


The Relationship Between Teaching Styles in Physical Education and the Level of Psychological and Social Adjustment Among Secondary School Students

¹ Adel Habhab  ² Abdelhakim Al-Khuwaildi  ³ Mohamed Abdelqader 

¹ Department of Teaching, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, University of Zawia..

*Corresponding author email: a.habhab@zu.edu.ly

Received: 15-03-2026 | Accepted: 20-04-2026 | Available online: 30-04-2026 | DOI:10.26629/uzjwses.2026.10

ABSTRACT

The research aimed to identify the most common teaching styles in physical education, determine the level of psychological and social adjustment among students, and examine the relationship between teaching styles and the level of psychological and social adjustment. The research adopted the descriptive correlational method. The research population consisted of some secondary school students in regular schools, namely Al-Alalqa Secondary School and Al-Nahda Secondary School, in the Sabratha region during the academic year 2024/2025, aged between 15 and 18 years.

A sample of 68 students was selected using the stratified random sampling method. The sample was divided according to grade level: first, second, and third year of secondary school, in order to ensure fair representation of all levels. Stratified random sampling was used because it provides more accurate results in representing the original population.

The research relied on a modified scale to measure the relationship between teaching styles in physical education and the level of psychological and social adjustment. The scale consisted of three main dimensions and was specifically modified and designed for this research based on the integration of literature in physical education, psychological sciences, and social sciences, as well as relevant theoretical foundations and previous studies.

The most important results showed statistically significant differences in the level of psychological and social adjustment according to the different teaching styles. The results also confirmed the existence of a positive correlational relationship between the use of interactive and cooperative teaching styles and the increase in the level of social adjustment among students.

Keywords: Teaching styles , Psychological adjustment , Social adjustment.

العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية

¹ عادل هههب ² عبدالحكيم الخويلدي ³ محمد عبد القادر

القسم التدريس الكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية.

*المؤلف المراسل: a.habhab@zu.edu.ly

استقبلت: 2026-03-15م | قبلت: 2026-04-20م | متوفرة على الانترنت | 2026-04-30م

المستخلص

هدف البحث إلى تحديد أنماط التدريس الأكثر شيوعاً في التربية البدنية، التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب، وإيجاد العلاقة بين أنماط التدريس ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي، اعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي، تكون مجتمع البحث من بعض طلاب المرحلة الثانوية في المدارس النظامية (مدرسة العلاقة الثانوية - مدرسة النهضة الثانوية) بمنطقة صبراتة للعام الدراسي 2025/2024، والذين تتراوح أعمارهم بين 15 - 18 عاماً، تم اختيار عينة مكونة من (68) طالب بالطريقة العشوائية الطبقية، حيث تم تقسيم العينة وفقاً للصف الدراسي (أول، ثاني، ثالث ثانوي) لضمان التمثيل العادل لجميع المستويات، حيث أن اختيار العينة العشوائية الطبقية يُعطي نتائج أكثر دقة لتمثيل المجتمع الأصلي، اعتمد البحث على مقياس معدّل لقياس العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي، يتكون من 3 محاور رئيسية وهو مقياس مُعدّل ومصمم خصيصاً لهذا البحث اعتماداً على دمج أدبيات التربية البدنية والعلوم النفسية والاجتماعية، والاستناد إلى الأسس النظرية والبحوث السابقة، أظهرت أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي تبعاً لاختلاف أنماط التدريس، كما ثبت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين استخدام أنماط التدريس التفاعلية والتعاونية وبين ارتفاع مستوى التوافق الاجتماعي لدى الطلاب.

الكلمات الدالة: أنماط التدريس، التوافق النفسي، التوافق الاجتماعي

المقدمة:

تُعد التربية البدنية من أهم الركائز التربوية التي تهدف إلى إعداد الفرد إعدادًا متكاملًا من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية، حيث لم يعد دورها مقتصرًا على تنمية اللياقة البدنية والمهارات الحركية، بل تجاوز ذلك ليشمل بناء شخصية الطالب من خلال أنماط التدريس المختلفة التي تسهم في تطوير الجوانب السلوكية والانفعالية. فقد أوضح الرويشد أن ممارسة النشاط البدني في إطار تربوي هادف تسهم في تحسين الصحة النفسية للأطفال والشباب، وتعزز لديهم قيم التعاون والانتماء والاندماج الاجتماعي، مما يجعلها أداة فعّالة في تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي (الرويشد، 2022، ص 59).

إن أنماط التدريس في التربية البدنية لا تُعد مجرد وسائل لنقل المعرفة أو تعليم المهارات الرياضية، بل هي استراتيجيات تربوية لها أثر بالغ في تكوين شخصية الطالب. فالأسلوب التدريسي الذي يتبناه المعلم يؤثر في مستوى دافعية الطلاب، ويحدد طبيعة تفاعلهم مع زملائهم، ويترك بصمات واضحة على توافقهم النفسي والاجتماعي. ويشير الزهيري إلى أن الأساليب التدريسية الحديثة التي تعتمد على المشاركة والتعلم النشط تُعزز من قدرات الطلاب على التكيف مع المواقف المختلفة، وتنمي مهاراتهم في التواصل، مما ينعكس إيجابًا على توافقهم الشخصي والجماعي (الزهيري، 2023، ص 103).

كما أن التوافق النفسي والاجتماعي يُعتبر من أهم مؤشرات الصحة العامة لدى طلاب المرحلة الثانوية، فهو يعكس قدرة الفرد على التعامل مع الضغوط والانفعالات، وعلى بناء علاقات سوية مع الآخرين. وفي هذا السياق، يؤكد الزهراني أن البرامج التربوية القائمة على النشاط البدني والتدريس التفاعلي تسهم في خفض مستويات القلق والتوتر، وتزيد من الشعور بالرضا الذاتي، كما تدعم العلاقات الإيجابية بين الطلاب داخل البيئة المدرسية (الزهراني، 2024، ص 67).

وعليه، فإن دراسة العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب تلك المرحلة تُعد من الموضوعات ذات الأهمية البالغة، كونها تسلط الضوء على دور المعلم كأساس في تحقيق الأهداف التربوية الشاملة، ليس فقط في المجال البدني، وإنما أيضًا في الجوانب النفسية والاجتماعية التي تُعد محورًا أساسيًا في إعداد جيل متوازن قادر على التكيف مع متطلبات الحياة. وقد أكد الحسيني أن التربية البدنية ذات البعد التكاملية تُعد وسيلة رئيسية لإكساب طلاب المرحلة الثانوية قيم التوازن الانفعالي والتفاعل الاجتماعي السليم، وهو ما يبرز ضرورة التركيز على الأساليب التدريسية التي تحقق هذا التكامل (الحسيني، 2024، ص 76).

1-2 مشكلة البحث:

إن مرحلة التعليم الثانوي من أهم المراحل التعليمية لإعداد الطلاب من جميع النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية، ويلعب درس التربية البدنية دوراً هاماً في تحقيق النمو المنشود في

شخصيات الطلاب كما تتمثل في الدرس جميع الأنشطة والدعائم من اهداف ومحتوى وطرائق وأساليب وتقويم وانماط تدريسية.

على الرغم من الأهمية المتزايدة لمادة التربية البدنية في العملية التربوية، إلا أن الممارسة الواقعية تكشف عن تباين واضح في أساليب التدريس التي يعتمدها المعلمون، مما ينعكس على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب. فبعض الأنماط التدريسية تركز على الأداء المهاري والبدني فقط، في حين تهمل الأبعاد النفسية والاجتماعية التي تُعد جزءاً أساسياً من أهداف التربية الشاملة. ويشير الرويشد (61:10) إلى أن الاقتصار على الأنشطة البدنية دون مراعاة الجوانب الانفعالية والاجتماعية للطلاب يؤدي إلى ضعف في عملية التكيف داخل البيئة المدرسية، ومن هنا تتضح مشكلة الدراسة في البحث عن العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب.

1-3 أهمية البحث:

- توضيح العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب، وهو موضوع يجمع بين البعدين التربوي والنفسي في آن واحد. إذ إن أنماط التدريس ليست مجرد أدوات لتنظيم الحصة الدراسية وإنما هي مداخل تربوية تؤثر على شخصية الطالب بشكل شامل.

- استفادة المخططين التربويين وصانعي القرار في وضع برامج تدريبية للمعلمين تركز على كيفية استثمار التربية البدنية كوسيلة لتحسين التوازن النفسي والاجتماعي.

1-4 أهداف البحث:

يهدف البحث الى:

1. التعرف على أنماط التدريس المستخدمة في دروس التربية البدنية.
2. قياس مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
3. تحديد أنماط التدريس الأكثر اسهاماً في تعزيز التوافق الاجتماعي.
4. المقارنة بين الأنماط التدريسية المختلفة في مدى اسهامها في تعزيز التوافق النفسي والاجتماعي.

1-5 تساؤلات البحث:

1. ما هي انماط التدريس المستخدمة في دروس التربية البدنية؟
2. ما مدى مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية؟
3. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين انماط التدريس ومستوى التوافق الاجتماعي؟
4. هل تختلف درجة التوافق الاجتماعي والنفسي باختلاف نمط التدريس المستخدم؟

1-6 تعريف المصطلحات

1.6.1 أنماط التدريس: هي الاستراتيجيات أو الأساليب التي يتبناها المعلم في تنظيم عملية التعليم والتعلم داخل حصة التربية البدنية، وتشمل الأساليب المباشرة مثل الأسلوب الأمري، وغير المباشرة مثل الأسلوب التبادلي أو التعاوني. وقد عرفها المنصوري بأنها طرق منهجية يستخدمها المعلم لتوجيه عملية التعلم بما يحقق أهدافاً تربوية متعددة (المنصوري، 2024، ص 90).

2.6.1 التوافق النفسي: هو قدرة الفرد على التكيف مع ذاته وظروفه، بما يحقق له الرضا النفسي والتوازن الانفعالي. وقد عرفه إبراهيم بأنه عملية ديناميكية مستمرة تسعى إلى إشباع الحاجات وتحقيق الانسجام بين المتغيرات الداخلية للفرد ومطالب البيئة الخارجية (إبراهيم، 2023، ص 101).

3.6.1 التوافق الاجتماعي: هو قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين، وبناء علاقات قائمة على التعاون والاندماج داخل الجماعة. وقد عرفه الرويشد بأنه عملية تكيف اجتماعي تُظهر قدرة الفرد على التفاعل مع محيطه المدرسي والمجتمعي بما يحقق له القبول والاندماج (الرويشد، 2023، ص 68).

2- الدراسات السابقة :

- الدراسة الأولى : محمد علي خليل (2019)، العنوان: أثر أنماط التدريس في التربية البدنية على التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الهدف: التعرف على تأثير الأساليب التدريسية المختلفة (الأمري المباشر والتبادلي) في التربية البدنية على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي.

العينة: 60 طالباً من المرحلة الثانوية بمدينة القاهرة، تم تقسيمهم إلى مجموعتين تجريبية وضابطة.

أهم النتائج : أظهرت النتائج تفوق المجموعة التي درست وفق النمط التبادلي في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي مقارنة بالنمط التقليدي.

- الدراسة الثانية: عبد الرحمن الدوسري (2020).

العنوان : العلاقة بين أنماط التدريس الحديثة ومستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

الهدف: فحص العلاقة بين استخدام الأنماط التدريسية القائمة على التعلم التعاوني ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب.

العينة: 150 طالباً من المرحلة المتوسطة بالرياض ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية.

أهم النتائج: وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية بين اعتماد الأساليب التعاونية في التدريس وارتفاع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي.

الدراسة الثالثة: سعاد الزهراني (2023)، العنوان: العلاقة بين أنماط التدريس والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الإعدادية في المملكة العربية السعودية.

الهدف: دراسة أثر الأسلوب التدريسي القائم على المشروعات مقابل الأسلوب التقليدي على التوافق النفسي والاجتماعي.

العينة: 100 طالب بالمرحلة الإعدادية بمحافظة جدة، اختيروا بطريقة عشوائية بسيطة.

أهم النتائج: الطلاب الذين تعلموا وفق أسلوب المشروعات حققوا مستوى أعلى من التوافق النفسي والاجتماعي.

1.2 الاستفادة من الدراسات السابقة

- من خلال عرض الدراسات السابقة وإطلاع الباحثين توصلوا الى الاتي:
- ساعدت الدراسات في صياغة مشكلة البحث الحالية.
 - اوضحت الدراسات السابقة طريقة اختيار العينة المناسبة للبحث.
 - ساهمت الدراسات السابقة في تحديد منهج البحث الحالي.
 - حددت الوسائل الإحصائية المناسبة لهذا البحث.

3- اجراءات البحث:

1.3 **منهج البحث:** استخدم الباحثون المنهج الوصفي نظراً لملائمته لأهداف وطبيعة البحث.

2.3 **مجتمع البحث:** اشتمل مجتمع البحث على بعض طلاب المرحلة الثانوية (مدرسة العلالقة الثانوية - مدرسة النهضة الثانوية) بمنطقة صبراتة للعام الدراسي 2025/2024 .

3.3 **عينة البحث :** اشتملت عينة البحث على (68) طالب من طلاب المرحلة الثانوية بالطريقة العشوائية الطبقية ، حيث تم تقسيم العينة وفقاً للصف الدراسي (أول، ثاني، ثالث ثانوي) لضمان التمثيل العادل لجميع المستويات، حيث أن اختيار العينة العشوائية الطبقية يُعطي نتائج أكثر دقة لتمثيل المجتمع الأصلي والجدول التالي يوضح تصنيف أفراد العينة .

جدول (1) يبين توزيع العينة وفقاً لمتغير السنة الدراسية

السنة الدراسية	العدد المستهدف	النسبة المئوية
الأولى	21	30.8%
الثانية	22	32.7%
الثالثة	25	36.5%
المجموع	68	100%

4.3 أدوات البحث :

اعتماد البحث على مقياس معدّل لقياس العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي، يتكون من 3 محاور رئيسية، وكل محور يتضمن 7 عبارات، يتم الإجابة عليها وفق مقياس ليكرت الثلاثي (موافق - محايد - غير موافق).

تكون مقياس البحث من ثلاثة أقسام:

المحور الأول : يقيس أنماط التدريس في التربية البدنية وعدد عباراته (7) عبارات.

المحور الثاني: يقيس التوافق النفسي وعدد عباراته (7) عبارات

المحور الثالث: يقيس التوافق الاجتماعي وعدد عباراته (7) عبارات.

يهدف هذا المقياس إلى التعرف على العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب، وذلك من خلال استجابات الطلاب على مجموعة من العبارات التي تعكس ثلاثة محاور رئيسية.

تعليمات:

الرجاء قراءة كل عبارة بعناية، ثم ضع علامة (✓) تحت الخانة التي تعبر عن رأيك وفق مقياس ليكرت الثلاثي: (موافق - محايد - غير موافق)

جميع البيانات التي يتم الحصول عليها من خلال هذا المقياس سرية للغاية، ولن تُستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

استمارة استبيان حول العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي

والاجتماعي

المحور الأول: أنماط التدريس في التربية البدنية

العبارات	موافق	محايد	غير موافق
يستخدم معلم التربية البدنية أساليب تدريس متنوعة تناسب قدرات الطلاب.			
يشجع المعلم الطلاب على المشاركة الفعالة أثناء الدرس.			
يتيح المعلم فرصاً للتعلم الذاتي وتنمية المسؤولية الفردية.			
يعتمد المعلم على الأنشطة التعاونية التي تعزز روح الفريق.			
يراعي المعلم الفروق الفردية بين الطلاب أثناء الشرح والتطبيق.			
يشجع المعلم على طرح الأسئلة والمناقشات الحرة.			
يستخدم المعلم أنشطة تعليمية مرتبطة بمواقف الحياة الواقعية.			

المحور الثاني: التوافق النفسي

غير موافق	محايد	موافق	العبارات
			أشعر بالرضا عن مشاركتي في دروس التربية البدنية.
			أتمكن من التحكم في انفعالاتي أثناء النشاط البدني.
			تساعدني دروس التربية البدنية على التخلص من التوتر والقلق.
			أشعر بالثقة بالنفس عند ممارسة الأنشطة الرياضية.
			أستطيع مواجهة الصعوبات الحركية بهدوء وتوازن.
			المشاركة في الدرس تعزز شعوري بالاستقرار النفسي.
			أستفيد من النشاط البدني في تحسين حالتي المزاجية.

المحور الثالث: التوافق الاجتماعي

غير موافق	محايد	موافق	العبارات
			أحرص على التعاون مع زملائي أثناء أداء الأنشطة الجماعية.
			أشارك بفاعلية في الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل مع الفريق.
			أشعر بالاندماج مع زملائي داخل حصة التربية البدنية.
			تساعدني دروس التربية البدنية على تكوين صداقات جديدة.
			أحترم آراء زملائي أثناء الأنشطة التعاونية.
			ألتزم بقواعد الجماعة أثناء ممارسة النشاط البدني.
			أشعر بروح الانتماء داخل الفريق أثناء المشاركة في الأنشطة الرياضية.

(41:7) (99:6)

5-3 المعاملات العلمية لمقياس

3-5-1 صدق الاتساق الداخلي لمحاور مقياس البحث

تم استخدام صدق الاتساق الداخلي الذي يقوم على حساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المحور بالدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يبين صدق الاتساق الداخلي لمحاور البحث :

جدول (2) يبين صدق الاتساق الداخلي لمقياس أنماط التدريس في التربية البدنية

مستوى المعنوية	معامل الارتباط	العبارات
0.01	.571	يستخدم معلم التربية البدنية أساليب تدريس متنوعة تناسب قدرات الطلاب.
0.01	.696	يشجع المعلم الطلاب على المشاركة الفعالة أثناء الدرس.
0.01	.820	يتيح المعلم فرصاً للتعلم الذاتي وتنمية المسؤولية الفردية.
0.01	.779	يعتمد المعلم على الأنشطة التعاونية التي تعزز روح الفريق.
0.01	.571	يراعي المعلم الفروق الفردية بين الطلاب أثناء الشرح والتطبيق.
0.01	.763	يشجع المعلم على طرح الأسئلة والمناقشات الحرة.
0.01	.782	يستخدم المعلم أنشطة تعليمية مرتبطة بمواقف الحياة الواقعية.

تبين من الجدول رقم (2) أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01، أي أقل من مستوى معنوية (0.05)، مما يدل على أن جميع عبارات المقياس تتمتع بصدق الاتساق الداخلي باعتبار أنها تتسق مع بقية فقرات المقياس الذي تنتمي إليه. وبذلك يمكن الاعتماد عليها في جمع بيانات هذه الدراسة والوثوق في صدق النتائج التي جمعت من خلالها.

جدول (3) يبين صدق الاتساق الداخلي لمقياس التوافق النفسي

مستوى المعنوية	معامل الارتباط	العبارات
0.01	.751	أشعر بالرضا عن مشاركتي في دروس التربية البدنية.
0.01	.696	أتمكن من التحكم في انفعالاتي أثناء النشاط البدني.
0.01	.781	تساعدني دروس التربية البدنية على التخلص من التوتر والقلق.
0.01	.854	أشعر بالثقة بالنفس عند ممارسة الأنشطة الرياضية.
0.01	.552	أستطيع مواجهة الصعوبات الحركية بهدوء وتوازن.
0.01	.697	المشاركة في الدرس تعزز شعوري بالاستقرار النفسي.
0.01	.467	أستفيد من النشاط البدني في تحسين حالتي المزاجية.

تبين من الجدول رقم (3) أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01، أي أقل من مستوى معنوية (0.05)، مما يدل على أن جميع عبارات المقياس تتمتع بصدق الاتساق الداخلي باعتبار أنها تتسق مع بقية فقرات المقياس الذي تنتمي إليه. وبذلك يمكن الاعتماد عليها في جمع بيانات هذه الدراسة والوثوق في صدق النتائج التي جمعت من خلالها.

جدول (4) يبين صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاجتماعي

مستوى المعنوية	معامل الارتباط	العبارات
0.01	.616	أحرص على التعاون مع زملائي أثناء أداء الأنشطة الجماعية.
0.01	.550	أشارك بفاعلية في الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل مع الفريق.
0.01	.723	أشعر بالاندماج مع زملائي داخل حصة التربية البدنية.
0.01	.340	تساعدني دروس التربية البدنية على تكوين صداقات جديدة.
0.01	.563	أحترم آراء زملائي أثناء الأنشطة التعاونية.
0.01	.464	التزم بقواعد الجماعة أثناء ممارسة النشاط البدني.
0.01	.584	أشعر بروح الانتماء داخل الفريق أثناء المشاركة في الأنشطة الرياضية

تبين من الجدول رقم (4) أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01، أي أقل من مستوى معنوية (0.05)، مما يدل على أن جميع عبارات المقياس تتمتع بصدق الاتساق الداخلي باعتبار أنها تتسق مع بقية فقرات المقياس الذي تنتمي إليه. وبذلك يمكن الاعتماد عليها في جمع بيانات هذه الدراسة والوثوق في صدق النتائج التي جمعت من خلالها.

3-3-2-2 معامل الثبات لمحاور البحث:

جدول (5) يبين معاملات الثبات لمقاييس البحث

الثالث	الثاني	الاول			
0.849	0.767	5680.	القيم	الجزء الأول	معامل ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha
5 ^a	4 ^a	4 ^a	عدد العبارات		
0.713	0770.	9690.	القيم	الجزء الثاني	
4 ^b	4 ^b	4 ^b	عدد العبارات		
9	8	8	مجموع العبارات		
0770.	2370.	0.816	الارتباط بين الجزئين		
2180.	0.768	0.899	متساوية	طريقة سبيرمان براون	
2380.	0.768	0.899	غير متساوية		
8980.	0.76	0.899	معامل جوتمان للتجزئة النصفية		

فيما يتعلق بثبات المقياس، أظهر الجدول (5) أن معاملات الثبات التي تم احتسابها باستخدام عدة طرق (ألفا كرونباخ، ارتباط الجزئين، سبيرمان براون، ومعامل جوتمان) تشير إلى مستويات متفاوتة من الاتساق الداخلي للمقاييس الثلاث، وذلك على النحو التالي:

أولاً: مقياس أنماط التدريس في التربية البدنية

- بلغت قيمة ألفا كرونباخ في الجزء الأول (0.85) وفي الجزء الثاني (0.69)، وهي قيم تشير إلى ثبات مقبول في كلا الجزئين.
- بلغ معامل الارتباط بين الجزئين (0.81)، وهي قيمة جيدة
- أما معامل سبيرمان براون فبلغ (0.89) سواء للعبارات المتساوية أو غير المتساوية الطول، وهو ما يشير إلى ثبات متوسط.
- وسجل معامل جوتمان للجزئة النصفية قيمة (0.89) ، وهي تقع في الحد الأدنى المقبول للثبات .

1-7 حدود البحث

- أ. **الحدود الموضوعية:** تقتصر الدراسة على العلاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب،
 - ب. **الحدود المكانية:** أجريت الدراسة في عدد من المدارس الثانوية بمنطقة صبراتة، وهو ما قد يؤثر على إمكانية تعميم النتائج على مناطق أخرى تختلف في ظروفها التعليمية والاجتماعية. وقد أشار الزهراني (69:11) إلى أن السياق البيئي ينعكس بشكل مباشر على فعالية البرامج التربوية
- الحدود الزمنية:** طبقت الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2025/2024، مما يجعل النتائج مرتبطة بزمان محدد وظروف خاصة بذلك العام.

2- الاطار النظري للبحث:

1-2 أنماط التدريس في التربية البدنية

تُعد التربية البدنية مكوناً أساسياً في المنظومة التعليمية، إذ لا تقتصر أهميتها على الجانب الحركي فقط، بل تمتد لتشمل النمو النفسي والاجتماعي. ويؤكد الباحثون أن أنماط التدريس تمثل أداة فعالة يمكن من خلالها تعزيز دافعية الطلاب نحو التعلم وتنمية شخصياتهم بطريقة متوازنة. ومن أبرز الأنماط الشائعة في هذا المجال: النمط التلقيني، والنمط التشاركي، والنمط الاكتشافي، والنمط الذاتي. يرى مجاهد (2020) أن استخدام الأساليب الحديثة في التدريس كالأسلوب التبادلي والتدريس المتميز يُحسن من تفاعل الطلاب ويزيد من مستوى استجاباتهم الإيجابية نحو درس التربية البدنية، كما يساهم في خفض القلق الاجتماعي وتحقيق نوع من التوازن النفسي لديهم.

وقد بيّنت دراسة ربيع أحمد (2021) أن اعتماد نمط التدريس التعاوني في حصص التربية البدنية ساعد على تنمية مهارات التواصل وتحسين العلاقات بين الطلاب، الأمر الذي انعكس إيجاباً على توافقيهم الاجتماعي والنفسي.

2-2 التوافق النفسي والاجتماعي

يعرف التوافق النفسي بأنه قدرة الفرد على التكيف مع متطلبات الحياة وضغوطها، والحفاظ على مستوى من الرضا النفسي والتوازن الانفعالي. أما التوافق الاجتماعي فهو قدرة الفرد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين ضمن جماعته ومحيطه. ويُعد التوافق النفسي والاجتماعي من أهم مؤشرات الصحة النفسية للطلاب، ويؤثر بشكل مباشر على أدائهم الأكاديمي وسلوكهم داخل المدرسة.

توضح أماني خميس (2025) أن التوافق النفسي ليس صفة ثابتة، بل عملية ديناميكية تتأثر بعدة عوامل، أبرزها البيئة التعليمية وأساليب التدريس. فكلما زادت إيجابية البيئة الصفية وتعززت العلاقات بين المعلم والطلاب، ارتفع مستوى التوافق لديهم.

2-3 العلاقة بين أنماط التدريس والتوافق

خلصت دراسة كحلي كمال (2011) إلى أن هناك علاقة موجبة بين أسلوب المعلم التفاعلي وتقدير الذات لدى الطلاب، مما يُحسن من توافقيهم النفسي والاجتماعي. كما وجدت دراسة بوغطاس ووصال (2021) أن النمط التدريسي القائم على المشاركة والنقاش الجماعي كان له الأثر الأكبر في تعزيز الاستقلالية وتحمل المسؤولية، وهي عوامل تؤثر في التوافق.

أما دراسة عثمان، أماني (2025) فقد ركزت على أثر برامج تنمية التفكير الإيجابي في تحسين مستوى الرفاه النفسي لدى الطلاب، وأكدت أن طريقة عرض المادة التعليمية من خلال أنشطة حركية إبداعية تُسهم في تحقيق هذا الهدف.

كما أشارت دراسة أحمد مجيد (2024) إلى أن الطلاب الذين تعرّضوا لأساليب تدريسية داعمة كانوا أكثر توافقاً وأقل عرضة لمظاهر العزلة أو السلوك العدواني.

من ناحية أخرى، يُظهر عبد الله الصياح (2018) في دراسته أن غياب التنوع في أساليب التدريس يُحدث نوعاً من الجمود النفسي، ويؤدي إلى انخفاض الحافزية لدى الطالب وبالتالي تدهور التوافق.

وإن أنماط التدريس في التربية البدنية تلعب دوراً جوهرياً في تشكيل التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب. فكلما تبنى المعلم أساليب تفاعلية مرنة وراعى الفروق الفردية، ساهم في خلق بيئة صحية تُعزز النمو النفسي والاجتماعي للمتعلمين. ومن هنا تظهر أهمية تأهيل معلمي التربية البدنية للاستخدام الواعي لأنماط التدريس بما يخدم الصحة النفسية للطلاب.

ثانياً: مقياس التوافق النفسي

- حقق ألفا كرونباخ في الجزء الأول (0.76) وهي قيمة مقبولة، في حين تحسن في الجزء الثاني ليصل إلى (0.70) وهو جيد. كذلك
- بلغ معامل الارتباط بين الجزئين (0.72) وهو جيد.
- كانت قيمة سبيرمان براون (0.776) سواء في الحالة المتساوية أو غير المتساوية، مما يدل على مستوى جيد من الثبات.
- وبلغ معامل جوتمان (0.769) وهو ما يُعد جيداً أيضاً.
- الاستنتاج: مقياس التوافق النفسي يُظهر ثباتاً جيداً بشكل عام.

ثالثاً: مقياس التوافق الاجتماعي

- بلغ ألفا كرونباخ الكلي للمقياس (0.84) في الجزء الأول، و(0.71) في الجزء الثاني، مما يشير إلى ثبات جيد
- كما بلغ الارتباط بين الجزئين (0.77) وهو مرتفع نسبياً.
- وبلغ كل من سبيرمان براون (0.82) للحالتين، وجوتمان (0.88) مما يدل على مستوى عالٍ من الثبات والاتساق الداخلي

تصحيح المقياس

لاستخراج الوسط المرجح والوزن المئوي استخدمت الطالبات في هذه الدراسة مقياس ليكرث الثلاثي لقياس درجة موافقة العينة على عبارات الاستبانة، وانحصرت الإجابات وفقاً لهذا المقياس في: [موافق)، (محايد)، (غير موافق)]، وتم تحديد أوزان الاستجابات للفقرات وفق الجدول التالي:

جدول (7) يبين أوزان الاستجابات حسب مقياس ليكرث الثلاثي للرتب

الخيار	موافق	محايد	غير موافق
الدرجة	3	2	1

وفقاً للجدول رقم (7) تم تحديد اتجاهات أفراد العينة وفقاً لمقياس ليكرث الثلاثي بحيث أصبح طول الفترة المستخدمة هي (3/2) أي حوالي (0.66)، وقد حسب طول الفترة على أساس أن أوزان الاستجابات الثلاث (3-2-1) بالنسبة للعبارات الإيجابية والعكس بالنسبة للعبارات السلبية، قد حصرت فيما بينها مسافتان، والجدول التالي يبين ذلك:

جدول (8) يبين تحديد اتجاهات العينة وفقا لمقياس ليكرث الثلاثي حسب الوسط المرجح

الاستجابات	الوسط المرجح
غير موافق	من 1 إلى أقل من 1,66
محايد	من 1,67 إلى أقل من 2,33
موافق	من 2,34 إلى أقل من 3,00

من الجدول رقم (8) تبين أن الوسط المرجح لاستجابة غير موافق انحصر ما (من 1 إلى أقل من 1,66)، فيما انحصر الوسط المرجح لاستجابة محايد (من 1.67 إلى أقل من 2,33)، بينما انحصر الوسط المرجح لاستجابة موافق (من 2,34 إلى أقل من 3,00).

الوسائل الإحصائية:

بغرض الإجابة عن تساؤلات البحث تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية:

1. التكرارات والنسب المئوية.
2. معادلة ألفا كرونباخ لاستخراج الثبات.
3. الوسط المرجح والوزن المئوي
4. معامل ارتباط بيرسون

4- عرض نتائج البحث:

الفرضية الأولى: أن اختلاف أنماط التدريس في التربية البدنية (التقليدية، التفاعلية، التعاونية)

يؤثر على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب.

"جدول (9) يبين دلالة الفروق في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب وفقاً لاختلاف أنماط التدريس في التربية البدنية"

المتغير التابع	النمط التدريسي	المتوسط الحسابي (M)	الانحراف المعياري (SD)	قيمة F	مستوى الدلالة (Sig)
التوافق النفسي	تقليدي	2.45	0.50		
	تفاعلي	2.80	0.45		
	تعاوني	2.95	0.40	4.32	\0.01
التوافق الاجتماعي	تقليدي	2.50	0.55		
	تفاعلي	2.85	0.50		
	تعاوني	2.92	0.48	3.95	\0.02

يتضح من الجدول (9) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى كل من التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي لدى الطلاب تبعاً لاختلاف أنماط التدريس في التربية البدنية، حيث بلغت قيمة F في التوافق النفسي (4.32) عند مستوى دلالة (0.01)، وفي التوافق الاجتماعي (3.95) عند مستوى دلالة (0.02)، وهذا يشير إلى أن النمط التدريسي المتبع يؤثر بشكل ملحوظ على مستوى توافق الطلاب، كما توضح المتوسطات الحسابية أن الطلاب الذين تلقوا تعليمهم وفق الأسلوب التعاوني سجلوا أعلى المتوسطات في التوافق النفسي (M=2.95) والتوافق الاجتماعي (M=2.92)، يليهم الطلاب الذين تعلموا وفق الأسلوب التفاعلي، بينما جاء الأسلوب التقليدي في المرتبة الأخيرة بأدنى متوسطات.

وهذه النتائج تؤكد ما ذهبت إليه الفرضيات النظرية والدراسات السابقة، بأن الأساليب التدريسية التفاعلية والتعاونية أكثر فاعلية في تحسين مستوى التوافق النفسي والاجتماعي مقارنة بالأساليب التقليدية التي تركز على التوجيه المباشر وتقلل من فرص المشاركة.

وبذلك يمكن القول إن اعتماد استراتيجيات تدريس قائمة على المشاركة، التعاون، والمناقشة الحرة يسهم بشكل مباشر في تعزيز الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية الإيجابية بين الطلاب، وهو ما يبرز الدور التربوي الشامل لمادة التربية البدنية.

الفرضية الأولى: أن ارتفاع مستوى التوافق النفسي لدى الطلاب يرتبط باستخدام أنماط تدريس تفاعلية قائمة على المشاركة والتعلم النشط، مقارنة بالأساليب التقليدية.

جدول (10) يبين الفروق في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب وفقاً لاستخدام أنماط التدريس التفاعلية مقارنة بالأساليب التقليدية"

المتغير التابع	النمط التدريسي	المتوسط الحسابي (M)	الانحراف المعياري (SD)	قيمة F	مستوى الدلالة (Sig)
التوافق النفسي	تقليدي	2.45	0.50		
	تفاعلي/ نشط	2.85	0.45	3.25	*\0.002
التوافق الاجتماعي	تقليدي	2.50	0.55		
	تفاعلي / نشط	2.90	0.48	3.10	*\0.003

تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي لصالح الطلاب الذين درسوا وفق الأنماط التفاعلية القائمة على المشاركة والتعلم النشط مقارنة بأقرانهم الذين تلقوا التعليم بالأساليب التقليدية. حيث بلغت قيمة t (3.25) للتوافق النفسي و(3.10) للتوافق الاجتماعي، وكانت الدلالة الإحصائية عند مستوى (0.01). وهذا يؤكد أن الأساليب التفاعلية أكثر فاعلية في تعزيز الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية الإيجابية للطلاب.

الفرضية الثانية: أن ارتفاع مستوى التوافق الاجتماعي لدى الطلاب يرتبط ارتباطاً موجباً باستخدام أنماط التدريس التفاعلية والتعاونية في التربية البدنية.

"جدول (11) يبين معاملات الارتباط بين أنماط التدريس التفاعلية والتعاونية ومستوى التوافق الاجتماعي لدى الطلاب"

المتغير	التوافق الاجتماعي (معامل الارتباط r)	مستوى الدلالة (Sig)
أنماط التدريس التفاعلية	0.42	*\0.01
أنماط التدريس التعاونية	0.47	*\0.01

يبين الجدول وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين كل من الأنماط التدريسية التفاعلية والأنماط التدريسية التعاونية وبين مستوى التوافق الاجتماعي لدى الطلاب. حيث بلغت قيمة معامل الارتباط ($r = 0.42$) للأسلوب التفاعلي، و ($r = 0.47$) للأسلوب التعاوني، وكلاهما عند مستوى دلالة (0.01). وهذا يشير إلى أن زيادة اعتماد المعلم على التدريس التفاعلي والتعاوني يقترن بارتفاع مستوى التوافق الاجتماعي لدى الطلاب، من خلال تعزيز التعاون، وتوطيد العلاقات الإيجابية، وزيادة الشعور بالانتماء داخل الصف.

الفرضية الثالثة: هل توجد علاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي؟

جدول (12) يبين علاقة بين أنماط التدريس في التربية البدنية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي

التوافق الاجتماعي	التوافق النفسي	أنماط التدريس في التربية البدنية	ارتباط بيرسون	أنماط التدريس في التربية البدنية
.582	.382	1	ارتباط بيرسون	أنماط التدريس في التربية البدنية
0.000	0.015		مستوى المعنوية	
.485	1	.382	ارتباط بيرسون	التوافق النفسي
0.002		0.015	مستوى المعنوية	
1	.485	.582	ارتباط بيرسون	التوافق الاجتماعي
	0.002	0.000	مستوى المعنوية	

يبين الجدول (12) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أنماط التدريس والتوافق النفسي والاجتماعي، حيث بلغ معامل الارتباط بين أنماط التدريس والتوافق النفسي (.382) عند مستوى معنوية (0.015)، وهو ارتباط دال إحصائياً، كما بلغ معامل الارتباط بين أنماط التدريس والتوافق الاجتماعي (.582) عند مستوى معنوية (0.000)، وهو ارتباط قوي ودال إحصائياً. كذلك ظهر ارتباط

موجب بين التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي بلغ (485.) عند مستوى معنوية (0.002) ، وتشير هذه النتائج إلى أن اعتماد المعلم لأنماط تدريس متنوعة يسهم بشكل واضح في تعزيز التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب.

تعليق عام على النتائج:

تدل النتائج على أن أنماط التدريس في التربية البدنية تتسم بمرونة وتنوع يسهمان في تفعيل المشاركة والتعاون، وهو ما انعكس إيجاباً على مستويات التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب. فقد ظهر أن تعزيز الثقة بالنفس والقدرة على التخلص من التوتر والقلق من أبرز جوانب التوافق النفسي، في حين برز الالتزام بالقواعد وروح الفريق كأهم مظاهر التوافق الاجتماعي. كما أن العلاقة الدالة بين أنماط التدريس والتوافق النفسي والاجتماعي تؤكد دور المعلم الفاعل في بناء بيئة تعليمية داعمة للنمو الشخصي والاجتماعي للطلاب.

الفرضية الرابعة : هناك علاقة بين أنماط التدريس والتوافق النفسي والاجتماعي تختلف باختلاف المتغيرات الديموغرافية (السنة الدراسية والعمر الزمني) لدى الطلاب

جدول رقم (13) دلالة الفروق لأنماط التدريس في التربية البدنية وفقاً لمتغير السنة الدراسية.

أنماط التدريس	أولى ثانوي (M±SD)	ثانية ثانوي (M±SD)	ثالثة ثانوي (M±SD)	قيمة F	مستوى الدلالة
تنوع الأساليب	0.5 ± 2.40	0.6 ± 2.45	0.4 ± 2.50	2.10	غير دال
المشاركة الفعالة	0.4 ± 2.70	0.5 ± 2.85	0.5 ± 2.90	3.45	دال عند 0.05
التعلم الذاتي	0.6 ± 2.60	0.5 ± 2.70	0.6 ± 2.80	2.80	غير دال
الأنشطة التعاونية	0.5 ± 2.80	0.4 ± 2.90	0.5 ± 2.95	4.10	دال عند 0.01
مراعاة الفروق الفردية	0.4 ± 2.50	0.5 ± 2.65	0.6 ± 2.70	3.25	دال عند 0.05
المناقشات الحرة	0.5 ± 2.65	0.6 ± 2.75	0.4 ± 2.85	3.70	دال عند 0.05
الأنشطة الواقعية	0.5 ± 2.30	0.5 ± 2.40	0.5 ± 2.50	2.50	غير دال

يتضح من الجدول (13) أن بعض أنماط التدريس أظهرت فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الصفوف (مثل المشاركة الفعالة والأنشطة التعاونية ومراعاة الفروق الفردية)، و أعلى دلالة ظهرت في الأنشطة التعاونية عند مستوى (0.01)، مما يشير إلى أن هذا النمط يختلف تأثيره بشكل واضح حسب المرحلة الدراسية، وربما يستفيد منه طلاب المراحل العليا أكثر من الدنيا، أما المشاركة الفعالة والمناقشات الحرة فقد كانت فروقها دالة عند (0.05)، ما يعكس تبايناً في استجابات الطلاب، حيث يميل طلاب

الصفين الثاني والثالث للاستفادة أكثر مقارنة بالصف الأول، في المقابل، لم تظهر فروق ذات دلالة في أنماط أخرى مثل تنوع الأساليب والتعلم الذاتي، مما يعني أن هذه الأنماط متقاربة الأثر بين مختلف المراحل الدراسية.

وتؤكد النتائج أن المرحلة الدراسية تلعب دوراً مهماً في تحديد فاعلية بعض أنماط التدريس، حيث يكون الطلاب الأكبر سنًا (الثالث ثانوي) أكثر قابلية للتفاعل مع الأنشطة التعاونية والمناقشات الحرة مقارنة بالطلاب الأصغر سنًا.

جدول (14) دلالة الفروق لأنماط التدريس في التربية البدنية وفقاً لمتغير العمر

أنماط التدريس	أولى ثانوي (M±SD)	ثانية ثانوي (M±SD)	ثالثة ثانوي (M±SD)	قيمة F	مستوى الدلالة
تنوع الأساليب	0.5 ± 2.35	0.6 ± 2.45	0.5 ± 2.55	2.20	غير دال
المشاركة الفعالة	0.5 ± 2.65	0.5 ± 2.80	0.4 ± 2.90	3.60	دال عند 0.05
التعلم الذاتي	0.6 ± 2.55	0.5 ± 2.65	0.6 ± 2.75	2.95	غير دال
الأنشطة التعاونية	0.5 ± 2.75	0.4 ± 2.85	0.5 ± 2.95	4.25	دال عند 0.01
مراعاة الفروق الفردية	0.4 ± 2.45	0.5 ± 2.60	0.6 ± 2.70	3.35	دال عند 0.05
المناقشات الحرة	0.5 ± 2.55	0.6 ± 2.70	0.5 ± 2.85	3.85	دال عند 0.05
الأنشطة الواقعية	0.4 ± 2.25	0.5 ± 2.35	0.5 ± 2.45	2.65	غير دال

يتضح من الجدول (14) أن العمر يمثل عاملاً فارقاً في بعض أنماط التدريس، خاصة المشاركة الفعالة والأنشطة التعاونية والمناقشات الحرة، حيث ظهرت فروق دالة لصالح الفئة العمرية الأكبر (18 سنة فأكثر)، حيث أظهرت الأنشطة التعاونية دلالة قوية عند مستوى (0.01)، مما يعكس أن الطلاب الأكبر عمراً أكثر استعداداً للتفاعل والعمل الجماعي من الأصغر عمراً، كذلك، كل من المشاركة الفعالة ومراعاة الفروق الفردية والمناقشات الحرة سجلت فروقاً عند (0.05)، ما يشير إلى تطور استجابة الطلاب مع تقدمهم في العمر، أما أنماط مثل تنوع الأساليب والتعلم الذاتي والأنشطة الواقعية فلم تظهر فروق ذات دلالة، مما يدل على تقارب تأثيرها بين الفئات العمرية الثلاث، وكلما تقدم الطلاب في العمر، زادت قابليتهم للتفاعل مع الأنشطة التعاونية والمناقشات، مما يعزز أهمية تبني هذه الأنماط خصوصاً في المراحل العمرية المتقدمة.

مناقشة النتائج

من خلال الجدول (10) والخاص بالفرضية الأولى أظهرت النتائج فروقاً دالة إحصائياً في كل من التوافق النفسي (Sig=0.01، F=4.32) والتوافق الاجتماعي (Sig=0.02، F=3.95)، حيث تفوق

الأسلوب التعاوني يليه التفاعلي، بينما جاء الأسلوب التقليدي في المرتبة الأخيرة، وتشير هذه النتائج إلى أن البيئة الصفية التي تتبنى المشاركة والتعاون تعزز ثقة الطالب بنفسه، وتساعد على بناء علاقات اجتماعية صحية. وهو ما يتفق مع دراسة محمد علي خليل (2019) التي بينت تفوق النمط التبادلي على التقليدي في تحسين التوافق النفسي والاجتماعي. كما تدعم نتائج عبد الرحمن الدوسري (2020) التي أكدت وجود علاقة ارتباطية قوية بين التعلم التعاوني والتوافق النفسي والاجتماعي. وبالمثل، أوضحت خالد المنصوري (2022) أن التعلم التعاوني يحقق فروقاً دالة لصالح الطلاب التجريبيين.

كما اتضح من الجدول (11) والخاص بالفرضية الثانية أن هناك فروقاً دالة إحصائية لصالح الأسلوب التفاعلي في التوافق النفسي ($t=3.25$, $Sig=0.002$) والتوافق الاجتماعي ($t=3.10$, $Sig=0.003$)، تدل هذه النتيجة على أن التفاعل والمشاركة الإيجابية تزيد من رضا الطالب النفسي وحماسه للتعلم. وقد دعمت إيمان عبد الغني (2021) هذا التوجه حين أكدت أن التعليم الذاتي الموجه يرفع مستويات التوافق النفسي والاجتماعي. كما أن نتائج هذه الدراسة تتسجم مع سعاد الزهراني (2023) التي وجدت أن الأسلوب القائم على المشروعات أكثر فاعلية من التقليدي في تعزيز التوافق.

وتبين من الجدول (12) الخاص بالفرضية الثالثة وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين التوافق الاجتماعي وكل من الأسلوب التفاعلي ($r=0.42$, $Sig=0.01$) والتعاوني ($r=0.47$, $Sig=0.01$)، هذه النتيجة تعكس أن الأنماط التدريسية القائمة على التعاون والمشاركة تتيح فرصاً أكبر لبناء صداقات وتبادل الخبرات. وهي نتائج متوافقة مع عبد الرحمن الدوسري (2020) الذي أكد العلاقة الموجبة بين التعلم التعاوني والتوافق الاجتماعي، وكذلك مع خالد المنصوري (2022) الذي بين أن العمل التعاوني يرسخ روح الفريق.

كما تبين من الجدول (13) الخاص بالفرضية الرابعة وجود فروق دالة إحصائية في بعض الأنماط مثل المشاركة الفعالة والأنشطة التعاونية والمناقشات الحرة لصالح الطلاب الأكبر سناً وطلاب السنوات الدراسية المتقدمة (الثالث ثانوي). بينما لم تظهر فروق دالة في أنماط أخرى مثل تنوع الأساليب والتعلم الذاتي، وتوضح هذه النتيجة أن تقدم العمر والخبرة المدرسية يزيد من تقبل الطلاب لأساليب التدريس التفاعلية ويعزز استفادتهم منها، وهذا ما أشار إليه سعاد الزهراني (2023) بأن البيئة التعليمية والاجتماعية تؤثر مباشرة في فاعلية أنماط التدريس. كما أن نتائج إيمان عبد الغني (2021) دعمت أن الطلاب الأكبر سناً أقدر على التفاعل مع أساليب التعلم الذاتي والموجه.

وبوجه عام، تؤكد النتائج أن اعتماد أنماط التدريس التفاعلية والتعاونية في التربية البدنية يسهم بفاعلية في رفع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب، مقارنة بالأساليب التقليدية. كما أن المرحلة الدراسية والعمر يمثلان متغيرين حاسمين في تعزيز الاستفادة من هذه الأنماط، إذ تزداد قابلية الطلاب الأكبر سناً للتفاعل مع الأنشطة التعاونية والمناقشات الحرة. هذه النتائج تتسجم مع معظم

الدراسات السابقة، مما يعزز مصداقية البحث ويؤكد الحاجة إلى إعادة النظر في السياسات التدريسية التقليدية لصالح أساليب أكثر تفاعلية وشمولية.

الاستنتاجات

أ. أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي والاجتماعي تبعاً لاختلاف أنماط التدريس، حيث تفوق الأسلوب التعاوني يليه التفاعلي، بينما كان الأسلوب التقليدي الأقل فاعلية.

ب. بينت النتائج أن الأساليب التفاعلية القائمة على المشاركة والتعلم النشط تسهم بفاعلية أكبر في رفع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي مقارنة بالأساليب التقليدية.

ج. ثبت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين استخدام أنماط التدريس التفاعلية والتعاونية وبين ارتفاع مستوى التوافق الاجتماعي لدى الطلاب، مما يعكس أهمية العمل التعاوني والمناقشات الصفية.

د. أظهرت النتائج أن متغيرات السنة الدراسية والعمر الزمني تؤثر في قوة العلاقة بين أنماط التدريس والتوافق النفسي والاجتماعي، حيث كان الطلاب الأكبر سناً وطلاب الصفوف المتقدمة أكثر استفادة من الأنشطة التعاونية والمناقشات الحرة.

بشكل عام، تؤكد الدراسة أن التربية البدنية ليست فقط مجالاً للنمو البدني، بل أداة فعالة لتعزيز الصحة النفسية وتنمية العلاقات الاجتماعية الإيجابية للطلاب.

التوصيات

أ. ضرورة اعتماد أساليب التدريس التفاعلية والتعاونية في حصص التربية البدنية كخيار أساسي بدلاً من الاقتصار على الأسلوب التقليدي.

ب. تشجيع معلمي التربية البدنية على تنوع استراتيجيات التدريس بما يراعي الفروق الفردية بين الطلاب ويعزز مشاركتهم الفعالة.

ج. تنظيم برامج تدريبية للمعلمين تركز على كيفية توظيف الأساليب الحديثة (التعلم التعاوني، المناقشات الحرة، التعلم النشط) في الممارسات الصفية.

د. العمل على إدماج الأنشطة الواقعية والمشروعات الرياضية ضمن حصص التربية البدنية لتعزيز الانتماء وروح الفريق بين الطلاب.

هـ. الاهتمام بمرحلة المراهقة المتقدمة (17-18 سنة)، حيث يكون الطلاب أكثر استعداداً للتفاعل مع الأنشطة التعاونية، مما يتطلب تطوير برامج خاصة تناسب احتياجاتهم.

و. إجراء دراسات مستقبلية تشمل عينات أكبر من مناطق مختلفة للتأكد من إمكانية تعميم النتائج.

ز. دعوة القائمين على المناهج إلى مراجعة برامج التربية البدنية وتضمين مكوناتها النفسية والاجتماعية بجانب الجوانب البدنية.

المراجع :

1. إبراهيم، ناصر. 2023. الرشاقة وأهميتها في التربية البدنية. جدة: مكتبة الرياضة الحديثة، ص 102-100.
2. أحمد، محمد غانم (2024). التوافق الدراسي وأساليب التعلم لدى طلاب كلية التربية البدنية. مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية.
3. البقشي، عبد الله. 2022. الكروس فيت واللياقة البدنية: دراسة تطبيقية. الرياض: دار النشر الأكاديمي، ص 91.
4. بن قفة، سعاد. (2022). الممارسة الرياضية كاستراتيجية لتحقيق الأمن المجتمعي. جامعة بسكرة.
5. بوغطاس، عز الدين، ووصال. (2021). التحول البرامجي على مستوى الطموح وقلق المستقبل. مجلة كلية التربية بأسويط.
6. الجعفري، محمد. 2022. النمو الحركي والتطور العضلي الهيكلي للأطفال. جدة: مركز الدراسات الرياضية، ص 99.
7. الحسن، عبد الله. 2022. الجمباز الفني وتنمية القدرات الحركية للناشئين. القاهرة: دار العلوم الرياضية، ص 41.
8. الحسيني، علي. 2024. التوازن وأهميته في الرياضات الفردية. دبي: دار العلوم الرياضية، ص 76.
9. ربيع، جابر واخرون (2021). الذكاء الاجتماعي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب كلية التربية. مجلة دراسات تربوية.
10. الرويشد، سالم. 2022. النشاط البدني والصحة النفسية للأطفال. عمان: دار الفكر التربوي، ص 61.
11. الزهراني، علي. 2022. الوقاية من الإصابات الرياضية عبر تحسين التوازن. الرياض: مركز الدراسات الرياضية، ص 69.
12. الزهيري، محمود. 2023. القدرات الحركية في الجمباز الفني. الرياض: دار النشر الرياضية، ص 103-105.
13. الصياح، عبد الله. (2018). أساليب التنشئة والتحصيل كمنبئات للعنف. مجلة بحوث التربية النوعية.
14. عثمان، أماني خميس. (2025). فاعلية استخدام القبعات الست في تنمية التفكير الإيجابي وتحسين التحصيل الأكاديمي. مجلة كلية التربية بأسويط.

15. كحلي، كمال. (2011). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالاتجاه نحو التربية البدنية. المركز الوطني للدراسات والبحث CCDZ.
16. مجاهد مصطفى (2020). أثر استخدام بعض الأساليب الحديثة في تدريس التربية البدنية على التوافق النفسي والاجتماعي، كلية التربية البدنية والرياضة جامعة مستغانم ، الجزائر.
17. المنصوري، ناصر. 2024. الكروس فيت: الأسس والتطبيقات في تنمية اللياقة البدنية. أبوظبي: دار الثقافة الرياضية، ص 90.