وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

أطروحة مقدمة لنيل الدكتوراه

تخصص: نشاط رياضي مدرسي

تحت عنوان:

علاقة تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية

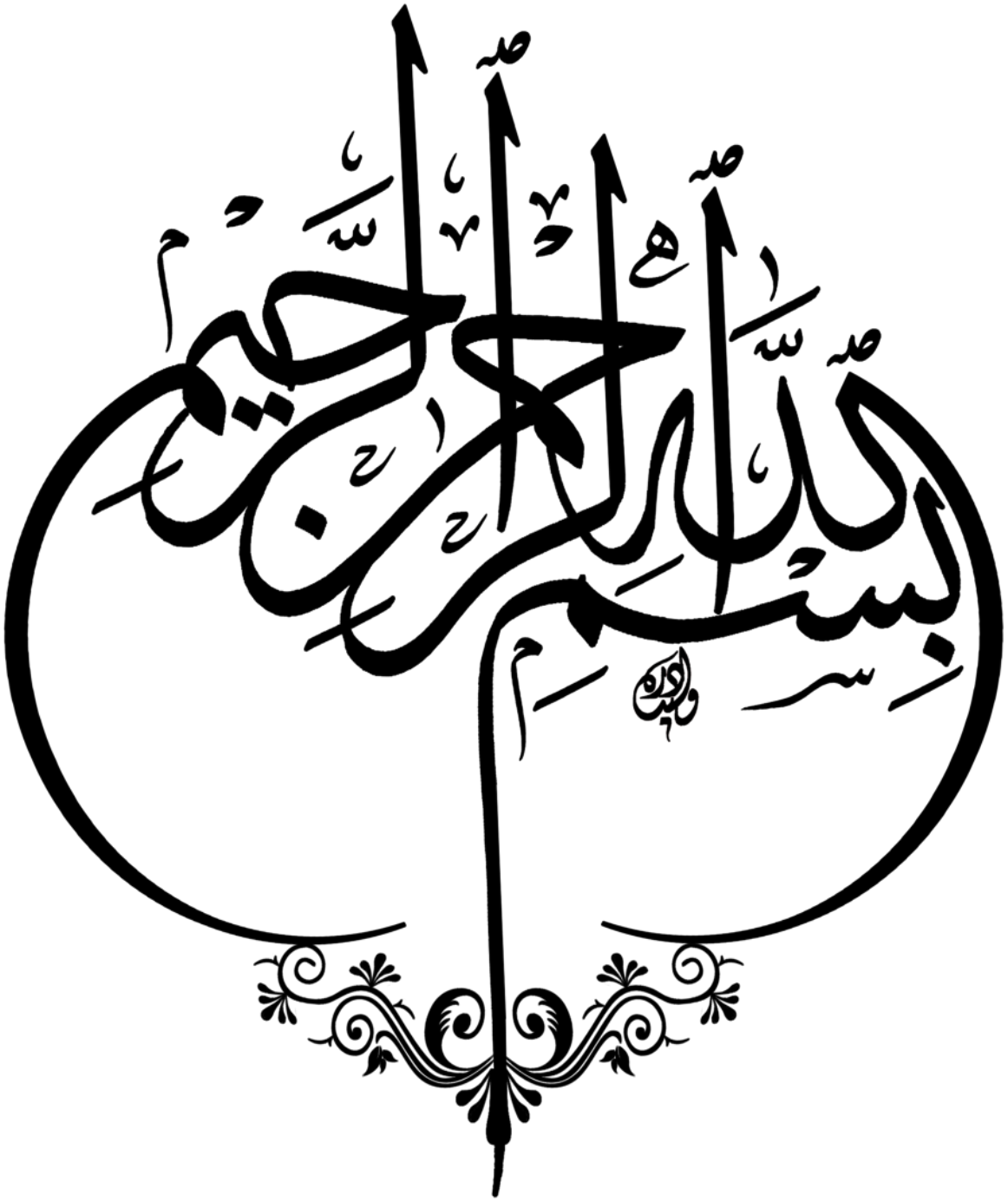
دراسة ميدانية على تلاميذ السنة ثالثة ثانوي بثانويات مدينة بوسعادة

اعداد الطالب الباحث:	اشراف الدكتور:	المشرف المساعد الدكتور:
- بوعجيلة عمر	- بكة فارس	- عباش أيوب

أعضاء لجنة المناقشة

أ-د/ **قلاتي يزيد**	أستاذ التعليم العالي	جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي- رئيسا.
د/ **بكة فارس**	أستاذ محاضر-أ	جامعة محمد بوضياف- المسيلة- مشرفا ومقررا.
د/ **عباش أيوب**	أستاذ محاضر-أ	جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي- مشرفا مساعدا.
أ-د/ **بن دقفل رشيد**	أستاذ التعليم العالي	جامعة محمد بوضياف- المسيلة – عضوا مناقشا.
د/ **حملاوي عامر**	أستاذ محاضر-أ	جامعة محمد بوضياف- المسيلة – عضوا مناقشا.
د/ **درويش محمد**	أستاذ محاضر-أ	جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي- عضوا مناقشا.
د/ **الأطرش زبير**	أستاذ محاضر-أ	جامعة العربي بن مهيدي- أم البواقي- عضوا مناقشا.

السنة الجامعية: 2020 – 2021


بسم الله الرحمن الرحيم

قال تعالى:

﴿يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ﴾

(المجادلة: 11)

اهداء

إلى منارة العلم والإمام المصطفى إلى الأمي الذي علم المتعلمين إلى سيد الخلق إلى رسولنا الكريم سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.

إلى من وضعتني على طريق الحياة والينبوع الذي لا يمل العطاء (أمي الغالية: مسعودة).

إلى صاحب السيرة العطرة الذي دفعني في طريق النجاح (أبي العزيز: محمد).

إلى أحبابي (اخواتي الكرام: خالد، بشير، عبد القادر، شهرزاد، الطيب، هشام، لطيفة).

الى رفقاء الدرب (كل أصدقائي دون استثناء) واخص بالذكر: بكري عبد الكريم.

إلى من كانوا السند والموجه (كل أساتذتي في قسمي التربية البدنية بجامعتي مسيلة وام البواقي).

شكر وتقـــــدير

امتثالا لقوله تعالى: (وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ) - سورة إبراهيم-7

ومصداقا لقوله ﷺ (من لا يشكر الناس لا يشكر الله) - صححه الألباني.

نحمد الله أولا واخيرا وعلى كل شيء فاللهم لك الحمد الذي أنت أهله على نعم ما كنت قط لها أهلا متى ازددت تقصيراً تزدني تفضلاً كأني بالتقصير أستوجب الفضل، اللهم إن نعمك كثيرة علينا لا نحصيها ولا نحصي ثناء عليك ولا نقدر وأنت سبحانك كما أثنيت على نفسك وأنت سبحانك غني عن العالمين.

نتقدم بالشكر الجزيل لكل من ساعدنا على إتمام هذا البحث العلمي، على رأسهم الأستاذ المشرف الدكتور **(بكة فارس)** الذي كان السند والداعم، ولم يبخل علينا بالنصح والتوجيهات فله منا أسمى التحيات وكامل التقدير.

كما نتقدم بالشكر للطاقم الإداري واساتذة معهدي علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعتي مسيلة وام البواقي على المساعدة والتوجيه ونخص بالذكر الدكتور **(بشير حسام)** والدكتور **(قلاتي يزيد)** والدكتور **(سليماني نور الدين)**.

ولا ننسى مدراء واساتذة التربية البدنية في ثانويات مدينة بوسعادة على مساعدتهم لنا في الدراسة الميدانية.

بوعجيلة عمر.

ملخص الاطروحة

علاقة تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. (دراسة ميدانية على تلاميذ السنة ثالثة ثانوي بثانويات مدينة بوسعادة)

تهدف هاته الدراسة لمعرفة العلاقة الإحصائية بين مختلف أبعاد تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية من جهة، وهل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية ترجع لمتغير الجنس من جهة أخرى؟

تم التطرق في الجانب النظري لتقدير الذات بشكل عام وتقدير الذات البدنية بشكل خاص، كما تم التطرق للتحصيل الدراسي والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية واستعراض المفاهيم المتعلقة بمادة التربية البدنية والرياضية.

تم الاعتماد على المنهج الوصفي في الدراسة وتم استخدام النسخة الجزائرية لمقياس وصف الذات البدنية (PSDQ) لقياس تقدير الذات البدنية الذي يحتوي على احدى عشر محور وسبعين عبارة. للحصول على قياس للتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية تم استخدام علامات التلاميذ في الاختبارات التحصيلية. تكونت عينة الدراسة من 487 مفردة تم اختيارهم بطريقة عشوائية بنسبة 25 %من مجتمع البحث.

وبعد الدراسة التطبيقية توصلنا للنتائج التالية:

*توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات البدنية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور مع نسبة خطأ 1%.

*توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور مع نسبة خطأ 1%.

*توجد علاقة موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية مع نسبة خطأ 1%.

الكلمات المفتاحية: تقدير الذات البدنية، التحصيل الدراسي، التربية البدنية والرياضية.

Abstract:

The relationship between physical self-esteem and scholar result in physical education and sports among high school students. (A field study for third-year secondary students in the secondary schools of Bou Saada)

This study aims to find out the statistical relationship between the various dimensions of physical self-esteem and scholar result in physical education and sports, and whether there are statistically significant differences in the level of physical self-esteem and scholar result in physical education and sports due to the gender variable?

In the theoretical part, self-esteem in general, physical self-esteem in particular, scholar result, scholar result in physical education and sports and concepts related to physical education and sports were reviewed.

The descriptive approach was relied upon in the study, and the Algerian version of the Physical Self-Describing Scale (PSDQ) was used to measure physical self-esteem that contains eleven axes and seventy phrases. Students ’scores were used in achievement tests to obtain a measure of scholar result in physical education and sports. The study sample consisted of 487 individuals who were randomly selected 25% from the research population.

A sample was formed. The study consists of 487 individuals who were randomly

The applied study allowed us to reach the following results:

*There are statistically significant differences in physical self-esteem among third year high school students due to the gender variable in favor of males with an error rate of 1%.

*There are statistically significant differences in scholar result in physical education and sports among third-year secondary school students due to the gender variable in favor of males with an error rate of 1%.

*There is a positive statistically significant relationship between physical self-esteem and scholar result in physical education and sports for third-year high school students, with an error rate of 1%.

Key words: physical self-esteem, scholar result, physical education and sports.

قائمة المحتويات

العنوان	الصفحة
الاهداء	
الشكر وتقدير	
ملخص الأطروحة باللغة العربية	
ملخص الأطروحة باللغة الأجنبية	
قائمة المحتويات	
قائمة الجداول	
قائمة الأشكال	
مقدمة	
الفصل التمهيدي: الإطار العام للدراسة	
1-اشكالية الدراسة	6
2- فرضيات الدراسة	11
3-أهداف الدراسة	12
4-أهمية الدراسة	14
5- أسباب اختيار الموضوع	14
6-الكلمات الدالة في الدراسة	15
7- الدراسات السابقة والمشابهة	16
8- أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية	40
9- توظيف الدراسات السابقة في الدراسة الحالية	41
الجانب النظري	
الفصل الأول: تقدير الذات البدنية	
1-مفهوم الذات	44
2- مفهوم تقدير الذات	45
3- الفرق بين مفهوم تقدير الذات ومفهوم الذات	47
4-أهمية تقدير الذات	48
5- أقسام تقدير الذات	50
6- مستويات تقدير الذات	50

7- مكونات تقدير الذات	52
8- خصائص الذات	53
9- العوامل المؤثرة في تقدير الذات	55
10- النظريات المفسرة لتقدير الذات	55
11- قياس تقدير الذات	58
12- ابعاد تقدير الذات البدنية	60
الفصل الثاني: التحصيل الدراسي	
1- تعريف التحصيل الدراسي	72
2- أنواع التحصيل الدراسي	73
3- شروط التحصيل الدراسي	76
4- خصائص التحصيل الدراسي	77
5- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي	78
6- قياس التحصيل الدراسي	81
7- أهمية التحصيل الدراسي	84
8- قياس التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية حسب منهاج السنة الثالثة ثانوي	85
الفصل الثالث: التربية البدنية والرياضية	
1- تاريخ التربية البدنية والرياضية	92
2- مفهوم التربية	93
3-مفهوم التربية البدنية	94
4- مفهوم التربية البدنية والرياضية	94
5- علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة	95
6- خصائص التربية البدنية والرياضية	95
7-الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية	97
8-أهمية التربية البدنية والرياضية	98
9- أهداف التربية البدنية والرياضية	98
10- مميزات التربية البدنية والرياضية	99
11- شروط ممارسة التربية البدنية والرياضية	100
12- أهمية ومكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية الجزائرية	101

13- درس التربية البدنية والرياضية	102
14- أوجه النشاط البدني والرياضي في برنامج المرحلة الثانوية	103
15- الأهداف والكفاءات المستهدف في منهاج التربية البدنية للسنة ثالثة من المرحلة الثانوية	105
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة	
1- الدراسة الاستطلاعية	114
2- المنهج المتبع	117
3- مجلات الدراسة	118
4- متغيرات الدراسة	119
5- مجتمع وعينة الدراسة	120
6- أدوات جمع البيانات	124
7- الأساليب الإحصائية المستخدمة	131
الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج	
أولا: وصف البيانات	134
1- الإحصاء الوصفي للبيانات	134
2- اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات	135
ثانيا: عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضيات	136
1- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الأولى	136
2- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثانية	138
3- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة	140
4- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الرابعة	142
5- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الخامسة	144
6- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية السادسة	146
7- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية السابعة	148
8- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثامنة	150
9- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية التاسعة	152
10- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية العاشرة	154
11- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الحادية عشر	156

12- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثانية عشر	158
13- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة عشر	159
14- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية العامة	161
الفصل السادس: مناقشة النتائج	
1- مناقشة نتائج الفرضيات الخاصة بعلاقة أبعاد تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.	167
1-1- مناقشة نتائج الوصف الاحصائي لأبعاد تقدير الذات البدنية.	167
1-2- مناقشة نتائج علاقة ابعاد تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.	171
2- مناقشة نتائج الفرضيات الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.	174
2-1- مناقشة نتائج الفرضية الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية.	174
2-2- مناقشة نتائج الفرضية الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.	175
3- مناقشة نتائج الفرضية العامة.	176
3-1- مناقشة نتائج الوصف الاحصائي لتقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.	176
3-2- مناقشة نتائج علاقة تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:	178
4-الاستنتاجات.	180
5-الاقتراحات.	181
خاتمة	184

قائمة الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
1	يوضح شبكة التقويم في الأنشطة الجماعية	
2	يوضح توزيع افراد العينة الاستطلاعية	115
3	يوضح توزيع افراد المجتمع	121
4	يوضح توزيع أفراد العينة	123
5	يوضح بناء المقياس	127
6	يوضح حساب الثبات عن طريق معادلة ألفا كرونباخ	128
7	يوضح الاتساق الداخلي لمحاور المقياس	129
8	يوضح الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات البدنية	130
9	يوضح الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	131
10	يوضح المعاملات الإحصائية الوصفية للبيانات	134
11	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير الصحة	136
12	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير الصحة	137
13	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير التنسيق	138
14	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير التنسيق	139
15	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير النشاط البدني	140
16	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير النشاط البدني	141
17	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير السمنة	142
18	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير السمنة	143
19	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير المنافسة الرياضية	144
20	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير المنافسة الرياضية	145
21	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير المظهر العام	146

22	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير المظهر العام	147
23	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير القوة	148
24	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير القوة	149
25	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير المرونة	150
26	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير المرونة	151
27	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير المداومة	152
28	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير المداومة	153
29	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير الرضا البدني العام	154
30	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير الرضا البدني العام	155
31	يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير الذات الكلي	156
32	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير الذات الكلي	157
33	يوضح الفروق في الوصف الاحصائي على مقياس تقدير الذات البدنية بين الذكور والاناث	158
34	يوضح الفروق الإحصائية بين الذكور والاناث على متغير تقدير الذات البدنية	158
35	يوضح الفروق في الوصف الاحصائي على متغير التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية بين الذكور والاناث	159
36	يوضح الفروق بين الذكور والاناث على متغير التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية	160
37	يوضح الوصف الاحصائي لتقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي	161
38	يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير الذات البدنية	163

قائمة الأشكال

الرقم	العنوان	الصفحة
1	خريطة معرفية لتقدير الذات	48
2	يوضح توزيع افراد العينة الاستطلاعية	116
3	يوضح توزيع افراد المجتمع	122
4	يوضح توزيع أفراد العينة	124
5	يوضح توزيع التحصيل الدراسي لأفراد العينة	135
6	يوضح توزيع تقدير الذات البدنية لأفراد العينة	136
7	لوحة انتشار توضح تقدير الصحة لأفراد العينة	137
8	لوحة انتشار توضح تقدير التنسيق لأفراد العينة	138
9	لوحة انتشار توضح تقدير النشاط البدني لأفراد العينة	140
10	لوحة انتشار توضح تقدير السمنة لأفراد العينة	142
11	لوحة انتشار توضح تقدير المنافسة الرياضية لأفراد العينة	144
12	لوحة انتشار توضح تقدير المظهر العام لأفراد العينة	146
13	لوحة انتشار توضح تقدير القوة لأفراد العينة	148
14	لوحة انتشار توضح تقدير المرونة لأفراد العينة	150
15	لوحة انتشار توضح تقدير المداومة لأفراد العينة	152
16	لوحة انتشار توضح تقدير الرضا البدني العام لأفراد العينة	154
17	لوحة انتشار توضح تقدير الذات الكلي لأفراد العينة	156
18	لوحة انتشار توضح تقدير الذات البدنية لأفراد العينة	161
19	لوحة انتشار توضح التحصيل الدراسي لأفراد العينة	162

مقـــدمة

مقدمة:

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء أصيل من التربية العامة تعمل على تحقيق أهدافها عن طريق استخدام النشاط الرياضي والبدني كوسيلة، ومن هنا فان اهداف التربية البدنية لا تقتصر على الجانب الحسي والحركي فقط، بل تتعداه الى الجوانب النفسية والاجتماعية والمعرفية، وهذا يبرز مدى أهمية هذه المادة على مختلف الجوانب المتعلقة بالفرد، لهذا فان الغوص في مفاهيم هذه المادة واستعراض أهدافها وخصائصها له امر لابد منه.

ولقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية اهتماما كبيرا نظر لما تم اكتشافه من اثار ايجابية بناءة تساعد على اعداد شخصية المواطن سواء من الناحية العقلية او البدنية او النفسية او الاجتماعية حتى انها اصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري. (بوسنان:2011، ص4)

ولتعلب التربية البدنية والرياضية دورها بشكل جيد وتحقق الأهداف المنوطة بها وجب أن تمارس في ظروف جيدة، كما وجب أن تعزل عن المتغيرات التي قد تؤثر بشكل سلبي على سيرورتها وتعيقها عن تحقيق أهدافها على مختلف الجوانب الحسية الحركية والوجدانية العاطفية والمعرفية منها، ولعل أبرز المتغير التي قد تؤثر بشكل مباشر في التربية البدنية بشكل عام وحصة التربية البدنية والرياضية بشكل خاص هي المتغيرات النفسية، حيث أصبح من الصعب فصل التربية البدنية عن المتغيرات النفسية التي تؤثر وتتأثر بها سلبا وايجابا ولعل أبرز هذه المتغيرات النفسية هو تقدير الذات بشكل عام وتقدير الذات البدنية بشكل خاص لما له علاقة مباشرة بممارسة النشاط البدني الرياضي، فأصبح من الضروري دراسة هاته العلاقة وتحديد أسسها وانعكاساتها لما لها من أهمية كبيرة.

يعتبر تقدير الذات البدنية أحد المتغيرات النفسية المهمة التي لها تأثيرات واسعة في حياة الفرد بشكل عام وفي حياته الاجتماعية بشكل خاص، وقد تكون هذه التأثيرات إيجابية أو سلبية وبأشكال متفاوتة، حسب مستوى تقدير ذات الفرد ومدى علاقة هذا الأخير بالمتغير التابع الذي قد يتأثر به، لذا وجب دراسة العلاقات التي تربط هذا المتغير النفسي بالمتغيرات التابعة الأخرى التي لها أهمية في حياة الفرد والتعبير عليها بشكل احصائي ليسهل التحكم فيها وضبطها والتنبؤ بمدى تأثيرها.

وتأتي أهمية تقدير الذات من خلال ما يصنعه الفرد لنفسه ويؤثر بوضوح في تحديد أهدافه واتجاهاته واستجاباته نحو الآخرين ونحو نفسه، ما جعل العديد من المنظرين في مجال الصحة النفسية يؤكدون أهمية تقدير الذات في حياة الأفراد وكان " فروم " من الأوائل الذين لاحظوا الارتباط الوثيق بين تقدير الشخص لنفسه ومشاعره نحو الآخرين، ويقول " عبد الرؤوف" أن الذات هي أساس التوافق بالنسبة للفرد وأن الإنسان يسعى إلى تحقيق ذاته عن طريق إشباع حاجاته المختلفة دون حدوث

تعارض مع متطلبات وظروف البيئة المحيطة به، وبمدى نجاح الفرد في تحقيق هذا التوازن ينمو لديه تقدير موجب لذاته بدرجة مرتفعة. ويختلف الأفراد في تحقيق هذا التوازن مما يعمل على اختلاف تقدير الذات لديهم، وهو ما يؤدي إلى التقدير المرتفع أو المنخفض للذات، ولا يظل تقدير الذات ثابتا عبر المواقف المختلفة بل أنه يختلف أيضا باختلاف المواقف، اذ يتأثر بظروف البيئة فيكون تقدير الذات ايجابيا إذا كانت ظروف البيئة ايجابية، وتحترم الذات الانسانية وتكشف عن قدراتها وطاقاتها، أما إذا كانت البيئة محبطة فان الفرد يشعر بالدونية ويسوء تقديره لذاته. (حمام:2010، ص81،82)

إن تقدير الذات يؤثر على جميع جوانب الحياة تأثيرا قويا، فلقد جعل العديد من المنظرين يجعلون تقدير الذات أحد المجالات في الصحة النفسية وكذلك على مستوى العلاقات الاجتماعية، فتقدير الذات يعزز من إقامة علاقات شخصية واجتماعية جيدة وطيبة، ومن خلال ذلك التفاعل يشعر الفرد بالطمأنينة والأمن وهذا نتيجة لتقديره لذاته ونتيجة للتفاعل السليم والجيد مع الآخرين، فكلما كان تقدير الفرد لنفسه جيد ومحبا لها كلما كان محبا للآخرين،.(مالهي:2005، ص7)

وبما أن تقدير الذات يؤثر على تحقيق الأهداف حسب أراء العلماء والباحثين كان لزاما البحث في مدى تأثيره وعلاقته بتحقيق هاته الأهداف ولعل أبرز هاته الأهداف هي التحصيل الدراسي للفرد لأهمية التحصيل الدراسي الكبيرة في تصنيف الأفراد وتحديد مستوياتهم وقدراتهم.

يعتبر التحصيل الدراسي أو ما يسمى بالتحصيل الأكاديمي، مؤشرا هاما ومعيارا لتحديد قدرات الطلبة والتلاميذ في مختلف المقاييس والمواد التعليمية، كما ان الكليات والمعاهد تعتمد التحصيل الدراسي ضمن متطلبات الالتحاق بها، مما يبرز أهمية هذا المتغير، ويستدعي البحث في مفاهيمه وعلاقاته بالمتغيرات الأخرى، والعوامل المؤثرة فيه.

يكتسي التحصيل الدراسي أهمية كبيرة بالنسبة للطالب أو أسرته أو مجتمعه حيث أن التحصيل الدراسي يمارس دورا هاما في صنع الحياة اليومية للفرد، كما أن التحصيل مهم للحياة وتقدم الفرد فإنه أيضا هام جدا للمجتمع وخاصة في بيئتنا العربية على اعتبار أننا في مجتمع يعطي قدرا كبيرا من الاهتمام للتحصيل الدراسي والنجاح، ولا شك أن التحصيل الدراسي له أهمية كبيرة على مستوى الفرد حيث يؤدي إلى إشباع حاجة الفرد وتحقيق التوافق النفسي، وتقبل الفرد لذاته، ومن ثم عدم الوقوع في مشكلات سلوكية قد تؤدي إلى اضطراب النظام داخل المدرسة و خارجها .

(عبد الحميد:2010، ص14)

فالتحصيل الدراسي مؤشر لنجاح الطالب في الحياة المدرسية وفي الحياة اليومية والقدرة على التفاعل والتعايش مع الآخرين في المستقبل، كما أن الجامعات والمعاهد العليا التي تعمل على تدريب وتخريج الطلاب تعتبر المعدل الذي يحصل عليه الطالب مقياسا لقدراته ومن ثم قبوله في الجامعة بصورة عامة وفي بعض التخصصات بصورة خاصة حيث أنها تطلب معدلات مرتفعة جدا للدخول لتخصص معين. (بوخالفة :2015، ص15)

فانه انطلاقا من هذا كله والربط بين المفاهيم الثلاث السالفة الذكر وتوضيح ضرورة دراسة العلاقة بينهم لما تكتسيه هذه العلاقة من أهمية قد تؤثر في حياة الفرد الشخصية والاجتماعية ونظرا لاحتكاك الباحث بالوسط المدرسي وملاحظته الفروق بين التلاميذ في التحصيل الدراسي في حصة التربية البدنية والرياضية حتى وان تساوت قدراتهم البدنية ، والذي أرجحه الباحث الى متغيرات نفسية قد تؤثر في هذا التحصيل، تكونت لدى الباحث فكرة دراسة العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية وقد اشتملت الدراسة على ما يلي:

* **الفصل التمهيدي:** تم فيه ضبط إشكالية الدراسة، وعرض الفرضيات التي تجيب عنها مؤقتا، ثم تحديد اهداف هاته الدراسة والتطرق لأهمية الموضع وأسباب اختياره كما تم استعراض بعض الدراسات السابقة والمشابهة التي تناولت مواضيع تقدير الذات والتحصيل الدراسي (الأكاديمي) والعلاقة بينهم.

أما **الجانب النظري** فاشتمل على ثلاث فصول كالتالي:

* **الفصل الأول:** تطرقنا في هذا الفصل الى متغير تقدير الذات بشكل عام وتقدير الذات البدنية بشكل خاص واشتمل على المفاهيم المعبرة على هاته المتغيرات والنظريات المفسرة لها وخصائصها ومختلف الجوانب التي تؤثر وتتأثر بها وطرق قياسها.

* **الفصل الثاني:** تناولنا في هذا الفصل متغير التحصيل الدراسي بشكل عام والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية بشكل خاص وجملة المفاهيم الخاصة به والعوامل التي تؤثر وتتأثر به ومستوياتها وانواعه والاختبارات التحصيلية وانواعها اللازمة لقياسه.

* **الفصل الثالث:** في هذا الفصل تم التطرق لمتغير التربية البدنية والرياضية واستعراض مفاهيم هاته المادة وأهدافها وخصائصها وأهميتها وكيفية التقويم في هاته المادة لما له علاقة وثيقة بموضوع دراستنا.

وبالانتقال الى **الجانب التطبيقي** فقد اشتمل أيضا على ثلاث فصول كالتالي:

* **الفصل الرابع:** تناولنا في الإجراءات المنهجية للدراسة بداية بالدارسة الاستطلاعية وتحديد مجتمع وعينة البحث والمنهج المستخدم ثم حساب الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة واستعرضها وتحديد مجالات الدراسة وفي النهاية استعراض الاختبارات الإحصائية المستخدمة.

* **الفصل الخامس:** تم فيه هذا الفصل عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضيات باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

* **الفصل السادس:** تم في هذا الفصل مناقشة النتائج المتوصل اليها في ضوء فرضيات الدراسة وربطها بالجانب النظري والدراسات السابقة وصولا للاستنتاجات والاقتراحات.

الفصل التمهيدي:

الإطار العام للدراسة

1-اشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3-أهداف الدراسة

4-أهمية الدراسة

5- أسباب اختيار الموضوع

6-الكلمات الدالة في الدراسة

7- الدراسات السابقة والمشابهة

8- أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية

9- توظيف الدراسات السابقة في الدراسة الحالية

1-اشكالية الدراسة:

تعتبر التربية البدنية و الرياضية تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة النشاط البدني و الرياضي و التي تنمي و تصون شخصية و جسم الفرد ، فعندما يتدرب الإنسان فهو لون من ألوان التربية التي تساعد على تقوية و سلامة الجسم فالتربية البدنية و الرياضية ليست جزء يضاف إلى البرنامج المدرسي أو وسيلة لشغل الطلاب و لكنها على العكس من ذلك فهي جزء حيوي من التربية فعن طريق توجيهها توجيها صحيحا يكتسب الأفراد المهارات اللازمة عند قضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة ، وينمون اجتماعيا بما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يضفي على حياتهم السعادة باكتسابهم الصحة العقلية والجسمية. (عزمي:2004، ص14)

وتحتل التربية البدنية والرياضية مكانة هامة في المنظومة التربوية الجزائرية لا يمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها في حياة التلميذ، وخاصة انه يمر بمرحلة هامة في حياته وهي المراهقة وما تضمنه من تربية وتنمية وصقل لكل مركباته البدنية، النفسية، الفكرية والاجتماعية المؤسسة له.

لذا أولتها وزارة التربية الوطنية العناية الكاملة، وأدرجتها كمادة تعليمية في جميع مراحل التعليم حتى تأخذ مكانتها وتلعب دورها المنوط بها والمتمثل في:

المساهمة الفعالة في التربية الشاملة عن طريق النشاط الحركي، الذي يمنح للتلميذ معايشة حالات متنوعة واقعية ومجسدة، تستلزم وتستدعي تجنيد طاقاته الكامنة لتتبلور بعد ذلك وتساهم في استقلالية تصرفاته عن طريق اكتساب ميكانيزمات التكيف الذاتي، فمن تعليمات ذات أبعاد تربوية تسعى من خلالها إلى تنمية كفاءات تؤهله لمواجهة الحياة التي هو في كنفها.

المواجهة المستمرة لقواعد الحركة وأنظمة النشاطات البدنية والرياضية بمختلف أشكالها بحيث تستوجب تعديل مجهوداته وتوزيعها وتكييفها في الزمان والمكان وحسب كل وضعية أو موقف تعلمي يفيده.

البحث عن التوازن والتعامل ضمن التركيبة التي ينشط فيها التلميذ وهو" القسم " باعتباره البنية التحتية الذي يسمح له من تدعيم اندماجه في المجتمع الذي يعيش فيه.(بوسكرة: 2005، ص10.)

هذا ولكي يتم الاستفادة من التربية البدنية والرياضية بشكل مثالي ، وتحقيق أهدافها ، وجب التحكم في المتغيرات التي قد تؤثر بشكل سلبي عليها وعلى تحقيق هاته الأهداف ولعل ابرز هاته المتغيرات هي جملة المتغيرات النفسية التي قد تؤثر فيها بشكل مباشر.

حيث أصبح من الصعب فصل التربية البدنية عن المتغيرات النفسية التي تؤثر وتتأثر بها سلبا وايجابا ولعل أبرز هذه المتغيرات النفسية هو تقدير الذات بشكل عام وتقدير الذات البدنية بشكل خاص لما له علاقة مباشرة بممارسة النشاط البدني الرياضي، فأصبح من الضروري دراسة هاته العلاقة وتحديد أسسها وانعكاساتها لما لها من أهمية كبيرة.

ويشير مفهوم الذات إلى فكرة الشخص عن نفسه. تلك الفكرة التي يكونها الفرد عن ذاته نتيجة احتكاكه وتفاعله مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، ومن خلال ردود فعل الآخرين المحيطين به باعتبارهم مصدر الثواب والعقاب. (طه:2006، ص52)

ويعرف " علي عسكر "مفهوم الذات على أنه الصورة الكلية (الأفكار والمشاعر) التي يحملها الفرد عن نفسه وهذه الصورة تتكون من خلال تفاعل الفرد مع من يتواجد في محيطه الاجتماعي، بدءا بالجماعة الأولية المتمثلة بالأسرة مرورا بالمعارف والأصدقاء، وانتهاء بالأشخاص المهمين في حياة الفرد. (عسكر:2005، ص45)

ويقول " عبد الرؤوف" أن الذات هي أساس التوافق بالنسبة للفرد وأن الانسان يسعى الى تحقيق ذاته عن طريق اشباع حاجاته المختلفة دون حدوث تعارض مع متطلبات وظروف البيئة المحيطة به، وبمدى نجاح الفرد في تحقيق هذا التوازن ينمو لديه تقدير موجب لذاته بدرجة مرتفعة، ويختلف الافراد في تحقيق هذا التوازن مما يعمل على اختلاف تقدير الذات لديهم، وهو ما يؤدي الى التقدير المرتفع او المنخفض للذات. (بن يوسف:2008، ص68)

ويعرف أيضا "صفوت فرح" تقدير الذات بوصفه اتجاهات من الفرد نحو نفسه، يعكس من خلالها فكرته عن ذاته وخبرته الشخصية معها، وهو بمثابة عملية يدرك بواسطتها الفرد خصائصه الشخص مستجيبا لها سواء في صورة انفعالية أو سلوكية، وعلى ذلك فإن تقدير الذات تقييم الفرد لنفسه وهذا التقييم يتضمن ايجابيات من خلالها يقدم احتراما لذاته ومقارنا نفسه بالآخرين (حامد:2010، ص10)

وأيضا يتضمن هذا التقييم من سلبيات لا تقلل من شأنه بين الآخرين ويسعى في نفس الوقت التخلص منها. (حامد:2010، ص10)

إن زيادة الإحساس بفاعلية الذات تساعد في زيادة تعزيز الصحة النفسية، وإذا كان مفهوم الذات ايجابيا كانت الصحة النفسية جيدة وايجابية أيضا، فان الذي لديه صحة نفسية جيدة تمكنه من استخدام مهاراته والمحافظة على الأمل، كما أنه أيضا يستطيع استخدام استراتيجيات لتخطي ومواجهة الضغوط التي تواجهه. (جبريل:2008، ص27)

وبما أن تقدير الذات يؤثر على تحقيق الأهداف حسب أراء العلماء والباحثين كان لزاما البحث في مدى تأثيره وعلاقته بتحقيق هاته الأهداف ولعل أبرز هاته الأهداف هي التحصيل الدراسي للفرد لأهمية التحصيل الدراسي الكبيرة في تصنيف الأفراد وتحديد مستوياتهم وقدراتهم.

ويعتبر التحصيل الدراسي هو درجة الاكتساب التي يحققها الفرد في مادة معينة أو في مجال تعليمي معين أو مستوى النجاح الذي يحققه الفرد وهو كذلك مستوى اكتساب الفرد للحقائق والمفاهيم والمعلومات المنظمة في وحدة بناء الكائن الحي عند مستويات الاستذكار والفهم التطبيقي والذي يقدر بالدرجات التي يحصل عليها في المادة ويحدد بواسطة الاختبار أو الدراجات المحددة من قبل المعلمين أو كلاهما. (بن يوسف:2008، ص68)

و يعتبر التحصيل الدراسي من المؤشرات المهمة التي تؤثر في حياة الفرد وتنمي قدراته العقلية مما يعمل على الانسجام بين سلوك الفرد وانفعالاته و يتبين ذلك من خلال درجة التحصيل لدى الفرد حيث تعرفه" موسوعة علم النفس والتحليل النفسي "بأنه بلوغ مستوى من الكفاءة في الدراسة سواء في المدرسة أو الجامعة، وتحديد ذلك باختبارات التحصيل المقننة أو تقديرات المدرسين، أو الاثنين معًا.

(جاسم: 2004 ، ص 293)

كما انه هناك الكثير من الأبحاث أثبتت أهمية تقدير الذات في التعلم مثل دراسة "عبد الخالق مرسي جبريل" 1993 التي أثبت وجود فروق في تقدير الذات بين الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين، ودراسة "محمد الديب" التي أثبتت وجود علاقة بين تقدير الذات والانجاز الأكاديمي.

(أحمد :2010، ص 42)

فانه انطلاقا من هذا كله والربط بين المفاهيم الثلاث السالفة الذكر وتوضيح ضرورة دراسة العلاقة بينهم لما تكتسيه هذه العلاقة من أهمية قد تؤثر في حياة الفرد الشخصية والاجتماعية ونظرا لاحتكاك الباحث بالوسط المدرسي وملاحظته الفروق بين التلاميذ في التحصيل الدراسي في حصة التربية البدنية والرياضية حتى وان تساوت قدراتهم البدنية ، والذي أرجحه الباحث الى متغيرات نفسية قد تؤثر في هذا التحصيل، تكونت لدى الباحث فكرة دراسة العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية ، وقد اختار الباحث هذا المجتمع بالتحديد لان تلاميذ السنة الثالثة ثانوي مقبلون على شهادة الباكالوريا ومهتمون كثيرا بالتحصيل الدراسي خاصة التحصيل الدراسي في حصة التربية البدنية والرياضية باعتبارها المادة الوحيدة التي يرجع فيها تحيد علامة الباكالوريا لأستاذ التربية البدنية الرياضية في المؤسسة، حيث تم في سياق كل ذلك تحديد التساؤل العام للدراسة كالآتي:

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

وتتفرع عن هذا التساؤل التساؤلات الفرعية التالية:

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير الصحة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير التنسيق والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير النشاط البدني والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير السمنة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير المنافسة الرياضية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير القوة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير المرونة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير المداومة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الرضا البدني العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة؟

* هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات البدنية بين تلاميذ سنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة يعزى لمتغير الجنس؟

* هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة يعزى لمتغير الجنس؟

2- فرضيات الدراسة:

2-1-الفرضية العامة:

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2- الفرضيات الفرعية:

2-2-1- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الصحة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-2- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير التنسيق والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-3- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير النشاط البدني والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-4- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير السمنة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-5- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المنافسة الرياضية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-6- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة في مدينة بوسعادة.

2-2-7- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير القوة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-8- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المرونة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-9- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المداومة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-10- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين الرضا البدني العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة في مدينة بوسعادة.

2-2-11- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

2-2-12-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات البدنية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس.

2-2-13-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس.

3-أهداف الدراسة:

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير الصحة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير التنسيق والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير النشاط البدني والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير السمنة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير المنافسة الرياضية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

تحديد العلاقة بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير القوة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير المرونة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين تقدير المداومة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد العلاقة بين الرضا البدني العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* تحديد الفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية.

* تحديد الفروق بين الذكور والاناث في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية.

4-أهمية الدراسة:

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية في مادة التربية البدنية والرياضية وتحديدها احصائيا لأجل فيها التحكم فيها مستقبلا وتوجيهها نحو الايجاب.

* محاولة تحسين التحصيل الدراسي لتلاميذ المرحلة الثانوية في مادة التربية البدنية والرياضية من خلال القاء الضوء عليه وتحديد العوامل والمتغيرات المؤثرة فيه.

* محاولة تحسين تقدير تلاميذ المرحلة الثانوية لذواتهم البدنية من خلال القاء الضوء عليها وفتح الامكانية لدراسات مستقبلية قد تقترح برامج في هذا الصدد.

* إعطاء أهمية أكبر للتربية البدنية والرياضية من خلال تدعيم الدراسات التي تتمحور حولها وحول مدى أهميتها وفتح المجال مستقبلا لمزيد من الدراسات في هذا الصدد.

5- أسباب اختيار الموضوع:

5-1-أسباب ذاتية:

* ملاحظة الباحث للفروق بين التلاميذ في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية حتى وان كانت قدراتهم البدنية متقاربة، مما اثار الباحث للبحث في سبب هذه سبب هذه الفروق وتوقعه ان سبب هذه الفروق هي متغيرات نفسية أدت به للبحث في دراسة هذه العلاقة بين التحصيل الدراسي وهذه المتغيرات واختيار متغير تقدير الذات البدنية بشكل خاص لارتباطه الواضح بمادة التربية البدنية والرياضية.

5-2- أسباب موضوعية:

* تأثر التحصيل الدراسي العام بتقدير الذات العام وهذا ما اشارت اليه الدراسات السابقة أدى بالباحث لدراسة العلاقة بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية وتقدير الذات البدنية بشكل خاص.

* السعي لتحسين التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية ادلى بالباحث لدراسة علاقته بمختلف المتغيرات التي قد تؤثر فيه ولعلل أبرزها هو تقدير الذات البدنية بشكل خاص.

6-الكلمات الدالة في الدراسة:

6-1- تقدير الذات البدنية:

أ- **اصطلاحا:** توضح "مريم سليم" أن تقدير الذات هو مجموع المشاعر والقناعات التي يكونها الفرد عن ذاته، أن تقدير الذات يبنى على ما يعتقده الفرد وما يشعر به ازاء صورته لنفسه.

(سليم:2003، ص7).

أي أن تقدير الذات البدنية هي تلك الصورة التي يحملها الفرد عن ذاته البدنية باعتبارها بعدا أساسيا في تكوين مفهوم الذات الكلي، والتي تتكون نتيجة للخبرة الاجتماعية التي يعيشها الفرد من خلال النشاط الذي يمارسه وأفكار الآخرين المحيطين به، وهو ذو تركيب هرمي يشتمل مختلف الخصائص. (مويسي:2010، ص5)

ب-اجرائيا: هي نظرة التلميذ لذاته البدنية ومدى اقتناعه بنفسه ورضاه عن قدراته البدنية ومظهره بشكل عام.

6-2- التحصيل الدراسي:

أ- **اصطلاحا:** تعرفه" موسوعة علم النفس والتحليل النفسي "بأنه بلوغ مستوى من الكفاءة في الدراسة سواء في المدرسة أو الجامعة، وتحديد ذلك باختبارات التحصيل المقننة أو تقديرات المدرسين، أو الاثنين معًا. (جاسم:2004 ، ص 293)

ويعرفه " هاوز" على أنه الانجاز والأداء الناجح والمميز في مواضيع أو ميادين أو دراسات خاصة، والناتج عادة عن المهارات والعمل الجاد المصحوبين بالاهتمام، وكثيرا ما يختصر في شكل علامات أو نقاط أو درجات أو ملاحظات وصفية. (بودخلي :2004، ص326).

ب-اجرائيا: هي العلامات التي يتحصل التلاميذ في الاختبارات التقييمية في حصة التربية البدنية والرياضية.

6-3-التربية البدنية:

أ- **اصطلاحا:** عرفها "ناش " بأنها جزء من التربية وبأنها تستغل دوافع النشاطات الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والانفعالية وهذه الأعراض تتحقق حيثما يمارس الفرد أوجه نشاط التربية البدنية، ويعرفها" فولتمر و سيلنجر " بأنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني. (عزمي:2004، ص11)

ب-اجرائيا: وهي الحصة التي يدرسها التلاميذ ويمارسون فيها أوجه النشاط البدني والرياضي وتسمى بحصة التربية البدنية والرياضية.

7- الدراسات السابقة والمشابهة:

7-1- الدراسة الأولى:

- **صاحب الدراسة:** كاشف زايد، مجلة دراسات، الجامعة الأردنية/2004.

- **عنوان الدراسة:** تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي.

- **الهدف العام من الدراسة:** الكشف عن مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس، وكذلك عن العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى الأداء الأكاديمي من جهة وبين مستوى تقدير الذات ومستوى اللياقة البدنية والمهارية من جهة أخرى.

- **تساؤلات الدراسة:**

* ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟

* هل هناك فروق في مستوى تقدير الذات تبعا لمتغيرات الجنس والسنة الدراسية؟

* ما العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي لطلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟

* ما العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى اللياقة البدنية والمهارية لطلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** جميع طلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس ممن أكملوا السنة الدراسية الأولى خلال العام الدراسي الجامعي 2004/2003 والبالغ عددهم 121 منهم 55 **طالبا** و66 طالبة. ولقد أراد الباحث أن تشمل العينة جميع أفراد مجتمع الدراسة، بيد أن تغيب بعض الطلبة أو تعذر الحصول على بيانات خاصة بالبعض الآخر حال دون ذلك وجعل عينة الدراسة مقصورة على 102 مفردة 48 طالب و58 طالبة.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** المعدلات التراكمية لأفراد العينة، مقياس روزنبيرج لتقدير الذات.

- **أهم النتائج والاقتراحات المتوصل اليها:**

أ- الاستنتاجات:

لوحظ وجود مستويات إيجابية فوق متوسطة على مقياس تقدير الذات بصفة عامة لدى طلاب وطالبات قسم التربية الرياضية. ويمكن تفسير ذلك في أن البيئة الجامعية وما تتيحه من فرص للتفاعل الاجتماعي وللخبرات الشخصية تسهم في زيادة مستوى تقدير الذات، وفيما يتعلق بمتغير الجنس فلم تسفر نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة بين كل من الطلاب والطالبات وهو أمر ممكن عزوه إلى أن البرامج التي يقدمها القسم وكذلك البيئة الجامعية وما تتيحه من فرص للتفاعل الاجتماعي لهما تأثيرات إيجابية متوازنة ويسهمان في تطوير تقدير ذات مرتفع لدى جميع الطلاب بغض النظر عن اختلاف متغير الجنس، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحصيل الأكاديمي العام ومستوى تقدير الذات.

ب- الاقتراحات:

الدراسة توصي بطرح مقرر متصل بالتربية البدنية والرياضة لكل طلبة الجامعة، بحيث يصمم بطريقة تسهم في زيادة الوعي بأهمية الرياضة والتمرينات البدنية بالإضافة إلى مساعدة الطالب على اختيار الرياضة التي تتناسب مع ميوله وشخصيته وقدراته ومهاراته. كما وتوصي الدراسة أيضا بضرورة إجراء المزيد من الدراسات حول هذا الموضوع وخاصة في البيئة المدرسية، حيث أن إثبات العلاقة بين تقدير الذات وممارسة التمرينات والأنشطة الرياضية يدفع أصحاب القرار في وزارة

التربية والتعليم إلى إعطاء مزيد من الاعتبار ومنح المزيد التسهيلات لدروس التربية البدنية في مختلف المراحل الدراسية.

7-2- الدراسة الثانية:

- **صاحب الدراسة:** ثائر رشيد حسن، جامعة ديالى، كلية التربية الرياضية، مجلة التربية الرياضية/2005.

- **عنوان الدراسة:** تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقته بدقة أداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة/ بحث وصفي على لاعبي منتخب محافظة ديالى بكرة الطائرة للمتقدمين.

- **الهدف العام من الدراسة:**

* التعرف على مستوى تقدير الذات البدنية والمهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

* التعرف على دقة أداء المهارات لهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

* معرفة العلاقة بين مستوى تقدير الذات البدنية ودقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

* معرفة العلاقة بين مستوى تقدير الذات المهارية ودقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى تقدير الذات البدنية ودقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

* هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى تقدير الذات المهارية ودقة أداء المهارات الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتخب محافظة ديالى بالكرة الطائرة للمتقدمين والبالغ عددهم (12) لاعبا للموسم الرياضي2003 /2004 وجاء سبب اختيارهم عمديا كونهم يمثلون أفضل اللاعبين على عموم المحافظة لما يتمتعون به من مستوى جيد في الأداء فضلا عن خبرتهم في بطولات الدوري الممتاز، وتشكل هذه العينة نسبة % 100 من مجتمع البحث.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** مقياس تقدير الذات البدنية للاعبي الكرة الطائرة، مقياس تقدير الذات المهارية للاعبي الكرة الطائرة.

- **أهم النتائج والاقتراحات المتوصل اليها:**

أ-الاستنتاجات:

* وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين الذات البدنية ومهارات الارسال، الضرب الساحق، حائط الصد الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

* وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين الذات المهارية ومهارات الارسال، الضرب الساحق، حائط الصد الهجومية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

* عدم وجود علاقة ارتباط بين الذات البدنية ومهارة الاعداد لدى لاعبي الكرة الطائرة.

* عدم وجود علاقة ارتباط بين الذات المهارية ومهارة الاعداد لدى لاعبي الكرة الطائرة.

* ظهر ان هناك ضعفا في دقة اداء مهارة الأعداد من خلال الارتباطات الضعيفة مع الذات البدنية ومع الذات المهارية.

ب-الاقتراحات:

* ضرورة الاهتمام بالاتجاهات النفسية ومنها أدراك وتقدير الذات لتأثيره الكبير في تحديد حالة الاعبين النفسية بما يعزز ثقتهم بقدراتهم البدنية والمهارية.

* ضرورة مشاركة المختص النفسي ضمن كادر التدريب لأثره الملموس في تحقيق الانجازات الرياضية.

* اجراء دراسات مماثلة للتعرف على علاقة الذات البدنية والمهارية بدقة اداء المهارات الدفاعية بالكرة الطائرة .

7-3- الدراسة الثالثة:

- **صاحب الدراسة:** نبراس محمد يونس المراد، جامعة الموصل، مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية/2007.

- **عنوان الدراسة:** تقدير الذات لدى طالبات قسم التربية الرياضية وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي.

- **الهدف العام من الدراسة:**

* التعرف على مستوى تقدير الذات لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات لجامعة الموصل بصفة عاملة.

* التعرف على العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات لجامعة الموصل بصفة عاملة.

* التعرف على العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي في المقررات العلمية لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات لجامعة الموصل بصفة عاملة.

- **تساؤلات الدراسة:**

* ما هو مستوى تقدير الذات لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات لجامعة الموصل بصفة عاملة؟

* هل توجد علاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات لجامعة الموصل بصفة عاملة؟

* هل توجد علاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي في المقررات العلمية لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات لجامعة الموصل بصفة عاملة؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** تكونت عينة البحث من طالبات قسم التربية الرياضية كلية التربية للبنات جامعة الموصل ممن أكملوا السنة الدراسية الأولى من العالم الدراسي 2006/2005 والبالغ عددهم 10طالبات.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** المعدلات التراكمية لأفراد العينة، مقياس روزنبيرج لتقدير الذات.

- **أهم النتائج المتوصل اليها:**

* وجود مستويات ايجابية فوق المتوسط لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات على مقياس تقدير الذات.

* توجد علاقة معنوية بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية.

* توجد علاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي في المقررات العلمية لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية.

7-4- الدراسة الرابعة:

- **صاحب الدراسة:** بن يوسف أمال، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علوم التربية، جامعة الجزائر/2008.

- **عنوان الدراسة:** العلاقة بين استراتيجيات التعلم والدافعية للتعلم وأثرهما على التحصيل الدراسي/ دراسة ميدانية على تلاميذ بعض الثانويات بولاية البليدة.

- **الهدف العام من الدراسة:** إن الهدف الأساسي من هذه الدراسة هو التعرف على أهم الاستراتيجيات التي يعتمد عليها التلاميذ في السنة الأولى ثانوي فرع أدبي ومحاولة حصرها والتعرف عليه ومعرفة مدى انتشارها في أوساط المتعلمين ، والتعرف على درجات الدافعية عند هؤلاء المتعلمين و محاولة إعطاء توضيح أكثر وإبراز أهمية تبني استراتيجيات في التعلم ودور كل منها ومن الدافعية في حدوث

التعلم وزيادة التحصيل الدراسي، كما تهدف إلى معرفة العلاقة ومدى الارتباط بين درجة الدافعية واستعمال الاستراتيجيات وعلاقتهما بارتفاع أو انخفاض درجة التحصيل الدراسي.

- **تساؤلات الدراسة:**

* ما هي الاستراتيجيات المستخدمة عند التلاميذ ومدى استعمالها؟

* هل هناك علاقة بين درجة الدافعية ومدى استخدام الاستراتيجيات؟

* هل يوجد فرق بين التلاميذ المتفوقين والغير المتفوقين في طبيعة الاستراتيجيات المستعملة وفي درجات الدافعية؟

* هل هناك فروق جنسية فيما يخص درجات الدافعية؟

* هل هناك فروق فيما يخص استخدام الاستراتيجيات؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** ضمت العينة الأساسية لهذه الدراسة 150 تلميذا وتلميذة، من تلاميذ السنة الأولى ثانوي فرع أدبي بثانوية الفتح وثانوية ابن رشد بالبليدة، والذي يقدر تعدادهم ب 610 تلميذا، وكانت نسبتهم24.5 /100 وتم اختيارهم بطريقة عشوائية.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** قصد التعرف على العلاقة بين استراتيجيات التعلم والدافعية للتعلم وأثرهما على التحصيل الدراسي طبقت الباحثة أداتين للقياس للتأكد من مدى هذه العلاقة وهما مقياس الدافعية للتعلم ومقياس استراتيجيات التعلم.

- **أهم النتائج والاقتراحات المتوصل اليها:**

أ- **الاستنتاجات:** أفراد العينة لا يتنوع استعمالهم للاستراتيجيات وهذا ما يبين عد م تحقق الفرضية الاولى وأن التلاميذ لا يستعملون بكثرة هذه الاستراتيجيات بطريقة علمية ولا ينتهجونها لتكون لهم دعما في تنمية رصيدهم العلمي أو زيادة تحصيلهم الدراسي أو تحسين ، وحتى ولو استعملوا مجموعة من هذه الاستراتيجيات إلى انهم لا يواصلون عليها ويوجد تباين واضح في استعمالها فهم قد يعتمد ون على الحفظ أكثر مما يعتمدون على استراتيجية أخرى كما أنهم يتركون الإعداد الامتحان المذاكرة إلى آخر

أيام الامتحان أو قبله بأيام قلائل و هذا ما يضعف مردودهم التحصيلي ،وأنهم لا يحاولون زيادة المعلومات التي قدمت من طرف الأساتذة، كما يظهر أنهم يتميزون بدافعية منخفضة للتعلم، غير مبالين بنتائجهم ومردودهم العلمي، إلا أنه مجموعة أخرى من التلميذات قاموا باستعمال مجموعة من الاستراتيجيات في تنظيم ومراقبة تعلمهم وهذا ما انعكس بالإيجاب على مسار تعلمهم وتحصيلهم الدراسي وقد لوحظ عليهم أنهم يتميزون برغبة قوية في الدراسة والسعي إلى تحسين مستوياتهم ولهذا نجدهم يهتمون بطريقة تعلمهم وينعكس على تحصيلهم فهم يتميزون بتحصيل مرتفع نوعا ما على الآخرين إ لا أن هذه الفئة قليلة ، كما أظهرت هذه الدراسة تحقق الفرضية الثانية والثالثة التي أوضحت أنه ليس هناك فرق واضح بين درجات الدافعية و استعمال الاستراتيجيات وفي درجات التحصيل فهم على حد سواء يتشاركون في نسبة التعلم والتحصيل الدراسي وفي مية استعمال الاستراتيجيات وفي درجة الدافعية للتعلم ، كما أن الفرضية الرابعة تحققت وأثبتت أن هناك ارتباط قوي وموجب بين درجات التحصيل وبين درجات الدافعية والاستراتيجيات بمعامل ارتباط قدر ب0.80 كما ثبت أن هناك علاقة تفاعلية بين الدافعية للتعلم واستخدام الاستراتيجيات في التحصيل الدراسي.

ب-الاقتراحات:

* وضع برنامج لتنمية دافعية التعلم ومهارات التعلم والاستذكار لدى التلاميذ.

* العمل على رفع معنويات ودافعية المتعلم ومساعدتهم على تعلم كيفية التعامل مع المعلومات.

* إتاحة الفرصة للتلاميذ للتعبير عن رغباتهم وما يجو ل في خاطرهم والعمل معهم على تصحيح الأخطاء بطريقة تكفل لهم عدم الوقوع في الأخطاء المماثلة لها.

* تشجيع المعلمون طلبتهم على البحث عن المعلومات والتعامل معها بجدية.

* أن يقوم المتعلمون باستثارة الدافعية عند متعلميهم والعمل على الرفع منها قدر المستطاع

* تدريب التلاميذ على استنباط الجوانب المهمة من المنهاج الدراسي وتدريبهم على حل المشكلات.

* العمل مع المتعلمين وخاصة في مرحلة المراهقة، والأخذ بعين الاعتبار خصائص هاته المرحلة العمرية التي يكون عليها المتعلم وتفهم الأمور التي تحدث للمراهق والتعامل معهم بطريقة تسمح باحتوائهم.

* حث الطلبة على التعامل مع المعلومات والسعي للحصول عليها وتشجيعهم على استعمال الاستراتيجيات.

* العمل على تعليم وتدريب التلاميذ على استعمال وتوظيف الاستراتيجيات.

* التنويع من طرق التدريس وهذا من اجل لفت انتباه التلاميذ ولزيادة فهمهم وتركيزهم.

* وضع برنامج لتنمية دافعية التعلم ومهارات التعلم والاستذكار لدى التلاميذ.

7-5-الدراسة الخامسة:

- **صاحب الدراسة:** منى الحموي، مجلة جامعة دمشق، كلية التربية، جامعة دمشق/2010.

- **عنوان الدراسة:** التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات (دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية)

- **الهدف العام من الدراسة:**

* تعريف العلاقة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات لدى تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية.

* تعريف دلالة الفروق في هذه العلاقة وفق متغير الجنس.

* تعريف مستوى مفهوم الذات لدى أفراد العينة من خلال أدائهم على مقياس مفهوم الذات.

* تعريف مستوى التحصيل الدراسي لدى أفراد العينة من خلال مجموع الدرجات التي حصل عليها التلاميذ في الاختبارات التحصيلية المدرسية.

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل توجد علاقة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات لدى تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية؟

* هل توجد فروق تعزى لمتغير الجنس في العلاقة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات لدى تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** يتكون المجتمع الأصلي للبحث من تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي من مختلف مدارس محافظة دمشق الرسمية، والذي يبلغ عدد أفراده حسب الإحصائيات الرسمية في وزارة التربية للعام الدراسي 2005/2004 العدد الكلي 26541، (13719 ذكور، 12822 اناث) واختيرت العينة بطريقة عشوائية بنسبة 1% 1تقريباً من حجم المجتمع الأصلي، وقد بلغ عدد أفرادها 180.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** قامت الباحثة بإعداد مقياس مفهوم الذات بما يتناسب مع المرحلة العمرية المستهدفة بالبحث

- **أهم النتائج والاقتراحات المتوصل اليها:**

أ- الاستنتاجات:

* توجد علاقة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات لدى تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية.

* توجد فروق تعزى لمتغير الجنس في العلاقة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات لدى تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية.

ب- الاقتراحات:

* ضرورة العمل على تطوير الأساليب والمناهج، وتأمين التقنيات العلمية الملائمة، وكل ما يساعد التلاميذ على استثمار قدراتهم وإمكانياتهم في سبيل زيادة التحصيل الدراسي.

* التأكيد على التعاون البناء بين الأسرة والمدرسة، ومنح الطفل فرصة للنمو نمواً متكاملا، وذلك من خلال أنشطة اجتماعية يتم تنظيمها بالتشارك بين المدرسة والأسرة.

7-6- الدراسة السادسة:

- **صاحب الدراسة:** احمد مؤيد حسين العنزي، المؤتمر الدوري الثامن عشر لكليات وأقسام التربية الرياضية في العراق، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل/2012.

- **عنوان الدراسة:** الذات المهارية وعلاقتها بمفهومي الذات البدنية والذات الجسمية لدى لاعبي نادي الفتوة الموصلي بكرة اليد.

- **الهدف العام من الدراسة:** التعرف على العلاقة بين الذات المهارية ومفهومي الذات البدنية والذات الجسمية لدى لاعبي نادي الفتوة الموصلي بكرة اليد.

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل يوجد ارتباط معنوي بين الذات المهارية ومفهومي الذات البدنية والذات الجسمية لدى لاعبي نادي الفتوة الموصلي بكرة اليد؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** لاعبو نادي الفتوة الرياضي والمشاركين في دوري النخبة العراقي بكرة اليد للموسم 2012/2011.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** مقياس الذات المهارية للاعبي كرة اليد، مقياس تقدير الذات البدنية، مقياس تقدير الذات الجسمية.

- **أهم النتائج والاقتراحات المتوصل اليها:**

أ- الاستنتاجات:

* الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في مدينة الموصل تتأثر بمفهوم الذات البدنية لنفس اللاعبين تأثراً ايجابياً.

* ان الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في مدينة الموصل تتأثر بمفهوم الذات الجسمية لنفس اللاعبين تأثراً ايجابياً.

ب-الاقتراحات:

* محاولة التقريب بين لاعبي فريق كرة اليد في العلاقات الاجتماعية سواء من خلال التدريبات أو إجراء المباريات الودية الكثيرة لأجل تنسيق وتطوير مهارات اللاعبين النفسية بجانب المهارات الحركية والصفات البدنية والخططية.

* الاهتمام بتدعيم مفهوم الذات البدنية والجسمية والمهارية لدى لاعبي كرة اليد، وذلك من خلال برامج الاعداد النفسي المنسقة مع برامج الاعداد البدني والمهاري والخططي ليزداد مدى إدراك اللاعب بذاته البدنية والمهارية والجسمية بصورة صادقة.

* الاهتمام بتدعيم العوامل التي تؤثر على تقدير مفهوم الذات بصورة ايجابية للاعبي كرة اليد والتخلي عن خبرات الفشل، وذلك من خلال العمل على تحقيق الانجاز العالي واكتساب الخبرات والثقافة والوعي الرياضي المتكامل.

7-7- الدراسة السابعة:

- **صاحب الدراسة:** يونسي تونسية، مذكرة لنيل شهادة الماجيستير في علم النفس المدرسي، جامعة تيزي وزو /2012.

- **عنوان الدراسة:** تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين والمكفوفين.

- **الهدف العام من الدراسة:**

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات الرفاقي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات العائلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات المدرسي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين.

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات الرفاقي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين.

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات العائلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين.

* تحديد العلاقة بين تقدير الذات المدرسي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين.

* تحديد الفرق في تقدير الذات والتحصيل الدراسي بين المراهقين المبصرين والمكفوفين.

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين؟

* هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الرفاقي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين؟

* هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات العائلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين؟

* هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات المدرسي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين؟

* هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين؟

* هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الرفاقي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين؟

* هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات العائلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين؟

* هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات المدرسي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين؟

* هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات والتحصيل الدراسي بين المراهقين المبصرين والمكفوفين؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** تكونت العينة من تلاميذ المتوسط تم اختيارهم بشكل عشوائي بالنسبة للمبصرين أو المكفوفين.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** مقياس بروس ارهير لتقدير الذات، السجل المدرسي لعلامات التلاميذ.

- أهم النتائج المتوصل اليها:

* توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

* لا توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الرفاقي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

* توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات العائلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

* توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات المدرسي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

* توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين.

* لا توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الرفاقي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين.

* لا توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات العائلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين.

* توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات المدرسي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المكفوفين.

*لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تقدير الذات والتحصيل الدراسي بين المراهقين المبصرين والمكفوفين.

7-8- الدراسة الثامنة:

- صاحب الدراسة: مهدي سحساحي، جامعة باتنة2 ، معهد علوم وتقنيات النشاط البدني والرياضي/2014.

- عنوان الدراسة: مفهوم الذات البدنية ومدى تأثيره على إقبال فئة الطلبة الجامعيين على ممارسة رياضة بناء الأجسام خلال أوقات الفراغ -دراسة مقارنة ممارسين وغير ممارسين-

- الهدف العام من الدراسة:

* التعرف على طبيعة العلاقة بين مفهوم الذات البدنية ورياضة بناء الأجسام.

* التعرف على الدوافع التي تجعل من الطالب الجامعي يتجه نحو ممارسة رياضة بناء الأجسام.

* الكشف عن أهمية ممارسة رياضة بناء الأجسام.

* معرفة واقع ممارسة رياضة بناء الأجسام عند فئة الطلبة الجامعيين.

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل يختلف مفهوم الذات البدنية عند الطلبة الجامعيين الممارسين لرياضة بناء الأجسام مقارنة بنظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد المظهر الخارجي للجسم؟

* هل يختلف مفهوم الذات البدنية عند الطلبة الجامعيين الممارسين لرياضة بناء الأجسام مقارنة بنظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد القوة البدنية؟

* هل يختلف مفهوم الذات البدنية عند الطلبة الجامعيين الممارسين لرياضة بناء الأجسام مقارنة بنظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد اللياقة البدنية؟

* هل يختلف مفهوم الذات البدنية عند الطلبة الجامعيين الممارسين لرياضة بناء الأجسام مقارنة بنظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد الكفاءة الرياضية؟

* هل يختلف مفهوم الذات البدنية عند الطلبة الجامعيين الممارسين لرياضة بناء الأجسام مقارنة بنظرائهم من غير الممارسين تبعا لبعد قيمة الذات البدنية؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** اشتملت عينة البحث على 400 طالب جامعي منهم 200 طالب غير ممارس لرياضة بناء الأجسام و 200 طالب ممارس، كانت موزعة على 10 قاعات لبناء الأجسام.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** تم تطبيق مقياس مفهوم الذات البدنية والذي قام بإعداده" كينيث فوكس سنة1990، لمحاولة قياس مفهوم الذات البدنية لدى أفرد من سن 17 – 23 ما يعادل مرحلة الجامعة.

- **أهم النتائج المتوصل اليها:** من خلال الدراسة النظرية والميدانية، توصل الباحث الى ان الطلبة الممارسين لرياضة بناء الاجسام لديهم مفهوم ايجابي نحو ذاتهم البدنية عكس الطلبة الغير ممارسين حيث ثبت ان مفهومهم لذاتهم البدنية يتميز بالسلبية. اذ اصبحت رياضة بناء الاجسام مقصدا اساسيا لهذه الفئة من المجتمع، خاصة وأنها مرتبطة بشغل اوقات الفراغ، وان ممارستها تساهم في تحسين

الملامح المورفولوجية للقوام، وبالتالي تحسين المظهر العام للجسم، وهي تساعد على تقوية وزيادة الكتلة العضلية للبدن، مما يساهم بشكل كبير في زيادة ثقة الطالب بإمكانياته وقدراته البدنية، فيؤدي ذلك بالطالب الجامعي الى تكوين فكرة ايجابية عن جسمه، وبالتالي يشعر بالرضا التام عن نفسه من الناحية الجسمية، وانه يمتلك الكفاءة البدنية لممارسة الانشطة الرياضية بمختلف انواعها. وهذا ما يرفع من مستوى قيمة الذات ومن خلاله يتم تكوين مفهوم ايجابي للذات البدنية بشكل عام، فالعلاقة بين المتغيرين (الذات البدنية ورياضة بناء الاجسام) هي علاقة منسجمة وايجابية وهذا ما أكدته نتائج الدراسة.

7-9- الدراسة التاسعة:

- **صاحب الدراسة:** يحي قذيفة، مذكرة لنيل شهادة الماجيستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، جامعة باتنة/2014.

- **عنوان الدراسة:** تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالتوجه الرياضي لتلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية لمتوسطات ولاية المسيلة.

- **الهدف العام من الدراسة:** هدفت الدراسة إلى كشف العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتوجه الرياضي لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية بولاية المسيلة وذلك من خلال التعرف على مستوى تقدير الذات البدنية والتوجه الرياضي لدى عينة البحث، كما تسعى هذه الدراسة إلى المقارنة بين الذكور والإناث في كل من متغيري تقدير الذات البدنية والتوجه الرياضي.

- **تساؤلات الدراسة:**

* ما مستوى تقدير الذات البدنية لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية؟

* هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات البدنية لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الجنس؟

* ما مستوى التوجه الرياضي لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية؟

* هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوجه الرياضي لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الجنس؟

* هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات البدنية والرياضية والتوجه نحو التنافسية لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية؟

* هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات البدنية والرياضية والتوجه نحو الفوز لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية؟

* هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات البدنية والرياضية والتوجه نحو النتيجة لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية؟

*هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات البدنية والرياضية والتوجه الرياضي لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** اعتمدت الدراسة على عينة مكونة من 51 تلميذ منهم 39 ذكور و12 اناث، منخرطين في أقسام رياضة ودراسية تخصص الكرة الطائرة.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** مقياس تقدير الذات البدنية لمحمد حسن علاوي.

- **أهم النتائج والاقتراحات المتوصل اليها:**

أ- النتائج:

* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات البدنية لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الجنس.

* وصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05بين تقدير الذات البدنية وكل من التوجه نحو التنافسية، التوجه نحو الفوز، التوجه نحو الهدف والتوجه الرياضي.

ب- الاقتراحات:

* ضرورة تكوين التلاميذ وفق مناهج عصرية للتحضيرات البدنية والنفسية والاجتماعية وذلك بغية تحسين التواصل في جميع المستويات.

* على المدربين مراعاة جانب الإعداد النفسي لما له من أثر بالغ في العملية التدريبية.

* التركيز على أهمية تقدير الذات البدنية والتوجه الرياضي كعوامل للنجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية.

* الاستعانة بالأخصائي النفسي الرياضي والتنسيق بينه وبين المدرب لنجاح العملية التدريبية.

* التأكيد على إجراء بحوث مشابهة للبحث حول تقدير الذات البدنية والتوجه الرياضي على أن تكون على عينات مختلفة حيث تشمل مختلف الألعاب سواء كانت الفردية منها أم الجماعية، كما تشمل مختلف المستويات الرياضية.

7-10- الدراسة العاشرة:

- **صاحب الدراسة:** عزوني سليم، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية، جامعة الجزائر3، الجزائر/2014.

- **عنوان الدراسة:** أثر ممارسة النشاط البدني والرياضي على تقدير الذات عند الأطفال الصم ما بين 10و13سنة. (دراسة ميدانية بولاية البليدة).

- **الهدف العام من الدراسة:**

* التعرف على دور هذا النشاط البدني الخاص ومدى تأثيره على تقدير الذات لدى الأطفال الصم.

* التعرف على مستويات تقدير الذات عند فئة الأطفال الصم والممارسين للنشاط البدني والرياضي وذلك حسب درجة الصمم عندهم.

* التعرف على مستويات تقدير الذات لدى الأطفال الصم عند الذكور والإناث الممارسين للنشاط البدني والرياضي.

* التعرف على مستويات تقدير الذات لدى الأطفال الصم المتفوقين في دراستهم وغير المتفوقين فيها والممارسين للنشاط البدني والرياضي.

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل هناك فروق في مستوى تقدير الذات عند الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني والرياضي تعزى لمتغير درجة الصمم؟

* هل هناك فروق في مستوى تقدير الذات عند الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني والرياضي تعزى لمتغير التفوق الدراسي؟

* هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير الذات لدى الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني والرياضي تعزى لمتغير الجنس؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** مجتمع الدراسة يتكون من الأطفال الصم الممارسين للنشاط البدني والرياضي بمدرسة الصم ب: بن عاشور بالبليدة على 103فردا منهم 56 إناث و47 ذكور، أما عينة الدراسة فقد شملت 30 طفلا ممارسين للنشاط البدني والرياضي بالمدرسة والذين تتراوح أعمارهم ما بين عشرة وثلاثة عشر سنة منهم 15 ذكر و15 انثى.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** مقياس تقدير الذات لبروس هاري.

- **أهم النتائج المتوصل اليها:**

* عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين مستوى تقدير الذات ودرجة الصمم.

* عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في مستوى تقدير الذات.

* عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين مستوى تقدير الذات والتحصيل الدراسي.

7-11- الدراسة الحادية عشر:

- **صاحب الدراسة:** دلال الردعان، مجلة العلوم التربوية، الكويت / 2014.

- **عنوان الدراسة:** تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت.

- **الهدف العام من الدراسة:** تحيد العلاقة بين التحصيل الأكاديمي وتقدير الذات لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت

- **تساؤلات الدراسة:**

* ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة الكلية التربية الأساسية في دولة الكويت؟

* هل توجد علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت؟

* هل توجد فروق في تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت وفقا لمتغير الجنس؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** تم اختيار العينة بالطريقة العنقودية وتم تطبيق المقياس على 1003 طالب وطالبة، 307 طالب و696 طالبة، من عدد اجمالي بلغ 16147 طالب وطالبة على مستوى دولة الكويت.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** مقياس تقدير الذات لروزينبرج.

- **أهم النتائج المتوصل اليها:**

* مستوى تقدير الذات لدى طلبة الكلية التربية الأساسية في دولة الكويت متوسط.

*لا توجد علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت.

* لا توجد فروق في تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت وفقا لمتغير الجنس.

*لا توجد فروق في التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت وفقا لمتغير الجنس.

7-12-الدراسة الثانية عشر:

- **صاحب الدراسة:** عايدة محمد العطاء، مذكرة لنيل شهادة الماجيستر، كلية الدراسات العليا، جامعة السودان للعوم والتكنولوجيا/2014.

- **عنوان الدراسة:** تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس محلية جبل أولياء.

- **الهدف العام من الدراسة:** تحيد العلاقة بين تقدير الذات والمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس محلية جبل أولياء.

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل يتسم تقدير الذات لدى طلاب الصف الثاني للمرحلة الثانوية بالارتفاع؟

* هل هناك علاقة بين تقدير الذات والمستوى الاجتماعي الاقتصادي لدى طلاب الصف الثاني للمرحلة الثانوية؟

* هل هناك علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثاني للمرحلة الثانوية؟

* هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لدرجات تقدير الذات لدى طلاب الصف الثاني للمرحلة الثانوية تعزى لمتغير النوع؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من طلاب وطالبات الصف الثاني للمرحلة الثانوية بمدارس محلية بجبل أولياء، الذكور 927، والاناث 881، بعدد اجمالي 1808، قامت الباحثة باختيار المجتمع الكلي لمدارس وحدة الكلاكلات والبالغ عددها 15 مدرسة، وسحبت عينة الطلاب بالطريقة العشوائية البسيطة عن طريق القرعة واختيرت العينة

نسبة 10%من المجتمع الأصلي، وقد بلغ عدد أفرادها 180طالباً وطالبة حيث بلغ عدد الذكور 92طالب وعدد الإناث 88طالبة.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** مقياس تقدير الذات لكوبر سميث، ونتائج الطلاب لنصف الأول من العام الدراسي 2015/2014.

- **أهم النتائج والاقتراحات المتوصل اليها:**

أ- النتائج:

* توجد علاقة إجابيه بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثاني للمرحلة الثانوية.

* ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية لدرجات تقدير الذات لدى طلاب الصف الثاني للمرحلة الثانوية تعزى لمتغير النوع.

ب- الاقتراحات:

* على الأسرة أن تبذل جهدها في الابتعاد عن أساليب المعاملة غير الصحيحة كالرفض والتفرقة والتسلط والتحقير أو غير ذلك من المعاملات غير الصحيحة، نظراً لما تلعبه الأسرة من دور فعال في تنمية تقدير الذات الايجابي لدى الأبناء في المراحل العمرية المختلفة.

* يجب على الوالدين أن يكونا على وعي بذواتهما وتقديرهما لها لما له من بالغ الأهمية في نمو مفهوم صحي وسوي عن الذات لدى ابنائها وعليهما أن يعملا على تنمية اتجاهات ايجابية لدى الأبناء حتى يستطيعوا أن يتقبلوا أنفسهم.

* أن تعمل الأسرة على زيادة فرص التفاعل بينها وبين أبنائها مما يتيح لهما الافصاح عن مشاعر التقبل لأطفالهم وتشجيعهم على حرية التعبير عن الرأي والاعتماد على النفس والثقة بها حيث يحقق ذلك التوافق النفسي والاجتماعي للأبناء وينمي إلى حد كبير تقدير الذات.

7-13- الدراسة الثالثة عشر:

- **صاحب الدراسة:** باحمد جويدة، مذكرة لنيل شهادة ماجستير في علوم التربية، جامعة تيزي وزو/ 2015

- **عنوان الدراسة:** علاقة مستوى الطموح بالتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد بولاية تيزي وزر.

- **الهدف العام من الدراسة:** التعرف على العلاقة بين مستوى الطموح بصفة عامة والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد بولاية تيزي وزر

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل توجد علاقة بين مستوى الطموح بصفة عامة والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد؟

* هل توجد علاقة بين مختلف أبعاد مستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد؟

* هل توجد فروق في درجات مستوى الطموح لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد حسب الجنس وحسب المستوى التعليمي وحسب تكرار السنة؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي الارتباطي والمنهج الوصفي المقارن.

- **العينة وطريقة اختيارها:** سحبت عينة الدراسة على أساس العينة القصدية بلغ حجمها 210 تلميذ وأستبعد 8 كونهم لم يجيبوا على كل البنود ليصل العد في النهاية الى 202 وكان عدد الذكور 97 وعدد الاناث 105.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** مقياس مستوى الطموح واختبارات التحصيل الدراسي.

- **أهم النتائج المتوصل اليها:**

* رفض الفرضيات الجزئية الخمسة التي توقعت وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد مستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد.

* رفض الفرضية التي نصت على وجود فروق بين درجات مستوى الطموح لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد حسب الجنس.

* وجود فروق في درجات مستوى الطموح لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد حسب المستوى التعليمي (1ثانوي ،2ثانوي،3 ثانوي،4 متوسط) لصالح المستوى الأخير.

7-14- الدراسة الرابع عشر:

- **صاحب الدراسة:** نيكية منال، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، جامعة قسنطينة 2، الجزائر /2017.

- **عنوان الدراسة:** تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

- **الهدف العام من الدراسة:**

* التعرف على مدى تقدير المراهق لذاته.

* معرفة مدى تأثير تقدير الذات على التحصيل الدراسي لديه.

* التعريف بأهمية تقدير الذات في البناء النفسي للمراهق

- **تساؤلات الدراسة:**

* هل توجد علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط؟

- **المنهج المتبع في الدراسة:** المنهج الوصفي.

- **العينة وطريقة اختيارها:** تقوم هذه الدراسة على أساس معرفة مدى تأثير تقدير الذات على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة من التعليم بمتوسطة عجلي قدور بولاية أم البواقي، حيث

يتكون المجتمع الأصلي من 200 تلميذ وتلميذة وتكونت عينة الدراسة النهائية من 50 تلميذا وتلميذة موزعين على 5أقسام.

- **الأدوات المستخدمة في الدراسة:** تطبيق مقياس تقدير الذات لـــ "كوبر سميث" الذي يحتوي على 25 عبارة.

- **أهم النتائج المتوصل اليها:** وجود علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، فكلما زاد تقدير الذات لديهم زاد تحصيلهم الدراسي، وكلما انخفض تقدير الذات لوحظ انخفاض في التحصيل الدراسي لديهم.

8- أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية:

8-1-أوجه التشابه:

- اعتماد كل الدراسات السابقة على المنهج الوصفي مثل الدراسة الحالية.

- اعتماد كل الدراسات السابقة على اختيار العينة بطريقة عشوائية كما الدراسة الحالية باستثناء الدراسات التي اعتمدت على المسح الشامل.

- اعتماد الدراسات السابقة على معامل الارتباط بيرسون في دراسة العلاقات بين المتغيرات كما في الدراسة الحالية.

- اعتماد الدراسات السابقة على المعامل الاحصائي (t test) في دراسة الفروق كما في الدراسة الحالية.

- اعتمدت كل الدراسات السابقة التي تناولت التحصيل الدراسي على سجلات نقاط الطلبة لقياس التحصيل الدراسي، كما في الدراسة الحالية.

8-2- أوجه الاختلاف:

- في الدراسات السابقة التي تناولت التحصيل الدراسي او الأكاديمي تناولت التحصيل بشكل عام، اما الدراسة الحالية فقد تناولت التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية بشكل خاص.

- اعتمدت الدراسات السابقة التي تناولت تقدير الذات على مقاييس مختلفة لقياسه، كمقياس كوبر سميث ومقياس روزنبيرغ وبروس هاري ... وغيرها والدراسات التي تناولت تقدير الذات البدنية بشكل خاص اعتمدت على مقياس تقدير البدنية لمحمد حسن علاوي كدراسة يحي قذيفة، اما دراستنا فقد اعتمدت على مقياس تقدير الذات البدنية لهيربرت مارش باعتباره أكثر شمولا.

9- توظيف الدراسات السابقة في الدراسة الحالية:

لقد تمكنا بفضل الاطلاع على الدراسات السابقة من:

- اختيار المنهج الوصفي.
- اختيار الطرق الاحصائية المناسبة.
- معرفة كيفية اختيار العينة.
- معرفة بعض الصعوبات لتفاديها.
- ربط نتائج دراستنا بنتائج الدراسات السابقة ومقارنتها.
- الاستفادة من بعض التوجيهات.

الجانب النظري

الفصل الأول: تقدير الذات البدنية

الفصل الثاني: التحصيل الدراسي

الفصل الثالث: التربية البدنية والرياضية

الفصل الأول:

تقدير الذات البدنية

1-مفهوم الذات

2- مفهوم تقدير الذات

3- الفرق بين مفهوم تقدير الذات ومفهوم الذات

4-أهمية تقدير الذات

5- أقسام تقدير الذات

6- مستويات تقدير الذات

7- مكونات تقدير الذات

8- خصائص الذات

9- العوامل المؤثرة في تقدير الذات

10- النظريات المفسرة لتقدير الذات

11- قياس تقدير الذات

12- ابعاد تقدير الذات البدنية

تمهيد:

يعتبر تقدير الذات البدنية أحد المتغيرات النفسية المهمة التي لها تأثيرات واسعة في حياة الفرد بشكل عام وفي حياته الاجتماعية بشكل خاص، وقد تكون هذه التأثيرات إيجابية أو سلبية و بأشكال متفاوتة، حسب مستوى تقدير ذات الفرد ومدى علاقة هذا الأخير بالمتغير التابع الذي قد يتأثر به ، لذا وجب دراسة العلاقات التي تربط هذا المتغير النفسي بالمتغيرات التابعة الأخرى التي لها أهمية في حياة الفرد والتعبير عليها بشكل احصائي ليسهل التحكم فيها وضبطها والتنبؤ بمدى تأثيرها، وفي هذا الفصل سنتناول المفاهيم والنظريات المفسرة لتقدير الذات بشكل عام وبالتالي تقدير الذات البدنية باعتباره جزء أصيل من تقدير الذات ينطبق عليه كل مفاهيمه ونظرياته، ثم سنتطرق لأبعاد تقدير الذات البدنية التي ستستخدم لاحقا كمحاور في المقياس لدراسة والتبين من صحة فرضيات الدراسة، وفي ختام هذا الفصل سيتم مناقشة هذه المفاهيم والنظريات في ضوء الدراسة الحالية وتوضيح تطبيقاتها الميدانية.

1-مفهوم الذات:

يشكل مفهوم الذات سمة أساسية في تحديد سلوكياتنا مع الآخرين، وهنا على أعلى هرمه تدخل ماهية تقدير الذات، في تحديد ايجابية مفهوم الذات، ويعد مفهوم الذات حجر الزاوية في بناء الشخصية ويتحدث علماء النفس عن ضرورة تحقيق الذات لأنها الطريق الوحيد الذي يوصلنا إلى تقدير الذات. (جبر:2008، ص184)

ويرى "ميد" أن الذات شانها شان العقل، ترجع في نشأتها الأولى إلى الاتصال والتفاعل الذي يحدث بين الأفراد، فمن خلال التفاعل الاجتماعي يستطيع الفرد أن يحدد ذاته.

(أبو حويج:2006، ص133.)

ويشير مفهوم الذات إلى فكرة الشخص عن نفسه. تلك الفكرة التي يكونها الفرد عن ذاته نتيجة احتكاكه وتفاعله مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها، ومن خلال ردود فعل الآخرين المحيطين به باعتبارهم مصدر الثواب والعقاب. (طه:2006، ص52)

ويعرف " يوسف قطامي عبد الرحمان عدس" مفهوم الذات أنه مجموعة من الشعور والعمليات التأملية التي يستدل عنها بواسطة سلوك ملحوظ أو ظاهرة، أو الوسيلة المثالية لفهم السلوك، يمكن التعرف اليه من خلال الإطار الداخلي للفرد نفسه. (قطامي ،عدس:2002، ص377)

ويعرف " علي عسكر "مفهوم الذات على أنه الصورة الكلية (الأفكار والمشاعر) التي يحملها الفرد عن نفسه وهذه الصورة تتكون من خلال تفاعل الفرد مع من يتواجد في محيطه الاجتماعي، بدءا بالجماعة الأولية المتمثلة بالأسرة مرورا بالمعارف والأصدقاء، وانتهاء بالأشخاص المهمين في حياة الفرد. (عسكر:2005، ص45)

كما أنها شعور بكينونة الفرد، وتتمثل عناصرها في الكفاءة الفعلية، الاعتماد والثقة بالنفس، الكفاءة الجسمية من حيث القوة والجمال وبناء الجسم والجاذبية وكذا في درجة النمو في صفات الذكورة والأنوثة، الخجل، الانسجام والتكيف الاجتماعي، إنها الطريقة التي ينظر بها الفرد إلى نفسه والى الأشياء التي يعتبرها ملكا له، والتي يمكن أن يعبر عنها. (ميزاب:2007 ، ص 156)

ويرى " كارل روجرز" أن تعريف الذات يتحدد أنه تكوين معرفي منظم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفر الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية أو الخارجية. (شحاتة:2008، ص25)

2- مفهوم تقدير الذات:

توضح "مريم سليم" أن تقدير الذات هو مجموع المشاعر والقناعات التي يكونها الفرد عن ذاته، أن تقدير الذات يبنى على ما يعتقده الفرد وما يشعر به ازاء صورته لنفسه. (سليم:2003، ص7)

ويعرفها "كوبر سميث" بأنها تقييم الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الايجابية والسلبية نحو ذاته. (سعيد :2008، ص158)

وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح والفشل والقبول وقوة الشخصية.

ويرى" ببكارد" أن مفهوم تقدير الذات هو مفهوم تقيمي يعتمد أساسا على كيفية تقدير الفرد لنفسه، ويمكن أن تكون هذه التقديرات ايجابية أو سلبية، حيث يتأثر تقدير الذات بدرجة بلوغ المعايير والأهداف الشخصية، وتصنيف انجازه أنه منخفض أو مرتفع من الأهل والأقران وعقد المقارنات بين الفرد والآخرين.

ويرى "ماكلفن" أنه القدرة على أن يحب الفرد نفسه ويحترمها عندما يخسر تماما، كما يحبها ويحترمها عندما ينجح، وهو أكثر من مجرد شعور طيب تجاه الذات وانجازاتها، حيث يتعلق بالطريقة التي نحكم بها على أنفسنا وعلى قدراتنا، وعلى رؤية أنفسنا من منظور قيمتنا.

ويرى "سلامة والدربني كامل" أن تقدير الذات هو حاجة كل فرد إلى يكون رأيا طيبا في نفسه وعن احترام الآخرين له، و الى الشعور بالجدارة وتجنب الرفض أو النبذ أو عدم الاستحسان.

(سعيد :2008، ص158)

وتذكر "ايمان كاشف " أن تقدير الذات هو مجموعة الاتجاهات والخبرات التي يكونها الفرد عن ذاته من خلال تفاعله مع الأشخاص المحيطين به بحيث تكون لهذه الاتجاهات والخبرات تأثيرا على صورته الانفعالية والسلوكية. (عبد الواحد:2010، ص469)

أيضا تقدير الذات عبارة عن إدراك الشخص لذاته لأنها توجه الشعور بالذات ومعرفة الذات من خلال التقدير الايجابي أو السلبي الذي يحمله الشخص عن نفسه ولا يتم هذا التقييم على حساب معرفة الذات بل قد يتم كذلك حسب قناعة الفرد بنقاط قوته وضعفه. (بهتان:2016، ص105)

كذلك نجد أن تقدير الذات أيضا هو تقييم الفرد الكلي لذاته إما بطريقة سلبية أو ايجابية، ويشير إلى مدى إيمان الفرد بنفسه وبقدراته واستحقاقه للحياة وأيضا تقدير الذات هو الأساس في شعور الفرد بكفاءات ذاته وقيمتها.

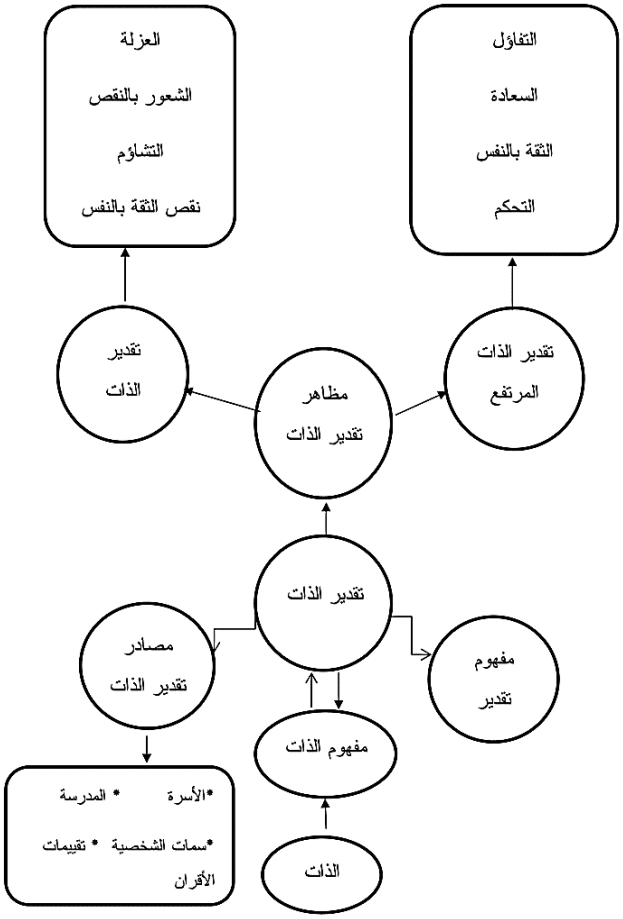
ويعرف "براندين" تقدير الذات على أنه اتجاه المرء نحو الشعور بأن ذاته مؤهلة وقادرة على التكيف مع التحديات الأساسية للحياة والإيمان بأنها جديرة بالسعادة. (مالهي:2005، ص2)

ويعرف أيضا "صفوت فرح" تقدير الذات بوصفه اتجاهات من الفرد نحو نفسه، يعكس من خلالها فكرته عن ذاته وخبرته الشخصية معها، وهو بمثابة عملية يدرك بواسطتها الفرد خصائصه الشخص مستجيبا لها سواء في صورة انفعالية أو سلوكية، وعلى ذلك فإن تقدير الذات تقييم الفرد لنفسه وهذا التقييم يتضمن ايجابيات من خلالها يقدم احتراما لذاته ومقارنا نفسه بالآخرين وأيضا يتضمن هذا التقييم من سلبيات لا تقلل من شأنه بين الآخرين ويسعى في نفس الوقت التخلص منها. (حامد:2010، ص10)

3- الفرق بين مفهوم تقدير الذات ومفهوم الذات:

هناك ارتباط وثيق بين مفهوم تقدير الذات ومفهوم الذات، إذ أن كثير من الأبحاث والدراسات قامت باعتبار أن هذان المفهومان كل متكامل لهذا قبل الخوض أكثر في مفهوم تقدير الذات يجب تفسير مفهوم الذات الذي يعتبر بأنه القاعدة والأساس من أجل الانطلاق نحو مفهوم تقدير الذات اذ يعد مفهوم الذات من الأبعاد المهمة في دراسة الشخصية وله أهمية في نظريات الشخصية، ويعتبر من العوامل المهمة التي تمارس تأثيرا كبيرا على السلوك حيث تكمن أهمية مفهوم الذات في أنه أمل فعال في نمو وتطور الفرد، باعتبار أن مفهوم الذات هو النواة التي تقوم عليها الشخصية والتي توفر معنى لإدراك الفرد لنفسه من النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية. أما مفهوم تقدير الذات فهو مدى ثقة الفرد في نفسه واحترام الذات والاعتماد على الذات وهذه الثقة هي إيمان الفرد بأهدافه وقدراته وإمكانياته بحجمها الحقيقي، فلا يقلل منها ولا يزيد فيها وعندما يبحث عن نفسه من خلال تقديره لذاته فإنه الشخص الذي لديه الشعور الجيد حول نفسه فتقدير الذات هي مجموعة من القيم والتفكير والمشاعر التي يملكها حول نفسه.

(قطناني:2011، ص207)



* شكل رقم (1) خريطة معرفية لتقدير الذات (حمري:2012، ص26)

4-أهمية تقدير الذات:

تأتي أهمية تقدير الذات من خلال ما يصنعه الفرد لنفسه ويؤثر بوضوح في تحديد أهدافه واتجاهاته واستجاباته نحو الآخرين ونحو نفسه، ما جعل العديد من المنظرين في مجال الصحة النفسية يؤكدون أهمية تقدير الذات في حياة الأفراد وكان " فروم " من الأوائل الذين لاحظوا الارتباط الوثيق بين تقدير الشخص لنفسه ومشاعره نحو الآخرين، ويقول " عبد الرؤوف" أن الذات هي أساس التوافق بالنسبة للفرد وأن الإنسان يسعى إلى تحقيق ذاته عن طريق إشباع حاجاته المختلفة دون حدوث تعارض مع متطلبات وظروف البيئة المحيطة به، وبمدى نجاح الفرد في تحقيق هذا التوازن ينمو لديه تقدير موجب لذاته بدرجة مرتفعة. ويختلف الأفراد في تحقيق هذا التوازن مما يعمل على اختلاف تقدير الذات لديهم، (حمام:2010، ص81،82)

وهو ما يؤدي إلى التقدير المرتفع أو المنخفض للذات، ولا يظل تقدير الذات ثابتا عبر المواقف المختلفة بل أنه يختلف أيضا باختلاف المواقف، اذ يتأثر بظروف البيئة فيكون تقدير الذات ايجابيا إذا كانت ظروف البيئة ايجابية، وتحترم الذات الانسانية وتكشف عن قدراتها وطاقاتها، أما اذا كانت البيئة محبطة فان الفرد يشعر بالدونية ويسوء تقديره لذاته. (حمام:2010، ص81 ،82)

إن تقدير الذات يؤثر على جميع جوانب الحياة تأثيرا قويا، فلقد جعل العديد من المنظرين تقدير الذات أحد المجالات في الصحة النفسية وكذلك على مستوى العلاقات الاجتماعية، فتقدير الذات يعزز من إقامة علاقات شخصية واجتماعية جيدة وطيبة، ومن خلال ذلك التفاعل يشعر الفرد بالطمأنينة والأمن وهذا نتيجة لتقديره لذاته ونتيجة للتفاعل السليم والجيد مع الآخرين، فكلما كان تقدير الفرد لنفسه جيد ومحبا لها كلما كان محبا للآخرين، حيث يقول "دي سي بريجز " انه تعامل الفرد مع الآخرين بنفس الكيفية التي تتعامل بها مع نفسك "فهؤلاء الذين لديهم تقدير عالي لأنفسهم وذواتهم يكونون أكثر مراعاة لمشاعر الآخرين، ومدى تعاونهم معهم ولا ينظرون بحسد للآخرين، حيث تقول في نفس السياق " جينب فير ا ساتير" تتبع العلاقات البشرية الطيبة والسلوكيات الملائمة من أشخاص يتمتعون بتقدير عالي لذاتهم وإحساس بقيمتها "وفي الواقع أن معظم المشكلات التي تنشأ في العلاقات الاجتماعية، وحتى العمل تعود للأشخاص الذين تكون لديهم تقدير ذات متدني ومنخفض.

(مالهي:2005، ص7)

إن زيادة الإحساس بفاعلية الذات تساعد في زيادة تعزيز الصحة النفسية، وإذا كان مفهوم الذات ايجابيا كانت الصحة النفسية جيدة وايجابية أيضا، فان الذي لديه صحة نفسية جيدة تمكنه من استخدام مهاراته والمحافظة على الأمل، كما أنه أيضا يستطيع استخدام استراتيجيات لتخطي ومواجهة الضغوط التي تواجهه، وإن تقدير الذات من العوامل المهمة في حياة الفرد خاصة التفاعل مع الآخرين، وحتى دليل على الصحة النفسية التي يتمتع بها. (جبريل:2008، ص27)

5- أقسام تقدير الذات:

يقسم علماء النفس تقدير الذات إلى قسمين:

-تقدير الذات المكتسب :

هو التقدير الذاتي الذي يكتسبه الشخص خلال انجازاته فيحصل على الرضا بقدر ما أدى من نجاحات فهنا بناء التقدير الذاتي على ما يحصله من انجازات.

- تقدير الذات الشامل:

يعود إلى الحس العام للافتخار بالذات، فليس مبني أساسا على مهارات محددة أو انجازات معينة، فهو يعني أن الأشخاص الذين أخفقوا في حياتهم العملية لا يزالون ينعمون بدفء التقدير الذاتي العام، وحتى وان غلق في وجوههم باب الاكتساب.

والاختلاف الأساسي بين المكتسب والشامل يكمن في التحصيل والانجاز الأكاديمي، ففكرة التقدير الذاتي المكتسب تقول :أن الانجاز يأتي أولا ثم يتبعه التقدير الذاتي، بينما فكرة التقدير الذاتي الشامل والتي هي أعم من حيث المدارس تقول :إن التقدير الذاتي يكون أولا ثم يتبعه التحصيل والانجاز.

(بلكيلاني:2008، ص33).

6- مستويات تقدير الذات:

6-1- تقدير الذات المنخفض:

يشكل تقدير الذات المنخفض إعاقة حقيقية لصاحبه، فيركز أصحاب هذا المستوى على عيوبهم، نقائصهم وصفاتهم غير الجيدة، وهم أكثر ميلا للتأثر بضغوط الجماعة والإنصات لآرائها وأحكامها، كما يضعون لأنفسهم توقعات أدنى من الواقع،كما يتميز الشخص من هذا النوع بفقدان الثقة في قدراته والاضطراب الانفعالي لعدم قدرته على إيجاد الحل لمشاكله، واعتقاده أن معظم محاولاته ستكون فاشلة، وتوقعه أن مستوى أدائه سيكون منخفضا، كما يشعر بالإذلال إذا قام بنشاطات فاشلة، ويعمل باستمرار على افتراض أنه لا يمكن أن يحقق النجاح، (شريفي: 2002، ص90)

وبالتالي يشعر بأنه غير جدير بالاحترام فإن هذا الفرد يميل إلى الشعور بالهزيمة لتوقعه الفشل مسبقا، لأنه ينسب هذا الفشل لعوامل داخلية ثابتة كالقدرة مما يؤدي به إلى لوم ذاته كما أنه يعمم فشله على المواقف الموالية.

6-2- تقدير الذات المرتفع:

لقد أظهرت الدراسات التي أجريت في مجال تقدير الذات، أن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع يؤكدون دائما على قدراتهم وجوانب قوتهم وخصائصهم الطيبة وأنهم يتمتعون بثقة عالية ودائمة في أنفسهم ويبادرون إلى التجارب الجيدة مع توقعهم النجاح غير حساسين في المواقف المختلقة واثقين من معلوماتهم. (شريفي: 2002، ص90).

6-3- تقدير الذات المتوسط:

يركز كوبر سميث أن تقدير الذات المتوسط يقع بين المستويين المرتفع والمنخفض بكل ما يختص بهما من خصائص وسمات، ويمكن القول أن تقدير الذات المتوسط هو كل تقدير فوق المنخفض. ويمكن تلخيص صفات الأشخاص ذوي التقدير المتوسط فيما يلي:

-الخوف من الفشل، الرغبة في النجاح.

-صعوبة في اتخاذ القرارات، سهولة اتخاذ القرارات وعدم إعطاء الأشياء أكثر من حجمها.

-الإحساس بالخوف من النتائج، الثقة الزائدة بالنفس واللامبالاة.

-الاهتمام برأي الآخرين، ردود فعل سريعة وفعالة.

-الاستسلام السريع في حالة وجود صعوبات، امتلاك الإرادة وتحمل المسؤولية الذاتية في اتخاذ القرارات.

-عدم التقدم في حالة تحقيق الهدف. (شجاع:2014، ص63)

ومن خلال ما سبق نستنتج أن المستويات الثلاثة لتقدير الذات لكل منها سمات وخصائص، فتقدير الذات المرتفع هم الأفراد الذين يكونون أكثر ثقة بأنفسهم وأكثر شعورا بقيمتهم، وعلى العكس ذوي تقدير الذات المنخفض حيث يشعرون بالضعف والدونية والنقص ولا يثقون بأنفسهم، أما الأفراد ذوي التقدير المتوسط فصفاتهم تكون ما بين تقدير الذات المرتفع والمنخفض.

7- مكونات تقدير الذات:

لتقدير الذات مكونين أساسيين هما:

7-1-الكفاءة الذاتية:

وهي ثقة الفرد بنفسه وبقدراته وإمكانياته، حيث تظهر هذه الثقة من خلال الأفعال أو السلوكيات التي تظهر في تفاعلاته مع الآخرين، وأيضا أن الفرد قادر على التكيف مع ظروف الحياة وحتى التعامل مع التحديات الأساسية فيها وكذلك قدرة الفرد على اتخاذ القرارات، وقدرته على تنفيذ ما يتخذه منها ومواجهة الواقع الاجتماعي الذي يكون فيه والتعامل المثمر مع ظروفه الطارئة بما يلزم.

7-2-قيمة الذات:

وهو شعور الفرد بأهميته وبأنه أهل للحياة وبأنه هو الذي يصنع سعادته بنفسه، حيث يرى بأن ذاته ذات قيمة وثمينة وذات معنى فكل من الكفاءة الذاتية وقيمة الذات تجعل المرء يشعر بالرضا عن نفسه، وهذا كله من خلال استغلال قدراته وإمكاناته وحتى مهاراته الاجتماعية وما يتحصل عليه من نجاحات، وإشباع حاجاته الأساسية، وحتى أيضا تطوير مهاراته الاجتماعية والتواصل والتفاعل مع الآخرين وكل هذا يساعده للرضا عن نفسه وحتى عن حياته.

(جبريل: 2008، ص30)

ان الكفاءة والقيمة التي يشعر بها الفرد تجعله يفهم ذاته، ويقدر نفسه حق قدرها، وهذا كله من خلال ما يصنعه لنفسه من قوة وثبات وتحدي الصعاب، ويجعل لنفسه مكانة في حياة الآخرين ومن هنا نستخلص أنه لا يمكن القول أن للفرد تقدير ذات مرتفع حتى يكون هناك كفاءة ذاتية في القدرة على التكيف والتحكم في ظروف الحياة الطارئة، وإيمانه بتلك القدرات التي يمتلكها والرضي عن نفسه وعن حياته وعن أهليته للحياة. (مالهي: 2005، ص3)

8- خصائص الذات:

توصلت الدراسات والبحوث التي أجريت حول هذا المفهوم إلى سبع خصائص أو مظاهر هامة تصف الذات وهي:

أولا: بناء تنظيمي:

يتكون من خلال خبرات الفرد على اختلافها أو تنوعها والتي تشكل معطيات إدراك الفرد لذاته، ولكي يخفف الفرد من درجة تعقيد هذه الخبرات فإنه يعيد ترميزها في تصنيفات أو صيغ أبسط ونظم التصنيف التي يتبناها الفرد هي إلى حد ما انعكاس لثقافته الخاصة، فمثلا تدور خبرات الطفل حول أسرته ورفاقه ومدرسته، وهذه تبدو في الجمل التي يصف بها الأطفال أنفسهم و دواتهم، كما أن هذه التصنيفات تمثل الطريقة التي يتم بها تنظيم الخبرات واعطائها معنى، واذن فالخاصية أو المظهر الأول لمفهوم الذات هو أنه بنية أو تنظيم.

ثانيا: متعدد الأوجه:

بمعني أن النظام التصنيفي المستخدم تتعدد مجالاته مثل: الوضع المدرسي، التقبل الاجتماعي، الجاذبية الشخصية، القدرة أو الذكاء العام.

ثالثا: هرمي:

بمعنى أن هذه البنية المتعددة المظاهر أو الأوجه ربما تكون هيراركية أو هرمية على بعد العمومية، أي أن المفهوم العام للذات ربما ينقسم إلى شقين من المكونات : مفهوم الذات الأكاديمي ويندرج تحت مفهوم الذات الأكاديمي مفهوم الذات المتعلق بكل مادة من المواد الدراسية المختلفة، أما مفهوم الذات غير الأكاديمي ربما ينقسم إلى التقبل الاجتماعي أو تقبل الآخرين والجاذبية الشخصية وهذه بذورها تنقسم إلى عناصر أصغر وهكذا على النحو الذي ينقسم إليه مفهوم الذات الأكاديمي.

رابعا: ثابت نسبيا:

بمعنى أنه في ضوء التنظيم الهرمي لمفهوم الذات يصبح التغير الذي يحدث عند المستويات المنخفضة من هذا التنظيم ضعيفا أو منخفضا عندما يصل هذا التغير إلى المستويات العليا الأعم

(الزيات:2001، ص259)

مما يجعل مفهوم الذات مقاوم نسبيا لتغير، ولكي يحدث تغير في مفهوم الذات العام يتعين حدوث مواقف متعددة، ومحددة، ومتزامنة، وغير متسقة، فمثلا خبرات النجاح والفشل لأحد تلاميذ المرحلة الابتدائية في مادة التاريخ ربما يؤثر على مفهوم الذات الأكاديمي لديه لكن تأثيرها على المفهوم العام للذات يكون ضعيفا.

خامسا: نامي أو متطور:

بمعنى أن هذا المفهوم له خاصية نمائية، فمفاهيم الذات لدى صغار الأطفال كلية أو شاملة وغير متمايزة، ومع بداية بناءهم للمفاهيم واكتسابهم لها، كما تتمثل في استخدامهم لكلمة أنا ومع عمليات النضج والتعلم يحدث تزايد للخبرات المختزنة، وتبدأ عمليات تصنيف الأحداث والمواقف، وخلال عمليات النمو تبدو بعض الأشياء هامة بالنسبة للطفل، وتبدأ بعض الأشياء في عالمه الخاص في تغير معناها ودلالاتها، ومع تزايد العمر الزمني والخبرة يصبح مفهوم الذات أكثر تمايزا، ومع إحداث قدر من التنسيق و التكامل بين مكونات مفهوم الذات يمكن أن تتكامل مظاهر مفهوم الذات المشار إليها كالبنية والتنظيم والتعدد.

سادسا: تقويمي:

أي أن مفهوم الذات ذو طبيعة تقويمية وليست وصفية، وهذه التقويمات تحدث في مواجهة المعايير المطلقة " كالمثالية " كما تحدث في مواجهة المعايير النسبية "كالواقعية" مثل استقبال تقويمات الآخرين، وبعد التقويم يمكن أن يتباين في الأهمية بالنسبة لمختلف الأفراد والمواقف، وهذا التباين الوزني ربما يعتمد على خبرات الفرد الماضية، وثقافته الخاصة، ومركزه، وأدواره في مجتمع معين، والتمييز بين وصف الذات وتقويم الذات غير واضح نظريا أو مفاهيميا وتطبيقيا، ومن ناحية المصطلحات فإن مفهوم الذات وتقدير الذات يحل كل منها محل الأخر في التراث السيكولوجي.

سابعا: متمايز أو فارقي:

بمعنى انه متمايز أو مستقل عن الأبنية الأخرى التي يرتبط نظريا بها، فمثلا يمكن افتراض أن مفهوم الذات للقدرة العقلية يبدو أكثر ارتباطا بالتحصيل الأكاديمي من القدرة على التصرف في المواقف في الموقف الاجتماعية وهكذا. (الزيات:2001، ص260)

9- العوامل المؤثرة في تقدير الذات :

- **النقد:** يؤدي التعرض للنقد المستمر إلى إحساس الفرد بعدم أهميته وأنه غير محبوب.

- **التفرقة والتمييز في المعاملة:** تؤديان إلى الإحساس بانخفاض قيمة الفرد وعدم أهميته.

- **الإساءة الجسدية والعقلية:** تؤدي إلى إحساس الفرد بعدم القيمة وأنه غير مرغوب فيه.

- **التسميات والألقاب الغير محببة:** يطلق الوالدان أو المربون أحيانا تسميات على أبنائهم وتلاميذهم تؤدي الى تقليل تقديرهم لذاتهم مثل :غبي، كسول ولد سيئ وما إلى ذلك، فقد تحمل هذه التسميات معاني قليلة ربما، إلا أنها تنقل رسائل توحي بعدم الجدارة والأهمية ولابد من استبدالها.

- **التغذية الراجعة:** يحتاج المراهقون وحتى الراشدون إلى قدر جيد من الملاحظات حول الجهود التي يبذلونها لتتطور لديهم فضيلة ما أو سلوك ما، وهم بحاجة لأن تقيم سلوكهم، ولأن يلاحظ ويعترف به، مما يؤدي بالتالي إلى المزيد من تقدير الذات لديهم.

- **اللغة المستخدمة:** لها دور كبير في التشجيع أو التثبيط فتقدير الذات يتطور عندما تستبدل كلمات التخجيل واللوم بأخرى تظهر الاعتراف بالفضائل الذي يؤدي بذلك إلى تدعيم السلوك المرغوب ويزيد التقدير. (شريم:2007، ص216)

10- النظريات المفسرة لتقدير الذات :

10-1- النظرية التحليلية :

يعتبر المحللون النفسانيون أمثال" فرويد"، يونغ، أدلر أن تقدير الذات مرتبط بالانا الأعلى، فالانا يمثل ذلك القسم من العقل الذي يشمل الشعور والحركة الادراكية، يقوم بمهمة حفظ الذات ويخضع لمبدأ الواقع، كما يعمل على تحقيق التوافق مع المحيط وعلى حل الصراع بين الفرد ومحيطه .أما الأنا الأعلى فيقوم بوظيفة تقويم السلوك والتحكم في طريقة إشباع حاجاته، فهو ذلك القسم من العقل الذي يمثل الوالدين والمجتمع ويتشكل الأنا الأعلى من أساليب الكبت التي يمر بها الفرد أثناء تطويره في الطفولة الأولى، فكثيرا ما يدخل الأنا الأعلى في صراع مع الأنا إذ يحاول أن ينمي في الشخص الشعور بالإثم والتحريم وانتقاد الذات، (شريفي:2002 ، ص92).

هذا الصراع يؤدي إلى شخصية مضطربة تنمي اضطرابات نفسية وسلوكية، حيث يكتسب الفرد النظرة السلبية عن ذاته منذ الطفولة، فيشعر أنه عاجز عن تحقيق أهدافه ولا تتجانس أحلامه ومشاعره مع محيطه، وبالتالي يمكن أن يصبح عدوا لنفسه لسبب كرهه لذاته ويتولد عن هذا الصراع ضغطا سيكولوجيا ينعكس على سلوكياته وتصرفاته، حيث يصعب عليه ادراك وفهم حب الآخرين، ويتجلى ذلك بوضوح في النشاطات والمنافسات الجماعية أذا يفضل الفرد أن يكون خاضعا لقوانين صارمة وتزيد حساسيته للنقد ويفضل العزلة والتبعية كما يتولد لديه نقص في الاتزان الانفعالي وعدم الثقة بالنفس، أما اذا كانت علاقة الأنا الأعلى بالانا حسنة مقبولة فإن التوازن يتحقق ويتطور لديه التقدير المرتفع للذات. (شريفي:2002 ، ص92).

10-2-النظرية المعرفية :

اعتبر "روزنبرغ" أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات، فقد يختلف اتجاه الفرد نحو ذاته ولو من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى.

(ابو جادو:2004، ص172).

وعلى عكس روز نيرغ لم يحاول "سميث" أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكثر شمولا إذا أكد أن هذا المصطلح متعدد الجوانب، دراسته تستدعي عدة مناهج لتفسير الأوجه المتعددة له، ويقسم كوبر سميث تعبير الفرد عن تقديره لذاته إلى قسمين:

أ-**التعبير الذاتي:** هو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها.

ب- **التعبير السلوكي:** الذي يمثل الأساليب السلوكية التي تفصح عن تقدير الفرد لذاته وهي قابلة للملاحظة كما أنه يميز نوعين من تقدير الذات:

- **تقدير الذات الحقيقي** :ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوي قيمة،

- **تقدير الذات الدفاعي:** والذي يعبر عنه الأفراد ذوي الشعور بالقيمة المنحطة وقد افترض في سبيل ذلك أربع مجموعات من المتغيرات تعمل كمحددات لتقدير الذات وهي النجاحات، القيم، الطموحات والدفاعات. (الشناوي:2001، ص127).

10-3- النظرية السلوكية:

يعتبر تقدير الذات حسب هذا الاتجاه تقييم يضعه الفرد لذاته ويعمل على المحافظة عليه ويتمثل في مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي يستعيدها الفرد عند مواجهة العالم المحيط به، ويؤكد" إليس" أن أساليب التفكير الخاطئة والسلبية عن الذات تؤثر في سلوك الفرد تأثير سلبي، فإذا كان نسق التفكير واقعيا والنظرة موضوعية فإن النتائج تكون تقديرا مرتفعا للذات أما إذا كان هذا النسق غير عقلاني فإن الاضطرابات الانفعالية متوقعة. (عبد الله:2000، ص110).

أما "بيك" فيرى أن المشكلات النفسية تحدث كنتيجة للاستجابات غير صحيحة على أساس معلومات غير كافية ونتيجة عدم التمييز بين الخيال والواقع، فالتفكير يمكن أن يكون غير واقعي بسبب أنه مشتق من مقدمات خاطئة هذا ما يؤدي إلى تقدير الذات بصفة سلبية، كما أن السلوك يمكن أن يكون مضطرب يؤدي إلى الفشل كونه مبني على اتجاهات غير معقولة كذلك يضيف " إليس" مؤكدا بأن الأفراد هم الذين يجلبون العصاب لأنفسهم فيصبحون قلقين أو مكتئبين أو عدوانيين وذلك من خلال اعتناقهم لعدد من الأفكار اللاعقلانية فكلما كان تقدير الفرد لذاته. (ميزاب:2007، ص199).

منخفضا كلما أدى إلى سلوكيات واضطرابات نفسية، إن تقدير الذات حسب النظرية السلوكية قائم على أساس الأفكار والمعتقدات التي يتبناها الفرد بصفة عامة والتي نصحح السلبية منها عن طريق الخبرة.

10-4- النظرية الاجتماعية :

يقول " كنيش" كلما أدرك الفرد تفاعله مع الآخر على أنه مهم زاد ذلك تأثير في مفهوم الذات وتظهر أهمية التفاعل في نوعية أهمية الآخرين فمن خلال ردود أفعال الآخرين ندرك مكانتنا، فالتناول النفسي الاجتماعي ركز على علاقة الآخر بتكوين مفهوم الذات وذلك على يد كل من (كولي، كوبر سميث، روز نبرغ.، اريكسون ميد....) .

كما اهتم كولي بتصور الفرد لتقييم الآخرين له على شكل تقدير للذات، الشيء الذي يدعونا إلى عدم وضع فاصل بين مفهوم الذات وتقدير الذات فمفهوم الذات دائما يحمل فيه حكما على الذات أو تقييما لها، سواء من قبل الفرد نفسه أو من قبل المحيطين به المباشرين أو غير المباشرين،

(ميزاب:2007، ص199)

الذين شاركوا في وضع السلوكيات القاعدية أو الإطار المرجعي الذي من خلاله يقيم الفرد نفسه والعالم الخارجي كما يؤكد كولي على أهمية العلاقة المستمرة بين الفرد والمجتمع .ويشير أنه لا معنى للتفكير في الذات بمعزل عن البيئة الاجتماعية التي يعيش فيها أو الأشخاص الآخرين الذين يعيش معهم ويتفاعل معهم. (ميزاب:2007، ص199)

11- قياس تقدير الذات :

إن أكثر الأساليب الشائعة في قياس تقدير الذات هي الاستبيانات و قوائم الشطب التي تعتمد على تقدير الفرد لذاته، و حتى نحصل على نتائج أدق أو التأكد من النتائج التي حصل عليها الفرد يمكن اجراء مراقبة مباشرة للفرد أو اعتماد تقديرات المعلمين و الأهل و يوجد العديد من المقاييس المستخدمة لقياس تقدير الذات، و يطلق على بعضها مفهوم الذات لكنها حقيقة معينة بقياس قيمة الذات و من هذه المقاييس:

-مقياس تقدير الذات لكوبر سميث :

وهو مفيد للمسح داخل الغرفة الصفية، لقياس تقدير الذات وتقويم برامج تطوير تقدير الذات، ويمتاز بأهمية واسعة في مجال البحث العلمي واجريت عليه دراسات عديدة، وتوافرت معلومات كافية عن صدقه وثباته ويستخدم للقياس القاعدي قبل مشاركة الطلبة في برنامج تحسين تقدير الذات وبعد انتهاء البرنامج.

- المقاييس الثقافية الحرة لتقدير الذات للأطفال والبالغين ل باتل:

وعددها اثنان الأول للصغار من الصف الثالث الى التاسع، والآخر للبالغين ويقيسان مدى إدراك افرد لذاته.

- مقياس بيرس هاريس لمفهوم الذات لدى الأطفال:

وهو ملائم لغايات التشخيص العيادي لتقدير الذات وهو مصمم للطلبة من الصف الرابع الى الثاني عشر ويقيس ستة أبعاد لتقدير الذات وهي: السلوك، المظهر العام، الانفعال، الشعبية، السعادة، الرضا والوضع الأكاديمي العقلي. (الحجري: 2011، ص18)

- مقياس تقدير الذات لروزنبرج:

يختص بتقدير الفرد لذاته، يمتاز بأنه مختصر ويقيس تقدير الذات الكلي ويستعمل للكبار.

-مقياس مفهوم الذات ل تنيسي:

ويستعمل مع الأفراد من عمر اثني عشر عاما وأكبر ويوفر نتائج متعددة، وهي تقدير الذات الكلي ونتائج لثلاث مقاييس فرعية ويستخدم لغايات التشخيص العيادي.

- مقياس تقدير الذات للسلوك الأكاديمي ل كوبر سميث وجلبيرتز:

وهو موجه للمعلم لبيان رأيه في الطفل، ويقيس تقدير الذات الأكاديمي للأطفال في الروضة الى الصف الثامن عن طريق تقدير المعلم مقياس تقدير الذات للأطفال ل شو وهو موجه للمعلم ويقيس تقدير الذات من مرحلة رياض الأطفال وحتى الصف التاسع عن طريق تقدير المعلم.

-مقياس تقدير الذات في البيئة القطرية الذي قام بإعداده (حسين الدريني ومحمد سلامة):

وطبقت الصورة المبدئية للمقياس على مجموعة من الطلبة وطالبات كلية التربية بجامعة قطر، وكان وجه الافادة من هذه الدرجة المبدئية هو تعرف على بعض الصعوبات التي قد يعاني منها المستجيبون، وتعديل صياغة بعض الوحدات التي يصعب فهمها، وبناء على ذلك عدلت الصورة المبدئية للمقياس وبعض العبارات لكي تكون أكثر مناسبة لطلبة وطالبات الجامعة.

(الحجري: 2011، ص18)

12- ابعاد تقدير الذات البدنية:

12-1- بعد الصحة:

الصحة العامة تعتبر أحد فروع العلوم الذي يدرس كيفية تطوير وترقية الحياة الصحية للإنسان سواء من ناحية دراسة الأمراض ومسبباتها وطرق انتقالها وكيفية الوقاية منها أو ما يتعلق بنشر الوعي الصحي والاهتمام بصحة البيئة ومكافحة الأخطار الصحية ومعالجتها. كما تعتبر الصحة العامة علم اجتماعي يربط الطب بالنواحي الاجتماعية ويعتنى بالرعاية الصحية لأفراد المجتمع. وقد تطور مفهوم الصحة العامة على مر العصور. ففي العصر اليوناني اتجه مفهوم الصحة العامة إلى الاهتمام بصحة الفرد عن طريق تشجيع التغذية السليمة والنظافة الشخصية والتنسيق بين أوقات العمل والراحة والاهتمام بالألعاب الرياضية. وقد كان هذا المفهوم يعنى أن صحة الفرد تنعكس على صحة المجتمع، وكلما ساءت صحة الأفراد كلما انخفض المستوى الصحي للمجتمع. وفى العصر الروماني، اتجه مفهوم الصحة العامة إلى صحة البيئة، حيث تحول الاهتمام إلى تحسين عوامل البيئة التي تؤثر على صحة المجتمع، مثل توفير المياه الصالحة للشرب والاستعمال الآدمي وجمع وتصريف الفضلات الآدمية والقمامة بطريقة نظيفة وصحية، ومكافحة الحشرات والقوارض وحماية البيئة من التلوث. وفى العصر الإسلامي، كان مفهوم الصحة العامة يجمع بين الاهتمام بصحة الفرد والاهتمام بصحة البيئة. ويمكن تعريف الصحة بانها النمو السليم للفرد بدنيا وعقليا واجتماعيا وخلو جسمه من الامراض ، ويوضح لنا هذا التعريف ان أجهزة الجسم يجب ان تكون سليمة وخالية من الامراض، حتى تقوم بوظيفتها وتمكن الفرد من العمل والحياة، وتعطيه القدرة على مقاومة الامراض ، اما الناحية العقلية فيجب ان يكون الانسان قادرا على التوفيق بين رغباته، ويجب ان يتحمل الازمات التي تواجهه في حياته حتى تكون حالته النفسية والعقلية مستقرة وهادئة، اما الحالة الاجتماعية المهمة للفدر فهي قدرته على الحياة والتعامل مع بقية افراد المجتمع الذي يعيش فيه. (عبد المقصود:2007، ص21)

12-2- بعد التنسيق (التوافق الحركي):

التوافق الحركي مصطلح حديث التداول ويختلف عليه الكثير في الشرق والبلدان العربية، حيث اختلفت الآراء حول مفهومه واهميته في الانجاز الرياضي والنشاط البدني، ويمكن تعريف التوافق الحركي بانه: (الداوودي:2015، ص 27)

عملية التنظيم المتناسق للحركات الجزئية (الذراعان، الساقان، الجذع، الرأس) من اجل تحقيق الهدف من تصرف معين، هو الاساس في تعلم جميع المهارات، لذا يعتبر العنصر الرئيس في تطور التعلم، ونستطيع القول انه:

- هو نوعية العمليات الجزئية التي تكون المهارة.

- هو عملية التنسيق بين اجزاء المهارة الحركية.

- هو ربط العمليات الجزئية للمهارة الحركية.

-هو جودة الاداء الحركي او المهاري الذي يظهر من خلال ترابط اجزاء الحركة (المهارة).

***مكونات القدرات التوافقية (التنسيقية)**

- القدرة على تقدير الوضع

- القدرة على الربط الحركي

- القدرة على بذل الجهد المناسب

- القدرة على التوازن

- القدرة على الايقاع الحركي

- القدرة على الاستجابة السريعة

- القدرة على التكيف مع الاوضاع المتغيرة. (الداوودي:2015، ص 27)

12-3- بعد النشاط البدني:

يعرف النشاط البدني بأنه حركة جسم الإنسان بواسطة العضلات مما يؤدي إلى صرف طاقة تتجاوز ما يصرف من طاقة أثناء الراحة. (الزعبلاوي:2015، ص5)

ويدخل ضمن هذا التعريف جميع الأنشطة البدنية الحياتية، كالقيام بالأعمال البدنية اليومية من مشي وحركة وتنقل وصعود الدرج، أو العمل البدني في المنزل أو الحديقة أو المزرعة، أو القيام بأي نشاط بدني رياضي أو حركي ترويحي.

يتضح إذن أن النشاط البدني هو سلوك يقوم به الفرد بغرض العمل أو الترويح أو العلاج أو الوقاية، سواء كان عفوياً أو مخططاً له، وينقسم النشاط البدني إلى نشاط بدني هوائي وآخر غير هوائي، حيث يتم استخدام الأكسجين لإنتاج الطاقة أثناء النشاط البدني الهوائي، بينما لا يتم استخدام الأكسجين أثناء النشاط البدني غير الهوائي.

وبتعبير آخر فإن النشاط البدني الهوائي هو ذلك النشاط البدني المعتدل الشدة، الذي يمكن للشخص من الاستمرار في أداءه بشكل متواصل لعدة دقائق، بدون الشعور بتعب ملحوظ يمنعه من الاستمرار فيه. (الزعبلاوي:2015، ص5)

12-4- بعد السمنة:

ان ابسط تعريف للسمنة هو كمية مفرطة من دهون الجسم، والسمنة ليس مثلها مثل زيادة الوزن التي تشير الى نسبة زيادة الوزن للجسم بالنسبة للطول، فمثلا يمكن لرياضي يتمتع بالعضلات ان يكون زائدا في الوزن ولكن في الوقت ذاته نسبة الدهون لديه منخفضة، ومن خلال هذا فان هناك مقياس بسيط يدعى مؤشر كتلة الجسم (BMI) ويرتبط ارتباطا وثيقا بنسبة دهون الجسم ويتم حسابه بتقسيم وزن الشخص بالكيلوجرام على تربيع طوله بالمتر، ويعتبر زيادة في الوزن إذا بلغ هذا المؤشر بين 25 و29.9، كما تتعبر سمنة إذا فاق هذ المؤشر 30، وتعتبر سمنة مرضية إذا تجاوز هذا المؤشر 40. (أبو بكر:2014، ص20)

12-5- بعد المنافسة الرياضية:

يستخدم تعبير منافسة استخداما موسعا وعريضا في الأوساط الرياضية فيستخدمه المدربون والاداريون والمشجعون فضلا عن الرياضيين، والتعبير منافس او متنافس غالبا ما يكون بديلا او مرادفا لمصطلح رياضي، والتعبير منافسة غالبا ما يكون بديلا لكلمة مسابقة.

(الخولي :2002، ص162)

ولقد دأب الباحثون على تعريف المنافسة بشكل عام من خلال وصف عملياتها ويقصد بالمنافسة عندما يكافح اثنين او أكثر في سبيل شيء ما او لتحقيق هدف معين. (الخولي :2002، ص162)

12-6- بعد المظهر العام:

من خلال الاهتمام بالمظهر يستطيع الشخص فرض سيطرته على الأفكار الذهنية التي ترسم له انطباعا سلبيا عن ذاته، مما يؤثر بصورة مباشرة على علاقاته ومن ثم حياته وعمله، لا سيما إذا رافق الاهتمام بالمظهر الخارجي اهتماما آخر بطبيعة الجسم، حيث يمنح الشخص منظرا أكثر جمالا وجاذبية ويزيد من ثقته بذاته.

يقول الدكتور أحمد سعد، رئيس قسم الطب النفسي بجامعة عين شمس "ثمة علاقة بين المظهر الخارجي والثقة في النفس، فكلما كان مظهر الإنسان أكثر جاذبية وجمالا، تهافتت عليه عبارات الإعجاب والترحيب بهذا الشكل، وبالتالي يشعر الإنسان بامتلاكه لقلوب الآخرين، وأن هناك مساحة أكبر خلقت للتعامل معهم وتوطيد علاقته بهم، وهو ما يشعره بثقة أكبر وبقدرته على التأثير عليهم، لا سيما أن غالبية الناس تجعل من المظهر وسيلة للحكم على الآخرين، فإذا ظهر الشخص بمظهر جذاب أمامهم كان أكثر استحقاقا بمعرفتهم ومعزتهم، بل ويصبح بنظرهم مؤهلا لامتلاك قلوبهم وعقولهم، ليس هذا فقط، وإنما يصبح أصحاب المظاهر الجذابة أكثر الناس ترشيحا لإدارة الاجتماعية، وذلك نظرا لما يمنحه له مظهره من ثقة عارمة في الذات تجعل الآخرين يقبلون منه أفكاره وآراءه دون تردد أو مراجعة، حتى وإن شابتها أخطاء جلية، وبعد خطوات زمنية يسيطر الشخص على علاقاته بمن حوله، ويصبح المتحكم الوحيد فيها، الأمر الذي يعزز من ثقته بذاته التي بدأت بجمال المظهر.

بدوره، يشير الدكتور محمد نجيب، أستاذ علم النفس بجامعة حلوان، إلى أن تأثير جمال الشكل الخارجي على حجم ثقة الإنسان بذاته أمر ملموس جيدا، ولكن يختلف بحسب الثقافات الخاصة والأزمنة المختلفة، فقد كانت النساء والرجال أصحاب الجسم الممتلئ قديما هم المفضلون في أعين الآخرين، ولكن الآن من يحتل عرش الشكل الجمالي هم أصحاب الأجساد النحيفة أو الرياضية، وأصبحت تلك الأجساد مرتبطة كليا بالثقة في النفس، لكثرة الانتقادات الموجهة لأصحاب الأجسام السمينة. (عبد الهادي:2016، ص21)

12-7- بعد القوة:

تعد القوة العضلية المؤثر الاساس الذي يغير او يحاول ان يغير من شكل الجسم وحركته بمقدار او اتجاه معين، وهي الصفة الاساسية التي تحدد مستوى الاداء المهاري، وتعرف بقابلية عضلة او مجموعة عضلية على توليد اقصى قوة وبسرعة معينة في وضع معين وفي اتجاه معين، وهي قدرة العضلات على بذل اقصى جهد والتغلب على مقاومة خارجية او مواجهتها.

وتنقسم الى أنواع:

أ – **لقوة القصوى:** وهي اقصى قوة يمكن للعضلة او المجموعة العضلية انتاجها من خلال الانقباض الارادي، فبعض انواع الاداء التي تتطلب انتاج اقصى درجة من القوة العضلية سواء اكان هذا الانقباض ثابتاً ام متحركاً.

ب –**القوة المميزة بالسرعة:** وهي المظهر السريع للقوة العضلية والذي يدمج كلاً من السرعة والقوة في حركة واحدة.

ج – **تحمل القوة:** وهي المقدرة على الاستمرار في اخراج القوة العضلية لمدة زمنية طويلة سبباً او تنفيذ عدد كبير من تكرارات الاداء. (عبد الحسن:2011، ص 4)

12-8- بعد المرونة:

وهي قدرة الجسم على اداء الحركة بأوسع مدى وتعنى قابلية العضلة او المفصل على استغلال اقصى للحركة في اثناء القيام بالتمرينات والحركات البدنية.

وتنقسم الى أنواع:

أ–**المرونة العامة:** وهي الوصول الى حد مقبول من المرونة عند امتلاك مفاصل الجسم لقدرات حركية جيدة.

ب–**المرونة الخاصة:** هي امكانية معينة لأجزاء من الجسم للاعب او المتعلم على اداء المهارات الرياضية بأوسع مدى حركي ممكن، وكذلك قسمت المرونة الى قسمين: (عبد الحسن:2011، ص 4)

أ – **المرونة الايجابية:** وهي المدى الحركي للمفصل عندما يتحرك تحت تأثير العضلات العامة دون تدخل خارجي.

ب – **المرونة السلبية:** وهي الزيادة في المدى الحركي للمفصل بفعل قوة خارجية كالجاذبية الارضية او الزميل.

12-9- بعد المداومة:

وهي قدرة الأفراد على الاستمرار في اداء النشاط الحركي لفترة طويلة دون حدوث ظاهرة التعب.

وتنقسم الى أنواع:

أ / **المداومة القصيرة:** لفترة زمنية قصيرة من (45 ثا – 2 دقيقة) في فعالية (400) م.

ب / **المداومة المتوسطة:** لفترة زمنية من (2 دقيقة – 8 دقائق) فعالية ركض (3000) م.

ج / **المداومة الطويلة:** لفترة زمنية تمتد من (8 دقائق فما فوق) في فعالية المارثون.

(عبد الحسن:2011، ص5، 7)

12-10- بعد الرضا البدني العام:

يحتل موضوع الرضا مكانة هامة في علم النفس الرياضي لما له من أهمية كبيرة في المساعدة على تحديد نوع السلوك المتوقع في المواقف المستقبلية، فضلاً عن أن الرضا الحركي يأخذ بعداً كبيراً في مجال التربية الرياضية والنشاط الرياضي، إذ يساعد في تحديد ميول الفرد ودوافعه لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها، ويلعب القياس النفسي دوراً مهماً في الأنشطة الرياضية حيث يساعد على تقديم معلومات موضوعية عن اللاعبين في شتى المجالات النفسية وتطوير مستوى الأداء من خلال تفهم أفضل للاعب عن نفسه. (غبلان:2015، ص7)

12-11-بعد تقدير الذات الكلي:

يمكن تعريف تقدير الذات بصورة شاملة على أنه تقييم المرء الكلي لذاته إما بطريقة إيجابية وإما بطريقة سلبية، إنه يشير إلى مدى محبة المرء لذاته وإيمانه بنفسه وبأهليتها وقدرتها واستحقاقها للحياة، التقدير العالي للذات يصنع جميع النجاحات في حياة الإنسان، والتقدير المنخفض للذات هو سبب كل تعثر في حياة الإنسان والسبب الرئيسي لعدم تحقق الأهداف، وكأن حظ الشخص صاحب تقدير الذات المنخفض عاثر ولا يمكن أن ينجح هذا الشخص في شيء مهما كانت إرادته، والسبب ليس حظه العاثر كما نعتقد وإنما تدني تقديره الذاتي. إن الصورة الذهنية للنفس تكون محفوظة في العقل الباطن تلك الأداة السحرية التي تستطيع أن تقودك للنجاح أو للفشل بأسهل مما تتخيل، كل ما عليك فعله هو إعطاء عقلك الباطن صورة ذهنية عما تعتقده تجاه نفسك معززة بمشاعر وسلوكيات تدعم هذه الصورة وهو سيقوم بتوفير الأشخاص والأحداث التي تدعم هذه الصورة الذهنية إما بالنجاح أو بالتعثر.

(الخياطي: 2017، ص2)

*** مناقشة الفصل:**

تقدير الذات البدنية هي المتغير المستقل في هذه الدراسة، ويعتبر هذا المتغير أحد المفاهيم النفسية المهمة، والتي لها اثار واضحة في حياة الفرد بمختلف جوانبها، غير ان هذا المفهوم او المتغير النفسي يجد صعوبة كبيرة في تحديد تعريف دقيق له، لأنه يتداخل بشكل كبير مع جملة من المفاهيم المشابهة له نذكر منها (مفهوم الذات، تقدير الذات، وصف الذات البدنية ، تقدير الذات الجسمية وغيرها ....) ، تم تحيد الفرق بين تقدير الذات ومفهوم الذات خلال الفصل وبالتحديد خلال العنصر رقم 3 من الفصل ونستعير منه كلام كوبر سميث الذي يقول (أن مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآرائه عن نفسه بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يضعه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته.) من خلال هذا الكلام نستنتج ان هذان المفهومان متقاربان جدا يكادان ان يكونا يعبران عن نفس المعنى، لكن يبقى تقدير الذات مفهوم واقعي يرتبط بقدرات الفرد الحقيقة ومدى تقديره لها ورضاه عنها ومدى تأثيرها على نفسية الفرد، اما مفهوم الذات فهو نظري أكثر ويشمل مدى ثقة الفرد بنفسه ورضاه عنها وقناعته بإمكانياته رغم قصورها في بعض الأحيان.

اما بالنسبة للفرق بين تقدير الذات البدنية والمتغيرات الأخرى المذكورة سابقا فهو أكثر تحديد حيث:

– تعتبر تقدير الذات البدنية أحد أبعاد تقدير الذات، أي انها جزء لا يتجزأ من تقدير الذات وتنطبق عليه كل مفاهيمه ونظرياته.

– تقدير الذات الجسمية أحد ابعاد تقدير الذات البدنية وسنجد بعض المقاييس التي تستخدم تقدير الذات الجسمية كبعد لتقدير الذات البدنية كمقياس تقدير الذات البدنية لمحمد حسن علاوي.

– وصف الذات البدنية هو نفسه تقدير الذات البدنية.

اما بالنسبة لأبعاد تقدير الذات البدنية فهناك اختلاف أيضا في تحديدها حيث يوجد العديد من التقسيمات نذكر منها على سبيل المثال تقسيم محمد حسن علاوي الذي يقسم تقدير الذات البدنية الى:

– تقدير الذات الجسمية والمظهر العام.

– تقدير جاذبية المظهر الخارجي.

– تقدير الذات الشخصية والثقة بالنفس.

اما في الدراسة الحالية فقد تم اعتما التقسيم الذي يقسم تقدير الذات البدنية الى أحد عشر بعد ل " " هيربرت مارش " باعتبار هذا التقسيم أكثر شمولا، وقد تم سردها خلال الفصل وهي:

– بعد الصحة.

– بعد التنسيق.

–بعد النشاط البدني.

– بعد السمنة.

– بعد المنافسة الرياضية.

– بعد المظهر العام.

- بعد القوة.

- بعد المرونة.

- بعد المداومة.

- بعد الرضا البدني العام.

- بعد تقدير الذات الكلي.

وبالانتقال للمفاهيم والنظريات المفسرة لتقدير الذات البدنية هي نفسها تلك التي تتناول تقدير الذات بشكل عام باعتبار تقدير الذات البدنية جزء وبعد من ابعاد تقدير الذات، والتي تم سردها خلال الفصل، والتي تعتبر واضحة ولا تحتاج الى تفسير أو مناقشة.

خلاصة الفصل:

تعتبر تقدير الذات البدنية بأنها تقييم الفرد لنفسه وبنفسه ويعمل على الحفاظ عليه، ويتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الايجابية والسلبية نحو ذاته البدنية، وهو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به، وذلك فيما يتعلق بتوقعات النجاح والفشل والقبول وقوة الشخصية.

وتأتي أهمية تقدير الذات البدنية من خلال ما يصنعه الفرد لنفسه ويؤثر بوضوح في تحديد أهدافه واتجاهاته واستجاباته نحو الآخرين ونحو نفسه.

وتقسم تقدير الذات بشكل عام وتقدير البدنية بشكل خاص الى ثلاث مستويات هي:

- تقدير الذات المنخفض. / - تقدير الذات المرتفع. /- تقدير الذات المتوسط.

وتتميز بمجموعة من الخصائص هي:

- لها بناء تنظيمي. / - متعدد الأوجه. / - هرمي. / - ثابت نسبيا. / - نامي أو متطور. /

- تقويمي. /- متمايز أو فارقي.

وتتأثر تقدير الذات بشكل عام وتقدير الذات البدنية بشكل خاص بالبيئة الخارجية كغيرها من المتغيرات النفسية وقد يكون هذا التأثر إيجابيا او سلبيا حسب نوع المؤثر.

وكغيرها أيضا من المتغيرات النفسية هناك اختلاف كبير في تفسيرها من طرف المدارس النفسية حيث تأتي كل نظرية بتفسير خاص بها يتماشى مع مبادئها نذكر منها:

- النظرية التحليلية: يعتبر المحللون النفسانيون أن تقدير الذات مرتبط بالانا الأعلى، فالانا يمثل ذلك القسم من العقل الذي يشمل الشعور والحركة الادراكية، يقوم بمهمة حفظ الذات ويخضع لمبدأ الواقع، كما يعمل على تحقيق التوافق مع المحيط وعلى حل الصراع بين الفرد ومحيطه .

- النظرية المعرفية : ترى هذه النظرية أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها وما الذات إلا أحد هذه الموضوعات، فقد يختلف اتجاه الفرد نحو ذاته ولو من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى

-النظرية السلوكية : يعتبر تقدير الذات حسب هذا الاتجاه تقييم يضعه الفرد لذاته ويعمل على المحافظة عليه ويتمثل في مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي يستعيدها الفرد عند مواجهة العالم المحيط به،

– النظرية الاجتماعية: ترى هذه النظرية ان كلما أدرك الفرد تفاعله مع الآخر على أنه مهم زاد ذلك تأثير في مفهوم الذات وتظهر أهمية التفاعل في نوعية أهمية الآخرين فمن خلال ردود أفعال الآخرين ندرك مكانتنا.

هذا وهناك أيضا مقاييس متعدد لقياس تقدير الذات او تقدير الذات البدنية تختلف باختلاف مجتمع الدراسة وباختلاف البيئة، حيث وقع اختيارنا على مقياس تقدير الذات البدنية ل " هيربرت مارش " والذي يقسم تقدير الذات البدنية للأبعاد التالية:

– بعد الصحة. / – بعد التنسيق. /–بعد النشاط البدني. /– بعد السمنة. / – بعد المنافسة الرياضية.

– بعد المظهر العام. / – بعد القوة. /– بعد المرونة. / – بعد المداومة. / – بعد الرضا البدني العام. /– بعد تقدير الذات الكلي.

هذا ويبقى تقدير الذات البدنية متغير نفسي مهم لازال يحتاج لمزيد من الدراسة والتفسير والمزيد البحث في العلاقات التي تربطه بالمتغيرات الأخرى.

الفصل الثاني:

التحصيل الدراسي

1- تعريف التحصيل الدراسي

2- أنواع التحصيل الدراسي

3- شروط التحصيل الدراسي

4- خصائص التحصيل الدراسي

5- العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي

6- قياس التحصيل الدراسي

7- أهمية التحصيل الدراسي

8- قياس التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية حسب منهاج السنة الثالثة ثانوي

تمهيد:

يعتبر التحصيل الدراسي أو ما يسمى بالتحصيل الاكاديمي، مؤشرا هاما ومعيارا لتحديد قدرات الطلبة والتلاميذ في مختلف المقاييس والمواد التعليمية، كما ان الكليات والمعاهد تعتمد التحصيل الدراسي ضمن متطلبات الالتحاق بها، مما يبرز أهمية هذا المتغير، ويستدعي البحث في مفاهميه وعلاقاته بالمتغيرات الأخرى، والعوامل المؤثرة عليه، وفي هذا الفصل سنتناول مجموع المفاهيم والنظريات المفسرة للتحصليل الدراسي بشكل عام، ثم سنخصص جزاءا للتكلم على التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية بشكل خاص باعتباره االمتغير المعني بالدراسة.

1- تعريف التحصيل الدراسي:

يعتبر التحصيل الدراسي من المؤشرات المهمة التي تؤثر في حياة الفرد وتنمي قدراته العقلية مما يعمل على الانسجام بين سلوك الفرد وانفعالاته و يتبين ذلك من خلال درجة التحصيل لدى الفرد.

تعرفه" موسوعة علم النفس والتحليل النفسي "بأنه بلوغ مستوى من الكفاءة في الدراسة سواء في المدرسة أو الجامعة، وتحديد ذلك باختبارات التحصيل المقننة أو تقديرات المدرسين، أو الاثنين معًا .

(جاسم: 2004 ، ص 293)

ويعرفه " هاوز" على أنه الانجاز و الأداء الناجح والمميز في مواضيع أو ميادين أو دراسات خاصة، والناتج عادة عن المهارات والعمل الجاد المصحوبين بالاهتمام، وكثيرا ما يختصر في شكل علامات أو نقاط أو درجات أو ملاحظات وصفية.

(بودخلي :2004، ص326).

ويعرفه "عمر خطاب" أنه النتيجة التي يتحصل عليها الطالب من خلال دراسته في السنوات السابقة، أي مجموع الخبرات والمعلومات التي حصل عليها الطالب.

(خطاب:2006، ص201)

وتعرفه " جابلين" أنه مستوى محدد من الأداء أو الكفاءة في العمل كما يقيم من قبل المعلمين أو عن طريق الاختبارات المقننة أو كليهما معًا. (عبد العزيز: 2008 ، ص227)

ويعرفه "إبراهيم عبد المحسن الكناني" أنه كل أداء يقوم به الطالب في الموضوعات المدرسية المختلفة، والذي يمكن إخضاعه للقياس عن طريق دراجات إختبار أو تقديرات المدرسين أو كليهما. (عبد العزيز: 2008 ، ص227)

ويعرفه " صلاح علام" أنه درجة الاكتساب التي يحققها الفرد في مادة معينة أو في مجال تعليمي معين أو مستوى النجاح الذي يحققه التلميذ وهو كذلك مستوى اكتساب التلميذ للحقائق والمفاهيم والمعلومات المنظمة في وحدة بناء الكائن الحي عند مستويات الاستذكار والفهم التطبيقي والذي يقدر بالدرجات التي يحصل عليها في المادة ويحدد بواسطة الاختبار أو الدراجات المحددة من قبل المعلمين أو كلاهما.(بن يوسف:2008،ص68)

2- أنواع التحصيل الدراسي:

يمكن تقسيم التحصيل الدراسي إلى ثلاثة أنواع:

2-1- التحصيل الجيد:

يكون فيه أداء التلميذ مرتفع عن معدل زملائه في نفس المستوى وفي نفس القسم، ويتم باستخدام جميع القدرات والإمكانيات التي تكفل للتلميذ الحصول على مستوى أعلى للأداء التحصيلي المرتقب منه. بحيث يكون في قمة الانحراف المعياري من الناحية الإيجابية، مما يمنحه التفوق على بقية زملائه.

2-2- التحصيل المتوسط:

في هذا النوع من التحصيل تكون الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ تمثل نصف الإمكانيات التي يمتلكها، ويكون أداءه متوسط ودرجة احتفاظه واستفادته من المعلومات متوسطة.

2-3- التحصيل الدراسي المنخفض:

يعرف هذا النوع من الأداء بالتحصيل الدراسي الضعيف، حيث يكون فيه أداء التلميذ أقل من المستوى العادي بالمقارنة مع بقية زملائه فنسبة استغلاله واستفادته مما تقدم من المقرر الدراسي ضعيفة إلى درجة الانعدام، (بن يوسف: 2008، ص101)

وفي هذا النوع من التحصيل يكون استغلال المتعلم لقدراته العقلية والفكرية ضعيفا على الرغم من تواجد نسبة لا بأس بها من القدرات، ويمكن أن يكون هذا التأخر في جميع المواد وهو ما يطلق عليه بالفشل الدراسي العام، لأن التلميذ يجد نفسه عاجزا عن فهم ومتابعة البرنامج الدراسي رغم محاولته التفوق على هذا العجز، أو قد يكون في مادة واحدة أو إ ثنين فيكون نوعي، وهذا على حسب قدرات التلميذ وإمكانياته. (بن يوسف: 2008، ص101)

*** ضعف التحصيل الدراسي :**

يؤدي ضعف التحصيل الدراسي لدى الفرد إلي مشكلات سيكولوجية تؤثر علي حياة الفرد داخل المجتمع الذي يعيش فيه .

ويقصد بضعف التحصيل الدراسي حصول بعض الطلاب على علامات في امتحان المباحث الدراسية أقل ما يتوقع فيهم، علي الرغم من ذكائهم او استعداداتهم العادية و صحتهم العامة المناسبة و ظروفهم الطبيعية.

*** مؤشرات ضعف التحصيل الدراسي :**

- الشرود الذهني .
- السرحان .
- عدم الانتباه .
- عدم المشاركة و التفاعل مع الاخرين في الفصل .
- عدم القيام بالواجبات البيتية .
- بطء التعلم في بعض العمليات العقلية كالتعرف و التحليل و التمييز.

(الصراف : 2002، ص217)

*** أنواع ضعف التحصيل الدراسي :**

- **الضعف الدراسي العام:** هو الذي يكون في جميع المواد الدراسية ويرتبط بالغباء.

(النعامي: 2001، ص12)

- **ضعف الدراسي الخاص** : هو التأخر الدراسي الذي يكون في مادة معينة مثل الحساب او العلوم .

- **التأخر الدراسي الدائم** : حيث يقل التحصيل عن مستوى قدرته علي مدى فترة زمنية طويلة.

- **التأخر الدراسي الموقفي** : الذي يرتبط بمواقف معينة بحيث يقل تحصيل الطالب عن مستوى قدرته بسبب خبرات سيئة .

- **التأخر الدراسي الحقيقي** : هو تأخر قاطع يرتبط بنفس مستوى الذكاء و القدرات.

(الهمص:2009،ص69)

*** اسباب تدني التحصيل الدراسي:** من اهم اسباب التحصيل الدراسي:

- الضعف في الصحة العامة.
- ضعف البصر و السمع و النطق .
- ضعف الذكاء العام .
- الفقر المادي للمنزل .
- فقدان التوازن العاطفي .
- انحطاط المستوى الثقافي في المنزل .
- عدم المواظبة علي حضور المدرسة. (النعامي:2008، ص28)

3- شروط التحصيل الدراسي:

أ- التهيئة النفسية والميول:

وهذا ينطلق من كون أن التلميذ إذا لم يكن متهيئا نفسيا على أحسن ما يرام و يكون غير مرتاح نفسيا وليس له ميول يجد صعوبة في التأقلم مع المعلومات الجديدة، فيصعب عليه التعلم، والتهيئة النفسية يكون محورها المعلم يعمل على تدعيم الثقة بينه وبين التلميذ، وذلك عن طريق الحوار والمناقشة، واستنادا للتهيئة النفسية يكون المعلم قادرا على تهيئة تلميذه عقليا لأنه في هذه الحالة يتمكن من إثارة اهتمامه ودافعيته لتقبل كل المعلومات الجديدة بصفة مستمرة.

ب- التكرار:

يعتبر التكرار من المبادئ الأساسية لحدوث التحصيل الدراسي لكي يستطيع التلميذ أن يحفظ قصيدة من الشعر مثلا ، لا بد من أن يقرأها عدة مرات، ولا يقصد به ذلك التكرار الذي لا فائدة منه لان فيه ضياع للوقت بدون أن يحقق التلميذ ما هو مطلوب منه كما يؤدي إلى العجز على الارتقاء في مستوى الأداء، بل يقصد به التكرار القائم على أساس الفهم والتركيز والانتباه و الملاحظة الدقيقة.

ج- التدريب:

هو الذي يتم في فترات متباعدة تتخللها فترات من الراحة ولقد وجد أن التدريب المركز يؤدي إلى التعب، والشعور بالملل كما أن ما يتعلمه الفرد بالطريقة المركزة يكون عرضة للنسيان وذلك لان فترات الراحة التي تتخلل فترات التدريب الموزعة تؤدي إلى تثبيت ما تعلمه التلميذ.

د-التوجيه والإرشاد:

فالتحصيل القائم على التوجيه والإرشاد أفضل من التحصيل الذي ال يستفيد من عمليات إرشاد وتوجيه المعلم ، فالإرشاد يؤدي إلى حدوث التعلم بمجهود أقل وفي مدة زمنية أقصر عما كان التعلم دون إرشاد وتوجيه.

(بركات:1995، 174، 175)

ه- النشاط الذاتي:

إن تحصيل الجيد هو الذي يقوم على النشاط الذاتي للمتعلم عن طريق البحث والاصلاح والتنقيب واستخلاص الحقائق وجمع المعلومات بلا أن يقف سلبيا ويتلقى المعلومات جاهزة من المعلم.

و-التسميع الذاتي (التغذية الراجعة):

هو عملية يقوم بها التلميذ محاولا استرجاع ما حصله من معلومات أو ما اكتسبه من خبرات ومهارات وذلك أثناء الحفظ وبعده بمدة قصيرة، فلهذه العملية تبين للمتعلم مقدار ما تعلمه.

ز- الدافعية:

من الامور المسلم بها أنه لا يوجد عمل من دون حوافز ودوافع معينة فلكل تلميذ دوافع نفسية واجتماعية تدفعه نحو الدراسة أو تمنعه عنها، وهنا يجب الكشف عن هذه الدوافع ومحاولة استغالها كمحركات لقدرات التلميذ والدافعية للتعلم هي حالة داخلية في المتعلم تدفعه إلى الانتباه إلى الموقف التعليمي والقيام بنشاط موجه والاستمرار في هذا النشاط حتى يتحقق التعلم كهدف للمتعلم.

(بركات:1995، ص 175)

4- خصائص التحصيل الدراسي:

يكون التحصيل الدراسي غالبا أكاديمي، نظري وعلمي يتمحور حول المعارف والميزات التي تجسدها المواد الدراسية المختلفة خاصة والتربية المدرسية عامة كالعلوم والرياضيات والجغرافيا والتاريخ ويتصف التحصيل الدراسي بخصائص منها:

- يمتاز التحصيل الدراسي بأنه محتوى منهاج مادة معينة أو مجموعة مواد لكل واحدة معارف خاصة بها.

- يظهر التحصيل الدراسي عادة عبر الإجابات عن الامتحانات الفصلية الدراسية الكتابية والشفهية والأدائية.

- التحصيل الدراسي يعتني بالتحصيل السائد لدى أغلبية التلاميذ العاديين داخل الصف، ولا يهتم بالميزات الخاصة. (مزيود:2009 ،ص 184)

– التحصيل الدراسي أسلوب جماعي يقوم على توظيف امتحانات وأساليب ومعايير جماعية موحدة في إصدار الأحكام التقويمية.

(مزيود:2009 ،ص 184)

5– العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

هناك عوامل عدة متداخلة فيما بينها تؤثر على التحصيل الدراسي ومن بين هذه العوامل نذكر :

* **العوامل العقلية:**

وتتمثل في كل العوامل المؤثرة في التحصيل، ويقصد بها كل العوامل المرتبطة بالقدرات العقلية، من أهمها نجد:

– **الذكاء:**

هو من أهم العوامل العقلية المؤثرة في التحصيل، وذلك لوجود عالقة ارتباطية قوية بينهما، وهذا ما أكدت عليه الدراسات التي أجريت في هذا المجال.

يعتبر نقص الذكاء من أقوى الأسباب التي تبدو في حالات التأخر الدراسي الذي يستعصي عالجه ويقول "محمد خليفة بركات" إذا كان الذكاء عاليا فإن الامل يكون كبيرا في قدرة التلميذ على الالتحاق بزملائه إذا عولجت الأسباب التي أدت إلى التأخر.

– **القدرات الخاصة:**

لقد كشفت معظم الدراسات والبحوث طبيعة العالقة بين التحصيل الدراسي والقدرات الخاصة ومن بينها القدرة اللغوية التي تؤدي إلى الفهم الصحيح والدقيق لمعاني المتغيرات اللغوية، وكذلك القدرة على الاستدلال العام. (عبدي: 2011، ص121)

*** العوامل الجسمية:**

بالنسبة للعوامل الجسمية العامة للتلميذ والعاهات الخلقية، نجد من قدرة التلميذ على بذل الجهد ومسايرة زملائه في المدرسة ومن أكثر العاهات المنتشرة في مدرستنا ضعف حاستي السمع والبصر وكذلك عيوب النطق.

*** العوامل التربوية:**

إضافة الى عوامل عقلية وعوامل جسمية، توجد عوامل تربوية تتمثل في مجمل الظروف المدرسية التي يعشها التلميذ داخل المدرسة كالتالي:

- المعلم كعامل أساسي في التحصيل الدراسي:

للمعلم دور أساسي في مستوى التلاميذ وتحصيلهم أما سلبا أو ايجابا وذلك من خلال قدرته على التنويع في أساليب التدريس ومدى مر اعاته للفروق الفردية بين التلاميذ، وحالته المزاجية العامة، ونمط الشخصية مدى قدرته على تعميم اختبارات تحصيلية بطريقة جيدة موضوعية، وعدم التساهل في توزيع العالمات بما لا يتناسب وما يستحقه التلاميذ.

- الجو الاجتماعي المدرسي:

يعتبر الجو الاجتماعي المدرسي من العوامل الهامة التي تؤثر على التلاميذ، فإن كان القسم يتسم بالتفاعل الإيجابي بين أفراد المجتمع المدرسي، بين الأستاذ والتلاميذ، بين التلميذ وزملائه والتلميذ والهيئة الادارية فإن ذلك يؤدي الى ارتفاع المستوى التحصيل الدراسي لديهم، أما اذا اضطربت العالقات بين المجتمع المدرسي فالتلميذ يصبح عاجز عن التكيف مع هذا المجتمع مما يؤثر سلبا على تحصيله الدراسي.

-المناهج:

إن هذا البرنامج مبني على أسس سليمة بحيث تراعي فيها طبيعة نمو التلميذ في المرحلة التي أعيد من أجلها حيث تكون متكيفة مع نموه الفيزيولوجي والنفسي لتلميذ ويكون تحصيله جيدا ، وإذا حصل العكس يكون تحصيله ناقص. (عبدي: 2011، ص121، 122)

- الإدارة والتحصيل الدراسي:

يمكن للنظام الإداري السائد في المدرسة أن يؤثر سلبا على أداء التلاميذ، فإذا كانت العلاقة بين فريق العمل من إدارة ومعلمين جيدة، أثر ذلك إيجابا، أما إذا كانت هذه العالقة غير جيدة فإنها تؤثر سلبا على التلاميذ، كما أن نمط الإدارة إذا كان دكتاتوريا يكون له أثر مباشر في تراجع وانخفاض مستوى تحصيل التلاميذ، ولنظام الامتحانات من حيث الاعتبارات الأساسية، كالتقويم والموضوعية والظروف الملائمة تؤدي دورا في التحصيل الدراسي من حيث رفعه أو خفضه.

*** العوامل الأسرية:**

تعتبر الأوضاع الأسرية من أهم العوامل التي تؤثر في الحالة النفسية والجسمية والعقلية لدى التلاميذ، وتتحدد هذه الأوضاع فيما يلي* : المستوى الثقافي للأسرة، المستوى التعليمي للوالدين : ذلك لما له من تأثير كبير على تحصيل التلميذ ، من حيث مساعدته على مراجعة دروسه ومراقبة مختلف نشاطاته المدرسية، وهو بذلك يتلقى العناية الكافية للدراسة.

(عبدي:2011، ص123)

***العوامل النفسية:**

من أهم العوامل النفسية التي تؤثر في التحصيل الدراسي ما يلي:

- مستوى الطموح:

لا يمكن تصور متعلم يتفوق دون مستوى لائق من الطموح وذلك لان طموحه يلعب دورا في الدفع به نحو تحقيق المزيد من التحصيل والتفوق والامتياز وهذا ما أثبتته الكثير من الدراسات العربية والأجنبية، حيث أسفرت عن علاقة ارتباطية دالة موجبة بين التحصيل الدراسي ومستوى الطموح. (عبد اللطيف:1999، ص118)

- الدافعية:

تعتبر الدافعية أحد العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي فهي القوة الداخلية التي تحرك السلوك وتوجهه نحو تحقيق غاية معينة ويشعر بالحاجة اليها وبأهميتها المادية أو المعنوية وتستثار هذه القوة المحركة بعوامل تنتج من الفرد نفسه (خصائصه وحاجاته وميوله).

(جادو: 2000، ص324)

-تقدير الذات:

هناك الكثير من الأبحاث أثبتت أهمية تقدير الذات في التعلم مثل دراسة "عبد الخالق مرسي جبريل" 1993 التي أثبت وجود فروق في تقدير الذات بين الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين، ودراسة "محمد الديب" التي أثبتت وجود علاقة بين تقدير الذات والانجاز الأكاديمي.

(أحمد :2010، ص 42)

6- قياس التحصيل الدراسي:

تعتبر الاختبارات التحصيلية من أهم الوسائل في قياس التحصيل الدراسي للأفراد وتحديد مدى قدراتهم وامكانياتهم ومدى تطور مستواهم.

6-1- مفهوم الاختبارات التحصيلية:

يعرف الاختبار على أنه أداة من أدوات البحث في العلوم السلوكية يستخدم في وصف السلوك الحالي وقياس ما يطرأ عليه من تغيير نتيجة تعرضه لعوامل ومؤثرات توثر فيه.

(صابر ،خفاجة:2002،ص153)

أما الاختبارات التحصيلية فهي اجراء منظم لتحديد وقياس ما تعمله المتعلم في مختلف المراحل التعليمة.

(ملحم:2001،ص433)

6-2-أنواع الاختبارات التحصيلية:

أ- الاختبارات الأدائية:

هي الاختبارات التي يقوم فيها التلميذ بأداء مجموعة عمليات آلية أو جسمية يمكن للمعلم تقويمه على أساسها، ويستخدم هذا النوع عادة في المواد التطبيقية والفنية والرياضية، لأن التحصيل الدراسي للتلميذ في هذه المواد لا يتوقف عند حدود تذكرا لمعلومات والحقائق أو تكوين اتجاهات معينة بل يمتد كذلك إلى الجوانب الأخرى كالجوانب الجسمية أو الحركية، وذلك للتأكد من استيعاب التلميذ لما درسه نظريا وقدرته على نقله إلى حيز التطبيق.

ب- الاختبارات الشفوية:

هي إحدى وسائل التقويم المستخدمة على نطاق واسع في المؤسسات التعليمية من قبل المعلمين، وهي تتمثل في قيام المعلم بتوجيه أسئلة معينة إلى التلاميذ خلال الحصة الدراسية تتعلق بموضوعات المادة التي تم دراستها سابقا أو في نفس موضوع الحصة يجيب عليها التلميذ شفويا، وتهدف إلى قياس ما تم تحصيله من معلومات أو معارف ويتم إعطاء درجة للتلميذ بناءا على اجابته، وهي من أقدم الاختبارات وتستخدم في تقييم مجالات معين من التحصيل كالقراءة والقاء الشعر وتلاوة القرآن. (علوان:2007 ص24)

ج- الاختبارات المقالية:

هي أقدم أنواع وسائل التقييم المكتوبة وتكون في العادة بنوعين: طويلة تمتد إجابتها أحيانا لعشرات الصفحات أو تتعدى في مجملها نصف صفحة كما في التربية المدرسية، وقصيرة ذات إجابة محدودة تتراوح بين جملة ونصف صفحة، تستخدم الاختبارات المقالية في التربية لكشف قدرة التلاميذ على تشكيل الأفكار وربطها وتنسيقها المنطقي معا بأسلوب لغوي واضح ومفيد،

(نشواتي :2002،ص615)

بالإضافة إلى ذلك فهي تنمي قدرة التلاميذ على الإبداع الفكري ونقد وتقييم المعلومات ومفاضلتها، وتستخدم هذه الاختبارات لقايس قدرات الطلبة على التفكير وعلى استخدام ما اكتسبوه من معارف ومعلومات، أي قياس استراتيجيات التفكير عند الطلبة.

(نشواتي :2002،ص615)

د- الاختبارات الموضوعية:

الموضوعية تعني الإتقان التام في الأحكام، وقد سميت بالاختبارات الموضوعية لأننا لو أعطينا أوراق الإجابة عددا من المصححين فإن الاتفاق على الدرجة المعطاة لكل ورقة منها سيكون اتفاقا لا اختلاف فيه، ولهذه الاختبارات أنواع عديدة أهمها:

- أسئلة الاختيار من متعددة:

تتكون من جملة تصاغ في صورة سؤال مباشر أو عبارة ناقصة تسمى الجذر أو أصل السؤال، ومجموعة من الحلول المقترحة لها قد تشتمل على كلمات أو أعداد أو رموز أو عبارات تسمى البدائل الاختيارية غالبا ما يكون أحدها صحيح وباقي الإجابات تتضمن جزءا من الإجابة أو إجابة ناقصة أو خاطئة وتسمى المموهات.

-أسئلة الصواب والخطأ:

تكون بأشكال مختلفة وهي أكثر الأسئلة انتشارا في المؤسسات التعليمية، وتعد فرعا من فروع الأسئلة الموضوعية تتكون من عدد من العبارات بعضها يكون صحيح وبعضها الآخر خطأ، حيث يكلف الطالب بوضع كلمة صح أو خطأ أو إشارتهما، ويجب أن تكون العبارات متجانسة حول موضوع واحد.

(نشواتي :2002،ص618)

-أسئلة المزاوجة:

وفيها يتألف السؤال من قائمتين من البنود، تحتوي القائمة الأولى على مفردات تدور حولها مشكلة هي موضوع السؤال والقائمة الثانية تتضمن مفردات أو عبارات يرتبط كل منها ببند في القائمة الأولى، ويطلب من الطالب أن يجري عملية التوفيق بين القائمتين باختيار البند في القائمة الثانية الذي يرتبط مع البند المناسب له في القائمة الأولى.

-أسئلة التكملة وملئ الفراغات:

يتضمن هذا النوع عددا من الفقرات أو الجمل الصحيحة، وقد أبعد أو حذف منها جزء مكمل، ويترتب على الطالب ملئ هذا الفراغ بكلمة أو فقرة أو جملة تجعل العبارة الأصلية كاملة وذات معنى محدد. (نشواتي :2002،ص618)

7- أهمية التحصيل الدراسي:

يكتسي التحصيل الدراسي أهمية كبيرة بالنسبة للطالب أو أسرته أو مجتمعه حيث أن التحصيل الدراسي يمارس دورا هاما في صنع الحياة اليومية للفرد، كما أن التحصيل مهم للحياة وتقدم الفرد فإنه أيضا هام جدا للمجتمع وخاصة في بيئتنا العربية على اعتبارأننا في مجتمع يعطي قدرا كبيرا من الاهتمام للتحصيل الدراسي والنجاح، ولا شك أن التحصيل الدراسي له أهمية كبيرة على مستوى الفرد حيث يؤدي إلى إشباع حاجة الفرد وتحقيق التوافق النفسي، وتقبل الفرد لذاته، ومن ثم عدم الوقوع في مشكلات سلوكية قد تؤدي إلى اضطراب النظام داخل المدرسة و خارجها.

(عبد الحميد:2010، ص14)

فالتحصيل الدراسي مؤشر لنجاح الطالب في الحياة المدرسية وفي الحياة اليومية والقدرة على التفاعل والتعايش مع الآخرين في المستقبل, كما أن الجامعات و المعاهد العليا التي تعمل على تدريب و تخريج الطلاب تعتبر المعدل الذي يحصل عليه الطالب مقياسا لقدراته ومن ثم قبوله في الجامعة بصورة عامة وفي بعض التخصصات بصورة خاصة حيث أنها تطلب معدلات مرتفعة جدا للدخول لتخصص معين. (بوخالفة :2015، ص15)

8- قياس التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية حسب منهاج السنة الثالثة ثانوي:

8-1- منهجية التقويم:

يبقى التقويم يطرح إشكالية، عندما يتعلّق الأمر بالنّتائج البدنية والرياضية. حيث يواجه المعلّم هذ الإشكال عند ما يريد تقويم تصرفات تلاميذه، وكثيرا ما يعترف بهذه الخصوصية وعموما فالتقويم وسيلة في خدمة المعلّم والتلميذ على حد السواء ، فهو يوفر للأول المعلومات اللازمة ويكشف عنها، ليطّلع على مدى تحقيق الأهداف المسطّرة ، ويسمح للثّاني بتحديد موقعه من التدرج البيداغوجي. هذا التجانس بين الأهداف المعلن عنها والتّقويم، يسمح بالتّكفّل الحقيقي بالفروقات الفردية الموجودة ضمن تركيبة الفوج التربوي خلال صيرورة التعلّم.

ومن هنا فمقاربة مبنية على بيداغوجية الفروقات ، تجعل التلميذ مسؤولا وقائما على تعلّمه الحركي، ففي إطار تقويم النشاطات البدنية والرياضية، نجد أن المقاربة بالكفاءات تدعو إلى اعتماد موقفيـــن:

* نهج قوامه تّحديد الأهداف الخاصة في صيغتها العملية الإجرائية، يستدعي التركيز على التلميذ باعتباره محور ومركز العملية التعلمية.

* تقويم ذو مصداقية يتطلّب من المعلّم ملاحظة تصرفات التلاميذ والحكم عليها كقيمة موضوعية دلالتها مؤشّرات الكفاءات ومعايير الأهداف التعلمية.

(مناهج التربية البدنية للسنة ثالثة ثانوي: 1996، ص12)

8-2- كيفية التنقيط:

أ- التنقيط في الأنشطة الفردية:

*** النتائج المحققة:**

وتتمثل في احسن نتيجة محققة زائد فارق التطور أثناء التقييم التشخيصي و التحصيلي.

(منهاج التربية البدنية للسنة ثالثة ثانوي: 1996، ص 14)

*** كيفية استخراج النتائج:**

تستخرج النتاج في الأنشطة الفردية كما يلي:

*** مثال : رمى المتعلم الجلة وحصل على النتائج التالية:**

- في التقييم التشخيصي 7.50م
- في التقويم التحصيلي 8.00م
- التطور الحاصل 50 سم (بين اضعف واحسن نتيجة)

*** كيفية التنقيط :**

يترجم الأستاذ كل من احسن نتيجة محققة والتطور الحاصل إلى علامة بالرجوع إلى المقياسين الخاصين بهما ، ويقوم بجمع النقطتين في علامة واحدة.

ب- التنقيط في الأنشطة الجماعية:

يتم تقييم التلاميذ في الألعاب الجماعية بعد ملاحظتهم في حصص تقويمية وتحديد مكتسبا مته وترتيبهم حسب شبكة المستويات المعدة لذلك ، وترجمة المستوى إلى العلامة المناسبة.

*** شبكة تقويم الأنشطة الجماعية:**

* جدول رقم (1): يوضح شبكة التقويم في الأنشطة الجماعية:

المستويات	الخصائص المميزة	النقطة
المستوى 1	ــ متفرج (ليست له الرغبة في المشاركة).	من 03- 06
المستوى 2	ــ راد فعل (مجدد النشاط).	من 07- 10
المستوى 3	ــ متكيف (يجد الحلول المناسبة)	من 11- 14
المستوى 4	ــ باحث (له بعد النظر أثناء المشاركة)	من 15- 17
المستوى 5	ــ الموهوب، صانع الألعاب.	17 +

(منهاج التربية البدنية للسنة ثالثة ثانوي: 1996، ص 14، 15)

*** مناقشة الفصل:**

كما تم توضيحه خلال الفصل عن طريق سرد مجموعة المفاهيم المتعلقة بالتحصيل الدراسي، نلاحظ انه توجد عدة نقاط يجب مناقشتها وهي:

- أولا: تعدد المصطلحات المعبرة على التحصيل الدراسي:

خلال الفصل تم سرد مجموعة من المصطلحات التي تعبر على التحصيل الدراسي مثل (التحصيل الاكاديمي، علامات الطلبة ، درجة الاكتساب، الخبرات السابقة، ...) ، كل هذه المصطلحات تعبر عن وجه معين من أوجه التحصيل الدراسي مثلا عندما نتكلم على الخبرات السابقة فنحن نتكلم عن التحصيل الدراسي وتراكمه خلال كل السنوات الدراسية، اما عندما نتحدث على درجة الاكتساب فنحن نعبر على الوقت الراهن و اما عندما نتحدث على علامات الطلبة فنحن نعبر على التحصيل الدراسي بطريقة مختلفة الا وهي التعبير عليه بمؤشر كمي هناك اجماع على موضوعيته، وكخلاصة فان كل هذه المصطلحات تعبر عن نفس المعنى ومن هنا فاننا نعتبرها متساوية خلال الدراسة.

- ثانيا: تعدد أساليب قياس التحصيل الدراسي وايها أفضل؟ :

خلال الفصل يتم سرد مجموع من الأساليب التي يتم من خلالها قياس التحصيل الدراسي والتعبير عنه بشكل كمي او ما يسمى بالاختبارات التحصيلية، فأيها أفضل ويعبر على التحصيل الدراسي بشكل دقيق؟

في الحقيقة ليس هناك أسلوب أو اختبار تحصيلي معين أفضل او مميز على الآخرين، في كل مادة تعليمية تتطلب أسلوب معين يتناسب مع خصوصياتها ، كما ان مستوى التلاميذ في حد ذاته يتطلب أسلوب او اختبار تحصيلي يتماشى معه ، وبالعموم فكلما كانت الاختبارات التحصيلية مهما كان نوعها موضوعية بعيدة عن الذاتية كانت افضل.

ويرجع تحديد الأسلوب او الاختبار التحصيلي المناسب لاستاذ المادة بالاعتماد على المنهاج.

– ثالثا: هل يعتمد التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية على الجانب الادائي فقط ؟ اما يتعداه للجانب المعرفي والوجداني؟ :

يعتبر هذا السؤال معضلة حقيقية ، وقد كانت هناك دراسات كاملة لمناقشته وذلك لعدة اساب، لكن المنطلق المهم لمناقشة هذا السؤال هو العودة لتعريف التربية البدنية والرياضية وتحديد أهدافها، فكما نعلم جميعا ان التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة تعمل على تحقيق أهدافها من خلال استخدام النشاط البدني الرياضي كوسيلة أي ان أهدافها الحقيقية لا تقتصر على الجانب الرياضي والبدني فقط ، بل تتعداه للجوانب النفسية ، الوجادنية العاطفية ، والجوانب المعرفية، كما حددها بلوم في ثلاث اهداف رئيسة هي:

– الجانب الحسي الحركي / – الجانب الوجدلني العاطفي /– الجانب المعرفي

والسؤال هنا هل يتم قياس التحصيل الدراسي في كل هذه الجوانب؟

والجواب يبدو واضح وقد تمت الإجابة عنه بطريقة غير مباشرة مع نهاية الفصل حين تمت الإشارة لكيفية حساب التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية حسب منهاج المادة في المرحلة الثانوية، حيث نلاحظ وبشكل واضح انه يتم قياس الجانب الادائي فقطك الذي يندرج خلف الأهداف الحسية الحركية ، ويم تجاهل الجانب الوجداني والمعرفي.

ومن هذا المنطلق فاننا نلاحظ خلال كبير بين اهداف المادة وبين التعبير عليها في عملية التحصيل الدراسي، هذا الخلل يتطلب دراسات تعالجه وتقترح حلول لتعديله ، ليكون التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية مستقبلا شاملا ويضم كل الجوانب الحسية الحركية والوجدانية العاطيفية و المعرفية، وهذا لن يتم الا بتغيير الاختبارات التحصيلية الحالية المعتمدة في المادة ، باختبارات أخرى تكون أشمل وأكثر تعبير على أهدافها.

خلاصة الفصل:

يعتبر التحصيل الدراسي من المؤشرات المهمة التي تؤثر في حياة الفرد وتنمي قدراته العقلية مما يعمل على الانسجام بين سلوك الفرد وانفعالاته و يتبين ذلك من خلال درجة التحصيل لدى الفرد.

ويعرف التحصيل الدراسي بانه درجة الاكتساب التي يحققها الفرد في مادة معينة أو في مجال تعليمي معين أو مستوى النجاح الذي يحققه التلميذ وهو كذلك مستوى اكتساب التلميذ للحقائق والمفاهيم والمعلومات المنظمة في وحدة بناء الكائن الحي عند مستويات الاستذكار والفهم التطبيقي والذي يقدر بالدرجات التي يحصل عليها في المادة ويحدد بواسطة الاختبار أو الدراجات المحددة من قبل المعلمين أو كلاهما.

وينقسم التحصيل الدراسي لعدة مستويات أو أنواع هي:

- التحصيل الجيد/- التحصيل المتوسط / - التحصيل الدراسي المنخفض (ضعف التحصيل)

وللحصول على تحصيل دراسي جيد يجب توفر مجموعة من الشروط هي:

- التهيئة النفسية والميول – التكرار – التدريب –التوجيه والإرشاد – النشاط الذاتي –التسميع الذاتي (التغذية الراجعة) – الدافعية.

كما يتميز التحصيل الدراسي بمجموعة من الخصائص نذكر اهما:

- يمتاز التحصيل الدراسي بأنه محتوى منهاج مادة معينة أو مجموعة مواد لكل واحدة معارف خاصة بها.

- يظهر التحصيل الدراسي عادة عبر الإجابات عن الامتحانات الفصلية الدراسية الكتابية والشفهية والأدائية.

- التحصيل الدراسي يعتني بالتحصيل السائد لدى أغلبية التلاميذ العاديين داخل الصف، ولا يهتم بالميزات الخاصة.

- التحصيل الدراسي أسلوب جماعي يقوم على توظيف امتحانات وأساليب ومعايير جماعية موحدة في إصدار الأحكام التقويمية.

هذا ويتأثر التحصيل الدراسي بمجموعة من العاومل هي:

- العوامل العقلية – الذكاء – القدرات الخاصة – العوامل الجسمية – العوامل التربوية – العوامل الأسرية –العوامل النفسية.

وللتحصليل الدراسي عدة أساليب لقياسه تسمى الاختبارات التحصيلية نذكر منها:

- الاختبارات الأدائية – الاختبارات الشفوية – الاختبارات المقالية– الاختبارات الموضوعية.

وعندما يتعلق الامر بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية فاننا نجد صعوبة كبيرة تتعلق بخصوصية المادة باعتبارها مادة فريدة من نوعها، غير ان ما هو موجود في الواقع فان التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية يعتمد على الاختبرات الادائية. ويهمل الجانب المعرفي والنفسي.

وفي الأخير وبما ان التحصيل الدراسي له أهمية كبيرة بالنسبة للطالب و أسرته ومجتمعه حيث أن التحصيل الدراسي يمارس دورا هاما في صنع الحياة اليومية للفرد، كما أن التحصيل مهم للحياة وتقدم الفرد فإنه أيضا هام جدا للمجتمع وخاصة في بيئتنا العربية على اعتبارأننا في مجتمع يعطي قدرا كبيرا من الاهتمام للتحصيل الدراسي والنجاح، فان هذا المتغير لازال يتطلب الكثير من الدراسات لمعالجة مشاكله والرقي به.

الفصل الثالث:

التربية البدنية والرياضية

1- تاريخ التربية البدنية والرياضية

2- مفهوم التربية

3-مفهوم التربية البدنية

4- مفهوم التربية البدنية والرياضية

5- علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة

6- خصائص التربية البدنية والرياضية

7-الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية

8-أهمية التربية البدنية والرياضية

9- أهداف التربية البدنية والرياضية

10- مميزات التربية البدنية والرياضية

11- شروط ممارسة التربية البدنية والرياضية

12- أهمية ومكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية الجزائرية

13- درس التربية البدنية والرياضية

14- أوجه النشاط البدني والرياضي في برنامج المرحلة الثانوية

15- الأهداف والكفاءات المستهدف في منهاج التربية البدنية للسنة ثالثة من المرحلة الثانوية

تمهيد:

تعتبر التربية البدنية والرياضية جزء أصيل من التربية العامة تعمل على تحقيق أهدافها عن طريق استخدام النشاط الرياضي والبدني كوسيلة، ومن هنا فان اهداف التربية البدنية لا تقتصر على الجانب الحسي والحركي فقط، بل تتعداه الى الجوانب النفسية والاجتماعية والمعرفية، وهذا يبرز مدى أهمية هذه المادة على مختلف الجوانب المتعلقة بالفرد، لهذا فان الغوص في مفاهيم هذه المادة واستعراض أهدافها و خصائصها له امر لابد منه ، خاصة و ان هذه الدراسة تتعلق بشكل مباشر بها ، ومنه فإننا في هذا الفصل سنقوم بتقديم هذه المفاهيم ونستعرض هذه الأهداف والخصائص خاصة على مستوى المرحلة الثانوية التي تعتبر المجتمع المستهدف بهذه الدراسة.

1- تاريخ التربية البدنية والرياضية:

ان استقراء أحداث ووقائع تاريخ التربية البدنية والرياضية في ضوء المتغيرات والنظم والأفكار المختلفة التي مرت عليها، تعد معينا لا ينضب من الخبرات والتجارب التي من شأنها توجيه ثقة نظام التربية البدنية والرياضية حاليا ومستقبلا. وتعتمد دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضية على التقسيم التاريخي العام والشائع والذي ينقسم إلى (التاريخ القديم، تاريخ وسيط، تاريخ حديث، تاريخ معاصر). إلا أن المعالجة التاريخية لنظام التربية البدنية يجب أن توضح الفارق بين ما هو متصل بالرياضة كنظام ثقافي اجتماعي، وبين التربية البدنية بمعطياتها التربوية وتطبيقاتها البيداغوجية (التعليمية)، كما يجب التفريق بين البحث التاريخي والبحث الأنثروبولوجي ويعتقد "جربر" 1974م، أن تاريخ الرياضة ليس مجرد سرد للأحداث التي يجب أن تقود للظروف الراهنة للرياضة. وهذا المبحث يطرح تساؤلات جوهرية مثل:

- من هم الفاعلون الذين اشتركوا في هذه الوقائع أو الاهتمامات؟
- ماذا فعل هؤلاء على وجه الدقة؟
- متى وقعت تصرفات الأفراد أو برزت هذه الاهتمامات؟
- كيف أثرت تصرفات الأفراد المعنيين في مجريات الحدث؟

(الخولي: 2002، ص409)

– لماذا تصرف الأفراد المعنيون على النحو الذي حدث؟ وماذا كانت دوافعهم؟

وهناك اتجاه بحثي في التاريخ يتناول ما يعرف بالسير والتراجم، حيث يؤرخ لأحد أعلام الرياضة أو أحد رواد الحركة العلمية أو الفكرية أو المهنية في التربية البدنية، وهو اتجاه أخذ في التنامي، فضلا عن أن بعض الرواد قد يكتب سيرته الذاتية ويؤرخ لعصره فيما يعرف بالتراجم والسيرة الذاتية، وقد يلجأ الباحثون إلى تحقيق المخطوطات وهي مؤلفات مخطوطة مكتوبة بخط اليد كتبت قبل ظهور المطابع، وذلك لإلقاء الضوء عليها أو التعليق والتحليل والدراسة.

(الخولي: 2002، ص409)

2- مفهوم التربية:

الفرد الإنساني لابد أن ينشأ في جماعة، لأنه يحتاج منذ ولادته إلى من يرعاه ويتعهده بالتربية والعناية حتى يشب عن الطوق ويصبح قادرا على الاعتماد على نفسه من جهة، وأن يكون عضوا صالحا في الجماعة التي ينتمي لها من جهة ثانية، وتلك التربية أو الرعاية التي يتلقاها لا تقتصر على جانب واحد من جوانب الشخصية بل من الضروري أن تكون ذات طابع شمولي تكاملي لجميع جوانب شخصيته الروحية والعقلية والوجدانية والأخلاقية والجسمية والاجتماعية.

(ربيع:2006، ص14)

ولكي تتم التربية فلا بد من وجود مربي ومتربي ووسط تتم فيه العملية التربوية حيث يستلزم وضع خبرات التراث الثقافي في إطار تنظيمي كالمناهج، ومن هذا المنطلق فإن التربية تعد مجالا لتربية الفرد جسميا وعاطفيا ومعرفيا ومهاريا...

(شلتوت:2007، ص9)

ويختلف تعريف التربية باختلاف وجهات النظر ويتعدد حسب الجوانب والمجالات المؤثرة فيها والمتأثرة بها و من بين بعض التعاريف نجد أن البعض يعرفها على أنها تعني نقل التراث الثقافي من جيل قد تم إلى جيل جديد بعد تعديله و تنميته، أما "أفلاطون" فيرى أن التربية هي إعطاء الجسم و الروح كل ما يمكن من الجمال و الكمال أما "أرسطو" فيقول أن الغرض من التربية هو إعداد العقل لكسب العلم. (الخولي:2001، ص28)

3-مفهوم التربية البدنية:

لقد اهتمت الدول الحديثة بالتربية البدنية اهتماما كبيرا لنظر لما تم اكتشافه من اثار ايجابية بناءة تساعد على اعداد شخصية المواطن سواء من الناحية العقلية او البدنية او النفسية او الاجتماعية حتى انها اصبحت من المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم الحضاري. على عكس ذلك مازال يعتقد كثير من الناس أن التربية البدنية هي مختلف أنواع الرياضات أو أنها عضلات وعرق أو أذرع وأرجل قوية، أو أنها تربية الأجسام، ولهذا تعددت مفاهيم التربية البدنية من عالم للآخر، فرغم اختلافهم في شكل تعريفها فأنهم يتفقون في المضمون وأهم هذه التعاريف هي:

عرفها "ثاش " بأنها جزء من التربية وأنها تستغل دوافع النشاطات الطبيعية الموجودة في كل شخص لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية والعقلية والانفعالية وهذه الأعراض تتحقق حيثما يمارس الفرد أوجه نشاط التربية البدنية.

ويعرفها "تيكسول و آزنز "بأنها ذلك الجزء من التربية التي تنص الأنشطة القوية التي تتضمن عمل الجهاز العضلي و ما ينتج عن الاشتراك في هذه الأوجه من النشاط من التعلم.

(بوسنان:2011، ص4)

ويعرفها" فولتمر و سيلنجر " بأنها ذلك الجزء من التربية الذي يتم عن طريق النشاط البدني.
(عزمي:2004، ص 11)

4- مفهوم التربية البدنية والرياضية:

عندما نريد أن نتكلم عن العلاقة الموجودة بين النشاط البدني والرياضي والتربية فإننا نسلط الضوء مباشرة على مفهوم اخر وواوسع، يسع ليشمل كل أنواع الأنشطة البدنية والجوانب النفسية والعقلية للفرد وهو مفهوم التربية البدنية والرياضية كما عرفها:

"ويست بوتشر و كثير من المفكرين" هي تلك العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني و إثراء الجوانب البدنية و العقلية و الاجتماعية و الوجدانية للفرد باستخدام النشاط البدني كأداة لتحقيق أهدافها. (بوسنان :2011، ص6)

ويقصد بها أيضا بأنها تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة أوجه النشاط البدني الرياضي، إذا تعتبر إحدى فروع التربية والتي تسند نظرياتها من العلوم المختلفة، والتي تعمل على تكييف الفرد لما يتلاءم مع حاجته والمجتمع الذي يعيش فيه ويدل على تطوره وتقدمه.

(بوسنان :2011، ص6)

وذكر "بيتر أرنولد" تعريفا للتربية البدنية والرياضية حيث يرى بأنها ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية، العقلية، الاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط المباشر. (الخولي :2001، ص36)

5- علاقة التربية البدنية والرياضية بالتربية العامة:

التربية البدنية والرياضية هي تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة النشاط والتي تنمي وتصون شخصية وجسم الفرد، فعندما يتدرب الإنسان فهو لون من ألوان التربية التي تساعد على تقوية وسلامة الجسم. فالتربية البدنية والرياضية ليست جزء يضاف إلى البرنامج المدرسي آو وسيلة لشغل الطلاب ولكنها على العكس من ذلك فهي جزء حيوي من التربية فعن طريق توجيهها توجيها صحيحا يكتسب الأفراد المهارات اللازمة عند قضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة، وينمون اجتماعيا آما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يضفي على حياتهم السعادة باكتسابهم الصحة العقلية والجسمية.

(عزمي:2004 ، ص14)

6- خصائص التربية البدنية والرياضية:

تتميز التربية البدنية عن غيرها من النظم التربوية بعدد من الخصائص أهمها:

* اعتمادها على اللعب كشكل رئيسي للأنشطة.

* اعتمادها على التنوع الواسع في الأنشطة مما يساعدها على مصادفة كل أنواع الفروع الفردية لدى التلاميذ.

(الخولي: 1996، ص147)

* ارتباطها بالتربية إذ تزود الشباب بحركة ثقافية معرفية تساعدهم على إحراز مكانة اجتماعية.

* اكسابها للخصال والقيم المتصلة بالقيم والمعايير والأخلاق والأدب وغالبا ما يكون بطرق غير مباشرة وفي ظروف حيوية ديناميكية بعيدة عن التلقين.

وقد أورد "وست وتشر" 1987 بعض الإسهامات التربوية التي يمكن أن تعبر بوضوح عن طبيعة العلاقات بين التربية البدنية والنظام التربوي ، ومن هذه الإسهامات:

* مساهمة التربية البدنية والرياضية في زيادة التحصيل الدراسي.

* الصلة القوية للنشاط الحركي بالعمليات العقلية العليا.

* مساهمة التربية البدنية والرياضية في فهم حجم الإنسان.

* مساهمتها في فهم دور الرياضة والثقافة العالمية.

* توجيهاها لحياة الفرد نحو أهداف نافعة.

* المساهمة في تأكيد الذات وتقدير النفس في الاتجاه الإيجابي نحو النشاط البدني بشكل عام.

* المساهمة في تنمية قيمة التعاون ونشر مفاهيم اللعب الشريفة والروح الرياضية.

* المساهمة في تنمية المهارات الأساسية والمحافظة على البيئة الطبيعية.

(الخولي: 1996، ص147)

7- الأسس العلمية للتربية البدنية والرياضية:

7-1- الأسس البيولوجية:

تهتم التربية البدنية و الرياضية بالدرجة الأولى بجسم الإنسان و نشاطه الحركي حيث يتميز هذا الجسم بميكانيكية معقدة جدا، لذلك يجب على مدرس التربية البدنية أن يكون على دراية كاملة حول الجسم و تركيبه ووظائفه و ميكانزيم حركاته، أي عمل العظام و العضلات و كذا الوقود الطاقوي للجسم سواء عن طريق الجهاز الدوري أو التنفسي أو الهضمي الذي تعمل أجزاءه كدوافع تعمل عليها العضلات ،وهنا لا يعني أن يكون المربي اختصاصيا أو طبيبا و إنما يجب أن تكون لديه قاعدة راسخة من العلوم الأساسية من الناحية البيولوجية مثل : علم التشريح، علم وضائف الأعضاء، بيولوجيا الرياضية ،علم البيو ميكانيك حيث أنها تعطي للطالب أو المعلم أو المدرب خلفية قوية للتكامل مع الإنسان الرياضي. (علاوي:1995، ص120)

7-2- الأسس النفسية:

إن الدراية بالأسس النفسية يمكن أن تعطي تحليلا لأهم نواحي النشاط البدني والرياضي وتساهم في التحليل الدقيق للعمليات المرتبطة بالنشاط الحركي.

7-3- الأسس الاجتماعية:

تلعب الأسس الاجتماعية للتربية البدنية والرياضية دورا هاما في تحسين أسلوب حياة الإنسان، حيث تساعد الفرد على التكيف مع الجماعة فتغرس في الفرد روح الرياضة وتبعده عن ممارسة العنف والضرب بأشكاله فالرياضي يبذل جهد ليهزم منافسه، ولكن بطريقة اجتماعية مقبولة.

التربية البدنية قادرة من خلال أنشطتها أن تقدم الكثير لتغطية حاجيات الفرد مثل: التعاون، المنافسة، وتقبل آراء الأخرين، بالإضافة إلى أنها تعمل على دوام التجانس والتوافق الاجتماعي.

(بوسنان :2011، ص، 11)

8-أهمية التربية البدنية والرياضية:

اهتم الإنسان من قديم الأزل بجسمه وصحته ولياقته وشكله، كما تعرف عبر ثقافاته المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية، كما أدرك أن المنافع الناتجة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على الجانب البدني الصحي وحسب وإنما تعرف على الآثار الايجابية النافعة لها على الجوانب النفسية الاجتماعية والجوانب العقلية المعرفية والحركية المهارية والجمالية الفنية، ولعلى أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني على المستوى القومي ما ذكره " سقراط " مذكر الإغريق وأبو الفلسفة عندما قال أنه على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته البدنية كموطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعا الداعي، كما ذكر المؤلف "شيللر" في رسالته جماليات التربية، أن الإنسان يكون إنسانا فقط عندما يلعب، ويعيق المنكر ويقول "ريد" أن التربية تمدنا بالتهذيب للإرادة ويقول إنه لا يتأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا، بل على النقيض، فإنه هو الوقت الذي يمضي على خير وجه، وقد رأى " بيير دي كوبرتان "أن التربية البدنية قد أهملت كليا ولذلك فهو لم يؤكد أن التربية أحد المكونات الأساسية للتعليم الشامل فحسب وإنما أيضا أكد ضرورة إعطاء المنافسات الرياضية وقتا خاصا في الحياة المدرسية، لأن عقيدة دي كوبرتان أن التربية البدنية تعد الفرد وشخصيته لمعارك الحياة.

(زغلول:2004، ص22)

9- أهداف التربية البدنية والرياضية:

أ- أهداف المجال الحسي الحركي:

* أن يدرك التلميذ جسمه جيدا ويتحكم فيه، ويتعلم تدريجيا حركات متزايدة الصعوبة والتعقيد.

* أن يكتسب سلوكيات حركية جديدة ومنسقة وينمي قدرات رد الفعل والتصور الذهني والحركي.

* أن تحكم في التقنيات الحركية القاعدية والوضعيات التكتيكية للأنشطة المبرمجة في المؤسسة التربوية.

(بوسكرة: 2005، ص11)

* أن يحسن المهارات الحركية التي تمكنه من التعامل في الوضعيات المختلفة بكفاءة وأمان.

ب- أهداف المجال الاجتماعي العاطفي:

* يندمج بسرعة في فعاليات النشاط، ويكون اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي.

* يعمل على تماسك الجماعة ويؤثر عليها لتحقيق هدف مشترك.

* يتهذب خلقيا، يحترم قوانين وقواعد اللعبة، ويتقبل التعليمات وذلك عن طريق الانضباط والتعاون وتحمل المسؤولية.

* يهتم بالمظهر الخارجي وذلك بنظافة الملابس وقص الأظافر والاستحمام بعد ممارسة أوجه النشاط البدني الرياضي.

ج- أهداف المجال المعرفي:

* يعرف المادة وأهدافها وفوائدها.

* يعرف قوانين الألعاب والأنشطة التي يمارسها.

* يعرف المفاهيم والمصطلحات الرياضية المرتبطة بكل نشاط.

* يعرف الأجهزة والأدوات المختلفة بأسمائها.

* يعرف تاريخ اللعبة وأبطالها الوطنيين والدوليين. (بوسكرة: 2005، ص12)

10- مميزات التربية البدنية والرياضية:

- شموليتها لمجالات عديدة تغطي احتياجات الفرد.

- اشتمالها على الجانب النظري وتطبيقه.

- اشتمالها على عدة اختيارات يختار منها الفرد ما يناسبه ويلبي احتياجاته.

(شعلان، ناجي: 2011، ص36)

- وجود عنصر التشويق واشتمالها على الإثارة والمرح.

- تعمل على إثارة روح التنافس بين الأفراد.

- تربية الفرد تربية صحيحة من خلال نشاطات وبرامج متنوعة.

- إشباع روح الإبداع لدى الفرد.

- العمل على ربط الفرد بمجتمعه وأسرته.

- تدعيم روابط الصداقة بين الأفراد من خلال الألعاب الجماعية.

- تعويد الفرد على الأخلاق الحميدة من خلال السلوك الشخصي.

- تنمية روح البحث والاكتشاف لدى الفرد.

- اكتشاف مهارات ومعلومات جديدة.

- غرس الانتماء والولاء الوطني لدى الفرد.

- التدرج التعليمي والتخطي لتحقيق الإبداع.

- العمل بروح الجماعة. (شعلان، ناجي: 2011، ص36)

11-شروط ممارسة التربية البدنية والرياضية:

11-1-الشروط الجسدية:

وتتمثل بشكل عام في سالمة الجسم ويستدعي ذلك دراسة صفات الفرد الجسمية وقدراته لممارسة أي نشاط رياضي، أي أن سالمة الجسم وحيويته تعد من المبادئ الرئيسية لتكوين الفرد القادر على الإنتاج، فالذين يملكون انحراف في أجسامهم أو أكثر يحتاجون إلى بعض التجديد في نشاطهم.

(عبد الله: 2011، ص103)

11-2-الشروط الذاتية:

تتمثل هذه الشروط في الإعدادات النفسية والميول والرغبات، حيث أن الإقبال على ممارسة أي رياضة مرتبطة بميل الفرد إلى هذه الرياضات.

11-3-الشروط المادية:

تتمثل في الوسائل البيداغوجية، التخطيط، التنظيم، ولكي يكون النشاط ملائم يجب مراعاة بعض الأمور أهمها:

- ملائمة مادة التعليم للمرحلة الفنية وخصائص واحتياطات المرحلة.

- مراعاة الفروق الفردية في الفصل بدنيا، مهاريا، معرفيا.

- مراعاة حالة الجو والجنس. (عبد الله: 2011، ص103)

12- أهمية ومكانة التربية البدنية والرياضية في المنظومة التربوية الجزائرية:

تحتل التربية البدنية والرياضية مكانة هامة في المنظومة التربوية الجزائرية لا يمكن تجاوزها أو الاستغناء عنها في حياة التلميذ، وخاصة انه يمر بمرحلة هامة في حياته وهي المراهقة وما تضمنه من تربية وتنمية وصقل لكل مركباته البدنية، النفسية، الفكرية والاجتماعية المؤسسة له.

لذا أولتها وزارة التربية الوطنية العناية الكاملة، وأدرجتها كمادة تعليمية في جميع مراحل التعليم حتى تأخذ مكانتها وتلعب دورها المنوط بها والمتمثل في:

* المساهمة الفعالة في التربية الشاملة عن طريق النشاط الحركي، الذي يمنح للتلميذ معايشة حالات متنوعة واقعية ومجسدة، تستلزم وتستدعي تجنيد طاقاته الكامنة لتتبلور بعد ذلك وتساهم في استقلالية تصرفاته عن طريق اكتساب ميكانيزمات التكيف الذاتي، فمن تعليمات ذات أبعاد تربوية تسعى من خلالها إلى تنمية كفاءات تؤهله لمواجهة الحياة التي هو في كنفها.

* المواجهة المستمرة لقواعد الحركة وأنظمة النشاطات البدنية والرياضية بمختلف أشكالها بحيث تستوجب تعديل مجهوداته وتوزيعها وتكييفها في الزمان والمكان وحسب كل وضعية أو موقف تعلمي يفيده.(بوسكرة: 2005، ص10)

* البحث عن التوازن والتعامل ضمن التركيبة التي ينشط فيها التلميذ وهو" القسم " باعتباره البنية التحتية الذي يسمح له من تدعيم اندماجه في المجتمع الذي يعيش فيه.(بوسكرة: 2005، ص10)

13- درس التربية البدنية والرياضية:

13-1-مفهوم درس التربية البدنية والرياضية وأهميته:

يعتبر درس التربية البدنية جزءا حيويا في البرنامج الدراسي وأحد أشكال المواد الأكاديمية، ويختلف درس التربية البدنية عن هذه المواد لكونه يلعب دورا فعالا في توفير فرص النمو المناسب واعداد التلاميذ اعدادا سليما ومتكاملا من النواحي البدنية والعقلية والنفسية فهو يعد عنصرا هاما في عمليتي النمو والتطور، ولهذا فإن أعضاء الجسم والأجهزة الحيوية تحتاج إلى جزء كبير من التمرينات والأنشطة الرياضية لجعلها قوية وصيانتها حتى تكون في حالة صحية جيدة.

(عزمي:2004، ص18)

13-2- أهداف درس التربية البدنية والرياضية:

إن درس التربية البدنية والرياضية يهدف إلى تنمية صفات لها دورا فعال في بناء

شخصية الفرد وتكسبه طابعا مميزا حيث:

- تساعد الإنسان على تطوير الصفات البدنية مثل: القوة والمرونة والرشاقة والسرعة.

- تساعده على اكتساب المهارات والخبرات الحركية، المختلفة لتحقيق نمو يساعد الإنسان على التنشئة الاجتماعية وتزويده بكافة الخبرات التي تعمل على الوقاية الصحية من خلال ممارسة كافة البرامج والأنشطة والألعاب الرياضية التي تساعد الفرد على اكتساب الصفات الخلقية والتكيف مع المجتمع.

13-3- واجبات درس التربية البدنية والرياضية:

- يعمل على تنمية السمات الخلقية كالشجاعة، الشعور بالصداقة والمثابرة والمواظبة واقتسام الصعوبات مع الزملاء

- يعمل على اهتمام بإقامة منافسة للتشجيع على التدرب، ولإتقان المهارات المطلوبة.

- يعمل على خفض الاضطرابات النفسية لدى التلاميذ. (بوسنان: 2011، ص13)

-له تأثيرات إيجابية في مختلف الأجهزة الحيوية، و التقليل من السلوكيات العدوانية لدى المراهقين. (بوسنان: 2011، ص13)

13-4- محتوى درس التربية البدنية والرياضية:

أ- مقدمة الدرس:

يكون الغرض منها تهيئة التلاميذ نفسيا وفيزيولوجيا ومدتها تتراوح ما بين 5 -8 دقائق.

ب- الجزء الرئيسي:

يستغرق تدريسه من 30 -40 دقيقة ويتضمن التمرينات الأساسية ويشتمل على تمرينات لمرونة المفاصل ولتنمية القوة العضلية والتوازن والرشاقة وكذلك تدريس بعض المهارات الأساسية لألعاب والرياضات المختلفة سواء كانت فردية أو جماعية تستغرق مدة تعليمها وتطبيقها من 20 – 25 دقيقة.

ج- الجزء الختامي:

ويكون الغرض منه تهيئة التلاميذ فيزيولوجيا والعودة بأجهزتهم الحيوية إلى حالتها الطبيعية التي كانت عليها قبل بداية الدرس ومدتها 05 دقائق.

(الحمامي، عبد السلام:2008، ص118)

14- أوجه النشاط البدني والرياضي في برنامج المرحلة الثانوية:

14-1- خصائص النمو لتلاميذ المرحلة الثانوية:

لتصميم برنامج ملائم لطبيعة وخصائص المرحلة، ينبغي البدء بالتعرف على خصائص النمو لطلاب المرحلة الثانوية، والتي يمكن إيجازها كالآتي:

أ – الخصائص البدنية:

- زيادة النمو في القوة العضلية والتحمل وزيادة مفاجئة في المستوى المهاري.

(خليل:2012، ص30)

- خصائص النمو البدني تكاد تكتمل لدى الذكور، وملامح الجسم الأنثوي تكتسب للإناث.

- استهلاك طاقات أكثر مما يكتسب الجسم.

- الشكوى من مضايقات في الجلد.

- متطلبات النوم والراحة تماثل متطلبات الكبار.

- تحسن في التوافقات المركبة.

- نمو الخصائص الجنسية الثانوية.

ب – الخصائص العقلية:

- يتعاظم مدى الذاكرة والمزيد من الاستعداد والرغبة في التفكير في الذات.

- النمو العقلي يكاد يكتمل ولكنه في حاجة إلى الخبرة.

- اهتمام بالمثل، وإحساس بأهمية القرارات المتعلقة بالتعليم، المهنة، الجنس، الزواج، الشؤون الدولية، الدين.

ج – الخصائص الاجتماعية:

- الوعي والحساسية من الجنس الآخر.

- أغلب الفتيات تعتم بتنظيم الغذاء والتمرينات طلبا للشكل المقبول.

- تقدير الحاجة في الاختيار المهني.

- الابتعاد عن حماية وتسلط الكبار.

14-2- تصميم الوحدات واختيار الأنشطة:

إن الفلسفة الأساسية التي تقود بناء برنامج التربية البدنية والرياضية لطلاب المرحلة الثانوية هي الاهتمام بالفرد من المنظور الشمولي ككل واحد وكشخصية متماسكة، فإدراكنا للقدرات الشخصية على مختلف أشكالها السلوكية يتطلب تقديم مقررات وأنشطة في التربية البدنية والرياضية مصممة بحيث تتحدى قدرات المتعلمين في المستويات المختلفة للمهارات، (خليل:2012، ص30 ،31)

ومن خلال خبرات تتيح فرص تعبير عن الذات وتأكيدها وترضي الجوانب والنزاعات النفسية التي تحتمل في صدر طالب المرحلة الثانوية لمفهومه عن ذاته وصورة الجسم ومستوى الطموح الذي يتصف به، ومن جانب آخر يجب أن يضع مصمم برنامج المرحلة الثانوية كافة الاعتبارات البدنية والوظيفية في اعتباره وبخاصة عند اختيار محتوى البرنامج من الأنشطة.

(خليل:2012، ص31)

15- الأهداف والكفاءات المستهدف في منهاج التربية البدنية للسنة ثالثة من المرحلة الثانوية:

15-1- تقديم المادة:

تعمل التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الأخرى على تنمية وبلورة شخصية الفرد، من جميع النواحي الحركية منها والنفسية والاجتماعية، معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها والذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية والرياضية، كدعامة ثقافية واجتماعية. فهي تمنح المتعلم رصيدا صحيا يضمن له توازنا سليما، وتعايشا منسجما مع المحيط الخارجي منبعه سلوكيات فاضلة تمنحه فرصة الاندماج الفعلي، ورغم كل هذا فقد حكم عليها مسبقا في كثير من الأحيان من خلال الأنشطة الرياضية ، على أنها لعب وترفيه أو استعادة للنشاط والحيوية ، أو أنها مضيعة للوقت ولا مجال حتى لإدراجها في النظام التربوي ، غير أن الدولة في السنوات الأخيرة تفطنت لهذا وأعطتها عناية فائقة، وذلك بإعادة النظر في كثير من التعليمات سواء المتعلقة بالإعفاءات أو بالمنشآت والوسائل، وكذا إدراجها في الامتحانات الرسمية ومن هذا القبيل وعلى غرار المواد الأخرى كان ولا بد من إعادة النظر في البرنامج التعليمي واستبداله بمنهاج يتماشى وطموحات المادة من جهة، والتطورات في ميادين علوم التربية والتدريس من جهة أخرى بما يضمن لها من مسايرة للمستجدات التي طرأت على العالم بصفة عامة، والمجتمع الجزائري بصفة خاصة.

15-2-أهداف التربية البدنية والرياضية:

تسعى التربية البدنية والرياضية كمادة تعليمية في المرحلة الثانوية إلى تأكيد المكتسبات الحركية والسلوكيات النفسية والاجتماعية المتناولة في التعليم القاعدي بشقيه الابتدائي والمتوسط، وهذا من خلال أنشطة بدنية ورياضية متنوعة وثرية ترمي إلى بلورة شخصية التلميذ وصقلها من حيث:

(منهاج التربية البدنية للسنة الثالثة ثانوي:1996، ص،5، 6)

***الناحية البدنية:**

ـــ تطوير وتحسين الصفات البدنية (عوامل التنفيذ.)

ـــ تحسين المردود الفيسيولوجي.

ـــ التحكم في نظام وتسيير المجهود وتوزيعه.

ـــ تقدير وضبط جيد لحقل الرؤية.

ـــ التحكم في تجنيد منابع الطاقة.

ـــ قدرة التكيف مع الحالات والوضعيات.

ـــ تنسيق جيد للحركات والعمليات.

ـــ المحافظة على التوازن خلال التنفيذ.

ـــ الرفع من المردود البدني وتحسين النتائج الرياضية.

***الناحية المعرفية:**

ـــ معرفة تركيبة جسم الإنسان ومدى تأثير المجهود عليه.

ـــ معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الإنسان.

ـــ معرفة قواعد الإسعافات الأولية أثناء الحوادث الميدانية.

ـــ معرفة قواعد الوقاية الصحية.

ـــ قدرة الاتصال والتواصل الشفوي والحركي.

ـــ معرفة قوانين وتاريخ الألعاب الرياضية وطنيا ودوليا.

ـــ تجنيد قدراته لإعداد مشروع رياضي.

ـــ معرفة حدود مقدرته ومقدرة الغير.

(منهاج التربية البدنية للسنة الثالثة ثانوي:1996، ص 6)

***الناحية الاجتماعية:**

ـــ التحكم في نزواته والسيطرة عليها.

ـــ تقبل الآخر والتعامل معه في حدود قانون الممارسة.

ـــ التمتع بالروح الرياضية وتقبل الهزيمة والفوز.

ـــ روح المسؤولية والمبادرة البناءة.

ـــ التعايش ضمن الجماعة والمساهمة الفعالة لبلوغ الهدف المنشود.

15-3-كفاءات التعليم الثانوي:

أ- الكفاءة النهائية:

أن يتمكن المتعلم من تنسيق العمليات الحركية وضبط التصرفات الذاتية في مختلف الوضعيات تحترم فيها مبادئ التنظيم والتنفيذ والروح الرياضية.

ب- الكفاءات الختامية:

*** السنة الثالثة ثانوي:**

أن يتمكن المتعلم من ضبط الاستجابات السلوكية مع تنويع أشكال وشدة الحركة قصد تحسين

نتيجة أو منتوج رياضي ذو صبغة جمالية.

*** السنة الثانية ثانوي:**

أن يتمكن المتعلم من تكييف وترشيد الاستجابات الحركية حسب صيغة وشكل المواجهة في وضعيات متعلقة بالمسافة، بالشدة، بالمدة، بالفضاء.

***السنة الأولى ثانوي:**

أن يتمكن المتعلم من تنسيق وتكييف مختلف العمليات الفردية والجماعية حسب إيقاع معين مسافة معينة، شدة معينة. (منهاج التربية البدنية للسنة الثالثة ثانوي: 1996، ص 7)

15-4- منهاج التربية البدنية للسنة ثالثة ثانوي ملمح الدخول والخروج:

*** ملمح الدخول:**

يرتكز أساسا على تنسيق مختلف الحركات والعمليات في صيغتها الفردية والجماعية، وتكييفها بما يتماشى وتجدد الوضعيات والحالات التي تواجه المتعلم خلال الممارسة انطلاقا من الكفاءة الختامية للسنة الثانية ثانوي.

*** ملمح التخرج:**

أن يتمكن المتعلم في نهاية التعليم الثانوي من استثمار مكتسباته البدنية والمهارية والمعرفية والاجتماعية ، وتجنيدها بما يتماشى والمواقف التي تواجهه في حياته.

(منهاج التربية البدنية للسنة الثالثة ثانوي: 1996، ص 8)

*** مناقشة الفصل:**

من خلال الفصل يتم سرد مجموعة المفاهيم والخصائص المتعلقة بالتربية البدنية بشكل عام وبحصة التربية البدنية والرياضية بشكل خاص، ويبدو كل هذا واضح وليس فيه لبس ولا يحتاج ربما الى مناقشة او توضيح، لهذا سينصب تركيزنا في هذه المناقشة على نقطتين مهمتين ربما تحتاج الى توضيح أكثر، سنحاول شرحها واثرائها وهي:

-أولا: هل لحصة التربية البدنية والرياضية المكانة المستحقة في البرامج التعليمية؟:

جواب هذا السؤال قطعا لا، ولأسباب بسيطة هي التباين الكبير بين اهداف المادة والحجم الساعي المخصص لها من جهة، ومعامل المادة من جهة أخرى الذي بدوره يعد معيارا واضحا يعبر عن مدى تهميش هذه المادة، بالإضافة لنقص الإمكانيات والوسائل الازمة لإجراء الحصص على مستوى المؤسسات التعليمية وهذا ما لاحظه الباحث في جميع المؤسسات التي تمت زيارتها واجراء الدراسة الميدانية فيها، كل المؤسسات دون استثناء، هذا ما يقودنا الى النقطة التالية.

- ثانيا: هل يتم فعلا تجسيد اهداف التربية البدنية والرياضية على أرض الواقع؟:

نظرا للمشاكل التي تعيشها المادة الموضحة في النقطة الأولى من المناقشة، بالإضافة لأسباب أخرى فانه من الصعب تجسيد اهداف التربية البدنية والرياضية على ارض الواقع وسنستعرض ذلك بالتفصيل:

- **نقص الحجم الساعي:** عدم كفاية الحجم الساعي يؤثر سلبا على تحقيق أهداف المادة حيث يصبح هناك تسرع في اجراء الحصص مما يؤدي الى افراغها من محتواها الحقيقي والاكتفاء بالأمور الظاهرية والسطحية.

- **نقص الإمكانيات والوسائل:** يؤدي نقص الإمكانيات والوسائل الى مشكلة كبيرة في حصة التربية البدنية والرياضة حيث قدد تتسبب في بعض الأحيان الى الغاء نشاطات كاملة لعدم القدرة على أدائها بدون وسائل وفي بعض الأحيان تعيق أداء نشاطات أخرى لحتمية اجراء عملية تدوير لأداء التلاميذ على عدد محدود من الوسائل.

- **عدم وجود الية تقييم شاملة موضحة في المنهاج:** تم مناقشة هذه الجزيئية خلال مناقشة الفصل الثاني، وهي انه عندما نلاحظ منهاج التربية البدنية فإننا نجد ان للتربية البدنية ثلاث جوانب من الأهداف كما هو موضح في العنصر (15-2) من الفصل وهي: -الجانب البدني ، - الجانب الاجتماعي /- الجانب المعرفي ، لكن عندما ننظر لآلية التقييم فإننا نجد ان التقييم يقتصر فقط على الجانب البدني والحسي حركي فقط وهناك تهميش واضح للجوانب الأخرى الموضحة في المنهاج، وهذا خلل واضح يؤدي بشكل مباشر الى عدم تجسيد الأهداف المتعلقة بهده الجوانب على أرضية الواقع.

خلاصة الفصل:

التربية البدنية والرياضية هي تلك العملية التربوية التي تتم عند ممارسة النشاط والتي تنمي وتصون شخصية وجسم الفرد، فعندما يتدرب الإنسان فهو لون من ألوان التربية التي تساعد على تقوية وسلامة الجسم. فالتربية البدنية والرياضية ليست جزء يضاف إلى البرنامج المدرسي آو وسيلة لشغل الطلاب ولكنها على العكس من ذلك فهي جزء حيوي من التربية فعن طريق توجيهها توجيها صحيحا يكتسب الأفراد المهارات اللازمة عند قضاء وقت فراغهم بطريقة مفيدة، وينمون اجتماعيا آما أنهم يشتركون في نشاط من النوع الذي يضفي على حياتهم السعادة باكتسابهم الصحة العقلية والجسمية، وتتميز التربية البدنية عن غيرها من النظم التربوية بعدد من الخصائص نذكر منها :

* اعتمادها على اللعب كشكل رئيسي للأنشطة.

* اعتمادها على التنوع الواسع في الأنشطة مما يساعدها على مصادفة كل أنواع الفروع الفردية لدى التلاميذ.

* شموليتها لمجالات عديدة تغطي احتياجات الفرد.

* اشتمالها على الجانب النظري وتطبيقه.

* وجود عنصر التشويق واشتمالها على الإثارة والمرح.

* تعمل على إثارة روح التنافس بين الأفراد.

* تربية الفرد تربية صحيحة من خلال نشاطات وبرامج متنوعة.

* تحسين المردود الفيسيولوجي.

* التحكم في نظام وتسيير المجهود وتوزيعه.

كما ان اهداف التربية البدنية والرياضية تعتد أوسع من اهداف المواد الأخرى وهذا كما هو في منهاج المادة وكمثال لهاته الأهداف ليس على سبيل الحصر ما يلي:

*** الناحية البدنية:**

ـــ تقدير وضبط جيد لحقل الرؤية.

ـــ التحكم في تجنيد منابع الطاقة.

ـــ قدرة التكيف مع الحالات والوضعيات.

*** الناحية المعرفية:**

ـــ معرفة تركيبة جسم الإنسان ومدى تأثير المجهود عليه.

ـــ معرفة بعض القوانين المؤثرة على جسم الإنسان.

ـــ معرفة قواعد الإسعافات الأولية أثناء الحوادث الميدانية.

*** الناحية الاجتماعية:**

ـــ التحكم في نزواته والسيطرة عليها.

ـــ تقبل الآخر والتعامل معه في حدود قانون الممارسة.

ـــ التمتع بالروح الرياضية وتقبل الهزيمة والفوز.

وباستعراضنا لمفهوم التربية البدنية والرياضة وخصائصها المميزة وأهدافها، تبرز بشكل واضح مدى أهميتها وضرورة الاهتمام بهذه المادة ومحاولة تطويرها وتلافي المشاكل التي قد تعترض طريقها وذلك من خلال دراسات مستقبلية أكثر دقة وأكثر شمول وتجسيد نتائجها على ارض الواقع.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

الفصل الخامس: عرض وتحليل النتائج

الفصل السادس: مناقشة النتائج

الفصل الرابع:

الإجراءات المنهجية للدراسة

1- الدراسة الاستطلاعية

2- المنهج المتبع

3- مجلات الدراسة

4- متغيرات الدراسة

5- مجتمع وعينة الدراسة

6- أدوات جمع البيانات

7- الأساليب الإحصائية المستخدمة

تمهيد:

مما لا شك فيه أن كل بحث علمي يعتمد على أدوات لإجراء دراسته وان هذه الأدوات يجب أن تكون على درجة عالية من الموضوعية والصدق والثبات لكي تكون نتائج هذا البحث دقيقة وعلى جانب كبير من الصحة، وفي هذا الفصل سنتطرق إلى أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعناها في إجراء هذا البحث انطلاقا من المنهج المتبع في الدراسة وصولا إلى مجتمع وعينة الدراسة والأدوات المستخدمة في جمع البيانات.

1- الدراسة الاستطلاعية:

وهي مجموعة من الدراسات التي يتم استخدامها في المراحل الأولى من أي بحث علمي يقوم به الباحث، وتعد الدراسات الاستطلاعية بمثابة اللبنة الأولى التي ترتكز عليها الدراسات الميدانية، وتمهد الدراسات الاستطلاعية للبحث العلمي، كما أنها تعرف بالظروف التي سيجري فيها البحث العلمي.

وتعمل الدراسات الاستطلاعية على حل مشكلة غير محددة المعالم، وهذا ما يميزها عن الدراسات الوصفية التي تعمل على جمع بيانات عن ظاهرة تغلب عليها سمة التحديد في حال تمت مقارنتها مع الدراسات الاستطلاعية، وهذا ما يميزها عن الدراسات التشخيصية والتي تعمل على جمع بيانات ظاهرة محددة بشكل دقيق.

كما يطلق على الدراسة الاستطلاعية اسم الدراسة الكشفية، أو التمهيدية أو الصياغة أو التمهيدية أو، وتعد الخطوة الأولى في سلسلة البحث الاجتماعي، ويتوقف العمل في مراحل البحث الأخرى التي تأتي بعد مرحلة الدراسة الاستطلاعية على البداية الصحيحة والملائمة التي تخطوها هذه الدراسة.

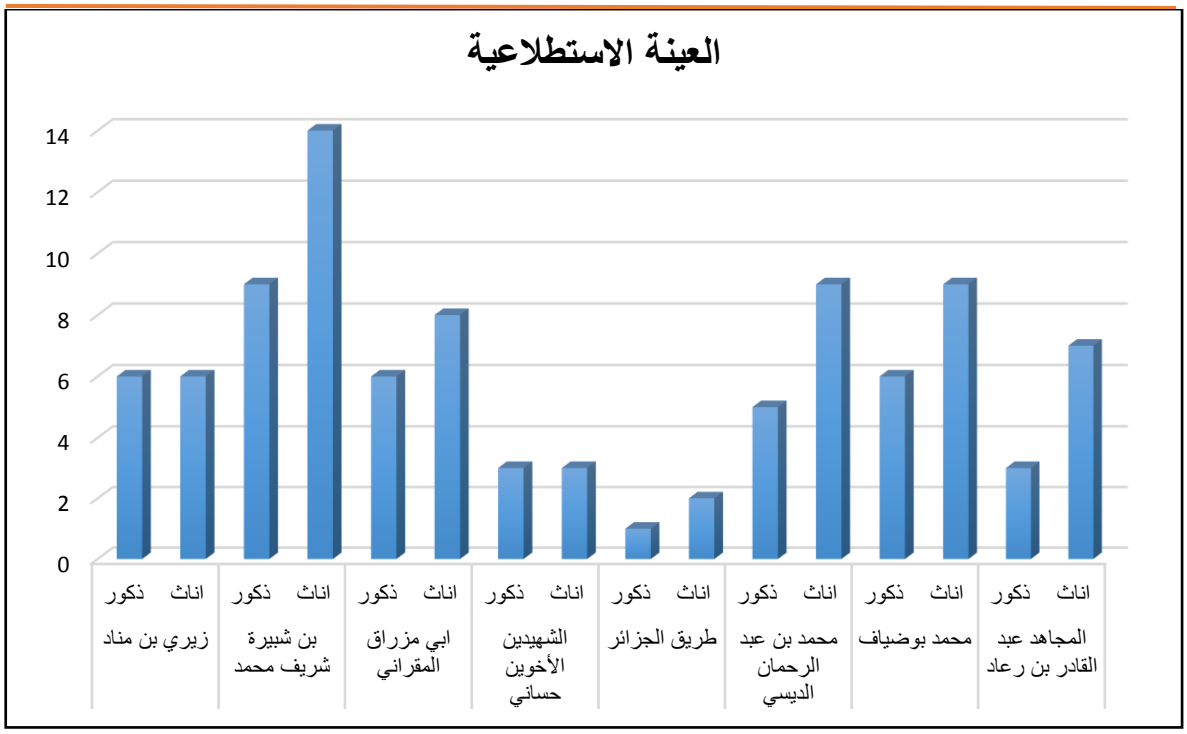
ويتم التركيز في الدراسات الاستطلاعية على اكتشاف الأفكار الجديدة والاستبصارات المتباينة التي تساعد الباحث لكي يفهم مشكلة الدراسة.

وقد قمنا بدراستنا الاستطلاعية على مستوى ثانويات مدينة بوسعادة بولاية المسيلة والمتمثلة في 08 ثانويات، مقتصرين طبعا على تلاميذ الأقسام النهائية السنة ثالثة ثانوي بتعداد تلاميذ 2031.

وخلال الدراسة الاستطلاعية قمنا باختيار افراد العينة الاستطلاعية حيث اقتصر حجمها على 5 % من افرد المجتمع وتم استثناء افرادها فيما بعد من الدراسة الأساسية وقد تم اختياراها بطريقة عشوائية وكان العدد الإجمالي (97 مفردة) كالتالي:

*** الجدول رقم (2): يوضح توزيع افراد العينة الاستطلاعية:**

المؤسسة	التلاميذ الممارسين (السنة ثالثة ثانوي)		افراد العينة الاستطلاعية (نسبة 5 %)		العينة الاستطلاعية لكل مؤسسة
زيري بن مناد	ذكور	110	06		12
	اناث	126	06		
بن شبيرة شريف محمد	ذكور	187	09		23
	اناث	281	14		
ابي مزراق المقراني	ذكور	118	06		14
	اناث	165	08		
الشهيدين الأخوين حساني	ذكور	50	03		06
	اناث	64	03		
طريق الجزائر	ذكور	19	01		03
	اناث	43	02		
محمد بن عبد الرحمان الديسي	ذكور	102	05		14
	اناث	173	09		
محمد بوضياف	ذكور	120	06		15
	اناث	173	09		
المجاهد عبد القادر بن رعاد	ذكور	63	03		10
	اناث	145	07		
المجموع	1939		ذكور	39	97
			اناث	58	



*** الشكل رقم (2): يوضح توزيع افراد العينة الاستطلاعية.**

*** المجال الزماني للدراسة الاستطلاعية:**

تراوحت فترة اجراء الدراسة الاستطلاعية بين 05 جانفي و25 جانفي 2020.

*** أهداف الدراسة الاستطلاعية :**

- التعرف على مجتمع البحث وتحديد خصائصه.
- البحث في مدى ملاءمة أداة الدراسة.
- التمهيد للدراسة الأساسية.
- معرفة الصعوبات التي قد تواجه الباحث في الدراسة الأساسية.
- حساب الخصائص السيكو مترية لأداة الدراسة.
- التنسيق مع أساتذة المادة من اجل اجراء الدراسة الأساسية.

*** نتائج الدراسة الاستطلاعية:**

- تحديد ومعرفة خصائص مجتمع البحث.

- اثبات ملائمة أداة الدراسة لمجتمع البحث.

- تحديد المجال الزماني للدراسة الأساسية والتنسيق مع أساتذة المادة في الثانويات المعنية.

- حساب الخصائص السيكو مترية لأداة الدراسة.

- تحديد صعوبات الدراسة الاستطلاعية لتلافيها في الدراسة الأساسية وهي: عدم معرفة توقيت ممارسة حصة التربية البدنية من طرف افراد العينة المختارة، عدم معرفة القائمة الاسمية لأفراد المجتمع وصعوبة البحث عنهم، عدم التنسيق الجيد مع أساتذة المادة، إمكانية غياب بعض افراد العينة المختارة في يوم اجراء الدراسة، عدم توفر بعض وسائل اجراء الاختبارات التحصيلية.

2- المنهج المتبع:

إن البحث في الحقائق ومحاولة التوصل إلى قوانين عامة لا يكون أبدا بدون منهج واضح يلزم الباحث نفسه بتتبع خطواته ومراحله بكل دقة وصرامة ولقد استخدمنا في بحثنا المنهج الوصفي الذي يهدف إلى وصف الظواهر أو أحداث أو أشياء معينة وجمع الحقائق والمعلومات والملاحظات عنها وتقرير حالتها، او بشكل أدق المنهج الوصفي الارتباطي لإنه المنهج المناسب للدراسة والذي يسهل الوصول الى تحقيق أهدافها.

ويعنبر المنهج الوصفي أحد أبرز المناهج المهمة المستخدمة في الدراسات العلمية ورسائل الماجستير والدكتوراه، ومناهج البحث العلمي بوجه عام حيث يساهم في التعرف على ظاهرة الدراسة، ووضعها في إطارها الصحيح، وتفسير جميع الظروف المحيطة بها، ويعد ذلك بداية الوصول إلى النتائج الدراسية التي تتعلق بالبحث، وبلورة الحلول التي تتمثل في التوصيات والمقترحات التي يسوقها الباحث لإنهاء الجدل الذي يتضمنه متن البحث.

ويعرف المنهج الوصفي في مجال البحث العلمي بأنه كل استقصاء ينصب حول ظاهرة من الظواهر الاجتماعية أو النفسية القائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر اجتماعية أو نفسية أخرى، والمنهج الوصفي من ناحية أخرى هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي (منصور، طاهير: 2003، ص18)

منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميا عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة. (منصور، طاهير: 2003، ص18)

ويعد المنهج الوصفي من أهم الطرق التي تتسم بالموضوعية وذلك أن المستجوبين يجدون كل الحرية في التعبير على أراءهم وزيادة إلى هذا فطبيعة موضوعنا تتطلب هذا المنهج، واعتبارا لخصوصية دراستنا فقد اعتمدنا على المنهج الوصفي كونه المنهج الأنسب للبحث.

3- مجلات الدراسة:

3-1- المجال البشري:

يمثل المجال البشري لدراستنا تلاميذ الأقسام النهائية من المرحلة الثانوية (تلاميذ السنة ثالثة ثانوي) بثانويات مدينة بوسعادة.

3-2- المجال الزماني:

لقد شرعنا في هذه الدراسة انطلاقا من تحديد موضوع البحث وصياغة المشكلة المراد دراستاها وذلك بعد الحصول على موافقة المشرف وذلك بداية من شهر ديسمبر 2017 حيث انقسم العمل على الدراسة الى المراحل التالية:

* **المرحلة الاولى:** هذا القسم كان مخصصا لجمع وتحليل الدراسات السابقة والخلفية النظرية ووضع خطة مناسبة للعمل وتحديد أدوات جمع البيانات وتراوح بين جانفي 2018 الى تقريبا فيفري 2019.

* **المرحلة الثانية:** خصصت هذه المرحلة للبناء النظري لفصول الدراسة ووضع الخطة النهائية للعمل الميداني وتراوحت بين مارس 2019 الى سبتمبر 2019.

* **المرحلة الثالثة:** خصصت هذه المرحلة للجانب الميداني (الدراسة التطبيقية) وتراوحت بين أكتوبر 2019 الى فيفري 2020.

* **المرحلة الرابعة:** امتدت هذه المرحلة على مدى سنة 2020 وخصصت لتحليل ومناقشة البيانات واستخلاص النتائج والكتابة النهائية للمذكرة.

3-3- المجال المكاني:

شمل المجال المكاني لدراستنا ثانويات مدينة بوسعادة والمتمثل في 08 ثانويات وهم:

* زيري بن مناد.

* بن شبيرة شريف محمد.

* ابي مزراق المقراني.

* الشهيدين الأخوين حساني.

* طريق الجزائر.

* محمد بن عبد الرحمان الديسي.

* محمد بوضياف.

* المجاهد عبد القادر بن رعاد.

4- متغيرات الدراسة:

يعرف متغير البحث العلمي بأنه كل شيء يقبل القياس الكمي أو الكيفي، وكل شيء يقبل التغيير يعرف باسم المتغير، وذلك بحسب التعريف الإحصائي للمتغير.

ومن أبرز سمات المتغيرات الكمية والكيفية التأثير والتأثر، ويجب أن يقوم الباحث بتحديد تلك العلاقات ومن ثم يقوم بضبطها، واستنادا لفرضية بحثنا فانه يظهر جليا وجود متغيرين.

* المتغير الأول: تقدير الذات البدنية.

* المتغير الثاني: التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.

4-3- ضبط المتغيرات المشوشة على الدراسة:

وهو ضبط جميع المتغيرات التي يمكن ان تؤثر على المتغير وتغير في نتيجة الدراسة وقد تم التعامل معها بحذر ووضع خطوات مناسبة لمنع تأثيرها، حيث يكثر هذا النوع من المتغيرات والمسمى بالمتغيرات المشوشة في الدراسات الإنسانية بشكل عام وفي هذا النوع من الدراسات بشكل خاص، حيث انه تتعدد المتغيرات المشوشة على التحصيل الدراسي وتقدير الذات البدنية.

*** متغيرات مرتبطة بعينة البحث:**

تم اختيار العينة بطريقة عشوائية بحتة وتم الاعتماد على الطريقة الطبقية للحصول على عينة ممثلة حقا للمجتمع، وتفادي تأثير الاختلاف في الخصائص البدنية والمهارية العقلية بين افراد المجتمع على نتائج البحث.

*** متغيرات مرتبطة بوسائل القياس:**

تم التأكد من وضوح العبارات في مقياس تقدير الذات البدنية وملائمته لمجتمع الدراسة ومدى ثباته وصدقه هذا في الدراسة الاستطلاعية، اما بالنسبة لقياس التحصيل الدراسي فقط تم مراجعة منهجية اختبارات التحصيل في كل مؤسسة لمعرفة مدى توافقها وتماشيها مع المنهجية العامة المحددة في المنهاج والتي تؤدي الى أكبر قدر من الموضوعية والدقة في القياس، هذا كله لتفادي الموشوشات من التي قد ترتبط بأدوات القياس وتؤدي الى نتائج غير دقيقة.

*** متغيرات مرتبطة بالإجراءات الميدانية:**

اعتمدنا في دراستنا الميدانية على مجموعة من الشروط لتفادي المؤثرات الخارجية وهي:

– تطبيق مقياس تقدير الذات البدنية في وقت قريب من الاختبارات التحصيلية للتربية البدنية والرياضية لتفادي تأثير عامل الزمن.

– الاعتماد على العشوائية التامة في اختيار عينة البحث وفي تسلسل الدراسة عبر المؤسسات لتفادي ذاتية الباحث.

– محاولة تقصير مدة الدراسة الميدانية لتفادي تأثر العينة بالظروف الخارجية.

5– مجتمع وعينة الدراسة:

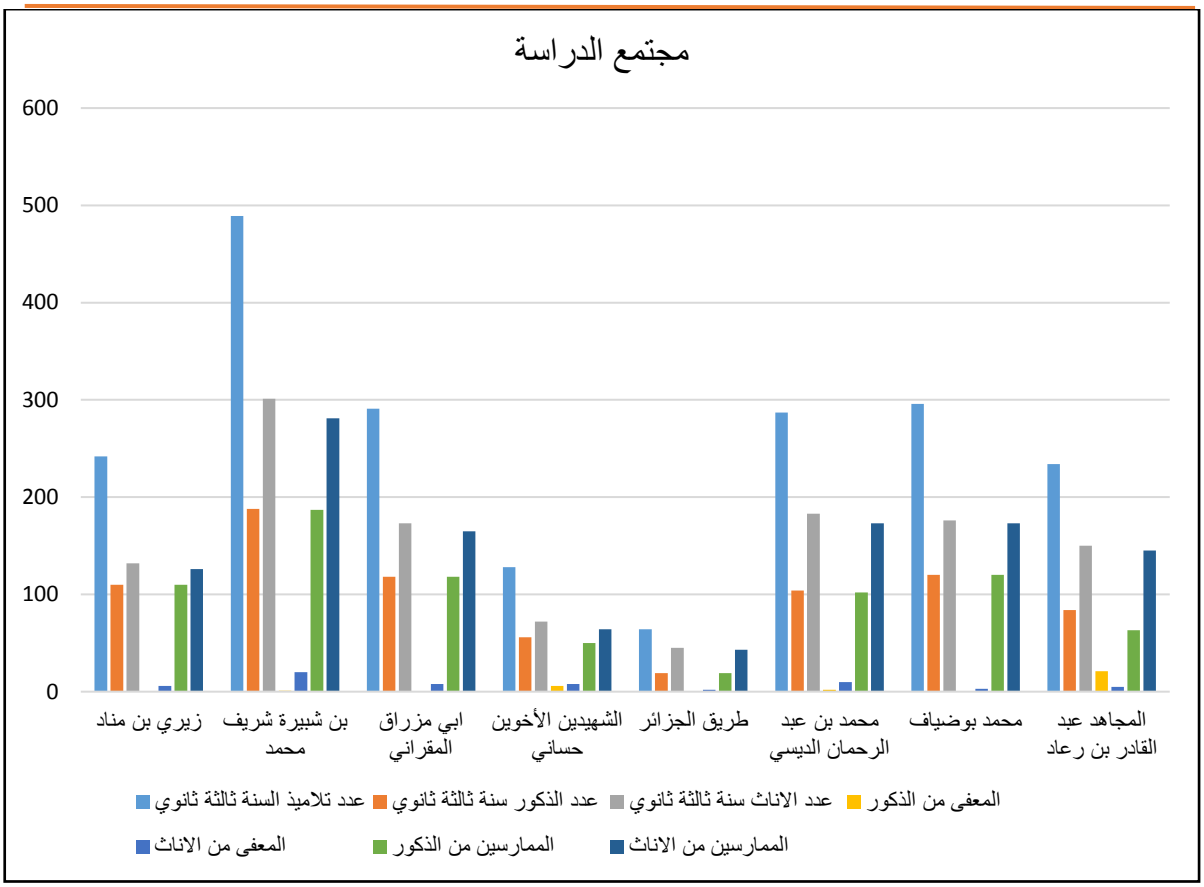
5–1– مجتمع الدراسة:

من الناحية الاصطلاحية هو: تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى. (نصر الدين:2003، ص14)

وفي دراستنا تمثل مجتمع بحثنا في تلاميذ السنة الثالثة ثانوي على مستوى مدينة بوسعادة البالغ عددهم 2031 والموزعين على 08 مؤسسات كالتالي:

*** الجدول رقم (3): يوضح توزيع افراد المجتمع:**

المؤسسة	عدد تلاميذ السنة ثالثة ثانوي	عدد الذكور سنة ثالثة ثانوي	عدد الاناث سنة ثالثة ثانوي	المعفى من الذكور	المعفى من الاناث	الممارسين من الذكور	الممارسين من الاناث
زيري بن مناد	242	110	132	0	06	110	126
بن شبيرة شريف محمد	489	188	301	01	20	187	281
ابي مزراق المقراني	291	118	173	0	08	118	165
الشهيدين الأخوين حساني	128	56	72	06	08	50	64
طريق الجزائر	64	19	45	0	02	19	43
محمد بن عبد الرحمان الديسي	287	104	183	02	10	102	173
محمد بوضياف	296	120	176	0	03	120	173
المجاهد عبد القادر بن رعاد	234	84	150	21	05	63	145
المجموع	2031	799	1232	30	62	769	1170
				92		1939	



*** الشكل رقم (3): يوضح توزيع افراد المجتمع.**

5-2-عينة البحث:

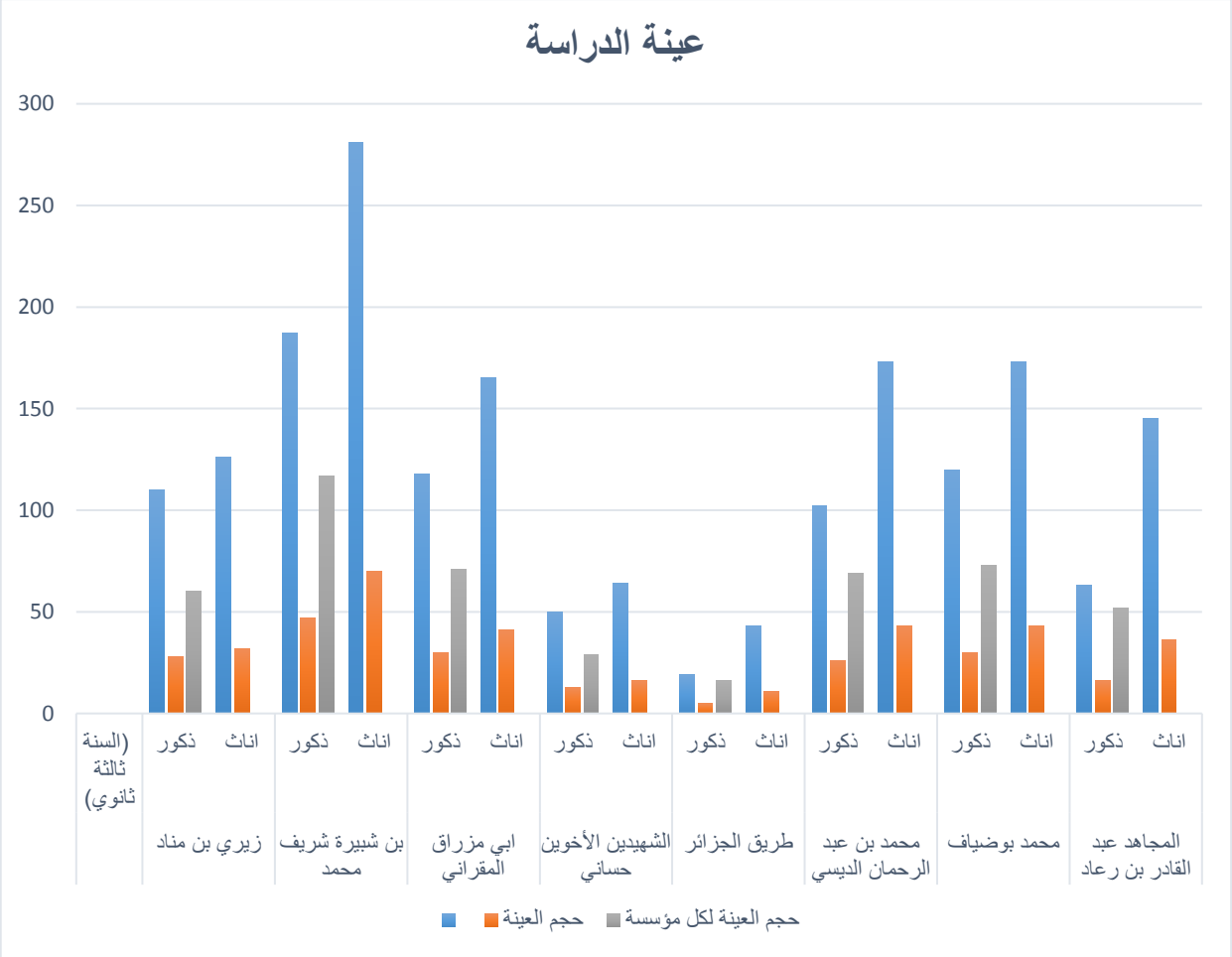
تمثل العينة المجتمع الأصلي وتحقق أغراض البحث وتغني عن مشقات دراسة المجتمع الأصلي، وهكذا نعرف العينة بانها جزء من مجتمع البحث الأصلي يختاراها الباحث بأساليب مختلفة وتضم عدد من الافراد من افراد المجتمع الأصلي، أو أي انها هي الجزء الذي نختاره ونستخدمه في الحكم على الكل. (بوداود:2010، ص52)

ويشترط في تكوينيا أن تعكس كل صفات المجتمع وأن تعطي لكل فرد هن أفراد المجتمع نفس الفرصة للانتماء اليها قصد القضاء على عامل التحيز، وأن تكون كبيرة نسبيا بحيث تعكس كل صفات المجتمع الأصلي. (بوحفص: 2011، ص19)

وفي دراستنا بلغ افراد عينتنا 487 مفردة بنسبة 25 % تم اختيارهم بطريقة عشوائية كما هو موضح في الجدول التالي:

*** الجدول رقم (4): يوضح توزيع أفراد العينة:**

المؤسسة	التلاميذ الممارسين (السنة ثالثة ثانوي)		حجم العينة (نسبة 25 %)	حجم العينة لكل مؤسسة
زيري بن مناد	ذكور	110	28	60
	اناث	126	32	
بن شبيرة شريف محمد	ذكور	187	47	117
	اناث	281	70	
ابي مزراق المقراني	ذكور	118	30	71
	اناث	165	41	
الشهيدين الأخوين حساني	ذكور	50	13	29
	اناث	64	16	
طريق الجزائر	ذكور	19	5	16
	اناث	43	11	
محمد بن عبد الرحمان الديسي	ذكور	102	26	69
	اناث	173	43	
محمد بوضياف	ذكور	120	30	73
	اناث	173	43	
المجاهد عبد القادر بن رعاد	ذكور	63	16	52
	اناث	145	36	
المجموع	1939		487	ذكور 195
				اناث 292



*** الشكل رقم (4): يوضح توزيع أفراد العينة.**

6- أدوات جمع البيانات:

بما أن دراستنا تشتمل على متغيرين فقد تم جمع البيانات المتعلقة بكل متغير باستعمال أداة مناسبة، حيث تم استخدام سجل علامات التلاميذ في الثلاثي الأول من السنة الدراسية 2019-2020 لقياس التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية للأفراد العينة، أما بالنسبة لمتغير تقدير الذات البدنية فقد تم الاعتماد على مقياس تقدير الذات البدنية الذي صممه هيربرت مارش وآخرون سنة 1994 و استخدم لأول مرة بأستراليا على تلاميذ تتراوح اعمارهم بين 12 و 18 سنة ، تم ترجمة وتكييف هذا المقياس على البيئة الجزائرية من طرف مجموعة من الأساتذة الجامعيين سنة 2010 هم:

- مويسي فريد: معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة شلف، الجزائر.
- لزعر سامية: معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3، الجزائر.

- قريقوري نينو: مخبر (CAPS)، جامعة مونبلييه، فرنسا.

- رواب رواب: المعهد التكنولوجي العالي للرياضة، الجزائر.

- تركي أحمد: معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة شلف، الجزائر.

- سبع بو عبد الله: المعهد التكنولوجي العالي للرياضة، الجزائر.

6-1- مبررات استخدام أدوات جمع البيانات:

أ- بالنسبة لسجل علامات التلاميذ في قياس التحصيل الدراسي:

كانت رؤية الباحث في البداية هو قياس التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية عن طريق تطبيق اختبارات تحصيلية يشرف عليها بنفسه، لكن بعد الاطلاع على الدراسات السابقة تبين ان الطريقة المثلى لقياس التحصيل الدراسي هي بالاعتماد على سجل علامات التلاميذ في الاختبارات العادية ذلك لأنها تكون في ظروف طبيعية بالنسبة للمبحوث ويكون القياس فيها دقيقا لهذا السبب.

ب- بالنسبة لمقياس تقدير الذات البدنية:

بعد تحديد موضوع الدراسة وصياغة إشكالية البحث انطلق الباحث في التنقيب عن الدراسات السابقة ومن خلال هذه الدراسات تبين وجود مجموعة من المقاييس لقياس تقدير الذات البدنية ، وبالتالي تم رفض فكرة بناء استبيان بشكل تلقائي واصبح الهدف هو اختيار المقياس المثالي المناسب لدراستنا من بين هذه المجموعة الكبيرة من المقاييس، ليصل الباحث في الأخير لتحديد المقياس المشار اليه سابقا وهو مقياس تقدير الذات البدنية لهيربرت مارش آخرون الذي تم ترجمته وتكييفه على البيئة الجزائرية من طرف مجموعة من الأساتذة الجامعيين سنة 2010، وقد تم اختيار هذا المقياس دون غيره للأسباب التالية:

- هذا المقياس مترجم من طرف أساتذة جزائريين ومكيف على البيئة الجزائرية يجعله ذلك المقياس الاصلح في التطبيق على بيئة الدراسة.

- يحتوي المقياس على عدد كبير من الابعاد (المحاور) بلغت احدى عشر بعدا من ابعاد تقدير الذات البدنية، يجعله ذلك أكثر شمولا ودقة في قياس المتغير.

6-2- بناء الأدوات:

أ- بالنسبة للتحصيل الدراسي:

كما ذكرنا سابقا فقد اعتمدنا على علامات التلاميذ في الاختبارات التحصيلية في مادة التربية البدنية والرياضية، للثلاثي الأول من السنة الدراسية 2019-2020، وتبنى هذه الاختبارات التحصيلية انطلاقا من المنهاج كالتالي:

*** التنقيط في الأنشطة الفردية:**

وتتمثل في أحسن نتيجة محققة زائد فارق التطور أثناء التقييم التشخيصي والتحصيلي.

يترجم الأستاذ كل من أحسن نتيجة محققة والتطور الحاصل إلى علامة بالرجوع إلى المقياسين الخاصين بهما، ويقوم بجمع النقطتين في علامة واحدة.

*** التنقيط في الأنشطة الجماعية:**

يتم تقييم التلاميذ في الألعاب الجماعية بعد ملاحظتهم في حصص تقويمية وتحديد مكتسبا مته وترتيبهم حسب شبكة المستويات المعدة لذلك، وترجمة المستوى إلى العلامة المناسبة.

(منهاج التربية البدنية للسنة ثالثة ثانوي: 1996، ص 14)

ب- بالنسبة لتقدير الذات البدنية:

كما تم ذكره سابقا فقد اعتمدنا على مقياس هربرت مارش في قياس تقدير الذات البدنية ويتكون هذا المقياس من 11 بعد و70 عبارة كالتالي:

*** جدول رقم (5): يوضح بناء المقياس:**

البعد	عدد العبارات	العبارات الإيجابية	العبارات السلبية
الصحة	08	69-34	67-56-45-23-12-1
التنسيق	06	57-46-35-24-13-02	لا يوجد
النشاط البدني	06	58-47-36-14-03	لا يوجد
السمنة	06	لا يوجد	59-48-37-26-15-04
المنافسة الرياضية	06	60-49-38-27-16-05	لا يوجد
المظهر العام	06	51-29-18-07	62-40
القوة	06	63-52-30-19-08	41
المرونة	06	64-53-42-20-09	31
المداومة	06	65-54-43-32-21-10	لا يوجد
الرضا البدني العام	06	61-50-39-28-17-06	لا يوجد
تقدير الذات الكلي	08	66-55-11	70-68-44-33-22

6-2- الخصائص السيكو مترية لأداة البحث:

لحساب الخصائص السيكو مترية لأداة البحث تم تطبيقها على عينة استطلاعية تبلغ 97 تلميذ من مجتمع البحث تم اختيارهم بطريقة عشوائية وتم استثنائهم فيما بعد من عينة الدراسة ومن خلال البيانات المتحصل عليها تم حساب الخصائص السيكو مترية التالية:

6-2-1- ثبات الأداة:

يعبر ثبات الأداة على استقرار النتائج المتحصل عليها من تطبيقها على عينة معينة في حالة التكرار لعملية التطبيق، وهناك أكثر من طريقة إحصائية لحساب معامل الثبات غير ان الطريقة المناسبة لظروف دراستنا كانت حساب الثبات عن طريق معادلة الثبات ألفا كرونباخ وقد استعننا في ذلك على برنامج التحليل الاحصائي SPSS وكانت النتائج كالتالي:

*** جدول رقم (6): يوضح حساب الثبات عن طريق معادلة ألفا كرونباخ:**

احصائيات الموثوقية			
ألفا كرونباخ	عدد العناصر		
	ابعاد المقياس	عبارات المقياس	العينة الاستطلاعية
0.968	11	70	97

من خلال الجدول رقم (6) نلاحظ ألفا كرونباخ يساوي 0.96 وهو ثبات كاف ومقبول بدرجة كبيرة يخول لاستخدام المقياس في جمع المعلومات.

6-2-2- صدق الأداة:

ويعني الصدق هو ان تقيس الأداة ما وضعت لقياسه وهناك مجموعة من أنواع الصدق لم نتطرق اليها كلها بما أن الأداة طبقت أكثر من مرة في زمن سابق واتت بنتائج إيجابية كما تم التأكد من صدقها أكثر من مرة والمصادقة عليها من طرف عديد الباحثين واكتفينا فقط بحساب نوعين من الصدق هما الصدق الذاتي وصدق الاتساق الداخلي لارتباطهم الوثيق وتأثرهم بمجتمع البحث الجديد نسبيا ولم نتطرق الى أنواع اخرى كالصدق الظاهري وصدق المحكمين وذلك لحسابهم أكثر من مرة في وقت سابقا كما اشرنا آنفا كما اننا لما عرضنا الأداة على مجموعة من المحكمين أشاروا علينا على ان هذا النوع من الصدق غير ضروري لنفس الأسباب التي تم ذكرها.

أ- الصدق الذاتي:

ويعني أيضا الصدق الداخلي للاختبار وهو الدرجات التجريبية للمقياس منسوبة لدرجاته الحقيقة الخالية من أخطاء القياس ويتم حسابه عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات كالتالي:

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{\text{معامل الثبات}}$$

$$\text{معامل الصدق الذاتي} = \sqrt{0.968}$$

معامل الصدق الذاتي= 0.983

وهو كاف ومقبول بدرجة كبيرة لاستخدامه في جمع المعلومات.

ب- صدق الاتساق الداخلي:

بما ان عدد العبارات كبير جدا وقد تم حساب الاتساق الداخلي لها من قبل من طرف الأساتذة الذين قاموا بتكييف المقياس على البيئة الجزائرية والذين تم ذكرهم سابقا، لم نتطرق لحساب الاتساق الداخلي لارتباط كل عبارة بالمحور التابعة له واكتفينا بحساب الاتساق الداخلي لارتباط كل محور بالدرجة الكلية للمقياس كالتالي:

*** جدول رقم (7): يوضح الاتساق الداخلي لمحاور المقياس:**

المحور (البعد)	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس	درجة المعنوية (Sig)
الصحة	0,832**	0,000
التنسيق	0,912**	0,000
النشاط البدني	0,886**	0,000
السمنة	0,908**	0,000
المنافسة الرياضية	0,928**	0,000
المظهر العام	0,941**	0,000
القوة	0,893**	0,000
المرونة	0,913**	0,000
المداومة	0,876**	0,000
الرضا البدني العام	0,735**	0,000
تقدير الذات الكلي	0,863**	0,000
** هناك دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01)		

من خلال الجدول رقم (7) نلاحظ ان ارتباط كل محور بالدرجة الكلية للمقياس عالي بدرجة كبيرة ويدل على اتساق كبير بين محاور المقياس.

ج- الصدق التمييزي:

*** جدول رقم (8): يوضح الصدق التمييزي لمقياس تقدير الذات البدنية:**

Independent Samples Test اختبار ستيودنت لعينتين مستقلتين				الدرجات الدنيا			الدرجات العليا		
مقياس تقدير الذات البدنية	t-test for Equality of Means اختبار فروق المتوسطات			المتوسط الحسابي	العدد	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	العدد	النسبة المئوية
	T قيمة الاختبار	Df درجة الحرية	Sig درجة المعنوية	108.42	26	27%	205.92	26	27%
	19,365	50	0,000						

من خلال الجدول رقم (8) نلاحظ ان قيم الاختبار t تساوي (19.365) ودرجة المعنوية (Sig) تساوي (0.000) وهي اقل من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$) مما يدل على وجود دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل البديلة أي ان المقياس قادر على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين مما يؤكد على صدقه.

6-2-3- الموضوعية:

حاول الباحث خلال إجراءات تطبيق الأداة الالتزام بأقصى درجات الموضوعية، وعدم التدخل في استجابات المبحوثين على مقياس تقدير الذات ولا على تنقيطهم في على مستوى التحصيل، وساعده في ذلك وضوح عبرات المقياس ودقتها وتعاون الأساتذة في عملية التطبيق الميداني، كما تم ترك الوقت الكافي للتلاميذ للتعبير على استجاباتهم بكل حرية والاعتماد على علامات التلاميذ في اختبارات التحصيل في الثلاثي الأول وليس على اختبارات يقوم بها الباحث للتمسك بأقصى حدود الموضوعية.

من خلال ما سبق نستنتج ان أدوات جمع البيانات على درجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية مما يسمح باستخدامهم في جمع المعلومات المتعلقة بالظواهر المدروسة واعتمادهم كأدوات لجمع البيانات بكل ثقة.

7- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

*** جدول رقم (9): يوضح الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:**

Corrélations الارتباطات	Independent Samples Test اختبار الفروق لعينتين مستقلتين	Tests of Normality اختبارات التوزيع الطبيعي	Statistics إحصاءات وصفية	Reliability Statistics إحصاءات الموثوقية
Pearson Corrélation معامل الارتباط بيرسون	Levene's Test for Equality of Variances اختبار لفين للمساواة بين الفروق	المبرهنة الثانية في الإحصاء (نظرية النهاية المركزية)	Mean المتوسط الحسابي	Cronbach's Alpha الفا كرونباخ
			Mode المنوال	
			Std. Deviation الانحراف المعياري	
	t-test for Equality of Means اختبار ستيودنت		Median الوسيط	Pearson Corrélation معامل الارتباط بيرسون
			Variance التباين	
			Range المدى	
			Minimum الحد الأدنى	t-test for Equality of Means اختبار ستيودنت
			Maximum الحد الأعلى	

*** خلاصة الفصل:**

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى الإجراءات الميدانية المتبعة في الدراسة حيث حاولنا إلقاء الضوء على المنهج المتبع في الدراسة وهو المنهج الوصفي حيث قمنا بتعريفه ثم انتقلنا إلى إلقاء الضوء على مجتمع وعينة حيث قمنا بتحديد مجتمع البحث كما قمنا بشرح طريقة اختيار العينة بعدها قمنا باستعراض أداة البحث عن طريق عرض المقياس الأصلي ثم قمنا بحساب الصدق والثبات لهذا الأخير لنجعله قابلا للتطبيق الميداني كما قمنا بتحديد المجال الزماني والمجال المكاني اللذان اقتصرت عليهما الدراسة الميدانية منتقلين بعد ذلك لتوضيح الأساليب الإحصائية المتبعة.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل النتائج

أولا: وصف البيانات

1- الإحصاء الوصفي للبيانات

2- اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات

ثانيا: عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضيات

1- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الأولى

2- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثانية

3- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة

4- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الرابعة

5- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الخامسة

6- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية السادسة

7- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية السابعة

8- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثامنة

9- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية التاسعة

10- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية العاشرة

11- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الحادية عشر

12- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثانية عشر

13- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة عشر

14- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية العامة

تمهيد:

بعد أن اعددنا وضبطنا أدوات البحث تم توفير عدد من النسخ من الاستمارات اللازمة لأفراد العينة ، هذا بالنسبة لقياس تقدير الذات البدنية أما بالنسبة لقياس التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية فقد اعتمدنا على نتائج اختبارات الثلاثي الأول من السنة الدراسية 2019-2020 الخاصة بأفراد مجتمع الدراسة ، وبعد تحديد افراد العينة بطريقة العينة العشوائية الطبقية قمنا بتوزيع الاستمارات على التلاميذ للإجابة على فقراتها، وقد تابعنا العملية بتواجدنا في نفس المكان وقد تم استلام الاستمارات بعد الإجابة عليها ، لنبدأ في تفريغ بياناتها ، بعدها تم الشروع في المعالجة الإحصائية للبيانات بحساب المعاملات الاحصائية اللازمة لكل متغير ليتم حساب درجة العلاقة بينهما في الأخير وهذا ما سنوضحه في هذا الفصل.

أولا: وصف البيانات

1- الإحصاء الوصفي للبيانات:

*** جدول رقم (10): يوضح المعاملات الإحصائية الوصفية للبيانات:**

إحصاءات وصفية				
حجم العينة	صالح	484	تقدير الذات البدنية	التحصيل الدراسي
	مفقود	03		
المتوسط الحسابي			159,4752	14,7975
الوسيط			156,0000	15,0000
المنوال			154,00	14,00
الانحراف المعياري			29,18999	2,14921
التباين			852,055	4,619
المدى			131,00	11,50
الحد الأدنى			79,00	7,50
الحد الأعلى			210,00	19,00

1-1- بالنسبة للتحصيل الدراسي:

من خلال الجدول رقم (10) نلاحظ أن التحصيل الدراسي لأفراد العينة في مادة التربية البدنية يتراوح بين 7.5 و19 درجة بمدى 11.5 نقطة وبمتوسط حسابي قدره 14.79 درجة ووسيط قدر ب 15 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 14 درجة.

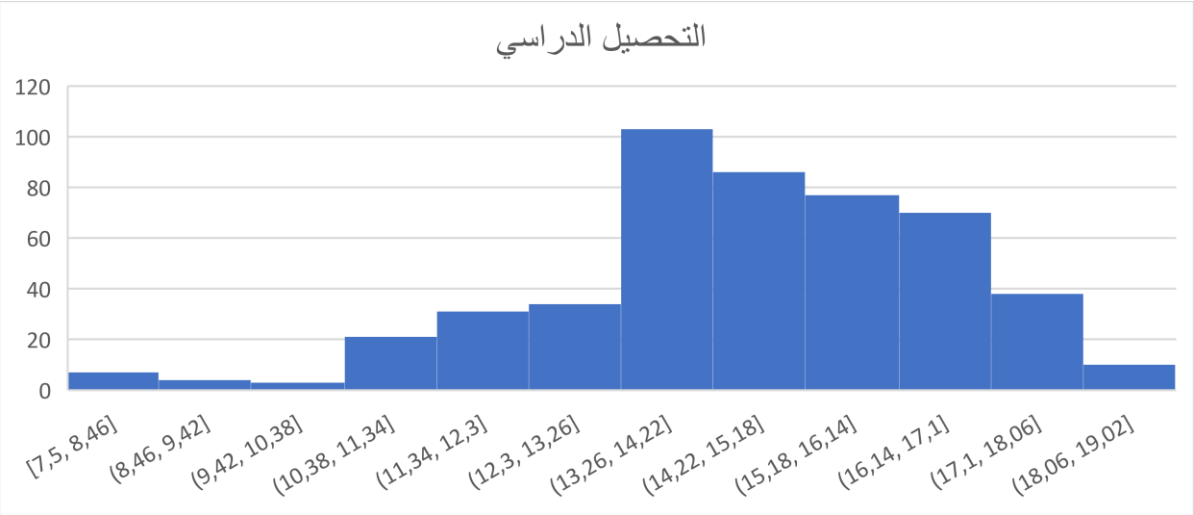
1-2- بالنسبة لتقدير الذات البدنية:

من خلال الجدول رقم (10) نلاحظ أن تقدير الذات البدنية لأفراد العينة يتراوح بين 79 و210 درجة بمدى 131 درجة وبمتوسط حسابي قدره 159.47 درجة ووسيط قدر ب 156 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 154 درجة.

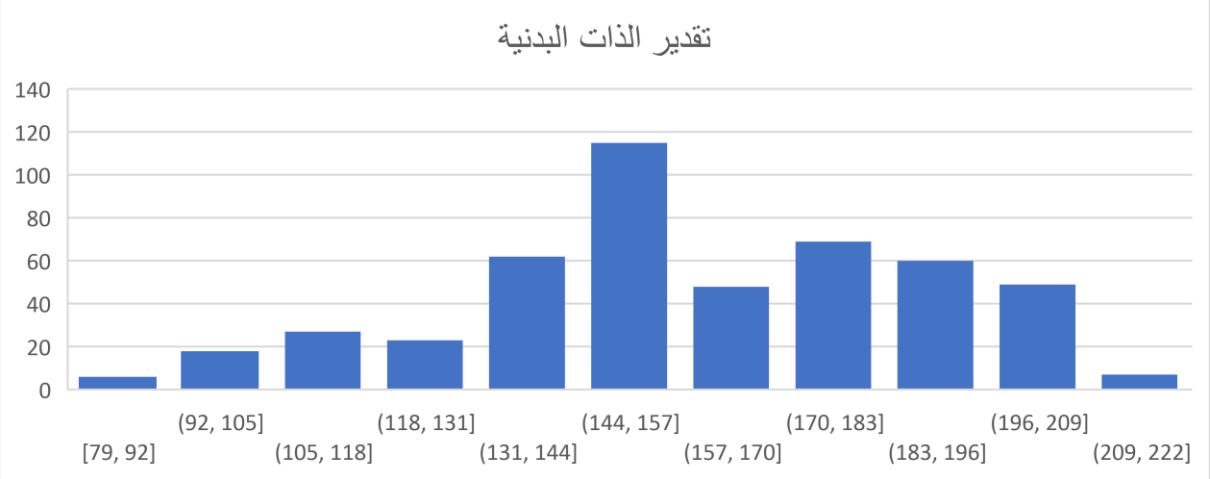
2- اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات:

بما أن حجم العينة كبير (n أكبر من 30 بفارق كبير) حيث بلغت (n=484) فانه حسب نظرية النهائية المركزية (المبرهنة الثانية في الإحصاء) فان توزيع البيانات يذهب في اتجاه التوزيع الطبيعي وسنعتمد انطلاقا من هاته النظرية على الاختبارات الإحصائية المعلمية (البارا مترية) (تقول مبرهنة النهاية المركزية: كلما ازداد حجم العينة n (n أكبر من 30) فان التوزيع لمتوسط هذه المتغيرات العشوائية يقترب من التوزيع الطبيعي القياسي.)

(ديلمي، سحنون: 2013، ص4) وهذا ما تؤكده الأشكال البيانية التالية:



*** شكل رقم (5): يوضح توزيع التحصيل الدراسي لأفراد العينة.**



*** شكل رقم (6): يوضح توزيع تقدير الذات البدنية لأفراد العينة.**

من خلال الشكلين رقم (5) و(6) نلاحظ ان البيانات الخاصة بالمتغيرين (التحصيل الدراسي وتقير الذات البدنية) تأخذ شكل التوزيع الطبيعي (الجرسي).

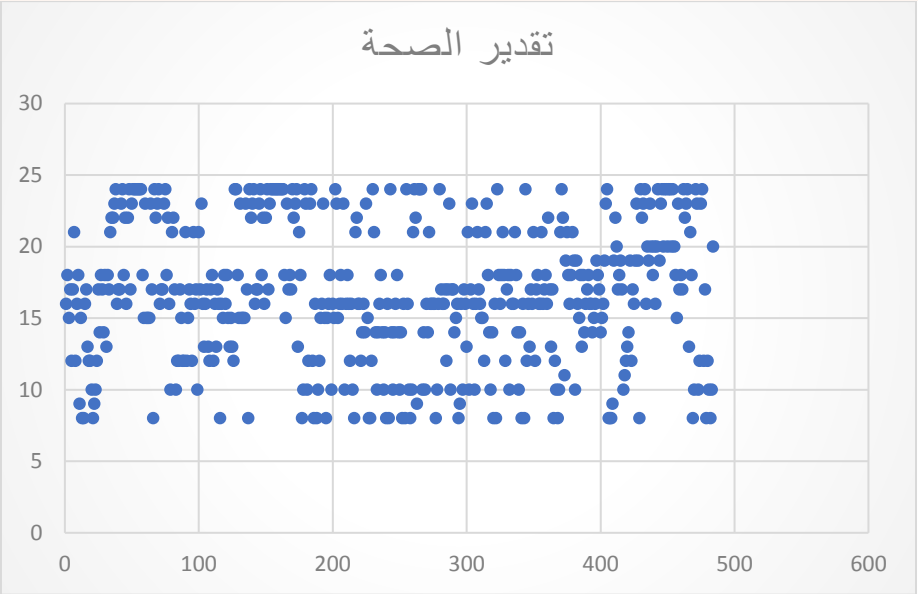
ثانيا: عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضيات

1- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الأولى:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الصحة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحل الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (11): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير الصحة:**

إحصاءات وصفية			
حجم العينة	صالح	484	تقدير الصحة
	مفقود	03	
المتوسط الحسابي			16,76
الوسيط			17,00
المنوال			16
الانحراف المعياري			4,816
التباين			23,194
المدى			16
الحد الأدنى			8
الحد الأعلى			24



***شكل رقم (7): لوحة انتشار توضح تقدير الصحة لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (11) والشكل رقم (7) نلاحظ أن علامات بعد الصحة لأفراد العينة تتراوح بين 08 و24 درجة بمدى 16 درجة وبمتوسط حسابي قدره 16.76 درجة ووسيط قدر ب 17 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 16 درجة.

*** جدول رقم (12): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير الصحة:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير الصحة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,645****	0.000	484	0.01	دال

من خلال الجدول رقم (12) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد الصحة يساوي (r=0.64) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة

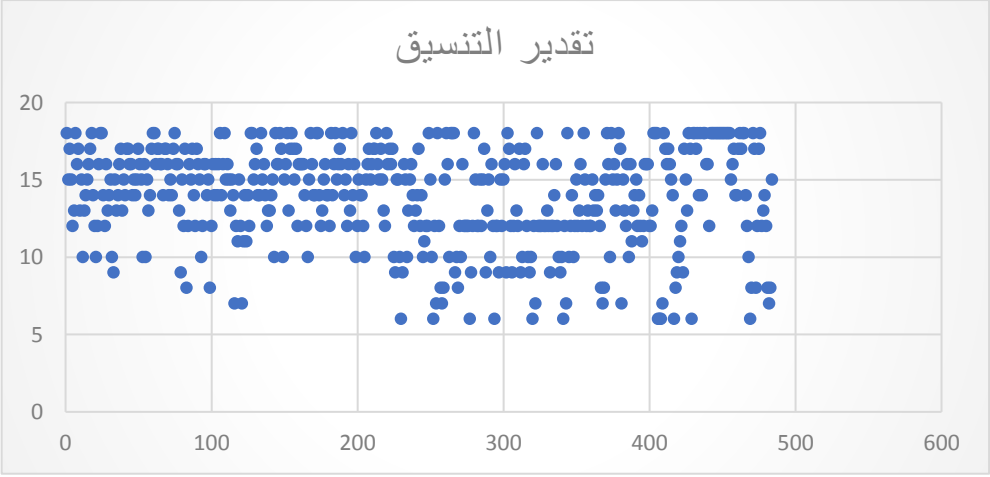
إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير الصحة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي أن الفرضية الأولى " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الصحة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

2- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثانية :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير التنسيق والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (13): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير التنسيق:**

إحصاءات وصفية			
تقدير التنسيق	484	صالح	حجم العينة
	03	مفقود	
13,92	المتوسط الحسابي		
14,00	الوسيط		
12	المنوال		
3,160	الانحراف المعياري		
9,984	التباين		
12	المدى		
6	الحد الأدنى		
18	الحد الأعلى		



***شكل رقم (8): لوحة انتشار توضح تقدير التنسيق لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (13) والشكل رقم (8) نلاحظ أن علامات بعد التنسيق لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 13.92 درجة ووسيط قدر ب 14 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 12 درجة.

*** جدول رقم (14): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير التنسيق:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير التنسيق والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,335****	0.000	484	0.01	دال

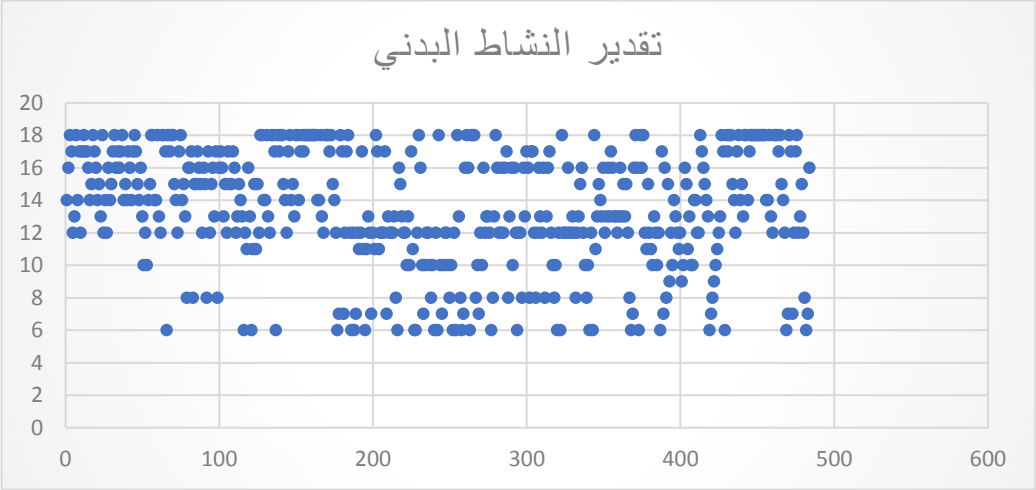
من خلال الجدول رقم (14) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد التنسيق يساوي (r=0.33) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير التنسيق دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية الثانية " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير التنسيق والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

3- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير النشاط البدني والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (15): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير النشاط البدني:**

إحصاءات وصفية			
حجم العينة	صالح	484	تقدير النشاط البدني
	مفقود	03	
المتوسط الحسابي			13,50
الوسيط			14,00
المنوال			18
الانحراف المعياري			3,612
التباين			13,050
المدى			12
الحد الأدنى			6
الحد الأعلى			18



***شكل رقم (9): لوحة انتشار توضح تقدير النشاط البدني لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (15) والشكل رقم (9) نلاحظ أن علامات بعد النشاط البدني لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 13.50 درجة ووسيط قدر ب 14 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 18 درجة.

*** جدول رقم (16): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير النشاط البدني:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير النشاط البدني والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,630****	0.000	484	0.01	دال

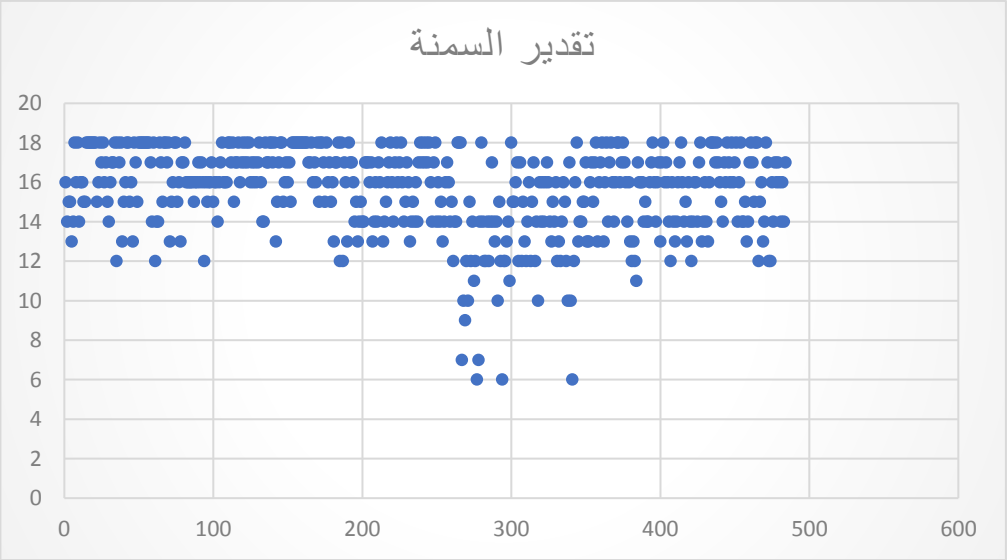
من خلال الجدول رقم (16) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد النشاط البدني يساوي (r=0.63) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير النشاط البدني دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية الثالثة " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير النشاط البدني والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

4- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الرابعة :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير السمنة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (17): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير السمنة:**

إحصاءات وصفية			
تقدير السمنة	484	صالح	حجم العينة
	03	مفقود	
المتوسط الحسابي			15,55
الوسيط			16,00
المنوال			18
الانحراف المعياري			2,193
التباين			4,811
المدى			12
الحد الأدنى			6
الحد الأعلى			18



***شكل رقم (10): لوحة انتشار توضح تقدير السمنة لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (17) والشكل رقم (10) نلاحظ أن علامات بعد السمنة لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 15.55 درجة ووسيط قدر ب 16 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 18 درجة.

*** جدول رقم (18): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير السمنة:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير السمنة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,293****	0.000	484	0.01	دال

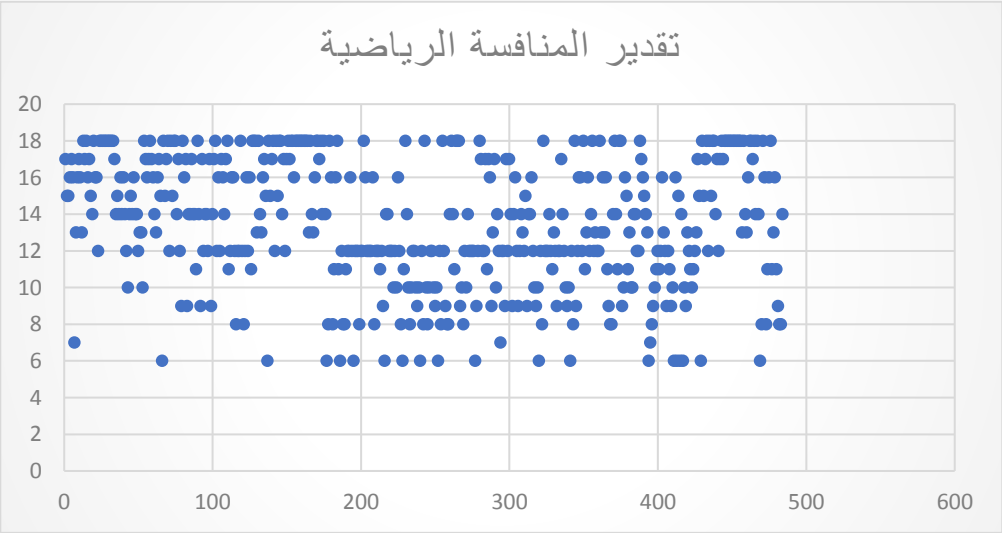
من خلال الجدول رقم (18) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد السمنة يساوي (r=0.29) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير السمنة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية الرابعة" توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير السمنة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

5- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الخامسة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المنافسة الرياضة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (19): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير المنافسة الرياضية:**

إحصاءات وصفية			
حجم العينة	صالح	484	تقدير المنافسة الرياضية
	مفقود	03	
المتوسط الحسابي			13,55
الوسيط			14,00
المنوال			18
الانحراف المعياري			3,496
التباين			12,219
المدى			12
الحد الأدنى			6
الحد الأعلى			18



***شكل رقم (11): لوحة انتشار توضح تقدير المنافسة الرياضية لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (19) والشكل رقم (11) نلاحظ أن علامات بعد المنافسة الرياضية لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 13.55 درجة ووسيط قدر ب 14 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 18 درجة.

*** جدول رقم (20): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير المنافسة الرياضية:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير المنافسة الرياضية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,638****	0.000	484	0.01	دال

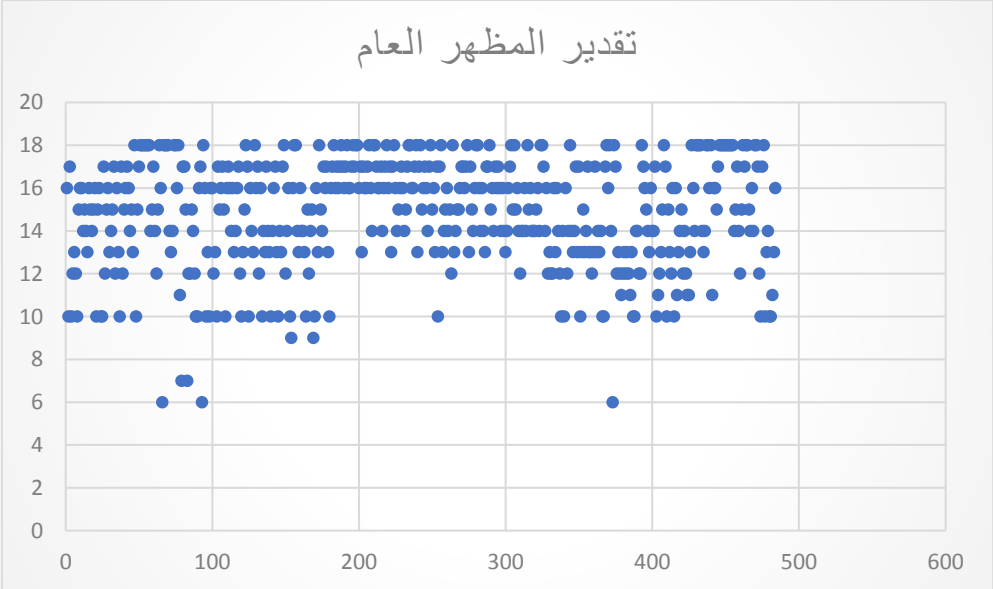
من خلال الجدول رقم (20) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد المنافسة الرياضية يساوي (r=0.63) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير المنافسة الرياضية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية الخامسة " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المنافسة الرياضية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة" محققة مع نسبة خطأ 1%.

6- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية السادسة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (21): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير المظهر العام:**

إحصاءات وصفية			
تقدير المظهر العام	484	صالح	حجم العينة
	03	مفقود	
المتوسط الحسابي			14,79
الوسيط			15,00
المنوال			16
الانحراف المعياري			2,566
التباين			6,584
المدى			12
الحد الأدنى			6
الحد الأعلى			18



***شكل رقم (12): لوحة انتشار توضح تقدير المظهر العام لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (21) والشكل رقم (12) نلاحظ أن علامات بعد المظهر العام لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 14.79 درجة ووسيط قدر ب 15 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 16 درجة.

*** جدول رقم (22): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير المظهر العام:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,000**	0.991	484	0.05	غير دال

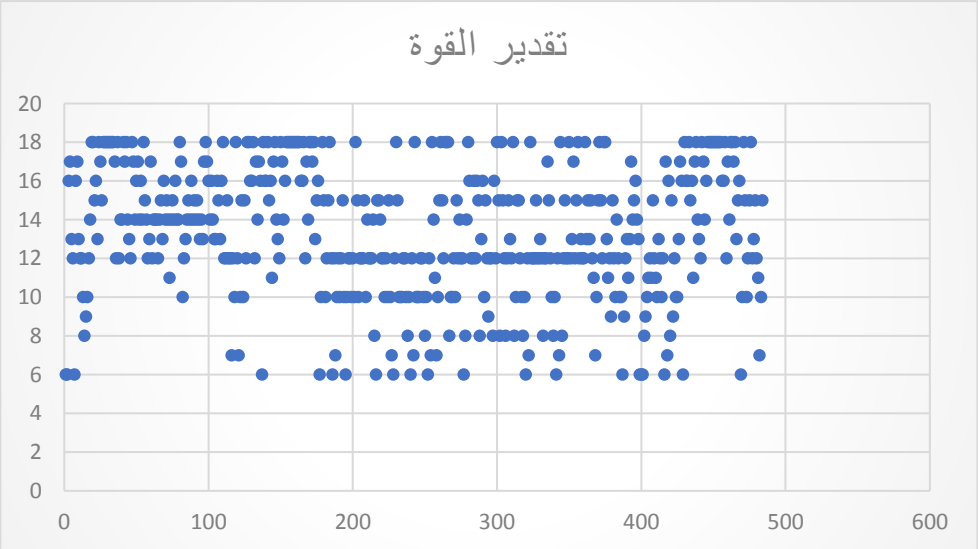
من خلال الجدول رقم (22) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي وبعد المظهر العام يساوي (r=0.00) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.991) وبالتالي لا توجد علاقة بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير المظهر العام أي ان الفرضية السادسة " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " غير محققة (مرفوضة).

7- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية السابعة :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير القوة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (23): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير القوة:**

إحصاءات وصفية			
تقدير القوة	484	صالح	حجم العينة
	03	مفقود	
المتوسط الحسابي			13,37
الوسيط			13,00
المنوال			12
الانحراف المعياري			3,402
التباين			11,574
المدى			12
الحد الأدنى			6
الحد الأعلى			18



***شكل رقم (13): لوحة انتشار توضح تقدير القوة لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (23) والشكل رقم (13) نلاحظ أن علامات بعد القوة لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 13.37 درجة ووسيط قدر ب 13 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 12 درجة.

*** جدول رقم (24): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير القوة:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير القوة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,561****	0.000	484	0.01	دال

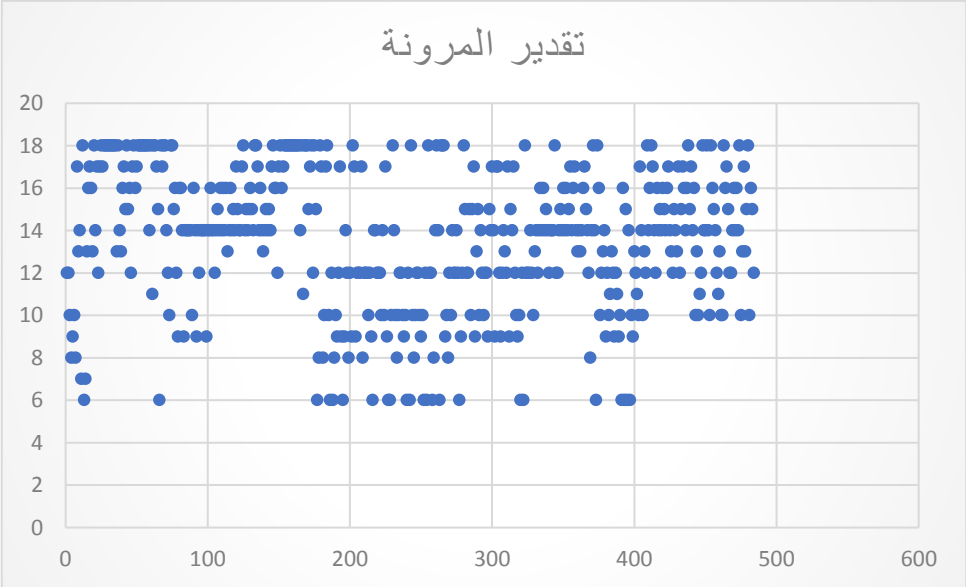
من خلال الجدول رقم (24) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد القوة يساوي (r=0.56) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير القوة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية السابعة " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير القوة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة" محققة مع نسبة خطأ 1%.

8- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثامنة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المرونة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (25): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير المرونة:**

إحصاءات وصفية			
تقدير المرونة	484	صالح	حجم العينة
	03	مفقود	
13,58	المتوسط الحسابي		
14,00	الوسيط		
14	المنوال		
3,329	الانحراف المعياري		
11,085	التباين		
12	المدى		
6	الحد الأدنى		
18	الحد الأعلى		



***شكل رقم (14): لوحة انتشار توضح تقدير المرونة لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (25) والشكل رقم (14) نلاحظ أن علامات بعد المرونة لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 13.58 درجة ووسيط قدر ب 14 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 14 درجة.

*** جدول رقم (26): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير المرونة:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير المرونة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,550****	0.000	484	0.01	دال

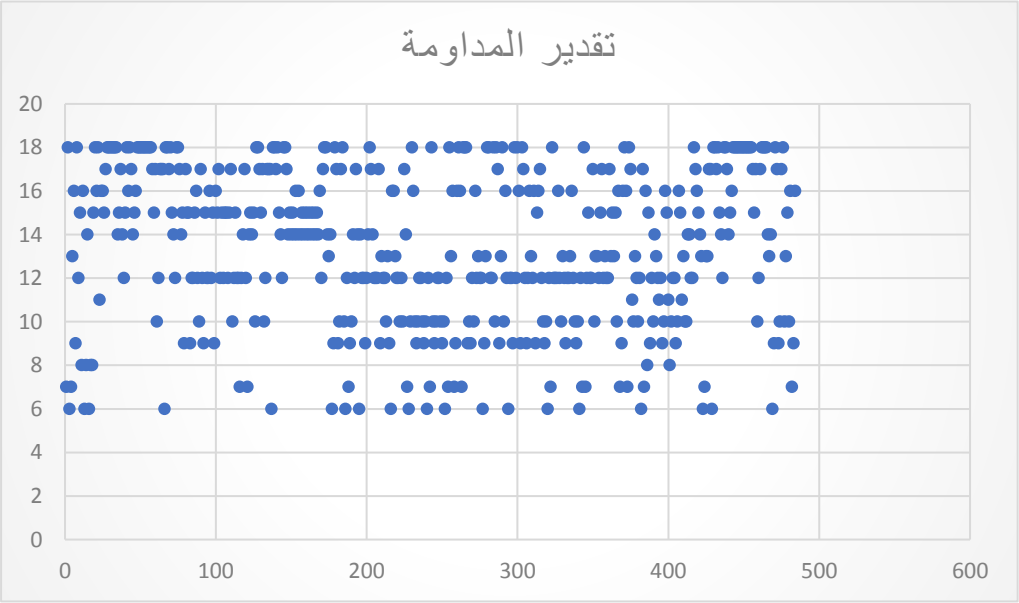
من خلال الجدول رقم (26) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد المرونة يساوي (r=0.55) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير المرونة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية الثامنة" توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المرونة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

9- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية التاسعة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المداومة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (27): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير المداومة:**

إحصاءات وصفية			
تقدير المداومة	484	صالح	حجم العينة
	03	مفقود	
13,43	المتوسط الحسابي		
14,00	الوسيط		
18	المنوال		
3,560	الانحراف المعياري		
12,677	التباين		
12	المدى		
6	الحد الأدنى		
18	الحد الأعلى		



***شكل رقم (15): لوحة انتشار توضح تقدير المداومة لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (27) والشكل رقم (15) نلاحظ أن علامات بعد المداومة لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 13.43 درجة ووسيط قدر ب 14 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 18 درجة.

*** جدول رقم (28): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير المداومة:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير المداومة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,611****	0.000	484	0.01	دال

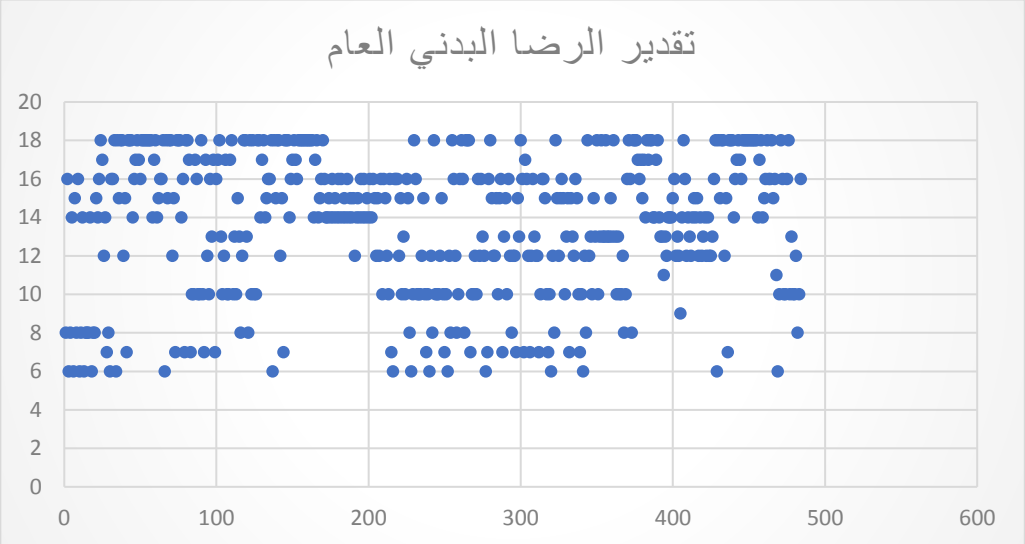
من خلال الجدول رقم (28) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد المداومة يساوي (r=0.61) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير المداومة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية التاسعة " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المداومة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

10- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية العاشرة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين الرضا البدني العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (29): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير الرضا البدني العام:**

إحصاءات وصفية			
حجم العينة	صالح	484	تقدير الرضا البدني العام
	مفقود	03	
المتوسط الحسابي			13,74
الوسيط			14,00
المنوال			18
الانحراف المعياري			3,618
التباين			13,091
المدى			12
الحد الأدنى			6
الحد الأعلى			18



***شكل رقم (16): لوحة انتشار توضح تقدير الرضا البدني العام لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (29) والشكل رقم (16) نلاحظ أن علامات بعد الرضا البدني العام لأفراد العينة تتراوح بين 06 و18 درجة بمدى 12 درجة وبمتوسط حسابي قدره 13.74 درجة ووسيط قدر ب 14 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 18 درجة.

*** جدول رقم (30): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير الرضا البدني العام:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير الرضا البدني العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,536****	0.000	484	0.01	دال

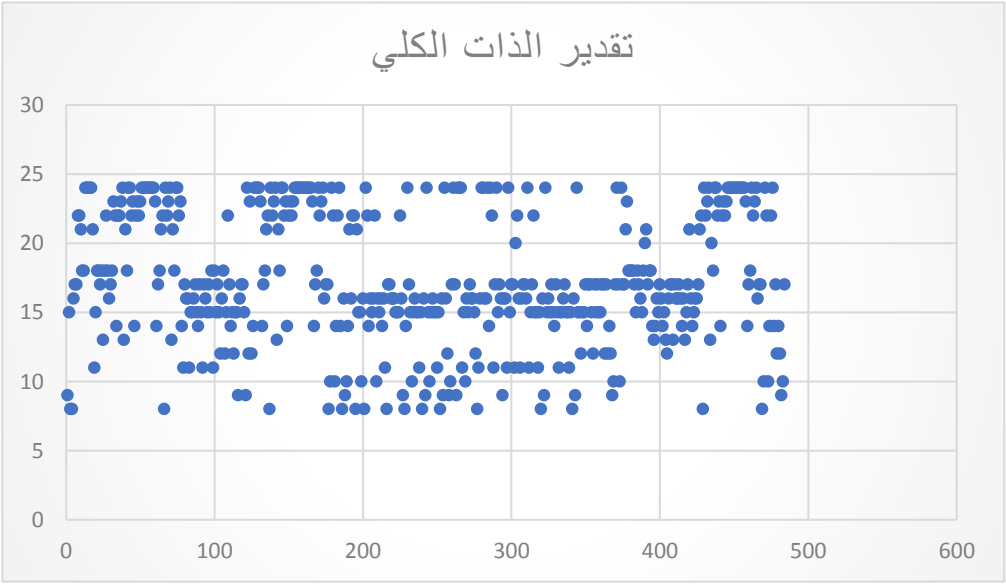
من خلال الجدول رقم (30) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد الرضا البدني العام يساوي (r=0.53) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير الرضا البدني العام دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية العاشرة " توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الرضا البدني العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

11- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الحادية عشر:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (31): يوضح الوصف الاحصائي لبعد تقدير الذات الكلي:**

إحصاءات وصفية			
تقدير الذات الكلي	484	صالح	حجم العينة
	03	مفقود	
المتوسط الحسابي			17,32
الوسيط			17,00
المنوال			24
الانحراف المعياري			4,741
التباين			22,479
المدى			16
الحد الأدنى			8
الحد الأعلى			24



***شكل رقم (17): لوحة انتشار توضح تقدير الذات الكلي لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (31) والشكل رقم (17) نلاحظ أن علامات بعد تقدير الذات الكلي لأفراد العينة تتراوح بين 08 و24 درجة بمدى 16 درجة وبمتوسط حسابي قدره 17.32 درجة ووسيط قدر ب 17 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 24 درجة.

*** جدول رقم (32): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير الذات الكلي:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,660****	0.000	484	0.01	دال

من خلال الجدول رقم (32) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و بعد تقدير الذات الكلي يساوي (r=0.66) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير الذات الكلي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية الحادية عشر" توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

12- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثانية عشر:

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات البدنية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس.

*** جدول رقم (33): يوضح الفروق في الوصف الاحصائي على مقياس تقدير الذات البدنية بين الذكور والاناث:**

إحصاءات وصفية					
حجم العينة	ذكور	194	40.08%	**تقدير الذات الكلي**	
484	اناث	290	59.92%	ذكور	اناث
المتوسط الحسابي				164.24	156.28
الوسيط				167	154
الانحراف المعياري				28.34	29.35
الحد الأدنى				86	79
الحد الأعلى				210	210

من خلال الجدول رقم (33) نلاحظ تباين طفيف بين المعاملات الإحصائية الوصفية للذكور والاناث على مقياس تقدير الذات البدنية لصالح الذكور مما يدل على وجود فروق لصالح الذكور في تقدير الذات البدنية وسنتأكد ان كان هذا الفرق ذو دلالة إحصائية من خلال تطبيق اختبار الفروق (اختبار ستيودنت لعينتين مستقلتين) بينهم.

*** جدول رقم (34): يوضح الفروق الإحصائية بين الذكور والاناث على متغير تقدير الذات البدنية:**

اختبار الفروق (Independent Samples Test)						
الفروق الإحصائية بين الذكور والاناث على متغير تقدير الذات البدنية	قيمة T	درجة الحرية DF	درجة المعنوية (Sig)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
	2.965	482	0.003	7.6946	0.01	دال

من خلال الجدول رقم (34) نلاحظ قيمة اختبار ستيودنت لعينتين مستقلتين تساوي (T=2.96) ودرجة معنوية الاختبار تساوي (Sig=0.003)، و المتوسط الحسابي للذكور على مقياس تقدير الذات البدنية يساوي (X=164.24)، اكبر من المتوسط الحسابي للإناث على نفس المقياس والذي يساوي (X= 156.28) حيث ان متوسط الفروق بين الذكور والاناث على المقياس يساوي (X=7.69)، وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث على مقياس تقدير الذات البدنية لصالح الذكور دال احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) ، ومنه الفرضية الثانية عشر " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات البدنية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس" غير محققة (مرفوضة).

13- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية الثالثة عشر:

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس.

*** جدول رقم (35): يوضح الفروق في الوصف الاحصائي على متغير التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية بين الذكور والاناث:**

إحصاءات وصفية					
حجم العينة	ذكور	194	40.08%	**التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية**	
484	اناث	290	59.92%	ذكور	اناث
المتوسط الحسابي				15.11	14.58
الوسيط				15	14.50
الانحراف المعياري				2.07	2.17
الحد الأدنى				7.50	7.50
الحد الأعلى				19	19

من خلال الجدول رقم (35) نلاحظ تباين طفيف بين المعاملات الإحصائية الوصفية للذكور والاناث على متغير التحصيل الدراسي لصالح الذكور مما يدل على وجود فروق لصالح الذكور في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية وسنتأكد ان كان هذا الفرق ذو دلالة إحصائية من خلال تطبيق اختبار الفروق (اختبار ستيودنت لعينتين مستقلتين) بينهم.

*** جدول رقم (36): يوضح الفروق بين الذكور والاناث على متغير التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:**

اختبار الفروق (Independent Samples Test)						
الفروق الإحصائية بين الذكور والاناث على متغير التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية	قيمة T	درجة الحرية DF	درجة المعنوية (Sig)	الفرق بين المتوسطات	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
	2.716	482	0.007	0.5379	0.01	دال

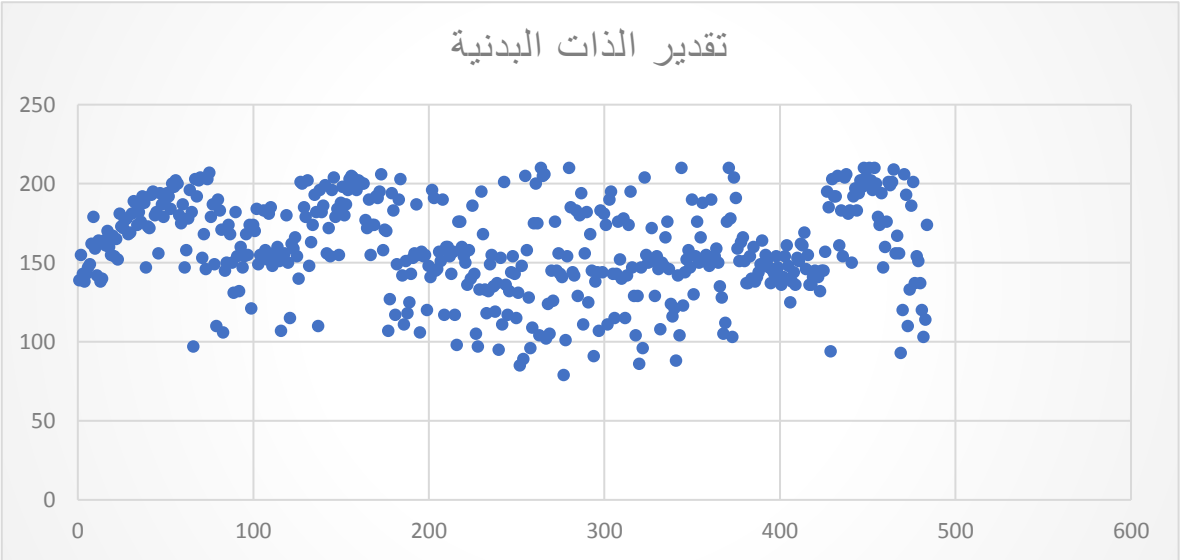
من خلال الجدول رقم (35) والجدول رقم (36) نلاحظ قيمة اختبار ستيودنت لعينتين مستقلتين تساوي (T=2.71) ودرجة معنوية الاختبار تساوي (Sig=0.007)، و المتوسط الحسابي للذكور على متغير التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية يساوي (X=15.11)، اكبر من المتوسط الحسابي للإناث على نفس المقياس والذي يساوي (X= 14.58) حيث ان متوسط الفروق بين الذكور والاناث على المتغير يساوي (X=0.53)، وبالتالي هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث على متغير التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية لصالح الذكور دال احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) ، ومنه الفرضية الثالثة عشر " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس" غير محققة (مرفوضة).

14- عرض وتحليل وتفسير النتائج الخاصة بالفرضية العامة :

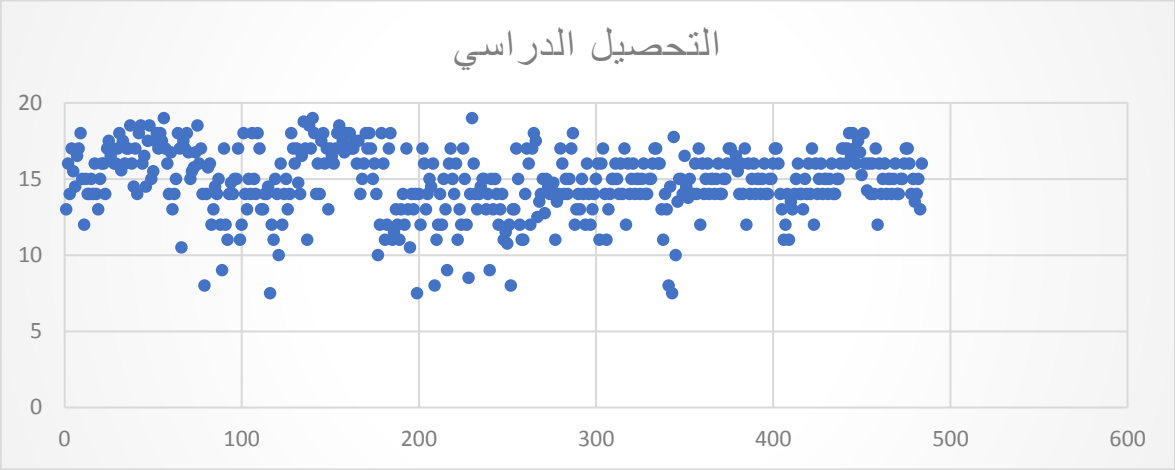
- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

*** جدول رقم (37): يوضح الوصف الاحصائي لتقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي:**

إحصاءات وصفية				
التحصيل الدراسي	تقدير الذات البدنية	484	صالح	حجم العينة
		03	مفقود	
14,7975	159,4752	المتوسط الحسابي		
15,0000	156,0000	الوسيط		
14,00	154,00	المنوال		
2,14921	29,18999	الانحراف المعياري		
4,619	852,055	التباين		
11,50	131,00	المدى		
7,50	79,00	الحد الأدنى		
19,00	210,00	الحد الأعلى		



***شكل رقم (18): لوحة انتشار توضح تقدير الذات البدنية لأفراد العينة.**



*** شكل رقم (19): لوحة انتشار توضح التحصيل الدراسي لأفراد العينة.**

من خلال الجدول رقم (37) والشكلين رقم (18) و(19) نلاحظ:

أ- بالنسبة لتقدير الذات البدنية:

من خلال الجدول رقم (37) والشكل رقم (18) نلاحظ أن تقدير الذات البدنية لأفراد العينة يتراوح بين 79 و210 درجة بمدى 131 درجة وبمتوسط حسابي قدره 159.47 درجة ووسيط قدر ب 156 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 154 درجة.

ب- بالنسبة للتحصيل الدراسي:

من خلال الجدول رقم (37) والشكل رقم (19) نلاحظ أن التحصيل الدراسي لأفراد العينة في مادة التربية البدنية يتراوح بين 7.5 و19 درجة بمدى 11.5 نقطة وبمتوسط حسابي قدره 14.79 درجة ووسيط قدر ب 15 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 14 درجة.

*** جدول رقم (38): يوضح العلاقة الإحصائية بين التحصيل الدراسي في مادة التربية والرياضية وتقدير الذات البدنية:**

الارتباط (Pearson Correlation)					
	درجة الارتباط	درجة المعنوية (Sig)	حجم العينة	مستوى الدلالة	القرار الاحصائي
العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية	**0,694****	0.000	484	0.01	دال

من خلال الجدول رقم (38) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و تقدير الذات البدنية يساوي (r=0.69) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير الذات البدنية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) ومنه نقبل الفرض البديل ونرفض الفرض الصفري أي ان الفرضية العامة" توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة مع نسبة خطأ 1%.

* خلاصة الفصل:

تناولنا من خلال هذا الفصل عرض النتائج وتفسيرها وذلك للتأكد من صحة الفرضيات المطروحة سابقا والتي تجيب مؤقتا عن التساؤلات المتفرعة عن التساؤل العام للدراسة والذي يقتضي طرح سؤال مفصلي حول هل توجد علاقة ارتباطية بين تقدير البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة فكانت النتائج كالتالي:

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الصحة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير التنسيق والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير النشاط البدني والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير السمنة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المنافسة الرياضية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير القوة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المرونة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المداومة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين الرضا البدني العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات البدنية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

الفصل السادس:

مناقشة النتائج

1- مناقشة نتائج الفرضيات الخاصة بعلاقة أبعاد تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.

1-1- مناقشة نتائج الوصف الاحصائي لأبعاد تقدير الذات البدنية.

1-2- مناقشة نتائج علاقة ابعاد تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.

2- مناقشة نتائج الفرضيات الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.

2-1- مناقشة نتائج الفرضية الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية.

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.

3- مناقشة نتائج الفرضية العامة.

3-1- مناقشة نتائج الوصف الاحصائي لتقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية.

3-2- مناقشة نتائج علاقة تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:

4-الاستنتاجات.

5-الاقتراحات.

تمهيد:

سيتم في هذا الفصل مناقشة النتائج الخاصة بالفرضيات بعد التحليل الاحصائي للبيانات، وربط هاته النتائج بالنتائج التي توصلت اليها الدراسات السابقة وكذا استعراض الاستنتاجات والاقتراحات الخاصة بالدراسة.

1- مناقشة نتائج الفرضيات الخاصة بعلاقة أبعاد تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:

1-1- مناقشة نتائج الوصف الاحصائي لأبعاد تقدير الذات البدنية:

أ- **مناقشة الوصف الاحصائي لبعد الصحة:** اعتمادا على الوصف الاحصائي من خلال الجدول رقم (11) لبعد الصحة الذي يدل على ارتفاع ملحوظ لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على سلامة افراد العينة بديا وعقليا واجتماعيا استنادا على تعريف " **فائزة عبد المقصود**" للصحة الذي جاء كالتالي " يمكن تعريف الصحة بانها النمو السليم للفرد بدنيا وعقليا واجتماعيا وخلو جسمه من الامراض ، ويوضح لنا هذا التعريف ان أجهزة الجسم يجب ان تكون سليمة وخالية من الامراض، حتى تقوم بوظيفتها وتمكن الفرد من العمل والحياة، وتعطيه القدرة على مقاومة الامراض ، اما الناحية العقلية فيجب ان يكون الانسان قادرا على التوفيق بين رغباته، ويجب ان يتحمل الازمات التي تواجهه في حياته حتى تكون حالته النفسية والعقلية مستقرة وهادئة، اما الحالة الاجتماعية المهمة للفدر فهي قدرته على الحياة والتعامل مع بقية افراد المجتمع الذي يعيش فيه". (عبد المقصود:2007، ص21)

ب- **مناقشة الوصف الاحصائي لبعد التنسيق:** من خلال الجدول رقم (13)، الذي يصف احصائيا بعد التنسيق نجد دلالة على مستوى متوسط لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على قدرات افراد العينة المتوسطة في عملية تنسيق الحركات الجزئية استنادا على تعريف " **تامر الداوودي**" للتنسيق الذي جاء كالتالي " عملية التنظيم المتناسق للحركات الجزئية (الذراعان، الساقان، الجذع، الرأس) من اجل تحقيق الهدف من تصرف معين، هو الاساس في تعلم جميع المهارات، لذا يعتبر العنصر الرئيس في تطور التعلم، ونستطيع القول انه:

- هو نوعية العمليات الجزئية التي تكون المهارة.

- هو عملية التنسيق بين اجزاء المهارة الحركية.

- هو ربط العمليات الجزئية للمهارة الحركية. (الداوودي:2015، ص 27)

ج – مناقشة الوصف الاحصائي لبعد النشاط البدني: من خلال الجدول رقم (15) والذي يضح نتائج الوصف الاحصائي لبعد النشاط البدني وجاء هذا الوصف ليدل على مستوى مرتفع نسبيا لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على قدرات افراد العينة في القيام بمختلف الأنشطة اليومية والرياضية (الهوائية واللاهوائية) بشكل جيد وسلس استنادا على تعريف " **أحمد الزعبلاوي**" للنشاط البدني الذي جاء كالتالي " هو سلوك يقوم به الفرد بغرض العمل أو الترويح أو العلاج أو الوقاية، سواء كان عفوياً أو مخططاً له، وينقسم النشاط البدني إلى نشاط بدني هوائي وآخر غير هوائي، حيث يتم استخدام الأكسجين لإنتاج الطاقة أثناء النشاط البدني الهوائي، بينما لا يتم استخدام الأكسجين أثناء النشاط البدني غير الهوائي." (الزعبلاوي:2015، ص5)

د– مناقشة الوصف الاحصائي لبعد السمنة: من خلال الجدول رقم (17) الذي يصف احصائيا بعد السمنة، جاء هذا الوصف ليدل على مستوى مرتفع جدا لدرجات افراد العينة على هذا البعد (تقدير السمنة هنا نقصد به عدم وجود مشاكل نفسية تتعلق بالسمنة لأفراد العينة) مما يدل على عدم وجود مشاكل اطلاقا لأفراد العينة في نسبة الدهون في الجسم استنادا على تعريف " **أبو بكر محمد** " للسمنة الذي جاء كالتالي " كمية مفرطة من دهون الجسم ، والسمنة ليس مثلها مثل زيادة الوزن التي تشير الى نسبة زيادة الوزن للجسم بالنسبة للطول، فمثلا يمكن لرياضي يتمتع بالعضلات ان يكون زائدا في الوزن ولكن في الوقت ذاته نسبة الدهون لديه منخفضة، ومن خلال هذا فان هناك مقياس بسيط يدعى مؤشر كتلة الجسم (BMI) ويرتبط ارتباطا وثيقا بنسبة دهون الجسم ويتم حسابه بتقسيم وزن الشخص بالكيلوجرام على تربيع طوله بالمتر، ويعتبر زيادة في الوزن اذا بلغ هذا المؤشر بين 25 و 29.9 ، كما تتعبر سمنة اذا فاق هذ المؤشر 30 ، وتعتبر سمنة مرضية اذا تجاوز هذا المؤشر 40." (أبو بكر:2014، ص20)

ه – مناقشة الوصف الاحصائي لبعد المنافسة الرياضية: من خلال الجدول رقم (19) لبعد المنافسة الرياضية نجد دلالة على مستوى مرتفع نسبيا لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على استعادا افراد العينة للكفاح في سبيل شيء ما استنادا على تعريف " **أمين أنور الخولي** " للمنافسة الرياضية الذي جاء كالتالي " يستخدم تعبير منافسة استخداما موسعا وعريضا في الأوساط الرياضية فيستخدمه المدربون والاداريون والمشجعون فضلا عن الرياضيين،(الخولي :2002، ص162)

والتعبير منافس او متنافس غالبا ما يكون بديلا او مرادفا لمصطلح رياضي، والتعبير منافسة غالبا ما يكون بديلا لكلمة مسابقة، ولقد دأب الباحثون على تعريف المنافسة بشكل عام من خلال وصف عملياتها ويقصد بالمنافسة عندما يكافح اثنين او أكثر في سبيل شيء ما او لتحقيق هدف معين." (الخولي :2002، ص162)

و- مناقشة الوصف الاحصائي لبعد المظهر العام: استنادا على الجدول رقم (21) لبعد المظهر العام نجد مستوى مرتفع جدا لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على ثقتهم في انفسهم فيما يخص جمالهم الخارجي استنادا على تعريف " **أحمد سعد** " لتقدير المظهر العام الذي جاء كالتالي " يقول الدكتور أحمد سعد، رئيس قسم الطب النفسي بجامعة عين شمس "ثمة علاقة بين المظهر الخارجي والثقة في النفس، فكلما كان مظهر الإنسان أكثر جاذبية وجمالا، تهافتت عليه عبارات الإعجاب والترحيب بهذا الشكل، وبالتالي يشعر الإنسان بامتلاكه لقلوب الآخرين، وأن هناك مساحة أكبر خلقت للتعامل معهم وتوطيد علاقته بهم، وهو ما يشعره بثقة أكبر وبقدرته على التأثير عليهم، لا سيما أن غالبية الناس تجعل من المظهر وسيلة للحكم على الآخرين، فإذا ظهر الشخص بمظهر جذاب أمامهم كان أكثر استحقاقا بمعرفتهم ومعزتهم، بل ويصبح بنظرهم مؤهلا لامتلاك قلوبهم وعقولهم، ليس هذا فقط، وإنما يصبح أصحاب المظاهر الجذابة أكثر الناس ترشيحا لإدارة الاجتماعية، وذلك نظرا لما يمنحه له مظهره من ثقة عارمة في الذات تجعل الآخرين يقبلون منه أفكاره وآراءه دون تردد أو مراجعة، حتى وإن شابها أخطاء جلية، وبعد خطوات زمنية يسيطر الشخص على علاقاته بمن حوله، ويصبح المتحكم الوحيد فيها، الأمر الذي يعزز من ثقته بذاته التي بدأت بجمال المظهر.

(عبد الهادي:2016، ص21)

ز- مناقشة الوصف الاحصائي لبعد القوة: من خلال الجدول رقم (23) لبعد القوة نجد مستوى متوسط لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على قدرات افراد العينة العضلية المتوسطة استنادا على تعريف " **بهاء عبد الحسن حسين** " للقوة الذي جاء كالتالي " تعد القوة العضلية المؤثر الاساس الذي يغير او يحاول ان يغير من شكل الجسم وحركته بمقدار او اتجاه معين، وهي الصفة الاساسية التي تحدد مستوى الاداء المهاري، وتعرف بقابلية عضلة او مجموعة عضلية على توليد اقصى قوة وبسرعة معينة في وضع معين وفي اتجاه معين، وهي قدرة العضلات على بذل اقصى جهد والتغلب على مقاومة خارجية او مواجهتها." (حسين:2011، ص 4)

ح- مناقشة الوصف الاحصائي لبعد المرونة: استنادا على الجدول رقم (25) الذي يوضح الوصف الاحصائي لبعد المرونة والذي يدل على مستوى مرتفع نسبيا لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على قدرات افراد العينة على أداء الحركات بمدى واسع نسبيا استنادا على تعريف " **بهاء عبد الحسن حسين** " للمرونة الذي جاء كالتالي "هي قدرة الجسم على اداء الحركة بأوسع مدى وتعنى قابلية العضلة او المفصل على استغلال اقصى للحركة في اثناء القيام بالتمرينات والحركات البدنية". (حسين:2011، ص 7)

ط- مناقشة الوصف الاحصائي لبعد المداومة: يوضح الجدول رقم (27) لبعد المداومة مستوى مرتفع نسبيا لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على قدرات افراد العينة على الاستمرار في أداء النشاط البدني لفترة طويلة دون حدوث ظاهرة التعب استنادا على تعريف " **بهاء عبد الحسن حسين** " للمداومة الذي جاء كالتالي " هي قدرة الأفراد على الاستمرار في اداء النشاط الحركي لفترة طويلة دون حدوث ظاهرة التعب". (حسين:2011، ص 5)

ي- مناقشة الوصف الاحصائي لبعد الرضا البدني العام: الجدول رقم (29) لبعد الرضا يدل على مستوى مرتفع نسبيا لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على تفهم افراد العينة لقدراتهم البدنية ورضاهم النسبي عنها استنادا على تعريف " **عادل عيدان غبلان** " للرضا البدني الذي جاء كالتالي " الرضا الحركي يأخذ بعداً كبيراً في مجال التربية الرياضية والنشاط الرياضي، إذ يساعد في تحديد ميول الفرد ودوافعه لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها، ويلعب القياس النفسي دوراً مهماً في الأنشطة الرياضية حيث يساعد على تقديم معلومات موضوعية عن اللاعبين في شتى المجالات النفسية وتطوير مستوى الأداء من خلال تفهم أفضل للاعب عن نفسه.

(غبلان:2015، ص7)

ك- مناقشة الوصف الاحصائي لبعد تقدير الذات الكلي: الجدول رقم (31) لبعد تقدير الذات يوضح ان هناك مستوى مرتفع نسبيا لدرجات افراد العينة على هذا البعد مما يدل على التقييم الإيجابي النسبي لأفراد العينة لذواتهم استنادا على تعريف " **سعاد الخياطي** " للتقدير الذات الكلي (الشامل) الذي جاء كالتالي " يمكن تعريف تقدير الذات بصورة شاملة على أنه تقييم المرء الكلي لذاته إما بطريقة إيجابية وإما بطريقة سلبية، إنه يشير إلى مدى محبة المرء لذاته وإيمانه بنفسه وبأهليتها وقدرتها واستحقاقها للحياة،(الخياطي: 2017، ص2)

التقدير العالي للذات يصنع جميع النجاحات في حياة الإنسان، والتقدير المنخفض للذات هو سبب كل تعثر في حياة الإنسان والسبب الرئيسي لعدم تحقق الأهداف، وكأن حظ الشخص صاحب تقدير الذات المنخفض عاثر ولا يمكن أن ينجح هذا الشخص في شيء مهما كانت إرادته، والسبب ليس حظه العاثر كما نعتقد وإنما تدني تقديره الذاتي. إن الصورة الذهنية للنفس تكون محفوظة في العقل الباطن تلك الأداة السحرية التي تستطيع أن تقودك للنجاح أو للفشل بأسهل مما تتخيل، كل ما عليك فعله هو إعطاء عقلك الباطن صورة ذهنية عما تعتقده تجاه نفسك معززة بمشاعر وسلوكيات تدعم هذه الصورة وهو سيقوم بتوفير الأشخاص والأحداث التي تدعم هذه الصورة الذهنية إما بالنجاح أو بالتعثر. (الخياطي: 2017، ص2)

1-2- مناقشة نتائج علاقة ابعاد تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:

من خلال فرضيات الدراسة (من الفرضية الأولى الى الفرضية الحادية عشر) والتي بحث في علاقة ابعاد تقدير ذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية حيث تناولت كل فرضية علاقة بعد من ابعاد تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية واستنادا على التحليل الاحصائي لهاته الفرضيات من خلال الدراسة الميدانية الذي أسفر على النتائج التالية:

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الصحة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير التنسيق والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة .

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير النشاط البدني والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير السمنة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة .

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المنافسة الرياضية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير القوة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المرونة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المداومة والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية مع نسبة خطأ في مدينة بوسعادة.

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الرضا البدني العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة .

* توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة .

يتضح لنا من النتائج السابقة ان جميع ابعاد تقدير الذات البدنية لها علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بالتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى افراد العينة ما عدا بعد المظهر العام الذي اسفرت نتائج تحليل بيانات الخاص ببعده مع التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية عن عدم وجود علاقة ارتباطية ويمكن ارجاع الى شذوذ بعد المظهر العام عن الابعاد الأخرى الى خجل افراد العينة من التصريح عن عدم رضاهم بمظهرهم العام.

وبما ان العينة المختارة في الدراسة اختيرت بطريقة عشوائية علمية صحيحة فهي تعتبر ممثلة لمجتمع الدراسة لهذا فان نستطيع تعميم هاته النتائج على مجتمع الدراسة ككل كما يمكننا توقع نفس هاته النتائج في مجتمعات أخرى إذا توفرت نفس الظروف.

وبالانتقال الى مقارنة هاته النتائج بالنتائج المتوصل اليها في الدراسات السابقة فإننا نجد انها تتوافق مع عدة دراسات لعل أبرزها.

– دراسة "**كاشف زايد**" بعنوان " تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي"، التي توصلت إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحصيل الأكاديمي.

–دراسة " **نبراس محمد يونس المراد**" بعنوان " تقدير الذات لدى طالبات قسم التربية الرياضية وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي " التي توصلت الى وجود علاقة معنوية بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية.

–دراسة " **يونسي تونسية**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين والمكفوفين" والتي توصلت الى وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين.

– دراسة "**منى الحموي**" بعنوان " التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات" التي توصلت الى وجود علاقة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات لدى تلاميذ الصف الخـــامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية.

– دراسة "**عايدة محمد العطاء**" **بعنوان** " تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس محلية جبل أولياء" التي توصلت الى وجود علاقة إجابيه بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثاني للمرحلة الثانوية.

– دراسة " **نيكية منال**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط، التي توصلت الى وجود علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

مع عدا الفرضية السادسة بالطبع والتي جاء كالتالي " **توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة**." والتي ذكرنا سابقا انه اسفر التحليل الاحصائي للنتائج الخاصة بها عن عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين تقدير المظهر العام والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة، وبالتالي فإنها تختلف مع جميع هاته الدراسات وتتفق مع دراسة دلال الردعان" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت" والتي توصلت الى عدم وجود علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت.

2- مناقشة نتائج الفرضيات الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:

2-1- مناقشة نتائج الفرضية الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية:

بحثت الفرضية الثانية عشر في الفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية وجاء نصها كالتالي " **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات البدنية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس**." ومن خلال الجدول رقم (33) نلاحظ تباين طفيف بين المعاملات الإحصائية الوصفية للذكور والاناث على مقياس تقدير الذات البدنية لصالح الذكور مما يدل على وجود فروق لصالح الذكور في تقدير الذات البدنية وتم التأكد من هاته الفروق من خلال تطبيق اختبار الفروق (اختبار ستيودنت لعينتين مستقلتين) بينهم الذي اسفر عن النتيجة التالية " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات البدنية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور أي ان الفرضية غير محققة" و يرجع الباحث هذا التفوق لصالح الذكور على حساب الاناث في تقدير الذات البدنية الى ثقة الذكور العالية في أنفسهم عكس الاناث الذين يعانون من الخجل في هاته المرحلة العمرية، كما ان دافعية وميول الذكور نحو النشاط البدني أكبر بكثير من دافعية الاناث الذين يقودهم ميولهم في هذه المرحلة الى اهتمامات أخرى، هاته النتائج التي جاءت لتنفي الفرضية الثانية عشر وترفضها ميدانيا، وباعتبار تقدير الذات وجه من أوجه مفهوم الذات فهي متناغمة مع دراسة "**منى الحموي**" بعنوان " التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات" التي توصلت الى وجود فروق تعزى لمتغير الجنس في العلاقة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات لدى تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية، غير انها تتضاد مع عدة دراسات وصلت الى نتائج معاكسة، فهي لا تتوافق مع دراسة "**كاشف زايد**" بعنوان " تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي"، التي توصلت إلى وجود مستويات إيجابية فوق متوسطة على مقياس تقدير الذات بصفة عامة لدى طلاب وطالبات قسم التربية الرياضية، وفيما يتعلق بمتغير الجنس فلم تسفر نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة بين كل من الطلاب والطالبات وهو أمر ممكن عزوه إلى أن البرامج التي يقدمها القسم وكذلك البيئة الجامعية وما تتيحه من فرص للتفاعل الاجتماعي لهما تأثيرات إيجابية متوازنة ويسهمان في تطوير تقدير ذات مرتفع لدى جميع الطلاب بغض النظر عن اختلاف متغير الجنس، وتختلف أيضا مع دراسة "**يحي قذيفة** " بعنوان "تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالتوجه الرياضي لتلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية لمتوسطات

ولاية المسيلة." التي توصلت الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات البدنية لدى تلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية تبعا لمتغير الجنس، كما تختلف مع دراسة " **عزوني سليم**" بعنوان " أثر ممارسة النشاط البدني والرياضي على تقدير الذات عند الأطفال الصم ما بين 10و13سنة. (دراسة ميدانية بولاية البليدة)."، التي توصلت الى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في مستوى تقدير الذات، كما تختلف مع النتائج التي توصلت اليها دراسة "**دلال الردعان**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت" والتي توصلت الى عدم وجود فروق في تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت وفقا لمتغير الجنس، كما لا تتوافق مع النتائج التي توصلت اليها دراسة " **عايدة محمد العطاء**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس محلية جبل أولياء. " التي توصلت الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لـــدرجات تقـــدير الـــذات لدى طـــلاب الصـــف الثاني للمرحلة الثانوية تعزى لمتغير النوع.

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الخاصة بالفروق بين الذكور والاناث في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:

الفرضية الثالثة عشر والتي بحث في الفروق بين الذكور والاناث في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية والتي كان نصها كالتالي " **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس**" و من خلال الجدول رقم (35) نلاحظ تباين طفيف بين المعاملات الإحصائية الوصفية للذكور والاناث على متغير التحصيل الدراسي لصالح الذكور مما يدل على وجود فروق لصالح الذكور في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية وتم التأكد من هاته الفروق من خلال تطبيق اختبار الفروق (اختبار ستيودنت لعينتين مستقلتين) بينهم. والذي اسفر عن النتيجة التالية " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية بين تلاميذ السنة ثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور أي ان الفرضية الثالثة عشر مرفوضة" هذا الفرق في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لصالح الذكور على حساب الاناث مفهوم جدا، حيث ان دافعية الذكور وميولهم وحبهم لممارسة النشاط البدني والرياضي بشكل عام، أكثر بكثير من دافعية الاناث، وبالتالي ينعكس هذا على تحصيلهم الدراسي في هاته المادة، كما ان تقدير الذات البدنية عند الذكور أكبر منه عند الاناث كما توصلنا سابقا (الفرضية الثانية عشر) وبما ان هناك علاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي

(الفرضية العامة) فان هذا التفوق لصالح الذكور في التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية طبيعي جدا ان لم يكن حتمي، هاته النتائج التي جاءت لتنفي الفرضية الثالثة عشر وترفضها ميدانيا، وباعتبار تقدير الذات وجه من أوجه مفهوم الذات فهي متناغمة مع دراسة "**منى الحموي**" بعنوان " التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات" التي توصلت الى وجود فروق تعزى لمتغير الجنس في العلاقة بين التحصيل الدراســـي ومفهـــوم الذات لدى تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي فـــي مـــدارس محافظة دمشق الرسمية، غير انها تتضاد مع دراسة "**دلال الردعان**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت" والتي توصلت الى عدم وجود فروق في التحصيل الاكاديمي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت وفقا لمتغير الجنس.

3- مناقشة نتائج الفرضية العامة:

جاء نص الفرضية العامة كالتالي " **توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة**."

3-1- مناقشة نتائج الوصف الاحصائي لتقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:

أ- بالنسبة لتقدير الذات البدنية:

من خلال الجدول رقم (37) والشكل رقم (18) نلاحظ أن تقدير الذات البدنية لأفراد العينة يتراوح بين 79 و210 درجة بمدى 131 درجة وبمتوسط حسابي قدره 159.47 درجة ووسيط قدر ب 156 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 154 درجة، هذا الوصف الاحصائي من خلال الجدول رقم (37) لتقدير الذات البدنية كان تمهيدا لحساب العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية، وجاء هذا الوصف ليدل على مستوى متوسط يميل الى الارتفاع لدرجات افراد العينة على مقياس تقدير الذات البدنية مما يدل على التقدير الايجابي لأفراد العينة لذواتهم البدنية وتوقعهم للنجاح وغير حساسين في المواقف المختلفة ويتمتعون بثقة عالية استنادا على ما ذكرته "**شريفي هناء**" " لقد أظهرت الدراسات التي أجريت في مجال تقدير الذات،

(شريفي: 2002، ص90).

أن الأشخاص ذوي التقدير المرتفع يؤكدون دائما على قدراتهم وجوانب قوتهم وخصائصهم الطيبة وأنهم يتمتعون بثقة عالية ودائمة في أنفسهم ويبادرون إلى التجارب الجيدة مع توقعهم النجاح غير حساسين في المواقف المختلفة واثقين من معلوماتهم". (شريفي: 2002، ص90).

وبقول " **كوبر سميث**" " أن تقدير الذات المتوسط يقع بين المستويين المرتفع والمنخفض بكل ما يختص بهما من خصائص وسمات، ويمكن القول إن تقدير الذات المتوسط هو كل تقدير فوق المنخفض. ويمكن تلخيص صفات الأشخاص ذوي التقدير المتوسط فيما يلي: الخوف من الفشل، الرغبة في النجاح، صعوبة في اتخاذ القرارات، سهولة اتخاذ القرارات وعدم إعطاء الأشياء أكثر من حجمها، الإحساس بالخوف من النتائج، الثقة الزائدة بالنفس واللامبالاة، الاهتمام برأي الآخرين، ردود فعل سريعة وفعالة، الاستسلام السريع في حالة وجود صعوبات، امتلاك الإرادة وتحمل المسؤولية الذاتية في اتخاذ القرارات، عدم التقدم في حالة تحقيق الهدف. (شجاع:2014، ص63)

وتقول " **فادية كامل حمام** " بهذا الخصوص كالتالي " تأتي أهمية تقدير الذات من خلال ما يصنعه الفرد لنفسه ويؤثر بوضوح في تحديد أهدافه واتجاهاته واستجاباته نحو الآخرين ونحو نفسه، ما جعل العديد من المنظرين في مجال الصحة النفسية يؤكدون أهمية تقدير الذات في حياة الأفراد وكان " **فروم** " من الأوائل الذين لاحظوا الارتباط الوثيق بين تقدير الشخص لنفسه ومشاعره نحو الآخرين، ويقول " **عبد الرؤوف**" أن الذات هي أساس التوافق بالنسبة للفرد وأن الإنسان يسعى إلى تحقيق ذاته عن طريق إشباع حاجاته المختلفة دون حدوث تعارض مع متطلبات وظروف البيئة المحيطة به، وبمدى نجاح الفرد في تحقيق هذا التوازن ينمو لديه تقدير موجب لذاته بدرجة مرتفعة ويختلف الأفراد في تحقيق هذا التوازن مما يعمل على اختلاف تقدير الذات لديهم، وهو ما يؤدي إلى التقدير المرتفع أو المنخفض للذات، ولا يظل تقدير الذات ثابتا عبر المواقف المختلفة بل أنه يختلف أيضا باختلاف المواقف، اذ يتأثر بظروف البيئة فيكون تقدير الذات ايجابيا إذا كانت ظروف البيئة ايجابية، وتحترم الذات الانسانية وتكشف عن قدراتها وطاقاتها، أما اذا كانت البيئة محبطة فان الفرد يشعر بالدونية ويسوء تقديره لذاته. (حمام:2010، ص81 ،82)

ب- بالنسبة للتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:

من خلال الجدول رقم (37) والشكل رقم (19) نلاحظ أن التحصيل الدراسي لأفراد العينة في مادة التربية البدنية يتراوح بين 7.5 و19 درجة بمدى 11.5 نقطة وبمتوسط حسابي قدره 14.79 درجة ووسيط قدر ب 15 درجة وكانت العلامة الأكثر تكرار هي 14 درجة، هذا الوصف الاحصائي من خلال الجدول رقم (37) للتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية يدل على مستوى مرتفع نسبيا لدرجات افراد العينة في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية مما يدل على ان افراد العينة يمتلكون تحصيل دراسي جيد في مادة التربية البدنية والرياضية يمكنهم من اشباع حاجاتهم النفسية المتعلقة بهذا الجانب استنادا لما ذكره " **أحمد عبد الحميد**" كالتالي" يكتسي التحصيل الدراسي أهمية كبيرة بالنسبة للطالب أو أسرته أو مجتمعه حيث أن التحصيل الدراسي يمارس دورا هاما في صنع الحياة اليومية للفرد، كما أن التحصيل مهم للحياة وتقدم الفرد فإنه أيضا هام جدا للمجتمع وخاصة في بيئتنا العربية على اعتبار أننا في مجتمع يعطي قدرا كبيرا من الاهتمام للتحصيل الدراسي والنجاح، ولا شك أن التحصيل الدراسي له أهمية كبيرة على مستوى الفرد حيث يؤدي إلى إشباع حاجة الفرد وتحقيق التوافق النفسي، وتقبل الفرد لذاته، ومن ثم عدم الوقوع في مشكلات سلوكية قد تؤدي إلى اضطراب النظام داخل المدرسة و خارجها". (عبد الحميد:2010، ص14)

كما يعتبر هذا الدراسي الجيد مؤشرا لنجاح افراد العينة في مادة التربية البدنية استنادا على ما ذكرته "**بوخالفة سليمة**" كالتالي " التحصيل الدراسي مؤشر لنجاح الطالب في الحياة المدرسية وفي الحياة اليومية والقدرة على التفاعل والتعايش مع الآخرين في المستقبل، كما أن الجامعات والمعاهد العليا التي تعمل على تدريب وتخريج الطلاب تعتبر المعدل الذي يحصل عليه الطالب مقياسا لقدراته ومن ثم قبوله في الجامعة بصورة عامة وفي بعض التخصصات بصورة خاصة حيث أنها تطلب معدلات مرتفعة جدا للدخول لتخصص معين. (بوخالفة :2015، ص15)

3-2- مناقشة نتائج علاقة تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية:

من خلال الجدول رقم (38) نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين التحصيل الدراسي و تقدير الذات البدنية يساوي (r=0.69) ودرجة المعنوية للاختبار تساوي (Sig=0.000) وبالتالي هناك علاقة ارتباطية إيجابية (طردية) بين التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وتقدير الذات البدنية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (α=0.01) أي ان الفرضية العامة" توجد علاقة

ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة " محققة (مقبولة)

ومنه نستنتج انه كل ما زاد تقدير الذات البدنية لأفراد العينة زاد تحصيلهم الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وبما ان العينة ممثلة لمجتمع الدراسة يمكننا تعميم هاته النتائج على جميع المجتمع وبالتالي نقول " كل ما زاد تقدير الذات البدنية لتلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة زاد تحصيلهم الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية، كما اننا نستطيع توقع النفس النتائج في مجتمعات أخرى إذا توفرت نفس الخصائص والظروف، وتؤكد هاته النتائج على التأثير الواضح لتقدير الذات البدنية على التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية، هاته النتائج التي جاءت لتؤكد الفرضية العامة وتحققها ميدانيا تتوافق مع عدة نتائج تم استعرضاها في الدراسات السابقة فهي تتوافق بشكل مباشر مع دراسة "**كاشف زايد**" **بعنوان** " تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي"، التي توصلت إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحصيل الأكاديمي العام ومستوى تقدير الذات، كما انها تتفق بشدة مع دراسة " **نبراس محمد يونس المراد**" بعنوان " تقدير الذات لدى طالبات قسم التربية الرياضية وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي " التي توصلت الى وجود علاقة معنوية بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية، هاته النتائج أيضا تتوافق مع النتائج التي توصلت دراسة " **يونسي تونسية**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين والمكفوفين" والتي توصلت الى وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات الكلي والتحصيل الدراسي لدى المرهقين المبصرين، وباعتبار تقدير الذات وجه من أوجه مفهوم الذات فهي متناغمة مع دراسة "**منى الحموي**" **بعنوان** " التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات" التي توصلت الى وجود علاقة بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات لدى تلاميذ الصف الخـــامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية، وتتفق أيضا مع دراسة "**عايدة محمد العطاء**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس محلية جبل أولياء" التي توصلت الى وجود علاقة إجابيه بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثاني للمرحلة الثانوية، كما تتفق مع دراسة " **نيكية منال**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم

المتوسط"، التي توصلت الى وجود علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط، لكن تختلف هاته النتائج بشكل مباشر وبشدة مع النتائج التي توصلت اليها دراسة "**دلال الردعان**" بعنوان " تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت" والتي توصلت الى عدم وجود علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت.

4-الاستنتاجات:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة وتحليليها وضبط إشكالية البحث واثراء الدراسة الحالية بجانب نظري تناولنا فيه المفاهيم والنظريات المفسرة لمتغيرات الدراسة، تم الانتقال للجانب الميداني لتأكد من صحة الفرضيات الموضوعة وكانت النتائج كالتالي:

* تحق الفرضيات (من 1 الى 11 ما عدا الفرضية السادسة) والذي بحثت في علاقة ابعاد تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة والتي اسفرت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مختلف ابعاد تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة ما عدا بعد المظهر العام الذي لم تكن له علاقة ارتباطية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية لدى افراد العينة.

* تحقق الفرضية العامة والتي بحث في علاقة تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة والتي اسفرت نتائجها عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين تقدير البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة.

ومنه نستنتج انه كل ما زاد تقدير الذات البدنية او تقدير احد ابعاد تقدير الذات البدنية ما عدا بعد المظهر العام لأفراد العينة زاد تحصيلهم الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وبما ان العينة ممثلة لمجتمع الدراسة حيث اختيرت بطريقة عشوائية علمية وتم اعتماد طريقة العينة العشوائية الطبقية لتفادي تأثير التبيان في خصائص المجتمع على نتائج الدراسة ، يمكننا تعميم هاته النتائج على جميع المجتمع وبالتالي نقول كل ما زاد تقدير الذات البدنية او زاد تقدير احد ابعادها ما عدا بعد

المظهر العام لتلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة زاد تحصيلهم الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية، كما اننا نستطيع توقع نفس هاته النتائج في مجتمعات أخرى إذا توفرت نفس الخصائص والظروف بالطبع هذا يفيدنا كثيرا في عملية التحكم في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية حيث بعد اثبات هاته العلاقة يمكننا التحكم في التحصيل الدراسي للمادة من خلال التحكم في تقدير الذات البدنية للتلاميذ ورفعه من خلال رفع هذا التقدير.

أما بالنسبة للفرضيات التي بحثت في الفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية والتي اسفرت بدورها على وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور على كل المتغيرين، يمكننا الاستفادة من نتائجها في مراعاة الخصائص والفروق الفردية بين الذكور والاناث في هذا الجانب وتقونا الى استنتاج مهم مفاده العمل على مراعاة خصائص الجنس في عملية التعليم والتعلم بشكل عام وعملية التعليم والتعلم في التربية البدنية والرياضية بشكل خاص لخصوصية هاته المادة.

5-الاقتراحات:

* بعد التأكد من ان الجانب النفسي يؤثر على التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية فيجب الاهتمام بالجانب النفسي للتلاميذ وتنمية استعداداتهم ودافعيتهم واتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني.

* انطلاقا من المنهاج والذي أوضح اهمال تقويم الجانب الوجداني فلابد من تفعيل التقويم في الجانب الوجداني في التربية البدنية والرياضية وعدم الاقتصار على تقويم الجانب الحركي والمهاري.

* تعامل الباحث مع أساتذة التربية البدنية والرياضية خلال الدراسة الميدانية أوضح ضرورة ادراج برامج تكوين لأساتذة التربية البدنية والرياضية لتنمية مهاراتهم في التعامل مع الجوانب النفسية للتلاميذ من ناحية تطوير هاته الجوانب وعلاج المشاكل النفسية والوقاية منها.

* نتائج الدراسة التي اسفرت عن وجود فروق بين الذكور والاناث في التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية وكذا فروق في تقدير الذات البدنية تلزم بالضرورة مراعاة الفروقات الفردية بين التلاميذ ليس في الجوانب المهارية والحركية بل حتى الجوانب الوجدانية والمعرفية، وكذا مراعاة متغير الجنس في عمليات التعليم والتعلم والتقويم في حصة التربية البدنية والرياضية، والأخذ في عين

الاعتبار القدرات الصحية لكل تلميذ ومدى تأثيرها على تحصيله الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية.

* انطلاقا من علاقة تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية يجيب مراعاة الفروق الفردية بين التلاميذ و استخدام مقياس مدى التطور الحاصل اثناء الحصص لتقويم التلاميذ وليس عن طريق الاختبارات المهارية والبدنية مع الاهتمام بتقويم الجوانب المعرفية والنفسية، والاهتمام بالتلاميذ الذين يملكون تقدير ذات منخفض ومحاولة تعزيز هذا الجانب لديهم لتحسين تحصيبهم الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية.، و اقتراح برامج تدريبية وتعليمية لتحسين التحصيل الدراسي للتلاميذ في مادة التربية البدنية والرياضية من خلال رفع تقدير ذواتهم البدنية، كذا تنمية قدرات التلاميذ البدنية لان ذلك ينعكس بالإيجاب على توافقهم النفسي ويرفع من ثقتهم بأنفسهم، .وتوفير بيئة ملائمة خلال حصة التربية البدنية والرياضية خالية من التعزيز السلبي خاصة تلك العبارات التي تنتقد قدرات التلاميذ البدنية ومظهرهم العام لان ذلك ينعكس بالسلب على مردودهم ويخض من تقدير ذواتهم.

* استنادا على هاته الدراسة والدراسات السابقة نقترح اجراء دراسات تكمل ما بدأته هاته الدراسة نذكر منها: هاته العناوين:

- برنامج تدريبي مقترح لتحسين تقدير الذات البدنية للتلاميذ.

- برنامج تدريبي مقترح لتحسين التحصيل الدراسي للتلاميذ في مادة التربية البدنية والرياضية.

- برنامج تدريبي مقترح لتحسين التحصيل الدراسي للتلاميذ في مادة التربية البدنية والرياضية انطلاقا من تحسين تقدير الذات البدنية لديهم.

- دراسة الفروق بين تأثير تقدير الذات البدنية على التحصيل الدراسي في الألعاب الجماعية والألعاب في الفردية في مادة التربية البدنية والرياضية.

- دراسة أسباب تقدير الذات البدنية المنخفض لدى التلاميذ.

الخاتمة

- خاتمة:

تشير اغلب الدراسات السابقة الى العلاقة الوثيقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي حيث ان تقدير الذات يؤثر على جميع جوانب الحياة تأثيرا قويا، فجل الدراسات السابقة والتي تم استعرضاها سابقا في الفصل التمهيدي والتي تم الاستشهاد بنتائجها في فصل مناقشة النتائج توصلت الى وجود علاقة ارتباطية بين التحصيل الدراسي وتقدير الذات البدنية بشكل عام، وبما ان دراستنا هاته جاءت لتكمل ما بداته الدراسات السابقة مستندة على نتائجها ، ومتميزة عنها بانها تبحث في علاقة اكثر دقة وخصوصية حيث ان هاته الدراسة تتفرد عن الدراسات السابقة بكونها تبحث في العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية ، وليس العلاقة بين تقدير الذات العام والتحصيل الدراسي العام، كما فعلت الدراسات السابقة، لذا فان هاته الدراسة تأخذ خصوصيتها من خصوصية المادة في حدا ذاتها الا وهي التربية البدنية والرياضية وخصوصية المتغير النفسي والذي يعد اكثر ارتباطا بالجانب البدني والمظهر العام عن غيره من المتغيرات النفسية.

وبما ان هاته الدراسة جاءت للبحث في العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية، وجب الإشارة الى أهمية كل من المتغيرات المنوطة بهاته الدراسة.

بداية بالتربية البدنية والرياضية والتي تعتبر جزء أصيل من التربية العامة تعمل على تحقيق أهدافها عن طريق استخدام النشاط الرياضي والبدني كوسيلة، ومن هنا فان اهداف التربية البدنية لا تقتصر على الجانب الحسي والحركي فقط، بل تتعداه الى الجوانب النفسية والاجتماعية والمعرفية، وهذا يبرز مدى أهمية هذه المادة على مختلف الجوانب المتعلقة بالفرد، لهذا فان الغوص في مفاهيم هذه المادة واستعراض أهدافها وخصائصها امر لابد منه.

وهذا استناد على تعريف التربية البدنية والرياضية كما يقول "ويست بوتشر وكثير من المفكرين "" هي تلك العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني وإثراء الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية للفرد باستخدام النشاط البدني كأداة لتحقيق أهدافها." (بوسنان :2011، ص6)

وبالانتقال الى التحصيل الدراسي بشكل عام فالتحصيل الدراسي انما هو مجموعة الخبرات والمعلومات التي يكتسبها التلميذ او الطالب ويتم الاستدلال عليها من خلال الاختبارات التقييمية بمختلف أنواعها ويتم التعبير عنها بواسطة علامات تحصيلية، لكن يبقى التحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية أكثر خصوصية نظرا لخصوصية المادة لذا وجب البحث في المتغيرات التي قد تؤثر

في فيه وضبطها والتحكم فيها وذلك لرفع هذا التحصيل وتحفيز التلميذ ودفعه الى تحقيق الافضل ومحاولة الاستفادة القصوى من هاته المادة وتحقيق جل أهدافها.

حيث يقول بركات "من الامور المسلم بها أنه لا يوجد عمل من دون حوافز ودوافع معينة فلكل تلميذ دوافع نفسية واجتماعية تدفعه نحو الدراسة أو تمنعه عنها، وهنا يجب الكشف عن هذه الدوافع ومحاولة استغالها كمحركات لقدرات التلميذ والدافعية للتعلم هي حالة داخلية في المتعلم تدفعه إلى الانتباه إلى الموقف التعليمي والقيام بنشاط موجه والاستمرار في هذا النشاط حتى يتحقق التعلم كهدف للمتعلم. (بركات:1995، ص 175)

ولتحقيق هذا الهدف جاءت هاته الدراسة للبحث في العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية وتم اختيار متغير تقدير الذات البدنية لارتباطه الوثيق بالمادة حيث يرى "ماكلفن" في تعريفه لتقدير الذات " أنه القدرة على أن يحب الفرد نفسه ويحترمها عندما يخسر تماما، كما يحبها ويحترمها عندما ينجح، وهو أكثر من مجرد شعور طيب تجاه الذات وانجازاتها، حيث يتعلق بالطريقة التي نحكم بها على أنفسنا وعلى قدراتنا، وعلى رؤية أنفسنا من منظور قيمتنا." (سعيد :2008، ص158)

فانه انطلاقا من هذا التعريف لتقدير الذات ونظرا لان التحصيل الدراسي للتلميذ يعتبر معيارا للنجاح والفشل وان تقدير الذات البدنية بعد من ابعاد تقدير الذات يرتبط بشكل واضح بمادة التربية البدنية والرياضية جاءت هاته الدراسة للبحث في العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية.

وقد توصلنا من خلال هاته الدراسة الى جملة من النتائج المهمة اثبتت وجود علاقة إيجابية (طردية) بين مختلف أبعاد تقدير الذات البدنية (تقدير الصحة، تقدير التنسيق، تقدير النشاط البدني، تقدير السمنة، تقدير المنافسة الرياضية، تقدير القوة، تقدير المرونة، تقدير المداومة، تقدير الرضا البدني العام، وتقدير الذات الكلي) والتحصيل الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية. وأشارت النتائج الى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين بعد واحد من أبعاد تقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية هو بعد تقدير المظهر العام، كما أسفرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية ترجع لمتغير الجنس لصالح الذكور في مستوى تقدير الذات البدنية وفروق ذات دلالة إحصائية ترجع لمتغير الجنس لصالح الذكور في درجة التحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية، يقودنا هذا الى استنتاج عام مفاده انه

كل ما زاد تقدير الذات البدنية لأفراد العينة زاد تحصيلهم الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية وبما ان العينة ممثلة لمجتمع الدراسة يمكننا تعميم هاته النتائج على جميع المجتمع وبالتالي نقول كل ما زاد تقدير الذات البدنية لتلاميذ السنة الثالثة من المرحلة الثانوية في مدينة بوسعادة زاد تحصيلهم الدراسي في مادة التربية البدنية والرياضية، كما اننا نستطيع توقع النفس النتائج في مجتمعات أخرى إذا توفرت نفس الخصائص ،وتفتح هاته الدراسة المجال لدراسات أخرى مكملة تبحث في أسباب هاته العلاقة وتوجد حلول مناسبة لرفع تقدير الذات البدنية للمبحوثين وتحصليهم الدراسي بشكل عام.

وفي الأخير فانه رغم غزارة البحث العلمي بدراسات كثيرة تبحث في هاته المتغيرات، غير ان التطبيق الميداني والاستفادة من نتائج هاته الدراسات في الواقع يبقى ضئيل جدا، لهذا نحث الجهات المعنية في وزارة التعليم العالي ووزارة التربية الوطنية وحتى وزارة الشاب والرياضة على استخلاص برامج تكوينية وتطبيقية من هاته الدراسات وتطبيقها في الواقع فهذه هي الاستفادة المثلى من مخرجات البحث العلمي.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

-المصادر:

* القرآن الكريم.

* الحديث الشريف: **المعجم الكبير** 193/2، وصححه الالباني في سلسلة الأحاديث الصحيحة.

- قائمة المراجع باللغة العربية:

*** الكتب:**

1) إبراهيم شلتوت نوال (2007): **تاريخ التربية البدنية والرياضية**، ط1، الإسكندرية.

2) أبو بكر محمد (2014): **رشاقة بلا جوع**، ط1، دار العبيكان، السعودية.

3) أبو جادو صالح (2004): **سيكولوجية النشأة الاجتماعية**، ط4 ، دار المسيرة للنشر والتوزيع، مصر.

4) ابو حويج مروان (2006): **مدخل الى علم النفس العام**، ط1، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان.

5) ايت منصور كمال وطاهير رابح (2003): **منهجية إعداد بحث علمي**، دار الهدى للطباعة والنشر، الجزائر.

6) بوحفص عبد الكريم (2011): **أسس ومناهج البحث في علم النفس**، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

7) بوداود عبد اليمين (2010): **مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي**، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

8) بوداود عيد اليمين، عطاء الله أحمد (2009): **المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية**، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

9) بوسكرة أحمد (2005): **مناهج التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي والتقني**، دار الخلدونية للنشر والتوزيع، الجزائر.

10) جاسم محمد (2004): **علم النفس التربوي وتطبيقاته**، ط 1، مكتبة دار الثقافة، عمان.

11) جبر سعيد سعاد (2008): **هندسة الذات وتقدير الذات**، ط1، عالم الكتب الحديث للنشر، الأردن.

12) جبريل موسى واخرون (2008): **التكيف ورعاية الصحة النفسية**، ط1، الشركة العربية المتحدة للتسويق، مصر.

13) جير سعيد سعاد (2008): **هندسة الذات وتقدير الذات**، دار جدار للكتاب العالمي، الأردن.

14) حامد سعد محمد (2010): **الاكتئاب وعلاقته بتقدير الذات ومعنى الحياة لدى الشباب**، ط1، دار الفكر الجامعي، مصر.

15) حسن الشاوي محمد (2001): **التنشئة الاجتماعية للطفل**، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.

16) حسن علاوي محمد:(1995): **علم النفس الرياضي**، ط5 ، مصر.

17) حسن قطناني محمد (2011): **تطوير الذات دورات تدريبية**، ط1 ، دار جرير للنشر والتوزيع، السعودية.

18) حسين طه عبد العظيم (2006): **مهارات توكيد الذات**، ط1، دار الوفاء للطباعة، مصر.

19) الحماحمي محمد، عرفت مختار، (2008): **دخل في التربية البدنية المقارنة والرياضية**، مركز الكتاب للنشر، مصر.

20) خطاب عمر (2006): **مقاييس في صعوبات التعلم**، ط1، مكتبة المجتمع العربي، الأردن.

21) خليفة بركات محمد (1995): **علم النفس التعليمي**، ط5، دار العلم، الكويت.

22) الخولي أمين أنور (1996): **الرياضة والمجتمع**، مطابع السياسة، مصر.

23) الخولي أمين أنور (2001): **أصول التربية البدنية والرياضية**، ط 3، دار الفكر العربي، مصر.

24) الخولي أمين أنور (2002): **أصول التربية البدنية والرياضية المهنة والإعداد المهني**، دار الفكر العربي، مصر.

25) الخياطي سعاد (2017): **ما هو تقدير الذات**، المحطة، مصر.

26) الداوودي تامر (2015): **علوم الحركة**، المكتبة الرياضة، مصر.

27) الدعليج إبراهيم عبد العزيز (2010): **مناهج وطرق البحث العلمي**، دار الصفاء، عمان.

28) رضوان محمد نصر الدين (2003): **الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية**، دار الفكر العربي، مصر.

29) الزعبلاوي أحمد (2015): **الرياضة والصحة البدنية والنفسية والعقلية، دار مجد للنشر والتوزيع**، الأردن.

30) سعيد عزمي محمد (2004): **أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية**، دار الوفاء، مصر.

31) سعيد عزمي محمد (2004): **أساليب تطوير وتنفيذ درس التربية الرياضية**، دار الوفاء، مصر.

32) سليم مريم (2003): **تقدير الذات والثقة بالنفس**، دار النهضة العربية، بيروت.

33) سيد عبد الله معتز (2000): **بحوث في علم النفس الاجتماعي والشخصية**، المجلد الثالث، دار غريب للطباعة والنشر، مصر.

34) شجاع عثمان (2014): **تقدير الذات ونظرياته، موقع علم النفس المعرفي**، تاريخ الاستفادة: 25 مارس 2018، رابط الموقع: http: //www.psy-cogntive.net

35) شحاتة حسن (2008): الذات **والآخر في الشرق والغرب صور ودلالات واشكاليات**، ط1، عالم الكتب، القاهرة.

36) شريم رغدة (2007): **سيكولوجية المراهقة**، دار المسيرة، الأردن.

37) شعلان محمد، سامي ناجي فاطمة (2011): **التربية البدنية والمهارات للأطفال**، ط1، دار الكتاب الحديث، مصر.

38) الصراف قاسم (2002): **القياس والتقويم في التربية والتعليم، دار الكتاب الحديث**، الكويت.

39) عبد الحميد احمد (2010): التحصيل **الدراسي وعلاقته بالقيم الإسلامية التربوية**، مكتبة حسين، مصر.

40) عبد الحميد عبد اللطيف مدحت (1999): **الصحة النفسية والتوافق الدراسي**، دار المعرفة، مصر.

41) عبد العزيز محمد (2004): **الاتجاهات المعاصرة في التربية والتعليم**، ط1، مكتبة المجتمع العربي، الأردن.

42) عبد المقصود فائزة (2007): **الصحة المدرسية**، ط2، عالم الكتاب، السعودية.

43) عبد الواحد سليمان (2010): **صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية**، دار ايتراك، مصر.

44) عسكر علي (2005): **الأسس النفسية والاجتماعية للسلوك في مجال العمل**، ط1، دار الكتاب الحديث، الكويت.

45) عصام الدين متولي عبد الله (2011): **مدخل في أسس وبرامج التربية الرياضية**، ط1، دار الوفاء، الاردن.

46) علي جادو صالح محمد (2000): **علم النفس التربوي**، ط2، دار المسيرة، عمان، الأردن.

47) عوض صابر فاطمة وعلي خفاجة مرفت (2002): **أسس ومبادئ البحث العلمي**، ط2، مكتبة ومكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية، مصر.

48) قطامي عبد الرجمان عدس يوسف (2002): **علم النفس العام**، ط1، دار الفكر، عمان.

49) مالهي رانجيت (2005): **تعزيز تقدير الذات**، ط1، مكتبة جرير للنشر والتوزيع، السعودية.

50) محمد سعيد زغلول ناهد ورمزي فهيم نيلي (2004): **طرق تدريس التربية الرياضية**، ط2، مركز الكتاب للنشر، مصر.

51) محمد نصر الدين رضوان (2003): **الإحصاء الاستدلالي في علم التربية البدنية والرياضية**، دار الفكر العربي، مصر.

52) مزيود أحمد (2009): **أثر التعليم التحضيري على التحصيل الدراسي في مادة الرياضيات**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر.

53) مشعان ربيع هادي (2006): **مدخل إلى التربية**، ط 1، مكتبة عمان، عمان.

54) مصطفى الزيات فتحي (2001): **علم النفس المعرفي**، دار النشر للجامعات، مصر.

55) ملحم سامي محمد (2001): **سيكولوجية التعلم والتعليم**، دار المسيرة، عمان، الأردن.

56) مولاي بودخلي محمد (2004): **طرق التحفيز المختلفة وعلاقتها بالتحصيل المدرسي**، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

57) نشواتي عبد المجيد (2002): **علم النفس التربوي**، ط4، درا الفرقان، عمان.

58) النعامي عبد المجيد (2001): **مسؤولية الأسر في التحصيل الدراسي لأبنائها، منشورات وزارة التربية المغربية**، المغرب.

59) النعامي محمد (2008): **ضعف التحصيل الدراسي**، مركز التطوير التربوي، المغرب.

60) الهمص عبد الفتاح (2009): **مشكلة ضعف التحصيل الدراسي**، مؤسسة ابداع للأبحاث والدراسات والتدريب، فلسطين.

61) وزارة التربية الوطنية (1996): **منهاج التربية البدنية والرياضية للسنة الثالثة من المرحلة الثانوية**، اللجنة الوطنية للمناهج، الجزائر.

*** الرسائل والاطروحات العلمية:**

62) بن محمد بلكيلاني ابراهيم (2008): **تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو في النرويج**، رسالة ماجستير، الاكاديمية العربية في الدنمارك، الدنمارك.

63) بن يوسف أمال (2008): **العلاقة بين استراتيجيات التعلم والدافعية للتعلم وأثرهما على التحصيل الدراسي**، رسالة ماجيستير، كلية علوم التربية، جامعة الجزائر، الجزائر.

64) بهتان عبد القادر (2016): **سيكولوجية تمثل الذات لدى المراهق في علم النفس العيادي**، أطروحة دكتوراه، قسم علم النفس، جامعة باتنة، الجزائر.

65) بوخالفة سليمة (2015): **الصلابة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي، رسالة ماجيستير، قسم** علم النفس، جامعة ورقلة، الجزائر.

66) بوسنان فاتح (2011): **دور التربية البدنية في التقليل من الشعور بالقلق لدى تلاميذ الطور الثانوي**، رسالة ماجيستر، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، الجزائر.

67) جويدة باحمدة (2015): **علاقة مستوى الطموح بالتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين بمركز التعليم والتكوين عن بعد بولاية تيزي وزر**، رسالة ماجيستير، كلية العلوم الانسانية، جامعة تيزي وزو.

68) حمري صارة (2012): **تقدير الذات وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ الثانوي**، رسالة ماجيستير، جامعة وهران، الجزائر.

69) راشد بن سالم الحجري سالمة (2017): **فاعلية برنامج ارشاد جمعي في تنمية تقدير لدى المعاقين بصريا**، رسالة ماجيستير، قسم علم النفس، جامعة المنامة، عمان.

70) شريفي هناء (2002): **استراتيجيات المقاومة وتقدير الذات وعلاقتها بالعدوانية لدى المراهق الجزائري**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية علوم التربية، جامعة الجزائر، الجزائر.

71) عبد الحسن حسين بهاء (2011): **اللياقة البدنية (القدرات الدنية والحركية)**، رسالة ماجيستر، جامعة بابل، العراق.

72) عبدي سميرة (2011): **الضغط المدرسي وعلاقته بسلوكيات العنف العنف والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس**، رسالة ماجيستير، جامعة تيزي وزو، الجزائر.

73) عيدان غبلان عادل (2015): **الرضا والرضا الحركي**، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الأساسية، الجامعة المستنصرية، العراق.

74) عيواز شفيعة (2016): **السلوك العدواني وعلاقته بتقدير الذات لدى تلاميذ الطور** المتوسط، رسالة ماجيستير، جامعة قسنطينة، الجزائر.

75) قذيفة يحيى (2014): **تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالتوجه الرياضي لتلاميذ أقسام التربية البدنية والرياضية لمتوسطات ولاية المسيلة**، رسالة ماجيستير، قسم التربية البدنية، جامعة باتنة، الجزائر.

76) لقوي وليد (2019): **اقتراح برنامج تحضير ذهني لتحسين اتجاه الأطفال نحو تعلم السباحة**، أطروحة دكتوراه، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة ام البواقي، الجزائر.

77) محمد العطا عايدة (2014): **تقدير الذات وعلاقته بالمستوى الاجتماعي الاقتصادي والتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس محلية جبل أولياء**، رسالة ماجيستير، كلية الدراسات العليا، جامعة السودان للعوم والتكنولوجيا، السودان.

78) مؤيد حسن العنزي أحمد (2012): **الذات المهارية وعلاقتها بمفهومي الذات البدنية والذات الجسمية لدى لاعبي نادي الفتوة الموصلي بكرة اليد، رسالة ماجيستير**، جامعة الموصل، العراق.

79) ميزاب ناصر (2007): **المعاملة الوالدية للحدث الجانح وعلاقتها بمفهوم الذات**، أطروحة دكتوراه دولة غير منشورة، كلية علوم التربية، جامعة الجزائر، الجزائر.

80) يونسي تونسية (2012): **تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى المراهقين المبصرين والمراهقين والمكفوفين**، رسالة ماجيستير، قسم علم النفس، جامعة تيزي وزو، الجزائر.

*** المنشورات العلمية:**

81) ثائر رشيد حسن (2005): **تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقته بدقة أداء المهارات الهجومية بالكرة الطائرة**، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد 14، العدد2، جامعة ديالى، العراق.

82) الحموي منى (2010): **التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات دراسة ميدانية على عيينة من تلاميذ الصف الخامس من التعليم الأساسي في مدارس محافظة دمشق الرسمية**، مجلة جامعة دمشق، المجلد26، ملحق، سوريا.

83) ديلمي لخضر وسحنون محمد (2013): **نظرية النهاية المركزية والاستدلال الاحصائي**، مجلة الاقتصاد الصناعي، المجلد3، العدد1، جامعة باتنة، الجزائر.

84) الردعان دلال (2014): **تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة وطالبات كلية التربية الأساسية في دولة الكويت**، مجلة العلوم التربوية، العدد 3، الجزء2، الكويت.

85) سحساحي مهدي (2015): **مفهوم الذات البدنية ومدى تأثيره على إقبال فئة الطلبة الجامعيين على ممارسة رياضة بناء الأجسام خلال أوقات الفراغ** دراسة مقارنة ممارسين وغير ممارسين، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية، المجلد 8، العدد2، معهد علوم وتقنيات النشاط البدني والرياضي، جامعة باتنة، الجزائر.

86) عبد الرحمان أحمد هدى (2010): **تقدير الذات وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من الطالبات بكلية المعلمات بجدة**، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، المجلد 16، العدد1، مصر.

87) عبد الهادي سمية (2016): **المظهر الخارجي وسيلة لزيادة الثقة بالنفس**، مجلة أسرة، العدد369، السعودية.

88) عزوني سليم (2014): **أثر ممارسة النشاط البدني والرياضي على تقدير الذات عند الأطفال الصم**، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية، المجلد5، العدد1، الجزائر.

89) علوان يحيى (2007): **التقويم والقياس التربوي ودوره في انجاح العملية التعليمية**، مجلة العلوم الانسانية، المجلد 7، العدد11، جامعة بسكرة، الجزائر

90) كاشف زايد (2004): **تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي**، مجلة دراسات، عدد خاص، الجامعة الأردنية، الأردن.

91) كامل حمام فادية (2010): **الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى خريجات الجامعة العاملات والعاطلات عن العمل**، مجلة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، المجلد 2، العدد2، جامعة ام القرى، السعودية.

92) محمد يونس المراد نبراس (2007): **تقدير الذات لدى طالبات قسم التربية الرياضية وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي**، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، المجلد14، العدد4، جامعة الموصل، العراق.

93) مويسي فريد (2010) :**الملمح الجنسي ومفهوم الذات البدني لرياضيي المستوى العالي، دراسة ميدانية لرياضيي المستوى العالي بولاية الشلف**، مخبر علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، الجزائر.

94) مويسي فريد، لزعر سامية، قريقوري نينو، رواب رواب، تركي أحمد، سبع بو عبد الله (2010): **النسخة الجزائرية لمقياس وصف الذات البدنية**، مجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، المجلد 2، العدد 2، جامعة شلف، الجزائر.

95) نيكية منال (2017): **تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط**، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، العدد 4، الجزائر.

– قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

*** المنشورات العلمية باللغة الأجنبية:**

96) Bandura, A, (1982) : **Self-efficacy mechanism in human agency**, American Psychologist,27,115-126.

97) Biddle, S.J.H., & Goudas, M. (1994) : **Sport, activité physique et santé chez l'enfant**. Enfance,2-3,135-144.

98) Bruchon-Schweitzer, M.L. (1990). **Une psychologie du corps**. Paris : P.U.F.

99) Byrne, B.M. (1984) : **The general/ academic self-concept nomological network**, a review of construct validation research. Review of Educational Research,54,427-456.

100) E. Filaire , M. Rouveix, M. Bouget,(2008) : **Troubles du comportement alimentaire chez le sportif**, Science & Sports,23(2008),49-60.

101) Fox, K.R. (2000) : **Self-esteem, selfperceptions and exercise. Internationa**l, Journal of Sport Psychology, 31, 228-240.

الملاحـــق

– ملحق رقم (1): ابعاد وعبارات مقياس تقدير الذات البدنية.

1- بعد الصحة:

1	عندما أكون مريضا أشعر بالضعف حتى انني لا أستطيع مغادرة السرير
12	من عادتي أن أصاب بأبسط الأمراض (أنفلونزا، زكام، فيروس...)
23	غالبا ما أقع مريضا ويمنعني ذلك من القيام بما أريد
34	نادرا ما أمرض أو احس بسوء
45	غالبا ما اقع مريضا
56	حين اقع مريضا اتطلب وقتا طويلا أي أتقاعد
67	أنا مضطر الى الذهاب الى المريض بسبب المرض في اغلب الأحوال أكثر من اقراني
69	عادة ما أجد نفسي في لياقة جيدة حتى وان مرض زملائي

2- بعد التنسيق:

2	احس بالراحة حين امارس حركات منسجمة
13	من السهل أن أتحكم في حركات جسمي
24	أنا جيد في الحركات المنسقة
35	أنفذ الحركات بسهولة في أغلب الرياضات
46	أجد جسمي ينفذ الحركات المنسقة بكل سهولة
57	حركاتي في الأنشطة البدنية والرياضية رشيقة ومنسقة

3- بعد النشاط البدني:

3	أمارس نشاطا رياضيا عدة مرات في الأسبوع بشكل كاف كي أتنفس بعمق
14	أقوم غالبا بممارسة التمارين او الأنشطة البدنية التي تجعلني اتنفس بعمق
25	امارس التمارين أو الأنشطة البدنية ثلاث او اربع مرات في الأسبوع لمدة 30 د تجعلني أتنفس بصفة جيدة
36	امارس الأنشطة التي تتطلب الجهد البدني (الجري، الدراجات، الجمباز، السباحة...) ثلاث مرات على الأقل في الأسبوع
47	أمارس كثيرا الرياضة او الأنشطة البدنية أو الجمباز
58	امارس الرياضة أو بعض التمارين أو أنشطة أخرى تقريبا كل يوم

4- بعد السمنة:

4	أنا ضخم جدا
15	لدي الكثر من الشحوم حول جسمي
26	لدي الكثير من الشحوم
37	لدي كيلوغرامات زائدة عن الحد في وزني
48	لدي بطن زائد عن الحد
59	يرى الآخرون اني سمين

5- بعد المنافسة الرياضية:

5	يرى الآخرون أني جيد في الرياضة
16	أنا جيد في الكثير من الرياضات
27	أشعر بالراحة في الكثير من الرياضات
38	عندي قدرات هائلة في الرياضة
49	أنا أفضل في الرياضة من غالبية زملائي
60	أنا جيد في الرياضة

6- بعد المظهر العام:

7	انا جذاب
18	وجهي جميل بشكل كافي
29	أنا نسبيا اكثر جمالا عن زملائي
40	أنا قبيح
51	انا جد جميل
62	لا احد يراني جميلا

7- بعد القوة:

8	لدي قوة بدنية
19	لدي جسم قوي
30	لدي قوة تفوق قوة من هم نفس عمري وجنسي
41	ليست لدي قوة كافية ولست ممتلئ بالعضلات
52	سأكون جيدا في اختبار القوة
63	احمل الأشياء الثقيلة بسهولة

8- بعد المرونة:

9	أستطيع أن امرن جسمي بسهولة
20	لدي جسم مرن
31	جسمي متصلب وتنقصه المرونة
42	تستطيع مختلف أعضاء جسمي الاحناء والحركة بكل سهولة في مختلف الاتجاهات
53	أظن انني مرن بشكل كاف في اغلب الرياضات
64	أظن انني سأكون جيد في اختبار المرونة

9- بعد المداومة:

10	أستطيع الجري لمدة زمنية طويلة دون توقف
21	سأكون جيد في الاختبارات التي تقيس المداومة والمجهودات البدنية المطولة
32	أستطيع الجري لمسافة 5 كلم دون توقف
43	أظن انه يمكنني الجري لمسافة طويلة دون توقف
54	أستطيع ان امارس ولفترة طويلة نشاطا بدنيا دون اتعب
65	انا جيد في أنشطة المداومة كالسباقات الطويلة ، الدراجات، السباحة...

10- بعد الرضا البدني العام:

6	أنا مسرور لما انا عليه بدنيا
17	انا راض عن نفسي من الناحية البدنية
28	انا راض بمظهري وبقدراتي البدنية
39	أشعر اني جيد بدنيا
50	أحس نفسي جيدا وراض بقدراتي البدنية
61	انا راض لما انا عليه بدنيا

11- بعد تقدير الذات الكلي:

11	تقريبا كل ما أقوم به في حياتي يكون ايجابيا
22	هناك القليل من الأشياء التي أكون فخورا بها في حياتي
33	لم أحقق أشياء كثيرة في حياتي
44	لست جيدا في أي شيء في الحياة
55	أغلب الأشياء التي أقوم بها في حياتي تكون بشكل جيد
66	هناك الكثير من الأشياء يمكنني ان أكون فخورا بها في حياتي
68	أضيع كل شيء في الحياة
70	كل ما أقوم به في حياتي ليس إيجابيا

ملحق رقم (2): قائمة الأساتذة الذين قاموا بتكييف مقياس تقدير الذات البدنية على البيئة الجزائرية.

مويسي فريد	معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة شلف، الجزائر.
لزعر سامية	معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3، الجزائر.
قريقوري نينو	مخبر (CAPS)، جامعة مونبيلييه، فرنسا.
رواب رواب	المعهد التكنولوجي العالي للرياضة، الجزائر.
تركي أحمد	معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة شلف، الجزائر.
سبع بو عبد الله	المعهد التكنولوجي العالي للرياضة، الجزائر.

- ملحق رقم (3): مقياس تقدير الذات البدنية في شكله النهائي.

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة العربي بن مهيدي ام البواقي

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية

مقياس موجه للتلاميذ

في إطار انجاز اطروحة ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في النشاط الرياضي المدرسي تحت عنوان: **علاقة تقدير الذات البدنية بالتحصيل الدراسي في التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية**

لنا الشرف أن نضع بين أيديكم هذه الاستمارة ونرجو مساعدتكم وذلك إذا تفضلتم بالإجابة على الأسئلة الآتية لأن نتائج هذا البحث تتوقف عليها.

المطلوب منك عزيزي التلميذ وضع علامة (X) أمام العبارات التي تراها صائبة ومناسبة من أجل التوصل الى نتائج دقيقة تفيد دراستنا.

ولكم منا فائق الشكر والتقدير.

رقم العبارة	العبارة	موافق	غير متأكد	لا اوافق
1	عندما أكون مريضا أشعر بالضعف حتى انني لا أستطيع مغادرة السرير			
2	احس بالراحة حين امارس حركات منسجمة			
3	أمارس نشاطا رياضيا عدة مرات في الأسبوع بشكل كاف كي أتنفس بعمق			
4	أنا ضخم جدا			
5	يرى الآخرون أني جيد في الرياضة			
6	أنا مسرور لما انا عليه بدنيا			
7	انا جذاب			
8	لدي قوة بدنية			
9	أستطيع أن امرن جسمي بسهولة			
10	أستطيع الجري لمدة زمنية طويلة دون توقف			
11	تقريبا كل ما أقوم به في حياتي يكون ايجابيا			
12	من عادتي أن أصاب بأبسط الأمراض (أنفلونزا، زكام، فيروس..)			
13	من السهل أن أتحكم في حركات جسمي			
14	أقوم غالبا بممارسة التمارين او الأنشطة البدنية التي تجعلني اتنفس بعمق			
15	لدي الكثر من الشحوم حول جسمي			
16	أنا جيد في الكثير من الرياضات			
17	انا راض عن نفسي من الناحية البدنية			
18	وجهي جميل بشكل كافي			
19	لدي جسم قوي			
20	لدي جسم مرن			
21	سأكون جيد في الاختبارات التي تقيس المداومة والمجهودات البدنية المطولة			
22	هناك القليل من الأشياء التي أكون فخورا بها في حياتي			
23	غالبا ما أقع مريضا ويمنعني ذلك من القيام بما أريد			

24	أنا جيد في الحركات المنسقة			
25	امارس التمارين أو الأنشطة البدنية ثلاث او اربع مرات في الأسبوع لمدة 30 د تجعلني أتنفس بصفة جيدة			
26	لدي الكثير من الشحوم			
27	أشعر بالراحة في الكثير من الرياضات			
28	انا راض بمظهري وبقدراتي البدنية			
29	أنا نسبيا اكثر جمالا عن زملائي			
30	لدي قوة تفوق قوة من هم نفس عمري وجنسي			
31	جسمي متصلب وتنقصه المرونة			
32	أستطيع الجري لمسافة 5 كلم دون توقف			
33	لم أحقق أشياء كثيرة في حياتي			
34	نادرا ما أمرض أو احس بسوء			
35	أنفذ الحركات بسهولة في أغلب الرياضات			
36	امارس الأنشطة التي تتطلب الجهد البدني (الجري، الدراجات، الجمباز، السباحة...) ثلاث مرات على الأقل في الأسبوع			
37	لدي كيلوغرامات زائدة عن الحد في وزني			
38	عندي قدرات هائلة في الرياضة			
39	أشعر اني جيد بدنيا			
40	أنا قبيح			
41	ليست لدي قوة كافية ولست ممتلئ بالعضلات			
42	تستطيع مختلف أعضاء جسمي الاحناء والحركة بكل سهولة في مختلف الاتجاهات			
43	أظن انه يمكنني الجري لمسافة طويلة دون توقف			
44	لست جيدا في أي شيء في الحياة			
45	غالبا ما اقع مريضا			
46	أجد جسمي ينفذ الحركات المنسقة بكل سهولة			
47	أمارس كثيرا الرياضة او الأنشطة البدنية أو الجمباز			
48	لدي بطن زائد عن الحد			

49	أنا أفضل في الرياضة من غالبية زملائي			
50	أحس نفسي جيدا وراض بقدراتي البدنية			
51	انا جد جميل			
52	سأكون جيدا في اختبار القوة			
53	أظن انني مرن بشكل كاف في اغلب الرياضات			
54	أستطيع ان امارس ولفترة طويلة نشاطا بدنيا دون اتعب			
55	أغلب الأشياء التي أقوم بها في حياتي تكون بشكل جيد			
56	حين اقع مريضا اتطلب وقتا طويلا أي أتقاعد			
57	حركاتي في الأنشطة البدنية والرياضية رشيقة ومنسقة			
58	امارس الرياضة أو بعض التمارين أو أنشطة أخرى تقريبا كل يوم			
59	يرى الآخرون اني سمين			
60	أنا جيد في الرياضة			
61	انا راض لما انا عليه بدنيا			
62	لا احد يراني جميلا			
63	احمل الأشياء الثقيلة بسهولة			
64	أظن انني سأكون جيد في اختبار المرونة			
65	انا جيد في أنشطة المداومة كالسباقات الطويلة ، الدراجات، السباحة...			
66	هناك الكثير من الأشياء يمكنني ان أكون فخورا بها في حياتي			
67	أنا مضطر الى الذهاب الى المريض بسبب المرض في اغلب الأحوال أكثر من اقراني			
68	أضيع كل شيء في الحياة			
69	عادة ما أجد نفسي في لياقة جيدة حتى وان مرض زملائي			
70	كل ما أقوم به في حياتي ليس إيجابيا			

- ملحق رقم (4): طلب تسهيل مهمة لإجراء الدراسة الميدانية.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique

جامعة العربي بن مهيدي-أم البواقي
معهد : علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية
نيابة مديرية المعهد للدراسات ما بعد التدرج والبحث العلمي والعلاقات الخارجية
رقم: 05 /2020

Université Larbi Ben M'hidi - Oum El Bouaghi-
INSTITUT : DES SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES

أم البواقي: 15/01/2020

إلى السادة المحترمين : - مدير مديرية التربية لولاية المسيلة
- مدراء ثانويات بلدية بوسعادة

الموضوع : طلب تسهيل مهمة

تحية طيبة وبعد،...

يشرفني أن أتقدم إلى سيادتكم الموقرة بطلب تسهيل المهام للطالب الباحث :

الطالب (ة): بوعجيلة عمر

المولود (ة) في: 1993/01/10 ببوسعادة ولاية: المسيلة

من أجل جمع البيانات و إجراء الدراسات التطبيقية في إطار تحضير أطروحة تخرج لنيل شهادة الدكتوراه في النشاط الرياضي المدرسي.

تقبلوا منا فائق الاحترام والتقدير .

عن/ مدير المعهد
غربي هشام
المكلف بتسيير شؤون نيابة المدير لما بعد التدرج والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

- ملحق رقم (5): مخرجات برنامج SPSS.

- معادلة الثبات الفا كرونباخ:

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,968	11

- صدق الاتساق الداخلي:

Correlations

		الدرجةالكلية
الصحة	Pearson Correlation	,832
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
التنسيق	Pearson Correlation	,912
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
النشاطالبدني	Pearson Correlation	,886
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
السمنة	Pearson Correlation	,908
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
المنافسةالرياضية	Pearson Correlation	,928
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
المظهرالعام	Pearson Correlation	,941
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97

- صدق الاتساق الداخلي (تابع):

القوة	Pearson Correlation	,893
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
المرونة	Pearson Correlation	,913
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
المداومة	Pearson Correlation	,876
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
الرضاالبدنيالعام	Pearson Correlation	,735
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97
تقديرالذاتالكلي	Pearson Correlation	,863
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	97

-الصدق التمييزي:

Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means			
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
الصدق التمييزي	19,365	50	,000	97,50000
	19,365	27,825	,000	97,50000

- الوصف الاحصائي لأبعاد تقدير الذات البدنية:

Statistics

		الصحة	التنسيق	النشاط البدني	السمنة	المنافسة الرياضية	المظهر العام	القوة
N	Valid	484	484	484	484	484	484	484
	Missing	3	3	3	3	3	3	3
Mean		16,76	13,92	13,50	15,55	13,55	14,79	13,37
Median		17,00	14,00	14,00	16,00	14,00	15,00	13,00
Mode		16	12	18	18	18	16	12
Std. Deviation		4,816	3,160	3,612	2,193	3,496	2,566	3,402
Variance		23,194	9,984	13,050	4,811	12,219	6,584	11,574
Range		16	12	12	12	12	12	12
Minimum		8	6	6	6	6	6	6
Maximum		24	18	18	18	18	18	18

Statistics

		المرونة	المداومة	الرضا البدني العام	تقدير الذات الكلي
N	Valid	484	484	484	484
	Missing	3	3	3	3
Mean		13,58	13,43	13,74	17,32
Median		14,00	14,00	14,00	17,00
Mode		14	18	18	24
Std. Deviation		3,329	3,560	3,618	4,741
Variance		11,085	12,677	13,091	22,479
Range		12	12	12	16
Minimum		6	6	6	8
Maximum		18	18	18	24

- الوصف الاحصائي لتقدير الذات البدنية والتحصيل الدراسي:

Statistics

		التحصيل الدراسي	تقدير الذات البدنية
N	Valid	484	484
	Missing	3	3
Mean		14,7975	159,4752
Median		15,0000	156,0000
Mode		14,00	154,00
Std. Deviation		2,14921	29,18999
Variance		4,619	852,055
Range		11,50	131,00
Minimum		7,50	79,00
Maximum		19,00	210,00

– العلاقة بين التحصيل الدراسي ومختلف ابعاد تقدير الذات البدنية:

Correlations		
		التحصيل الدراسي
الصحة	Pearson Correlation	,645
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
التنسيق	Pearson Correlation	,335
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
النشاط البدني	Pearson Correlation	,630
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
السمنة	Pearson Correlation	,293
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
المنافسة الرياضية	Pearson Correlation	,638
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
المظهر العام	Pearson Correlation	,000
	Sig. (2-tailed)	,991
	N	484
القوة	Pearson Correlation	,561
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
المرونة	Pearson Correlation	,550
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
المداومة	Pearson Correlation	,611
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
الرضا البدني العام	Pearson Correlation	,536
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484
تقدير الذات الكلي	Pearson Correlation	,660
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	484

- العلاقة بين التحصيل الدراسي وتقدير الذات البدنية:

Correlations

		التحصيل الدراسي	تقدير الذات البدنية
التحصيل الدراسي	Pearson Correlation	1	,694**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	484	484
تقدير الذات البدنية	Pearson Correlation	,694**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	484	484

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

- الفروق بين الذكور والاناث في تقدير الذات البدنية:

Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means			
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
تقدير الذات البدنية	2,965	482	,003	7,96466
	2,986	423,655	,003	7,96466

- الفروق بين الذكور والاناث في التحصيل الدراسي:

Independent Samples Test

	t-test for Equality of Means			
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
التحصيل الدراسي	2,716	482	,007	,53795
	2,743	427,514	,006	,53795