

## الفهرس

كلمة شكر

الاهداءات

المقدمة

### الجانب التمهيدي

04	..... 1- إشكالية البحث
05	..... 2- فرضيات البحث
05	..... 3- هدف الدراسة
05	..... 4- أهمية الدراسة
05	..... 5- أسباب اختيار الموضوع
06	..... 6- تحديد المصطلحات
08	..... 7- الدراسات السابقة
08	..... 7-1 الدراسات العربية
10	..... 7-2 الدراسات الأجنبية
11	..... 8 - التعليق على الدراسات السابقة
12	..... خلاصة الدراسات

### الجانب النظري

#### الفصل الأول : النشاط الرياضي

16	تمهيد
17	..... 1- تعريف النشاط الرياضي

18	.....	2- أسباب ممارسة النشاط الرياضي
19	.....	3- الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي
19	.....	4- أشكال النشاطات الرياضية
21	.....	1-4 النشاط الداخلي
23	.....	2-4 النشاط الخارجي
23	.....	5- أهداف النشاط الرياضي
23	.....	1-5 من الناحية الجسمية
23	.....	2-5 من الناحية العقلية
24	.....	3-5 من الناحية الحركية
24	.....	4-5 من الناحية الاجتماعية
24	.....	6- دور النشاط الرياضي في تطوير القدرات العقلية والنفسية والبدنية
25	.....	1-6 تنمية الذكاء
25	.....	2-6 تنمية الانتباه
26	.....	3-6 تنمية الذاكرة
26	.....	4-6 تنمية العقل والتفكير
26	.....	5-6 تنمية الإدراك
27	.....	6-6 العبقرية والموهبة
28	.....	7-6 الجهاز العصبي
	.....	8-6 من الناحية الصحية

الفصل الثاني : التوافق الدراسي

32	تمهيد
33	1- مفهوم التوافق.....
33	2- تعريف التوافق.....
34	3- النظريات المفسرة للتوافق.....
34	1-3 النظرية البيولوجية.....
35	2-3 نظرية التحليل النفسي.....
35	3-3 النظرية السلوكية.....
36	4-3 نظرية علم النفس الإنساني.....
36	5-3 النظرية الاجتماعية.....
36	4- أنواع التوافق.....
37	1-4 التوافق الدراسي.....
37	2-4 التوافق الشخصي.....
38	3-4 التوافق الاجتماعي.....
38	4-4 التوافق البيولوجي.....
38	5- مظاهر التوافق الدراسي.....
40	1-5 مظاهر حسن التوافق.....
43	2-5 سوء التوافق الدراسي ومظاهره.....

43	.....6- العوامل المؤثرة في التوافق الدراسي.
44	.....1-6 العوامل الذاتية.
45	.....2-6 العوامل المدرسية.
46	.....3-6 العوامل الخارجية.
46	.....7- العوامل التي تساعد على التوافق الدراسي.
47	.....1-7 تهيئة الفرص
47	.....2-7 اثاره الدوافع
47	.....3-7 النظام
54	.....4-7 تنمية المهارات اللغوية
	.....8- أساليب التوافق.

.....خلاصة الفصل.

### الفصل الثالث : المرحلة الثانوية

56	.....تمهيد.
56	.....1- تعريف المراهقة.
56	.....2- مراحل المراهقة.
57	.....3- أهمية النشاط الرياضي عند المراهق.
57	.....1-3 الجانب الفيزيولوجي.
57	.....2-3 الجانب النفسي.
57	.....3-3 الجانب العقلي.

58	.....4-3 الجانب الاجتماعي
58	.....4- تعريف المؤسسة الثانوية
59	.....5- أهداف المؤسسة الثانوية
57	.....6- خصائص ومميزات النمو لتلاميذ المرحلة الثانوية
58	.....1-6 النمو الجسماني
58	.....2-6 النمو الحركي
59	.....3-6 النمو العقلي
.....	.....4-6 النمو النفسي الاجتماعي

#### خلاصة الفصل

### الجانب التطبيقي

#### الفصل الأول : منهجية الدراسة

64	.....تمهيد
64	.....1- الدراسة الاستطلاعية
64	.....2- منهجية الدراسة
65	.....3- الهدف من الدراسة الميدانية
65	.....4- المتغيرات الدراسية
67	.....5- مجالات البحث
67	.....1-5 المجال المكاني
69	.....2-5 المجال الزمني

96 .....6- عينة البحث

97 .....6- أدوات البحث

.....7- كيفية تفرغ الاستبيان

69 **الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج**

96 .....عرض ومناقشة الاستبيان

97 .....خلاصة عامة

.....اقتراحات وتوصيات

الخاتمة.

المراجع.

الملاحق.