

أهمية الرياضة في التقليل من السلوك العدواني لدى التلاميذ في الطور الابتدائي. The importance of sports in reducing aggressive behavior among primary school children

سعاد علام^{1*}، حليلة قادري²
¹جامعة محمد بن أحمد وهران 2 - الجزائر.
²جامعة محمد بن أحمد وهران 2 - الجزائر.
allam.souaad@univ-oran2.dz
kadrihalima.univ@gmail.com

تاريخ الارسا- 2023-12-29 تاريخ القبول: 2024-06-20 تاريخ النشر: 2024-07-25 <https://doi.org/10.5281/zenodo.22239481>

ملخص:

حاولت الدراسة الحالية الكشف عن أهمية الرياضة في التقليل من السلوك العدواني لدى التلاميذ في الطور الابتدائي، فالرياضة ليست نشاطا يهتم بتكوين الفرد من الناحية البدنية فقط بل تعد كوحدة متكاملة اجتماعيا وانفعاليا وتربويا تخاطب الجسم والعقل معا، وتعمل على تنمية وتحسين بعض السلوكيات غير المرغوبة، باعتبار العدوان ظاهرة منتشرة في الوسط المدرسي (نوبات غضب، حب التملك مثلا) لدى الطفل، يدفعنا الى القول أن ممارسة الرياضة بشكل دوري ستشعر الطفل بالاسترخاء ونوع من التكيف النفسي والاجتماعي، لذا وجب تكثيف الجهود و تسخير الطاقات للبحث في مثل هذه المجالات، ومنه نطرح التساؤل التالي: هل للرياضة دور في التقليل من السلوك العدواني لدى التلميذ؟

الكلمات المفتاحية: الرياضة؛ السلوك العدواني؛ الطور الابتدائي.

Abstract:

The current study attempted to reveal the importance of sport in reducing aggressive behavior among primary school students, as sport is not an activity concerned with the formation of the individual in the physical aspect only, but is considered as an integrated socially, emotionally and educationally unit that addresses the body and mind together, and works to develop and improve some unwanted behaviors, and considering aggression A common phenomenon in the school environment (tantrums of possessiveness, for example) in the child, leads us to say that exercising periodically will make the child feel relaxed and a kind of psychological and social adjustment, so efforts must be intensified and energies be harnessed to research in such areas, and from it we ask the question whether sport has a role In reducing the aggressive behavior among children?

Keywords: Sports; Aggressive behavior; Primary stage

* المؤلف المرسل:

1-مقدمة:

شهدت السنوات الأخيرة ارتفاعا كبيرا في السلوك العدواني، خصوصا في المرحلة الابتدائية، وهذا راجع لأسباب متعددة، فمرحلة الطفولة مهمة جدا في حياة الطفل وتكوين شخصيته، فإذا كان يعيش في وسط يسوده الهدوء فستنعكس في تعاملاته، أو العكس قد يكون عاش مشكلات أسرية، ستؤثر حتما على سلوكاته ويختل توازنه النفسي والجسدي، فنجد الطفل عدوانيا ومضطربا ومنفعلا مما يؤثر على تحصيله الدراسي أيضا وتعامله مع الآخرين، إلا أن التربية البدنية والرياضية قد تساهم بشكل كبير في التخفيف من السلوك العدواني وتفرغ الطاقة السلبية له والمتنفس المحبوب عندهم، فهي جزء متكامل من البرنامج التربوي الكلي للتلميذ، الرياضة لها قواعد ونظم أساسية تقوم عليها فهي مادة دراسية تربوية تساهم في تحقيق التكامل التربوي، والنمو الطبيعي عند الطفل، تعتبر التربية البدنية الرياضية مادة تعليمية تركز على الألعاب لضمان التوازن الوظيفي الحقيقي في إطار التنمية المتناسقة لكامل الجسم وعامل للتخفيف من العدوانية، فالرياضة ليست نشاط يهتم بتكوين الفرد من الناحية البدنية فقط بل تعد كوحدة متكاملة اجتماعيا وانفعاليا وتربويا تخاطب الجسم والعقل معا، وتعمل على تنمية وتحسين بعض السلوكيات غير المرغوبة، وباعتبار العدوان ظاهرة منتشرة في الوسط المدرسي (نوبات الغضب حب التملك مثلا) لدى الطفل، يدفعنا إلى القول أن ممارسة الرياضة بشكل دوري ستشعر الطفل بالاسترخاء ونوع من التكيف النفسي والاجتماعي، لذا وجب تكثيف الجهود وتسخير الطاقات للبحث في مثل هذه المجالات، في ظل هذه الأفكار جاءت هذه الورقة البحثية ومنه نطرح التساؤل هل للرياضة دور في التقليل من السلوك العدواني لدى التلميذ في الطور الابتدائي؟

2-أهداف الدراسة:

- ان دراستنا تتمحور بشكل عام في التعرف على ممارسة التربية البدنية والرياضية والدور الذي تلعبه في خفض من السلوكات العدوانية لدى تلاميذ الطور الابتدائي
- تهدف الدراسة الحالية الى الكشف على أهمية التربية البدنية والرياضية في التقليل من السلوك العدواني لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية
- توضيح مدى مساهمة الرياضة في التعبير عن الذات واللعب مساعدتهم على الحد من السلوك العدواني
- التقليل من السلوك العدواني لدى تلاميذ الطور الابتدائي.

3-أهمية الدراسة:

تظهر أهمية الدراسة الحالية في كونها بحثت في دور التربية البدنية والرياضية في خفض السلوك العدواني لدى التلاميذ الطور الابتدائي، فمنهم من سلوكيات عدوانية، فقد تساهم هذه الدراسة في تبين دور التربية البدنية والرياضية في خفض السلوك العدواني لدى الطفل وكيف تساهم في التخفيف من هذه السلوكات.

4-الدراسات السابقة:

نحاول استعراض مجموعة من الدراسات السابقة والتي لها صلة بإشكالية الموضوع المطروح، والتي تناولت متغير السلوك الرياضي ودوره في التخفيف من السلوك العدواني، ومن هذه الدراسات نذكر منها على سبيل المثال لا سبيل الحصر:

دراسة (هزري سليمان، 2022) بعنوان "آليات ممارسة الرياضة في ظل حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالسلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الرابعة متوسطة"، هدفت الدراسة الى سبل تقليل من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الرابعة متوسطة في ظل حصة التربية البدنية والرياضية، وتكونت العينة من 360 تلميذ موزعين بثلاث متوسطات بالتساوي و4 أساتذة للتربية البدنية والرياضية تم اختيارهم بطريقة عشوائية، أما أدوات البحث، فاعتمد على المنهج الوصفي والعلاقات بين المتغيرات ومحاولة قياسها. وأشارت النتائج الى أن حصة التربية البدنية والرياضية تقلل من شدة العدوانية وتحقق التوافق النفسي.

دراسة (بن حفاف وآخرون، 2021) بعنوان "أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في التخفيف من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية"، وهدفت هذه الدراسة الى معرفة أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في تخفيف السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، وتكونت العينة من 100 تلميذ وقد استعمل الباحثون أداة متمثلة في قياس السلوك العدواني، وقد أظهرت النتائج ان النشاط البدني الرياضي التربوي له أهمية في تخفيف السلوكيات العدوانية لتلاميذ الطور الثانوي.

دراسة (بورزامة وآخرون، 2021) بعنوان "مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في الحد من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسطة"، هدفت الدراسة الى التعرف على مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في الحد من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسطة وتكونت العينة من 90 تلميذ من أصل 450 تلميذا تم اختيارهم بطريقة قصدية لأنها شملت جميع الناشطين في الدراسة والبالغين عددهم 30 أستاذ وأستاذة وتم استخدام استمارة نتائج الدراسات عن صحة الفرضيات المقترحة، وقد أظهرت النتائج أن مستوى السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ متوسط، ذلك لأن حصة التربية الرياضية والبدنية تساعد في التقليل من مظاهر السلوك العدواني (سرعة الاستثارة، العدوان اللفظي، التهجم).

دراسة (خزعل، 2019) بعنوان "تأثير ممارسة النشاط الرياضي على خفض السلوك العدواني لدى التلاميذ من ذوي الاحتياجات الخاصة"، حيث هدفت الدراسة الى التعرف على الفروق بين أثر ممارسة النشاط الرياضي في السلوك العدواني بين طلاب الثانوية المعاقين الممارسين وغير الممارسين، ومعرفة وظائف الأنشطة الرياضية في مستوى السلوك العدواني بين طلاب الثانوية، تم استخدام اختبار تحليل الذات (مقياس السلوك العدواني واستمارة الاختبار على العينة أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة احصائيا بين المراحل الدراسية الأولى والثانية والثالثة والسادسة في نسبة السلوك العدواني ووجود فروق دالة احصائيا في نسبة السلوك العدواني بين المراحل الدراسية للنشاط الرياضي، وأن للنشاط الرياضي وظائف مهمة في السلوك العدواني وأهمها الثقة بالنفس والمثابرة والالتزان الانفعالي والحيوية والتخلص من بعض الأمراض النفسية.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من حيث الأهداف: قامت بعض الدراسات بالبحث عن موضوع التربية البدنية والرياضية وتوضيح دوره وأهميته في التخفيف من السلوكيات العدوانية لدى التلاميذ كدراسة (بن حفاف وآخرون، 2021) وسبل تقليل السلوك العدواني كدراسة (هزري سليمان، 2022) وهدفت بعض الدراسات كدراسة (بورزامة وآخرون، 2021) و(خزعل، 2019). الى تبين أثر وتأثير ومساهمة التربية البدنية في التخفيف من العدوانية.

من حيث العينة: أجريت الدراسات السابقة على عينات مختلفة في المدارس الثانوية مثل دراسة (بن حفاف وآخرون، 2021) على 100 تلميذ و(خزعل، 2019) 231 تلميذ، أما تلاميذ الرابعة متوسطة دراسة (بورزامة وآخرون، 2021) على هيئة قوامها 30 تلميذ و30 أستاذ وأستاذة، ودراسة (هزري سليمان، 2022) 360 تلميذ وأساتذة في التربية البدنية.

من حيث النتائج: أن التربية الرياضية والبدنية هي الحصة التي يعبر فيها التلميذ عن ذاته بحرية فتتغير نفسيته وتقل الضغوط ويستغل حركته وطاقته السلبية في نشاط اجابي يفيد من الناحية النفسية والجسدية، ويكتشف مهاراته الحركية ويطورها فتتخفف من شدة العدوانية ويعمل على خلق روح التنافس بالإضافة الى تطوير ابداعاته في كل المجالات الرياضية، فقد توصلت نتائج البحوث والدراسات السابقة على أن حصة التربية البدنية والرياضية دور هام وبارز في التخفيف من حدة العدوانية للتلميذ.

5- مفاهيم الدراسة:

الطور الابتدائي: المرحلة الابتدائية هي مرحلة الانطلاق وهي المرحلة الأولى يقصد بها المرحلة التعليمية الأولى من مراحل التعليم العام وهي تسبق المرحلة المتوسطة والمرحلة الثانوية وتستمر الدراسة فيها لمدة خمسة سنوات ويتراوح أعمار التلاميذ فيها ما بين 6-11 سنة. كما تعرف أيضا بأنها القاعدة الأساسية للتعليم وعلى ذلك فان وظيفة هذه المرحلة تتبلور في مساعدة الأطفال على النمو المتكامل الذي يمكنهم من مواصلة الدراسة في المرحلة التالية. (بن ثابت وبوجليدة، د، ت، ص79)

وتعرف فلاتة التعليم الابتدائي بأنه " ذلك النوع من التعليم الرسمي الذي يتناول التلميذ من سن السادسة إلى الثانية عشرة، فيتعهد بالرعاية الروحية والجسمية والفكرية والانفعالية والاجتماعية على نحو يتفق مع طبيعته الطفل ومع أهداف المجتمع الذي يعيش فيه" (لورنيق وابن البار، 2021، ص228)

التربية البدنية الرياضية: هي العملية التي يتم من خلالها ممارسة النشاط البدني الرياضي داخل المؤسسة التربوية، بهدف إكساب الفرد المتعلم الصفات البدنية والمعرفية والاجتماعية والمهارات والخبرات. ويعرفها (العضاضة، 2007): هي تلك العملية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط الرياضي التي تسمح بتحقيق أهداف حسية حركية عاطفية اجتماعية معرفية وهي تكامل العقل والجسم معا. (هزراشي، 2021، ص539)

كما يعرف (حرز الله حوداشي، د، ت، ص16) حصة التربية البدنية والرياضية: إن التربية البدنية والرياضية هي عبارة عن عملية تربوية تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني الرياضي، كما تعتبر إحدى فروع التربية العامة وهي تستمد نظرياتها من العلوم المختلفة والتي تعمل على تكييف الفرد بما يتلاعب وحاجاته والمجتمع الذي يعيش فيه وتعمل على الارتقاء به وتطوره.

يشير (راع، 1997) بأنها جزء متكامل من التربية العامة، وميدان تجريبي هدفه تكوين المواطن اللائق من الناحية البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان النشاط البدني اختيرت بغرض تحقيق المهام. (ناصر، 2007/2008، د، ص)

فهي نشاط بمثابة اللعب سواء في الهواء الطلق، أو في الداخل، يمارس في وقت فراغ المفيد، لتحقيق أهداف واضحة ومحددة أهمها تحسين القدرات البدنية والجسمية.

ولقد حظيت بالاهتمام المتزايد لهذا النشاط بالأخص في المجال المدرسي التي يعتمد على النواحي التربوية والنفسية والاجتماعية للمتعلمين، إلى جانب تنمية قدراتهم على التفكير وحسن التصرف.

فالتربية البدنية الرياضية تعد بمثابة عملية تدريب تأتي عن طريق الممارسة تمكن الفرد من فهم معاني جديدة في الحياة، وهي تشمل إعداده في عدة النواحي، وتكسيهم المهارات اللازمة لقضاء أوقات فراغهم بطريقة مفيدة، ومعارف ومعاني السلوك الاجتماعي من خلال الأنشطة البدنية، والألعاب الرياضية، وترقي أخلاقهم، وتقوي عاداتهم الإنسانية.

السلوك العدواني لغة: الظلم الصريح (المنجد في اللغة والاعلام 1987).

التعريف الاصطلاحي: (عبد الرحمان العيساوي، 1984) هو التعويض عن الإحباط المستمر الذي قد يتعرض له الإنسان في مواقف عدة، ويقصد منه إيذاء الشخص الآخر أو جرحه.

يعرف بورزامة السلوك العدواني بأنه: إلحاق الضرر للفرد بطريقة مباشرة أو غير مباشرة، بأسلوب لفظي أو جسدي. (بورزامة، وآخرون، 2019، ص62)

6- السلوك العدواني والمفاهيم المرتبطة به:

يعرف السلوك العدواني في ميدان علم النفس الاجتماعي على أنه ذلك السلوك الذي يهدف إلى إلحاق الأذى بالآخرين أو يسبب القلق لديهم. (ناصر، وشريفي، 2007/2008، د، ص)

بوضح (الجعفرية، حاتم صالح، 2008) السلوك العدواني هو سلوك يصدر عن فرد صوب فرد آخر أو اتجاه ذاته، لفظيا كان أم ماديا إيجابيا كان أم سلبيا، مباشرا كان أم غير مباشر، أثره مواقف الغضب أو الإحباط، أو الدفاع عن الذات أو الممتلكات، وترتب عليه إلحاق الأذى بدني أو مادي أو نفسي بصورة متعمدة بالطرف الآخر. ويعرف السلوك العدواني أيضا بأنه إلحاق الأذى بالآخرين سواء كان الأذى جسديا كالغضب أو الأذى نفسيا كالإهانة بالكلام البذيء، أو كان ماديا كإتلاف الممتلكات (بن حفاف وآخرون، 2021، ص 325)

يرى (عيسوي، 1984) أن السلوك العدواني، هو تعويض الإحباط المستمر الذي يتعرض له الإنسان في مواقف عدة ويقصد منه إيذاء شخص آخر أو جرحه. (هزريشي، 2021، ص 541)

يرى (أبو حطب، 2002، ص 13) أن السلوك العدواني هو سلوك مكتسب ومتعلم، يمكن تعديله، أو تعليم الناشئة سلوكا أكثر اتزاناً.

ويضيف باندورا Bandura أن السلوك العدواني ينتج عن إيذاء شخص، أو تحطيم الممتلكات أو الإيذاء نفسيا على شكل السخرية، أو الإهانة، وقد يكون بدنيا على شكل الضرب، ويعتمد باندورا في وصفه للسلوك العدواني على ثلاثة معايير هي:

-**خصائص السلوك نفسه:** مثل الاعتداء البدني، أو الإهانة، أو إتلاف الممتلكات.

-**شدة السلوك:** فالسلوك الشديد يعتبر عدوانيا كالتحدث مع شخص ما بصوت عال.

-**خصائص الشخص المعتدي:** جنسه، عمره، وسلوكه في الماضي (عمارة، 2008، ص 13).

مفهوم العدوان:

لقد اختلفت تعريفات العدوان وتعددت، فلم يتفق الباحثون على تعريف محدد له، مما يوحي بأن العدوان سلوك معقد، وأسبابه كثيرة ومتشابهة، وتصنيفاته عديدة كذلك. يعرفه فؤاد البهي السيد (1980) أنه " الإستجابة التي تعقب الإحباط، ويراد بها إلحاق الأذى بفرد آخر، أو حتى بالفرد نفسه، ومثال ذلك الانتحار، فهو سلوك عدواني على الذات". ويذكر غيث (1979) أن العدوان "رغبة في ممارسة القوة على الآخرين عند أدلر (Adler)، أو استبعاد فكرة الموت عند فرويد.

ويعرفه محي الدين أحمد حسين (1987) العدوان بأنه يشير إلى أي أذى مقصود يلحقه الطفل بنفسه، أو بالآخرين، سواء كان هذا الأذى بدنيا، أو معنويا مباشرة، أو غير مباشر، صريحا (أبو حطب، 2002، ص 20)

يعرف (هزريشي، 2022، ص 541) العدوان بأنه: سلوك نفسي باطني فطري وهو قوة أو انفعال في آن واحد وهو عبارة عن شعور يدفع الفرد إلى العنف اتجاه نفسه أو اتجاه الآخرين والذي يعبر عنه بالقول أو الفعل

يشير (الرفاعي، 1979) أنه سلوك نفسي باطني فطري وهو قوة أو انفعال في آن واحد وهو عبارة عن شعور يدفع الفرد إلى العنف اتجاه نفسه أو اتجاه الآخرين والذي يعبر عنه بالقول أو الفعل.

العدائية: عبارة عن مشاعر وأفكار عدوانية تمتد زمنيا، وهي سمة قد ترتفع أو تنخفض في شدتها، ففي حالة ارتفاع تتحول شدتها في الغالب إلى انفعال أو غضب، وإذا ما عبر عنها سميت عنفا (النمر، 1995، ص 33).

مفهوم العنف: هو الخرق أو التعدي وهو القسوة فنقول عنف خرق بالأمر، وقلة الرفق به، وهو الإيذاء باليد أو اللسان أو بالفعل أو الكلمة في حقل التصادم مع الآخرين (هزريشي، 2022، ص 541)

نستنتج مما سبق نلاحظ هناك تداخل بين المفاهيم والتعريفات المشار إليها، ومن الصعب التفرقة فيما بينها نظرا لاتفاقها على تحقيق هدف واحد ألا وهو إلحاق الضرر، فالسلوك العدواني هو أن يقوم شخص بالحق الضرر اتجاه شخص آخر سواء كان جسديا بالضرب أو لفظيا بالسب والشتم، يكون صريحا أو ضمنيا، مباشرا أو غير مباشر، أما العدوان فيكون سلوكا داخليا نتيجة غضب شديد قد يكون نحو ذاته أو الآخرين، أما العدائية فتشمل

التقديرات السلبية نحو الآخرين، أما عن العنف فيعبر عنه أيضا بالقول أو الفعل. كلها عبارة عن سلوكيات سلبية وخرق لضوابط القانون وتعاليم الشرع الاسلامي.

7- النظريات المفسرة للسلوك العدواني:

لقد تناولت عدة اتجاهات ومدارس متغير السلوك العدواني رغم تباين تفسيرها نذكر منها:

نظرية التحليل النفسي:

يشير (عبود، 1991) إن من أشهر زعماء هذه النظرية هو "سيجموند فرويد" Sigmund Freud الذي يرى أن العدوان هي الدافع الأساسي والمحرك الرئيسي للإنسان، مثلها مثل بقية الدوافع الفسيولوجية الأخرى، كالمأكل والمشرب والمأوى، كما يرى فرويد أن العدوان على العالم الخارجي بصفة عامة، وعلى الأفراد الآخرين بصفة خاصة، إنما هو أمر ناتج حتما من أن الغريزة الجنسية وغريزة ضغط الذات عاقتا غريزة الموت" (أبو حطب، 2002، 36)

نظرية الغرائز Instinctual Theories:

وتتضمن هذه النظرية العديد من وجهات النظر منها: المشتقة من المدرسة الفرضية، وجهة النظر المشتقة من التحليل النفسي، وكذلك وجهة النظر المشتقة من النظرية الأيثولوجية. أوجه النظر المشتقة من المدرسة الفرضية ويعتبر ماكدوجال (Macdugal) مؤسس المدرسة الفرضية في علم النفس الحديث الرائد الأول النظرية الغرائز، وقد عرف الغريزة بأنها "استعداد فطري نفسي جسمي يولد به الكائن الحي، ويهيئه لأن يسلك سلوكا خاصة في المواقف المختلفة وذلك بأن يدرك المثير لهذا الموقف، (محمد أبو العلا، 1984) ثم يشعر بانفعال خاص بهذا المثير، ثم ينزع إلى القيام بتصرف ملائم إزاء هذا الموقف" (أبو حطب، 2002، ص 35)

- النظرية الأيثولوجية (علم الأخلاق):

يمثل هذه النظرية "لورنز (Lorenz: 1952) والذي حدد العدوان أنه " غريزة القتال في الإنسان التي تدفع إلى ضرورة أو محاولة لإضرار إنسان آخر، وهو يقسم العدوان في نظريته إلى عدوان الخدمة الحياة، وعدوان مخرب مدمر " كما أن الورنز يرى أن الإنسان هو نتاج مليونين من سنوات التطور البيولوجي، وأن ثمة نزعة فطرية للسلوك العدواني لدى الكائنات الحية، ومن بينها الإنسان، مما ساعد على بقائه، وتبعاً لذلك فإنه أي العدوان انتقل من جيل لآخر كجانب من تكوينه الوراثي، حيث أوضحت الدراسات التبعية للعالم استريير (Strayer) من سنة 79-80 " أن الاستبصار بدور الجماعة له تأثير هام على ضبط العدوان أو تأييده بين الأطفال أو المراهقين " (أبو حطب، 2002 ص 36)

نظرية الإحباط – العدوان Frustration Aggression Theory:

لقد ربط بعض الباحثين بين العدوان والإحباط، ومن أشهرهم نيل ميللر (Miller)، وسيرز (Sears)، وماورر (Mawrerr)، وأن الإحباط ضرورة التواجد كي يحدث السلوك العدواني، وتشير هدى قناوي (1991) إلى أن استخدام لفظ الإحباط يعني أننا نريد شيئا أو نريد أن نفعل شيئا ولكننا نجد أنفسنا عاجزين عن تحقيق ذلك، فنحاول ونكرر المحاولة المرة بعد الأخرى لتحقيق ما نرغب فيه، ولكن يصعب علينا، ومع ذلك فما زلنا نرغب فيه، وستستمر هذه الرغبة معنا..... إن رغبتنا الشديدة في هذا الشيء والحيلولة دون تحقيقه والاستمرار في الرغبة فيه يجعلنا ننفس عن مشاعرنا على الناس من حولنا أو على الممتلكات. (قناوي، 1991) ويرى أصحاب هذه النظرية أنه لا يعقل أن يصدر السلوك العدواني عن استعداد فطري، لكن الأفعال العدوان تنبثق أساسا من الاستعداد الفطري أي الطاقة الفطرية للعدوانية، ورفضت أيضا التوالد الثقافي للطاقة العدوان، وافترضت أن السلوك العدواني ينبثق أساسا من مثير واقعي خارجي لإيذاء أو ضرر الآخرين. (أبو حطب، 2002، ص 38)

نظرية التعلم الاجتماعي "Social Learning Theory":

يشير (عبود، 1991) إلى أصحاب هذه النظرية باندورا وزملائه أن السلوك العدواني والاستجابة له هو بمثابة نتيجة لتعلم عن طريق ملاحظة نماذج عدوانية متوفرة في البيئة الاجتماعية التي يحياها الإنسان ويرى باندورا وزملائه أن السلوك لا يمكن فهمه إلا بفهم البيئة التي يظهر فيها هذا السلوك، فالسلوك يخلق البيئة، والبيئة تؤثر على السلوك (أبو حطب، 2002، 40)

أن النظريات المشار إليها من ذكر أنها نسبة لما هو فطري بيولوجي، ومنها من اعتبرها سلوك مكتسب ومتعلم، ومنها من اعتبره سلوكا فيزيولوجيا، ومنها من اعتبره ناتج عن الاحباط، منه أن كل نظرية من النظريات قد فسرت جانباً من السلوك ولم تفسر السلوك بطريقة كلية، هذا ما يدفعنا إلى قول إلى أن هذا السلوك هو محصلة لمجموعة من العوامل المتفاعلة بعضها ذاتي، وبعضها ما يعود إلى طبيعة التربية والتنشئة الاجتماعية التي تلقاها الفرد، كما قد يعود إلى مواقف الاحباط أو الصراع التي يتعرض لها في حياته.

8-العوامل المؤثرة في العدوان:

* الوراثة والبيئة والعدوان:

يقول سكوت أن الفرد يرث من الجينات ما قد تؤثر على نموه، بحيث تمده بجهاز عضلي قوي يساعده على المقاتلة، كما أنه توجد عوامل أخلاقية واجتماعية وحضارية تلعب دورا في تحديد الاستجابة العدوان. (موسى، 1991)

* التقليد والمحاكاة والعدوان:

يرى باندورا (1973) أن الطفل يتعلم استجابات جديدة من النموذج، وهو يؤدي إلى تقليد أو محاكاة هذا السلوك الجديد، وأن رؤية الطفل للسلوك العدواني للكبار يضعف من أثر الكف الذي يتعرض له الدافع العدواني الكامن في نفسه، فينطلق سافرا دون قيد أو عائق.

مما تم ذكره آنفا نلاحظ أن الإنسان يؤثر ويتأثر بدوره، فيتعلم الإنسان طوال حياته من خبراته وتجاربه، قد تكون ايجابية كما قد تكون سلبية وتعد الملاحظة والتقليد من بين الوسائل التي يستعملها الفرد في التعلم،

* الذكاء والتحصيل الدراسي والعدوان:

من خلال العديد من نتائج الدراسات السابقة يتبين أن الطلاب العدوانيين أقل ذكاء وأقل تحصيلاً دراسياً من الطلاب العاديين ولكن ليس لحد الضعف العقلي أو الفشل الدراسي الكامل، ولقد أكدت دراسة حافظ وقاسم (1993) أنه ليس ثمة ارتباط بين التحصيل الدراسي وأي من أشكال السلوك العدواني، ولكنه ارتباط موجب بالسلوك السوي، فقلما يستقيم التحصيل الدراسي الجيد للمواد الدراسية مع السلوك العدواني (أبو حطب، 2002، ص 29)

وقد أكد أدلر في صياغته للعدوان أن القلق مظهر من مظاهر العدوان الموجه ضد الذات، والعدوان الموجه إلى الذات (القلق يظهر في الأجهزة الحركية للجسم على شكل ارتجافات، ويظهر أيضا في أجهزة الجسم الأخرى على شكل احمرار الوجه، وخفقان القلب " إلا أن هناك دراسات وجدت علاقة إيجابية بين القلق والعدوان، أمثال: دراسة هوكانسون (1961) دراسة باربارا (1972) دراسة هنري (1981) كما وجدت دراسات تشير إلى العلاقة السلبية بين القلق والعدوان كدراسة سكوت (1977) ودراسة (سايجا (1984) (الشريف، 1991).

*ضعف الوازع الديني والعدوان:

دلت الكثير من الدراسات على أن الوازع الديني القوي يجنب الإنسان الكثير من الشرور والأمراض النفسية، وهذا ما يؤكد قول الحق تبارك وتعالى {ومن أعرض عن ذكري فإن له معيشة ضنكا ونحشره يوم القيامة أعمى} (طه: 124)، وتؤكد هذه الآية أن ضيق الرزق، وشدة الحياة ناتجة عن ضعف الوازع الديني (أبو حطب، 2002، ص30)

*الوضع الاقتصادي والاجتماعي والعدوان:

إن الوضع الاقتصادي الضعيف والظروف الاجتماعية المزرية تساهمان إلى حد كبير في نشوء العدوان وخاصة عند الشباب في سن المراهقة -وهذا ما أكدته دراسة أن كامبل وآخرون (1980) أن أفراد الطبقة الاقتصادية والاجتماعية السيئة أكثر عدوانية من أفراد عينة الطبقة الاقتصادية والاجتماعية المرتفعة (موسى، 1990). يضاف إلى ما سبق دراسة (قریش وحسين، 1981) التي أكدت أن أفراد المستوى الاجتماعي والاقتصادي المرتفع أقل عدوانية من أفراد المستوى الاجتماعي والاقتصادي المنخفض (فريد، 1986).

*الشعور بالعجز والنقص والانهازم النفسي:

إن الإنسان يكره أن يظهر أمام الآخرين عاجزا ضعيفا ومنهزم النفسية، وتجده أحيانا يكابر ويتحمل ويصبر على مر الأمور، كي لا يشمت به الآخرون، وإذا أحس الفرد بنقص أو عجز يصاب بخيبة أمل، مما يثير لديه الرغبة في العدوان وبخاصة الشعور بالنقص الجسمي أو العقلي عن الآخرين، وصدق المثل القائل "كل ذي عاهة جبار" فتجد الفرد يحاول من خلال مشاعر الغيرة والعدوان أن يكمل هذا النقص بالاعتداء على الآخرين، أو الممتلكات، كي يثبت ذاته. (أبو حطب، 2002، ص31)

وعليه نستنتج أن السلوكات العدوانية تتداخل فيها العديد من العوامل الوراثية والبيئية بالإضافة الى التنشئة الاجتماعية التي تلعب دورا كبيرا، فمظاهر العدوان عند الانسان تنعكس عليه سواء من الناحية الدراسية أوفي القيام بواجباته المتطلبة ما يجعله يصاب بخيبة الأمل ومنفعلا، أما الشعور والاحساس بالهدوء يجعل الفرد قادرا على التفكير بمستقبله والتطلع الى حياة أفضل.

كما أن الوازع الديني يؤثر على الفرد بالامتنال لتعاليم الشرع الاسلامي والابتعاد عن كل ما يعرضه للضرر فيتجنبه ويحقق بذلك راحة نفسية وجسدية، بالخصوص في وقتنا الراهن الذي أصبحت فيه فئة المراهقين تستعمل العدوان كوسيلة للعيش مبررين ذلك بالوضع الاقتصادي والظروف الاجتماعية، وشعورهم بالنقص والعجز، ما يؤدي بهم الى التعدي على الغير واحداث الضرر بهم.

9-أهداف التربية البدنية والرياضية:

تنمية القدرات والمهارات الحركية: (عبد الكريم) من خلال التمارين الرياضية المختلفة فتعتبر أحد أهم الجوانب التي يوليها مدرس التربية البدنية والرياضية والتنمية الشاملة للقدرات البدنية والحركية كالقوة، السرعة، الرشاقة، التحمل، المرونة وتحسين المهارات الأساسية، كما تنشط التربية البدنية الرياضية الوظائف الحيوية للإنسان وتكسبه لياقة بدنية وقدرة حركية تعمل على تكييف الأجهزة البيولوجية، تحسن عمل الجهاز النفسي والعقلي والقدرة على القيام بواجباته الحياتية دون مشاكل صحية.

-التنمية الاجتماعية:

(الخولي) تعتبر التربية البدنية أسهل وسيلة للتعارف بين الناس، تساهم على فهم العلاقات الاجتماعية والتكيف معها، تحقق التنشئة السوية للتلميذ وتكسبه قيم وخبرات وخصائل اجتماعية، (منهاج التربية البدنية والرياضة للتعليم المتوسط، 2003) التربية البدنية وسيلة وليست غاية تسمح بتطوير سلوكات التلميذ وطاقاته المخزنة، كما تحفز التلميذ على الشعور بالمسؤولية، وتنمي ذكائه وقدراته ما يؤهله لبناء شخصيته المستقبلية.

-تنمية القدرات المعرفية:

يعزز النشاط البدني والرياضي الجانب المعرفي، فتساعد الطفل على تحسين قدراته الادراكية وتفكيره التكتيكي في الألعاب الجماعية.

-الناحية النفسية: (أنطوان الجوزي، 1980) تلعب التربية البدنية والرياضية دورا بارزا بتكوين الشخصية الناضجة السوية كما تعالج الانحرافات النفسية لتحقيق التوازن النفسي، كما تربي الطفل على الجرأة والشجاعة والثقة بالنفس والصبر والتحمل (ناصر، 2008/2007، د،ص)

نستخلص مما سبق أن الرياضة لها غايات كجعل الطفل يبدع ويكتشف نفسه في مجالات مختلفة كالتدريب والقيادة وتنمية وتطوير ابداعاته ما يجعله فردا صالحا وفاعلا في المجتمع مستقبلا، كما أن للتربية البدنية والرياضية أهداف أخرى منها:

- ممارسة الحياة الصحية السليمة وتعريف التلاميذ بحاجيات النمو الجسمي في كل من دوري المراهقة والبلوغ ودور التربية البدنية والرياضية في تحقيق هذه الحاجيات.

- تدعيم الصفات المعنوية والسلوك اللائق، وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي (بسيوني، 1992).

- كما يرى (السمراني، 1981) أن المساهمة في خدمة المجتمع عن طريق النشاط الرياضي وذلك بتدريب التلاميذ خلال مزاولتهم للنشاط الرياضي على ممارسة العلاقات الإنسانية السوية في المجتمع. (هزوشي، 2021، ص 546)

10-فوائد الرياضة:

ترمي التربية البدنية والرياضية إلى التوفيق بين قوى الفرد الكاملة عقليا وجسديا واجتماعيا والرقى بحياة المجتمع، فهي تعمل على جعل الجسم صحيحا قادرا على التحمل والعمل، وتجعل العقل نشيطا قادرا على التفكير والاستيعاب وبذلك يصبح الفرد سليما ومقبولا في المجتمع، فالتمرينات الرياضية تساعد أجهزة الجسم الحيوية على العمل بكفاءة عالية، فضلا عن الصفات الترويضية للجسم والعقل كما أن القيادة الجماعية تكسب الفرد الدقة والعمل والثقة بالنفس،(مسعودي ونعيمة عون، 2019، ص 200). إن التربية البدنية والرياضية كنظام تربوي يندرج في إطار النظام التربوي العام الذي يسعى إلى تحقيق أهدافه وتطبيق مهامه، أي بمعنى تنمية المهارات الفردية للتلاميذ في النشاط البدني الرياضي الذي يميلون إليه، وذلك من خلال التدريب والمنافسة بطريقة منظمة بين أفراد القسم الواحد أو بين الأقسام الدراسية، وجعل المنافسة شريفة بعيدة عن التحايل واستعمال العدوان الذي كثيرا ما يؤثر على السير الحسن الحصة التربية البدنية والرياضية وجعل من هذه الحصة أداة للتقليل والتخفيف من السلوك العدواني عند التلاميذ.(ناصر، 2008/2007، د،ص)

نرى من خلال ما ذكر سابقا أن الرياضة تعد الركيزة الأساسية في مواكبة المسار الدراسي فتلازم التلميذ بأبعادها الفكرية والاجتماعية والحس-حركية، كما تساهم في بلورة شخصية الطفل مستقبلا.

11-أثر الرياضة وأهميتها من الناحية النفسية:

استعمل الانسان منذ العصور القديمة أشكال متعددة للرياضة، استعملها الانسان كتنقية عضلاته والحفاظ على صحته وبنيته، وأخذها بأشكال متعددة كاللعب والفروسية والمبارزة والسباقات، ولكي تعود عليه باللياقة البدنية وصحته النفسية وزيادة التواصل الاجتماعي (ناصر، 2008/2007، د،ص). تحقق التربية البدنية والرياضية النمو المتوازن للفرد جسميا ونفسيا واجتماعيا، (علاوي 1988) فانه من الأهمية بمكان التعرف على اتجاهات تلك العناصر المؤثرة نحو التربية البدنية والرياضية باعتبارها إحدى الوسائط الهامة في إكساب التلاميذ اتجاهات واهتمامات وميول وقيم تتعلق بنواحي الحياة المختلفة ويمكننا من مواجهة الاتجاهات السلبية وتدعيم الاتجاهات الايجابية وما يرتبط ذلك من تسهيل تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية كما يشير محمد حسن علاوي "أن أهم أسباب قياس الاتجاهات نحو التربية البدنية والرياضية هو أن قياسها يسمح بتوقع نوعية سلوك الفرد نحو منشطيه، نظرا لأن الاتجاه يوجه استجابات الفرد بطريقة تكاد تكون ثابتة نسبيا(عثماني، 2013، ص 188) ومن الناحية النفسية (درويش، 1980). فقد بينت الدراسات سيكولوجية أنها تلعب دورا بارزا في الصحة النفسية، وعنصرها هاما بتكوين

الشخصية الناضجة السوية كما أنها تعالج كثير من الانحرافات النفسية بغرض تحقيق التوازن النفسي، كما أنها تربي الطفل على الجرأة والشجاعة والثقة والصبر والتحمل وتعتبر عاملاً فعالاً في تربية الشعور الاجتماعي (هزري، 2022، ص 546)

وعليه نستطيع القول أن للرياضة لها دور في احساس الشخص بالراحة والتفاؤل خصوصاً إذا كانت بيئة الطفل هادئة وإذا كانت العائلة تسودها مشاكل أسرية فستعكس بدورها على سلوكياته وتعاملاته مع نفسه ومع الآخرين.

12- مادة التربية البدنية في المرحلة الابتدائية:

أكدت الدراسات العلمية على فاعلية التربية البدنية والرياضية في تعزيز الصفات الشخصية، والبدنية للطفل لما توفر له من فرص النمو المتكامل من الناحية البدنية، والعقلية، والنفسية، والوجدانية، حيث أشار النجار (1991) في هذا الصدد أن الأطفال يكون لديهم طاقة كبيرة للحركة في هذه المرحلة، بالرغم من سرعة التعب إلى أن استجاباتهم تكون عالية في التدريب، يتميز رد الفعل لديهم في بداية المرحلة بالبطء ثم يبدأ في التحسن تدريجياً إلى غاية نهاية المرحلة، فيتسم الأطفال بزيادة القوة والسرعة، لذا يجب إعداد دروس التربية البدنية والرياضية بما يوافق والخصائص النفس-حركية للطفل، فهو بحاجة إلى تطوير قدراته وإبداعاته. (بوجليدة وبن ثابت، بدون تاريخ، 80)

استناداً لما سبق نستنتج أن حصة التربية البدنية والرياضية تعمل على تفريغ الشحنات الزائدة والطاقات السلبية ومحاولة التخلص منها بطريقة هادئة بالانسجام والتواصل الاجتماعي بين أعضاء المجموعة مع الأخذ بعين الاعتبار خصائص الطفل، فالتربية البدنية وسيلة بيداغوجية تربوية تساهم في التقليل من السلوكيات العدوانية وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي كما تساعد في تطوير حركة الطفل والتقليل من آثار الجلوس ساعات طويلة في قاعات الدراسة لدى تلاميذ الطور الابتدائي.

13- أهمية التربية البدنية في التخفيف من السلوك العدواني:

تعد التربية البدنية الرياضية مادة تعليمية إلزامية وجزء لا يتجزأ من التربية العامة في جميع أسلاك التعليم، وجزء مهم في العملية التربوية، فإذا كانت هي الوسيلة لنمو الجسم السليم للعقل السليم فتقوي العضلات وتنشط جميع الأنظمة الجسمية، وعدم خضوع الجسم لأي تدريبات رياضية يؤدي إلى ضعف العضلات، وعدم مرونتها، وقد يتعرض الفرد إلى ما يسمى بالإرهاق البدني، كما تعد طريقاً للمتعة الجمالية بسبب الحركات الذاتية التي يمارسها، فهي ركن أساسي في إعداد الفرد عقلياً وبدنياً واجتماعياً ونفسياً، فهي تساهم في رفع اللياقة البدنية للمتعلمين فهي نشاط مهم لتفريغ شحناتهم الانفعالية، واستثمار طاقاتهم، من خلال مشاركة أقرانهم في التفاعل الاجتماعي، وتنمي روح الجماعة لديهم، وحسن تواصلهم مع الآخرين. فضلاً عن تكسيهم العديد من المهارات المعرفية والنفسية (التسامح، القيادة، التضامن، التعاون، احترام الآخرين)، وتساعدهم على التخفيف من التوتر والضغوط النفسية، والتحكم في انفعالاتهم، وممارستها تخلصه من الطاقة السلبية، وتعزز فيه الجوانب الإيجابية كتقدير الذات فهي بهذا ترتبط ارتباط وثيقاً بصحة الفرد والمجتمع.

فهي وسيلة تربوية إلى جانب أنه وسيلة ترويحية، فكل لعبة لها قوانينها ونظمها الخاصة فكل عضو في الجماعة عليه إتباع تعليماتها أثناء اللعب إذا شاء الاستمتاع بهذا النشاط، كما تدعم شخصيته، وتساهم في بناء الاخلاق السامية، وحليفاً قوياً لتقويم سلوكه، فيتخلّى عن التعصب والكراهية والعنف وحتى السلوك العدواني. خاصة إذا مورست في جو جماعي تنافسي وتعاوني لتحقيق هدف جماعي مشترك، تستدعي احترام قوانين وقواعد اللعبة، بعد أن تنمي فيهم علاقات الألفة والمودة، وترسخ فيهم قيم المواطنة وحب الانتماء.

فقد توصل وانج وبيدل (wang & Biddle, 2003) لدى دراسته لدوافع ممارسة الطلاب السنغافوريين للرياضة، أن الدوافع الداخلية ممكن تقويتها من خلال التأثير على التنظيم المعرف لدوافع الطلاب من خلال تحسين قدراتهم الرياضية التي تؤثر على ادراكهم لكفاءتهم، وأيضاً من دوافع ممارسة النشاطات الرياضية هي

على الصحة العامة، واللياقة البدنية، وخفض التوتر والحصول على المتعة، والشعور الجيد بالراحة النفسية (كاشف زايد وآخرون، 2015، ص 4).

ولا شك أن الرياضة التي تمارس في الحياة المدرسية تجعل منها منه فردا متكاملًا تساعده على الكشف عن ميوله، والاستفادة من قدراته، وغرس فيه القيم الأخلاقية والاجتماعية، والروحية، وتساهم في تنمية ذوقه ووجدانه جو يسوده التعاون والانضباط والاحترام المتبادل بين مكونات العملية التعليمية، منها توفر المؤسسة على المرافق الصحية الضرورية، الأسلوب التعليمي المتبع من طرف المدرس ومدى قدرته على خلق فضاء من التواصل والتفاهم مع تلامذته وإدراكه لحاجياتهم ومراعاة فروقهم الفردية وتجنب السلوكات العنيفة اتجاهه.

وقد بينت دراسة طه عبد العظيم (2008) أن استخدام الأنشطة يتم من خلال تفريغ الطاقة العدوانية المكبوتة لدى الطفل أو المراهق والتسامي والاعتلاء بها في المجالات الاجتماعية والثقافية والرياضية المقبولة اجتماعيا بحيث تكون الفرصة سانحة عن طريق ممارسة الألعاب الجماعية والأنشطة المختلفة في التفريغ والتعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم تعبيراً حراً مباشراً فال شك ان مثل هذه الأنشطة يمكن أن تساهم بفاعلية في خفض السلوك العدواني، وذلك أنها تتيح تصريف الطاقة العدوانية لديهم بطرق مشروعة ومقبولة اجتماعيا وهكذا ينبغي الحرص على توفير الألعاب والمجال المناسب لممارسة الأنشطة الحركية وحتى الهوايات .

خاتمة:

تكتسي الرياضة أهمية كبيرة في تنمية أخلاق التلاميذ وتحسين سلوكياتهم، كما تساهم التنمية الشاملة والمتجانسة للإنسان والنمو النفسي المتوازن والسليم للطفل، فتعد حصة التربية البدنية المتنفس المحبوب عنده وتعتبر من بين أهم مواد الايقاظ التي تساعد في تطوير السلوكات والمهارات الحركية والنفسية. كما تنظم حركة الطفل وتجعله منضبطاً، فالرياضة صحة للجهاز النفسي والجسدي، شعور التلميذ بالاسترخاء والهدوء يجعله أقل عدوانية اتجاه نفسه أو الآخرين ومستعداً للدراسة والقيام بواجباته بكل فرح وسرور.

توصيات واقتراحات:

- من الواجب الاهتمام بمادة التربية البدنية والرياضية واعطائها حقها والمكانة التي تستحقها.
- توفير المعدات والوسائل البيداغوجية التي تحتاجها مادة التربية البدنية والرياضية.
- اسناد مادة التربية البدنية والرياضية الى مختصين في المجال.
- محاولة تغيير واقع التربية البدنية وجعلها أكثر افادة خصوصا في الطور الابتدائي.
- تخصيص فضاءات ومنشآت خاصة بالتربية البدنية كحجرات وملاعب مجهزة.
- تخصيص الوقت الكافي للتربية البدنية والرياضية وجعلها مادة كباقي المواد.
- ايراز مكانة التربية البدنية والرياضية في تعديل السلوك العدواني لدى الطفل.

قائمة المراجع:

1. أبوحطب ياسين مسلم محارب، (2022)، فاعلية برنامج مقترح لتخفيف السلوك العدواني لدى طلاب الصف الأساسي بمحافظات غزة، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الإسلامية غزة.
2. بن ثابت أحمد الشريف، بوجليدة حسان، (ب ت)، مشكلات تدريس مادة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الابتدائية في الجزائر من وجهة نظر المعلمين، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد 07، العدد (33) جامعة الأغواط.
3. بن حفاف يحيى، معاش حسن، ناظور عيسى، مرزوقي أسامة، (2021)، أهمية النشاط البدني الرياضي التربوي في التخفيف من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، مجلة التكامل في بحوث العلوم الاجتماعية والرياضية، المجلد 5، العدد (01)، ص ص 322-341.
4. بورزامة رايح، رامي عز الدين، العربي محمد، (). مساهمة حصة التربية البدنية والرياضية في الحد من السلوكيات العدوانية لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والانسانية، قسم العلوم الاجتماعية، العدد (21)، ص 59، 68.
5. حوداشي حرز الله، (ب ت)، العلاقة البيداغوجية في النشاط البدني الرياضي التربوي في ظل تطورات ورهانات ظاهرة العولمة، مجلة المنظومة الرياضية، جامعة الأغواط.
6. طه، عبد العظيم حسين (2008)، استراتيجيات تعديل السلوك للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، مصر، دار الجامعة الجديدة.
7. عثمانى عبد القادر، (2013)، اتجاهات معلمي المرحلة الابتدائية الطور الأول والثاني نحو التربية البدنية والرياضية مجلة علمية محكمة معارف قسم السنة الثامنة العدد (15).
8. كاشف زايد وآخرون (2015)، دوافع ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية وفقا لنظرية التقرير الذاتي، بحث منشور بمجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان، المجلد: 9، العدد: 2
9. لورنيق يوسف، ابن البار سعيد، (2021)، أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي لتلميذ المرحلة الابتدائية من وجهة نظر أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة، مجلة التحدي، المجلد 13، العدد (02)، ص ص 225، 238.
10. محمد علي عمارة (2008)، برامج علاجية لخفض مستوى السلوك العدواني لدى المراهقين، الاسكندرية، المكتب الجامعي الحديث،
11. مسعودي الطاهر، عون نعيمة، (2019)، التربية البدنية وأبعادها السيكو-سوسولوجية لدى المتعلم، مجلة علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي، العدد السابع، جامعة محمد بوضياف وهران.
12. ناصر محمد، (2008/2007)، أثر النشاط البدني الرياضي اللاصفي في التخفيف من السلوك العدواني لدى التلاميذ المراهقين، رسالة ماجستير، قسم التربية البدنية والرياضية، كلية العلوم الاجتماعية والانسانية، جامعة الجزائر.
13. هزرشي سليمان، (2022)، آليات ممارسة الرياضة في ظل حصة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بالسلوكيات العدوانية لدى تلاميذ الرابعة متوسط، جامعة زيان عاشور الجلفة، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المجلد 07، العدد (01)، ص 537-555.
14. Stuart J.H. Biddlea, C.K. John Wang (2003), Motivation and self-perception profiles and links with physical activity in adolescent girl, journal of adolescence, N°26, PP687-701