

## تأثير بعض الألعاب الشعبية على حدة التنمر لدى طالبات المرحلة الإعدادية

أ.د. غاده فاروق عبد العزيز

أستاذ بكلية التربية الرياضية للبنات

- جامعه حلوان

أ.د. آمال مرسى

أستاذ بكلية التربية الرياضية للبنات

- جامعه حلوان

مها عزمي

### المقدمة :

تعد الألعاب الشعبية من أهم أنواع الفنون الشعبية لأى امه من الأمم أكثر مما يظن البعض عند نظرتهم الأولى لها . فهي اقدم مظاهر النشاط البشرى وهى اول صورته لنشاط الأنسان . فهى صدى لإنفعالاته ومعرض لمذاته وفرحة وهى انعكاس لصورة الحياة .

ومن المعروف أن الألعاب الشعبية التى كان يمارسها قداماء المصريين ارتبطت بالطقوس الدينية ومراسم توليه الحكم فقد ذكر على جدران إحدى مقابر " بن حسن" بالمنيا أن أى أمير كان لا يتوج ولا يتولى مقاليد الحكم إلا بعد ان يؤدي بعض الألعاب الخاصة بالمهارة مثل الصيد والقنص والرمايه والسباحة والمصارعة وغير ذلك من الألعاب الأخرى . ( ٩ : ٣٠٥ )

ولقد دلت الصور والرسوم التى وجدت على جدران المعابد وخاصة مقابر "بن حسن" على أن الفراغ كان يطيب لهم ان يشهدوا المباريات الرياضيه من شرفات قصورهم وأن الأمراء كان يستخفهم الحماس أحيانا فينزل بعضهم إلى حلبة المباريات ليكونوا على كثب من المتبارين ويشجعونهم بعبارات التشجيع والتهنئة .

وتضمنت صور ورسوم أعيادهم أوضاعاً دقيقة رائعة لفتيات وفتيان اقترن اداؤها بالتنظيم والايقاع الحركى .. وقد رمزت هذه الرسوم ايضاً إلى طائفتين من الألعاب . طائفة بسيطة الاوضاع ويسيرة فى أدائها تستهدف الرشاقه وتنمية البدن فضلاً عن أغراض اللهو والمتعه كان الصبيه يلعبونها داخل الدوروقريبا منها وفى اماكن التعليم . أما الطائفة الاخرى فقد استلزم ادائها كثيراً من الجهد والمهارة والتمرين وكان يؤديها الشباب من هواه ومحترفين ومارسها العسكريون وكانت منها ألعاب المصارعه وحمل الأتقال والتحطيب والعدو والسباحه والتجديف.

وتعتبر لعبة " شبر شبير " أقدم لعبة مصريه مازالت تمارس إلى الآن ويسميتها البعض "كازا لاوزا" أو البحر المالح وكانت محبوبه جدا لدى قدماء المصريين ويرجع أقدم نقش يدل على أن المصريين القدماء كانوا يمارسونها إلى سنة ٢٥٠٠ ق.م وتبين النقوش الموجودة في مقابر "بن حسن بالمنيا" أن طريقة ممارسه هذه للعبة مطابقة تماما للطريقة الموجودة الان والتي يمارسها الجميع سواء في الوجه البحرى او القبلى او الواحات او النوبة . ( ٩ : ٣٠٦ )

وتلعب الالعب الشعبية دورا فى نقل التراث الثقافى للمجتمع إلى الطفل حيث تعلمه بعض القيم الإجتماعية . مما يؤدي الى تنمية التفاعل الإجتماعى والتدريب على كيفية التعامل مع الآخرين وتكوين علاقات إجتماعية الأمر الذى ينعكس على تعليمه أهمية حياة الجماعه والبعد عن الفرديه والانعزال . وتزداد قوى الناشئ المختلفة عن طريق اللعب فتزداد قوة تحمله وتنمو ارادته ومن اهم ما يكتسبه اللاعب قوة الضبط وهى العزم والتصميم مع المثابرة وضبط النفس و تعتبر هذه الصفة أعلى مظهر للارادة .

إن الناشئ فى مقتبل حياته تكون قدرته على التحكم بنفسه ضعيفة فإذا شاهد شيئاً فإنه يرغب فى الحصول عليه وإذا جال بخاطرة ان يفعل شيئاً فإنه يفعله تلقائياً دون تدبير ولعل جزءا كبير من مشاكل التربيه سواء فى المنزل او فى المدرسه نتيجة لان قوه الضبط .مازالت فى دور التكوين . ( ٩ : ٣١١ ) ومن هنا يأتى دور الألعاب الشعبية فاللعب يدرّب الفرد على الفضائل الإجتماعية ويعلمه النظام وأهميته والأعتراف بحقوق الغير والعمل على اسعاده . والواقع ان الالعب الشعبية تسهم مساهمه بالغه فى التنمية الإجتماعية للافراد ومن الملاحظ ان كثيراً من الاطفال لايمكنهم التفاعل مع الآخرين بل وكثيرا من الكبار تنقصهم هذه المقدرة ايضاً مما يضعف قدرتهم على العمل والنجاح والتكيف بشكل عام.

واللعب يقوى الروابط ويدعو الى التعاون ويدفع الى التضحية ويثير الشهامه للعمل من اجل الغير كما تسهم فى تكوين الشخصية الناضجه المتكاملة فى جميع مراحل العمر لتنمية استعداداته وقدراته ومقابلة احتياجاته الاساسيه بدنية نفسية عقلية وإدماجة فى المجتمع بحيث يتفاعل معه تفاعلا إيجابيا منتجاً يعود عليه بالنفع ويخلق فيه عنصراً إيجابياً فعالاً .

و من خلال ما تم عرضه والتعرف عليه من قيم مستفادة وناجحة عن ممارسه الألعاب الشعبية حيث يمكن الاستفادة من هذه النتائج فى تعديل السلوك وتحسينه وتغيير السلوكيات التى يكتسبها الفرد او الظواهر التى تطرأ عليه مثل ظاهرة التتمر .

حيث اصبح التتمر اليوم مشكلة شائعة وخطيرة فى المدارس ويؤكد بدويل (Bidwell) بأن التتمر يحدث داخل المدرسة و خارجها الا أن الذى يقع داخل المدرسة اكثر وتشكل الساحة المدرسية اكثر الاماكن التى يشيع فيها التتمر ، ويحدث التتمر فى الممرات ودورات المياه والاماكن التى يقل فيها الاشراف المدرسى وقد يحدث ايضا داخل الفصول .

ويرجع جزء كبير من ظاهرة التتمر الى خلل فى اساليب التنشئة الوالدية المبكرة للابناء منذ الطفولة اوضغط الاقران او التأثيرات السلبية لوسائل الاعلام كما ان جزء من المسؤولية يعود الى ضعف دور المؤسسات التعليمية فى التربية النفسية للطلاب وتنمية مهارات الكفاءة الاجتماعية والاخلاقية لديهم بشكل يتيح لهم التعرف بشكل فعال وملائم اجتماعيا سواء كان للمتتمرين او الذيقع عليهم التتمر .

حيث ان السلوك العدوانى يرتبط بنقائص فردية متأصلة فى التركيب البيولوجى للفرد تتجسد فى اختلالات نفسية وجسمية وعقلية وتنفجر فى صورة سلوك عدوانى عنيف يظهر فى اشكال مختلفة من الانحرافات. (٧ : ٤)

ومن العوامل النفسية التى تؤثر وتتأثر بأداء الفرد وسلوكه سواء كان فى مهاراتة الحياتية او فى مجال العمل الخاص بيه عامل التتمر .

التتمر هو عبارة عن اساءة منظمة للقوة فى اتجاة العلاقات الخارجية يتضمن اى افعال ظالمة غير مقبولة اخلاقيا ولا يحدث بالصدفة ولكنة يخطط له ويتم تكرارة عمدا وتتنوع اساليبه ومن ثم لايد من مراجعة الطرق التى يتم من خلالها التتمر .

وهناك عدة اساليب للتتمر الاكثر شيوعا منها التتمر الجسدى ويظهر من خلال الضرب والركل والتتمر اللفظى من خلال الاغاظه واطلاق المسميات الكريهه والترهيب او استخدام الاشارات الساخرة والاستفزاز واطلاق النكت الاستهزائيه .

وهناك ايضا اساليب من التتمر غير المباشر مثل الاقصاء ونشر الشائعات والرسوم والكتابات المسيئة والابتزاز والتهديد او المطاردة والتدخل فى الشئون الخاصة وتسبب الضرر او الضحك بصوت منخفض ويوصف بالتتمر النفسى او الانفعالى . (٨ : ٢)

ويعد التتمر احد اشكال السلوك العدوانى وهو من المشكلات الشائعة لدى الاطفال والتي تنمو معهم فى سن مبكرة وتستمر حتى المراحل اللاحقة حيث يؤثر فى تفاعلاتهم المستقبلية وتجعلهم يعانون من اضطراب انفعالى وسلوكى واضح فى مرحلة الطفولة المتأخرة والمراهقة والشباب ، فقد يمارس الطفل التتمر على اقرانه او قد يقع ضحية لتتمر اخرين كما قد يتعلم الطفل الضحية ان يمارس سلوك التتمر فى مواقف لاحقة فيكون متمرا حينا وضحية فى احيان اخرى.

وتشيع ظاهرة التتمر بين الاطفال فى اعمار مبكرة حيث تشير نتائج الدراسات الى انها تحدث بنسب اعلى فى مرحلة الطفولة المبكرة عنها فى السنوات اللاحقة وتتميز مرحلة الطفولة المبكرة بانها المرحلة التي تتشكل فيها الشخصية وكثيرا ما تؤثر اساليب التعامل مع الطفل وكذلك الخبرات المبكرة لديه على شخصيته فيما بعد. (٢)

ان الاطفال الذين يواجهون اقرانهم بالعنف والمضايقات تظهر لديهم نزعة عدائية تجاه المجتمع و النظم ويمارسون القسوة تجاه الاخرين فى فترة الشباب وللتتمر تاثيرات نفسية وصحية وتربوية واجتماعية خطيرة على الاطفال تمثل فى ارتفاع نسب تعرضهم للاكتئاب والقلق والانتحار واضطرابات نفسية اخرى فى سن الرشد وعدم القدرة على السيطرة على النفس اثناء الغضب او سلوك تدمير الذات واحتمال الاصابة ببعض الامراض مجهولة الاسباب كالصداع والام المعدة وعلى صعيد المدرسة تبرز مظاهر سلوكية لا يحمد عقباها متمثلة فى محاولة حمل الاسلحة بهدف اللعب والتباهى او تهديد الاطفال الاخرين مما يؤدى الى تغييب الاطفال الضحايا عن المدرسة لعدم شعورهم بالامان فضلا عن ضعف تحصيلهم الدراسى بسبب القلق والخوف وضعف التقدير الذاتى.(١)

وفى دراسته قام بها Terrazo (٢٠١٦) بعنوان "الكشف عن ديناميات شخصية المتتمر والضحية" وذلك على عينه من اطفال التعليم الاساسى قوامها (٦٥) طفل وطفله طبق عليهم مقياس التتمر ،دراسة حاله لبعض الحالات الشديده سواء من المتتمرين او الضحايا ، واسفرت النتائج عن أن الاطفال المتتمرين يتميزون بممارسة سلوك التتمر بصورة بشعه وكراهية الاصدقاء وحب العنف والاجرام ووجود سعادة مرضيه مرتبطه بتكرار واستمرارية سلوك التتمر ، اما الاطفال الضحايا تميز سلوكهم بالخجل والانطواء وانخفاض فى مفهوم الذات وتحقيرها والهروب والانسحاب من المواقف والخوف والقلق ، كما اثبتت دراسته ان الاصدقاء الطيبين افضل اسلوب علاجى لخفض درجة التتمر لدى الاطفال المتتمرين. (١٢)

كما وضع Monks (٢٠٠٩) فى دراسه بعنوان " سلوك التتمر لدى فئات عمرية مختلفه " وذلك على عينه من فئات عمرية مختلفة من الاطفال - الطلاب - نزلاء السجون وذلك للتعرف على العوامل الكامنه وراء سلوك التتمر حيث طبق عليهم مقياس التتمر واستبيان التتمر، واسفرت النتائج عن وجود عوامل مشتركه بين هذه الفئات العمرية خاصة فى الشعور بالوحدة النفسيه وفقدان الامن النفسى والطمأنينه النفسيه وارتفاع نسبة القلق العصبى وسوء المعامله الوالديه للابناء واستخدام العقاب البدنى فى الاسره والمدرسه واخطاء فى التربيه والتنشئه الاجتماعيه . (١١)

وتوجد تعريفات عدة للتتمر نقلا عن مجدى محمد الدسوقي ومنها:

عرف باركر (٢٠٠٣) التتمر بانه سلوك تعسفى وعدوانى بذئ ومهين يرتبط بنقص القدرة على التحكم فى النفس وبالجهل وبأذى كان قد وقع عليه.

بينما يرى (دى كروز D'Cruz ٢٠١٥) انه شكل من اشكال السلوك العدوانى لا يوجد فيه توازن بين المتتمر والضحية ودائما ما يكون المتتمر او المتتمرون اقوى من الضحية او الضحايا وقد يكون التتمر لفظيا او بدنيا او نفسيا وقد يكون التتمر مباشر وغير مباشر.

ويؤكد بونى (٢٠٠٣) على ان التتمر هو تعرض تلميذ معين الى سلسلة من الافعال السلبية المؤذية بصفة مستمرة ومتكررة طيلة الوقت من قبل تلميذ اخر او مجموعة من التلاميذ مع عجز هذا الضحية عن الدفاع عن نفسه.

ويتفق اسلاج وسوارير (٢٠٠٣) مع التعريف السابق حيث يريان ان التتمر هو هجوم دائم ومستمر جسمى او لفظى موجه من شخص او مجموعة من الاشخاص الى شخص او ضحية يعجز عن مواجهتهم. (٥: ١١)

### مشكلة البحث

ومن خلال مزاوله الباحثة لمهنة التدريس لاحظت سوء سلوك بعض الطالبات والى تنمئل فى السب والسخرية من بعض زملائهم واستنقصاء احد الزملاء من الحديث او اللعب معهم والسلوك الذى يتصف بالعدوانية مثل الضرب الخفى والحاق الاذى بالزميل وغيرها من الصفات الغير صحيحة .

وترى الباحثة ان اندماج الطالبات فى العمل تحت الاشراف وقيامهم بعمل جماعى بمشاركة الموسيقى ،قد يكون لة اثر طيب وايجابى فى الحد من التتمر بالزملاء وتعديل سلوكهم حيث تعتبر الألعاب الشعبية من اكثر الفنون الشعبية التى تتضمن التنوع فى الاداء والحركات والابداع

والتشكيلات ، كما تضيف البهجة والاستمتاع وتعمل على تحسين الحالة المزاجية وتقوية الصداقة والترابط بين المشاركين .

ومن خلال قراءة الباحثه للعديد من الدراسات لاحظت ندرة الابحاث التي تناولت ظاهرة التتمر لطالبات المرحلة الاعداديه والتي تناولت الالعاب الشعبيه كأداة للخفض من حدة التتمر ومن هنا جاءت فكره البحث فى وضع برنامج مقترح لبعض الالعاب الشعبيه ودمج الطالبات المتمتمرات مع ضحايا التتمر و محاولة الوصول الى افضل النتائج وتحسين سلوك الطالبات.

### ثانيا : أهمية البحث

#### ١. الأهمية العلمية

- إلقاء الضوء على ظاهرة التتمر ومحاولة التعرف على الأنشطة الرياضيه التي من خلالها التغلب على هذه الظاهرة خاصة في هذه المرحلة السنيه.
- توجيه اهتمام العاملين فى مجال الأنشطة الرياضيه للأهتمام بالأنشطه التي من خلالها الحد من هذه الظاهره.
- من خلال الأطلاع على الأبحاث العلميه فى مجال التعبير الحركى وعلم النفس نجد أننا بحاجة الى هذا النوع من الأبحاث والدراسات للتغلب على هذه الظاهره.

#### ٢. الأهمية التطبيقيه

- الأهتمام بتطبيق البرامج والأنشطه الرياضيه الأتماعيه المختلفه.
- الأهتمام بأستخدام وتطبيق البرنامج التدريبى فى تحسين حدة التتمر.

#### ٣. الجديد فى البحث

- أستخدام الالعاب الشعبيه كنشاط ترويحى فى الحد من ظاهرة التتمر .
- أستخدام الألعاب الشعبيه فى البرنامج التدريبى لخلق الروح الجماعية للحد من ظاهرة التتمر .

### ثالثا : اهداف البحث

#### التعرف على:

١. تأثير برنامج الألعاب الشعبيه المقترح على الحد من التتمر لدى طالبات المرحلة الاعداديه.
٢. نسبة التحسن فى مستوى التتمر.

#### رابعاً : فروض البحث

١. توجد فروق داله احصائياً ونسبة تحسن بين القياس القبلى والبعدى للمجموعه التجريبيه في الحد من التتمر لصالح القياس البعدى.
٢. توجد فروق داله احصائياً ونسب تحسن بين القياس القبلى والبعدى للمجموعه الضابطه.
٣. توجد فروق داله احصائياً ونسب تحسن بين القياسات البعدية للمجموعه التجريبيه والضابطه فى متغير التتمر لصالح المجموعه التجريبيه.

#### خامساً : مصطلحات البحث

##### - التتمر (Bullying) :

- عرفه سليمان والبيلاوى ٢٠١٠ بانه :  
"هو الهجوم من شخص مستأسد على شخص اضعف منه".
- بينما يرى (دى كروز D'Cruz ٢٠١٥) انه :  
"شكل من اشكال السلوك العدوانى لا يوجد فيه توازن بين المتمتر والضحية ودائما ما يكون المتمتر او المتمترون اقوى من الضحية او الضحايا وقد يكون التتمر لفظيا او بدنيا او نفسيا وقد يكون التتمر مباشر وغير مباشر".
- ويؤكد بونى (٢٠٠٣) على ان التتمر هو :  
"تعرض تلميذ معين الى سلسلة من الافعال السلبية المؤذية بصفة مستمرة ومتكررة طيلة الوقت من قبل تلميذ اخر او مجموعة من التلاميذ مع عجز هذا الضحية عن الدفاع عن نفسه".
- ويتفق اسلاج وسوارير (٢٠٠٣) مع التعريف السابق حيث يريان ان التتمر هو "هجوم دائم ومستمر جسمى او لفظى موجه من شخص او مجموعة من الاشخاص الى شخص او ضحية يعجز عن مواجهتهم".

#### إجراءات البحث

##### أولاً : منهج البحث

استخدمت الباحثه المنهج التجريبي تحقيقاً لهدف البحث وفروضه بتطبيق القياس (القبلى - البعدى) على مجموعتى البحث (التجريبيه - الضابطه) كأسلوب من أساليب البحث العلمى وذلك لمناسبته طبيعة البحث .

## ثانيا : مجتمع وعينة البحث

تم اختيار العينة عن طريق الطريقة العمدية العشوائية من طالبات المرحلة الاعدادية (الصف الثانى الإعدادى) بمدرسه نوتردام دى ذابوتر أحمد سعيد للعام الجامعى ٢٠٢١ - ٢٠٢٢م وقوامها ٧٠ طالبة وبنسبة (٧٧,٧٨%) من المجموع الكلى وبعد ذلك تم استبعاد الفئات التالية:

- الطالبات المشتركات فى الفرق الرياضيه.
  - الطالبات المصابات .
  - الطالبات غير منتظمات فى الدراسه.
- وبذلك اصبح العدد الكلى (٦٠) طالبة.

## تجانس العينة

وقد تم إجراء التجانس لأفراد العينة فى المتغيرات (السن ، الطول ، الوزن ، التوافق ، المرونه ، الرشاقه، مقياس سلوك التمر) وجدول رقم (١) يوضح تجانس العينة ، وقد تم سحب العينة الاستطلاعية للبحث وقوامها (١٠) طالبات بطريقة عشوائية وبذلك بلغ حجم العينه (٥٠) طالبة تم تقسيمهم الى مجموعتين ( تجريبه ، ضابطه ) وتم اجراء التكافؤ بينهما جدول رقم (٢).

## جدول ( ١ )

المتوسطات الحسابيه والانحرافات المعياريه ومعاملات الالتواء لعينة البحث  
فى المتغيرات البدنيه ومقياس سلوك التمر

ن=٦٠

المتغيرات	وحدة القياس	م	ع	وسيط	التواء
السن	سنه	١٢.٣٥	١.٠٤	١٢.٩٩	-١.٨٥
الطول	سم	١٦٠.٤٥	٤.٢٠	١٦١.٠١	-٠.٤٠
الوزن	كجم	٦.١٥	٥.٩٩	٦٢.٠١	-٠.٤٣
التوافق	ث	١٩.٩٨	١.٠١	٢٠.٢٣	-٠.٧٤
المرونه	سم	٦٠.٦٩	٢.٢٢	٦١.٢٦	-٠.٧٧
الرشاقه	ث	١٢.٤٠	١.٢٥	١٢.٠١	٠.٩٤
مقياس سلوك التمر	درجه	٨٠.٨١	١.٧٤	٨١.٩٥	-١.٩٧

يتضح من جدول (١) ان معاملات الالتواء قد تراوحت ما بين (+٣،-٣) مما يشير الى تجانس عينه البحث فى المتغيرات قيد البحث.



جدول ( ٢ )

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودلاله الفروق بين القياسات القبليه لمجموعه البحث (التجريبيه ، الضابطه) فى مقياس سلوك التمر للاطفال (تكافؤ المجموعتين)

ن = ٥٠

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعه التجريبيه ن = ٢٥		المجموعه الضابطه ن = ٢٥		الفروق بين المتوسطات	قيمة (ت)
		١م	١ع	١م	١ع		
مقياس سلوك التمر للاطفال	درجه	٨١.٣٢	٢.٣٠	٨١.٤٥	٢.٠١	٠.١٠	٠.٢٣

قيمة (ت) المعنويه عند مستوى (٠.٥) = ٢.٠١

يتضح من جدول رقم (٢) عدم وجود فروق داله معنويا بين القياس القبلى لمجموعتى البحث ( التجريبيه ، الضابطه ) فى مقياس سلوك التمر مما يدل على تكافؤ المجموعتين .

المعاملات العلميه للاختبارات المستخدمه ومقياس سلوك التمر للأطفال

بعد تحديد الاختبارات المستخدمه ومقياس سلوك التمر للاطفال قامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات هذا المقياس حتى يمكن تطبيقه على عينة البحث .

ثبات الاختبارات ومقياس سلوك التمر للأطفال

تم استخدام طريقة تطبيق الاختبار على عينه البحث واعادة تطبيقها على عينه وقوامها (١٠) طالبات من مجتمع البحث وغير عينه البحث Test and retest بفارق زمنى اسبوع كما تم حساب صدق الاختبارات والمقاييس باستخدام اسلوب الصدق الذاتى وذلك عن طريق الجذر التربيعى لمعامل الثبات كما تتغير الاختبارات بالصدق المنطقى وصدق المحتوى حيث سبق استخدامها فى كثير من الابحاث العلميه لقياس الغرض الذى وضعت من اجلة ، ويوضح ذلك جدول (٢)

## جدول (٣)

معامل الارتباط بين التطبيق الاول والتطبيق الثانى والصدق الذاتى للمتغيرات قيد البحث

ن = ١٠

الصدق الذاتى	س	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		المتغيرات
		٢ع	٢م	١ع	١م	
٠.٩١	٠.٨٣	٣.٠١	١٩.٦٧	٢.٧٥	١٩.٣٣	التوافق
٠.٩٣	٠.٨٦	١.٤١	٦٠.٠٣	٢.٨٢	٥٩.٩٩	المرونة
٠.٩٤	٠.٨٩	٢.٩٩	١٢.٠١	٣.١٤	١٢.٢٢	الرشاقه
٠.٩٤	٠.٨٨	١.٨٧	٨٣.٥٤	١.٩٩	٨٤.٢٢	مقياس سوكر التمر للاطفال

يتضح من جدول (٣) ان معاملات الارتباط بين التطبيق الاول والثانى قد تراوحت ما بين (٠.٨٣ - ٠.٨٩) مما يشير الى ان الاختبارات ومقياس سلوك التمر للاطفال ذات معامل ثبات عاليه بينما تراوح الصدق الذاتى ما بين (٠.٩١ - ٠.٩٤) مما يشير الى صدق الاختبارات ومقياس التمر فى قياس ما وضعت لقياسه.

## ثالثا : وسائل جمع البيانات

قامت الباحثة بإتباع الخطوات التاليه فى جمع البيانات والمعلومات الخاصه بموضوع البحث:

- قراءه نظريه لظاهرة التمر شامله المراجع والأبحاث فى مصر وخارجها .
- قراءه نظريه عن أهميه الألعاب الشعبيه وما يمكنها اضافته على البحث المقدم للحصول على أفضل النتائج.

## أدوات البحث

استخدمت الباحثة الأدوات الأتية لجمع البيانات الخاصه بالبحث وهي :

١. ميزان طبى (لقياس الوزن).
٢. شريط مدرج (لقياس الطول).
٣. كاسيت.
٤. اطواق .
٥. حواجز.

٦. جهاز الجينوميتر.

٧. ساعة إيقاف .

### الاختيارات المستخدمة

مقياس سلوك التمر للأطفال (إعداد الدكتور / إبراهيم محمد المغازى ٢٠٢٠).

### البرنامج التدريبي المقترح

#### الهدف من البرنامج

- يهدف البرنامج المقترح للحد من ظاهرة التمر لدى طالبات المرحلة الإعدادية.
- كما يهدف الى تنمية عناصر اللياقة البدنية وتحسين الصحة النفسية وكذلك تقويم السلوك وزيادة وتنمية الثقة فى النفس والقدرة على الاندماج وسط المجموعات وزيادة التفاعل الإجتماعى.

#### أسس وضع البرنامج

من خلال الدراسات النظرية والدراسات المرتبطة بالفن الشعبى والالعاب الشعبية وكذلك الأبحاث والدراسات التى تناولت ظاهرة التمر من اكثر من جانب و من خلال الفروض التى فرضتها الباحثة فى الدراسه تم تصميم برنامج رياضي تروى لبعض الألعاب الشعبية مع استخدام الموسيقى فى بعض الالعاب .

وتم مراعاة التالى عند وضع اسس البرنامج:

- أن يتناسب البرنامج مع المرحلة السنيه لعينة البحث.
- المعرفة الجيدة للسمات الشخصية للمتمتع والضحية.
- مراعاة عوامل الأمن والسلامه فى جميع الأختبارات واثاء تطبيق البرنامج.
- الإحماء الجيد لجميع اجزاء الجسم.
- مراعاة الفروق الفرديه بين الطالبات .
- التدرج بالحركات او تقسيمها الى اجزاء لسهوله تطبيقها.
- الإهتمام بالعمل الجماعى لدمج الطالبات.
- إختيار الألعاب الشعبية التى تتصف بالمشاركه الجماعيه والترفيه وأن تكون بعيده كل البعد عن التنافس .

### التقسيم الزمني للبرنامج

قسم البرنامج على (٢٤) وحدة تدريبية تم توزيعها على (٣) شهور بواقع وحدتين تدريبيتين أسبوعياً، وزمن الوحدة التدريبية (٤٠) دقيقة.

ويتكون البرنامج من :

#### الجزء التمهيدي - الإحماء (١٠) ق

يهدف هذا الجزء إلى إعداد وتهيئة جميع اجزاء الجسم بجميع وظائفه وأجهزته الحيوية للنشاط والحركة ، مع مراعاة أن يكون الإحماء من اسفل الى أعلى او العكس (من مشط القدم الى الرأس) واستخدام اسلوب المشاركة في احضار الأدوات مع اعطاء التنبيهات بشكل مستمر وذلك لمراعاة المسافات ومراعاة الزميل وكذلك التنبيهات الخاصة بشكل التمرين لأداءه بالطريقة الصحيحه مع مراعاة التحفيز وروح المرح اثناء الاحماء.

#### الجزء الرئيسي (٢٠) ق

ويتضمن هذا الجزء اللعبة الشعبية حيث يتم اعطاء الطالبات فكره عامه عن اللعبة والمدينه المشوره ببيها والادوات المستخدمه .

ثم تقوم الباحثة بشرح قوانين اللعبة وتوضيح الأدوات المستخدمه فيها والوقت المحدد ثم تقوم بتنفيذ اللعبة مرة امام الطالبات ثم مع الطالبات مع مراعاة تنفيذ الشروط الواجبه .

#### الجزء الختامي - التهدئه (١٠) ق

ويشمل هذا الجزء على تمرينات استرخاء وتهدئه لجميع اجزاء الجسم وذلك لخدمه هدف البحث وما وضع من أجله.

#### رابعاً : الدراسه الإستطلاعيه

تم سحب العينه الاستطلاعيه للبحث وقوامها (١٠) طالبات بطريقه عشوائيه ، وقامت الباحثة بأجراء تجربته إستطلاعيه لمدى ملائمه المكان و الأدوات وتمرينات اللياقه البدنيه والرقصات المناسبه ومدى ملائمة حركات الرقصات للطالبات وذلك في الفتره ما بين (٢٣/١٠/٢٠٢١ - ٤/١١/٢٠٢١).

وقد استفادت الباحثة من الدراسه الأستطلاعيه الأتى :

- ملائمة المكان والأدوات للبحث.
- مدى ملائمة الوحدة التدريبية لعينة البحث.

- معرفة الحركات المناسبة لهذه المرحلة العمرية.
- تحديد مبدئى لنسب التتمر عن طريق الملاحظه.
- معرفة مدى أستجابة الطالبات للالعاب الشعبيه وحبهم وأندماجهم لهذا النوع من التدريب.

#### خامساً : الخطوات التنفيذية للبرنامج

##### القياس القبلى :

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليه لمجموعتى البحث فى الفتره ما بين يوم السبت الموافق (٢٠٢١/١١/١٣) الى يوم الخميس الموافق (٢٠٢١/١١/١٨).

##### تطبيق البرنامج المقترح :

تم تطبيق البرنامج إبتداءً من يوم السبت ( ٢٠٢١/١١/٢٧ ) الى الخميس (٢٠٢٢/٤/١٤) ، وقد اشتمل البرنامج على ( ٢٤ ) وحده تدريبيه تم توزيعها على ( ٣ ) شهور بواقع وحدتين تدريبيتين إسبوعياً وزمن الوحده التدريبيه (٤٠) دقيقه.

##### القياس البعدى:

تم إجراء القياسات البعديه لمجموعتى البحث فى الفتره بين يوم السبت الموافق (٢٠٢٢/٤/١٦) الى يوم الأربعاء الموافق (٢٠٢٢/٤/٢٠).

#### الإسلوب الإحصائى المستخدم

- حساب (ت) T.Test لدلالة الفروق بين القياس القبلى والبعدى.
- أستخدمت الباحثة الدلالة عند مستوى معنويه (٠,٠٥).
- نسب التحسن لمعدلات التغير بين القياس القبلى والبعدى .
- الإنحراف المعيارى .
- معامل الإلتواء.
- طريقة اعاده الإختبار Test and retest

#### الصعوبات التى واجهت الباحثة

- جائحة كورونا حيث تم تأجيل البحث أكثر من مره.
- غياب أغلب الطالبات فى ظل جائحة كورونا.

- بعض العوامل الجوية و الطقس السيئ .
- توزيع الأستبيانات وجمعها مع شرح كل نقطه من نقاط الأستبيان وتوضيحها للطالبات للحصول على أفضل النتائج.

عرض النتائج ومناقشتها

أولا : عرض وتفسير النتائج

جدول (٤)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ودلالة الفروق والنسبه المئوية للتحسن بين القياس القبلى والبعدى لمقياس سلوك التمر للأطفال (المجموعة التجريبية)

ن = ٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطات	قيمة (ت)	نسبة التحسن
		١م	١ع	٢م	٢ع			
مقياس سلوك التمر	درجه	٨١.٣٢	٢.٣٠	٤٠.١١	٢.٠٥	٣٠.٧٣	٤٨.٧٧*	٣٧.٧٩%

قيمة (ت) عند (٠.٠٥) = ٢.٠٦

يتضح من جدول رقم (٤) وجود فروق داله احصائيا بين القياس القبلى والبعدى لصالح القياس البعدى للمجموعه التجريبية فى قياس سلوك التمر للاطفال ونسبة التحسن (٣٧.٧٩%)

جدول (٥)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى ودلاله الفروق والنسب المويه للتحسن بين القياس القبلى والبعدى لمقياس سلوك التمر لاطفال (المجموعه الضابطه)

ن=٢٥

المتغيرات	وحدة القياس	القياس القبلى		القياس البعدى		الفرق بين المتوسطات	قيمة (ت)	نسبة التحسن %
		١م	١ع	٢م	٢ع			
مقياس سلوك التمر للاطفال	درجه	٨١.٤٥	٢.٠١	٧٠.٠١	٢.٤٣	١١.٤٤	١٧.٨٨	١٤.٠٥%

قيمة (ت) الجدوليه عند مستوى معنويه (٠.٠٥) = ٢.٠٦

يتضح من جدول رقم (٥) وجود فروق داله احصائيا بين القياس القبلي والبعدي للمجموعه الضابطه فى مقياس سلوك التمر للاطفال ونسبة تحسن (١٤.٠٥%)

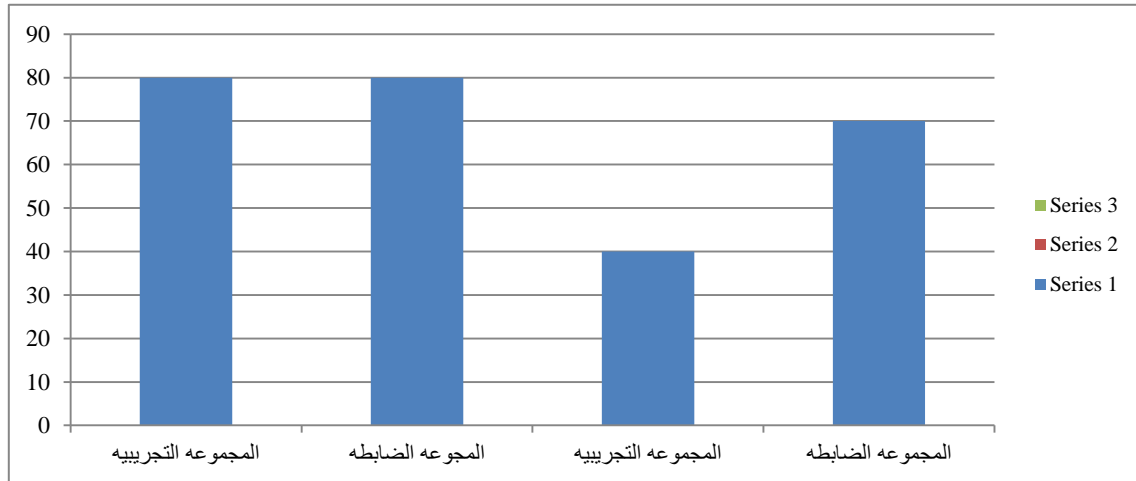
جدول (٦)

المتوسطات الحسابيه والانحرافات المعياريه ودلالة الفروق بين القياسات البعديه لمجموعتى البحث (التجريبيه - الضابطه ) فى مقياس سلوك التمر للاطفال

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعه التجريبيه ن=٢٥		المجموعه الضابطه ن=٢٥		الفروق بين المتوسطات	قيمة (ت)	نسبة التحسن %
		٢م	٢ع	٢م	٢ع			
مقياس سلوك التمر	درجه	٤٠.١١	٢.٠٥	٧٠.٠١	٢.٤٣	٢٩.٩٠	*٧١.١٩	%٧٤.٥٥

قيمة (ت) الجدوليه عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠١

يتضح من جدول رقم (٦) وجود فروق داله احصائيا بين القياسات البعديه للمجموعه التجريبيه المجموعه الضابطه فى مقياس سلوك التمر للاطفال ونسبة تحسن (٧٤.٥٥%) لصالح المجموعه التجريبيه .



(القياس القبلى)

(القياس البعدى)

شكل (١) شكل توضيحي للفروق بين القياس القبلى والبعدي لمجموعتى البحث التجريبيه والضابطه فى مقياس سلوك التمر للأطفال

## ثانياً : تفسير ومناقشة النتائج

فى ضوء هدف البحث والمنهج المستخدم والعينه والقياسات والمعالجات الإحصائية وعرض النتائج توصلت الباحثة الى مايلى :

يتضح من جدول (٤) وجود فروق داله إحصائياً بين القياس القبلى والبعدى للمجموعه التجريبيه لصالح القياس البعدى فى مقياس سلوك التتمر للأطفال وكانت نسبة التحسن (٣٧.٧٩%) وهى نسبه أكبر من قيمتها الجدوليه عند مستوى (٠.٥).

وتعزو الباحثة هذه الفروق فى نتائج سلوك التتمر إلى البرنامج التدريبى ومايحتويه من ألعاب شعبيه تم اختيارها بعنايه بحيث تتسم بسهولة الأداء والمشاركه الجماعيه مما كان له أثر إيجابى على الحد من ظاهرة التتمر بين الأطفال . حيث يعتبر الالعب الشعبيه من أهم وسائل الترويح والمتعه وإمتزاج الأداء بين الموسيقى والنغمات وخفة الحركه كان له تأثير على الصحه النفسيه للطالبات وتحسين العلاقات الإجتماعيه المرغوب فيها السليمه والسويه فى نطاق الجماعه أو المجموعه المشاركه حيث اتسم الأداء بالمرح والتفاؤل والبهجة مما كان له أثر إيجابى على خفض حدة التتمر بين الطالبات.

ويتفق ذلك مع ما أشارت اليه ناديه الدمرداش وعلا توفيق (٢٠٠٧) أن الالعب الشعبيه تحسن العلاقات للإجتماعيه السليمه والسويه ووسيله هامه من وسائل الترويح والمتعه كما أنه نشاط علاجى يخفف من ضغوط الحياه ويعطى إنطباع إجتماعى قوى بالمشاركه والتفاعل مع الآخرين وتكوين صداقات إجتماعه كبيره . (٩)

ويتفق ايضاً مع دراسة علا توفيق إبراهيم عوض (٢٠٠٧) بعنوان "تأثير الألعاب الشعبيه والحركيه والنمو الإدراكى للمرحله الثانيه من رياض الأطفال" وتم تقسيمهم على مجموعتين متساويتين ،وقد أظهرت النتائج أن برنامج الألعاب الشعبيه والحركيه له تأثير إيجابى على التفاعل الإجتماعى والنمو الإدراكى للمرحله الثانيه لرياض الطفل. (٤)

وبذلك يتحقق الفرض الأول الذى ينص على :

" توجد فروق داله إحصائياً ونسب تحسن بين القياس القبلى والبعدى للمجموعه التجريبيه فى الحد من التتمر لصالح القياس البعدى "

ويتضح من جدول رقم (٥) وجود فروق داله احصائياً بين القياس (القبلى - البعدى) للمجموعه الضابطه فى مقياس سلوك التتمر للأطفال بنسبه تحسن (١٤,٠٥%).



حيث تم تطبيق البرنامج المقرر من وزارة التربية والتعليم .  
 ويكون قد تحقق الفرض الثانى الذى ينص على :

" توجد فروق داله إحصائياً ونسب تحسن بين القياس القبلى والبعدى للمجموعه الضابطه"  
 ويتضح من نتائج جدول رقم (٦) وجود فروق داله احصائيا بين القياسات البعدية للمجموعه التجريبية والمجموعه الضابطه فى مقياس سلوك التتمر للاطفال ونسبة تحسن (٧٤,٥٥%) لصالح المجموعه التجريبية .

وترجع الباحثه دلالة الفروق بين القياسات البعدية لمجموعتى البحث ( التجريبية - الضابطه ) فى مقياس سلوك التتمر للأطفال الى البرنامج التدريبي الذى تم تنفيذه وتطبيقه بكل مافيه من نقاط تعليميه وسلوكيه وترفيهيه وكذلك الألعاب الشعبيه التى تم إختيارها بعنايه لخدمة أبعاد ومتطلبات البحث حيث تم اختيار كل الألعاب التى تتصف بالمشاركه والمرح ويعيده كل البعد عن عنصر التنافس ، كما ان العنصر الأساسى الذى أعتمد عليه البحث هو الألعاب الشعبيه وذلك لما يتصف به من أهداف ومبادئ ساعدت الباحثه فى تحقيق هدفها من البحث وهو الحد من ظاهرة التتمر وذلك بما يحتويه البرنامج من مشاركه وأندماج ومصاحبه موسيقية لبث الفرح والسعاده داخل نفوسهم كما أن المسئوليه التى أسندت للطالبات عند قيامهم بالحفل المدرسى كان لها اثر كبير على كلاً من الطالبات المتمدرات وضحايا التتمر .

حيث ساعد البرنامج على التقليل من حدة التتمر بشكل واضح وكبير وكذلك على تحسين السلوك للطالبات والإندماج المثمر بين الطالبات المتمدرات والطالبات ضحايا التتمر كما ساعد وساهم بشكل كبير على استعادت الطالبات ضحايا التتمر الثقه فى النفس وعدم الشعور بالدونيه كما عمل على ازالة الرهبه من الإندماج والتعامل بين الطالبات ككل وساعد على بث السعاده وروح المرح والفرح داخل نفوس الطالبات .

وبذلك قد تم الفرض الثالث وتحقق كلياً الذى ينص على :

" توجد فروق داله إحصائياً ونسب تحسن بين القياسات البعديه للمجموعه التجريبية والضابطه فى متغير التتمر لصالح المجموعه التجريبية "

## الاستخلاصات والتوصيات

### أولاً: الاستخلاصات

- في ضوء أهداف البحث و في حدود عينة الدراسة وخصائصها ومن خلال المعالجات الإحصائية المستخدمه، توصلت الباحثة إلى الإستنتاجات التاليه:
1. برنامج الالعاب الشعبه له تأثير قوى على خفض حدة التتمر وتعديل السلوك ويظهر ذلك في الفرق بين القياس (القبلى - العبدى) لصالح القياس البعدى للمجموعه التجريبيه .
  2. التتمر ظاهره يمكن علاجها من خلال البرامج الرياضيه .
  3. حقق البرنامج المقترح نسبة تحسن واضحه فى الحد من التتمر وتعديل سلوك الطالبات للأفضل حيث كانت نسبة التحسن بين المجموعه الضابطه والتجريبية. (٧٤،٥٥) .
  4. ساعد البرنامج الطالبات الضحايا على التأقلم ونزع الخوف والرهبه من الاندماج وسط باقى الطالبات.
  5. ساعد البرنامج فى خلق جو من التعاون المشترك بين جميع الطالبات سواء كانوا متممات او ضحايا.

### ثانياً : التوصيات

- فى ضوء مشكله البحث وفروضه والنتائج التى توصلت إليها هذه الدراسه توصى الباحثة بما يلى:
1. الإهتمام بنفسية الطالبات وملاحظه اى تغير فى سلوكهم سواء من خلال المجال الرياضى والمجالات الأخرى.
  2. اهتمام المدارس والمؤسسات التعليميه بعمل برامج لتطوير مهارات المدرسين بجميع التخصصات فى تربيته وتعليم الاطفال وكيفية التعامل معهم بأسلوب علمى وتربوى.
  3. الأهتمام بالنشاط الرياضى بالمدراس (حصه التربيه الرياضيه) وتوفير الإمكانيات والادوات المناسبه لهم.
  4. يجب أن يكون مدرس التربيه الرياضيه بالمدرسه من خريجين كليات التربيه الرياضيه وليس كليات او معاهد اخرى .

٥. تطبيق البرنامج المقترح والذي تم استخدامه في هذه الدراسة والذي اثبت فاعليته بشكل واضح وكبير على تحسين السلوك وتعديله والخفض بشكل كبير من حدة التمر.
٦. رفع هذا البرنامج للجهات المختصة لتعميمه على المدارس المهتمة بصحة الطالب النفسي.
٧. إدراج الألعاب الشعبية ضمن حصة التربية الرياضية والإستعانه بها ضمن البرامج التي تقيمها المدارس لليوم الرياضى والأحتفالات المختلفه .
٨. أهتمام مدرسى التربية الرياضيه بإكتشاف التغيرات النفسيه للطلبه من خلال ممارستهم للأنشطه الرياضيه ومحاولة حلها من خلال النشاط الحركى.

## المراجع

## أولاً: المراجع العربي

١. أسامة حميد الصوفى (٢٠١٢) : "التتمر عند الاطفال وعلاقتة باساليب المعاملة الوالدية"،مجلة البحوث التربوية والنفسية ،العدد(٣٥).
٢. إيمان يونس ابراهيم (٢٠١٧): "بناء مقياس التتمر المصور لدى طفل الوضه"،مجلة البحوث التربوية والنفسية ،العدد(٥٥)،العراق.
٣. إيمان النحاس حسن (٢٠٠٠): "تأثير برنامج مقترح للنشاط الحركى على بعض المتغيرات البدنيه والنفسيه للأطفال مجهولى النسب" رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضيه للبنات ، جامعة حلوان.
٤. علا توفيق إبراهيم (٢٠٠٨): "تأثير الألعاب الشعبية والحركيه والنمو الإدراكى للمرحله الثانيه من رياض الأطفال" المجله العلميه للتربيه البدنيه والرياضه ،كلية التربية الرياضيه للبنين ، جامعة حلوان.
٥. مجدى محمد الدسوقى (٢٠٠٦) : "مقياس السلوك التتمري للاطفال والمراهقين"،دار العلوم للنشر والتوزيع ، القاهرة.
٦. مدحت محمود على حسنين (١٩٩٨): "ألعاب الأطفال الشعبيه المصريه" ،ستار برس للطباعه النشر ،القاهرة.
٧. منى حسين محمد (٢٠٢٠) : "مقياس سلوك التتمر لكل من الاطفال العاديين والمعاقين عقيا والمعاقين سمعيا" ، القاهرة.
٨. منى حسين محمد الدهان واخرون(٢٠٢٠):مقياس سلوك التتمر (المتتمرالضحية)اللفظي والمصور لكل من الاطفال العاديين والمعاقين عقليا والمعاقين سمعيا،القاهره.
٩. نادية عبد الحميد الدمرداش ،علا توفيق ابراهيم (٢٠٠٧) : "مدخل الى علم الفولكلور"عين للدراسات والبحوث الانسانية والاجتماعية،القاهرة.
١٠. وفاء محمد مفرج،محمد رمضان أحمد(٢٠٠٣) "تأثير الألعاب الشعبيه على تحسين الإدراك الحس - حركى لأطفال المرحله الإبتدائيه" ، مجلة علوم الرياضه ،كلية التربية الرياضيه - جامعة المنيا

ثانياً : المراجع الاجنبية

- 11.Monks(2009)”Bullying behavior among different age groups”
- 12.Terrazo(2016)”Uncover the personality dynamics of the bully and the victim.

ثالثاً : مواقع على شبكة التواصل الإجتماعى

- 13.<https://nostacom.wordpress.com>