

مستويات الأداء المتباينة وعلاقتها بالذات المدركة ومستوى الطموح للطالبات تخصص السباحة

أ.م.د. / نادية محمد طاهر شوشة*

مشكلة البحث وأهميته:

أن من نعم الله على العبد أن يهبه المقدرة على معرفة ذاته وقوتها والقدرة على وضعها في الموضوع اللائق بها ، إذ أن جهل الإنسان لنفسه وعدم معرفته بقدراته ، يجعله يقيم ذاته تقييماً خطأ ، فإما أن يعطيها أكثر مما تستحق فيثقل كاهلها ، إما أن يقلل من قيمة ذاته فيسقط نفسه .

ويلعب تقدير الذات دوراً هاماً في حصول الفرد على حالة التوافق فيستطيع أن يقتحم المواقف الجديدة أو الصعبة دون أن يشعر بالحزن والانهيار لمدة طويلة بينما يميل الفرد الذي يقل تقديره لذاته إلى الشعور بالهزيمة قبل أن يقتحم المواقف الجديدة أو الصعبة حيث أنه يتوقع فقد الأمل مسبقاً (١٤ : ٣) .

ويعتبر تقدير الذات للطالبة من الأبعاد الهامة التي لها أثر على سلوكها ومدى رضاها عن نفسها ودورها في المجتمع وكفاءتها فتري الطالبة ذاتها أنها أكثر كفاءة وقدرة لمواجهة المشكلات أو الصعاب التي تعترض في حياتها عندما يكون لديها إدراكاً صحيحاً لذاتها.

(٢٩ : ٢٥٢) .

وإدراك الطالبة لذاتها يؤثر بوضوح في تحديد أهدافها واتجاهاتها واستجاباتها نحو الآخرين ونحو نفسها وينعكس ذلك على اشباع حاجاتها النفسية ، فالكيفية التي ترى بها الطالبة نفسها تعد في غاية الأهمية بالنسبة لصحتها (٧ : ٢٩١-٢٩٣) .

وقد أشار "محمود عنان" (١٩٩٥) أنه عندما يمر الفرد بالاحساس السلبي لخبرة ما فهذا يعني أن هناك تصارعا في الذات وتضارباً في الخبرات وهذا بالتالي يؤدي إلى عدم الرضا الذي يؤثر بدوره على مستوى الأداء الرياضي ، من جانب آخر فإن الخبرة الجيدة والإقناع اللفظي والإستثارة الإنفعالية كل ذلك يساعد على إرتفاع تقدير الفرد لذاته فيؤدي أداء ناجحاً .

(١٩ : ٥٧٤) .

* أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق .

كما اشار "أحمد عزت" (٢٠٠٩م) ان مستوى الطموح هو الإطار المرجعي الذي يتضمن اعتبار الذات ، أو هو المستوى الذي على أساسه يشعر الفرد بالنجاح أو الفشل أو الميل إلى تذليل العقبات وتدريب القوة لتحقيق مستوى عال مع التفوق على النفس ، وهو يعد دافعاً اجتماعياً فردياً يدفع إلى إنجاز الأعمال (١٣:٢).

واتفق كل من "أحمد عزت" (٢٠٠٩م) ، "فرج طه، وآخرون (١٩٩٣م) " ان لمستوى الطموح دوراً هاماً في حياة الفرد والجماعة على السواء اذ يعمل بمثابة حافز يدفع الفرد للقيام بسلوكيات معينة ولكل منا طموح معين يضعه امامه ويجتهد في تحقيقه وقد ينجح او يفشل في ذلك فهذا يعتمد على مدى كفاءته وقدرته وتقديره لذاته وتبعا لخبرات النجاح او الفشل التي اكتسبها الانسان من انماط التفاعل الدينامي بينه وبين واقع الحياة ولذلك نجد أن الفرد الذي يتمتع بحالة نفسية سوية لديه القدرة على فهم قدراته ومن ثم يضع لنفسه مستوى من الطموح يتناسب مع هذه القدرات (١٣:٢) (١٥:٧٢٤).

وتحتل رياضة السباحة أهمية متميزة بين سائر أنواع الرياضات الأخرى، والتي ظهر مقدار التقدم الكبير فيها في السنوات الأخيرة حيث يتوالى تحطيم الأرقام القياسية عاماً بعد عام، ولقد اتفق العلماء والأطباء والتمادة الرياضيون على أن السباحة تعتبر رياضة الرياضات، وترجع هذه المكانة المرموقة للقيم العالية المتعددة بدنياً ونفسياً واجتماعياً التي يكتسبها ممارسيها، وإلى جانب المميزات الكبيرة في السباحة فإنها تحتل مكانة بارزة في الدورات الأولمبية والعالمية.

(١٨:٩٩)

وقد اكدت دراسة كل من " باركر وآخرون , K.I.et barker " (٢٠٠٦م) (٢٥) كاشف زياد " (٢٠٠٤م) (١٦) " إلهام عبد الرحمن ، نادية رشوان (١٩٩٦م) (٤) سونسترون ، بوتس Sonstroen&Potts (١٩٩٦م) (٣٤) " ويلك وآخرون welk.al (١٩٩٥م) (٣٥) إلى وجود علاقة ارتباطية بين تقدير الذات البدنية وتقدير الذات المهارية ، كما اكدت دراسة كل من " تحرير ابراهيم " (٢٠٠٥م) (٥) " سناء لطيف " (٢٠٠٢م) (٩) جمال عباس " (١٩٩٢م) (٦) عزت عبد الغنى " (١٩٩١م) (١٣) إلى أنه توجد علاقة ايجابية بين مستوى الطموح ومستوى الاداء المهارى.

ومن خلال قيام الباحثة بالتدريس لمادة السباحة لطالبات التخصص ومتابعة درجات التحصيل المهارى فى هذه المادة لاحظت الباحثة وجود تباين فى مستوى الأداء المهارى بين الطالبات

ولما ان هناك عدة عوامل متعددة قد تؤدي إلى وجود تلك التباين في الأداء و حيث ان هناك علاقة بين الذات المدركة ومستوى الاداء فهي تعتبر من اكثر المحددات اهمية في خبرات التعلم كما أن للذات المدركة تأثير واضح في الصحة النفسية والعقلية والبدنية للفرد هذا الى جانب ان لمستوى الطموح اهمية بوصفه أمراً حيويًا ومفيداً ويعتبر دافع يدفع الطالبة للكد حتى تتجح في تحقيق اهدافها الامر الذي دفع الباحثة لاجراء هذه الدراسة لمحاولة التعرف على المستويات المتباينة للطالبات وعلاقتها بالذات المدركة ومستوى الطموح ليكون دليلا لوضع برامج مستقبلية في ضوء نتائج الدراسة .

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث الى التعرف على :

- ١- الفروق بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) في أبعاد مقياس الذات المدركة لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية.
- ٢- الفروق بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) في مقياس مستوى الطموح لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية.
- ٣- العلاقة بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) وأبعاد مقياس الذات المدركة لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية تخصص السباحة بالكلية.
- ٤- العلاقة بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) ومقياس مستوى الطموح لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية تخصص السباحة بالكلية.

فروض البحث:

في ضوء أهداف البحث تفترض الباحثة مايلي :-

- ١- وجود فروق دالة إحصائية بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) في أبعاد مقياس الذات المدركة لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية.
- ٢- وجود فروق دالة إحصائية بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) في مقياس مستوى الطموح لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية.
- ٣- وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين المستويات المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) للطالبات تخصص السباحة وأبعاد مقياس الذات المدركة.

- ٤- وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المستويات المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) للطلّبات تخصص السباحة ومقياس الطموح.
- مصطلحات البحث:

❖ * مستويات الأداء المتباينة *Varying levels of Performance*

هى " ثلاث رتب مختلفة تنحصر ما بين المرتفع - المتوسط - المنخفض تمثل الدرجة التي تحصل عليها طالبة التخصص نتيجة الاختبارات المهارية فى السباحة " .

* المستوى الأداء المرتفع *Top level Performance*

هو " مستوى الأداء الذي حققت فيه الطالبة درجات مرتفعة فى الاختبارات المهارية فى السباحة .

* المستوى الأداء المتوسط *level Performance Average*

هو " مستوى الأداء الذي حققت فيه الطالبة درجات متوسطة فى الاختبارات المهارية فى السباحة .

* المستوى الأداء المنخفض *Minimum level of Performance*

هو " مستوى الأداء الذى حققت فيه الطالبة درجات منخفضة فى الاختبارات المهارية فى السباحة " .

الذات المدركة : *Self Perception*

هى " إدراك الفرد لذاته وسلوكه الخاص "

❖ * ويضع فوكس *Fox* بعض المصطلحات لمقياس " الذات المدركة " وهى

- الكفاءة الرياضية : *Competence Sports*

" مدى إدراك الفرد لقدرته الرياضية وقابليته لتعلم المهارات الرياضية وثقته فى البيئة الرياضية "

- الحالة البدنية : *physical Condition*

" مدى إدراك الفرد لحالته الجسمية من قوة ولياقة وقدرته على الاستمرار فى التدريب والثقة فى الاداء ومستوى اللياقة " .

- الجاذبية الجسمية : *Attractiveness Body*

تعريف إجرائي.

" إدراك الفرد لقوامه وقدرته على الاحتفاظ بقوام مشقوق وثقته بمظهره وإحساسه بقوة ونمو عضلاته وقدرته على التغلب في المواقف الرياضية التي تتطلب القوة " .

- قيمة الذات البدنية : *physical Self-Worth*

" إحساس الفرد بمشاعر عامة بالسعادة والرضا والفخر والاحترام والثقة لذاته البدنية نتيجة لأدائه الرياضى " .

- القوة البدنية : *physical Strength*

" إدراك الفرد لقوته الجسدية ، ونمو عضلاته والثقة في المواقف التي تتطلب القوة الجسمية " .

(٢٨ : ٦)

❖ مستوى الطموح *Aspiration Level*

هو مستوى الإنجاز الذى يتوقعه ويحدده الفرد لنفسه ويشعر من خلاله بأنه يستطيع تحقيق أهدافه متخطياً كل الصعوبات بما يتفق والتكوين النفسى للفرد (٣٣ : ٣٦) .

الدراسات السابقة:

١- دراسة" عبد ربه على " (٢٠١٠م) (١١) تهدف إلى التعرف على العلاقة بين الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا على عينه بلغ قوامها (٦١) من طالبات وطلبة المرحلة الاعدادية والثانوية من مدرسة النور والامل وأشارت أهم النتائج إلى أن يوجد علاقة ايجابية بين الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا .

٢- دراسة" رشا الناطور " (٢٠٠٨م) (٨) تهدف إلى التعرف على العلاقة بين مستوى الطموح وتقدير الذات لدى طلاب الثانوية العامة، وكذلك معرفة الفروق بين مستوى الطموح وتقدير الذات بين الذكور والاناث على عينه بلغ قوامها (١٢٠) طالب وطالبة من طلاب الثانوية العامة وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة بين مستوى الطموح وتقدير الذات لدى الطلاب ، وعدم وجود فروق بين الذكور والاناث في مستوى الطموح وتقدير الذات .

٣- دراسة" تحرير ابراهيم " (٢٠٠٥م) (٥) تهدف إلى التعرف على العلاقة بين مستوى الطموح والأداء الحركي للتشكيلية الحركية الاجبارية في الجناسك الايقاعي على عينه من طالبات الصف الثالث في كليات التربية الرياضية في الجامعات التالية. جامعة المستنصرية - جامعة بغداد بنات- الجادرية -جامعة ديالى - جامعة بابل وأشارت أهم النتائج إلى أنه توجد علاقة ايجابية بين طموح الطالبات ودرجة أدائهن .

٤- دراسة " هالة رفعت (٢٠٠٠م) (٢٢) تهدف إلى معرفة العلاقة بين مفهوم الذات ومستوى الطموح لدى طلاب جامعة المنصورة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي على عينة قوامها (١٦٩٩) طالبة ، (١٢٦) طالب ، وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة احصائية بين مستوى الطموح وأبعاد مفهوم الذات لدى الطلاب الممارسين للنشاط الرياضي ، وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة احصائية بين مستوى الطموح وأبعاد مفهوم الذات لدى الطلاب غير الممارسين للنشاط الرياضي

٥- دراسة " سونسترون ، بوتس Sonstroen&Potts (١٩٩٦م) (٣٤) تهدف إلى معرفة العلاقة بين المفاهيم البدنية الذاتية ومفاهيم الحياة والسلوك على عينة قوامها (١١٩) طالبة ، (١٢٦) طالب ، وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة طردية بين المفاهيم البدنية والعاطفة الإيجابية والسلبية والإكتئاب حيث أنه عندما تعدلت المفاهيم الذاتية البدنية أدى ذلك الى تحسن سلوكهم وتعديله للجانب الإيجابي لكلا الجنسين أى أن الذات المدركة الخاصة بالكفاءة الرياضية لدى الطلاب ترتبط اساسا بتعديل السلوك فى الحياة ، وتزداد العلاقة بين إدراك الكفاءة الرياضية والسلوك فى الحياة لدى الطلاب أما الشعور بالحالة البدنية والجاذبية الجسمية والقيمة البدنية الذاتية فهى واحدة لدى الطلاب والطالبات .

٦- دراسة " ويلك وآخرون welk.al (١٩٩٥م) (٣٥) تهدف إلى دراسة العلاقة بين الذات المدركة الرياضية لدى الرياضيين بالمدارس العليا على عينة قوامها (٥٤٢) من طلبة وطالبات المدارس الرياضية العليا ، وأشارت أهم النتائج إلى أن محور الكفاءة الرياضية عند الطلاب منخفض ، وأن الرياضيين فى هذا السن بالمقارنة بغير الرياضيين لديهم إدراك بدنى ذاتى قوى خاصة فيما يتعلق بأداء المهارات والتكيف البدنى .

٧- دراسة " عزت عبد الغنى" (١٩٩١م) (١٣) تهدف إلى التعرف على العلاقة بين كل من دافعية الإنجاز ومستوى الطموح وبين مستوى الأداء المهارى فى السباحة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية على عينة قوامها ١٨٠ طالبة من طالبات الصف الرابع بكلية التربية الرياضية فى الاسكندرية وأشارت أهم النتائج إلى أن الطالبات ذوات الدرجة العالية فى دافعية الانجاز ومستوى الطموح يحققن مستوى افضل فى الاداء المهارى لطرق السباحة.

التعليق على الدراسات السابقة:

إستعانت الباحثة بعدد سبع دراسات منها خمسة دراسات عربية ،أثنان دراسة أجنبية تناولت الذات المدركة ، ومستوى الطموح فى الفترة الزمنية من عام (١٩٩١) حتى عام (٢٠١٠)

، ويتضح من هذه الدراسات أنها قد اتفقت في تحديد طبيعة أفراد عينة البحث من طلبة وطالبات الكليات ، طلبة المدراس وقد ساعد ذلك الباحثة على اختيار عينة البحث من طالبات كلية التربية الرياضية بنات، كما استخدم جميع الباحثين المنهج الوصفي في تطبيق الدراسات نظرا لملاءمته لطبيعة إجراءات كل دراسة وهذا ما اتبعته الدراسة الحالية وكذا اهتمت كل دراسة بتحديد أدوات جمع البيانات بما يتلائم والقياسات المحددة والمعبرة عن مفهوم مشكلة كل بحث مستخدمة في معالجتها الأساليب الإحصائية المناسبة ، وقد استفادت الباحثة من تلك الدراسات في : تحديد أبعاد مشكلة بحثها وفي اختيارها ما يناسبها من منهجية وأدوات جمع البيانات وكذا في اختيارها للأساليب الإحصائية المناسبة ومحاولة تحقيق أهداف الدراسة بأسلوب منهجي علمي سليم.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع وعينة البحث من طالبات تخصص السباحة للفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق للعام الجامعي (٢٠١٠/٢٠١١)، وكان عددهن (٧٢) طالبة عدد (١٥) طالبة منهم كعينة للدراسة الاستطلاعية ، (٥٧) طالبة عينة البحث الأساسية وقد قامت الباحثة بإيجاد التجانس بين أفراد عينة البحث الكلية بحساب معامل الالتواء للمتغيرات قيد البحث وهي المتغيرات الأساسية (الطول - الوزن - السن) الذكاء ، وتقييم المستوى الأداء ، مقياس الذات المدركة ، مقياس مستوى الطموح والجدول رقم (١) (٢) يوضحا اعتدالية القيم وتجانس أفراد العينة الكلية .

جدول (١) التوصيف الإحصائي لمجتمع البحث في كلا من (السن- الطول - الوزن- الذكاء)

ن=٧٢

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	السن	السنة	٢٠,١١	٠,٦٥	٢٠,٠٠	-٠,٠٩٩
٢	الطول	السنتمتر	١٦١,٧٥	٣,٢٩	١٦١,٠٠	٠,٤٦
٣	الوزن	الكيلو جرام	٥٩,٨٦	٣,٨١	٦١,٠٠	-٠,٦٦
٤	الذكاء	الدرجة	٢٨,٥	٢٩,٠	٢٨,٢	٠,٥٣١

يتضح من جدول (١) أن قيمة معاملات الالتواء لمجتمع البحث قد انحصرت ما بين $\pm (٣)$ في كل من متغيرات السن ، الطول ، الوزن ، الذكاء مما يدل علي أن مجتمع البحث يقع تحت المنحني الاعتدالي.

جدول (٢)

التوصيف الإحصائي لمجتمع البحث في (مستوى الاداء - الذات المدركة - مستوى الطموح)
ن=٧٢

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
	مستوى الاداء	درجة	٢٦,١١	٢,٧	٢٦,١٤	-٠,٠٣٣
	مستوى الاداء المرتفع	درجة	٢٢,٠٥	٣,٥	٢٢,١١	-٠,٠٥١
	مستوى الاداء المنخفض	درجة	١٧,٦٣	٣,٧٠	١٧,٦٩	-٠,٠٤٨
١	مقياس الكفاءة البدنية	درجة	١٨,٣٩	١,٤٤	١٨,٠٠	٠,٥٩٣
٢	الذات البدنية	درجة	١٩,٨٢	٢,٣٥	١٩,٠٠	٠,٥٤٥
٣	المدركة الجاذبية الجسمية	درجة	٢٠,٢٨	٢,٤٢	٢٠,٠٠	٠,١٦١
٤	قيمة الذات البدنية	درجة	٢٠,٢١	٢,٤٩	٢٠,٠٠	٠,٢٣٢
٥	القوة البدنية	درجة	١٩,٦٣	٢,٥٩	١٩,٠٠	٠,٤٣٦
	مستوى الطموح	درجة	٥٠,٢٥	٦,٢٧	٥١,٠٠	-٠,١٤

يتضح من جدول (٢) أن قيمة معاملات الالتواء لمجتمع البحث قد انحصرت ما بين $\pm (٣)$ في كل من متغيرات مستوى الاداء- الذات المدركة - مستوى الطموح مما يدل على أن مجتمع البحث يقع تحت المنحني الاعتدالي.

ثالثاً: أدوات جمع البيانات:

❖ الأجهزة والأدوات.

- جهاز الرستاميتير لقياس الطول والوزن

- حمام سباحة

❖ المقاييس المستخدمة

١- إختبار الذكاء العالي: إعداد "السيد محمد خيرى" ويهدف إلى قياس بعض الوظائف العقلية ويتكون من ٤٢ سؤال متدرج فى الصعوبة . مرفق (٤)

٢- مقياس الذات المدركة إعداد فوكس ١٩٩١ وتعريب نهال صلاح الدين (١٩٩٨م) ، ويتكون من خمس أبعاد كل بعد يعبر عنه (٦) عبارات ، وثلاث عبارات منها ايجابية ، (٣) عبارات منها سلبية فيما عدا البعد الاخير به (٤) عبارات ايجابية ، (٢) عبارة سلبية ، والابعاد هى :

١- الكفاءة الرياضية ٢- الحالة البدنية ٣- الجاذبية الجسمية.

٤- قيمة الذات البدنية ٥- القوة الجسدية . مرفق (٢)

٣- مقياس مستوى الطموح للراشدين: إعداد "كاميليا إبراهيم عبدالفتاح" ويحتوى على (٧٩) سؤال تتدرج تحت (٧) أبعاد رئيسية :

١- النظرة إلى الحياة ٢- الإتجاه نحو التقدم ٣- تحديد الهدف والخطة.

- ٤- الميل إلى الكفاح ٥- تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس
٦- الرضا بالوضع الحاضر أو الإيمان بالحظ ٧- المثابرة.
وتدل الدرجة المرتفعة على زيادة مستوى الطموح والعكس . مرفق (٣)

❖ تقييم مستوى الأداء المهاري

تم تقييم مستوى الأداء المهاري لعينة البحث الأساسية في ثلاثة من طرق السباحة المقررة على طالبات تخصص السباحة وهى (سباحة الزحف على البطن- سباحة الزحف على الظهر- سباحة الصدر) عن طريق لجنة تحكيم مكونة من (٣) من اساتذه شعبة السباحة مرفق(١) لوضع درجة من (١٠) لكل طريقة من طرق السباحة موزعة كالاتى : وضع الجسم (٢,٥ درجة) - ضربات الرجلين (٢,٥ درجة) - حركات الذراعين (٢,٥ درجة) - التوافق بين ضربات الرجلين وحركات الذراعين (٢,٥ درجة) ، ثم قامت الباحثة بجمع درجة كل طريقة من طرق السباحة للوصول الى درجة من مجموع (٣٠) درجة كلية لتقييم مستوى الأداء المهارى .

الدراسة الاستطلاعية :

تم إجرائها على عينة البحث الاستطلاعية المسحوبة من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية والتي بلغ عددها (١٥) طالبة من طالبات تخصص سباحة للفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق وذلك فى الفترة الزمنية من ٢٥/١٢/٢٠١٠ إلى ١/١/٢٠١١ بهدف .

- التعرف على الزمن اللازم لتطبيق الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث.
- سلامة العبارات لغوياً لمستوي فهم الطالبات.
- سهولة فهم واستيعاب الطالبات لأسلوب المقاييس.
- إيجاد المعاملات العلمية للمقاييس التي يحتوي عليها البحث (الصدق - الثبات).

أولاً: الصدق

قامت الباحثة بحساب صدق مقياس الذات المدركة ومقياس مستوى الطموح عن طريق عرضهما علي (١٠) من المحكمين المتخصصين في مجال السباحة وعلم النفس الرياضى لتقرير مدى صلاحية المقاييس قيد البحث، واتفق المحكمين علي صلاحيتهم لما وضعوا لقياسه ولعينة البحث مرفق (١) .

ثم قامت الباحثة بحساب صدق التكوين الفرضى بأستخدام طريقة الاتساق الداخلي وذلك بتطبيقهم علي العينة الاستطلاعية ثم قامت بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين مجموع

درجات البُعد الذي تنتمي إليه. كما قامت بحساب معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بُعد وبين الدرجة الكلية للمقياس والجدول التالية توضح ذلك.

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس الذات المدركة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه

ن=١٥

م	الكفاءة الرياضية		الحالة البدنية		الجاذبية الجسمية		قيمة الذات البدنية		القوة البدنية	
	معامل الارتباط	الدالة	معامل الارتباط	الدالة	معامل الارتباط	الدالة	معامل الارتباط	الدالة	معامل الارتباط	الدالة
١	٠,٦٤	دال	٠,٨٣	دال	٠,٦٩	دال	٠,٩١	دال	٠,٧١	دال
٢	٠,٦٧	دال	٠,٥٨	دال	٠,٧٥	دال	٠,٦٥	دال	٠,٦٨	دال
٣	٠,٥٧	دال	٠,٦١	دال	٠,٨٣	دال	٠,٧٢	دال	٠,٨٣	دال
٤	٠,٨١	دال	٠,٥٩	دال	٠,٧٤	دال	٠,٧٧	دال	٠,٥٨	دال
٥	٠,٧٩	دال	٠,٦٩	دال	٠,٧٩	دال	٠,٥٤	دال	٠,٧٢	دال
٦	٠,٥٦	دال	٠,١٨	دال	٠,٦١	دال	٠,٦٨	دال	٠,٧٨	دال

قيمة (ر) الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٤٨٢

يتضح من جدول (٣) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجات الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ مما يدل على صدق عبارات المقياس في قياس ما وضعت من أجله.

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجات كل بُعد لمقياس الذات المدركة والدرجة الكلية للمقياس

ن = ١٥

م	الأبعاد	عدد العبارات	معامل الارتباط	الدالة
١	الكفاءة الرياضية	٦	٠,٨٤	دال
٢	الحالة البدنية	٦	٠,٥٨	دال
٣	الجاذبية الجسمية	٦	٠,٧٣	دال
٤	قيمة الذات البدنية	٦	٠,٦٢	دال
٥	القوة البدنية	٦	٠,٦٥	دال

قيمة (ر) الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٤٨٢

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ مما يدل على صدق المقياس لما وضع من أجله.

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مستوى الطموح والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

ن = ١٥

م	النظرة للحياة	الاتجاه نحو التفوق	تحديد الاهداف	الميل للكفاح	تحمل المسؤولية	المثابرة	الرضا بالوضع
	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط	معامل الارتباط
١	٠,٧٤	٠,٥٣	٠,٧٢	٠,٥٦	٠,٦٩	٠,٦٣	٠,٨٢
٢	٠,٦١	٠,٤٩	٠,٧٥	٠,٦١	٠,٧٨	٠,٥٦	٠,٧٦
٣	٠,٥٧	٠,٦١	٠,٨٢	٠,٥٢	٠,٦٣	٠,٧٤	٠,٧٩
٤	٠,٨١	٠,٥٢	٠,٧٤	٠,٧٧	٠,٥٨	٠,٦١	٠,٨١
٥	٠,٧٢	٠,٦٩	٠,٧٩	٠,٧٤	٠,٧٢	٠,٥٨	٠,٥٦
٦	٠,٥٦	٠,٧٨	٠,٨١	٠,٥٣	٠,٧٨	٠,٥٥	٠,٧٤
٧	٠,٧٨	٠,٨٢	٠,٥٦	٠,٤٩	٠,٥١	٠,٧٤	٠,٦١
٨	٠,٥٤	٠,٧٦	٠,٦١	٠,٦١	٠,٥٨	٠,٦٦	٠,٥٧
٩	٠,٧٤	٠,٧٧	٠,٥٨	٠,٦٩	٠,٧٢	٠,٥٦	٠,٦٩
١٠	٠,٧٩	٠,٧٤	٠,٧٢		٠,٧٥	٠,٦١	٠,٧٨

قيمة (ر) الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٤٨٢

ويتضح من جدول (٥) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجات كل بُعد والدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح

م	الأبعاد	عدد العبارات	معامل الارتباط	الدالة
١	النظرة للحياة	١٠	٠,٧٣	دال
٢	الاتجاه نحو التفوق	١٠	٠,٩١	دال
٣	تحديد الاهداف	١٠	٠,٦٦	دال
٤	الميل للكفاح	٩	٠,٥٤	دال
٥	تحمل المسؤولية	١٠	٠,٧٢	دال
٦	المتابعة	١٠	٠,٨٤	دال
٧	الرضا بالوضع	١٠	٠,٥٨	دال

ويتضح من جدول (٦) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، مما يدل على صدق المقياس لما وضع من أجله.

ثانياً : الثبات

لإيجاد معامل الثبات لأبعاد كلاً من مقياس الذات المدركة، ومقياس مستوى الطموح قامت الباحثة باستخدام طريقة التجزئة النصفية لإجابات عينة الدراسة بالنسبة لكل بُعد باستخدام معادلة سبيرمان - براون Spearman- Prawn، وجتمان Guttman لإيجاد معامل الارتباط بين العبارات الزوجية والعبارات الفردية لكل مقياس والجدول التالي توضح ذلك

جدول (٧)

معامل الثبات بالتجزئة النصفية لأبعاد مقياس الذات المدركة

ن = ١٥

م	عدد المحاور	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان	جتمان
١	الكفاءة الرياضية	٦	٠,٦٣	٠,٥٢
٢	الحالة البدنية	٦	٠,٥٨	٠,٦٩
٣	الجاذبية الجسمية	٦	٠,٧٢	٠,٧٨
٤	قيمة الذات البدنية	٦	٠,٧٨	٠,٨٢
٥	القوة البدنية	٦	٠,٥١	٠,٧٦

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الارتباط بين نصفي المقياس للأبعاد قد تراوحت ما بين (٠,٥١ - ٠,٧٨) بمعادلة سبيرمان - براون وقد تراوحت بين (٠,٥٢ - ٠,٨٥) بمعادلة جتمان مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

جدول (٨)

معامل الثبات بالتجزئة النصفية لابعاد مقياس مستوى الطموح

م	عدد المحاور	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان	جتمان
١	النظرة للحياة	١٠	٠,٥٢	٠,٨٨
٢	الاتجاه نحو التفوق	١٠	٠,٧٩	٠,٥٦
٣	تحديد الاهداف	١٠	٠,٧٨	٠,٧٨
٤	الميل للكفاح	٩	٠,٨٥	٠,٥٤
٥	تحمل المسؤولية	١٠	٠,٧٢	٠,٧٤
٦	المثابرة	١٠	٠,٧٧	٠,٧٩
٧	الرضا بالوضع	١٠	٠,٧٤	٠,٥٦

ويتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين نصفى المقياس للابعاد قد تراوحت ما بين (٠,٥٢ - ٠,٨٥) بمعادلة سبيرمان - براون وقد تراوحت بين (٠,٥٤ - ٠,٨٨) بمعادلة جتمان مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

الخطوات التنفيذية للإجراء البحث

تم تطبيق المقاييس (مقياس الذات المدركة ، ومقياس الطموح) على عينة البحث الأساسية وذلك يوم ٢٠١١/١/٤ ، وتقييم مستوى الاداء المهارى يوم ٢٠١١/١/٥ عن طريق لجنة التحكيم السابق ذكرها، وقد قامت الباحثة بعد الحصول على مستوى الاداء المهارى للطلبات وتجميع درجات كل طالبة من (٣٠) درجة تم تصنيف مستوى الاداء لثلاث مستويات متباينه كالآتى :

- تم ترتيب الطالبات حسب درجاتهم ترتيباً تنازلياً من الدرجة المرتفعة الى الدرجة المنخفضة.

- تم أخذ الدرجات المرتفعة لعدد ١٩ طالبة وهم يمثلن المستوى المرتفع وانحصرت درجاتهم ما بين ٢٦ الى ٣٠ درجة.

- ثم أخذ أعلى درجات تلى هؤلاء الطالبات السابق ذكرهن لعدد ١٩ طالبة وهم يمثلن المستوى المتوسط وانحصرت درجاتهم ما بين ٢٢ الى ٢٥,٧٥ درجة.

- وباقى الطالبات وعددهن ١٩ طالبة وهم المستوى المنخفض وانحصرت درجاتهم ما بين ١٥ الى ٢١,٧٥ درجة .

المعالجات الإحصائية:

تحقيقاً لأهداف البحث وفروضه استخدمت الباحثة المعالجات الإحصائية التالية:

وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي الـ spss

- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لتوصيف عينة البحث إحصائياً.

- معاملات الارتباط بطريقة (بيرسون).

- اختبار دلالة الفروق "ت" للمجموعات مختلفة الأعداد.

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض النتائج .

جدول (١٠)

تحليل التباين بين مجموعات البحث المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض) في أبعاد
مقياس الذات المدركة

ن=٥٧

م	الاختبارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
١	الكفاءة البدنية	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٩٠,٩٨ ٢٤,٥٣	٢ ٥٤	٤٥,٤٩ ٠,٤٥٤	١٠٠,١٥٩	٠,٠٠٠
٢	الحالة البدنية	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٢٥٢,٢٤٦ ٥٦,٠٠٠	٢ ٥٤	١٢٦,١٢٣ ١,٠٣٧	١٢١,٦١٨	٠,٠٠٠
٣	الجاذبية الجسمية	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٢٥٤,٩٨ ٧٢,٥٣	٢ ٥٤	١٢٧,٤٩١ ١,٣٤٣	٩٤,٩٣	٠,٠٠٠
٤	قيمة الذات البدنية	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٢٨٧,٤٧ ٦٠,٠٠٠	٢ ٥٤	١٤٣,٧٤ ١,١١١	١٢٩,٣٦	٠,٠٠٠
٥	القوة البدنية	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	٣١١,١٦ ٦٤,١٠٥	٢ ٥٤	١٥٥,٥٨ ١,١٨٧	١٣١,٠٥٤	٠,٠٠٠

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة احصائية بين المجموعات المقسمة وفقا لمستوى الاداء
في جميع أبعاد مقياس الذات المدركة ، وقد استخدمت الباحثة طريقة تيوكي لتحديد اتجاه
الفروق.

جدول (١١)

أقل فرق معنوي بين متوسطات مجموعات البحث المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض)
في أبعاد مقياس الذات المدركة

م	الاختبارات	المجموعات	المتوسطات	المرتفع	المتوسط	المنخفض	أقل فرق معنوي
١	الكفاءة البدنية	مرتفع	٢٠,١١		٢,١٦	٣	٠,٥١
		متوسط	١٧,٩٥			٠,٨٤	
		منخفض	١٧,١١				
٢	الحالة البدنية	مرتفع	٢٢,٦٨		٣,٥٧	٥	٢,٧٧
		متوسط	١٩,١١			١,٤٣	
		منخفض	١٧,٦٨				
٣	الجاذبية الجسمية	مرتفع	٢٣,٠٠		٣	٥,١٨	٢,٤٢
		متوسط	٢٠,٠٠			٢,١٨	
		منخفض	١٧,٨٢				
٤	قيمة الذات البدنية	مرتفع	٢٣,١١		٣,٢٢	٥,٤٨	٢,٥٨
		متوسط	١٩,٨٩			٢,٢٦	
		منخفض	١٧,٦٣				
٥	القوة البدنية	مرتفع	٢٢,٧٩		٣,٩	٥,٥٨	١,٧٩
		متوسط	١٨,٨٩			١,٦٨	
		منخفض	١٧,٢١				

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة احصائيا بين مجموعات البحث في أبعاد مقياس الذات المدركة

لصالح المستوى المرتفع عن كل من المتوسط والمنخفض ولصالح المستوى المتوسط عن المنخفض .

جدول (١٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعات البحث المستوى

(المرتفع - المتوسط - المنخفض) في مستوى الطموح

ن=٥٧

م	المتغيرات	المستوى المرتفع		المستوى المتوسط		المستوى المنخفض	
		ع	س	ع	س	ع	س
١	مستوى الطموح	٢,٣١	٥٠,٠٠	٢,٢٩	٤٣,٣٧	٢,٨٩	٤٣,٣٧

يتضح من جدول (١٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعات البحث المقسمة وفقا لدرجة مستوى الاداء في مستوى الطموح.

جدول (١٣)

تحليل التباين بين مجموعات البحث المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض)

في مقياس مستوى الطموح

ن=٥٧

م	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
مستوى الطموح	بين المجموعات	١٨٦٣,٧٢	٢	٩٣١,٨٦	١٤٧,٦٤	٠,٠٠
	داخل المجموعات المجموع	٣٤٠,٨٤	٥٤	٦,٣١٢		

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعات المقسمة وفقا لمستوى الاداء في جميع متغيرات مقياس مستوى الطموح، وقد استخدمت الباحثة طريقة تيوكي لتحديد اتجاه الفروق .

جدول (١٤)

أقل فرق معنوي بين متوسطات مجموعات البحث المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض)

في متغيرات مقياس مستوى الطموح

م	الاختبارات	المجموعات	المتوسطات	مرتفع	متوسط	منخفض	أقل فرق معنوي
١	مستوى الطموح	مرتفع	٥٩,٣٧		٩,٣٧	١٦	٣,٤٤
		متوسط	٥٠,٠٠			٦,٦٣	
		منخفض	٤٣,٣٧				

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة احصائية بين مجموعات البحث في قياس مستوى الطموح لصالح المستوى المرتفع عن كل من المتوسط والمنخفض ولصالح المستوى المتوسط عن المنخفض .

جدول (١٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعات البحث المستوى
(المرتفع - المتوسط - المنخفض) في مستوى الاداء

ن=٥٧

م	المتغيرات	المستوى المرتفع		المستوى المتوسط		المستوى المنخفض	
		ع	س	ع	س	ع	س
١	مستوى الاداء	٢٦,١١	١,٣٣	٢٢,٠٥	١,١٣	١٧,٦٣	١,٣٠

يتضح من جدول (١٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعات البحث المقسمة وفقا لدرجة مستوى الاداء.

جدول (١٦)

تحليل التباين بين مجموعات البحث المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض)
في درجات مستوى الاداء

ن=٥٧

م	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
مستوى الاداء	بين المجموعات	٦٨٢,٥٦	٢	٣٤١,٢٨	٢١٦,٤١	٠,٠٠
	داخل المجموعات المجموع	٨٥,١٦	٥٤	١,٥٨		

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة احصائية بين المجموعات المقسمة وفقا لمستوى الاداء مما يتيح للباحثة المقارنة بين هذه المجموعات في باقى متغيرات البحث .

جدول (١٧)

أقل فرق معنوي بين متوسطات مجموعات البحث المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض)
في متغيرات مستوى الاداء

م	الاختبارات	المجموعات	المتوسطات	مرتفع	متوسط	منخفض	أقل فرق معنوي
١	مستوى الاداء	مرتفع	٢٦,١١		٤,٠٦	٤,٤٨	٢,٨٧
		متوسط	٢٢,٠٥			٤,٤٢	
		منخفض	١٧,٦٣				

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعات البحث في قياس مستوى الأداء لصالح المستوى المرتفع عن كل من المتوسط والمنخفض ولصالح المستوى المتوسط عن المنخفض .

جدول (١٨)

معاملات الارتباط بين محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء

الطالبات المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض)

م	المتغيرات	مستوى الأداء (المرتفع)		مستوى الأداء (المتوسط)		مستوى الأداء (المنخفض)	
		قيمة ر	الدلالة	قيمة ر	الدلالة	قيمة ر	الدلالة
١	الكفاءة البدنية	٠,٧١	دال	٠,٧٦٧	دال	٠,٧٢٦	دال
٢	الحالة البدنية	٠,٥٦٧	دال	٠,٦٢٨	دال	٠,٦٨٢	دال
٣	الجاذبية الجسمية	٠,٨٩٧	دال	٠,٧١٠	دال	٠,٥٣١	دال
٤	قيمة الذات البدنية	٠,٦٧٦	دال	٠,٥٦٧	دال	٠,٦٥٩	دال
٥	القوة البدنية	٠,٦٦٨	دال	٠,٨٩٧	دال	٠,٧٤٥	دال

يتضح من جدول (١٨) إلى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائية بين جميع محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء الطالبات المستوى المرتفع ، وكذلك وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائية بين جميع محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء الطالبات المستوى المتوسط ، وايضا وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائية بين جميع محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء الطالبات المستوى المنخفض.

جدول (١٩) معاملات الارتباط بين مستوى الطموح ومستوى أداء

الطالبات المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض)

م	المتغيرات	مستوى الأداء (المرتفع)		مستوى الأداء (المتوسط)		مستوى الأداء (المنخفض)	
		قيمة ر	الدلالة	قيمة ر	الدلالة	قيمة ر	الدلالة
١	مستوى الطموح	٠,٨٢٦	دال	٠,٦٨٨	دال	٠,٧١٦	دال

يتضح من جدول (١٩) الى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائية بين بين مستوى الطموح ومستوى أداء الطالبات المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض).

ثانياً: مناقشة النتائج

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) وفقاً لمستوى الاداء فى جميع أبعاد مقياس الذات المدركة لدى الطالبات تخصص السباحة ، حيث يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعات البحث فى أبعاد مقياس الذات المدركة لصالح المستوى المرتفع عن كل من المتوسط والمنخفض ولصالح المستوى المتوسط عن المنخفض.

وترجع الباحثة ذلك إلى أن تفاوت النسب فى ابعاد مقياس الذات المدركة قد يرجع الى ان كل هذه الابعاد كانت مرتبطة ببعضها للوصول للإدراك الكامل للذات كما ان ادراك الطالبة لذاتها يؤثر فى مستوى ادائها سواء فى العملية التعليمية او التدريبية او التنافسية مما يجعلها تؤدى المهارات التطبيقية بصورة افضل ويتحقق الاداء المطلوب من العملية التعليمية كما يؤكد كلا من " ميركافا Mercava " ، (١٩٩٨) (٣٠) " هارفى ر. شيفمان Harvey R. Schiffman " (١٩٩٦) (٢٤) ، "جوهان سابيني Johan Sabini " (١٩٩٥) (٢٧) على ان الطالبة ذو الادراك للذات المرتفع يساعدها على بذل الجهد لتحقيق مستوى الاداء المطلوب اى ان هناك علاقة وثيقة بين المستوى الرياضى والذات المدركة ، كما ان تعرض الطالبة لموقف ضاغط كموقف اختبار المستوى المهارى يعكس ذلك قدرة الطالبة الى ادراكها لذاتها مما يؤثر على مستوى الاداء المهارى، ويضيف " محمود عنان " (٢٠٠١) ان الموقف الذى يوضع فيه الفرد ويعتبر مثيراً سواء كانت نظرته اليه فان ذلك يتوقف على تقديره لذاته للموقف وكذلك الدور الذى يلعبه قلق السمة فى بناء شخصيته فالضغط يحدث اذا كان المدرك غير متوازن مع ادراك الفرد لقدرته على الاستجابة (٢٠ : ١٤) .

وهذا يحقق الفرض الأول الذى ينص على " وجود فروق دالة إحصائية بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) فى أبعاد مقياس الذات المدركة لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية".

ويتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات المقسمة وفقاً لمستوى الاداء فى مقياس مستوى الطموح.

ويتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعات البحث فى قياس مستوى الطموح لصالح المستوى المرتفع عن كل من المتوسط والمنخفض ولصالح المستوى المتوسط عن المنخفض .

ويتضح من الجدول ايضا تفاوت النسب فى مستوى الطموح حيث يلعب مستوى الطموح دوراً هاماً فى حياة الطالبة ، وهذا الدور البارز يعمل بمثابة حافز يدفع الطالبات بسلوكيات معينة

للوصول الى هدف عام وهذا يعتمد على مدى كفاءة الطالبة وقدراتها وتقديرها لذاتها ويتفق ذلك مع "عبد الفتاح الحنفى" (١٩٩٥) فى ان مستوى الطموح يرتبط بانجازات الافراد والامم الامر الذى يؤدى الى التقدم والازدهار للامة (١٠ : ٣). وما دام هناك طموح فانه لا يوجد سقف للتطور والتقدم ، وبذلك يعتبر الطموح من الثوابت التى تميز طالبة عن أخرى ويختلف ذلك حسب الظروف البيئية والاجتماعية والنفسية التى نشأت فيها كما إنه أحد المتغيرات ذات التأثير البالغ فيما يصدر عن الطالبة من نشاط لآخر بالإضافة إلى توفر عوامل تقدير الذات.

وترى الباحثة أن تقدير الذات يترتب ارتباطاً إيجابياً بالمستوى المرتفع من الطموح وأن الطالبات اللاتى يتميزن بمستوى طموح عالى نحو انجاز النجاح يتوفر لديهن قدر كبير من حالة الذات المدركة حيث يزيد لديهن الدافع الذاتى لتحقيق انجازتهم وأهدافهم المرسومة من قبل وتكون لديهن رغبة قوية في التحسن والمحاولة الجادة للتمكن من التفوق وخلق انجازات فريدة مما يزيد من قدرتهن علي التركيز علي المهام المطلوبة ويزداد لديهن الثقة بالنفس والسعى لتحقيق الشعور بالاستمتاع والرغبة في الاستمرار للوصول إلي أعلى المستويات، ويتضح أيضاً أن الطالبات اللاتى يتميزن بمستوى الإنجاز التى تتوقعها وتحددها الطالبة لنفسها عالية نحو تجنب الفشل يملن إلي الخوف من الفشل وما يتبعه من عواقب ونتائج مما يدفعهن إلي محاولة تجنب أو تحاشي مواقف الإنجاز.

وهذا يحقق الفرض الثانى الذى ينص على " وجود فروق دالة إحصائية بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) فى مقياس مستوى الطموح لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية".

كما يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة احصائية بين مجموعات البحث فى قياس مستوى الاداء لصالح المستوى المرتفع عن كل من المتوسط والمنخفض ولصالح المستوى المتوسط عن المنخفض.

ويشير "جون ليونارد John Leonard" (١٩٩٢) (٢٦) أن التفوق فى السباحة والتقدم فى المستوى يحتاج إلى العمل من أجل الوصول إلى التكنيك الجيد، وتذكر "وفيفة سالم" (١٩٩٧) (٢٣) أن عملية تعلم السباحة هى أحد المراحل الهامة للوصول إلى مستوى عالى إذا أن إمتلاك الأداء القريب من الأداء الأمثل تعد الركيزة الأساسية للتفوق وتحسين المستوى الرقعى ، وأكد "أبو العلا عبدالفتاح" (١٩٩٨) (١) أن المشكلة الأساسية التى تواجه الكثيرين ممن يتعلمون السباحة هى اجادة الأداء الفنى والتخلص من الأخطاء الشائعة فى الأداء ، ولذلك فقد تنوعت التدريبات المهارية والنفسية التى تستخدم فى البرامج التعليمية كجزء مكمل لتعليم السباحة ورفع مستوى أداء الطالبات وتتفق الباحثة مع "تيرى وجون Terry and Jon"

(١٩٩٦) (٣١) على أهمية هذه التدريبات فى مجال التعليم والتدريب بحيث توظف هذه التدريبات داخل الوحدات التدريبية بهدف تحسين الأداء والتخلص من العيوب والأخطاء وخاصة الأخطاء التى أصبحت عادة لدى متعلم السباحة ومن هنا كان هناك تفاوت فى نسب مستوى الاداء وفقا للمجموعات الثلاثة قيد البحث.

ويتضح من جدول (١٨) الى وجود علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائيا بين جميع محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء الطالبات المستوى المرتفع أي كلما زادت الذات المدركة كلما زاد مستوى الأداء ، كما يشير أيضا الى وجود علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائيا بين جميع محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء الطالبات المستوى المتوسط أي كلما كان مستوى الأداء متوسط كلما كان الشعور بالذات المدركة متوسط ايضاً ، ، كما يشير أيضا الى وجود علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائيا بين جميع محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء الطالبات المستوى المنخفض أي كلما انخفضت الذات المدركة كلما انخفض مستوى الأداء.

ويتفق فى ذلك كلا من "عبد ربه على شعبان" (٢٠١٠م) (١١)، "رشا الناطور" (٢٠٠٨م) (٨) ، "باركر واخرون , K.I.et barker" (٢٠٠٦م) (٢٤) ، "كاشف زياد" (٢٠٠٤م) (١٦) ، "إلهام عبد الرحمن ، نادية رشوان (١٩٩٦م) (٤) ، " هارفى ر.شيفمان Harvey .R.Schifman " (١٩٩٦) (٢٣) ، "جوهان سابيني Johān Sabini " (١٩٩٥) (٢٦) ، " تونى موريس وجيف سيومرس Tony Morris & Jeff Summers " (١٩٩٥) (٣١) ، عزت الكاشف (١٩٩٤) (١٢) ، " كينيث ر.فوكس Kenneth.R.Fox (١٩٩١) (٢٧) ، على أن العلاقة بين إدراك الذات ومستوى الأداء علاقة متبادلة متوازنة فتقدم احدهما يؤدي لتقدم الاخر أى أن تقدم مستوى الاداء فى مهارة معينة يساعد على إدراك الطالبة لذاتها وقدراتها ويزداد تقديرها لها فيؤدي لزيادة رغبتها فى الوصول لمستوى أفضل بل وإتقان جميع المهارات الأخرى ،وترى الباحثة أن وقوف الطالبة على الخطوة الأولى فتعلم مهارة معينة فى إحدى الرياضات يحدث انسجاما لها مع هذه الرياضة فيحدث لديها دافعا مرغوبا الذى بدوره يؤدي إلى تغيير الجانب السلبي فى الذات نحو هذه المهارة إلى جانب ايجابى يؤدي إلى تقدم مستوى الأداء وايضا ازدياد الجانب الإيجابى فى الذات كما انه ينمى الدافع الداخلى لدى الطالبات حيث يساعد ذلك على تحقيق المستوى المطلوب لكى تتمكن من أن تحقق ذاتها وقدراتها ليس من أجل إثابة خارجية كجائزة أو نجاح او غيرها وانما من أجل تقدير الذات ، ويتفق هذا مع ما أشار اليه "محمد علاوى" (١٩٩١) الى أن السمات النفسية تسهم بدرجة كبيره فى التأثير على مستوى اللاعبين فالرياضى الذى يفتقر الى السمات النفسية الإيجابية لن يستطيع مهما بلغت قدراته ومستوياته البدنية والفنية من تحقيق أعلى المستويات،

وترى الباحثة ايضا أن البرامج الرياضية بصفة عامة ورياضة السباحة بصفة خاصة هي أفضل البرامج التي تسهم في خلق الشخصية المتكاملة بما تتضمن من أنشطة مختلفة تسهم في سد احتياجات الطالبة وتحقيق ذاتها ،حيث يوضح " سونسترون ، بوتس Sonstroen&Potts (١٩٩٦م) (٣٤) على أنه توجد علاقة واضحة وقوية بين ادراك الفرد لذاته والرياضة وهذا ما يؤكد " أسامة راتب" (١٩٩٥) (٣) ، "جوهان سابيني Johan Sabini " (١٩٩٥) (٢٧) بأن يحدث عملية انسجام داخلي يؤدي إلى تغيير الجانب السلبي في الذات إلى الجانب الايجابي منها مما يؤدي الى رفع إدراك الذات وتقدم مستوى الأداء.

وهذا يحقق الفرض الثالث الذي ينص على " وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المستويات المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) للطالبات تخصص السباحة وأبعاد مقياس الذات المدركة".

ويتضح من جدول (١٩) الى وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائيا بين مستوى الطموح ومستوى أداء الطالبات المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض) ، وترى الباحثة ان الطالبات في هذه المرحلة لديهم القدرة على التمييز بين حاجاتهم وخططهم وامالهم فهم يميلون الى بذل المزيد من الجهد ويتغلبون على الصعوبات التي تعترضهم من اجل تحقيق طموحاتهم وبذلك نجد أن الطالبة ذات المستوى الاداء المرتفع النابع من التكنيك الجيد يكون لديها تقاؤل ومن ثم يزداد مستوى الطموح لانها تضع نصب عينيها لمستوى معين تسعى الى تحقيقه بالمتابعة على التدريب على طرق السباحة المختلفة وان يكون ذلك في اطار قدراتها وامكاناتها اي ان مستوى الاداء يترتب ارتباطا إيجابياً بالمستوى العالي من الطموح، ويوضح محمد علاوي (١٩٩١) (١٧) أن خبرات النجاح والفشل تلعب دورا هاما في تحديد مستوى طموح الفرد الرياضي ، حيث يؤثر مستوى الطموح على المستوى الذي يتوقعه الفرد لنفسه وبالتالي يسبب نجاح أو فشل الفرد ،وهذا يتفق مع دراسة كلا من رشا الناطور (٢٠٠٨م) (٨)، سناء لطيف (٢٠٠٢م) (٩)، تحرير ابراهيم " (٢٠٠٥م) (٥)، "جمال عباس" (١٩٩٢م) (٦) ، عزت عبد الغنى" (١٩٩١م) (١٣) في أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من مستوى الطموح ومستوى الاداء، وترى الباحثة ان ممارسة النشاط الرياضي بوجهه عام والسباحة بوجهه خاص بما يتضمنها من أنشطة تنافسية متعددة يكون له أثر كبير على شخصية الطالبة وإدراكها لذاتها ومعرفتها لقدراتها بما يساعدها في وضع طموحات مستقبلية لنفسها ، فالعلاقة بين إدراك الذات ومستوى الطموح ذات اهمية كبيرة فإدراك الذات بجوانبه المتعددة يمكن أن يكون له دور كبير فيما يضعه لنفسه من مستوى الطموح.

وهذا يحقق الفرض الرابع الذى ينص على " وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المستويات المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) للطالبات تخصص السباحة ومقياس الطموح".

الاستخلاصات:

- وجود فروق دالة إحصائية بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) فى أبعاد مقياس الذات المدركة لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية.
- وجود فروق دالة احصائيا بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) فى أبعاد مقياس الذات المدركة لصالح المستوى المرتفع عن كل من المتوسط والمنخفض ولصالح المستوى المتوسط عن المنخفض.
- وجود فروق دالة إحصائية بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) فى مقياس مستوى الطموح لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية.
- وجود فروق دالة احصائيا بين مستويات الاداء المتباينة (المرتفع - المتوسط - المنخفض) فى مقياس مستوى الطموح لصالح المستوى المرتفع عن كل من المتوسط والمنخفض ولصالح المستوى المتوسط عن المنخفض.
- وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائية بين جميع محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء الطالبات المستوى المرتفع أي كلما زادت الذات المدركة كلما زاد مستوى الأداء .
- وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائية بين مستوى الطموح ومستوى أداء الطالبات المستوى (المرتفع - المتوسط - المنخفض) أي كلما زاد المستوى الاداء المرتفع النابع من التكنيك الجيد يكون هناك تفاؤل ومن ثم يزداد مستوى الطموح.

التوصيات:

- تنفيذ البرنامج التعليمى للطالبات تخصص السباحة بالكلية فى مجموعات متجانسة تبعاً لتباين المستوى المهارى مما يساهم فى جودة العملية التعليمية.
- الاهتمام بادخال الاختبارات النفسية مثل الذات المدركة ومستوى الطموح ضمن اختبارات القبول فى كليات التربية الرياضية.
- العمل على تصميم برامج لزيادة درجة الذات المدركة للطالبات ورفع مستوى الطموح لديهن.
- على معلمات السباحة مراعاة الطالبات ذات المستوى المنخفض فى الاداء والاهتمام بهن وإيضاح الجوانب الإيجابية فى ذاتهن التى تساعدن على التقدم فى السباحة .
- ضرورة الاهتمام بعقد دورات تدريبية لتأهيل المعلمات وتزويدهم بأحدث المعلومات والمعارف التربوية والنفسية لاتباع طرائق وأساليب كفيلة تشجع الطالبات وترفع من مستويات طموحاتهم فى مواصلة الدراسة الأكاديمية ، وطموحاتهم فى الحياة المهنية.

المراجع

المراجع العربية :

١. أبو العلا عبدالفتاح (١٩٩٨) : السباحة من البداية إلى البطولة، دار الفكر العربى ، القاهرة.
٢. أحمد عزت (٢٠٠٩م) : أصول علم النفس ، دار الفكر بالاردن.
٣. أسامة راتب (١٩٩٥) : علم نفس الرياضة، دار الفكر العربى ، القاهرة.
٤. إلهام عبد الرحمن ، نادية رشوان (١٩٩٦) : الدلالة الإرتباطية بين تقدير الذات البدنية والمهارية وكل من القدرات البدنية ودقة الأداء المهارى لناشئات الكرة الطائرة بجمهورية مصر العربية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان .
٥. تحرير ابراهيم " (٢٠٠٥م) : العلاقة بين مستوى الطموح والأداء الحركي للتشكيلية الحركية الاجبارية في الجمناستيك الايقاعى ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
٦. جمال عباس (١٩٩٢م) : مستوى الطموح لدى طلاب المدارس الثانوية العامة والثانوية الأزهرية وعلاقته بدرجة الإيجابية لديهم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية بسوهاج، جامعة أسيوط.
٧. حامد عبد السلام (٢٠٠٠م) : علم النفس الاجتماعى ، عالم الكتاب ، الطبعة السادسة .
٨. رشا الناطور (٢٠٠٨م) : مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الثالث الثانوى المستجدين والمقيدين ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة دمشق.
٩. سناء لطيف (٢٠٠٢م) : مستوى الطموح وعلاقته بقوة تحمل الشخصية لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية .
١٠. عبد الفتاح الحنفى (١٩٩٥) : موسوعة علم النفس والتحليل النفسى، دار العودة ، بيروت.
١١. عبد ربه على (٢٠١٠م) : الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الاسلامية، غزة .
١٢. عزت الكاشف (١٩٩٤) : الاعداد النفسى للرياضيين ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
١٣. عزت عبد الغنى (١٩٩١) : العلاقة بين كل من دافعية الإنجاز ومستوى الطموح وبين مستوى الأداء المهارى فى السباحة لدى طالبات كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الاسكندرية .
١٤. فاروق عبد الفتاح ، محمد دسوقي (١٩٩٨) : اختبارات تقدير الذات ، مكتبة النهضة العربية القاهرة .

١٥. فرج عبدالقادر ، وآخرون: ١٩٩٣م، موسوعة علم النفس والتحليل النفسى ، القاهرة، دار سعاد الصباح.
١٦. كاشف زياد " (٢٠٠٤م) : تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي ، مجلة دراسات ، الجامعة الأردنية .
١٧. محمد علاوي (١٩٩١) : علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، الطبعة السابعة.
١٨. محمد على (٢٠٠٠م) : الموجز فى الرياضات المائية، المركز العربى للنشر، الزقازيق.
١٩. محمود عبد الفتاح (١٩٩٥) :سيكولوجية التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
٢٠. محمود عبد الفتاح ، صدقى نور الدين (٢٠٠١) : الشخصية والرياضة سلسلة علم نفس الرياضة طلاب وطالبات كليات التربية الرياضية ، جامعة حلوان .
٢١. نهال صلاح اللين (١٩٩٨) : تأثير برنامج تعليمي (أرضى - مائى) على الذات المدركة وتقدم مستوى الأداء فى السباحة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق.
٢٢. هالة رفعت (٢٠٠٠م) : أبعاد مفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلاب جامعة المنصورة الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضى، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الزقازيق .
٢٣. وفيقة سالم (١٩٩٧) : الرياضات المائية ، أهدافها ، طرق تدريسها ، أسس تدريسها ، أساليب تقويمها ، منشأة المعارف ، الإسكندرية.

المراجع الأجنبية :

24. **Harvey .R.Schifman** (1996) ; Sensation and Perception an integrated approach, wiley & sons, Inc, U.S.A.
25. **barker ,K.I.et** (2006) : body image for the lower, limbs amputee master thesis , columboia university.
26. **John Leonard** (2009) : Swimming Fast in Practice, American Swimming Coaches Association.
27. **Johan Sabini** (1995) : Social Psychology, W.W. Norton & Company, New York .
28. **Kenneth.R.Fox** (1996): The physical self perception profile, Department of physical education, Northern Illinois university, New York.
29. **Nalesnik d**(1995); moderating effects of social support and gender on the relationship between stress vol21 pp – 155
30. **Mercava Production**(1998): Self perception & Potential, Cooperation.,
31. **Terry Loughlin, John Delues**(1996): Total Jmmersion, The Revolutionary way to swim Better, Faster and Easier, Published bysimmon and schuster. New York U.S.A.
32. **Tony Morris & Jeff Summess**(1995) : Sport psychology (theory., Application and Issues)Brislana, Sengapore.

مستويات الأداء المتباينة وعلاقتها بالذات المدركة ومستوى الطموح للطالبات تخصص السباحة

أ.م.د. / نادية محمد طاهر شوشة*

يهدف البحث الى : التعرف على المستويات المتباينة للطالبات تخصص سباحة بكلية التربية الرياضية بنات وعلاقتها بالذات المدركة ومستوى الطموح ، وتم استخدام المنهج الوصفي على عينة مكونة من (٥٧) طالبة عينة البحث الأساسية ، وتم استخدام مقياس الذات المدركة ، مقياس مستوى الطموح للراشدين، ومن أهم النتائج : وجود فروق دالة إحصائية بين مستويات الاداء المتباينة (الاعلى - المتوسط - الادنى) فى أبعاد مقياس الذات المدركة ومقياس مستوى الطموح لدى الطالبات تخصص السباحة بالكلية ، وجود علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائية بين جميع محاور مقياس الذات المدركة ومستوى أداء الطالبات (الاعلى - المتوسط - الادنى) أي كلما زادت الذات المدركة كلما زاد مستوى الأداء ، وجود علاقة ارتباطيه طردية دالة إحصائية بين مستوى الطموح ومستوى أداء الطالبات المستوى (الاعلى - المتوسط - الادنى) أي كلما زاد المستوى الاداء المرتفع النابع من التكنيك الجيد يكون هناك تفاؤل ومن ثم يزداد مستوى الطموح.

ومن اهم التوصيات :

- تنفيذ البرنامج التعليمي للطالبات تخصص السباحة بالكلية فى مجموعات متجانسة تبعا لتباين المستوى المهارى مما يساهم فى جودة العملية التعليمية.
- العمل على تصميم برامج لزيادة درجة الذات المدركة للطالبات ورفع مستوى الطموح لديهن.

* أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

Varying levels of performance and their relationship to self and perceived level of ambition of the students specialty swimming

*** DR / Nadia Mohamed Taher Shosha**

Abstract

The research aims to: identify the differing levels of students allocated pool

Faculty of Physical Education Girls and their relationship to particular perceived and the level of ambition, was the use of the descriptive method to a

sample of (57) Student sample basic research, were used measure of self-conscious, the scale of the level of ambition for adults, and the most important

Results: There are significant differences between the levels of performance varying (top - average - the lowest) in the scale of self-conscious and gauge the

level of ambition of the students specialty swimming altogether, and a correlation positive correlation statistically between all axes measure of self-perceived level of performance of students (top - average - minimum) any more self-perceived higher the level of performance, and a correlation positive

correlation statistically between the level of ambition and the level of performance students level (top - average - minimum) any greater level of high performance stemming from the technique of good there is optimism, and then increase the level of ambition.

The most important recommendations:

- The implementation of the educational program for students of the college swimming specialty in homogeneous groups according to the variation in skill level, thus contributing to the quality of the educational process.
- Work on designing programs to increase the degree of self-conscious students and raise the level of ambition to have.

* Assistant lecturer at water sports, games department – Faculty of Physical Education for Girls
- Zagazig University –Egypt , .