (strength and mini-games) in developing the ability to repeat speeds (RSA) among handball players under 17 years old, Scientific Journal of Science and Technology for Physical and Sports Activities, 19, 1 (June 2022), p. 134- 1

10- Walid Khaled, the effectiveness of a proposed educational program to teach hearing-impaired and normal people (13-15 years old) some basic skills in basketball, Scientific Journal of Science and Technology for Physical and Sports Activities, 17, I (repeated), June (2020), pp. 275-290.

11- Abros Sharif, an analytical study of the psychological, health, and mental dimensions of sports practice and their relationship to motivation for academic excellence, Scientific Journal of Science and Technology for Physical and Sports Activities, 18, (2), December 2021, pp. 441-457.

12- Ali saluki Sayed Ahmed, the leadership behavior of the physical education and sports teacher and its relationship to the competitive behavior of students in school sports teams in the secondary stage, Scientific Journal of Science and Technology for Physical and Sports Activities, 18, 1 bis 1, (June 2021), pp. 29-43.

13- Grady Ibrahim, the effect of a proposed educational program using mini-games on developing dynamic balance among second-year primary school students (11-09 years old), Scientific Journal of Science and Technology for Physical Activities and Sports, 17, I (repeated), Joan (2020), pp. 226-240.