

تقدير الذات الجسمية وعلاقته بتعلم اللعاب الرياضية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت

د/ مبارك ناصر سلمان العازمي

**أ/ عبيد فهد فهاد العجمي

مقدمة البحث: The Research Introduction

إن من نعم الله علي الإنسان أن يهبه المقدره علي معرفة ذاته والقدرة علي وضعها في الموضوع اللائق بها ، إذ أن جهل الإنسان نفسه وعدم معرفته بقدراته تجعله يقيم ذاته تقييماً خاطئاً فإما أن يعطيها أكثر مما تستحق فيثقل كاهلها وإما أن يزدري ذاته ويقلل من قيمتها فيسقط نفسه .

فتقدير الذات والشعور بها من أهم الخبرات السيكولوجية للإنسان ، فالإنسان هو مركز عالمه يري ذاته كموضوع مقيم من الآخرين ، والإنسان يغير من أنماط سلوكه بصورة نموذجية كلما إنتقل من دور إلي دور مختلف وبرغم ذلك فإنه لا يفكر عادة أن له ذوات متعددة ، فهو عندما يتكلم عن ذاته فإنه عادة ما يتكلم عن شخصيته كما يدركها هو . (2 : ١١٣)

وعلي هذا الأساس يمثل تقدير الذات الجسمية أهمية كبيرة لدي كافة المربين وأولياء الأمور علي إعتبار أن العمل علي جعل الطلاب يرون أنفسهم بصورة إيجابية يسهم في إستنهاض قدراتهم وإستعداداتهم في كافة الميادين . (٢٠ : ٧٩)

ولقد أضحى أمراً جلياً أن تقدير الذات المرتفع يقود إلي المزيد من الكفاءات والفعالية في التعامل مع الكثير من الضغوط الحياتية . (١٦ : ٦٤)

ويعتبر تقدير الذات من أهم المفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان وقد شاع إستخدامه في كتب علم النفس والإجتماع ، ولقد كتب الكثير عن أهمية تقدير الذات وظهرت المقالات بإنظام عن ذلك في الصحف والمجلات العامة والمؤتمرات العلمية . (١٩ : ١)

فمفهوم تقدير الذات يعد أحد الأبعاد الهامة للشخصية ، بل ويعده العلماء من أكثر تلك الأبعاد أهمية وتأثيراً في السلوك فلا يمكن أن تحقق فهماً واضحاً للشخصية أو السلوك الإنساني بوجه عام دون أن نشمل ضمن متغيراتها الوسطية مفوم تقدير الذات . حيث يري "البورت" أن تقدير الذات يدخل في كل السمات والجوانب الوجدانية للفرد ويعتبر البعض أن تقدير الذات الإيجابي هامة وأساسية جداً إلي درجة أن كل بناءات الشخصية تلعب دوراً في تنظيمها . كما يشير "جيرجن" إلي أن تقييم أو تقدير الفرد لذاته يلعب دوراً أساسياً في تحديد سلوكه . ويرى "بيكر" أن دافع السيطرة عند الفرد ما هو إلا تعبير عن الحاجة إلي تقدير الذات . (١٢ : ١٠)

فقد أشار فيشر (Fisher) إلي أن إتجاهات الفرد نحو جسمه يمثل مؤشراً هاماً لجوانب مختلفة لشخصيته . وأن شعور الفرد بأن جسمه كبير أم صغير ، جذاب ، أم غير جذاب ، قوي أم ضعيف ،

* دكتوراه الفلسفة في التربية البدنية، موجه فني تربية بدنية بوزارة التربية بدولة الكويت.

** موجه فنية للتربية البدنية بنات بمنطقة مبارك الكبير بوزارة التربية بدولة الكويت .

قد يفيد ، كثيراً في التعرف علي مفهومه لذاته والتعرف علي نمط سلوكه تجاه الآخرين ، كما أوضح هيلمز (Helms) وتيرنرز (Turners) أن شعور الفرد نحو جسمه يرتبط بثقته في نفسه وفي طريقة تعامله مع البيئة المحيطة به ومن ناحية أخرى ، فإن الأفراد الذين لديهم إتجاهات أو تصورات إيجابية نحو اجسامهم يتمتعون بدرجة مرتفعة لتقديرهم لذاتهم .(٨٩:٢)

ولما كان بلوغ مستويات مرتفعه من التحصيل ذات أهمية خاصة في حياة كل من الطالب والأسرة والمجتمع ، اهتم العديد من الباحثين في مجال علم النفس بدراسة التحصيل من جوانبه المختلفة إذ يشير "Harris" علي وجود آثار متبادلة بين كل من تقدير الذات وبعض النواحي البدنية والمهارية حيث أن النشاط الرياضي يعطي فرصة كبيرة للإرتقاء بتقدير الذات. (٣٣:١٨)

ويوضح بهجت أبو ظامع(٢٠٠٨م) أن اللعاب الرياضية تعد خبرة للتفوق الرياضي حيث يرى البعض أن النشاط الرياضي قد يوفر المجال لإشباع الحاجة إلى التفوق الرياضي والمنافسة الرياضية. وقد يبدو أن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية المعاصرة وخاصة في مجال المستويات الرياضية العالية ترتبط بنوع من الخبرات تدفع إلى المثابرة على التدريب الشاق وبذل الجهد وكبح جماح النفس في العديد من المواقف كما تتطلب التحلي عن كثير من المصادر التي تشبع بعض الرغبات.(١٠٠:٤)

أهمية البحث: The Research Importance

مفهوم الذات هو حجر الأساس في بناء الشخصية لما له من أهمية خاصة في فهم ديناميكية الشخص وتوافقه النفسي ، وتعد الحاجة إلى الشعور بقيمة الذات من أهم الحاجات التي تحرك الدوافع نحو ممارسة النشاط الرياضي ، إذ كلما تمتع الرياضي بثقة عالية بالنفس استطاع أن يضع لنفسه أهدافا تتناسب مع الرياضة ومع قدراته ، لذا فإن امتلاك الرياضي الثقة بالنفس يشعره بقيمة ذاته وأن يكون أكثر فاعلية في تصحيح أخطائه وينهج اتجاهاً يعكس فكرة الفرد عن نفسه وخبرته الشخصية أي كعملية يدرك الفرد خلالها حقائق شخصيته ، وان تقييم الفرد لذاته يعد ذا قيمة كبيرة في الصراع من أجل الإنجاز والتفوق ، ومتى تنبه الفرد لحقيقة واقعة الذات لم يستمر في خداع نفسه كان في وضع يستطيع منه توجيه هذه الدوافع توجيه افضل نتيجة مواجهة واقعه الذاتي مواجهة صريحة صادقة ، واحترام الذات يرتبط بنظرة الرياضي نحو قدراته حيث يزداد كلما اصبح الرياضي اكثر استقلالية وزادت احتمالات شعوره بالقلق عند مواجهته للنقد الذي قد يؤدي إلى ارتفاع مستوى القلق ومن ثم تحسين أدائه.

إن الاهتمام بالجوانب النفسية في العملية التعليمية أثبت تأثيره الإيجابي وبات يشكل جزءاً مهماً عند وضع المناهج التعليمية ، و يمكن أن يلعب تقدير الذات الجسمية دوراً رئيسياً ومؤثراً في رفع مستوى أداء التلميذ وإختياره للأنشطة واللعاب الرياضية .(٣٩:١٠)

إذ يسهم تقدير الذات في تحديد السلوك لدي الأفراد كما أنه قد يحدد درجة دافعيتهم وكمية الجهد المبذول ودرجة المثابرة التي يبذلونها عند تكليفهم بإنجاز مهمة معينة . (٤٣:٥)

وهنا تكمن أهمية البحث في أنها ستلقي الضوء علي تقدير الذات الجسمية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت كما أنها ستكشف عن علاقته بتعلم اللعاب الرياضية.

هدف البحث: Research Objective

يهدف البحث إلى:

- ١- التعرف علي مستوي تقدير الذات الجسمية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت.
- ٢- التعرف علي تقدير الذات الجسمية وعلاقته بتعلم اللعاب الرياضية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت.

فروض البحث :

في ضوء أهداف البحث يفترض الباحثان ما يلي :

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً في مستوي تقدير الذات الجسمية بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية بدولة الكويت .
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين مستوي تقدير الذات الجسمية وتعلم اللعاب الرياضية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت.

مصطلحات البحث: Research Terms

- ١- الذات : " مصطلح يستخدم أحياناً بمعني الشخصية والا أنا ويعني غالباً إحساس الفرد أو وعيه بهويته ووجودها . (٥ : ٨٤)
- ٢- تقدير الذات : "هو تقييم كيف أن الشخص يقدر ويستحسن أو لا يستحسن نفسه". (٥:١٩)
- ٣- مفهوم الذات الجسمية : هو مفهوم الفرد وطريقته المميزة لادراك جسمة ويعتبر احد الأبعاد الهامة لمفهوم الذات وشخصية الفرد . (٦٠:٢١)
- ٤- اللعاب: هو تعبير عام مفعم باللعب، يتسع لشمول كل ألوان النشاط البدني التي يقوم بها الإنسان كمزاولة لعبة ألعاب القوي أو تعلم اللعاب الفردية (كالسباحة ، الجمباز ولعاب الدفاع عن النفس والمبارزة) أو تعلم اللعاب الجماعية (كرة القدم، والكرة الطائرة وكرة السلة وكرة اليد). (٧:١١)

الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات السابقة العربية:

(١) دراسة غزالي عبد القادر (٢٠١٤م) (٨) بعنوان: "إدراك مفهوم الذات وعلاقته بتكوين

الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية".

تهدف الدراسة إلى اختبار الفروق بين الذكور والإناث في مفهوم الذات البدنية، وكذا أبعاد

الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، كما تهدف إلى التعرف على العلاقة الموجودة

بينهما (الذات البدنية والاتجاهات النفسية).

وأظهرت نتائج الدراسة الخاصة بالفرضية الأولى على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذكور إناث في معظم أبعاد الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي كبعد الخبرة الاجتماعية، وتوتر ومخاطرة، الخبرة الجمالية، وبعد خفض التوتر، ما عدا بعد الصحة واللياقة البدنية وبعد التفوق الرياضي اللذان توجد فيهما فروق بين الذكور والإناث.

وتوصلت نتائج الفرضية الثانية إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في إدراك مفهوم الذات البدنية. وفي الأخير أظهرت نتائج الفرضية الثالثة إلى وجود علاقة ايجابية بين مفهوم الذات البدنية وأبعاد الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي عند مستوى الدلالة ٠.٠٠١. (٢)دراسة عباس مهدي وآخرون(٢٠١٢)(٧) بعنوان : الذات المهارية وعلاقتها بالسلوك العدواني للاعبي الدرجة الممتازة بكرة القدم ، عمد الباحثون إلى دراسة الذات المهارية وعلاقتها بالسلوك العدواني للاعبي الدرجة الممتازة بكرة القدم وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الذات المهارية والسلوك العدواني والعلاقة بين الذات المهارية والسلوك العدواني للاعبي دوري الدرجة الممتازة بكرة القدم ، استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية وأشتمل مجتمع البحث على لاعبي أندية الفرات الأوسط المشاركة في دوري الشباب بكرة القدم للموسم الرياضي (٢٠١١-٢٠١٢) وقد بلغ عددهم (٩٥) لاعبا واشتملت عينة البحث على (٨٠) لاعبا. وقد قام الباحثون بتعديل مقياس الذات المهارية وتطبيق مقياس السلوك العدواني وإيجاد الأسس العلمية لهما ، واستنتج الباحثون على أن هناك ظهور انخفاض في السلوك العدواني للاعبي الدوري الممتاز بكرة القدم. وقد أوصى الباحثون إمكانية استخدام المقياسين المقننين في البحث الحالي من قبل المدربين لقياس الذات المهارية والسلوك العدواني للاعبي كرة القدم .

(٣)دراسة أحمد مؤيد (٢٠١٢) (١) بعنوان :الذات المهارية وعلاقتها بمفهوم الذات البدنية والذات الجسمية لدي لاعبي نادي الفتوة الموصل بكرة اليد ، ويهدف البحث إلي التعرف علي العلاقة بين الذات المهارية ومفهوم الذات البدنية والذات الجسمية لدي لاعبي كرة اليد في مدينة الموصل ، وإستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية ، وتكونت عينة البحث من لاعبي نادي الفتوة الرياضي بكرة اليد والمشاركين في دوري النخبة العراقي بكرة اليد للموسم ٢٠١١/٢٠١٢ والبالغ عددهم (٢٢) لاعبا ، وإستنتج الباحث مايلي ، أن الذات المهارية لدي لاعبي كرة اليد في تتأثر بمفهوم الذات البدنية لنفس اللاعبين تأثيراً إيجابياً ، أن الذات المهارية لدي لاعبي كرة اليد تتأثر بمفهوم الذات الجسمية لنفس اللاعبين تأثيراً إيجابياً.

(٤)دراسة ياسين علوان وآخرون (٢٠٠٩)(١٦) بعنوان : مفهوم الذات الجسمية كدالة للتنبؤ بالإتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، هدف البحث إلي ، تطبيق مقياسي : (الاتجاهات نحو مهنة التدريس ، مفهوم الذات الجسمية) ، لدى طلاب كلية التربية الرياضية - جامعة بابل ، التعرف على الفروق في (الاتجاهات نحو مهنة التدريس ، مفهوم الذات الجسمية) ، اختيرت منه عينة قوامها (٨٠) ، طالباً ، ، أمكن التوصل للاستنتاجات الآتية : ، أن الزيادة في قيمة متغير (مفهوم الذات الجسمية) ، يصاحبه زيادة في قيمة متغير (الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية) ، لم تظهر

فروقات في الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، ومفهوم الذات الجسمية ، على وفق المراحل الدراسية ، تمثل المعايير المشتقة من عينة التقنين ، وسيلة تقويم وتفسير يمكن الاعتماد عليها في تقويم الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، ومفهومهم لذاتهم الجسمية ، من خلال مقارنة مستوى كل طالب مع أقرانه من الطلاب الآخرين ، هناك تطابق في المستويات المتحققة لاتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية ومفهومهم لذاتهم الجسمية مع ما يفترض أن تكون عليه تلك المستويات.

(٥) دراسة نيراس يونس محمد (٢٠٠٧) (١٣) بعنوان: تقدير الذات لدي طالبات قسم التربية الرياضية وعلاقته بمستوي التحصيل الأكاديمي ، هدف البحث إلي التعرف علي مستوي تقدير الذات لدي طالبات قسم التربية الرياضية. وقد إستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث ، تكونت عينة البحث من (١٠) طالبات ، وقد إستنتج الباحث وجود مستويات إيجابية فوق المتوسطة لدي طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات علي مقياس تقدير الذات ، ووجود علاقة معنوية بين مستوي تقدير الذات وبين مستوي التحصيل الأكاديمي العام ، ووجود علاقة معنوية بين مستوي تقدير الذات وبين مستوي التحصيل الأكاديمي للمقررات العلمية .

(٦) دراسة كمال عارف ظاهر ، سعاد عبد الكريم (٢٠٠١) (٩) بعنوان: مقارنة تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد والكرة الطائرة ، هدفت الدراسة إلي التعرف علي الفروق في تقدير الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد والكرة الطائرة ، والتعرف علي العلاقة بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات كرة اليد شملت عينة البحث (٥٢) لاعبة من منتخب الكلية بواقع (٢٦) لاعبة كرة اليد و(٢٦) لاعبة الكرة الطائرة ، أما في منهج البحث وإجراءاته الميدانية ، فقد إستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمة طبيعة مشكلة البحث ، توصل الباحثان إلي الإستنتاجات التالية ، توجد علاقة إيجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات كرة اليد ، تتميز لاعبات كرة اليد بتقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بصورة إيجابية عن لاعبات الكرة الطائرة ، لم تظهر علاقة إيجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات الكرة الطائرة .

(٧) دراسة بشير أحمد العلوان (٢٠١٤) (٣) بعنوان : تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدي طلبة الجامعات الأردنية دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي ، هدفت الدراسة إلي تحديد درجة تقدير الذات والسلوك العدواني لدي طلبة الجامعات الأردنية ، فضلاً عن معرفة العلاقة بين تقدير الذات والسلوك العدواني علي وفق أبعاده الثلاث، تكونت عينة الدراسة من (٤٤٨) طالباً وطالبة من الجامعات الأردنية الحكومية الأربعة (الأردنية واليرموك ومؤنة والبلقاء) ، وقد تم إستخدام مقياس موريس روزينبرغ لتقدير الذات والذي يتكون من (١٠) فقرات . ومقياس من أعداد عبد الله سليمان ومحمد نبيل عبد الحميد لقياس العدوانية بأبعاده الثلاث والذي يتكون من (٣٩) فقرة ، وقد توصلت الدراسة إلي أن تقدير الذات والسلوك العدواني جاء بدرجة متوسطة لدي الممارسين وغير الممارسين ، هناك علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية تشير إلي أنه كلما ازداد تقدير الذات فإن العدوان يقل وأن هذه العلاقة قد تحققت بدرجة متوسطة ، وكذلك جاءت درجة العدوان للأفراد غير الممارسين للنشاط الرياضي بدرجة مرتفعة في بعدي العدوان الصريح والميل للعدوان بينما جاءت بدرجة متوسطة

في العدوان المضمر ، أما بالنسبة للأفراد الممارسين للنشاط الرياضي ، فقد جاءت بدرجة متوسطة في العدوان الصريح .

(٨) دراسة سامية محمد صابر (٢٠٠٨) (٦) بعنوان : صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والاكنتاب لدى عينة من طلاب الجامعة ، هدفت الدراسة إلي التعرف علي طبيعة العلاقة بين صورة الجسم، وتقدير الذات، والاكنتاب، لدي عينة من طلاب الجامعة (ذكورا وإناثا)، وكذلك التعرف علي الفروق بين الجنسين في صورة الجسم وتقدير الذات والاكنتاب. وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٨٧) طالبا وطالبة، بالفرفة الثالثة والرابعة (تعليم عام وأساسي) بكلية التربية بينها. ومتوسط أعمار عينة الذكور والإناث (١٩.٥٨) بانحراف معياري قدره (٠.٧٩)، وتم تطبيق مقياس صورة الجسم ومقياس تقدير الذات ومقياس الاكنتاب، وقد أوضحت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم وتقدير الذات، وعن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين صورة الجسم والاكنتاب. وأظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الجنسين في مستوي صورة الجسم، ووجود فروق بين الجنسين في مستوي تقدير الذات لصالح الإناث، ووجود فروق بين الجنسين في مستوي الاكنتاب لصالح الإناث.

Research procedures

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدما الباحثان المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث من تلاميذ الصف الخامس الابتدائي وعددهم (٣٠٠) تلميذ وتلميذة ببعض المدارس الابتدائية بمنطقة مبارك الكبير بدولة الكويت.

Research community & Sample

مجتمع وعينة البحث:

إشتمل مجتمع البحث على تلاميذ بعض المدارس الابتدائية بمنطقة مبارك الكبير بدولة الكويت.

جدول (١)

توصيف مجتمع وعينة البحث

العينة	تلاميذ
مجتمع البحث	١٩٤٩
عينة البحث الكلية	٣٠٠
العينة الأساسية	٢٧٠
العينة الاستطلاعية	٣٠

يوضح جدول رقم (١) توصيف مجتمع وعينة البحث ولقد بلغ مجتمع البحث عدد (١٩٤٩)

طالب.

جدول (٢)

توزيع مجتمع وعينة البحث من بعض المدارس الابتدائية بمنطقة مبارك الكبير

المدرسة	تلميذ - تلميذة
إدريس جاسم الابتدائية للبنين	٤٥
الإمام الشافعي الابتدائية للبنين	٤٥
الملا سعود الصفر الابتدائية للبنين	٤٥
عقيلة بنت عبيد الابتدائية للبنات	٤٥
عفراء بنت عبيد الابتدائية للبنات	٤٥
أسماء بنت عمرو الأنصارية الابتدائية للبنات	٤٥

يوضح جدول رقم (٢) توزيع مجتمع وعينة البحث من بعض مدارس المرحلة الابتدائية بمحافظة مبارك الكبير .

- استمارة الاستبيان أداة الدراسة:

وهي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع الباحث حل المشكلة مهما كانت تلك الأدوات بيانات أو عينات أو أجهزة ... الخ . (١١ : ٨٥) وتشمل:

- مقياس تقدير الذات الجسمية وعلاقتها بتعلم اللعاب الرياضية من تصميم وإعداد (محمد حسن علاوي) (١٠ : ٦١) ، حيث استخدام الباحثان مقياس تقدير الذات الجسمية والذي يتكون من ١٥ صفة وعكسها ويقوم التلميذ أو التلميذة بالإجابة علي المقياس وفقاً لدرجة إنطباق الصفة عليه وعدد (١٦) عبارة لتوضيح العلاقة بينها وبين تعلم اللعاب الرياضية طبقاً لتعليمات المقياس وذلك علي مقياس مدرج من ٧ درجات (بدرجة كبيرة - بدرجة متوسطة - بدرجة قليلة - لا هذا ولا ذاك - بدرجة قليلة - بدرجة متوسطة - بدرجة كبيرة) والدرجة العالية تشير إلي المفهوم العالي للذات الجسمية ، والدرجة المنخفضة تشير إلي المفهوم المنخفض للذات الجسمية . ولهذا المقياس معاملات علمية عالية. ولقد تم حساب معامل الثبات عن طريق إعادة تطبيقه علي نفس العينة في ظروف مماثلة بعد أسبوع واحد فقط (١٥ : ٩٨) من تاريخ إجراء القياس الأول . وقد وجد أن قيمة معامل الثبات للأختبار تساوي ٠.٧١ وهي دالة معنوية عن مستوي ٠.٠١ مما يؤكد علي أن المقياس علي درجة عالية من الثبات . وتم حساب صدق المقياس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات للأختبار وقد كانت درجة الصدق ٠.٨٤ وتعتبر هذه القيمة دالة معنوية عن مستوي ٠.٠١ مما يؤكد علي أن المقياس علي درجة عالية من الصدق

جدول (٣)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات آراء الخبراء حول محاور المقياس

م	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
١	تقدير الذات الجسمية	٣,٨٩	١,٧٤	١
٣	علاقة تقدير الذات الجسمية بتعلم اللعاب الرياضية	٣,٤٧	١,٦٥	٢

يوضح جدول رقم (٣) المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات آراء الخبراء حول محاور المقياس.

جدول (٤)

محاور المقياس وعدد العبارات التي تنتمي إليها بعد أخذ رأي الخبراء

م	المحاور	عدد العبارات
١	تقدير الذات الجسمية	١٥
٢	علاقة تقدير الذات الجسمية بتعلم للعبات الرياضية	١٦
	المجموع	٣١

يوضح جدول رقم (٤) محاور الاستبيان بعد استطلاع رأي الخبراء وعدد العبارات التي تنتمي

إلى كل محور حيث بلغت عدد عبارات محاور الاستبيان (٣١) عبارة.

• الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحثان بإجراء الدراسة الاستطلاعية لإيجاد الأتساق بأجراء التطبيق الثاني لإيجاد الثبات بعد اعتبار تطبيق الأتساق الداخلي تطبيق أول للثبات بفاصل زمني قدره (١٠) يوماً بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني على عينة مكونه من (٣٠) طالب وذلك لإيجاد المعاملات العلمية للإستبيان من صدق وثبات.

• صدق الأتساق الداخلي:

وقد قام الباحثان بحساب صدق الاستبيان باستخدام معادلة معامل إرتباط بيرسون المستخدم

لحساب الإرتباط . ويوضح جدول (٥)

جدول (٥)

معامل إرتباط عبارات كل محور والدرجة الكلية للمحور ن = ٣٠

المحور الأول		المحور الثاني	
رقم العبارة	معامل الإرتباط	رقم العبارة	معامل الإرتباط
١	*.٧١٨	١	*.٣٩٣
٢	*.٥٧١	٢	*.٦٠١
٣	*.٦٠٦	٣	*.٥٦٤
٤	.٤٠١	٤	*.٥٧٨
٥	*.٨٧١	٥	*.٥٣٤
٦	*.٥٩٨	٦	*.٧١٣
٧	*.٧٩١	٧	*.٦٧٤
٨	*.٥٤٨	٨	*.٨٢١
٩	*.٧٣٥	٩	*.٧٥٠
١٠	*.٥٣٤	١٠	.٦٩٢
١١	*.٦٩٠	١١	*.٦٨١
١٢	*.٧٩٨	١٢	*.٥٢٦
١٣	*.٥٦٢	١٣	*.٧٣٧

*٠.٦٩٤	١٤	*٠.٧٢٥	١٤
*٠.٦٢١	١٥	*٠.٥٨٠	١٥
*٠.٨٦٧	١٦		

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.١٦٣ .

يوضح جدول رقم (٥) صدق الاتساق الداخلي لعبارات الاستبيان .

• الثبات:

قام الباحثان بحساب معامل ألفا كرونباخ Alpha Cronbach بحساب معامل الثبات والتطبيق وإعادة التطبيق Test & Retest .

• تطبيق الاستبيان وإعادة التطبيق : Test & retest:

قام الباحثان بحساب معامل الثبات لاستبيان (تقدير الذات الجسمية وعلاقته بتعلم اللعاب الرياضية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بدولة الكويت) عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين التطبيق الأول لكل عبارة والتطبيق الثاني لنفس العبارة بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق.

• معامل ألفا كرونباخ: Alpha Cronbach:

يوضح جدول رقم (٦) حساب الثبات عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ Alpha

.Cronbach

جدول (٦)

حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ لمحاور استمارة الاستبيان

م	المحاور	قيمة معامل ألفا
١	تقدير الذات الجسمية	٠.٧٣٣
٢	علاقة تقدير الذات الجسمية بتعلم اللعاب الرياضية	٠.٨١٧

يوضح جدول رقم (٦) حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ لمحاور استمارة الاستبيان و يتضح

أن محوري الاستبيان تتمتعان بمعامل ثبات عالي.

*الدراسة الأساسية:

قام الباحثان بتطبيق الدراسة الأساسية على تلاميذ وتلميذات بعض المدارس الابتدائية بمنطقة

مبارك الكبير بدولة الكويت.

*المعالجة الإحصائية المستخدمة في البحث:

لتحقيق أهداف البحث تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

١- تم استخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson لإيجاد صدق الإتساق الداخلي للإستبيان .

٢- تم استخدام معامل ارتباط ألفا كرونباخ لإيجاد معامل ثبات الإستبانة.

٣- إيجاد التكرارات والمتوسطات الحسابية والنسب .

٤- إختبار ت T. Test Independent Samle ، وذلك للتعرف الى الفروق بين المجموعتين.

• عرض ومناقشة النتائج :

بعد التأكد من صدق وثبات الإستهيبان وصلاحيه إستخدامه للدراسة قام الباحثان بتوزيعه على عينة الدراسة والبالغ عددهم (٢٧٠) تلميذ وتلميذة ، وقد تم التوصل إلى أهم النتائج بإستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).

أولاً: عرض نتائج فرض الدراسة الأول وتفسيره ومناقشته:-

ينص هذا الفرض على مايلي :-

* توجد فروق دالة إحصائياً في مستوي تقدير الذات الجسميه بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الإبتدائية بدولة الكويت .

وللتحقق من تلك الفروق قام الباحثان بإيجاد المتوسطات والانحراف المعياري والوزن النسبي لإجابات التلاميذ والتلميذات علي كل فقرة من المحور الخاص بتقدير الذات الجسميه والجدول (٧) يوضح ذلك.

جدول رقم (٧)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية لمستوي تقدير الذات الجسميه بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الإبتدائية بدولة الكويت

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	الدلالة
تلاميذ	٨٩.٨٣	٦.٣٤	٨.٣٦٨	٢.٧٨٧	معنوي
تلميذات	٧١.٤٩	٥.٨٢			

عند مستوي دلالة ٠.٠٥ ، وتحت درجة حرية ٤٠ = ٢.٠١ .

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروق دالة إحصائياً في مستوي تقدير الذات الجسميه بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الإبتدائية ولصالح التلاميذ ، وهذا يعني أن التلاميذ يتمتعوا بمفهوم إيجابي نحو تقدير الذات الجسميه عن التلميذات .

ثانياً: عرض نتائج فرض الدراسة الثاني وتفسيره ومناقشته:-

ينص هذا الفرض على مايلي :-

* توجد فروق دالة إحصائياً بين مستوي تقدير الذات الجسميه وتعلم اللعاب الرياضية لدي تلاميذ المرحلة الإبتدائية بدولة الكويت.

وللتحقق من تلك الفروق قام الباحثان بإيجاد المتوسطات والانحراف المعياري والوزن النسبي لإجابات التلاميذ والتلميذات علي كل فقرة من المحور الخاص بمفهوم تقدير الذات الجسميه وعلاقته بتعلم اللعاب الرياضية والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول رقم (٨)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة والجدولية والدلالة الإحصائية لتقدير الذات الجسمية وعلاقته بتعلم اللعاب الرياضية

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	الدلالة
تلاميذ	٩٨.٦٣	٧.١٦	٧.٩٣٥	١.٠٤٥	معنوي
تلميذات	٦٠.٩٥	٣.٩٢			

عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ، وتحت درجة حرية ٤٠ = ٢.٠١ .

يتضح من الجدول رقم (٨) وجود فروق دالة إحصائية بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية في العلاقة بين تقدير الذات الجسمية وتعلم اللعاب الرياضية ، وهذا يعني أن التلاميذ يتمتعوا بمفهوم إيجابي لتقدير الذات الجسمية نحو تعلم اللعاب الرياضية عن التلميذات.

ويعزي الباحثان ذلك الى ان تقدير الذات الجسمية لدي التلاميذ أسهم في الدفع بهم باتجاه إيجابي نحو تعلم اللعاب الرياضية المتنوعة والتي يتضمنها منهج التربية البدنية المطور بالصف الخامس بالمرحلة الابتدائية، وأن وجود هذه العلاقة قد ترجع إلي عامل الثقة بالنفس التي يتمتع بها التلاميذ ، نتيجة حضور حصص التربية البدنية و الإشتراك في عدد وفير من المباريات والأنشطة الرياضية علي مدار العام ، وقد ترجع هذه العلاقة الإيجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية وتعلم اللعاب الرياضية إلي رغبة التلاميذ في إكتساب صفات بدنية مثل المرونة أو الرشاقة أو القوة ، والتي ترتبط بممارسة تلك اللعاب ، وبذلك يكون قد تم التحقق من صحة الفرض الثاني للبحث .

ويتفق ذلك مع دراسة كل من **غزالي عبد القادر (٢٠١٤م) (٨)** والتي أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين ذكور و إناث في معظم أبعاد الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي و وجود علاقة ايجابية بين مفهوم الذات البدنية وأبعاد الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي ، ودراسة **عباس مهدي وآخرون (٢٠١٢) (٧)** والتي أظهرت أن هناك ظهور انخفاض في السلوك العدواني للاعبين الدوري الممتاز بكرة القدم ودراسة **أحمد مؤيد (٢٠١٢) (١)** والتي إستنتجت أن الذات المهارية لدي لاعبي كرة اليد في تتأثر بمفهوم الذات البدنية لنفس اللاعبين تأثراً إيجابياً ودراسة **ياسين علوان وآخرون (٢٠٠٩) (١٦)** الي أن الزيادة في قيمة متغير (مفهوم الذات الجسمية) ، يصاحبه زيادة في قيمة متغير (الاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية) ودراسة **نبراس يونس محمد (٢٠٠٧) (١٣)** الي وجود مستويات إيجابية فوق المتوسطة لدي طالبات قسم التربية الرياضية في كلية التربية للبنات علي مقياس تقدير الذات ، ووجود علاقة معنوية بين مستوي تقدير الذات وبين التحصيل الأكاديمي العام ، ووجود علاقة معنوية بين مستوي تقدير الذات وبين مستوي التحصيل الأكاديمي للمقررات العلمية ، ودراسة **كمال عارف ، وسعاد عبد الكريم (٢٠٠١) (٩)** التي توصلت الي أنه توجد علاقة إيجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات كرة اليد ، تتميز لاعبات كرة اليد بتقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بصورة إيجابية عن لاعبات الكرة الطائرة ، لم

تظهر علاقة إيجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات الكرة الطائرة ، و دراسة بشير أحمد العلوان (٢٠١٤) (٣) وقد توصلت الدراسة إلي أن تقدير الذات والسلوك العدوانى جاء بدرجة متوسطة لدي الممارسين وغير الممارسين ، هناك علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية تشير إلي أنه كلما ازدادا تقدير الذات فإن العدوان يقل وأن هذه العلاقة قد تحققت بدرجة متوسطة، ودراسة سامية محمد صابر (٢٠٠٨) (٦) ، وقد أوضحت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين صورة الجسم وتقدير الذات، وعن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين صورة الجسم والاكتئاب.

التوصيات : Recommendations

من خلال ما توصل اليه الباحثان من نتائج يوصيا بما يلي:

- ١- ضرورة الإهتمام بالنواحي النفسية للتلاميذ والعمل علي تدعيم ايجابيات الممارسة للعبات الرياضية المتنوعة.
- ٢- الإهتمام بتدعيم مفهوم الذات الجسمية لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية لمساهماتها في تعلم اللعاب الرياضية ومن ثم المواظبة علي ممارستها باستمرار.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد مؤيد حسين العنزي (٢٠١٢): الذات المهارية وعلاقتها بمفهومي الذات البدنية والذات الجسمية لدي لاعبي نادي الفتوة الموصلية بكرة اليد جامعة الموصل ، كلية التربية الأساسية ، المؤتمر الدولي الثامن عشر لكليات وأقسام التربية الرياضية ، العراق .
- ٢- عادل عزالدين الأشول (١٩٨٨) : سيكولوجية الشخصية ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- ٣- بشير أحمد العلوان (٢٠١٤) : تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدوانى لدي طلبة الجامعات الأردنية دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي، المجلة الأردنية للعلوم التربوية، الأردن.
- ٤- بهجت أحمد أبو طامع (٢٠٠٨): دراسة تحليلية لدوافع تعلم السباحة لدى طلبة قسم التربية الرياضية في جامعة فلسطين التقنية-خضوري- طبقاً لنموذج (SMS) وقائع المؤتمر العلمي الدولي الرياضي الأول، نحو مجتمع نشط لتطوير الصحة والأداء. كلية التربية البدنية. الجامعة الهاشمية، م٢.
- ٥- حسن منصور ، وآخرون (١٩٨٩) : أسس علم النفس العام ، مكتبة الإنجلو المصرية ، القاهرة .
- ٦- سامية محمد صابر محمد عبد النبي(٢٠٠٨) : صورة الجسم وعلاقتها بتقدير الذات والاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة مدرس الصحة النفسية كلية التربية ببناها.
- ٧- عباس مهدي صالح ، علي قادر عثمان ، محسن محمد حسن ، (٢٠١٢): الذات المهارية وعلاقتها بالسلوك العدوانى للاعبى الدرجة الممتازة بكرة القدم ، مجلة علوم التربية الرياضية العدد الثاني ، ٢٠١٢ ، بابل ، العراق .

- ٨- **غزالي عبد القادر (٢٠١٤م):** إدراك مفهوم الذات وعلاقته بتكوين الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، قسم الآداب والفلسفة، العدد ١٢.
- ٩- **كمال عارف ظاهر ، سعاد عبد الكريم (٢٠٠١) :** مقارنة تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد والكرة الطائرة مجلة التربية الرياضية ، المجلد العاشر العدد الرابع ، الأكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧ .
- ١٠- **محمد حسن علاوي ، محمد محمد نصر الدين رضوان (١٩٨٧) :** الإختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي - ط ١ ، القاهرة - دار الفكر العربي.
- ١١- **محمد صبحي حسانين (١٩٩٥) :** القياس في التربية الرياضية - ح ١ ، ط ٣ ، القاهرة ، دار الفكر العربي.
- ١٢- **محمود فتحي عكاشة (١٩٩٠) :** تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لدي عينة من أطفال مدينة صنعاء ، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية ، الكويت .
- ١٣- **نبراس يونس محمد آل مراد (٢٠٠٧) :** تقدير الذات لدي طالبات قسم التربية الرياضية وعلاقته بمستوي التحصيل الأكاديمي ، كلية التربية للبنات جامعة الموصل ، مجلد جامعة تكريت للعلوم الإنسانية ، المجلد ١٤ ، العدد ٤ .
- ١٤- **نصر محمد العلي ، محمد عبد الله سحلول (٢٠٠٦) :** العلاقة بين فاعلية الذات ودافعية الإنجاز وأثرها في التحصيل الأكاديمي لدي طلبة الثانوية في مدينة صنعاء ، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية ، المجلد الثامن عشر ، العدد الأول.
- ١٥- **وجيه محبوب (١٩٩٣):** طرائق البحث العلمي ومناهجه ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد .
- ١٦- **ياسين علوان التميمي ، علي عبد الحسن حسين ، محمد مطر عراقك (٢٠٠٩):** مفهوم الذات الجسمية كدالة للتنبؤ بالاتجاهات نحو مهنة تدريس التربية الرياضية ، مجلة علوم التربية الرياضية العدد الثالث ، المجلد الثاني ٢٠٠٩ ، كلية التربية الرياضية بجامعة بابل .

The Foreign References

المراجع الأجنبية :

- 16 – **Abel, M (1996):**Self-Esteem :moderator of mediator between perceived Stress and Expectancy,Psychological Reports.
- 17 – **Bailey, G (1999):** Academics Motivation and Self-Esteem for Teaching and research, Higher Education Research Development.

- 18 – Harris, Christine (1992):** The Relationship between physical fitness and Attendance in School, academic achievement and self-esteem, doctoral dissertation, united states international university.
- 19 Hildebrandt, D. (2007):** Relationship between Body Image and Self-Esteem of Ninth and Twelfth Graders, from: www.uwstout.edu/lib/theis/
- 20 – Patten, Peggy (1999):**Self-Esteem: Too Much of A good Thing, Parent news for November–December.
- 21 – Weiten, W & Loyd, M (1997) :** Psychology Applied to Modern life (5th), Pacific Grove, Ca:Brooks/Cole.