

## أهمية الرياضة في التكيف الاجتماعي للطفل The Importance of Sport in the Social Adaptation of Children

د. دريفل سعدة\*

rdrifl@yahoo.fr

جامعة زيان عاشور بالجلفة (الجزائر).

### ملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى إبراز أهمية الرياضة في تحقيق التكيف الاجتماعي لدى الطفل، من خلال تسليط الضوء على دور الأنشطة الرياضية في تنمية الجوانب الاجتماعية والنفسية والتربوية لشخصيته، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي من خلال مراجعة وتحليل الأدبيات والدراسات ذات الصلة بموضوع الرياضة والتكيف الاجتماعي، وقد أظهرت النتائج أن ممارسة الرياضة تسهم بصورة فعالة في تنمية المهارات الاجتماعية لدى الطفل، وتعزيز قيم التعاون والاحترام والانضباط وتحمل المسؤولية، كما تساعده على بناء علاقات اجتماعية إيجابية مع أقرانه وتدعم اندماجه داخل الجماعات المختلفة، وكذلك تبين أن الرياضة تمثل وسيلة تربوية فعالة لإكساب الطفل المعايير والقيم الاجتماعية، مما ينعكس إيجاباً على توافقه النفسي والاجتماعي وقدرته على التفاعل السليم مع محيطه. وتؤكد الدراسة ضرورة الاهتمام بالرياضة المدرسية والأنشطة البدنية الموجهة للأطفال، وتوفير البنى التحتية الرياضية المناسبة التي تضمن مشاركة أوسع للأطفال في مختلف الأنشطة الرياضية.

**الكلمات المفتاحية:** الرياضة؛ التكيف الاجتماعي؛ الطفل؛ التنشئة الاجتماعية.

### Abstract:

This study aims to highlight the importance of sport in promoting children's social adaptation by examining the role of sporting activities in developing the social, psychological, and educational dimensions of their personality. The study adopted a descriptive-analytical approach through the review and analysis of literature and previous studies related to sport and social adaptation. The findings revealed that participation in sports contributes significantly to the development of children's social skills and enhances values such as cooperation, respect, discipline, and responsibility. It also helps children establish positive relationships with their peers and facilitates their integration into different social groups. Furthermore, sport serves as an effective educational tool for transmitting social norms and values, which positively influences children's psychological and social adjustment and their ability to interact effectively with their environment. The study emphasizes the importance of promoting school sports and physical activities for children and providing appropriate sports facilities to encourage wider participation in sporting activities.

**Keywords:** Sport; Social Adaptation; Child; Socialization

\* المؤلف المرسل: دريفل سعدة

**مقدمة:**

لكل فرد سمات شخصية تميزه عن غيره، التي تختلف وتتنوع باختلاف الأشخاص والبيئات، فنجد أفرادا لديهم القدرة على تحمل المسؤولية والأعباء الحياتية وضبط الانفعالات في مواقف مختلفة مهما بلغت حدة تلك المواقف وصعوبتها، وهو ما ينتج لدى هذا الفرد نوع من الرضا والراحة النفسية والاجتماعية مما يمكنه من التكيف والتوافق مع من يحيطه من الأفراد. مقابل ذلك نجد أفرادا لا يمتلكون القدرة على تحمل ومواجهة مختلف ضغوطات الحياة، ويظهر لديهم ضعف وعدم القدرة في تسيير مشاكلهم والوصول إلى حلول لها، فهم لا يستطيعون بذلك التكيف معها ومع غيرهم، وهو ما يدفع بهم إلى الإحباط والكآبة واكتساب سلوك اندفاعي ومنتقد لكل ما يحيط بهم من معايير وقيم وقوانين ضابطة، فيؤدي ذلك إلى نوع من الاختلال في المجتمع وعدم التوافق بين أفراد، وهنا تبرز أهمية العمليات الاجتماعية والنشاطات التي تقرب الأفراد من بعضهم البعض للمساهمة في حدوث تكيف اجتماعي بين الأفراد، وتعد الرياضة عملية اجتماعية تساهم مساهمة كبيرة في اندماج الأفراد وتكيفهم مع بعضهم البعض، وتنتج نوعا من الرغبة في ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية لإبراز الشخصية والموهبة والرغبة في المنافسة الجماعية، والتفاعل الاجتماعي البناء وهو ما ينعكس إيجابا على بناء الشخصية السوية

تعد الرياضة أهم نشاط إنساني، حيث لا يكاد يخلو مجتمع من المجتمعات الإنسانية من شكل من أشكال الرياضة مهما بلغت درجة تقدم أو تخلف ذلك المجتمع. وقد قدر العلماء أهمية الرياضة ومدى حاجة الإنسان إليها منذ القدم، والدور الذي تلعبه في الحفاظ على اللياقة والصحة البدنية والروحية، وهذا عن طريق أنواع النشاط البدني مستغلة دوافع هذا النشاط الطبيعي للفرد لتنمية الناحية العضوية والتوافقية، لما تلعبه من دور أساسي في تكوين الفرد نفسيا، صحيا، ثقافيا واجتماعيا.

**مفهوم الرياضة:**

يختلف تعريف مصطلح الرياضة من مختص لآخر، عرفها أمين الحولي بأنها أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركية لدى الإنسان، وهي طور متقدم من الألعاب وهي الأكثر تنظيما (سلامة، 2013، ص39).

يعرفها كوسلا بأنها التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة من المنافسة لا من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل الرياضة في حد ذاتها، كما أنها ظاهرة اجتماعية تهدف إلى عدة أغراض بحيث تستعمل كوسيلة إذا تعلق الأمر بالرياضة الترويحية أو عملية التربية البدنية، ونجدها غاية في حد ذاتها إذا تعلق الأمر بالرياضة المستوى العالي (المندلوي، 1999، ص32).

إن الرياضة ظاهرة اجتماعية ثقافية متداخلة بشكل عضوي في نظام الكيانات والبنى الاجتماعية، كما أن التقدم والرقي الرياضي يتوقف على المعطيات والعوامل الاجتماعية السائدة في المجتمع، ولذلك فإن التحليل النهائي للظروف الاقتصادية الاجتماعية الثقافية وحجم مدى التنسيق الاجتماعي الموجود بينها هو الذي يقرر - عبر عدد من الروابط غير المباشرة- إلى أي مدى يمكن أن تتقدم الرياضة، وأيضا إلى أي مدى يمكن أن تتدهور (الخولي، 1992، ص8).

تعتبر الرياضة عملية تربوية تتم أثناء القيام بالنشاط البدني والرياضي، إذ يمكن اعتبار الرياضة جزء من التربية العامة لذلك تسمى الرياضة أيضا بالتربية البدنية والرياضية، كونها تعد الفرد من كل النواحي من مهارات وعادات ومعارف ومعلومات ومعاني وسلوك اجتماعي مميز.

فالرياضة بمفهوم التربية البدنية والرياضية هي مظهر من مظاهر التربية، تعمل على تحقيق أغراضها البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية وكذا الجمالية بواسطة النشاط الحركي المختار، بهدف التنمية الشاملة المتزنة وتعديل السلوك تحت قيادة صالحة (الخولي، 2001، ص30).

للرياضة نظام تسعى من خلاله بلوغ أهداف تربوية واجتماعية فهي تحتل مكانة تربوية مهمة، وذلك عن طريق التطبيع والتنشئة الاجتماعية للأطفال والشباب من خلال اللعب والألعاب والرياضة التي تحكمها معايير وقواعد ونظم أشبه بتلك التي توجد في المجتمعات المعيارية الإنسانية في صورة مصغرة لها، ومن هذه الأشكال الحركية يتم تدريب الأطفال والشباب على قيم المجتمع ومعاييرها في إطار يتسم بالحرية والرضا والبهجة فضلا عن التلقائية وبعيدا عن التلقين (Gaétan, 2001, 74).

#### أهداف الرياضة والتربية البدنية:

- 1- الأهداف الفيزيولوجية والمهارة الحركية:** تؤثر الرياضة على جسم الانسان ومختلف أجهزته، فهي تساعد على أن الجسم خاليا من العيوب البدنية التي تعرقل حركة الفرد وتقليل نشاطه. فأهداف الرياضية الفيزيولوجية والحركية تنحصر في تطوير المهارات التي يحتاجها الفرد ويمارسها في حياته اليومية، والنشاطات الرياضية كلها تنمي هذه المهارات وتزيد مهارات الفرد في تأديتها، فتكسبه مظهرا لائقا ينعكس على مظاهر حياته العامة وبالتالي على حياة المجتمع، ولأنه يؤدي عمله بسهولة ونجاح وبصورة فضلى (جميل، 2012، ص16).
- 2- الأهداف الترويحية:** يتمثل الهدف الترويحي للرياضة في شغل وقت فراغ الطفل خاصة في أنشطة بدنية تخلق له جوا مليء بالسعادة، المرح، الارتياح والهدوء.
- 3- الأهداف الجمالية:** من الأهداف الجمالية للرياضة هو توفير قدر كبير من المتعة والبهجة، كما أنها توفر التذوق الجمالي والأداء الحركي المتميز في الأشكال المختلفة للموضوعات الحركية للرياضة والفنون الشعبية والعروض الجمالية للتمارين كالرقص والجمباز (جلون، 1994، ص23).
- 4- الأهداف المعرفية:** تتصل هذه الأهداف بالجانب العقلي والمعرفي وكيف يمكن للتربية الرياضية أن تساهم في تنمية المعرفة والفهم والتحليل والتركيب، فتعلم المهارة الحركية يعتمد في مراحله الأولية على الجوانب المعرفية والإدراكية وهذه الأبعاد المعرفية للأنشطة الرياضية تشكل الفرد حصيلة ثرية لما يمكن أن نطلق عليه الثقافة الرياضية، كما تنمي لدى الفرد المهارات الذهنية التي يمكن أن تفيده في حياته اليومية وتساعد على التفكير واتخاذ القرارات (Larson, 2009, 69).

5- الأهداف الاجتماعية: إن الصفات الاجتماعية الكثيرة التي يكتسبها الفرد نتيجة اشتراكه مع زملائه في النشاطات الرياضية تعتبر من أهم أهداف التربية الرياضية، فالتعاون واحترام العمل والابتكار والقدرة على التحكم في الانفعالات والقيادة الصالحة من أهم الصفات التي يكتسبها الفرد خلال ممارسته للنشاط الرياضي، وهذه تنتقل مع الفرد أوتوماتيكيا إلى الحياة العامة التي يعيشها، أي أن النشاط الرياضي هو مدرسة واقعية لتعليم الصفات الاجتماعية الفاضلة (جميل، 2012، ص22).

#### مفهوم التكيف الاجتماعي:

يعرف التكيف الاجتماعي لغة على أنه التآلف والتقارب واجتماع الكلمة فهي نقيض التخالف والتنافر والتصادم (فهيم، 1987، ص68). وعرفه Goldon على أنه محاولات الفرد لتحقيق نوع من العلاقات الثابتة والمرضية مع البيئة (Goldon, 1963, p10).

التكيف الاجتماعي هو انسجام الفرد مع محيطه، وهو من مظاهر الصحة النفسية، ويعد عملية ديناميكية مستمرة بين الفرد والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، يهدف فيها الفرد إلى تعديل سلوكه بما يتوافق مع بيئته الاجتماعية، مما يمكن من إقامة علاقات جيدة مع الآخرين ليوافق بين نفسه والعالم المحيط به (حمادنه، 2015، ص113).

عرف صلاح الدين شروخ التكيف الاجتماعي بأنه عملية التأثير المستمرة التي تغير السلوك الفردي بحيث يتفق مع بيئته ومع سلوك غيره من الأفراد، أو يعدل سلوكه ومواقفه، أو ذلك كله بإتباع التقاليد والخضوع للالتزامات الاجتماعية، وذلك قصد الملائمة والانسجام ما بين الفرد والفرد، أو بين جملة من الأفراد وبيئتهم، أو بين الجماعات المختلفة، ومن الضروري أن يتكيف الأفراد مع ما يسود مجتمعهم من عادات وتقاليد وأذواق، وآراء واتجاهات حتى تكون الحياة الاجتماعية في حالة توافق تام (شروخ، 2004، ص116).

يشير التكيف الاجتماعي إلى حالة من الانسجام والوئام والرضا بين الإنسان وذاته، وبين الإنسان والبيئة الاجتماعية والمادية التي يعيش في كنفها، ويؤدي التكيف الاجتماعي إلى الشعور بالسعادة والرضا والتوافق، وإلى الخلو من الأمراض الجسمية والعقلية والنفسية، ومن الصراعات والتوترات، والأزمات والقلائل والمشكلات (العيسوي، 2011، ص25).

كثرا ما نستعمل مفهوم التكيف في علم الاجتماع حين دراسة تكون العصابات والزمير، وعلاقات الأفراد مع الجماعة، أو علاقة الجماعات الصغيرة مع بعضها أو الجماعات الكبيرة، فقبول الأفراد أو الجماعات ما تقوم به الجماعة الكبيرة أو تشير به هو عملية تكيف، وقبول الطفل تدريجيا ما يطلب منه في البيت أو المدرسة تكيف وكذلك في تكيف المهاجر من بيئة اجتماعية إلى بيئة اجتماعية أخرى جديدة عليه.

يعرف التكيف الاجتماعي في مجال علم النفس الاجتماعي باسم عملية التطبيع الاجتماعي، ويتم هذا التطبيع داخل إطار العلاقات الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد ويتفاعل معها، سواء أكانت هذه العلاقات في مجتمع الأسرة أو

المدرسة أو الأصدقاء، أو المجتمع الكبير بصفة عامة. والتطبيع الاجتماعي الذي يحدث من هذه الناحية ذو طبيعة تكوينية، لأن الكيان الشخصي والاجتماعي للفرد يبدأ باكتساب الطابع الاجتماعي السائد في المجتمع، من اكتساب اللغة وتشرب بعض العادات والتقاليد السائدة، وتقبل لبعض المعتقدات ولنواحي الاهتمام التي يؤكدتها مجتمعه، وهذا يعني تكيف الفرد مع بيئته الخارجية المادية والاجتماعية (الهابط، 2003، ص ص31-32).

التكيف الاجتماعي هو الشعور بالأمن الاجتماعي المتمثل في اعتراف الطفل بالمسؤولية الاجتماعية، أي إدراكه لحقوق الآخرين وموقفه اتجاههم، واكتساب الطفل المهارات الاجتماعية، أي إظهار مودته للآخرين بسهولة، وتحرره من الميول المضادة للمجتمع، وعدم ميله للسلوك العدواني اتجاه الآخرين، وبناء علاقات طيبة بأسرته واحترامه لأفرادها (ناصر، 2004، ص56).

### مؤشرات التكيف الاجتماعي:

التكيف عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك الإنساني والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغيير والتعديل، حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته. وللتكيف الاجتماعي مؤشرات بإمكاننا من خلالها الحكم على الفرد في مختلف مراحل العمرية سواء كان طفلاً، مراهقاً، شاباً، كهل على أنه متكيف اجتماعياً، والتي نذكرها كالتالي:

**1- الالتزام بأخلاق المجتمع:** يتضمن التكيف الاجتماعي للفرد الالتزام بما في المجتمع من أخلاقيات مستمدة من الشرائع السماوية، ومن التراث الممتد عبر عصور التاريخ، هذه الأخلاقيات تعتبر بمثابة معايير لضبط سلوك الفرد في ضوء هذه الأخلاقيات حتى لا يكون خارجاً أو منحرفاً عن نظام هذا المجتمع، ويتعرض لعقاب المجتمع بقوانينه الوضعية التي سنّها للحفاظ على الأخلاقيات، وحينما يلتزم الفرد بهذه المجموعة من الأخلاقيات فإن هذا دليل على توحيد الفرد مع الجماعة، ويؤدي إلى انتمائه إليها ويشعر في كنفها بالرضا والسعادة والارتياح النفسي، وهذه مشيرات تشير إلى التكيف والتأقلم (فوزي، 2000، ص ص322-323).

**2- الامتثال بقواعد الضبط الاجتماعي:** ينتظم المجتمع وفق مجموعة من النظم والقواعد التي تمثل نموذج الثقافة المادي واللامادي، والتي هي نفسها تنظم علاقات الأفراد بعضهم ببعض، كما ينتظم المجتمع وفق نسق قيمي تخضع له الجماعة، هذا النسق ذي تدرج فيه القيم وتمارس نوعاً من القوة على أفراد المجتمع، وتكون بذلك ضابطة لسلوكياتهم وعلاقاتهم.

إن الفرد أثناء تطبعه اجتماعياً مع مجتمعه يتعرف على قواعد من نموذج ثقافي ونسق قيمي، ويكتسبها ويتشبع بها إلى أن تصبح جزءاً من تكوينه الاجتماعي، وأنماطاً تحدد سلوكه داخل الجماعة وخارجها، وتؤدي به إلى عملية الضبط الاجتماعي في التحكم في انفعالاته وعواطفه المتصارعة، وتوجيهها الوجهة التي ترضيها الجماعة، كما أن عملية الضبط الاجتماعي التي يتمثل بها الفرد تعتبر بمثابة الرقيب على أفعاله وأعماله وأوجه نشاطه وتنظيم حياته النفسية والاجتماعية داخل إطار علاقاته الاجتماعية، وأيضاً هي الرقيب عليه أثناء محاولاته في تأكيده لذاته والتعبير عن مشاعره وعواطفه وانفعالاته، وفي سعيه الدؤوب لتحقيق مستوى طموحاته وكل ذلك في إطار سلوكي يرتضيه

المجتمع، فعملية الضبط الاجتماعي والتي تنمو أثناء تطبع الإنسان اجتماعيا هي بمثابة الموجه لسلوك الفرد وتنظيم حياته مما يؤدي به إلى التكيف الصحيح مع البيئة التي يعيش فيها (الخالدي، 2009، ص102).

**3- الكفاية في العمل:** تكيف الفرد في عمله يؤكد رضا الفرد بعمله هذا، وهو ما يوضح أيضا تكيف الفرد مع جماعة وضوابط العمل وقوانينه.

تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والانجاز والابتكار والنجاح دليلا على تكيف الفرد مع محيط عمله، ولأن الفرد الذي يزاول مهنة أو عملا معيناً يرتضيه، وتتاح له الفرصة فيه لاستغلال قدراته وإمكاناته وتحقيق ذاته فإن ذلك يحقق له الرضا والسعادة ويجعله متكيفا مع هذا العمل (الخالدي، 2009، ص103).

**4- المسؤولية الاجتماعية:** تتمثل المسؤولية الاجتماعية في اهتمام الفرد بمجتمعه والدفاع عنه وحماية منجزاته وعدم التفريط في مصادر الثروة في بلده.

#### عوامل التكيف الاجتماعي:

التكيف الاجتماعي عملية ديناميكية مستمرة، يرتبط ارتباطا وثيقا بالصحة النفسية للفرد، حيث أن الفرد الذي يمتلك شخصية متكيفة يكون على قدر كبير من الصحة النفسية، ولحدوث ذلك وجب توفر عوامل مختلفة لنجاح التكيف الاجتماعي للفرد في مجتمعه الذي ينتمي إليه، والتي نذكرها فيما يلي (علاوي، 1992، ص471):

- إشباع الحاجات الأولية والحاجات الشخصية ويتوقف ذلك على أمرين:

✓ أن يكون الشخص قادرا على توجيه حياته توجيها ناجحا بحيث يشبع حاجاته المختلفة.

✓ أن يشبع الشخص حاجاته بطريقة لا تفرق إشباع الحاجات المشروعة للآخرين.

- أن يتوفر لدى الفرد العادات والمهارات التي تيسر له إشباع الحاجات الملحة، وهذه العادات تكون في المراحل المبكرة في حياة الفرد، ولذلك فالتكيف هو في الواقع محصلة لما جربه الفرد في خبرات وتجارب أثرت في تعلمه للطرق المختلفة التي يشبع بها حاجاته.

#### مراحل التكيف الاجتماعي عند الطفل:

إن سنين الطفولة الأولى لها أهميتها في تنمية شخصية الطفل، وتنشئته تنشئة سليمة تجعله يتكيف مع الجماعات التي سينتمي إليها في حياته مستقبلا، لذلك وجب على الآباء والمربين تفهم طرق التعامل مع الطفل في مراحل نموه الأولى لضمان نمو سليم ومتطور له.

يولد الطفل في مجتمع ذي ميراث ثقافي معين، فإنه ينمو ليتبنى نمطا من السلوك الاجتماعي يعكس عادات مجتمعه ومفاهيمه، وكما هو الحال في أنواع النمو الأخرى فإن التكيف الاجتماعي للطفل يتخذ تدريجيا نمطا معيناً من خلال تغييره الدائم في تقدمه نحو النضج الاجتماعي، وبالرغم من بعض مظاهر سلوكه تميل إلى الثبات خلال حياته كلها فإن الكثير من الفروق تتبدى بين أنماط استجابة الأطفال اجتماعيا (فاخر، 1966، ص554).

إن فكرة التكيف للبيئة من الأفكار الأساسية في علم النفس، لأن معيار النشاط الذي يدرسه هذا العلم يبدو في أثناء تكيف الإنسان لبيئته، والتي هي مجموعة من العوامل الخارجية التي يمكن أن تؤثر في نمو الكائن ونشاطه منذ بدء تكوينه إلى آخر حياته، والبيئة أما مادية أو بيولوجية أو اجتماعية بعواملها المتعددة وتؤثر على درجة تكيف الفرد (Houdé, 2018, P58).

إن عملية التكيف الاجتماعي عملية مستمرة خلال فترة حياتنا ولا تكاد تخلو منها حياتنا، حيث أن أي سلوك يقوم به الفرد ما هو إلا نوع من التكيف مع البيئة الخارجية مادية كانت أو اجتماعية، منذ مرحلة الطفولة إلى مراحل متقدمة من العمر. إن الطفل كغيره من أفراد المجتمع له دوافع وحاجات جسدية ونفسية واجتماعية يرغب في إشباعها، ويتوقف تكيفه على درجة هذا الإشباع، وعلى مختلف مؤسسات المجتمع التي ينتمي إليها الطفل في مختلف مراحل الطفولة، مساعدة الطفل إلى الوصول إلى المستوى المطلوب والصحيح من التكيف الاجتماعي.

### أهمية الرياضة في التكيف الاجتماعي للطفل:

يعطي المجتمع الدولي اهتماما كبيرا للرياضة والتربية البدنية، وذلك لدورها الهادف إلى إعداد المواطن الصالح لمجتمعه، إعدادا شاملا لجميع جوانب الشخصية العقلية، الجسمية، النفسية والاجتماعية، لتصبح بذلك الرياضة ضرورة من ضروريات الحياة ومؤشرا هاما لمعرفة التقدم الحضاري للمجتمع. تعتبر الرياضة ذات أهمية بالغة في تنمية شخصية الطفل وتطويرها، وذلك من البدايات الأولى من اللعب إلى غاية انتظامها في شكل نشاط رياضي سواء كان في الملاعب أو المدارس أو النوادي.

يتصل اللعب والرياضة اتصالا وثيقا بنمو شخصية الطفل وتطورها وصولا بها إلى مرحلة النضج والوعي الاجتماعي، ولقد أفاض الباحثون في تناول دور اللعب والألعاب في التنشئة الاجتماعية، وكيف أن الأنشطة البدنية في مجملها تعمل على تكوين صورة واضحة للجسم في ذهن الطفل فيما يعرف بصورة الجسم والذي يتأسس عليه مفهوم الذات الجسمية، ومن ثم مفهوم الذات فيما يعرف بـ (Self Concept)، والذي يعد اللبنة الأولى التي تتكون حولها شخصية الطفل (الخولي، 1992، ص 72-73).

تعتبر التربية البدنية والرياضية مظهر من مظاهر التربية، تعمل على تحقيق أغراضها البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية، الجمالية بواسطة النشاط الحركي المختار بهدف التنمية الشاملة المتزنة وتعديل السلوك تحت القيادة الصالحة (الخولي، 2001، ص30).

إن للتربية الرياضية والبدنية نظام تسعى من خلاله إلى بلوغ أهداف تربوية واجتماعية، فهي تحتل مكانة تربوية مهمة، وذلك عن طريق التطبيع والتنشئة الاجتماعية للأطفال من خلال اللعب والألعاب الرياضية التي تحكمها معايير وقواعد ونظم أشبه بتلك التي توجد في المجتمعات المعيارية الإنسانية في صورة مصغرة لها، ومن هذه الأشكال الحركية يتم تدريب الأطفال على قيم المجتمع ومعاييرها في إطار يتسم بالحرية والرضا والبهجة فضلا عن التلقائية وبعيدا عن التلقين (Durand, 2009, p57).

إن ممارسة الطفل للرياضة لا يشكل تدريباً للجسم فقط، وإنما هو عملية تسعى من خلالها صقل شخصية الطفل من خلال انتمائه إلى جماعة مصغرة يجتمع من خلالها أطفال مثله من مختلف فئات المجتمع، فتسعى الرياضة هنا إلى جعل الطفل مندمجاً ومتكيفاً مع عناصر تلك الجماعة وبالتالي مع مختلف الجماعات الأخرى التي تشكل النظام الاجتماعي الكلي.

كما أن ممارسة الطفل للرياضة يكسبه قيماً اجتماعية وأخلاقية متعارف عليها لدى أفراد المجتمع، كفهم السلطة والقيادة، احترام الآخرين، الانتماء، توزيع المهام، احترام والخضوع للقوانين، كل هذه القيم تساهم في تنمية شخصية الطفل من مختلف النواحي.

إن تنمية الشخصية الاجتماعية للطفل باعتبارها حاجة اجتماعية ونفسية مهمة تجد سبيلها عبر أنشطة اللعب والرياضة بسهولة، فيجب أن نؤكد وأن نميز بين القبول الذهني لأنماط السلوك الاجتماعي وبين تطبيقه عملياً والتدريب وهو ما تتيحه الرياضة. فالرياضة تساعد على التوافق والتكيف لدى الطفل من خلال وجود الطفل ضمن جماعات يتم بينهم التفاعل، وذلك من شأنه أن ينمي العديد من المهارات الاجتماعية وحتى بعض السمات الأخلاقية مثل الطاعة والشعور بالصدقة وتنمية روح الشجاعة، ولهذه الصفات دوراً كبيراً في بناء شخصية متكاملة (بسيوني، 1992، ص96).

ومن أشكال التكيف الاجتماعي للطفل من خلال الرياضة، نجد معرفة الطفل لحقوقه وواجباته واحترامه للقوانين والنظام ككل، وهو ما يهيئ الطفل للاندماج في مجتمعه ونموه نمواً سليماً يظهر من خلال تعاونه مع الآخرين خاصة مع أقرانه.

إن عملية اندماج الطفل في المجتمع يفرض عليه حقوق وواجبات ويعلمه التعاون والمعاملة، والثقة بالنفس، ويتعلم ما هو صالح له وما هو صالح للمجتمع أيضاً، ويتعلم من خلالها أهمية احترام القوانين والأنظمة في المجتمع، وهو ما توفره الرياضة للطفل وما تحضره من الفرص المناسبة للنمو السليم له، وتساعد على فهم العلاقات الاجتماعية والتكيف معها (بسيوني، 1992، ص17).

تعتبر الرياضة من أهم وسائل التربية الحديثة عند الطفل، إذ تساعد على النمو النفسي والجسمي والاجتماعي السوي، لما تحتويه من أنشطة حركية وألعاب رياضية تتناسب مع خصائص نمو الطفل في هذه المرحلة العمرية. كما أن الرياضة هي إحدى أوجه التطور الحضاري، فدرجة تقدم وانتشار ممارستها مرتبطان بمدى القدرات والإمكانات المادية للدولة، فممارسة الرياضة في المجتمع لدى مختلف فئاته، يضمن المحافظة على حالتهم الصحية وينمي قدراتهم الحركية والنفسية وتحسين العلاقات الاجتماعية.

**التوصيات:**

- اعتبار الطفل محور اهتمام وبؤرة النشاط وقلب العملية التربوية.
- إعطاء بالغ الأهمية لمرحلة الطفولة باعتبارها أهم مرحلة لترسيخ الخبرات والمكتسبات.
- إدراك أهمية ممارسة الرياضة في حياة الطفل ودورها في تكوين وتطوير شخصيته.
- تطوير المنشآت الرياضية في الأحياء السكنية، والملاعب وداخل المدارس للرفع من مستوى الرياضة التنافسية وطنيا ودوليا.
- إجراء الدورات الرياضية بين الأطفال في الملاعب الرياضية والأحياء السكنية أيام العطل والمناسبات الوطنية.

## المراجع:

1. بسيوني محمود. (1992). نظريات وطرق التربية البدنية، ط2. ديوان المطبوعات الجامعية: الجزائر.
2. الخالدي محمد. (2009). المرجع في الصحة النفسية نظرية جديدة. دار وائل للنشر: عمان.
3. الخولي أمين أنور. (1992). الرياضة والمجتمع. عالم المعرفة: الكويت.
4. الخولي أمين أنور. (2001). أصول التربية البدنية والرياضية. دار الفكر العربي: القاهرة.
5. العيسوي عبد الرحمن. (2011). تكيف الطفل العربي في ظل الظروف الراهنة. منشورات الحلبي الحقوقية: بيروت.
6. المندلوي قاسم. (1999). دليل الطالب في التحقيقات الميدانية الرياضية. ج2. الموصل: جامعة الموصل.
7. حمادنة ذياب وشهاب محمد. (2015). التكيف الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثانوية في منطقة بني كنانة في ضوء بعض المتغيرات. المجلة الدولية التربوية. 4(5).
8. جلون عدنان. (1994). التربية الرياضية المدرسية. دار الفكر العربي: القاهرة.
9. جميل محمد. (2012). التربية الرياضية الحديثة. دار الجيل: بيروت.
10. سلامة إبراهيم. (2013). الرياضة واللياقة البدنية. ط2، دار المعارف: القاهرة.
11. شروخ صلاح الدين. (2004). علم الاجتماع التربوي، دار العلوم: الجزائر.
12. علاوي محمد. (1992). علم النفس التربوي الرياضي. دار المعارف: القاهرة.
13. فهمي مصطفى. (1987). الصحة النفسية. ط2. مطبعة الموني: مصر.
14. فوزي محمد. (2000). الصحة النفسية والاجتماعية وسيكولوجيا الشخصية، المكتبة الجامعية: الإسكندرية.
15. ناصر ابراهيم. (2004). التنشئة الاجتماعية. دار عمان للنشر والتوزيع: عمان.
16. Durond Marc(2009) . *L'entant et le sport*, Paris: Puf.
17. Houdé Olivier. (2018). *La psychologie de l'enfant*, Paris: Puf.
18. Gaétan Ouellet.(2001) . *Le sport et l'activité physique*, Canada: Presse de l'Université du Québec.
19. Golden H. (1963). *Psychology and life*, New York: Social science.