تأثير ألعاب ترويحية رياضية على السلوك التنمرى لدى تلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة الدقهلية

الباحثة/خلود مادح ابو الفتوح
باحثة بقسم الترويح الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

أ.م.د/محمد السيد خميس
أستاذ مساعد بقسم الترويح الرياضي - كلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة

أ.م.د/مصطفى محمد أمين
أستاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضى - كلية التربية الرياضية – جامعة المنصورة

أ.د/حسام عبد العزيز جود
أستاذ الترويح الرياضي بقسم الترويح الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

ملخص البحث:

يهدف البحث الى دراسة تأثير العاب ترويحيه رياضية على السلوك التنمري لدى تلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة الدقهلية، واستخدم الباحثون المنهج التجريبى بتصميم مجوعة تجريبية واحدة بالقياسين القبلى والبعدى لملائمته لطبيعة البحث على عينة قوامها(٢٤) تلميذة تم اختيارهم بالطريقة العمدية التابعة لادارة أجا التعليمية ومن أدوات جمع البيانات مقياس التنمر المدرسى إعداد(مجدى محمد الدسوقى ٢٠١٦)، برنامج الألعاب الترويحية الرياضيه(إعداد فريق البحث)وقد أسفرت نتائج البحث عن:

- ساهمت الألعاب الترويحية الرياضية فى خفض التنمر النفسى لدى تلميذات المرحلة الإعدادية.
- يوجد تأثير ايجابى للألعاب الترويحية الرياضية فى خفض التنمر اللفظى لدى تلميذات المرحلة الإعدادية
- يوجد تأثير ايجابى للألعاب الترويحية الرياضية فى خفض التنمر الاجتماعى لدى تلميذات المرحلة الإعدادية
- ساهمت الألعاب الترويحية الرياضية فى خفض التنمر الجسمى لدى تلميذات المرحلة الإعدادية.
- خفض بعض أشكال السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية حيث وبلغ معدل التحسن في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس السلوك التنمري(٤٤.٣٦%)، بينما تراوح في الأبعاد بين(٤٣.٨٥% : ٤٦.٩١%).

مقدمة ومشكلة البحث:

تُعد المدرسة إحدى المؤسسات الإجتماعية المنوط بها رعاية التلاميذ تربوياً وأخلاقياً واجتماعياً وأكاديمياً، وعلى الرغم من أن العاملين فى النظام التعليمى يحاولون دائما توفير بيئة صحية آمنة، إلا أن عدداً كبيراً من التلاميذ يفتقدون الشعور بالأمن النفسى نتيجة وقوعهم أسرى لظاهرة ومشكلة سلوكية انتشرت فى الآونة الأخيرة تسمى بالتنمر كظاهرة تشكو منها الكثير من المدارس فى جميع المراحل التعليمية وخاصة مرحلة المراهقة تلك المرحلة المهمة من عمر الإنسان.

ويذكر القداح(٢٠١٣)، أن التنمر يتخذ إحدى سلوكيات (الدفع المستمر، التهديد، تدمير الممتلكات، التنابز بالالقاب، الكنايات المزعجة، السخرية والاستهزاء بالضحية وطرده من نشاط جماعى دون تبرير أو اطلاق الشائعات المغرضه حوله، مما يعني أن التنمر قد يأخذ أشكالًا عدة لفظيًا، أو جسديًا.

ويشير أبو الديار(٢٠١٢)، إلى أن التنمر اليوم مشكلة شائعة وخطيرة فى المدارس، وتؤكد الأبحاث مدى الآثار السلبية التى تبقى فى ذاكرة التلميذة، وتؤثر على صحتها النفسية على المدى البعيد نتيجة تعرضها للتنمر، وتشير الأرقام إلى تعرض نصف التلميذات تقريباً فى مرحلة ما من حياتهم المدرسية للتنمر، وغالباً ما تخفى التلميذات عن الأهل معاناتهم بسبب الشعور بالخجل، وعدم وصفهم بالضعف ولمساعدتهن على مواجهة التنمر؛ فعلى الأهل والمعلمين أن يدركوا طبيعة المشكلة لينجحوا فى مواجهتها وحلها.

هذا؛ وتعد ظاهرة التنمر منتشرة بنسبة كبيرة بين تلاميذ المدارس بصفة عامة فيما يمكن تسميته بالتنمر المدرسى، فتشير الإحصاءات العاملية إلى أن مايقرب من(١٥%: ٢٠%) من تلاميذ الصفوف من الثالث إلى السادس يتعرضون للتنمر والعنف من أقرانهم داخل المدرسة، وأن النسبة تزداد إلى(٣٠%) فى الصفوف من السابع إلى التاسع(المرحلة الإعدادية)(Carvo, K. & Delara, E., 2010).

والتنمر المدرسى بما يحمله من عدوان تجاه الآخرين سواء أكان بصورة جسدية أو لفظية أو اجتماعية أو إلكترونية من المشكلات التى لها آثار سلبية سواء على القائم بالتنمر أو على الضحية أو على المتفرجين على هذه السلوكيات و البيئة المدرسية بأكملها(سناري، ٢٠١٠).

فالتنمر المدرسى شكل من أشكال التفاعل العدوانى غير المتوازن، ويحدث بصورة متكررة باعتباره روتينياً يتكرر يومياً فى علاقات الأقران فى البيئة المدرسية ويعتمد على النموذج الاجتماعى– المعرف القائم على السيطرة، والتحكم، والهيمنة، والإذعان بين طرفين أحدهما متنمر وهو الذى يقوم بالإعتداء، والآخر ضحية وهو المعتدى عليه تسبقها نية وقصد متعمد(Smorti, A. & et al., 2009).

فالتلميذة المتنمرة تعانى من كره شديد للمدرسة، وتعانى من قلة الفهم وتشتيت الانتباه والاهمال والفشل فى أداء الواجبات المدرسية والغياب المتكرر(قطامي والصرايرة، ٢٠٠٩).

ويُعد التنمر نمطاً من الصراع بين الأقران، وهو عبارة عن التعرض المتكرر عبر الزمن لأعمال سلبية، تستهدف إلحاق الأذى مع عدم توازن القوة بين المشاركين فى عملية التنمر، ويمكن أن يكون التنمر جسدياً أو نفسياً، ويشمل التنمر الجسدى الدفع والضرب والأعمال العدوانية، كما أنه قد يتضمن إتلاف ممتلكات الغير، ويأتى التنمر النفسى فى صورة السخرية ونشر الشائعات والمناداة على أسماء الآخرين بصورة غير لائقة والتهديد أو التخويف (Maneese, A., 2007).

وكشفت جريدة العين عن إحصائيات منظمة اليونسكو(٢٠١٨)، إلى أن ربع مليار تلميذة في المدارس يتعرضون للتنمر في المدارس من إجمالي مليار طفل يدرسون حول العالم(جريدة العين، ٢٠١٩).

وذكر حامد عبدالحليم في مقال بجريدة أخبار اليوم، أن مدير قسم الإعلام في مكتب اليونيسيف بمصر التابع للمنظمة العالمية للأمم المتحدة والطفولة -هالة أبو خطوة-، أشارت إلى أن التنمر ظاهرة عالمية ويوجد حوالي(٥٠%) من التلميذات حول العالم يتعرضون للتنمر من زميلاتهم، خاصة في فترة المراهقة من(١٣ إلي ١٥) عام، وأوضحت أن البيانات التحليلية في مصر توضح، أن(٧٠%) من التلميذات في مصر يتعرضون للتنمر من زملائهم في المدارس وما حولها من البيئة، وأشارت إلى أن ظاهرة التنمر في مصر منتشرة للغاية، ويعود ذلك لقلة الوعي بين التلميذات، وهذا يمثل نوعا من أنواع العنف، وقد ينتج عنها نبذ التعليم والذهاب للمدرسة والانتحار في بعض الحالات والعديد من السلبيات(جريد أخبار اليوم، ٢٠١٩).

وتُعد الألعاب الترويحية من أنجح الوسائل التربوية التى تحقق بناء التلميذات؛ حيث تعبر التلميذة عن مشاعرها وأحاسيسها، تنمى ملكاته، تبتكر، تتفهم، تنتج، تنطلق طاقاتها، تظهر مواهبها، تنموا معلوماتها، تسهم فى الحفاظ على الصحة العامة للتلميذات وتعديل السلوك الغير سوى كحب الاخرين وحسن المعاملة الطيبة والسلوك المستقيم(السمنودي، ٢٠١٤).

ويرى حسن(٢٠٠٥)، أن الألعاب الترويحية الرياضة تلعب دوراً فعالاً فى تربية التلميذات فهى تهتم بهم من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية، وبالتالى تسهم فى تحقيق النمو الشامل المتزن المتكامل والمتزن لهم.

كما تلعب الألعاب الترويحية الرياضية دوراً هاماً داخل المؤسسات التربوية والتعليمية وتمكن التلميذات من مواجهة العديد من التحديات والحد من بعض السلوكيات غير المرغوب فيها، من خلال ممارسة أوجه الأنشطة المحببة والمفضلة لدى التلميذات بإختيارية من مسابقات وألعاب و رياضات مختلفة.

وتشير نتائج دراسة شطيبي(٢٠١٤)، إلى أن سلوكيات التنمر منتشرة فى الوسط المدرسى بدرجة تبعث القلق، ومن أثارها أنها تعمل على سلب إرادة الضحية وقمع حريته، التدخل فى خصوصياته باستعمال وسائل مختلفة، لذلك فهى تتسبب فى مشاكل سلوكية وأخلاقيه واجتماعية حادةن كما أنها تصدر عن تلميذة أو مجموعة تلميذات فى عدة أماكن داخل المدرسة وخارجها وتتسم بالسرية والاستمرارية، لذلك فهى مصدر للمخاوف والقلق وضياع الطاقات.

بينما تؤكد نتائج دراسة Ibrahim,A. (2016)، في إيجابية برنامج ألعاب ترويحية في تنمية المهارات الإجتماعية لضحايا التنمر المدرسي والإقلال من الضحايا.

كما توصي دراسة راضي (٢٠٠١)، بضرورة أن تضع المدارس"برامج وسياسات لمكافحة التنمر مع توعية العاملين فى المدرسة بماهية التنمر.

وقد قام فريق البحث بدراسة إستطلاعية عن طريق المقابلة الشخصية شبه المقننة، وذلك في صورة أسئلة مباشرة ومعرفة الإستجابات على بعض العبارات مع مجموعة عددها(٢٥) فرد من التلميذات والأخصائية الإجتماعية وإفادة المعلمين بالمدرسة مرفق(أ)، بهدف التعرف على بعض سلوكيات التلميذات التي تم رصدها وبعض المشكلات السلوكية التي تواجه التلميذات بالمدرسة، وتبين وجود العديد من التلميذات ممن يمارسون سلوك التنمر على زميلاتهم.

لذا تكمن مشكلة البحث الحالى فى أن التنمر مشكلة سلوكية خطيرة وشائعة فى المجتمع المدرسى، ومن أسوأ الأفعال التى قد تتعرض لها التلميذات وتؤثر عليهن من الناحية الاجتماعية أو البدنية ولها آثار نفسية سلبية كالخوف والضعف والاكتئاب والرهاب الاجتماعى والانعزال عن المجتمع والقلق والانسحاب ورفض المشاركة فى الأنشطة المدرسية، وعدم القدرة على التحصيل الدراسى وبالتالى التأثير على مستواهن الدراسى وتجعلهن أكثر عرضه لممارسة السلوكيات الاجرامية وقد يصل الأمر الى الإكتئاب، ويوجد لدى هؤلاء التلميذات طاقة زائدة فتتخلصن منها وتخرج على هيئة تنمر على التلميذات الآخريات سواء أكان هذا التنمر بدنيًا أو لفظيًا أونفسيًا أو إلكترونيًا.

ويرى فريق البحث أن التنمر مشكلة سلوكية سلبية لاتتوقف آثارها على المجتمع المدرسى فقط بل تهدد المجتمع ككل، لذا كان لابد من النظر الى هؤلاء التلميذات وماتقمن به من سلوكيات غير مقبولة والاهتمام بهم وخاصة فى هذه المرحلة السنية لأنها مرحلة هامة لبناء الشخصية وترسيخ السلوكيات الايجابية البناءة لديهن قبل أن تنتقلن الى المراحل الدراسية الهامة الآخرى، حيث أن المجتمع فى حاجة ماسة لكل فرد سوى يعمل على تقدمه وذلك عن طريق مواجهة هذه المشكلات السلوكية والتصدى لها لتقليلها والحد منها .

ويرى فريق البحث أنه من خلال البرامج الترويحية بشكل عام والرياضية بشكل خاص وماتحتويه من ألعاب تنافسية وجماعية مختلفة لها تأثير ايجابى كبير فى خفض حدة التنمر المدرسى المتواجد والمنتشر بين التلاميذ وخاصة فى الفترة الأخيرة ، فتعمل هذه الأنشطة الترويحية الرياضية على التخلص من الطاقات السلبية الزائدة والتخلص من الضغط العصبى واكسابهم السعادة والمرح وتطوير شخصيتهم واكسابها الاتزان اللازم للخروج والاندماج فى المجتمع والعمل على تقدمه.

أهمية البحث والحاجه اليه:

وفيما يلى عرض لأهمية الدراسة من الناحيتين النظرية والتطبيقية:

الأهمية النظرية للبحث :

- ملاحظة الباحثين للظاهرة السلوكية التي زادت معدلاتها في الآونة الأخيرة وهي ظاهرة التنمر.
- ندرة الدراسات المرجعية التي تناولت التنمر المدرسى لتلميذات المرحلة الإعدادية.
- يتميز هذا البحث بتوظيفه للبحث العلمى لإعداد برنامج العاب رياضي لخفض سلوك التنمر المدرسي لتلميذات المرحلة الإعدادية.
- يأمل الباحثين أن يكون البحث إضافة مميزة في المجال الرياضي، وإثراء المعرفة في مجال البرامج الترويحية والتنمر المدرسي.
- يفتح البحث المجال للبحوث المستقبلية في مجال البرامج الترويحية والتنمر بصفه عامة والتنمر المدرسي بصفه خاصة.

الأهمية التطبيقية للبحث:

- تصميم برنامج العاب ترويحى رياضي يساعد فى خفض سلوك التنمر لتلميذات المرحلة الإعدادية.
- قد تسهم نتائج البحث في تسليط الضوء على أهمية البرامج الترويحية الرياضية لأسر التلميذات المتنمرات والمعلمين بالمرحلة الإعدادية من أجل الحد من الآثار السلبية للتنمر سواء على المتنمر نفسه أو الضحية.
- قد تفيد نتائج البحث في تسليط الضوء على الاستفادة من برامج الترويح فى مكافحة التنمر.

هدف البحث:

يهدف البحث الى تعديل السلوك التنمرى لدى تلميذات المرحلة الاعدادية بمحافظة الدقهلية من خلال برنامج ألعاب ترويحية رياضية مقترح والتعرف على تأثير هذا البرنامج.

فرض البحث:

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبعد التنمر النفسى بمقياس السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية لصالح متوسط القياس البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبعد التنمر اللفظي بمقياس السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية لصالح متوسط القياس البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبعد التنمر الاجتماعي بمقياس السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية لصالح متوسط القياس البعدي.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبعد التنمر الجسمي بمقياس السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية لصالح متوسط القياس البعدي.

مصطلحات البحث:

- برنامج الألعاب الترويحية:"مجموعة من الأنشطة الترويحية الرياضية المنظمة تحت إشراف رائد ترويحي من أجل تغيير سلوك الأفراد إلى سلوك أمثل"(راغب، ٢٠٠٦).
- سلوك التنمر: "قيام الطالب بشكل متكرر بمضايقة الطالب الآخر أو مهاجمته بطريقة لفظية أو جسدية، او تهديده أو دفعه أو ضربه أو الشجار معه أو نشر شائعات عنه أو أخذ متعلقاته أو تحطيمها أو طرده من المجموعة أو التصرف معه بطريقة تؤدى لإذائه"(محمد، ٢٠١٨).

الدراسات المرجعية:

- دراسة كل من أحمد بهنساوى، ورمضان حسن(٢٠١٥)(٨)، بهدف معرفة التنمر المدرسى وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية بمحافظة بنى سويف، تم استخدام المنهج الوصفى على عينة تكونت من(٢٤٣) تلميذ وتلميذة، تم استخدام مقياس دافعية الانجاز ومقياس التنمر المدرسى، توصلت النتائج الى اختلاف أشكال التنمر بين تلاميذ المرحلة الاعدادية، وجود علاقة دالة احصائيا وسالبة بين التنمر المدرسى ودافعية الانجاز، وأيضا يمكن التنبؤ بالتنمر المدرسى من خلال دافعية الإنجاز.
- دراسة كل من الفريد واخرون(٢٠١٥ Alfred Champion N cube)(٣٨)، بهدف التحقيق في طبيعة وانتشار التنمر بين تلاميذ المدارس الابتدائية في دائرة نكايي الجنوبية في مقاطعة ماتابيليلاند الشمالية في غرب زيمبابوي، وتم استخدام المنهج الوصفى على عينة تكونت من (٣٠) معلم من (١٠) مدارس تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، واستخدمت الاستبيان فى جمع البيانات وأشارت النتائج إلى أن اكثر أشكال التنمر شيوعا كانت جسدية (القتال ،واللكم ،والضرب)، واللفظى (التهديد، والسب، والمضايقة)، والاجتماعى (التجاهل، ترك اللعبة عمداً أو المجموعة)، كشفت النتائج أيضًا أن سلوكيات التنمر تأثرت بالعوامل المنزلية والأقران والعوامل المدرسية.

- دراسة كل من جان افروز، حسين شفقات(Jan&Husain,2015)(٣٩)، بهدف التعرف على أشكال التنمر و الأسباب التي تؤدي إلي التنمر وتأثيره على الطلاب في المدرسة، وتم استخدام المنهج الوصفي، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من (١٠) معلمين و (٤٠) طالبا لدراسة التنمر القائم على التحيز فى المدارس، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة، وثم استعمال الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وتوصلت الدراسة إلي أنه من الصعب القضاء على ظاهرة التنمر فى المدارس الا من خلال صياغة وتنفيذ استراتيجيات مختلفة قائمة على أساس من الدراسات العلمية للحد من سلوك التنمر بين الطلاب، وتوصلت الى أن أكثر أشكال التنمر انتشارا وخطورة التنمر الاجتماعى ويتم ممارسة بطريقة مباشرة وغير مباشرة.
- دراسة محرم فؤاد عبد العال(٢٠١٦)(٢٤)، بهدف التعرف على نوع العلاقة الارتباطية بين التنمر المدرسى والمناخ المدرسى، تم استخدام المنهج الوصفى المقارن بالمسح الاجتماعى على عينة تكونت من (٢٠٠) طلاب وطالبات الصف الثانى الاعدادى بمحافظة الجيزة، تم استخدام مقياس المناخ المدرسى ومقياس التنمر المدرسى كأدوات لجمع البيانات، توصلت النتائج الى أن المناخ المدرسى يسهم فى التنبؤ بالتنمر المدرسى، وأوصت بضرورة توفير المناخ المدرسى الايجابى فى فصول المدرسة يساعد التلاميذ على النجاح، يجب على المعلمين ملاحظة سلوكيات التلاميذ لمعرفة التلاميذ المتنمرين والتلاميذ الضحايا والتدخل السريع لحل المشكلة.
- دراسة ميلنر (Miner,2016)(٥١)، بهدف التعرف على فعالية برنامج اوليس للوقاية من الاستقواء لدى التلاميذ، ودراسة تصور التلاميذ للمناخ المدرسى من خلال إكسابهم المهارات الإجتماعية المختلفة، والتحلي بالأخلاق الكريمة، وخلق علاقات تعاون بين زملائهم، والإحترام المتبادل فيما بينهم، وزيادة الاطمئنان والشعور بالحماية والسلامة بين التلاميذ، استخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قوامها (٦٥٧)، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتوصلت النتائج فعالية البرنامج في خفض الاستقواء.
- دراسة إيمان قناوى محمد(٢٠١٧)(٣١)، بهدف التعرف على دور المدرسة فى مواجهة التنمر بين طلاب المرحلة الاعدادية من خلال عدة أهداف فرعية تمثلت فى: التعرف على أكثر أنواع التنمر انتشارا بين أفراد العينة، التعرف على أكثر الأشكال انتشارا بين أفراد العينة فى كل نوع، وكذلك التعرف على الدور الفعلى الذى تقوم به المدرسة فى مواجهة التنمر بين طلابها، واستخدمت المنهج الوصفى من خلال تتطبيق مقياس التنمر على عينة تكونت من(١٠٠) من طلاب وطالبات المرحلة الإعدادية بمحافظة الطائف بالمملكة العربية السعودية، وتوصلت النتائج أن أكثر أنواع التنمر انتشارا بين أفراد العينة كان التنمر الاجتماعى ثم التنمر الجسمى ثم التنمر على الممتلكات الخاصة وأخيرا التنمر اللفظى، كما أثبتت أنه لاتوجد فروق دالة إحصائيا بين الجنسين فى ممارسة سلوك التنمر، ووجود قصور فى ادارة المدرسة ومواجهتها للتنمر المدرسى.
- دراسة أسماء كمال حسن علي (٢٠١٨م)(٣٣)، بهدف إيضاح طبيعة ظاهرة التنمر الصفي، وتحديد أهم أسباب ظاهرة التنمر الصفي وبيان الدور الذي يسهم به وضع تصور مقترح لعلاج مشكلة التنمر الصفي، واستخدمت المنهج الوصفى التحليلى من

خلال تطبيق استبانة بأسباب التنمر المدرسى، على عينة تكونت العينة من (٧٥٠) معلم ومعلمة لمعلمى المرحلة الإعدادية بمحافظة الاسماعيلية، وتوصلت النتائج الى شيوع أنماط ظاهرة التنمر لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية من وجهة نظر المعلمين، مجموعة من الأسباب المؤدية لحدوث التنمر المدرسي

- دراسة منى عبد العزيز (٢٠١٨)(٢٨)، بهدف خفض حدة التنمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية عن طريق برنامج تعديل السلوك، واستخدمت الدراسة المنهج التجريبي لملائمته لطبيعة الدراسة، وبلغت عينة الدراسة (٢٠) تلميذا تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وأظهرت النتائج عن فاعلية برنامج تعديل السلوك فى خفض حدة التنمر لدى عينة التلاميذ.

- دراسة كل من هاجر سعد الله وآخرون (٢٠١٩)(١٣)، بهدف التعرف على العلاقة بين أساليب التنمر المدرسى والمهارات الاجتماعية، واستخدمت المنهج الوصفى الارتباطى، وتكونت العينة من (١٦٣) طالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وتوصلت النتائج الوجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين درجات التنمر المدرسى بأبعاده (التنمر اللفظى، التنمر النفسى، التنمر الجسمى، التنمر الاجتماعى، التنمر الخاص بإتلاف الممتلكات) ودرجات المهارات الاجتماعية بأبعادها (التعبير الانفعالى، الحساسية الانفعالية، الانضباط الانفعالى والمدرسى، التعبير الاجتماعى، الانضباط الاجتماعى، الحساسية الاجتماعية).

ويمكن تحديد مدى الإستفادة من الدراسات المرجعية؛ فى النقاط التالية:

- تحديد الهدف والفروض المناسبة لطبيعة البحث الحالى.
- تحديد المنهج الملائم لطبيعة البحث الحالى.
- تحديد العينة وطريقة إختيارها وملائمتها لتطبيق إجراءات البحث.
- تحديد الطريقة المثلى لتطبيق إختبارات وقياسات البحث على العينة.
- وضع برنامج يتناسب مع كل من العينة وهدف البحث.
- إختيار المعالجة الإحصائية المناسبة لطبيعة البحث.
- الإستفادة من مناقشة نتائج الدراسات السابقة فى مناقشة البحث الحالى.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم فريق البحث المنهج التجريبي بتصميم مجموعة تجريبية واحدة بالقياسين القبلي والبعدي- بخطواته وإجراءاته.

مجتمع وعينة البحث:

تحدد مجتمع البحث الحالي في تلميذات المرحلة الإعدادية بمحافظة الدقهلية فى (١٧) إدارة تعليمية للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢١م.

وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من تلميذات المرحلة الإعدادية بمدرسة اخطاب الإعدادية للبنات التابعة لإدارة أجا التعليمية، والبالغ عددهم وقت إجراء الدراسة(٤٤) تلميذه، بواقع(٢٤) تلميذه لعينة البحث الأساسية بنسبة مئوية(١٧%) و(٢٠) تلميذه لعينة البحث الإستطلاعية بنسبة مئوية (١٥%).

أسباب اختيار عينة البحث: تعد هذه المرحلة اساس بناء الأجيال القادمة، انتشار التنمر بنسبة كبيرة بين تلميذات هذه المرحلة السنية ومواجهة التنمر فى هذه المرحلة قبل الإلتحاق في المراحل الدراسية الأخرى.

أدوات جمع البيانات:

- مقياس السلوك التنمرى (إعداد/ مجدى محمد الدسوقى ٢٠١٦م) مرفق(ج).
- برنامج الألعاب الترويحى (إعداد فريق البحث). مرفق(د).

(١) مقياس السلوك التنمرى:

هو مقياس يشتمل على (٤٠) عبارة، تقيس التنمر(النفسى، اللفظى، الإجتماعى، الجسمى)، تتضمن الإجابة على كل بند من بنود المقياس تبعا لبدائل خمسة وهى(هذا السلوك لايحدث مطلقا، هذا السلوك يحدث أحيانا، هذا السلوك يتكرر إلى حد ما، هذا السلوك يتكرر كثيرا، هذا السلوك يتكرر كثيرا جدا)، وضعت هذه الإستجابات درجات من(١-٥) والدرجة الكلية للبعد أو المقياس الفرعى هى مجموع عبارات هذا البعد، والدرجة الكلية على المقياس هى مجموع الدرجات التى حصلت عليها التلميذة على العبارات المكونة للمقياس، فتشير الدرجة المرتفعة إلى أن سلوكها تنمريا والعكس.

الدراسة الإستطلاعية الأولى:

تم إجراء دراسة إستطلاعية أولى على عينة قوامها(١٠٠) تلميذه من مجتمع البحث في (٢-٢٠٢٢/١/٤م)، بهدف التعرف على فهم العينة لمفردات مقياس السلوك التنمري، والتعرف على التلميذات ذوي السلوك التنمري المرتفع، وأظهرت نتائج الدراسة الإستطلاعية فهم العينة لمفردات أدوات جمع البيانات المستخدمة، وتم التعرف على مستوى السلوك التنمري لدى التلميذات.

جدول(١):

الدرجات الخام والمستويات التقديرية لمقياس السلوك التنمري قبل إجراء المعاملات العلمية(ن=١٠٠)

م	الدرجة الخام	المستوي	السلوك	التكرار
١	٤٠: ٧٢	منخفض بشدة	لا يحدث مطلقاً	٣
٢	+٧٢: ١٠٤	منخفض	يحدث أحياناً	٣٢
٣	+١٠٤: ١٣٦	متوسط	يتكرر إلى حد ما	١٨
٤	+١٣٦: ١٦٨	مرتفع	يتكرر كثيراً	٢٨
٥	+١٦٨: ٢٠٠	مرتفع بشدة	يتكرر كثيراً جداً	١٩
	٤٠: ٢٠٠			١٠٠

يتبين من الجدول السابق، تباين توزيع الدرجات الخام في استجابات التلميذات على مقياس السلوك التنمري، ومقسمة إلى خمسة مستويات تقديرية، وقد قام فريق البحث بإختيار عينة البحث الأساسية والإستطلاعية الثانية من التلميذات ذوي السلوك التنمري المرتفع، والبالغ عددهم(٤٧) تلميذه.

الدراسة الإستطلاعية الثانية:

تم إجراء دراسة إستطلاعية ثانية على عينة قوامها(٢٠) تلميذه من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وذلك يوم (٩-٢٠٢٢/١/١٢م)، بهدف إجراء المعاملات العلمية لأدوات جمع البيانات المستخدمة في البحث، وأظهرت نتائج الدراسة

الإستطلاعية تقنين مقياس السلوك التنمري وصلاحية الإستخدام على عينة تلميذات المرحلة الإعدادية.

المعاملات العلمية لمقياس السلوك التنمري:

أولاً: الصدق: صدق الإتساق الداخلي: وذلك بحساب معامل الإرتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه، حساب معامل الإرتباط بين درجات كل بُعد مع الأبعاد الأخرى في المقياس، وحساب معامل الإرتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس، كما موضح بالجداول التالية:

جدول(٢):

قيم معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لبُعد التنمر النفسي(ن=٢٠)

م	رقم	البنود	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة(ر) المحسوبة	مستوى الدلالة
١	٢٤	أطلق الشائعات والأكاذيب على بعض التلاميذ	٣.٧٥	٠.٨٥	*٠.٤٩	٠.٠٢٩
٢	٢٥	أتعمد نقد الزملاء والسخرية منهم دون سبب	٣.٩٥	٠.٩٤	*٠.٧٦	٠.٠٠٠
٣	٢	أشعل الفتن بين التلاميذ	٢.٩٥	٠.٧٦	*٠.٨١	٠.٠٠٠
٤	٢١	أجبر الآخرين على فعل أشياء لا يرغبونها	٣.٥٥	٠.٦٠	*٠.٥٩	٠.٠٠٦
٥	١٦	أتجاهل مشاعر الآخرين	٣.٦٠	٠.٨٢	*٠.٧١	٠.٠٠٠
٦	١٧	أشعر بالارتياح حينما أرى الخوف في عيون الآخرين	٤.٠٠	٠.٩٢	*٠.٦٥	٠.٠٠٢
٧	٣٠	أحرض الآخرين على تجاهل أحد التلاميذ	٣.٧٥	٠.٩١	*٠.٦٨	٠.٠٠١
٨	٣٣	أقوم بعمل مقالب في زملائي وأدعي أن زميل آخر هو الذي فعل	٤.٧٠	٠.٥٧	*٠.٥٦	٠.٠١٠
٩	٣٨	أتعمد إخفاء الأشياء التي تخص زملائي	٤.٢٠	٠.٧٧	٠.١٧	٠.٤٥٣
١٠	٨	أحرض زملائي على الآخرين	٣.٥٥	٠.٦٠	*٠.٥٩	٠.٠٠٦
١١	٣	أشجع التلاميذ على التشاجر مع بعضهما	٣.٧٥	١.٠٧	*٠.٨٣	٠.٠٠٠
١٢	٧	أشعر بالسعادة حينما أوجه إهابة للآخرين	٣.٨٠	٠.٦٩	*٠.٦١	٠.٠٠٤
١٣	٦	أنظر إلى بعض التلاميذ باستهزاء لأشعرهم بالغضب	٤.٣٥	٠.٥٩	*٠.٤٧	٠.٠٣٨
١٤	١٠	أحب السيطرة على الآخرين	٤.٥٠	٠.٧٦	٠.٣٧	٠.١٠٦

* قيمة(ر) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٠.٤٤)

يتبين من الجدول السابق، وجود علاقة إرتباطية طردية بين كل بند والدرجة الكلية لبُعد التنمر النفسي في مقياس السلوك التنمري، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، ما عدا البنود أرقام(١٠) و(٣٨)، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)، مما يدل على صدق بنود التنمر التنمري.

جدول(٣):

قيم معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لبُعد التنمر اللفظي(ن=٢٠)

م	رقم	البنود	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة(ر) المحسوبة	مستوى الدلالة
١	٥	أطلق ألفاظ بذيئة على بعض التلاميذ	٣.٥٥	٠.٩٤	*٠.٤٦	٠.٠٣٩
٢	١	أسب بعض التلاميذ بألفاظ بذيئة	٣.٨٠	١.٠٠	*٠.٦٤	٠.٠٠٣
٣	١٥	أطلق على زملائي أسماء مثيرة للضحك والسخرية	٤.٤٠	٠.٦٨	*٠.٧٨	٠.٠٠٠
٤	٩	أتعمد الإساءة لبعض التلاميذ	٣.٨٠	٠.٦٩	*٠.٥١	٠.٠٢١
٥	٣٢	أستفز زملائي عند الحديث معهم	٤.٣٥	٠.٦٧	*٠.٤٦	٠.٠٤١
٦	٤٠	أتعمد أخذ الأشياء التي تخص زملائي	٣.٥٥	١.٠٥	*٠.٧٠	٠.٠٠١
٧	٣٦	أتعمد إغاظة زملائي	٤.٢٠	٠.٦٩	*٠.٧٣	٠.٠٠٠
٨	٢٣	أهدد الآخرين وأتوعدهم بالإيذاء أو الضرب	٤.١٥	٠.٥٩	٠.٣٢	٠.١٦٥
٩	٣٩	أرفض إرجاع الأشياء التي استعرتها من زملائي	٢.٩٠	٠.٨٥	*٠.٦١	٠.٠٠٤
١٠	٢٠	أقوم بابتزاز الآخرين	٣.١٥	٠.٨١	*٠.٥٥	٠.٠١٢
١١	١٢	أتعمد تهديد زملائي	٣.٦٥	٠.٦٧	*٠.٦٠	٠.٠٠٥
١٢	١٩	أنظر إلى الآخرين نظرات غاضبة لتخويفهم	٤.٠٥	٠.٦٩	*٠.٦٨	٠.٠٠١
١٣	١١	أرد على انتقادات الآخرين بكلمات عنيفة	٤.٣٠	٠.٦٥	*٠.٦٢	٠.٠٠٤

* قيمة(ر) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٠.٤٤)

يتبين من الجدول السابق، وجود علاقة إرتباطية طردية بين كل بند والدرجة الكلية لبُعد التنمر اللفظي في مقياس السلوك التنمري، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)، ما عدا البند رقم(٢٣)، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)، مما يدل على صدق بنود التنمر اللفظي.

جدول(٤):

قيم معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لبُعد التنمر الاجتماعي(ن=٢٠)

م	رقم	البنود	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة(ر) المحسوبة	مستوى الدلالة
١	١٣	أطلب من زملائي عدم تقديم المساعدة لمن يحتاجها	٣.٣٠	٠.٦٦	٠.٣٦	٠.١١٥
٢	٢٧	أضع قواعد قاسية تحول دون مشاركة زملائي في اللعب	٣.٨٥	٠.٨١	*٠.٤٦	٠.٠٤١
٣	١٨	أتحدث بلهجة رافضة لآراء الآخرين	٤.٣٥	٠.٧٤	*٠.٤٨	٠.٠٣٣
٤	٣١	أسعى إلى إفساد أنشطة زملائي	٣.٩٠	٠.٩١	*٠.٨٢	٠.٠٠٠
٥	١٤	أفرض آرائي على الآخرين بالقوة	٣.٦٠	٠.٧٥	*٠.٧٣	٠.٠٠٠
٦	٤	أبتعد عمداً عن أحد التلاميذ	٤.٥٠	٠.٦٠	٠.٣٤	٠.١٣٩
٧	٣٥	أضايق التلاميذ الأصغر سناً مني	٣.٧٠	٠.٨٠	*٠.٦٩	٠.٠٠١

* قيمة(ر) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٠.٤٤)

يتبين من الجدول السابق، وجود علاقة إرتباطية طردية بين كل بند والدرجة الكلية لبُعد التنمر الاجتماعي في مقياس السلوك التنمري، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند

مستوى معنوية(٠.٠٥)، ما عدا البنود أرقام(٤) و(١٣)، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)، مما يدل على صدق بنود التنمر الاجتماعي.

جدول(٥):

قيم معاملات الإرتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لبُعد التنمر الجسمي(ن-٢٠)

م	رقم	البنود	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة(ر) المحسوبة	مستوى الدلالة
١	٢٦	أحصل على ما أريده من الآخرين بالقوة	٣.٧٠	٠.٧٣	*٠.٥٤	٠.٠١٤
٢	٢٢	أتعمد ضرب أو دفع الآخرين دون سبب	٣.٥٠	٠.٩٤	*٠.٧٩	٠.٠٠٠
٣	٣٤	أفتعل أسباباً وهمية للتشاجر مع الآخرين	٣.٨٠	١.٠٠	*٠.٨١	٠.٠٠٠
٤	٢٩	أقوم بصفع أحد التلاميذ أمام الآخرين	٤.٣٠	٠.٧٣	*٠.٦٨	٠.٠٠١
٥	٢٨	أعرقل الآخرين بقدمي أثناء مرورهم أمامي	٣.٩٥	٠.٩٩	*٠.٨١	٠.٠٠٠
٦	٣٧	أقوم بتخريب وإتلاف ممتلكات زملائي	٣.٦٠	٠.٨٢	*٠.٧٤	٠.٠٠٠

* قيمة(ر) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٠.٤٤)

يتبين من الجدول السابق، وجود علاقة إرتباطية طردية بين كل بند والدرجة الكلية لبُعد التنمر الجسمي في مقياس السلوك التنمري، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)، مما يدل على صدق بنود التنمر الجسمي.

جدول(٦):

قيم معاملات الإرتباط بين درجات كل بُعد مع الأبعاد الأخرى في مقياس السلوك التنمري(ن-٢٠)

م	أبعاد السلوك التنمري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الإرتباط	أبعاد السلوك التنمري			
					التنمر النفسي	التنمر اللفظي	التنمر الاجتماعي	التنمر الجسمي
١	التنمر النفسي	٣.٨٩	٠.٤٧	قيمة(ر) المحسوبة		*٠.٨٣	*٠.٩٣	*٠.٨٦
				مستوى الدلالة		٠.٠٠٠	٠.٠٠٠	٠.٠٠٠
٢	التنمر اللفظي	٣.٨٣	٠.٤٦	قيمة(ر) المحسوبة			*٠.٨١	*٠.٨٢
				مستوى الدلالة			٠.٠٠٠	٠.٠٠٠
٣	التنمر الاجتماعي	٣.٨٨	٠.٤٣	قيمة(ر) المحسوبة				*٠.٨٤
				مستوى الدلالة				٠.٠٠٠
٤	التنمر الجسمي	٣.٨٠	٠.٦٥	قيمة(ر) المحسوبة				
				مستوى الدلالة				

* قيمة(ر) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٠.٤٤)

يتبين من الجدول السابق، وجود علاقة إرتباطية طردية بين درجة كل بُعد مع الدرجات الكلية للأبعاد الأخرى في مقياس السلوك التنمري، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)، مما يدل على صدق أبعاد مقياس السلوك التنمري.

جدول(٧):

معاملات الإرتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنمري(ن=٢٠)

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة(ر) المحسوبة	مستوى الدلالة
١	التنمر النفسي	٣.٨٩	٠.٤٧	*٠.٩٦	٠.٠٠٠
٢	التنمر اللفظي	٣.٨٣	٠.٤٦	*٠.٩٣	٠.٠٠٠
٣	التنمر الاجتماعي	٣.٨٨	٠.٤٣	*٠.٩٤	٠.٠٠٠
٤	التنمر الجسمي	٣.٨٠	٠.٦٥	*٠.٩٣	٠.٠٠٠

* قيمة(ر) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٠.٤٤)

يتبين من الجدول السابق، وجود علاقة إرتباطية طردية بين الدرجة الكلية لكل بُعد والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنمري، حيث أن قيمة(ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، مما يدل على صدق مقياس السلوك التنمري.

وذلك بإيجاد قيم معامل الإرتباط بين البنود الفردية والزوجية، واستخدام معادلة سبيرمان بروان وبتصحيح معادلة جتمان، وطريقة ألفاكرونباخ: وذلك بحساب قيم الثبات لبنود كل بُعد على حده، وبنود المقياس ككل ، كما موضح بالجدول التالي:

ثانياً: الثبات: طريقة التجزئة النصفية:

جدول(٨):

قيم معاملات الثبات لمقياس السلوك التنمري وأبعاده(ن=٢٠)

م	الأبعاد	عدد البنود	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة(ر) المحسوبة	التجزئة النصفية		ألفا كرونباخ
						سبيرمان بروان	جتمان	
١	التنمر النفسي	١٤	٣.٨٩	٠.٤٧	*٠.٧٢	**٠.٨٣	**٠.٨١	**٠.٨٦
٢	التنمر اللفظي	١٣	٣.٨٣	٠.٤٦	*٠.٦٩	**٠.٨٢	**٠.٧٩	**٠.٨٤
٣	التنمر الاجتماعي	٧	٣.٨٨	٠.٤٣	*٠.٦١	**٠.٧٦	**٠.٧٤	**٠.٧٧
٤	التنمر الجسمي	٦	٣.٨٠	٠.٦٥	*٠.٧٠	**٠.٨٢	**٠.٨٢	**٠.٨٣
مقياس السلوك التنمري		٤٠	٣.٨٥	٠.٤٦	*٠.٩٠	**٠.٩٥	**٠.٩٥	**٠.٩٥

* قيمة(ر) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٠.٤٤)

** قيمة مرتفعة

يتبين من الجدول السابق، وجود قيم ثبات مرتفعة، بلغت في مقياس السلوك التنمري(٠.٩٥) بمعامل ألفاكرونباخ وفي التجزئة النصفية(٠.٩٥) بمعادلة سبيرمان بروان و(٠.٩٥) بمعادلة جتمان، حيث أن قيمة الثبات المحسوبة تساوي أو أكبر من (٠.٧٠)، مما يدل على ثبات مقياس السلوك التنمري.

- وبناء على نتائج المعاملات العلمية (الصدق، الثبات) في مقياس السلوك التنمري، تم حذف عدد(٥) بنود، بواقع(٢) بند أرقام(١٠، ٣٨) في بعد التنمر

النفسي وعدد(١) بند رقم(٢٣) في بعد التنمر اللفظي وعدد(٢) بند أرقام(٤، ١٣) في بعد التنمر الاجتماعي، وبذلك يكون عدد بنود مقياس السلوك التنمري (٣٥) بند.

برنامج الألعاب الترويحية الرياضية المقترح:

هدف الألعاب الترويحية الرياضية: خفض السلوك التنمرى لدى تلميذات المرحلة الاعدادية بمحافظة الدقهلية من خلال تطبيق برنامج باستخدام ألعاب ترويحية رياضية .

أسس وضع الالعاب الترويحية الرياضية: أن تحقق الألعاب الهدف من البرنامج، مراعاة الفروق الفردية بين التلميذات، مقابلة الألعاب لاحتياجات واستعدادات التلميذات، مراعاة مبدأ التدرج من السهل الى الصعب ومن البسيط الى المركب ومن المعلوم للمجهول، أن يتسم البرنامج بالأمان والسلامة، كذلك بالنسبة للأدوات المستعملة، أن يتسم محتوى البرنامج بالمرونة وامكانية تعديله، تنوع الأدوات المستخدمة، تناسب محتوى كل وحدة مع الأهداف المحددة من الألعاب وأن تتناسب كل وحدة مع الزمن المحدد لها.

محتوى الألعاب الترويحية الرياضية: من خلال الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات المرجعية مثل: تهانى عبد السلام(٢٠٠١) (٢١)، محمد محمد الحماحمى وعايدة عبد العزيز(٢٠٠٧)(١)، عوض عبد الله الدرسى(٢٠٠٧)(٢٣)، محمد أحمد عبد السلام(٢٠٠٨)(٢٦)، محمد عبد العزيز وأمانى متولى البطراوى(٢٠١٣)(٢٥)، والدراسات العلمية مثل دراسة إسراء طه محمد (٢٠١٦)(١٧)، محمد على عباس(٢٠١٦)(٢٧)، فاطمة محمد باشا(٢٠١٧)(٣٦).

قام فريق البحث بإجراء المقابلات الشخصية مع الخبراء فى المجال الترويحى للوقوف على محتوى الألعاب والزمن الكلى لوحداتها وعدد الوحدات والزمن الكلى للوحدة الواحدة وعدد مرات الممارسة فى الاسبوع وزمن تنفيذ الجزء التمهيدى والختامى فى الوحدة. مرفق(ب)

بناء على أراء السادة الخبراء تم الاتفاق أن تكون مدة تطبيق الألعاب الترويحية(شهرين)، (٨) أسابيع وبعدد(٣) وحدات اسبوعيا بإجمالى(٢٤) وحدة ترويحية وبزمن(٤٥) دقيقة للوحدة الواحدة.

أجزاء وحدة الألعاب الترويحية الرياضية:

- الجزء التمهيدى: يهدف إلى إعداد التلميذات وتهيئتهم بدنيًا ونفسيًا وإدخال روح المرح والسرور وبث الحماس والمشاركة الإيجابية الفعالة فى وحدات البرنامج، ويحتوى هذا الجزء على ألعاب ترويحية بسيطة على شكل مسابقات، ومدة هذا الجزء(٥) دقائق.
- الجزء الرئيسى: يهدف إلى خفض السلوك التنمرى والتخلص من الطاقة الزائدة لديهم ويتمثل فى خفض حدة(التنمر الجسدى، التنمر اللفظى، التنمر النفسى)، ويحتوى هذا الجزء على ألعاب ترويحية رياضية التى تتسم بطابع المرح والسرور والشعور بالأمن والإستقرار، ومدة هذا الجزء(٣٥) دقيقة.
- الجزء الختامى: يهدف إلى تهيئة التلميذات واسترخاء الجسم والعودة إلى الحالة الطبيعية وإدخال روح المرح، ويحتوى هذا الجزء على ألعاب ترويحية رياضية، وأنشطة استرخاء، ومدة هذا الجزء(٥) دقائق.

خطوات تطبيق البحث:

- القياس القبلي: تم إجراء القياس القبلي لعينة الدراسة الأساسية في مقياس السلوك التنمري

للعينة قيد البحث في الفترة من ٢٠٢٢/٢/٢٠م وحتي ٢٠٢٢/٢/٢١ م قبل تطبيق الالعاب الترويحية الرياضية.

- تطبيق البرنامج المقترح: تم تطبيق الوحدات الترويحية على عينة البحث من تلميذات الصف الثانى الاعدادى)، خلال مدة بلغت (شهرين) بواقع (٨) أسابيع، على أن يكون تطبيق الوحدات (٣) وحدات في الأسبوع بواقع (٢٤) وحدة خلال فترة التطبيق، وذلك من يوم ٢٠٢٢/٢/٢٢م الى٢٠٢٢/٤/١٧م.
- القياس البعدي: تم إجراء القياس البعدي لعينة الدراسة الأساسية في مقياس السلوك التنمري للعينة قيد البحث في الفترة من ٢٠٢٢/٤/١٨م وحتي ٢٠٢٢/٤/١٩ م بعد تطبيق الالعاب الترويحية الرياضية.

المعالجات الإحصائية:

استخدم فريق البحث برنامج (*SPSS*) الإصدار(٢١) لإجراء المعالجات الإحصائية التالية: المتوسط الحسابى، الإنحراف المعيارى، معامل ألفا كرونباخ، اختبار(ت) لدلالة الفروق، معامل الارتباط البسيط لبيرسون ومعدل التغير(نسبة التحسن).

عرض النتائج:

- عرض نتائج الفرض الأول، "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبعد التنمر النفسى بمقياس السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية لصالح متوسط القياس البعدي".

جدول(٩): دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبُعد التنمر النفسي بمقياس السلوك التنمري(ن-٢٤)

م	رقم	البنود	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	معدل التحسن
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٢٤	أطلق الشائعات والأكايب على بعض التلاميذ	٤.٠٤	٠.٦٩	٢.٢٥	٠.٦٠	*١٠.٥٣	%٤٤.٣٠
٢	٢٥	أتعمد نقد الزملاء والسخرية منهم دون سبب	٤.٤٥	٠.٥٨	٢.٥٤	٠.٥٨	*١٦.٠٠	%٤٢.٩٢
٣	٢	أشعل الفتن بين التلاميذ	٣.٣٣	٠.٧٠	١.٥٤	٠.٥٠	*١٠.٥٣	%٥٣.٧٥
٤	٢١	أجبر الآخرين على فعل أشياء لا يرغبونها	٣.٩١	٠.٧١	٢.٤٥	٠.٧٢	*٩.١٧	%٣٧.٣٤
٥	١٦	أتجاهل مشاعر الآخرين	٤.١٦	٠.٦٣	٢.١٢	٠.٤٤	*١١.٦٤	%٤٩.٠٣
٦	١٧	أشعر بالارتياح حينما أرى الخوف في عيون الآخرين	٤.٢٩	٠.٦٩	٢.٥٤	٠.٥٨	*١٠.١٢	%٤٠.٧٩
٧	٣٠	أحرض الآخرين على تجاهل أحد التلاميذ	٤.٢٠	٠.٦٥	٢.٣٧	٠.٤٩	*١٢.٧٩	%٤٣.٥٧
٨	٣٣	أقوم بعمل مقالب في زملائي وأدعي أن زميل آخر هو الذي فعل	٤.٧٩	٠.٤١	٣.١٢	٠.٦١	*١٠.٧٢	%٣٤.٨٦
٩	٨	أحرض زملائي على الآخرين	٣.٩٥	٠.٦٢	٢.١٢	٠.٦٧	*١١.٧٩	%٤٦.٣٢
١٠	٣	أشجع التلاميذ على التشاجر مع بعضهما	٤.١٦	٠.٦٣	٢.٠٤	٠.٥٥	*١٤.٠٥	%٥٠.٩٦
١١	٧	أشعر بالسعادة حينما أوجه إهابة للآخرين	٤.٠٨	٠.٦٥	٢.٣٧	٠.٦٤	*١١.١٥	%٤١.٩١
١٢	٦	أنظر إلى بعض التلاميذ باستهزاء لأشعرهم بالغضب	٤.٤١	٠.٥٨	٢.٥٤	٠.٦٥	*١٣.٥١	%٤٢.٤٠
		التنمر النفسي	٤.١٥	٠.٣٠	٢.٣٣	٠.٢٤	*٢٦.٤٠	%٤٣.٨٥

* قيمة(ت) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٢.٠٧)

يتبين من الجدول السابق، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بُعد التنمر النفسي بمقياس السلوك التنمري قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة(ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)ن وبلغ معدل التحسن في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بُعد التنمر النفسي بمقياس السلوك التنمري(٤٣.٨٥%).

- عرض نتائج الفرض الثانى، "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبعد التنمر اللفظي بمقياس السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية لصالح متوسط القياس البعدي".

جدول(١٠): دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبُعد التنمر اللفظي بمقياس السلوك التنمري(ن-٢٤)

م	رقم	البنود	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة(ت) المحسوبة	معدل التحسن
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٥	أطلق ألفاظ بذيئة على بعض التلاميذ	٣.٩٥	٠.٨٠	٢.٠٠	٠.٦٥	*١٥.٣٧	%٤٩.٣٦
٢	١	أسب بعض التلاميذ بألفاظ بذيئة	٤.٠٠	٠.٦٥	١.٨٧	٠.٦١	*١٥.٣١	%٥٣.٢٥
٣	١٥	أطلق على زملائي أسماء مثيرة للضحك والسخرية	٤.٧٠	٠.٤٦	٢.٧٩	٠.٦٥	*١٤.٣٦	%٤٠.٦٣
٤	٩	أتعمد الإساءة لبعض التلاميذ	٤.١٦	٠.٦٣	٢.٣٧	٠.٥٧	*١٢.١٧	%٤٣.٠٢
٥	٣٢	أستفز زملائي عند الحديث معهم	٤.٤٥	٠.٥٨	٢.٨٧	٠.٦٧	*١٠.٠٠	%٣٥.٥٠
٦	٤٠	أتعمد أخذ الأشياء التي تخص زملائي	٤.١٢	٠.٧٤	١.٩١	٠.٦٥	*١١.٠٧	%٥٣.٦٤
٧	٣٦	أتعمد إغاظة زملائي	٤.٥٠	٠.٥١	٢.٨٣	٠.٧٦	*١١.٦٣	%٣٧.١١
٨	٣٩	أرفض إرجاع الأشياء التي استعرتها من زملائي	٣.٤٥	٠.٧٢	١.٧٠	٠.٧٥	*١٠.١٢	%٥٠.٧٢
٩	٢٠	أقوم بابتزاز الآخرين	٣.٥٠	٠.٧٢	١.٧٥	٠.٦٠	*١٢.٦٨	%٥٠.٠٠
١٠	١٢	أتعمد تهديد زملائي	٤.٠٠	٠.٦٥	٢.٣٣	٠.٥٦	*١١.٦٣	%٤١.٧٥
١١	١٩	أنظر إلى الآخرين نظرات غاضبة لتخويفهم	٤.٢٩	٠.٦٢	٢.٦٢	٠.٦٤	*١١.٦٣	%٣٨.٩٢
١٢	١١	أرد على انتقادات الآخرين بكلمات عنيفة	٤.٥٠	٠.٥١	٢.٧٠	٠.٧٥	*١٢.١٧	%٤٠.٠٠
		التنمر اللفظي	٤.١٣	٠.٢٦	٢.٣١	٠.٢٤	*٢٩.١٦	%٤٤.٠٦

* قيمة(ت) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٢.٠٧)

يتبين من الجدول السابق، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بُعد التنمر اللفظي بمقياس السلوك التنمري قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة(ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)ن وبلغ معدل التحسن في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بُعد التنمر اللفظي بمقياس السلوك التنمري(٤٤.٠٦%).

- عرض نتائج الفرض الثالث، الذي ينص على "توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبعد التنمر الاجتماعي بمقياس السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية لصالح متوسط القياس البعدي".

جدول(١١): دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبُعد التنمر الاجتماعي بمقياس السلوك التنمري(ن=٢٤)

م	رقم	البنود	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	معدل التحسن
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٢٧	أضع قواعد قاسية تحول دون مشاركة زملائي في اللعب	٤.١٦	٠.٧٦	٢.٠٨	٠.٥٨	*١٤.٢٢	%٥٠.٠٠
٢	١٨	أتحدث بلهجة رافضة لآراء الآخرين	٤.٥٨	٠.٥٠	١.٨٧	٠.٦١	*١٢.١٢	%٥٩.١٧
٣	٣١	أسعى إلى إفساد أنشطة زملائي	٤.٣٣	٠.٦٣	٢.٢٠	٠.٦٥	*١٥.٣١	%٤٩.١٩
٤	١٤	أفرض آرائي على الآخرين بالقوة	٤.٠٤	٠.٦٢	٢.٤١	٠.٥٨	*١١.١٩	%٤٠.٣٤
٥	٣٥	أضايق التلاميذ الأصغر سناً مني	٤.٢٠	٠.٦٥	٢.٣٧	٠.٥٧	*١١.٧٩	%٤٣.٥٧
		التنمر الاجتماعي	٤.٢٦	٠.٣١	٢.٣٩	٠.٣٣	*٣٤.٩٩	%٤٣.٨٩

* قيمة(ت) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٢.٠٧)

يتبين من الجدول السابق، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بُعد التنمر الاجتماعي بمقياس السلوك التنمري قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة(ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)ن وبلغ معدل التحسن في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بُعد التنمر الاجتماعي بمقياس السلوك التنمري(٤٣.٨٩%).

- عرض نتائج الفرض الرابع، الذي ينص على " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبعد التنمر الجسمي بمقياس السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية لصالح متوسط القياس البعدي".

جدول(١٢): دلالة الفروق بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي لبُعد التنمر الجسمي في مقياس السلوك التنمري(ن=٢٤)

م	رقم	البنود	القياس القبلي		القياس البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	معدل التحسن
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٢٦	أحصل على ما أريده من الآخرين بالقوة	٤.٠٠	٠.٧٨	٢.٠٤	٠.٦٩	*١١.١٧	%٤٩.٠٠
٢	٢٢	أتعمد ضرب أو دفع الآخرين دون سبب	٤.٠٤	٠.٦٢	٢.٠٨	٠.٥٠	*١٣.٨٩	%٤٨.٥١
٣	٣٤	أفتعل أسباباً وهمية للتشاجر مع الآخرين	٤.٢٥	٠.٦٧	٢.٥٠	٠.٦٥	*٩.٥٥	%٤١.١٧
٤	٢٩	أقوم بصفع أحد التلاميذ أمام الآخرين	٤.٥٤	٠.٥٠	٢.٦٢	٠.٥٨	*١٣.٠٩	%٤٢.٢٩
٥	٢٨	أعرقل الآخرين بقدمي أثناء مرورهم أمامي	٤.٥٠	٠.٥٨	٢.٤١	٠.٧١	*١١.٥٩	%٤٦.٤٤
٦	٣٧	أقوم بتخريب وإتلاف ممتلكات زملائي	٤.٠٤	٠.٦٢	١.٧٩	٠.٥٨	*١٦.٣١	%٥٥.٦٩
		التنمر الجسمي	٤.٢٢	٠.٣١	٢.٢٤	٠.٢٧	*٢٩.٨٧	%٤٦.٩١

* قيمة(ت) الجدولية عند مستوى معنوية(٠.٠٥)=(٢.٠٧)

يتبين من الجدول السابق، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين متوسطي القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بُعد التنمر الجسدي بمقياس السلوك التنمري قيد البحث لصالح القياس البعدي، حيث أن قيمة(ت) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند

مستوى معنوية(٠.٠٥)، وبلغ معدل التحسن في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في بُعد التنمر الجسدي بمقياس السلوك التنمري(٤٦.٩١%).

- **تفسير ومناقشة النتائج**:

يتضح من الجداول(٩، ١٠، ١١، ١٢) الخاصة بالفروق بين متوسطي القياس القبلى والبعدى فى بعض أشكال التنمر، وجود فروق بين القياسين عند مستوى معنوية(٠.٠٥) لصالح القياس البعدى تراوحت قيمة (ت) مابين (٢٦.٤٠: ٣٤.٩٩) وهذه القيم أكبر من قيمة(ت)الجدولية عند مستوى (٠.٠٥)، وقد حقق التنمر الجسمى أكبر نسبة تحسن فيما حقق التنمر النفسى أقل نسبة تحسن.

يعزو فريق البحث ذلك التحسن الى فعالية الألعاب الترويحية الرياضية المقترحه فى خفض بعض أشكال التنمر لدى أفراد المجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى، فالبنظر الى متوسط درجات المجموعة التجريبية فى القياسين القبلي والبعدي على أبعاد مقياس التنمر (التنمر النفسي، التنمر اللفظي، التنمر الاجتماعي، التنمر الجسمى)، والدرجة الكلية للمقياس نجد أن متوسطات درجات المجموعة التجريبية في القياس البعدي أقل من القياس القبلي، وهذا يعني انخفاض درجة مقياس سلوك التنمر لدي أفراد المجموعة التجريبية.

لذا تعد المسابقات والألعاب الترويحية الرياضية المستخدمة فى البرنامج من الوسائل الناجحة والهامة التي تساعد التلميذات على خفض سلوك التنمر واكسابهم السلوكيات الايجابية التى تساعدهم على تكوين الصداقات والعلاقات الاجتماعية الايجابية مع اقرانهم والتعاطف مع الأخرين وادراك مشاعرهم وانفعالاتهم والتعامل معها بشكل صحيح ومواجهة المشكلات وحسن التصرف فى المواقف المختلفة، بجانب اتاحة البرنامج تنمية الشعور بالمسؤلية الشخصية والاجتماعية تجاه زميلاتهم وعدم تهديدهم وتخويفهم او الاعتداء عليهم، وعدم نشر الشائعات ومناداة بعضهم البعض بأسمائهم، وتقديم المساعدة للاخرين والتضحية من اجل الجماعة والشعور بالأمن والاطمئنان.

وتوضح العديد من المراجع العلمية المتخصصة فى المجال مثل محمد محمد الحماحمى، عايدة عبد العزيز مصطفى(٢٠٠٧)(١)،كمال الدين عبد الرحمن درويش، محمد محمد الحماحمى(٢٠٠٧)(٢٠)،ايمان عبد العزيز عبد الوهاب(٢٠١٥)(١٩) الى أهمية الأنشطة الترويحية نظرا لإسهامها فى تحقيق ال السعادة الشخصية وتحقيق الحاجة الانسانية للتعبير الأمثل عن الذات لدى التلميذات وتساعدهم على تطوير صحتهم الجسمية والعقلية وترقية انفعالاتهم وأخلاقهم، وتسهم فى التقليل من الغضب والقلق والإكتئاب والتوتر العصبى، وبذلك فقد تميز برنامج الألعاب الترويحية الرياضية باحتوائها على أنشطة ترويحية وحركية مختلفة لها دور هام فى الحد من هذه المشكلات وتكسب التلميذات قيما بدنية ونفسية وخلقية واجتماعية بالاضافة الى تطوير وتنمية شخصيتهم وتؤدى االرضا عن النفس وتجدد حيويتهم وقدرتهم على أداء واجباتهم، وتنطلق قدراتهم وتنمو معلوماتهم وتتأثر اتجاهاتهم ، فالأنشطة الترويحية هى صمام الأمان والمصل الواقى للحد من الملل والضيق، وتتيح لكل تلميذة فرصة لتعبر عن مشاعرها وإحساسها وتنمى القدرة والثقة بالنفس وزيادة انتاجها وإظهار مواهبها وتطوير سلوكها الى السلوك الأمثل.

ويبين أسامة كامل راتب(٢٠٠٤)(١١) إلى نتائج ممارسة الأنشطة الترويحية بأنها وسيلة فعالة لحماية وتحسين صحة الفرد لما لها من آثار إيجابية

تزيد من كفاءة الأجهزة الحيوية للجسم وعملها على تنشيط الدورة الدموية، وبالتالى عدم الممارسة لهذه الأنشطة يؤدى الى الخمول والبدانة والتعرض للإصابة بالأمراض المختلفة.

ويشير محمد الحماحمى، وليد أحمد عبد الرازق(٢٠١٧)(٢)،تهانى عبد السلام محمد(٢٠٠١)(٢١) إلى أهمية تواجد البرامج الترويحية فى المؤسسات التعليمية بمختلف درجاتها لدورها الهام فى التربية الترويحية أو التربية لوقت الفراغ حتى يمكن للتلميذات استخدام وممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات فى وقت الفراغ والعمل على تنميتها، وكذلك تعديل سلوك هؤلاء التلميذات من خلال الممارسة لهذه الأنشطة، وتحقيق النمو المتوازن والمتكامل لهم وتزويدهم بالقيم والمبادئ التى تصاحبهم خلال الممارسة لهذه الأنشطة فهى تعمل على إشباع ميولهم وحاجاتهم والإستفادة من طاقاتهم فى خدمة وتنمية البيئة المحيطة والمجتمع.

وأظهرت دراسة شيراز إبراهيم صبيحات(٢٠١٢)(١٦)،دراسة أسماء كمال حسن(٢٠١٨)(٣٣)، دراسة أحمد فكرى بهنساوى(٢٠١٥)(٨) ، دراسة وانج وآخرون Wang and others(٢٠٠٩)(٥٧) أن للتنمر عدة أشكال سائدة بين تلاميذ المرحلة الإعدادية كالتنمر اللفظى والجسمي والإجتماعى وبالتالى الحاجة الضرورية للتدخل للحد منها وبرنامج الألعاب المقترح يعمل على خفض حدة التنمر.

ويعزو فريق البحث هذا التحسن نتيجة التأثير الايجابى لأداء التلميذات الألعاب الترويحية الرياضية التى تضمنها البرنامج والتى اهتمت بالجانب الاجتماعى وتقليل العدوان لدى التلميذات وهو ما أدى الى تحسن التنمر وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة Sameh, A(٢٠١٧)(٥٤)، دراسة Janet et l(٢٠١٨)(٤٣)، دراسةNewman et al (٢٠١٨)(٥٢)، دراسة Donna.et al (٢٠١٨)(٤٢)، والتى أكدت على أنه يمكن تحسين سلوك التنمر من خلال ممارسة الأنشطة.

وتتفق هذا النتائج مع نتائج بعض الدراسات أحمد عبد الرحمن محمد (٢٠١٩م)(١٨)، دراسة منى عبد العزيز (٢٠١٨)(٢٨)، دراسة ستان و غاليا Stan and Galea (٢٠١٤)(٥٥)، حيث توصلت الى فاعلية البرامج المستخدمة فى خفض سلوك التنمر لدى الطلاب لإحتوائها على الأنشطة التى تساعد على التخفيف من ظاهرة التنمر بما بتناسب مع طبيعة كل مرحلة، وفى هذه الدراسة تم استخدام برنامج الألعاب الترويحية الرياضية المتنوعة والمحببة والتى تتناسب مع طبيعة هذه المرحلة وتقابل احتياجاتهم واهتمامهم.

استنتاجات البحث:

في ضوء هدف وفروض البحث وفي حدود عينة البحث والأدوات المستخدمة في جمع البيانات تمكن فريق البحث من التوصل إلي الاستنتاجات التالية:

- التأثير الايجابى للألعاب الترويحية الرياضية المقترحة على خفض بعض أشكال السلوك التنمري، وذلك لما يحتويه من أنشطة رياضية متنوعة ومتعددة.
- ساهمت الألعاب الترويحية الرياضية بشكل كبير ومتنوع فى خفض التنمر النفسى واللفظي والاجتماعي والجسمي لدى تلميذات المرحلة الإعدادية.
- خفض بعض أشكال السلوك التنمري لتلميذات المرحلة الإعدادية حيث وبلغ معدل التحسن في استجابات تلميذات المرحلة الإعدادية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس

السلوك التنمري(٤٤.٣٦%)، بينما تراوح في الأبعاد بين(٤٣.٨٥% : ٤٦.٩١%).

توصيات البحث:

في ضوء نتائج البحث والإستنتاجات التى تم التوصل إليها، يوصى فريق البحث بما يلى:

- تطبيق برنامج الالعاب الرياضية المقترح على تلميذات المرحلة الاعدادية بمحافظة الدقهلية وتلميذات المرحلة الإعدادية بجمهورية مصر العربية.
- الاهتمام بإشباع احتياجات التلميذات النفسية وتوظيف طاقاتهم بشكل إيجابي من خلال شغل أوقات فراغهم بممارسة الأنشطة الترويحية.
- ضرورة التدخل مبكرا للتقليل من الاثار المترتبة على السلوك التنمرى للتلميذات.

المراجع العلمية:

أولاً: المراجع العربية:

١. الحماحمى، محمد وعبد العزيز،عايدة (٢٠٠٧م)، الترويح بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ط(٤)، ص:٣٤.

٢. الحماحمى، محمد و عبد الرازق، وليد (٢٠١٧م)، التنشئة الإجتماعية والتربية من أجل الترويح، مركز الكتاب الحديث، القاهرة، ص:٢١٢-٢١٣.

٣. السمنودى، محمد(٢٠١٤)،مدخل الترويح الرياضى، مكتبة شجرة الدر، المنصورة، ص: (٤).

٤. الدسوقى، مجدى (٢٠١٦)، مقياس السلوك التنمرى للأطفال والمراهقين، دار جوانا للنشر والتوزيع.

٥. القداح، بشير(٢٠١٣)، القدرة التنبؤية للبيئة التعليمية فى ظهور الاستقواء لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا فى المدارس الخاصة، مجلد (٢٧)، العدد (٤)، ص: (١١٢).

٦. النيرب، عبد الله(٢٠٠٨)، العوامل النفسية والاجتماعية المسئولة عن العنف المدرسى فى المرحلة الاعدادية كما يدركها المعلمون والتلاميذ فى المرحلة الاعدادية، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية، غزة.

٧. أبو الديار، مسعد(٢٠١٢)، سيكولوجية التنمر بين النظرية والعلاج، دار الكتاب الحديث، الكويت، ص: (٢٢).

٨. بهنساوى، أحمد و حسن،رمضان(٢٠١٥)، التنمر المدرسى وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، بحث منشور، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد،العدد(١٧)،ص: ١-٤٠

٩. حسن، إبراهيم(٢٠٠٥)، تأثير برنامج ترويحى رياضى مقترح على بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى الأحداث الجانحين بمحافظة أسيوط، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ص: (٣).

١٠. خوج، حنان(٢٠١٢)، التنمر المدرسى وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد (١٣)، العدد (٤).

١١. راتب، أسامة (٢٠٠٤)، النشاط البدنى والاسترخاء، دار الفكر العربى، القاهرة،ص: (٢٩).

١٢. راغب، تيمور(٢٠٠٦)، تأثير برنامج ترويحى رياضى مقترح على الرضا عن أنشطة وقت الفراغ لدى صبية مؤسسات رعاية الأيتام، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، الجزء (١) العدد (٢٢)، ص: (٩٩).

١٣. سعد الله، هاجر،وآخرون(٢٠١٩)، التنمر المدرسى وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى طالبات المرحلة المتوسطة بمحافظة قلوة، مجلة كلية التربية، جامعة اسيوط، المجلد(٣٥)،العدد(٦)، ص: ٣٤٣-٣٨٥

١٤. سنارى، هالة(٢٠١٠)، بعض المتغيرات النفسية لدى ضحايا التنمر المدرسى فى المرحلة الابتدائية، بحث منشور، دراسات تربوية واجتماعية، مجلد (١٦)، العدد (٢)، ص: (٣٣).

١٥. شطيبي، فاطمة(٢٠١٤)، واقع التنمر فى المدرسة الجزائرية مرحلة التعليم المتوسط دراسة ميدانية، دراسات نفسية، مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية، العدد (١١).

١٦. صبيحات، شيراز (٢٠١٢)،أشكال التنمر وعلاقتها بالأمن النفسى والدعم العاطفى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة اليرموك، الأردن.

١٧. طه، اسراء(٢٠١٦م)، برنامج ترويحى لمواجهة الضغوط النفسية لدى تلاميذ المرحلة السنية من ٦-٩ سنوات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية.

١٨. عبد الرحمن، أحمد ،وآخرون (٢٠١٩)، برنامج تثقيفى صحى نفسى لمواجهة ظاهرة التنمر بسيناء، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية،جامعة أسيوط، ص:٦١٩-٦٤٧.

١٩. عبد العزيز، ايمان (٢٠١٥م)، الترويح وتعديل سلوك أطفال الشوارع، مؤسسة عالم الرياضة للنشر، الإسكندرية، ص:٣١.

٢٠. عبد الرحمن، كمال الدين و الحماحمى، محمد (٢٠٠٧م)، رؤية عصرية للترويح و أوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ط(٣) ،ص:٥٧.

٢١. عبد السلام، تهانى (٢٠٠١م)، الترويح والتربية الترويحية، دار الفكر العربى، القاهرة، ص:٢٩٥.

٢٢. عبد الله، سالم (٢٠١٥)، فعالية برنامج إرشادى انتقائى فى خفض مستوى الاستقواء لدى عينة من الطلاب فى مرحلة المراهقة المبكرة. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، المجلد (٣٤)، العدد (١٦٤)، الجزء الثانى، ص:١١-٦٠.

٢٣. عبد الله، عوض(٢٠٠٧)، فلسفة الترويح ومجالاته، ماهى للنشر والتوزيع، الاسكندرية.

٢٤. عبد العال، محرم(٢٠١٦)، المناخ المدرسى وعلاقته بالتنمر المدرسى لدى عينة من تلاميذ المرحلة الاعدادية (الحكومية – الخاصة)، رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة حلوان.

٢٥. عبد العزيز، محمد و البطراوى، أمانى(٢٠١٣م)، مقدمة فى الترويح وأوقات الفراغ، ماهى للنشر والتوزيع، الاسكندرية.

٢٦. عبد السلام، محمد(٢٠٠٨م)، البرامج الترويحية، دار اشراق للنشر والتوزيع، السويس

٢٧. عباس، محمد(٢٠١٦م)، فعالية برنامج ترويحى فى تنمية بعض القيم الأخلاقية لتلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الاسكندرية.

٢٨. عبد العزيز، منى(٢٠١٨)، برنامج تعديل السلوك لخفض حدة التنمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الإبتدائية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس، القاهرة.

٢٩. عبد الرحيم، محمد (٢٠١٧م)، دور مديرى المدارس الثانوية الفنية بمحافظة الشرقية فى مواجهة التنمر المدرسى من وجهة نظر المعلمين،مجلة دراسات عربية فى التربية وعلم النفس، العدد٨٥، ص:٢٨٣-٣٦٢.

٣٠. غريب، ندا(٢٠١٧)، العلاقة بين التنمر المدرسى لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية وبعض خصائص الشخصية والعلاقات الاسرية، رسالة ماجستير، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

٣١. قناوى،إيمان(٢٠١٧)، دور المؤسسات التربوية فى مواجهة التنمر المدرسى لتلاميذ المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية،جامعة الأزهر،العدد(٣٦)،ص:١٣٧-٢٠١

٣٢. قطامى، نافية والصرايرة، منى(٢٠٠٩)، الطفل المتنمر، دار المسيرة، عمان، ص: (٦١).

٣٣. كمال، أسماء(٢٠١٨)، تصور مقترح لعلاج مشكلة التنمر الصفى لدى تلاميذ المرحلة الاعداديةفى ضوء متطلبات المناخ المدرسى، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، المجلد(١٠٨)، العدد(٤)، ص:٤٥١:٤١٥

٣٤. محمد، أمل (٢٠١٨). فاعلية برنامج قائم على الإثراء النفسى فى تحسين الكفاءة الاجتماعية وخفض سلوك التنمر المدرسى لدى المتنمرين ذوى صعوبات التعلم بالمرحلة الابتدائية، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، العدد (٢)، ص:١-٤٦.

٣٥. محمد، عبد العاطى(٢٠١٨)، الإسهام النسبى لبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية فى سلوك التنمر لدى طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة القطيم، بحث منشور، مجلة دراسات عربية فى التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، العدد (٩٧).

٣٦. محمد، فاطمة(٢٠١٧)، برنامج ترويحى لتعديل بعض الاثار السلبية للألعاب الالكترونية لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسى، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

٣٧. محمود، محمد (٢٠١٦)، فاعلية برنامج إرشادى لتنمية مهارات الذكاء الاجتماعى فى خفض سلوك التنمر المدرسى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. ، مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، العدد (٧)، ص:٢٨٩-٣٠٤، الجزائر.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

38. Alfred champion N cube et al. (2015)،The Nature and Prevalence of Bullying ni Primary schools of

Nkayi south Circuit in Zimbabwe, British Journal of Education, society 8 Behavioural science, Vol (8) Issue (1) ،Pp: 8-1

39. Afroz ،J. and Shafqat ،H.(2015). Bullying in Elementary Schools: Its Causes and Effects on Students ، Journal of Education and Practice, Vol.6 ،No.19.

40. Carvo, K. & Delara, E. (2010), Towards in Integrated Theory of Relational Violence :is bullying a Risk Factor for Domestic Violence, Aggression and violence Behavior, (15)(3), PP:(181-190)

41. Cross, D. (2017).The effects of a bullying prevention program and a positive behavior program on the Self-Perceptions of building positive relationships among middle school Students. phD. liberty university, Lynchburg

42. Donna.et al. Motivational interviewing as a positive response to high-school bullying, Journal Recommendation service , Volume 55, Issue(5) , May 2018 , PP:(464-475).

43. Janet et al(2018)، Middle School Bullying: Student Reported Perceptions and Prevalence, Journal of Child and Adolescent Counseling, 4:3, PP 195-208.

44. Houbre, B.,Tarquinio, C., and Lanfranchi, J. (2010), Expressions of Self-Concept and Adjustment against Repeated Aggression : The Case of a Longitudinal

45. https://akhbarelyom.com/news/newdetails/2724613/1, (12:13 AM), 16/09/2019.

46. https://al-ain.com/articl/unesco-Bullying-School-Children, (01:32 AM), (12/01/2019).

47. Ibrahim, A. (2016), A Recreational Games Program for Improving Social Skills for School Bully Victims, Journal of Applied sports science, (6)(4), pp: (50: 58).

48. Kevin et, al.(2018), Beyond the reactive-proactive dichotomy,Rage, revenge, reward, and recreational aggression predict early high school bully and bully/victim status, University of Western Australia, Volume(44), Issue(5), Pp: 501-511.

49. Kokkinos, C. & Panayiotou, G. (2004), Predicting Bullying and Victimization among Early Adolescents: Associations with

disruptive Behavior disorders, Aggressive Behavior, (30)(6).

50. **Maneese, A. (2007), Student Attitudes and Shame Dynamics before and after A bullying Prevention Program. Unpublished doctoral dissertation, George Fox University, pp:1**
51. **Miner, K.(2016),The impact of The Olweus Bullying Prevention program on Classification and School Climate, Doctoral dissertation, Trident university international.**
52. **Newman et al(2018) ،Pray That God Will Change You , The**
53. **Religious Social Ecology of Bias-Based Bullying Targeting Sexual and Gender Minority Youth—A Qualitative Study of Service Providers and Educators, Journal of Adolescent Research, 33(5), pP : 523-548.**
54. **Pollastri, A., Cardemil, E.& O'Donnell, E. (2010), Self-Esteem in Pure Bullies and Bully/Victims ,**

A Longitudinal Analysis ,Journal Interpersonal Violence, (25)(8).

55. **Sameh, A. (2017).Developing an effective social emotional learning program for countering school bullying: An evaluative exploratory study Master's Thesis, the American University in Cairo.**
56. **Stan,C & galea,L.(2014), The development of social and emotional skills of students Ways to redusce the frequency of bullying-type events experimental results, Procedia social and behavioral, Vol(31), No(6), pp419-428.**
57. **Smorti, A., Orttega , J., Orttega, R. (2009), Discrepant story task (DST) : An instrument used to explore narrative strategies in bullying , Electronic Journal of Research in Educational Psychology, (9)(2), pp: (397-426).**
58. **Wang, J. Ianotti, R., and Nansel, T. (2009), School Bullying Among Adolescents in the United States: Physical, Verbal, Relational, and Cyber, Journal of Adolescent Health, Vol (45), No (4), pp369–375**

ABSTRACT

The effect of recreational sports games on bullying behavior among middle school students in Dakahlia Governorate

Researcher/ Kholoud Madeh Abul Fotouh
Researcher, Sport Recreation Department, Faculty of Physical Education, Mansoura University

Assis.Prof. Dr. Mustafa Mohamed Amin
Assis.Prof. Dr. Sport Psychology Department, Faculty of Physical Education, Mansoura University

Assis.Prof. Dr. Muhammad Al-Sayed Khamis
Assis.Prof. Dr. Sport Recreation Department, Faculty .of Physical Education, Mansoura University

Prof. Dr. Hossam Abdelaziz Gouda
Prof. Dr. Sport Recreation Department, Faculty of Physical Education, Mansoura University.

The research aims to study the effect of recreational sports games on bullying behavior among female preparatory stage students in Dakahlia Governorate. The researchers used the experimental method by designing one experimental group with two pre and post measurements due to its suitability to the nature of the research on a sample of (24) female students who were chosen by the intentional method of the Aja Education Administration. Among the data collection tools is the school bullying scale prepared by (Magdy Mohamed El-Desouki 2016), the recreational sports program (prepared by researchers) The search results yielded:

-Recreational sports contributed to reducing psychological bullying among middle school students.

- There is a positive effect of recreational sports games in reducing verbal bullying among middle school students

- There is a positive effect of recreational sports games in reducing social bullying among middle school students

Recreational sports contributed to reducing physical bullying among middle school students.

- Reducing some forms of bullying for middle school students, where the rate of improvement in the responses of middle school students between the pre and post measurements of the experimental group in the bullying behavior scale was (44.36%), while the dimensions ranged between (43.85%: 46.91%).