

## L'effet d'un programme de sport récréatif proposé sur les dimensions de compatibilité psychosociale chez les étudiants des résidences universitaires en Algérie

1. Dr. Soufiane MAHI s.mahi@univ-chlef.dz
2. Dr. Mehdi YOUCEF ACHIRA m.youcefachira@univ-chlef.dz
3. Dr. Mohamed TIAB m.tiab@univ-chlef.dz
4. Pr. Youssouf SAIDI ZERROUKI y.saidizerouki@univ-chlef.dz

Laboratoire d'Innovation de Performance Motrice  
Institut d'Education Physique et Sportive  
Université Hassiba Benbouali de Chlef, Algérie  
[s.mahi@univ-chlef.dz](mailto:s.mahi@univ-chlef.dz)  
WhatsApp/Viber : +213778204512

### Résumé :

### Introduction :

Dans cette étude, nous essayons de mettre en lumière les dimensions de la compatibilité psychosociale dans l'échantillon d'étudiants universitaires en résidence à travers la mise en œuvre d'un programme sportif basé sur un certain nombre de classes et d'activités de nature récréative ou ludique comme une forme d'activité physique et athlétique,

Méthodes et procédures de recherche :

La méthode expérimentale a été utilisée pour concevoir deux ensembles de contrôle et expérimental, après avoir vérifié l'équivalence des deux groupes et leur homogénéité en termes d'un ensemble significatif de variables qui peuvent affecter les résultats de l'étude. Le chercheur et ses collègues ont mesuré les niveaux d'ajustement psychosocial des étudiants de l'échantillon avant de commencer l'application du programme en utilisant la mesure de l'ajustement psychosocial, et ensuite suivi par la mesure de la dimension pour être dans le décompte final des données et faire des comparaisons tribales et à distance.

### Résultats :

- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives entre les niveaux des groupes de contrôle et expérimental dans la mesure tribale des niveaux d'ajustement psychosocial.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives entre les scores des mesures tribales et post-test du groupe de contrôle dans les niveaux d'adaptation psychosociale.
- Il existe des différences statistiquement significatives entre les scores des mesures tribales et ceux du post-test du groupe d'adaptation psychosociale.
- Il existe des différences statistiquement significatives entre les niveaux des groupes de contrôle et expérimental dans les mesures post-test des niveaux d'ajustement psychosocial.

### Discussion et recommandations :

Les résultats des activités sportives récréatives ont un impact positif sur l'activation des niveaux d'ajustement psychosocial. La réalisation de l'harmonie interne dans la personnalité de l'individu est nécessaire pour atteindre l'harmonie avec l'environnement externe, assurer le bonheur des autres et adhérer à l'éthique de la société qui conduit à la santé. La compatibilité psychologique, où la santé mentale psychologiquement compatible et le stress émotionnel, ainsi que le sentiment d'estime de soi, où nous cherchons à travers l'échantillon expérimental à obtenir une évolution positive entre les tests tribaux et post-tests dans les niveaux de compatibilité psychologique et sociale, N évolution alors que l'échantillon de contrôle était normal du fait qu'il n'a pas reçu le programme. Nous pouvons donc formuler une série de recommandations :

La nécessité d'accorder de l'attention aux activités sportives récréatives dans les districts universitaires et de leur donner leur véritable statut.

Mettre en évidence la réalité des programmes de loisirs sportifs et de leurs activités, qui jouent un rôle dans l'activation du processus de compatibilité psychosociale au sein du groupe d'étudiants vivant à l'université.

Activer le rôle des résidences universitaires dans la promotion de relations efficaces entre les étudiants eux-mêmes et entre le personnel administratif et les résidents de l'université, en utilisant des moyens de stimuler ces relations par le biais de diverses activités sportives et récréatives.

Renforcer les résidences universitaires en les dotant de salles de sport, de terrains de jeux et de moyens qui contribuent au développement du sport dans les domaines récréatifs et compétitifs.

La nécessité de sensibiliser les pratiquants et les non-pratiquants à l'impact des progrès sur le niveau et le développement des capacités motrices, physiques et mentales sur leur personnalité et leur état de santé et psychologique.

**Mots clés : Sport récréatif ; Dimensions psychosociale ; Compatibilité psychosociale.**