

جامعة أكلي محمد أولحاج البويرة
معهد علوم وتقنيات
النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان

علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

أثر إدراك الذات البدنية
على التحصيل العملي للطلاب

- دراسة ميدانية أجريت على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية البويرة-

إشراف الدكتور:

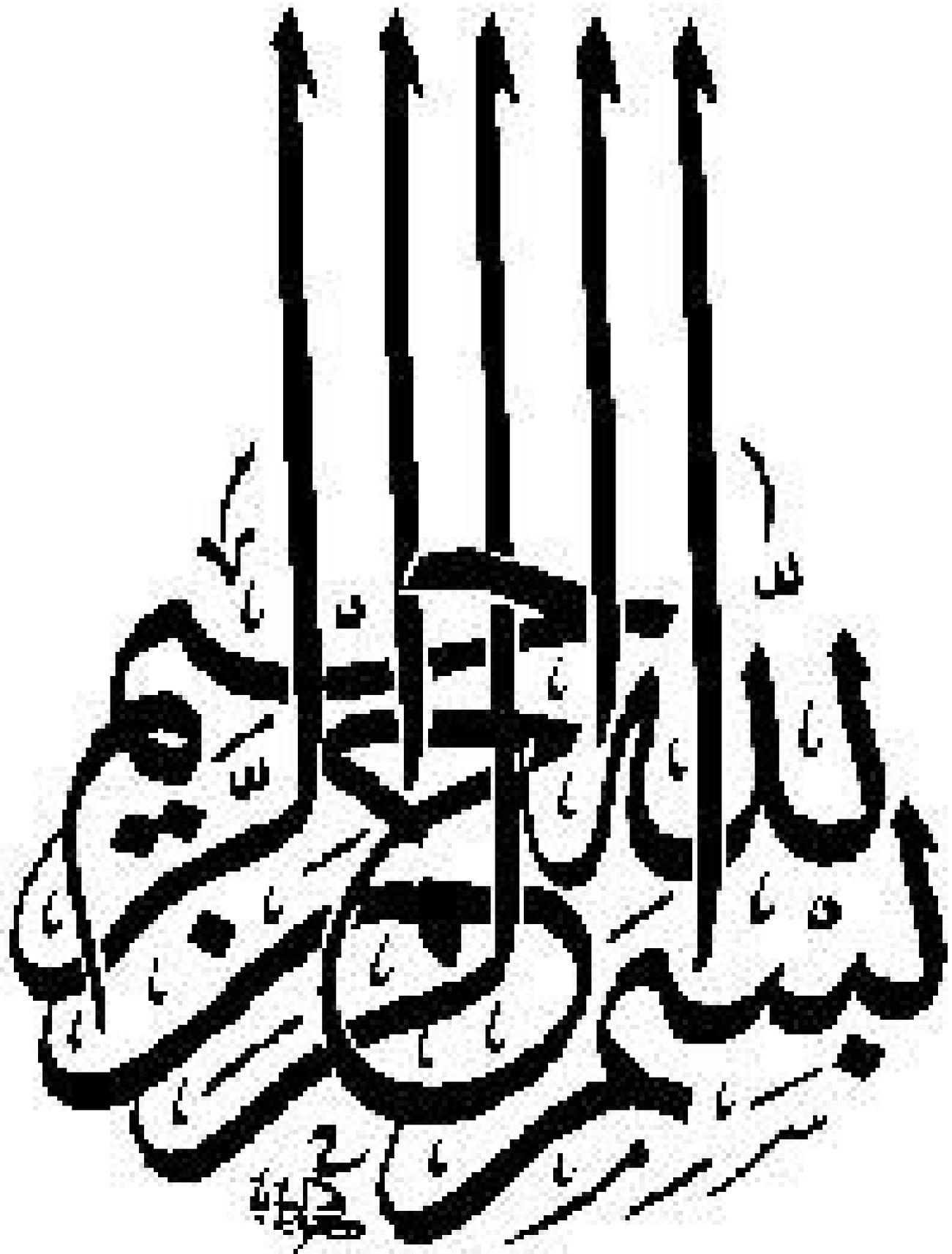
*منصوري نبيل

إعداد الطالبتين:

*بانوح فطيمة

*أملال إشراق

السنة الجامعية: 2019/2018



شكر وتقدير

الشكر والحمد لله الواحد الأحد كثيرا طيبا مباركا ولك
ياربم على ما أنعمت علينا من قوة وصبر الذي وفقنا بقضاء
وقدر بإنهاء هذا العمل المتواضع.
كما نتقدم بالشكر الخالص إلى الأستاذ المشرف "منصوري
نبيل" الذي أشرف على عملنا هذا وسهل لنا الطريق في إنجاز
هذا العمل ، الذي لم يبخل علينا بنصائحه القيمة، حيث
وجهنا حين الخطأ وشجعنا حين الصواب فكان بذلك نعم
المشرف ونعم الأستاذ.

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الدكتور بعوش خالد الذي
ساعدنا في هذا العمل

ولا ننسى كل من قدم لنا يد المساعدة من الزملاء

والأصدقاء من قريب أو من بعيد

فألف شكر لكل هؤلاء وجزاهم الله ألف خير.

فطيمة / إشراق

الإهداء

الحمد لله الذي أعاننا على إنجاز هذا البحث المتواضع والذي هو ثمرة جهد الكثيرين، إلى
نبح الحنان إلى من فتحت ذراعيها رحبا لتضمني بسمة ودمعة إلى التي إن ضاقت بي
الدنيا أجدها سراجا منيرا لحياتي

أمي، أمي، أمي. حفظها الله وأطال في عمرها.

إلى من تخونني الكلمات بوصفه وكان لي شمعة تحترق لينير لي الدرب إلى الذي علمني
معنى الحياة والذي لم يبخل ولم يقصر علي في شيء

أبي العزيز حفظه الله وأطال في عمره.

والى كل من كانت سعادتني سعادتهم و حزني حزنهم إخوتي حفظهم الله : فضيلة-
صبرينة- خضرة- حكيمة- صونية- كريمة- فؤاد (دودو)- حكيم.

وإلى الكتكوتة دانيا حفظها الله.

إلى ضلالي التي لا تفارقتي صديقتي رادية. إلى أخي الذي لم تلده أمي إسلام (ساسي).

إلى صديقتي: صبرينة، جيعة، غانية. إلى زميلتي وصديقتي إشراق.

إلى أساتذة المعهد وعمال المعهد شريفة. وعلى رأسهم المشرف: منصور نبيل.

فطيمة

إلى الهداء

إلى المثل الأعلى رسول الله

إلى التي ودعتني كل صباح، وذكرتي كل مساء، ونامت على طيفي كل ليلة، إلى التي كلما اقتربت منها أهالت الأشواق وكلما ابتعدت عنها انهالت الأشواق إلى التي أروتني من فيض حبها. أهدي لها هذا العمل باقة ورد يفوح شذاها مع نسيم صباح ربيعي عدد ما حملتني وعدد ما رأنتني وعدد ما تذكرتني

"أمي الغالية"

إلى الذي كنت أمنيته الغالية إلى الذي لا يهنأ له بال حتى يراني هانئ البال... إلى الذي ألبسني ثوب العز وغممني بمحبته... إلى الذي علمني قيمة الحرف، وأن العلم لا ينال والناس نيام، وأنشئني على حب من علمني

"أبي العزيز"

إلى الذين كانوا شموعا تحترق من أجل أن تنير لي طريقا في وسط الصعاب إلى أوثق رابطة وأنبل علاقة إلى شموع البيت إخوتي: أسماء - ياسر - محمد - عبد النور.

إلى صديقتي و زميلتي فطيمة. وكل الأصدقاء بدون استثناء.

إلى كل الذين تقاسمت معهم مشواري الجامعي إلى كل أساتذة وطلاب وعمال المعهد

وبالأخص الأستاذ المشرف: منصور نبييل.

إلى الأصدقاء

محتوى البحث

الصفحة	الموضوع
أ	- شكر وتقدير.
ب	- إهداء.
ت	- إهداء.
ث	- محتوى البحث.
ر	- قائمة الجداول.
ز	- ملخص البحث.
ص	- مقدمة.
مدخل عام: التعريف بالبحث	
2	1- الإشكالية.
3	2- الفرضيات.
3	3- أسباب اختيار الموضوع.
4	4- أهمية البحث.
4	5- أهداف البحث.
5	7- تحديد المصطلحات والمفاهيم.
الجانب النظري: الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث	
الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة	
المحور الأول: إدراك الذات البدنية	
09	تمهيد
10	1_ مفهوم الذات
10	2_ تعريف مفهوم الذات
11	3_ إدراك الذات

11	4_ الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات
13	5_ خصائص تقدير الذات
14	أقسام تقدير الذات البدنية
14	6_ السمات العامة لذوي تقدير الذات المنخفض
15	7_ السمات العامة لذوي تقدير الذات المرتفع
15	8_ مفهوم الذات في المجال الرياضي
16	8_2_ أبعاد مفهوم الذات
18	8_3_ نظريات تقدير الذات
المحور الثاني: التحصيل العملي	
20	1_1_ تعريف التحصيل الدراسي
20	1_2_ أنواع التحصيل الدراسي
20	1_3_ علاقة ممارسة الرياضة بالتحصيل الدراسي
21	1_4_ قياس التحصيل في التربية البدنية والرياضية
22	1_5_ أهمية التحصيل الدراسي
22	1_6_ مفهوم التربية العملية
23	1_7_ تعريف التربية العملية
23	2_ مفهوم التحصيل العملي
المحور الثالث: التكوين في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	
25	1_ نبذة تاريخية
26	2_ الكفاءات في التربية البدنية والرياضية
27	3- الكفاءات المهنية
27	4_ الكفاءات الشخصية
28	5_ نظرة تحليلية في برنامج التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية

29	5_ مراحل التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية
29	6_ أهمية التكوين المتعلق بالتربية البدنية والرياضية في التشريع الجزائري
30	7_ تقديم معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة في البويرة
31	8- زوم حول التكوين في القانون الخاص
31	9- ليسانس - التدريب الرياضي
32	10- النشاط البدني الرياضي التربوي
32	11- الإدارة والتسيير الرياضي
33	12- ماستر تدريب رياضي نخبوي
34	خلاصة
الفصل الثاني: الدراسات المرتبطة بالبحث	
36	- تمهيد.
37	_ الدراسات المرتبطة بالبحث
37	1_ دراسة بوزديلة زوهير
38	2_ دراسة لعروسي حكيم
39	3_ دراسة سعدي مصطفى
40	4_ دراسة نيكية منال
41	5_ التعليق على الدراسات
42	6_ خلاصة
الجانب التطبيقي: الدراسة الميدانية للبحث	
الفصل الثالث: منهج البحث وإجراءاته الميدانية	
45	_ تمهيد
46	1_ الدراسة الاستطلاعية
46	2-الدراسة الأساسية

47	1_2 منهج الدراسة
47	2_2 متغيرات البحث
47	3_2 مجتمع الدراسة
47	4_2 عينة الدراسة
47	5_2 مجالات الدراسة
48	6_2 أدوات جمع البيانات
48	7_2 المقياس
48	8_2 تصحيح المقياس
50	سيكومترية المقياس
54	- خلاصة.
الفصل الرابع: عرض و تحليل ومناقشة النتائج.	
56	تمهيد
57	1-4- عرض وتحليل النتائج
57	2_4 مناقشة النتائج بالفرضيات
57	1-2-4 مناقشة الفرضية الجزئية الأولى
61	2_2_4 مناقشة الفرضية الجزئية الثانية
63	2_2_4 مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة والعامه
67	- خلاصة
69	- الاستنتاج العام
71	- الخاتمة
73	- الاقتراحات والفروض المستقبلية
-	- البيبليوغرافيا
-	- الملاحق



قائمة الجداول

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
50	أسماء المحكمين للمقياس قيد الدراسة	01
51	يوضح مدى الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس إدراك الذات البدنية	02
52	يوضح المجالات المختلفة لدرجة الثبات (Alpha)	03
52	يبين قيمة معامل Cronbach's Alpha للمقياس	04
53	يبين قيمة معامل Guttman للمقياس	05
57	بعد المظهر الخارجي للجسم	06
57	بعد القوة البدنية	07
58	بعد الحالة البدنية - اللياقة البدنية	08
59	بعد الكفاءة الرياضية	09
59	بعد قيمة الذات البدنية	10
60	مستوى إدراك الذات ككل	11
61	معامل الارتباط البسيط بين مكونات الذات البدنية والتحصيل العملي لدى الطلاب	12
63	يوضح نتائج الانحدار الخطي المتعدد لبيان نسبة مساهمة مكونات إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي.	13
64	يوضح نتائج الانحدار الخطي البسيط لبيان نسبة مساهمة مكونات إدراك الذات البدنية مجتمعة في التحصيل العملي	14
66	مقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة	15

أثر إدراك الذات البدنية على التحصيل العملي لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

- دراسة ميدانية أجريت على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية "ولاية البويرة" -

*إشراف الدكتور:

- منصور نبيل

*إعداد الطالبتين:

- بانوح فطيمة.

- أملال إشراق.

ملخص البحث:

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر إدراك الذات البدنية على التحصيل العملي لدى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، حيث أجريت الدراسة على عينة عشوائية طبقية متمثلة في 46 طالب تم اختيارهم من المجتمع الأصلي البالغ 307 طالب، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي ومقياس إدراك الذات البدنية كأدوات للدراسة، كما تم استخدام برنامج SPSS لتحليل نتائج الدراسة.

وفي الأخير توصلنا إلى أن مستوى تقدير الذات البدنية لدى الطلاب مرتفع، بالإضافة وجود علاقة ارتباطية بين مكونات الذات البدنية والتحصيل العملي لدى الطلاب، أيضا أنه يمكن تحديد نسبة مساهمة إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى الطلاب، وعليه أوصت الباحثتان بضرورة تنفيذ برنامج إرشادي لرفع مستوى التحصيل العملي لدى الأفراد وتنمية تقدير الذات الايجابية لديهم.

الكلمات الدالة: إدراك الذات البدنية، التحصيل العملي، طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

مقدمة:

تصنف الدراسة من الناحية النفسية للرياضيين ضمن المواضيع الهامة التي شغلت الباحثين في المجال الرياضي حديثا كون الشخصية أحد أهم المميزات الرياضية وعامل مهم يتحكم في مسيراته ومن أهم مفاهيم المتعلقة بالشخصية مفهوم تقدير الرياضي لذاته والتحصيل العملي التي كانت العلاقة بينهما موضوع دراستنا.

تناول الباحثون مفهوم تقدير الذات البدنية ويطوابعه وبين السمات الأخرى، بل تعدى الأمر إلى أن أوضح بعض العلماء بعضا من الحقائق والفروض التي ترقى إلى مستوى النظرية وتقدير الذات مفهوم متعدد الأبعاد موجود بدرجات متفاوتة لدى الأفراد، وهو عنصر مهم يندرج ضمن مفهوم الذات، ويعكس مدى إحساس الفرد بقيمته وكفاءته، فعندما يكون للأفراد اتجاهات ايجابية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم مرتفعا، وعندما يكون لديهم اتجاهات سلبية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم منخفضا، وبعبارة أخرى فان تقدير الذات هو التقييم العام لحالة الفرد كما يدركها بنفسه هو.

يعد اختلاف الشخصية الفردية في المعيار الذي يميل الناس لاستعماله لتقدير الكفاءة والمنعكس على توجهاتهم لها مغزى عميق وارتباط وثيق في تقييم وتقدير الذات، بالنسبة للتوجه من اجل انجاز عمل وشعورنا بتقدير الذات المبني على هذه الرؤيا كلة يعتمد على الانجاز الذي يقاس حسب معايير نضعها لأنفسنا لان الشغل الشاغل للفرد الذي يملك توجه من اجل انجاز المهمة وتحسن في أداء عمله، وهكذا فان الحفاظ على تقدير عالي للذات ورؤيا ايجابية للكفاءة يكون أكثر سهولة لدى الأشخاص الذين يملكون توجه لانجاز مهمة وأكثر صعوبة لدى الأشخاص الذين يملكون توجه نحو إثبات الذات، بالمقابل رؤية الشخص الذي يملك نحو إثبات الذات للكفاءة وتقديره لذاته تعتمد على المقارنة بين أداء الشخص وأداء منافسيه، وهكذا لا يتحكم هذا الشخص في تقدير ذاته لان تقدير الذات عند الشخص الذي يتحكم فيه نزعة إثبات الذات بالإنجاز الذي يقاس بمعيار المقارنة مع الغير إذ فانه صعب بما كان المحافظة على الشعور بالكفاءة والتقدير العالي للذات لدى الأشخاص الذين يملكون توجهها عاليا لتحقيق الذات.

ومن المؤكد أن لكل فرد إدراكا عاما لشخصيته وإدراكا أكثر تحديدا مرتبطا بتقدير الذات فيما يخص من حوله، فمع التفاعل القائم بين مختلف أفراد المجتمع، فالتقييم الذي يضعه الآخرون للأفراد ووعيهم بهم قد يؤثر تأثيرا جوهريا بالتحصيل الدراسي عندهم، والتحصيل الدراسي يعتبر من أكثر المفاهيم التربوية

تركيباً أو تعقيداً نظراً لارتباطه بالعديد من المتغيرات الاجتماعية والشخصية خاصة تقدير الذات، كما أن التحصيل الدراسي يلعب دوراً هاماً في صنع الحياة اليومية للفرد والأسرة والمجتمع، فهو نتاج محسوس ومؤشر للنجاح أو الفشل بالنسبة للفرد في المهام التي يقوم بها.

فالتحصيل الدراسي وإمكانية التنبؤ به، من أهم المشكلات التي يوليها العاملون في ميدان التربية وعلم النفس.

وعمدنا في تقسيم هذا البحث إلى:

الفصل التمهيدي: يحتوي على الإطار العام للدراسة، وفي مستهله نجد إشكالية الدراسة وفرضياتها، تحديد المفاهيم، أهمية الدراسة وأهدافها، إضافة إلى تحديد أسباب اختيار موضوع الدراسة وإبراز الدراسات السابقة.

ويليه القسم الأول: ويتمثل في الجانب النظري مقسم إلى ثلاثة فصول :

المحور الأول: تقدير (إدراك) الذات البدنية.

المحور الثاني: التحصيل العملي.

المحور الثالث: التكوين في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

الفصل الثاني: تناولنا فيه الدراسات السابقة للدراسة.

الجانب التطبيقي: وقسم إلى فصلين:

الفصل الثالث: خصص للإجراءات المنهجية للدراسة.

الفصل الرابع: خصص لعرض ومناقشة الفرضيات وتحليلها.

ثم حاولنا أن نخلص إلى نتيجة عامة من هذه الدراسة.



مدخل عام
التعريف بالبحث

- الإشكالية:

يطرح مفهوم الذات إشكالية علم النفس كله من حيث علميته ، إذ دخل كمصطلح في مجالات كثيرة، وتناولته مدارس ونظريات متعددة بل في كثير من التناولات أصبح مركز اهتمام وجذب، تدور حوله كل ما له علاقة بالشخصية وما ينتج عنها من سلوك، هذه الاستعمالات المختلفة، والتوظيف المتعدد جعل مصطلح " مفهوم الذات " يحمل معاني كثيرة جعلته أحيانا يظهر وكأنه يوظف بصورة متناقضة وهذا كذلك ما دعمه محاولة ضبطه وقياسه بوسائل قياسية مختلفة ومتعددة، مما زاد عدم الاتفاق حوله أكثر فأكثر. ولعل هذه الاختلافات قد ترجع إلى اتساع مجال استعمال المفهوم (المجال العلاجي، المجال الأكاديمي، المجال الرياضي، مجال العمل والإنتاج، المجال التدريب، المجال الأسري... الخ)، وذلك لاحتوائه على تكوين ومحتوى يصعب الاتفاق حوله ، ومن ثم صعوبة التحكم فيه بالقياس والضبط (ميزاب ، 2013، ص 11).

تعد الحاجة إلى الشعور بتقدير الذات من أهم الحاجيات، حيث كلما تمتع الرياضي بثقة عالية بالنفس أستطاع أن يضع لنفسه أهداف تتناسب مع قدراته، فإن امتلاك الرياضي الثقة بالنفس يشعره بقوة ذاته و يكون أكثر فعالية في تصحيح أخطائه.

إن التحصيل العملي كأى متغير تابع يتأثر بمدى امتلاك الطالب للقدرات المختلفة كاللياقة البدنية، والمهارية، والخطئية، والنفسية إضافة إلى الإمكانيات الجسمية، وكل هذه القدرات تتداخل فيما بينها، فالبناء الجسمي يفرض نفسه في ممارسة الأنشطة الرياضية على صعيد البطولات أو الترويح أو التحصيل الأكاديمي، فالطالب في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية -على وجه الخصوص - لا يمكن أن يؤدي مختلف المهارات الرياضية للألعاب الفردية والفرقية بشكل جيد ما لم يمتلك جسما ملائما قدر الإمكان، إذ أن الفرد اللائق بدنيا يتفوق على الفرد غير اللائق بدنيا (العكام، 2005، ص7).

وبناءً على ما قد تلعبه الذات البدنية من دور في مستوى التحصيل العملي تتناول مشكلة هذا البحث الذات البدنية كمتغير نفسي من الممكن أن يعطي دعما داخليا لقدرة الفرد البدنية وبالتالي يؤثر على مستوى التحصيل العملي لدى الطلاب، ومن هذا المنطلق نرى أهمية الإجابة على التساؤل العام لدراستنا: - هل لإدراك الذات البدنية أثر في التحصيل العملي للطلاب؟.

التساؤلات الجزئية:

- 1- ما مستوى الذات البدنية لدى الطلاب ؟
- 2- هل توجد علاقة إرتباطية بين إدراك الذات البدنية والتحصيل العملي لدى الطلاب ؟
- 3- هل يمكن تحديد نسبة مساهمة إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى الطلاب ؟

2- الفرضيات:**1-2- الفرضية العامة:**

- لإدراك الذات البدنية أثر في التحصيل العملي للطلاب.

2-2- الفرضيات الجزئية:

2-2-1- مستوى الذات لدى الطلاب مرتفع.

2-2-2- توجد علاقة إرتباطية بين إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى الطلاب.

2-2-3- يمكن تحديد نسبة مساهمة إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى الطلاب.

3- الأهداف:

الهدف الرئيسي من هذا البحث هو التعرف على إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي للطلاب،

وذلك من خلال:

- التعرف على مستوى إدراك الذات البدنية لدى الطلاب.
- إيجاد العلاقة الإرتباطية بين إدراك الذات البدنية والتحصيل العملي لدى الطلاب.
- التعرف على نسبة مساهمة إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى الطلاب.

4- أسباب اختيار الموضوع:**1-4- أسباب ذاتية:**

وهذا لرغبة ذاتية لنا في التعمق والبحث في موضوع يهم اختصاصنا وكذا مستقبلنا البحثي والمهني كون موضوع إدراك الذات البدنية والتحصيل العملي أصبح لهما تأثير كبير في بناء شخصية الرياضي محاولين من خلال بحثنا إيجاد طرق وحلول تثبيت الذات البدنية للمتعلم وتحقيق تحصيل عملي أفضل.

2-4- أسباب موضوعية:

- حداثة الموضوع بحيث لم يتم العثور في حدود اطلاعنا على موضوع مطابق له مسبقا في البيئة الجزائرية (ونقصد بذلك ارتباط إدراك الذات البدنية بالتحصيل العملي للطلاب).

5- أهمية الدراسة:

* أهمية نظرية (العلمية):

- توضيح العلاقة الموجودة بين مفهوم إدراك الذات البدنية والتحصيل العملي.
- تحديد طبيعة مفهوم التحصيل العملي للطلاب.
- تقديم إضافة جديدة لدراسة مفهوم إدراك الذات البدنية والتحصيل العملي.
- تحديد مفهوم طبيعة الذات البدنية لدى الطلبة.

* أهمية عملية (تطبيقية):

- التأكد من دور وتأثير إدراك الذات البدنية في تحقيق التحصيل العملي.
- الفهم الصحيح لكل مستويات إدراك الذات البدنية والتحصيل العملي.
- تقديم إرشادات وتوجيهات للأساتذة فيما يخص مفهوم الذات البدنية والتحصيل العملي.

6- تحديد المصطلحات:

6-1- تقدير الذات:

6-1-1- التعريف النظري:

* لغة: هي مفهوم يشير لقيمة وهي ترجمة لمصطلح انجليزي Estimate وتعني إعطاء قيمة لشيء ما ليتطور المفهوم ليصبح self-estem وتعني أن يمنح الشخص لنفسه قيمة ذات ايجابية تنعكس في تقبله لذاته و تعامله مع الآخرين (السعد، 2004، ص15).

* اصطلاحاً: يعتبر مفهوم تقدير الذات متغيراً هاماً من المتغيرات النفسية و التي لا يمكن الاستغناء عليها في الشخصية أو السلوك الإنساني وهو يعين المفهوم الذي يكون الفرد عن نفسه فكلمة الذات تشير إلى عواطف و نزوات شخصية، يعرفه كوبر سميت بأنه مجموعة الاتجاهات و المعتقدات التي يعتمد عليها الفرد عندما يواجهه العالم المحيط به وهي تشمل معتقدات توقع النجاح والفشل ودرجة الجهد المبذول ومن هنا فن تقدير الذات يعطي تجهيزاً عقلياً يجد الشخص للاستجابة طبقاً لتوقعات النجاح والقبول (الجمعية المصرية للدراسات النفسية، 1987، ص146).

6-1-2- التعريف الإجرائي: هو بناء النظرية حول تقدير الذات يتمثل في مبدأ أساسي وهو وجود أشخاص يتمتعون بتقدير ذات المرتفعة مقابل آخرين لديهم تقدير منخفض بالإضافة إلى ذلك التقدير المتوسط للذات.

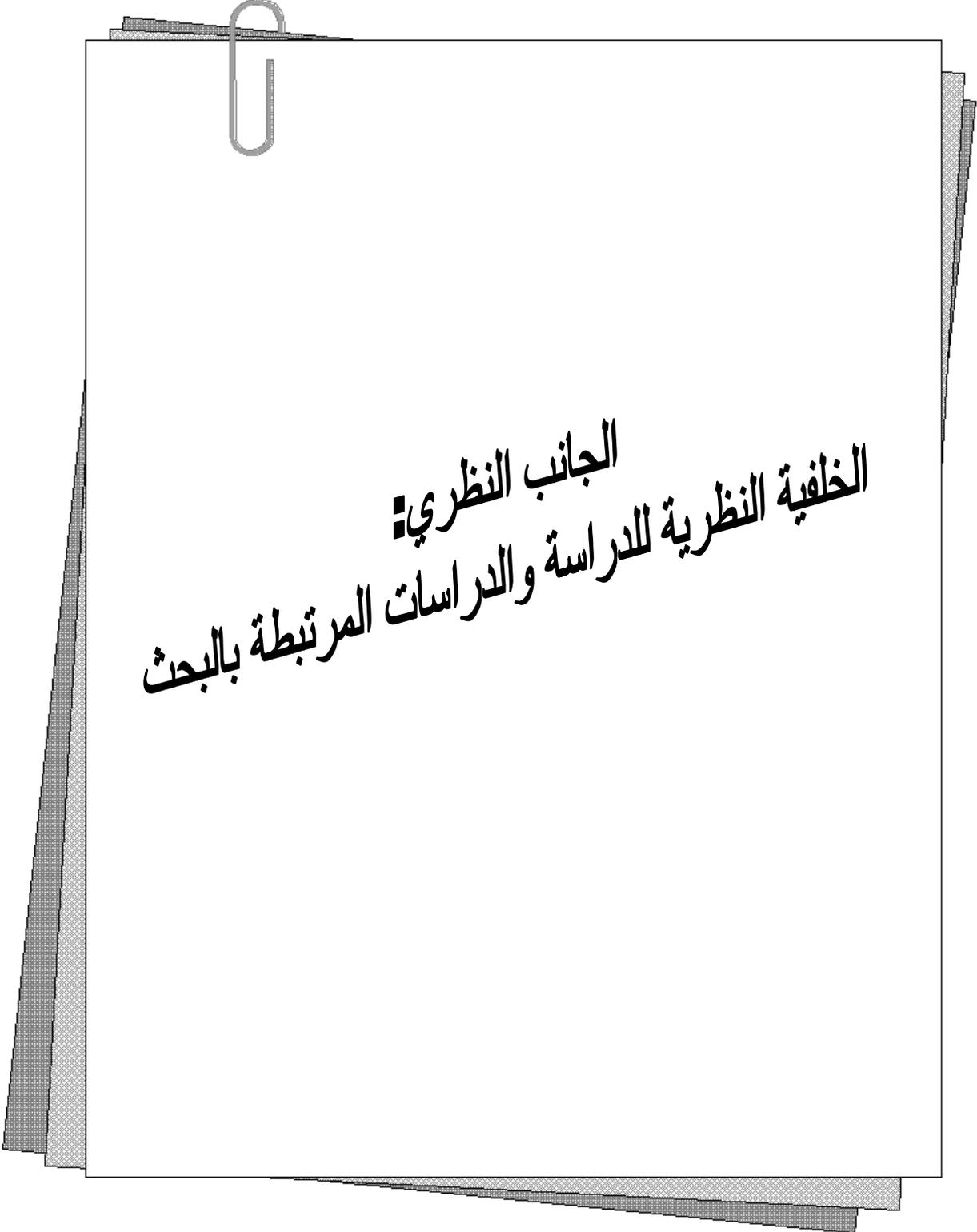
6-2- التحصيل الدراسي:

6-2-1- هو ظاهرة متعددة التغيرات يرتبط بها عدد كبير من العوامل بعضها عقلية معرفية وأخرى دافعية وانفعالية وغيرها من مكونات الشخصية، بالإضافة إلى ذلك يتأثر التحصيل الدراسي بالمتغيرات الاجتماعية والثقافية التي تتعلق بالبيئة (المدرسية والأسرية) التي يعيش فيها الطالب (الجلالي، 2016، ص22).

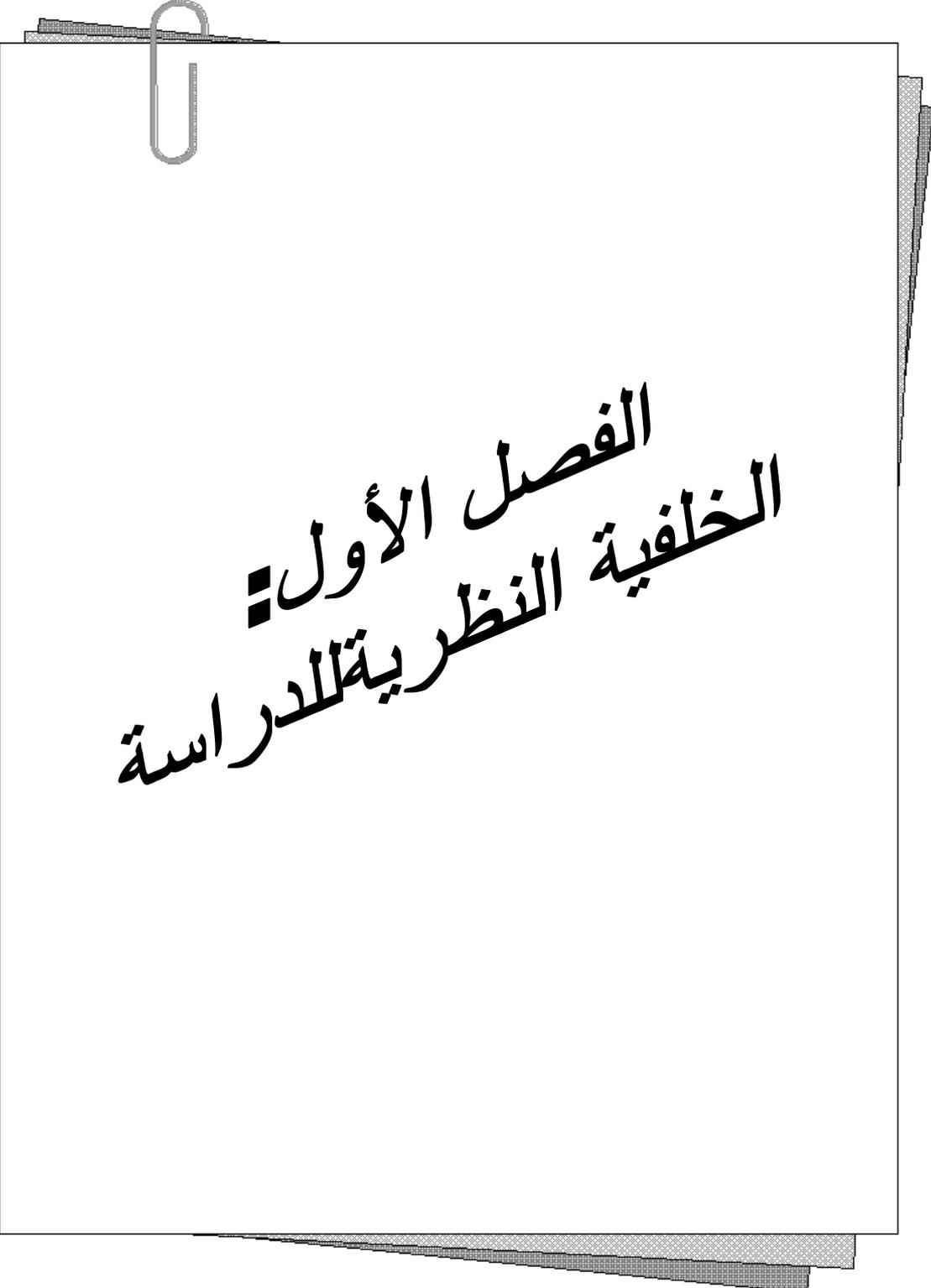
6-2-2- **التعريف الإجرائي للتحصيل العملي:** هي الدرجة التي يتحصل عليها الطالب في مقياس كرة اليد.

6-3 معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية:

هو مؤسسة تعليمية تابعة لجامعة البويرة آكلي محند أولحاج، تسهر على التكوين في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية للطلبة الحاصلين على شهادة البكالوريا في الأطوار الثلاثة ليسانس- ماستر - دكتوراه، وفق النظام الجديد (ل.م.د) من خلال تقديم عروض التكوين ذات الصلة بأهداف التكوين وخصوصياته.



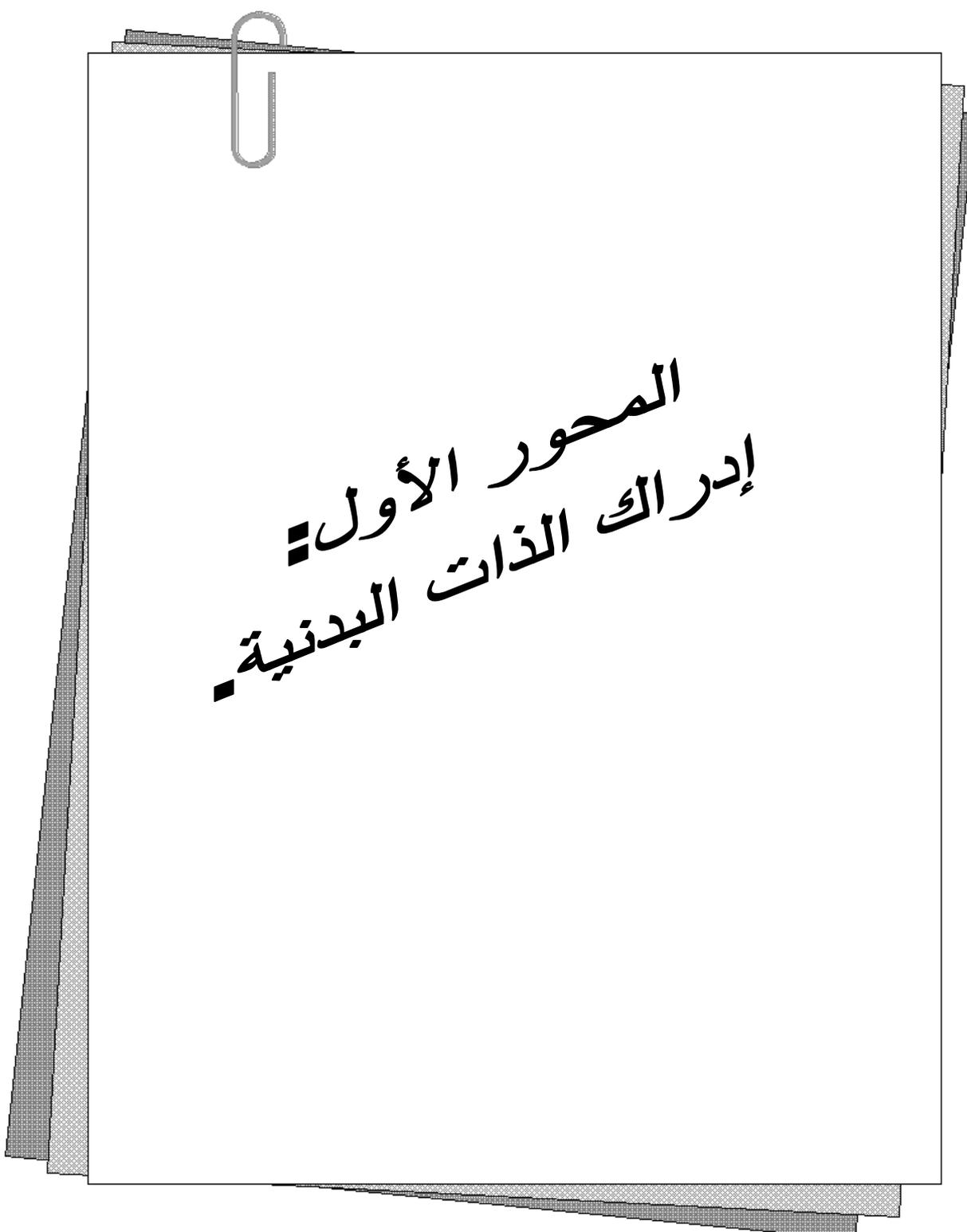
الجانب النظري:
الخلفية النظرية للدراسة والدراسات المرتبطة بالبحث



الفصل الأول =
الخلفية النظرية للدراسة

تمهيد:

تم تخصيص هذا الفصل إلى التطرق إلى ثلاث محاور أساسية، حيث تضمن المحور الأول إدراك الذات البدنية التي تعتبر وظيفة يمارسها الإنسان في شتى المراحل العمرية، كل مرحلة بما يناسبها، وتجتمع كلها في مفهوم واحد هو أن الإنسان يقوم بالوظائف الملائمة لقدراته واستعداداته ويمارس الأدوار المناسبة له ، وينتج عن ذلك الشعور بالقيمة والاهمية أو مايسمى تحقيق الذات حيث تناولنا فيه مفهوم الذات، وتعريفها، إدراك الذات والفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات وخصائصها، أقسامها ومستوياتها، كما تناولنا مفهوم الذات في المجال الرياضي بأبعادها، ونظريات تقدير الذات ، أما المحور الثاني فيضم التحصيل العملي (الدراسي) الذي يعتبر من أكثر المفاهيم تناولا والذي يشير مفهومه العام إلى مقدار المعلومات التي يتحصل عليها الطالب خلال دراسته ولا يكون هذا ماثرا إلا إذا كان عن دراسة مخصصة لقدرات واستعدادات كل طالب من طرف المسؤولين عن التوجيه بحيث سنتطرق في هذا المحور إلى تعريف التحصيل الدراسي، أنواعه، وعلاقة ممارسة الرياضة به وأهميته، كما تطرقنا إلى مفهوم التربية العملية وتعريفها، ومفهوم التحصيل العملي، أما المحور الثالث فقد خصص للحديث عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية والذي سنتناول فيه تعريف نبذة تاريخية، الكفاءات في التربية البدنية، نظرة تحليلية في برنامج التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية، مراحل التكوين وأهميته، تقديم معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة



المحور الأول:
إدراك الذات البدنية.

1- مفهوم الذات:

هي أن يندفع الداعي لِنمط من الأعمال، يحقق فيه أما نموا لذاته فيقربها إلى الله أو لدعوته فيكسبها رصيذا من الأتباع أو أن يجلب لها ما فيها إبداع وانتقاء وكل ذلك بدون تكليف أو متابعة من أحد. أو هو تكوين معرفي منظم . متعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات بيلوره الفرد ويعتبر تعريفا ذاتيا لنفسه (الناطور، سنة 2011، ص16).

2- تعريف مفهوم الذات:

1-2 التعريف اللغوي: الذات مأخوذة من ذات الشيء وهي مؤنث ذو، وذات الشيء نفس الشيء أو عينه وهي الذات مرادفه Soi بالفرنسية وSelf بالإنجليزية.

2-2 التعريف الاصطلاحي: ظهر بداية استعمال المصطلح في الديانات القديمة ثم مر بالمرحلة الفلسفية على غرار الكثير من المعارف النفسية، ثم دخل استعماله على يد وليام جيمس William James 1980 فحدده إجرائيا في ما سماه بالذات التجريبية Empirical Self، (ميزاب، سنة 2013، ص54).

-مما سبق يمكن القول أن مفهوم الذات هو الشخص كما يرى نفسه وما لديه من قدرات واستعدادات. وللذات عدة أبعاد تحيط بالفرد من النواحي جميعها وهي:

***الذات الجسمية:** أي فكرة الفرد عن جسمه وصحته ومظهره الخارجي وحالته الجنسية.

***الذات الشخصية:** وهي إحساس الفرد بقيمته الشخصية وتقديره لمزاياه مهاراته الخاصة.

***الذات الأسرية:** وهي فكرة الفرد عن نفسه بصفته عضوا في الأسرة ومدى تكيفه معها والتزامه بها.

***الذات الأخلاقية:** وهي فكرة الفرد عن أخلاقه والتزامه بالقيم الأخلاقية ورضاه عن إيمانه بمعتقداته وأفعاله.

***الذات الاجتماعية:** هي فكرة الفرد عن نفسه من خلال علاقته بالآخرين ومكانته بينهم ودوره في التفاعل معهم (الحموي، 2010، ص18).

3- إدراك الذات:

لقد أوضح محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان بأن شعور الفرد نحو جسمه يرتبط بثقته بنفسه وفي طريقة تعامله مع البيئة المحيطة به ومن ناحية أخرى فإن الأفراد الذين لديهم اتجاهات أو تصورات ايجابية نحو أجسامهم يتمتعون بدرجة مرتفعة لتقديرهم لذواتهم و بذلك فإنهم سيكونوا أكثر اجتماعية وألفة من الآخرين وأكثر ذكاء، وأكثر قدرة على تحمل المسؤولية وذلك عكس الأفراد الذين لديهم صورة سلبية عن أجسامهم.

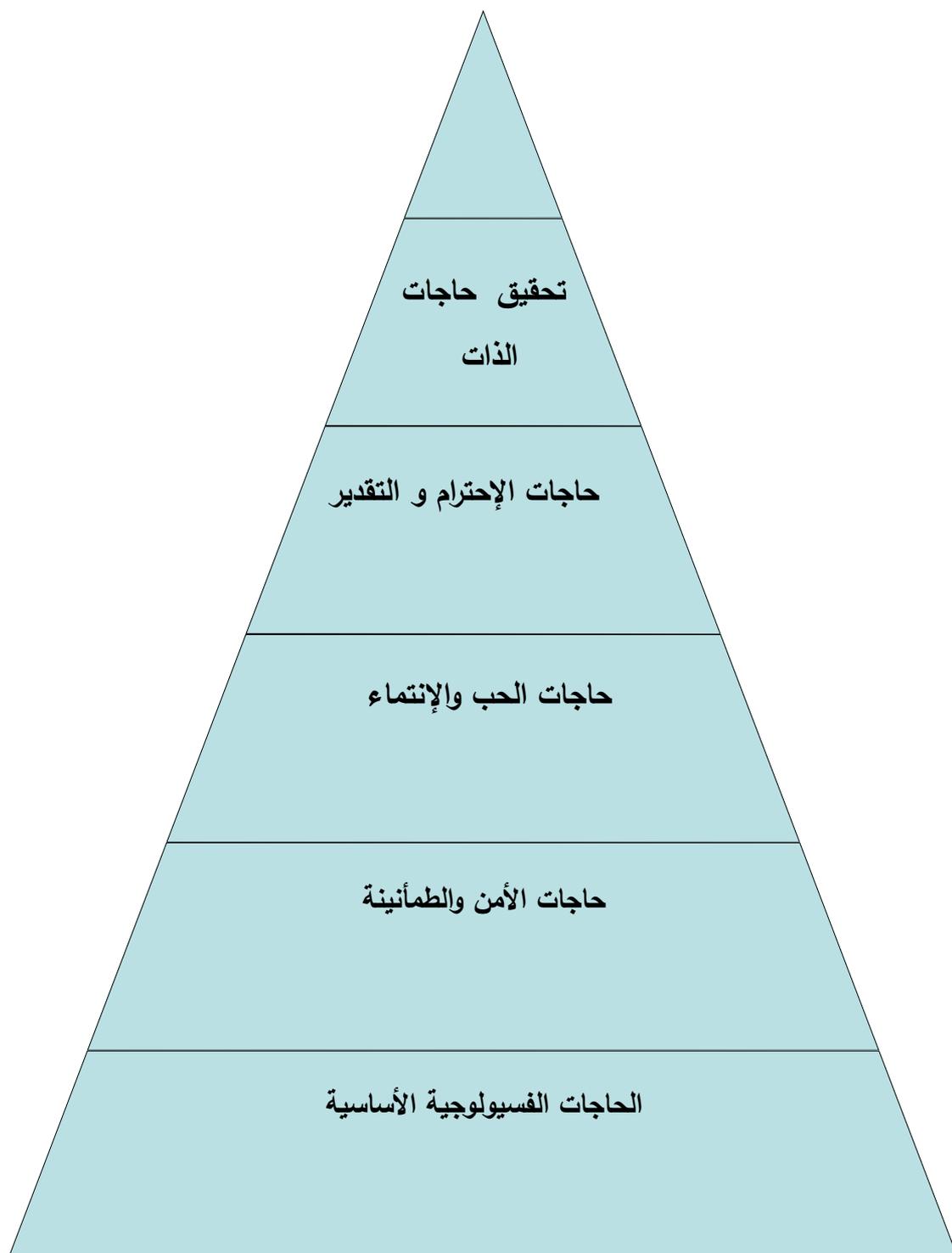
كما أكدت دراسات مثل دراسة فليكر أن اختلاف في التكوين الجسماني يصاحبه اختلاف في مفهوم الذات (بليول، 2009، 2008، ص27).

4- الفرق بين مفهوم الذات و تقدير الذات (إدراك الذات):

هناك الكثير ممن يخلط بين مفهوم الذات وتقدير الذات، وللتفرقة بينهما يوضح " كوبر سميث" أن مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وأرائه عن نفسه، بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يضعه، وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتباره لذاته، ولهذا فإن تقدير الذات يعبر عنه اتجاه القبول أو الرفض، ويشير إلى معتقدات الفرد اتجاه ذاته.

وباختصار يكون تقدير الذات هو الحكم، على مدة صلاحيته، معبرا عنها بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته، فهو خبرة ذاتية ينقلها للآخرين عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر. ونستنتج مما سبق أن هناك فرقا بين مفهوم الذات وتقدير الذات فمفهوم الذات هو التعريف الذي يضعه الفرد لذاته أو الفكرة التي يكونها الفرد عن ذاته، أما تقدير الذات فهو التقييم الذي يضعه الفرد لذاته بما فيها من صفات (بونسي ، سنة 2012، 2011، ص79، 77).

- فتقدير الشخص لذاته نابع عن حاجات أساسية من حاجات الإنسان أشار إليها العديد من النظريات في مجال علم النفس من أمثال "ماسلو" حيث نظم الاحتياجات على شكل هرم للوصول إلى تحقيق الذات الواقع في قمة الهرم، فحسب ماسلو اعتبر أن إشباع الحاجات الأساسية الفيزيولوجية مثل النوم، المأكل، للشعور الأشخاص بالأمان ولانتماء والشعور بتقدير ذاته فهو بالتالي تحقيق الذات فالتنظيم الهرمي للحاجات "لماسلو" يقوم على أساس أن الحاجيات الدنيا يجب إشباعها قل إشباع الحاجات الأعلى والذي سمي بمبدأ التصاعد الهرمي للفعالية والذي ترتب فيه الحاجات الأساسية حسب أولويتها وإلحاحها وقد رتب ماسلو هذه الحاجات كما هي في الشكل التالي:



شكل رقم(01):هرم الحاجات لماسلو

5- خصائص تقدير الذات (إدراك الذات):

إن الأفراد ذوي الشعور الجيد اتجاه أنفسهم هم أكثر استعدادا للتصرف بشكل جيد ويرون أنفسهم بشكل واقعي وقادرون على التعرف على مواضع قوتهم، والاعتراف بمواضع ضعفهم ومن خصائص تقدير الذات ما يلي:

1- **تقدير الذات إدراك:** حيث يمثل إدراك الفرد لكفاءة ذاته وقيمتها بناء على الأفكار والمعارف و المعتقدات والمدرجات الداخلية والرسائل التي تنقل إليه من قبل الأفراد المهمين في حياته، فضلا عن إنجازاته الشخصية في شتى جوانب الحياة.

2- **تقدير الذات سيمة متغيرة :** يتأثر بالمؤثرات الداخلية والخارجية، ويتنوع تقدير الذات تبعا للمواقف و الأوقات وقد يتنوع يوما من خلال التجارب والخبرات والمشاعر السارة وغير السارة.

3- **تعدد أبعاد تقدير الذات :** بمعنى أن مشاعر كفاءة الذات وقيمتها تتبع من الكفاءات المتنوعة.

وهناك على الأقل ثلاثة أبعاد مميزة لتقدير الذات هي: المظهر الجسمي (صورة الجسم المدركة كالمظهر أو القدرات البدنية). وأداء المهام (تقدير الذات في مجال الإنجاز كالإنجاز في العمل و التعلم) والعلاقات الاجتماعية كالعلاقة بأفراد الأسرة والعلاقة بالأفراد المهمين في حياتنا (تقدير الذات الاجتماعية).

4- يظهر تقدير الذات في الطريقة التي نتصرف ونتحدث ونرتدي بها ملابسنا وان كل جانب من جوانب حياتنا يتأثر بدرجة ثقتنا وتقديرنا لذاتنا حيث:

- يسيطر تقديرنا لذاتنا على تفكيرنا وسلوكنا.

- يؤثر تقديرنا لذاتنا على استقرارنا ونزاهتنا وإبداعنا.

- يؤثر تقديرنا لذاتنا على نوعية الأصدقاء الذين نخترهم، ونجاحنا الدراسي، وعلاقتنا، ونوع الوظائف التي نخترها، واختيارنا لشريك حياتنا. وجدير بان لا يغيب عن أذهاننا أن السلوك يتشكل وفقا للطريقة التي يدرك بها الفرد نفسه ثم عن طريق هذا الإدراك يكون إدراكه للعالم الذي يعيش فيه (الفرحاتي، 2012، ص171).

6- أقسام تقدير الذات ومستوياته (إدراك الذات):

6-1 **التقدير الذاتي المكتسب:** هو التقدير الذي يكتسبه الشخص خلال إنجازاته فيحصل الرضا بقدر ما حقق من نجاحات، فهنا بناء تقدير الذات متوقف على ما يحصله من إنجازات.

6-2 **التقدير الذاتي الشامل:** يعود إلى الحس بالافتخار بالذات فليس مبنياً أساساً على مهارة محددة أو إنجازات معينة، فهو يعني أن الأشخاص الذين أخفقوا في حياتهم العملية لا يزالون ينعمون بدفء التقدير الذاتي العام، حتى وإن أغلق في وجوههم باب الاكتساب.

والاختلاف أساسي بين المكتسب و الشامل يكمن في التحصيل و الإنجاز الأكاديمي، ففكرة التقدير الذاتي المكتسب تقول: إن التقدير الذاتي يكون أولاً ثم يتبعه التحصيل و الإنجاز.

و يعتبر اندري ليلورد **Andree LeLord** بأن معرفة مستوى تقدير الذات من خلال توزيع درجته بين المنخفض والعالي غير كافي لتفسير مجموع ردود فعل الفرد.

لذلك ينبغي علينا أن نأخذ بعين الاعتبار درجة المواجهة لإحداث الحياة اليومية، وذلك لأن تقدير الذات هو أداة التقلبات وعدم الاستقرار، يستنتجان أربعة أنماط من تقدير الذات وهي:

* تقدير الذات العالي والثابت.

* تقدير الذات العالي وغير المستقر.

* تقدير الذات المنخفض والثابت.

* تقدير الذات المنخفض وغير المستقر.

7- السمات العامة لذوي تقدير الذات المنخفض:

- احتقار الذات.

- الشعور بالذنب دائماً، حتى ولو لم يكن هناك علاقة بالخطأ.

- الاعتذار المستمر عن كل شيء.

- الاعتقاد بعدم الاستحقاق لهذه المكانة أو العمل وإن كان الآخرون يرون ذلك.

- عدم الشعور بالكفاية في الأدوار والوظائف.

- الميل إلى سحب أو تعديل آرائهم خوفا من سخرية ورفض الآخرين.

- الشعور بالغربة عن العالم.

- التشاؤم و النظرة السلبية للمستقبل.

8- السمات العامة لذوي تقدير الذات المرتفع:

- سرعة الاندماج و الانتماء في أي مكان كانوا.

- الكفاية الذاتية.

- الشعور بالقيمة الذاتية.

- القدرة على مواجهة التحدي.

- القدرة على السيطرة على أنفسهم والتحكم بقرارات حياتهم.

- السعادة و الرضا بحياتهم.

- الأكثر نشاطا وإنتاجية.

- التفاؤل والواقعية.

- القوة في مواجهة عثرات النفس.

- قوة التحكم في المشاعر.

- الاستجابة المستمرة للتحديات (سعيد، 2015، 2014، ص9-11).

9- مفهوم الذات في المجال الرياضي:

إن من أهم الدوافع البشرية دافع الاعتبار فما من إنسان إلا ويهمه أن يكون له اعتباره الشخصي بين الأفراد كما لا يهدئ الفرد حتى يكون محترما في أعين الناس ودراسة الجانب النفسي تعد أهمية خاصة لكل نشاط ومنها الرياضي إذ يعبر عنه من خلال قوة الإرادة وتحمل المسؤولية والسيطرة والثقة بالنفس فالكشف عن السمات المميزة للرياضي والتعرف على الإيجابي والسلبي منها يفيدني تطور مستوى الأداء مما يؤثر في الإنجاز والتفوق.

وبشير فانيك وكرافي إلا أن تطوير الأداء المهاري يعتمد الآن على زيادة الاهتمام بالجوانب النفسية ويعد مفهوم الذات اتجاها يعكس فكرة الفرد عن نفسه وخبرته الشخصية أي عملية يدرك الفرد من خلالها حقائق شخصية ويستجيب لها على نحو انفعالي، وأن تقييم الفرد لذاته يعد قيمة كبيرة في الصراع من أجل الإنجاز والتفوق.

حيث يرى حسين حسن (1998) أن مفهوم الذات في المجال الرياضي هو ما يكونه الرياضي من صورة عن نفسه من خلال ما يؤديه من مهارات رياضية مختلفة يعدها مصدرا للتأثير في البيئة والمحيط.

يعد مفهوم الذات من المفاهيم النفسية المهمة لكل شخص يبذل المزيد من كل جهد من أجل ذاته، و غالبا فإن المدربين الأكفاء يسعون إلى تدعيم قيمة الذات لدى الرياضيين اقتناعا منهم بأن قيمة الرياضي لذاته هي مفتاح الدافعية وتزداد الدافعية نحو الإنجاز بزيادة هذه القيمة، وأن الثقة بالنفس تعد بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته، كما أن الخبرات الرياضية المذكورة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس لدى النشء الصغير فهؤلاء الذين لديهم خبرات نجاح مبكرة يكون أكثر ثقة بأنفسهم، يشعرون بالمزيد من قيمتهم ويصبحون أكثر دافعية لمواصلة التفوق وفي المقابل فإن هؤلاء الذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون أقل ثقة بأنفسهم ويشعرون بقيمة أقل لأنفسهم.

إن أغلب اللاعبين يميلون إلى تقدير قيمة لأنفسهم وشخصيتهم من خلال مستوى أدائهم الرياضي، فهم يحددون قيمة أنفسهم بقدر تحسن أدائهم الرياضي، هنا يجب التأكيد على أهمية أن يتعرف اللاعب على نواحي الخطأ في الأداء، فأحيانا يتم الربط بين الأخطاء المرتبطة بمستوى أداء الرياضي باعتباره نوعا من التقليل الموجه لشخصيته ولذاته ومن ثم ينقص ذلك من قيمته لنفسه، وأن هدف قبول الذات يأتي بعد أن تحدد الهدف الحلم والواقعي البعيد تقول لنفسك" لو تحقق كل ما تمنيته ولو بذلك كل ما يمكن من جهد، فقد لبيت كل متطلبات الحصول على الميدالية الذهبية التي حلمت بها لأكثر من 4 سنوات، لكني خسرت في السباق، في هذه الحالة سأقبل بهذه الخسارة و لن ألوم نفسي و لن أشعر بأني فاشل، بل سأقبل ذاتي لأن الذين فازوا لا بد أنهم تدربوا أحسن مني ومن مؤهلاتهم كانت أكبر من مؤهلاتي.

10- أبعاد مفهوم الذات: تعتبر فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيتها، كما أنه عامل أساسي في تكيفه الشخصي و الاجتماعي حيث يقسم إلى ثلاثة أبعاد:

10-1 الذات الواقعية: هي الفكرة التي يأخذها الفرد من قدراته و إمكانياته، فقد تكون لديه صورة عن ذاته كشخص له كيان، ذي قدرة على التعلم وقوة جسمية، ويايجاز فإنه شخص كفء للنجاح وعلى العكس من ذلك قد يكون لدى الفرد تصوره بأنه عاجز أو فاشل، أو أنه قليل الأهمية وضعيف القدرات وبأن فرص النجاح أمامه ضئيلة.

10-2 الذات الاجتماعية: تتعلق بفكرة الفرد عن نفسه وفي علاقته بغيره من الناس، فقد يرى في نفسه شخصا مرغوب فيه أو أنه منبوذ من طرف الآخرين، وقد يرى أن قيمه و اتجاهاتهم من الأسباب التي تجعل الآخرين ينظرون إليه بعدم ثقة أو ينظر إليه بعدم احترام، إذ تؤثر الطريقة التي ينظر بها الناس إليه على نفسه لأن صورة كل فرد عن ذاته تتكون من خلال نظرة الآخرين إليه.

10-3 الذات المثالية: هي نظرة الفرد إلى ذاته كما يجب أن تكون، وهذه النظرة تختلف عن الصورة التي يرى فيها نفسه بالفعل، محبوبا أو منبوذا، كفوئا أو غير كفاء، نجد كل فرد يتخيل نفسه في أعماق ذاته، فتكون له مثله العليا، قيمه، مستويات طموحه التي يرغب في تحقيقها، وكلما صغر الاختلاف بين الطريقة الفعلية التي ينظر بها لنفسه والنظرة المثالية التي يتمناها ازدادت في النضج وأصبح من المحتمل لهذه الصورة أن تتحقق وحينئذ يمكن القول بأنه منقبل لذاته كإنسان ولديه ثقة بنفسه. (بوزديلة، 2016-2017، ص11-12).

11- نظريات تقدير الذات (إدراك الذات): من أهم النظريات التي تناولت تقدير الذات:

11-1 النظرية المعرفية: يرى أنصار هذا الاتجاه أن الذات عنصر ديناميكي للسياقات المعرفية للفرد وليست مقتصرة على كونها متغيرا للشخصية تسمح بالضبط الداخلي لسلوكيات الفرد، وفي هذا السياق اعتبر "روزنبرغ" أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه وطرح فكرة أن الفرد يكون اتجاها نحو كل الموضوعات التي يتعامل معها والذات أحد هذه الموضوعات.

11-2 النظرية السلوكية: يعتبر حيز الذات ضيقا في هذه النظرية، فهي تعتمد على عنصر مثير، استجابة نظر لاعتمادها على التجريب و اقتباس لتحديد المتغيرات المؤثرة على السلوك، ويؤكد "اليس" ELLIS أن أساليب التفكير الخاطئة و السلبية عن الذات تؤثر في سلوك الفرد تأثيرا سلبيا فإذا كان نسق التفكير واقعيًا و النظرة موضوعية فإن النتائج تكون تقديرا مرتفعا للذات.

11-3 النظرية التحليلية: ظهر مفهوم الذات في هذا التيار انطلاقا من النظرية الكلاسيكية "فرويد"، حيث اعتبر نشأة الذات نتيجة لتفاعل الدوافع الغريزية البيولوجية الممثلة في الهو مع الأنا والتقدير الذات المرتفع ما هو إلا توافق بين الأنا الأعلى والأنا مما يحقق التوازن وأي خلل في تقدير الذات يكون بسبب سوء العلاقة بين الأنا الأعلى والأنا مما يؤدي إلى ظهور المرض النفسي.

11-4 النظرية الاجتماعية: تركز هذه النظرية على مبدأ التفاعل الاجتماعي فالفرد يدرك ذاته وأهميتها من خلال خبراته الاجتماعية وردود الأفعال المحيطين به وكيفية ادراكه لها.

- مما سبق عرضه من نظريات مفسرة لتقدير الذات نلمس أن الاختلاف في تفسيره في كل نظرية لا يتعارض مع نضرتها، فالتوجه المعتمد للنظرية المعرفية يصنف تقدير الذات على أنه مدركات معرفية

يكونها الفرد، بينما تحصر النظرية السلوكية المفهوم في مبدأ مثير، استجابة وهذا لطبيعتها التجريبية، بينما تعتمد النظرية التحليلية على نقاط قوتها الثلاث: الأنا- الأنا الأعلى- الهو والتفاعل بينهما (نيكية، سنة 2017، ص 222-223).



المحور الثاني =
التحصيل العملي

1- تعريف التحصيل الدراسي :

يعتبر التحصيل الدراسي من المفاهيم الهامة والأكثر تداولاً واستخداماً في المجال التربوي ، وعولجت من طرف العديد من العلماء وما تجدر الإشارة إليه هو أن المصطلح يختلف تحديده باختلاف الاتجاهات والآراء وهذه مجموعة من التعاريف الخاصة بهذا المصطلح :

- **تعريف عبد الرحمان العسري:** "التحليل الدراسي هو مقدار المعرفة والمهارات التي يكتسبها الفرد نتيجة التدريب و المرور بخبرات سابقة ."

- **تعريف بول باروت :** "التحصيل الدراسي هو العلاقات الموجودة بين محتوى المعلومات المكتوبة و بين الوقت المستعمل لهذه الإكتسابات من طرف التلميذ ."

- **تعريف ابراهيم عبد المحسن الكناي :** "الذي يرى أن التحصيل الدراسي هو كل أداء يقوم به الطالب في الموضوعات المدرسي و الذي يمكن إخضاعه للقياس عن طريق درجات اختيار المدرسين أو كليهما".

- **أما الباحث جابلن :** "فحدد مفهوم التحصيل الدراسي بقوله هو مستوى محدد من الأداء والكفاءة في العمل الدراسي كما يقيم من قبل المعلمين أو عن طريق الاختبارات المقننة أو كليهما". (آيت قاسي ، السنة 2011-2012 ص6) .

2- أنواع التحصيل الدراسي:

للتحصيل الدراسي نوعين:

- تحصيل دراسي جيد، تحصيل دراسي ضعيف.

1-2 التحصيل الدراسي الجيد : هو عبارة عن سلوك يعبر عن تجاوز أداء الفرد للمستوى المتوقع منه في ضوء قدرته و استعداداته الخاصة أي أنه يستطيع أن يحقق مستويات تحصيلية مدرسية تتجاوز زملائه في العمر العقلي أو الزمني .

2-2 التحصيل الدراسي الضعيف: حيث أن التلميذ يتأخر تحصيله الدراسي بشكل واضح ، على الرغم من أن إمكانياته العقلية تأهله إلى ان يكون أفضل من ذلك ، وتأخر التلميذ دراسيا لا يرجع فقط إلى نقص قدراته و استعداداته ، و إنما يرجع إلى عوامل أخرى بيئية أو ثقافية الخ (عموش ، السنة 2015-2016 ص31،32).

3- علاقة ممارسة الرياضة بالتحصيل الدراسي :

إن ممارسة الرياضة لها تأثير على قدرات العقلية للتلميذ انطلاقاً من هذا فإنها تلعب دوراً هاماً في عملية التحصيل الدراسي.

فالممارسة الرياضية تعطي العقل طاقة و تركيز كبيرين و هذا ما يؤثر ايجابيا على التحصيل الدراسي ، حيث اللياقة البدنية تعد من العوامل الهامة التي لها دور كبير في تحقيق التقدم ، حيث للتمارين البدنية و الرياضية لها تأثير على القدرات العقلية للطالب فإنها بدون شك تجاهم في عملية التحصيل الدراسي كما لها دور في حماية الفرد من الأمراض والمشاكل الصحية مثل السمنة ، صعوبة التنفس إلى غير ذلك . وهذا ما يعطيه قوة زائدة لان جسمه في حالة جيدة و التوجه إلى تنمية قدراته العقلية ، حيث يقال العقل السليم في الجسم السليم ، كما لا ننسى أيضا مدى مساهمة النوادي الرياضية في عملية التحصيل الدراسي و هذا من خلال تقدمه للطالب المنخرط من مهارات وتقنيات وخطط تؤثر على استعداداته العقلية وتنمي لديه روح الفوز والتقدم والتنافس بين الزملاء ، مما يعود بالإيجاب على الاضطرابات النفسية للطالب و ذلك لتهيئة التكيف مع المحيط وتحقيق النتائج المدرسية و اكتساب المعارف (يحيوي، 2011،2012،ص31).

*قياس التحصيل في التربية البدنية والرياضية:

يشير التحصيل في التربية البدنية والرياضية إلى اكتساب الطالب أو اللاعب لخبرات جديدة و تعلمه مهارات حركية غير التي تعلمها من قبل، وفي ضوء نتائج عمليات القياس والاختبار يمكن للتلميذ أو اللاعب التعرف على مدى تحصيله في فترة زمنية معينة أو محدودة، وهل وصل إلى مستوى أقل مما يجب الوصول إليه أو انه حقق مستوى متواضع في الوقت المحدد أو انه حقق المستوى المنشود، فالقياس أو الاختبار يشير إلى محاولة التعرف على مدى تحصيل الطالب أو اللاعب كدلالة على زيادة الاستيعاب في جانب معين من جوانب عملية التعلم أو التدريب، وكدلالة على فاعلية أو عدم فاعلية البرنامج الدراسي أو وحدات تعليمية معينة، ومن أمثلة ذلك قيام المربي الرياضي أو المدرب الرياضي بقياس واختبار بعض المهارات الحركية أو القدرات البدنية أو الوظائف الفيزيولوجية للطالب أو اللاعبين قبل برامج تعليمية معينة أو وحدات تدريبية معينة.

ثم يقوم بإعادة القياس أو الإختبار بعد الانتهاء من هذه البرامج التعليمية أو الوحدات التدريبية لمحاولة التعرف على نتائج تحصيل الطالب أو اللاعبين كنتائج مباشرة. فالتحسن والفرق في أداء من فترة زمنية معينة بالاطافة إلى مدى فعاليتها مع البرنامج الرياضي، فنتيجة الاختبار مؤشراً دقيقاً.(رحماني، 2012-2013،ص31).

4- أهمية التحصيل الدراسي:

يعد التحصيل الدراسي ذو أهمية كبيرة في العملية التعليمية التربوية كونه من أهم مخرجات التعليم التي يسعى إليها المتعلمون و يعتبر التحصيل الدراسي من المجالات الهامة التي حظيت باهتمام اللأباء و المربين باعتباره أحد الأهداف التربوية التي تسعى إلى تزويد الفرد بالعلوم والمعارف التي تنمي مداركه و تفسح المجال لشخصيته لتنمو نموا صحيحا والواقع أن تلك الأهداف التي يسعى إليها النظام التعليمي تتعدى إلى ما هو أبعد من ذلك وهو غرس القيم الايجابية و تربية الشعوب.

والتحصيل الدراسي يشبع حاجة من الحاجات النفسية التي يسعى إليها الدارسون وفي حالة عدم إشباع هذه الحاجة فإنها تؤدي إلى شعور الطالب بالإحباط الذي ينتج عنه استجابات عدوانية من قبل التلميذ قد تؤدي إلى اضطراب النظام المدرسي.

و تكمن أهمية التحصيل الدراسي في العملية التعليمية في كونه يعالج كمعيار لقياس مدى كفاءة العملية التعليمية و مدى كفاءتها في تنمية مختلف المواهب والقدرات المتوفرة في المجتمع مما يمهد لاستغلال هذه القدرات.

ويعد التحصيل الدراسي من الإجراءات الوقائية لعدم الوقوع في المشكلات الأمنية و التخريبية التي تعاني منها كثير من المجتمعات نتيجة انحطاط المستوى الدراسي و قلة التحصيل، وتسرب كثير من التلاميذ من الدراسة.

وهكذا يتضح لنا أهمية التحصيل الدراسي وعلاقته بتحقيق الرغبة أو من عدمها و بالتالي فإن التحصيل الدراسي ذو أهمية كبرى إذ يجعل الطالب يتعرف على حقيقة قدراته وإمكاناته، فوصله إلى مستوى تحصيلي مناسب يبيث في نفسه الثقة ويعزز قدراته ويدعوه إلى المواصلة والمثابرة، والعكس بالنسبة لفشله،(مدقن،2013-2014،ص22).

5- مفهوم التربية العملية: يقصد بالتربية العملية تلك العملية التربوية التي تتيح الفرصة أمام الطلبة المعلمين لتطبيق معظم المفاهيم و المبادئ والنظريات التربوية أدائيا، وعلى نحو سلوكي في الميدان الحقيقي لهذه المفاهيم والمبادئ والنظريات الذي يتمثل في المدرسة، وبشكل يؤدي إلى اكتساب الطالب المعلم للكفايات التربوية التي تتطلبها طبيعة الأدوار المتعددة و المتغيرة للمعلم،ويصبح في النهاية قادرا على ممارسة هذه الكفاية بفعالية و نشاط وهذا يعني أن التربية العملية لا تتم خلال سنة دراسية أو سنتين وإنما تمتد حتى بعد التخرج من الجامعة إلى العمل الميداني أثناء الخدمة.

5-1 تعريف التربية العملية: تعددت تعريفات التربية العملية نظرا لوجود اجتهادات كثيرة لها إلا أنها جميعا تتجه وجهة مشتركة بحيث تؤكد أنها برنامج يشتمل على مواقف منظمة تخطط لها كلية التربية بالاشتراك مع مدارس التدريب بحيث يتم من خلال هذه البرامج تفاعل الطالب المعلم مع عدد من المواقف التعليمية المنظمة و المخططة و الموجهة من أجل تزويده بمجموعة من المعارف، والمهارات و الاتجاهات التي تساعد على أداء عمله باعتباره معلما ومسؤولا عن إدارة الصف وتوجيهه والقيام بدوره التربوي الشامل من تدريس وإرشاد وتوجيه و تقويم ومتابعة السلوك.

وطبقا لما يتم تنفيذه في قسم المناهج وطرق التدريس، فإننا نخلص إلى أن التعريف الإجرائي للتربية العملية هو: "أنها ذلك البرنامج التدريسي، الذي يشرف عليه قسم المناهج وطرق التدريس بكلية التربية الرياضية لفترة زمنية محددة تحت إشراف علمي و تربوي دقيق من جانب القسم ، بحيث يهدف إلى إتاحة الفرص العديدة أمام الطلبة المعلمين لتطبيق ما درسوه من معلومات نظرية ، تطبيق عمليا خلال قيامه بمهام التدريس الفعلي في المدارس ، الأمر الذي يؤدي إلى تحقيق الألفة بينهم و بين العناصر البشرية و المادية للعملية التعليمية من جهة ويعمل على إكسابهم الكفايات التربوية في الجوانب المهارية و الوجدانية من جهة أخرى. (حسن ، 2007، ص228).

6- مفهوم التحصيل العملي:

هي مجموعة النقاط التي يتحصل عليها الطالب في مقياس ما .



المحور الثالث:
لتكوين في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

1- نبذة تاريخية:

يعود السبب الرئيسي في بداية تكوين إطارات جامعية في التربية البدنية إلى قرار وزارة الشبيبة والرياضة القاضي بتوقيف تكوين مدرستي التربية البدنية والرياضية، وهذا عام 1978 بعدما كانت هناك معاهد جهوية بسرابدي والشلف أيضا معاهد لتكوين الأساتذة المساعدين (P.A) فحملت وزارة التربية الوطنية على عاتقها مهمة تكوين إطاراتها في هذا الميدان الحيوي، إيماناً منها بدور درس التربية البدنية وفي مختلف المستويات التعليمية، في تحسين صورة الجسم، اكتساب المتعلمين الحركات والمهارات الرياضية المناسبة، التوافق النفسي للمتعلمين، فما كان عليها أن ذاك سوى فتح مراكز لتكوين مدرسين مختصين، لكن النموذج المكون ساعته لم يرق إلى المستوى المطلوب (معلمون، أساتذة، مساعدون، وأساتذة التعليم الأساسي في التربية البدنية والرياضية مدة تكوينهم عامين فقط). (شलगوم، 1997، ص22)

وكانت الانطلاقة الحقيقية لتكوين إطارات في التربية البدنية والرياضية ذوي مستوى جامعي يقوم الواجد منهم لا مجال لتعويضه، وبالتالي أصبح مطالباً بإثبات قدراته للتكوين مكانة اجتماعية مرموقة عن طريق الجدية في العمل، والسيرة المثالية، والقُدوة الحسنة، وعليه أن يكون أيضا على علم تام بقوانين وطرق التعليم (قانون التربية البدنية و الرياضية، سنة 1976)

ولقد عانت مادة التربية البدنية والرياضية بالأخص من التناطح القائم بين عدة وزارات منها: وزارة التربية الوطنية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، الوزارة المسؤولة عن أنشطة التكوين، وزارة الشبيبة والرياضة، لكن كل ذلك لم يفقدها القيمة العلمية والعملية، وصارت مادة كباقي المواد مدرجة في برامج المنظومة التربوية، وتعتمد في الامتحانات والمسابقات (أمر رقم 09/95، سنة 1995)

2- الكفاءات في التربية البدنية و الرياضية:

تمت محاولات عديدة خلال العقود الثلاثة الاخيرة وحتى يومنا هذا في سبيل تطوير برامج الإعداد المهني (التكوين) للمتخصصين في التربية البدنية والرياضية سواء من خلال الدراسات والبحوث والمسوح الميدانية أو المؤتمرات والندوات وورش الأعمال وغيرها من أطر البحث والتقصي وحل المشكلات واقتراح الأفكار. من بين الأفكار التي لاقت نجاحا ما قدمه سيندر سكوت 1954 فيما عرف بمدخل الكفايات كوسيلة لتحسين عملية الإعداد المهني بشكل مجمل في التربية البدنية الرياضية، فلقد واكب ذلك ظهور مدخل المواد البيئية، وضغوط الحالة الاقتصادية في الولايات المتحدة الأمريكية، وظهر مجالس التعليم العالي في مختلف الولايات، مما كان له أثر واضح على الكليات والجامعات التي تقدم برامج التأهيل المهني في المجال، وخاصة في إبراز مدخل الكفاءات المهنية، وتأثرت به في مجال الإعداد المهني.

ويتقدم جون اندروز أن تأهيل القيادات في مجال التربية البدنية والرياضية يعتمد على نظرة المجتمع لهذه المهنة، التي قد ينظر لها على أنها إحدى وكالات التطبيع الاجتماعية، أو ينظر لها على أنها وكالة التغيير والتنمية الاجتماعية، كما حدد بلوز جوانب التأهيل إلي تتحكم بها هذه النظرة، وتتمثل في الاعتبارات التالية:

- انتقاء نوعية الطلاب المتقدمين.

- المواد والمقررات التي يتلقونها.

- الأدوار والمهام التي تنتظرهم على المستوى المجتمعي.

- الأوضاع والمراتب التي سيحتلونها خلال حياته العملية والمهنية (الخولي، 1996، ص136).

وقد اجتمع الخبراء على أن الكفايات المطلوبة في التكوين في إطارات التربية البدنية والرياضية يمكن إيجازها في:

2-1 الكفاءات المهنية:

يشير تعبير الكفاءات المهنية إلى القدرات والقابليات التي تتيح للفرد الاستمرار في أداء مهام وأنشطة تخصصه المهني بنجاح واقتدار، في أقل زمن ممكن وبأقل من الجهد والتكاليف، والمؤسسات المعنية بتأهيل وتكوين المتخصصين في التربية البدنية والرياضية، يجب أن تعد الطلاب في ضوء واجبات ومهام يفترض أن تواجههم بعد التخرج وما يقابله من صعوبات ميدانية، وذلك بمقابلة هذه الواجبات بكفايات مهنية تساعد المهني على تحقيق مهامه بنجاح.

ويعتقد سنيدر سكوت وجهة النظر التي ترى أن الإعداد المهني يجب أن يهتم بالفرد كإنسان مستتير ومواطن مثقف، ومرب قدير ومعلم ماهر، وقائد مختص في مجال مهني رياضي محدد، وحيثما يعمل الفرد المهني سيواجه دوما بعدد من المشكلات التي تتطلب الكفايات المهنية والشخصية، وهذه الكفايات يمكن تنميتها بطرق أفضل من خلال سلسلة من الخبرات المخططة والمؤسسة على احتياجات واهتمامات وأهداف الطالب المعلم، بالإضافة إلى متطلبات المهنة نفسها، وهذه الكفايات والخبرات لا ينبغي تخطيطها بعزلها عن بعضها البعض، ولكن يجب أن نخطط معا في ضوء الكفايات المطلوبة مهنيا، بحيث تكون هذه الكفايات واقعية ونشطة متصلة بحياة الطالب ومستقبلهم المهني. (الخولي، 1996، ص136).

الشيء نفسه ذهب إليه جاكسون في مؤتمره حينما أشار إلى الكفايات المهنية تشكل غالبية ما يفكر فيه

المهنيون في التربية البدنية والرياضية والتي تتمثل في:

- معرفة الإسهامات والأدوار التي تقدمها المدرسة للمجتمع.

- معرفة المزيد عن تنظيمات المجتمع والمدرسة.

- فهم طبيعة التلاميذ ونموهم وتطورهم.

- فهم أبعاد العملية التعليمية وكيف يمكن تحسينها.

- المهارة في تعديل الخبرات المتعلقة في ضوء طبيعة الأفراد واحتياجاتهم.
- المعرفة والمهارة في استخدام مصادر ومواد التدريس والوسائل التعليمية.
- المهارة في استخدام التدريس المناسب وطرق القيادة الدائمة (الخولي، 1996، 138).

2-3 الكفاءات الشخصية:

هي أحد الجوانب الأساسية في عملية الإعداد، والتي تعتمد مؤسسات التأهيل والتكوين في التربية البدنية والرياضية إلى البحث عنها كأحد شروط القبول بها، باعتبارها أحد دعائم نجاح المهني في مجال التربية البدنية والرياضية، وهذه الكفايات تعبر عن خصائص وصفات ضرورية ومهمة لتقرير الفعالية المهنية والعمل الناجح في المجال الرياضي. (الخولي، 1996، ص139).

ولقد أصدر مؤتمر **جاكسون ميل** قائمة بالصفات والكفايات الشخصية والتي أوصى بها، ويمكن إيجازها فيما يلي:

- الإيمان بقيمة التدريس والقيادة.
- الاهتمام الشخصي برعاية الآخرين.
- احترام وتقدير الأفراد.
- فهم الأطفال والشباب وتقديرهم كمواطنين.
- التفهم الاجتماعي والسلوك الراقى.
- روح مرحة تتسم بالدعابة.
- معايشة المجتمع.
- حالة صحية فوق متوسطة.
- الاهتمام والاستعداد للتدريس والقيادة.
- مستوى قدرات عقلية فوق المتوسط، مع حس باده مشترك.
- صوت واضح النبرات قوي وخال من عيوب النطق، مع استخدامه بشكل جيد.
- استخدام فعال وطلق للغة القومية.
- الطاقة والحماس بالقدر الذي يكفل قيادة رشيدة. (بوثلجة، 1984، ص86).

4- نظرة تحليلية في برنامج التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية:

حضي موضوع تكوين الفرد باهتمام خاص ومتزايد من طرف جميع الدول لما له من أهمية في التنمية الوطنية، من النواحي الاقتصادية والاجتماعية تماشياً مقولة "إذا صلح الفرد صلح المجتمع"، ومما لا شك فيه هو أن مشكل

التكوين في الجزائر ينفرد عن نظيره في بلاد أخرى تبعا للظروف الخاصة التي مرت وتمر بها الجزائر(ساكر، 2000، ص86).

هذا بالإضافة إلى أن التكوين في أي بلد يخضع للسياسة المتبعة والأفكار السائدة فيه، مما أدى إلى اختلاف أهداف ومهام مدرس التربية البدنية والرياضية من دولة إلى أخرى سواء من حيث برامج التكوين أو حتى ناحية المحتوى، ومرد ذلك هو اختلاف إيديولوجيات وطبيعة كل دولة، حدد **Barsch** مهام البيداغوجي الرياضي: -اكتساب الرغبة في الرياضة.

-تطوير الميول لتحقيق نتائج المستوى العالي.

-نقل المعارف الإيجابية حول قيمة النشاط الرياضي (Andrew dohns C;1986 ;170)

أما **Andrew** فقد أشار إلى أنه في بريطانيا تتحدد مهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في نقل الاتجاه الإيجابي للتلميذ بطريقة يحثهم فيها على البحث على النشاط وحب الرياضة(عسان، 1988، ص107).

وفي هذا إشارة دالة على ما ينبغي أن يكون بين المعلم والمتعلم من علاقات وطيدة تسهل بلوغ الأهداف، وهذا لا يعني أيضا أنه بالرغم من مهمة معلم التربية البدنية والرياضية والمتمثلة في التعليم، ليس بمعنى التلقين المهاري أو التربية الوقائية فحسب، بل يجب التوسيع أكثر لبلوغ أهداف اجتماعية ونفسية، وأن يتعلم ويتدرب على الطرق الفنية في نقل المهارات والمعارف، وفي هذا السياق نقول أن التربية البدنية والرياضية قد شملها التطور من حيث المحتوى والوسائل والأهداف، فلم تعد عبارة عن حركات بدنية أو جسم قوي فقط، أو ما شابه ذلك، بل تعدت هذا المفهوم، وأصبحت حقلًا من الحقول الهادفة، تشترك وتتفاعل مع كل الحقول الإنسانية والاجتماعية والطبيعية واحتلت موقعا في برامج الدول المتقدمة حضاريا، حيث أصبحت حاجة ملحة حياة الأفراد في المجتمع الحديث، و قد أكدت الخطط والبرامج الحديثة أثرها الفعال في تطوير قدرة الناشئة، وتنمية قابليتهم ومواهبهم واكتشاف وتطوير قدراتهم... إلخ كل ذلك من أجل عمل منتج (شلغوم، 1997، ص17).

فبات لزاما إقحام العلوم الإنسانية في البرامج التكوينية لأساتذة التربية البدنية والرياضية، وليس بطريقة نظرية فحسب، لكن يجب تطبيقها ميدانيا.

لأن الهدف الأساسي من التكوين هو إعداد معلمين أكفاء علميا ومهنيا، لكن **Chavvier** يرى أن هناك صراعات تسفر دائما على تكوين ناقص راجع ذلك إلى الخلط ما بين الميادين الإلقائية (الديداكتيكية) والبيداغوجية والمفهوم الحالي للتكوين الذي يأخذ المعارف التقنية كمحتوى أساسي للتكوين والذي يجعله هشًا باعتباره لا يأخذ بعين الاعتبار كل الصعوبات إلي سيواجهها الأستاذ في سلوك قسمه، الآن الواقع البيداغوجي جد معقد، فإنه لا يكفي معرفة نظريات التعلم وقوانينها إذا أردنا التحكم في زمام الأمور داخل درس التربية البدنية والرياضية لأجل هذا يبدو من الضروري إدخال تغيرات أو إضافات على التكوين الحالي أو إعطائه شكلا جديدا ليتكيف مع هذا الواقع (Ferry) Gill ,1985,p01-02

5- مراحل التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية:

وبالنسبة إلى أطر التكوين بقسم التربية البدنية والرياضية يقول **G.Feery** أن التكوين لا بد أن يمر بثلاث مراحل هي:

- **المرحلة الأولى:** وهي المرحلة العلمية أو الأكاديمية بأصح معنى الكلمة، والتي يرمي من خلالها اكتساب المعارف، وطرق البحث بهدف الإلمام بمختلف المتطلبات العملية التعليمية.
- **المرحلة الثانية:** وتشمل التكوين المتخصص في النشاط أو مجموعة من النشاطات، أو التكوين الديدانكتيكي، ففي هذه المرحلة يتعلم المكون وينتق المفاهيم العامة، والطرق والمنهج التي تسهل بواسطتها عملية توصيل وتلقين المعرفة والمهارات إلى المتعلمين.
- **المرحلة الثالثة:** وتضم التكوين البيداغوجي، السوسيوبيداغوجي، والتي يكسب مكون المستقبل من خلالها عددا من المواقف، وعددا من التصرفات والسلوكات التي لها علاقة مع الدور الذي يتحضر من أجل القيام به (الميثاق الوطني، 1986، ص185).

6- أهمية التكوين المتعلق بالتربية البدنية والرياضية في التشريع الجزائري:

كانت الدولة تتبع سياسة منهجية التحريض والبحث عن ممارسة الرياضة وظلت التربية البدنية والرياضية منظمة بأحكام قانون 1979 حتى إصلاح المنظومة التربوية لقسم التربية البدنية والرياضية سنة 1989، وقد يجسد هذا الإصلاح في قانون (03/89) المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية مجموعة من الممارسات المدرجة في السياق والتطور المنسجم والمندرج في المحيط الأساسي والاجتماعي وكذا الاقتصادي والثقافي مع مراعاة القيم الإسلامية (الأمر 03/89، 1989).

كما تهدف المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية الجديدة على وجه الخصوص للمساهمة في:

- تفتح شخصية المواطن.
- تربية الشباب.
- المحافظة على صحة الكفاءات المنتجة لدى العمال.
- تجنيد المواطنين وتدعيمهم الدفاعية.
- إثراء الثقافة الوطنية بإنتاج القيم الثقافية.
- تحقيق مثل التقرب والتضامن والصدقة والسلم بين الشعوب.
- تحسين مستمر لمستوى النخبة قصد ضمان التمثيل المشرف للبلاد على الساحة الدولية.

وقد تم تعديل القانون (03/89/76) في شكل قانون أمرية (09/95) الصادر عن وزارة الشباب والرياضة المتعلق بتعديل المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية وتنظيمها وتطويرها، وجاءت فيه قواعد وأسس التكوين الرياضي وفق المواد التالية:

- **المادة (54):** تتمثل مهمة التكوين في الاستجابة للحاجيات الكمية والنوعية المسجلة في ميدان التأطير للمنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية، ويختص التكوين في تزويد الهياكل والأجهزة المنصوص عليها بالمستخدمين العاملين للوقت الجزئي، ويظم التكوين للمؤسسات والهياكل في دورات قصيرة أو طويلة الأمد أو فترات متوسطة.
- **المادة (56):**
 - تحديد الحاجيات من مؤطري الممارسات البدنية والرياضية ومحتويات وبرامج مدة التكوين من طرف الوزير المكلف بالرياضة، بالاشتراك مع الوزير أو الوزراء المعنيين بعد أخذ الرصد الوطني للرياضة.
 - يهدف التكوين عن بعد إلى ضمان اكتساب تكوين أساسي في ميادين التنشيط والتدريب الرياضي.
- **المادة (58):** يهدف تكوين الإطارات شبه الرياضيين إلى إمداد هياكل المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية بمستخدمين متخصصين في الطب والإعلام الآلي الرياضي وفي تسيير هياكل التنظيم والتنشيط ودعم الممارسات البدنية والرياضية، وفي صيانة المنشآت الرياضية والمحافظة عليها، يمكن القيام بتكوين الإطارات شبه الرياضيين في جميع المؤسسات المتخصصة.
- **المادة (59):** يهدف التكوين الدائم إلى ضمان تحديد المعلومات لدى مستخدمى تأطير الممارسة البدنية والرياضية وتحسين مستواهم.

7- تقديم معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة **i.s.t.a.p.s** جامعة البويرة: (موقع جامعة البويرة، 2018)

1-7 التقديم:

هو امتداد لقسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية المؤسس بالقرار الوزاري رقم 121 سبتمبر 2004 التابع لمعهد العلوم الاجتماعية والإنسانية للمركز الجامعي بطاقة استيعاب لـ 180 طالب(ة) بتخصص واحد هو التدريب الرياضي وبعد صدور المرسوم التنفيذي رقم 12-241 المؤرخ بـ 04/06/2012 المتضمن ترقية المركز الجامعي أكلي محند أولحاج إلى مصف الجامعات كما يلعب معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية دورا بارزا في التكفل بالتكوين العالي والتدريس في مختلف التخصصات بناء على الطلبات المقدمة وفق النظام الجديد ل.م.د من خلال المهام المرتبطة بالتكوين على مستوى المعهد والمتمثلة في مجال التدريب الرياضي، وبحكم توسع الشعب والفروع في الميدان توازيا مع التطورات والإصلاحات الجديدة، ارتأت إدارة المعهد إلى اقتراح فتح فروع التكوين باستحداث قسمين جديدين يتعلق الأمر بـ: قسم الإدارة والتسيير الرياضي، وقسم النشاط البدني الرياضي التربوي، وهذا بالنظر إلى الحاجة الملحة والطلب المتنامي للإطارات المختصة في مجال الأنشطة الرياضية والتربية البدنية، منهجية التدريب، البحث العلمي، وكذلك المساهمة في احتواء الكم الهائل من الطلبات المقدمة للتكوين الأكاديمي في المستويات الثلاثة (موقع جامعة البويرة، 2018).

2-7 زوم حول التكوين في القانون الخاص :

*** ليسانس - التدريب الرياضي :**

نلتمس أهداف التكوين الجوهرية في مختلف الأوساط الرياضية التي ترمي إلى تحقيق الأداء الرياضي الرفيع المستوى الذي يساعد على تحقيق الأرقام القياسية والفوز بالمباراة في المنافسات الرياضية المحلية أو الدولية سواء كان التنافس يشمل فئة المبتدئين أو المتقدمين أو الفرق النخبوية، ينحصر الهدف الأسمى للتكوين في فرع التدريب الرياضي على تنمية الحركة الرياضية الوطنية.

تتخصر مجالات التكوين في ثلاثة محاور أساسية:

- التكوين العلمي النظري،
- التكوين الفني البيداغوجي،
- التكوين التطبيقي الميداني.

مجال التكوين كل ما له صلة بالعلوم البيوطبية والعلوم الاجتماعية والإنسانية الرياضية من جهة، وبالعلوم المنهجية والبيداغوجية من جهة أخرى، فضلا على النشاطات البدنية و الرياضية ذات الطابع الجماعي و الفردي و الدفاعي و المدعمة بالممارسات الميدانية.

يهدف هذا التخصص إلى تكوين مختصين في التدريب الرياضي التنافسي القادرين و المهنيين على العمل مع الرياضيين ذوي المستوى العالي وأندية النخبة، ويمكنهم الالتحاق بوزارة التربية الوطنية، وزارة الشباب والرياضة، أندية النخبة، الأسلاك المشتركة.

*** النشاط البدني الرياضي التربوي :**

يكمن الهدف الرئيسي وراء فرع النشاط البدني الرياضي التربوي الذي يطغى عليه البعد التربوي، التكفل بشريحة التلاميذ المتمدرسين و الطلبة الجامعيين التابعين للقطاع العمومي و القطاع التربوي الخاص، كل ذلك من أجل تنمية شخصية الأطفال و المراهقين و الطلبة الجامعيين ليس فقط من الزاوية البدنية و المهارات الحركية بل الأهم يكمن في تنمية التحصيل التعليمي و التوافق النفسي و العلاقات الاجتماعية الإنسانية في الوسط الاجتماعي الذي ينتمون إليه.

يهدف هذا التخصص إلى تكوين مختصين في النشاط البدني الرياضي التربوي القادرين و المهيين على العمل مع تلاميذ المدارس والثانويات كما يمكن للطلبة المتخرجين الالتحاق بوزارة التربية الوطنية، وزارة الشباب والرياضة.

* الإدارة والتسيير الرياضي

يهدف هذا التكوين إلى تغطية العجز الواضح المعالم على مستوى التسيير الناجع للمنشآت و الأجهزة من جهة، و للموارد البشرية المؤهلة و ذلك على مستوى الأوساط التالية:

- الوسط المدرسي
- الجماعات المحلية و البلديات
- فرق الرياضة النخبوية
- الأوساط الرياضة المكيفة.

يهدف هذا التخصص إلى تكوين مختصين في إدارة الموارد البشرية الرياضية وتسيير المرافق الرياضية.

يمكن للطلبة المتخرجين الالتحاق بالالتحاق بميادين كثيرة كوزارة التربية الوطنية، وزارة الشباب والرياضة، المنشآت الرياضية، الاتحاديات الرياضية، النوادي الرياضية، الأوساط الرياضية المكيفة .

* ماستر تدريب رياضي نخبوي:

يهدف هذا التكوين إلى إعداد إطارات وباحثين في التدريب الرياضي من أجل التكفل بالتأطير التقني للهيئات الرياضي سواء على المستوى الفدرالي أو الخاص. ويمثل التدريب الرياضي مكونا أساسيا في لمسار التنافسي. ويتضح أنه لاغنا عنه في الرفع الأقصى

للتجلية. مهام هذه الإطارات ستمثل في البحث وتصميم ومتابعة التدريب الرياضي، وإنشاء شبكة علاقات مع الهيئات الرياضية، وإعادة تقويم نشاطاتها من خلال الإعلام والاتصال وترقية أساسيات التدريب والممارسة الرياضية النخبوية.

وذلك بتوفير فضاء نظري ومنهجي متعدد الاختصاصات للطلبة، وربطها بمنهجية التدريب، وفسولوجية الحركة والبيوميكانيك وعلوم الأعصاب وتكويننا عالي المستوى تحضيرا لأطروحة الدكتوراه. ويتيح التكوين جملة واسعة من

وحدات التعليم، سواء على المستوى النظري (البيوميكانيك، الفسيولوجيا، علوم الأعصاب، المراقبة الحركية، الإدراك، التخطيط والتحصير للتجلية الرياضية) أو المنهجي (الإحصاء، تحليل الحركة والتجلية الرياضية).

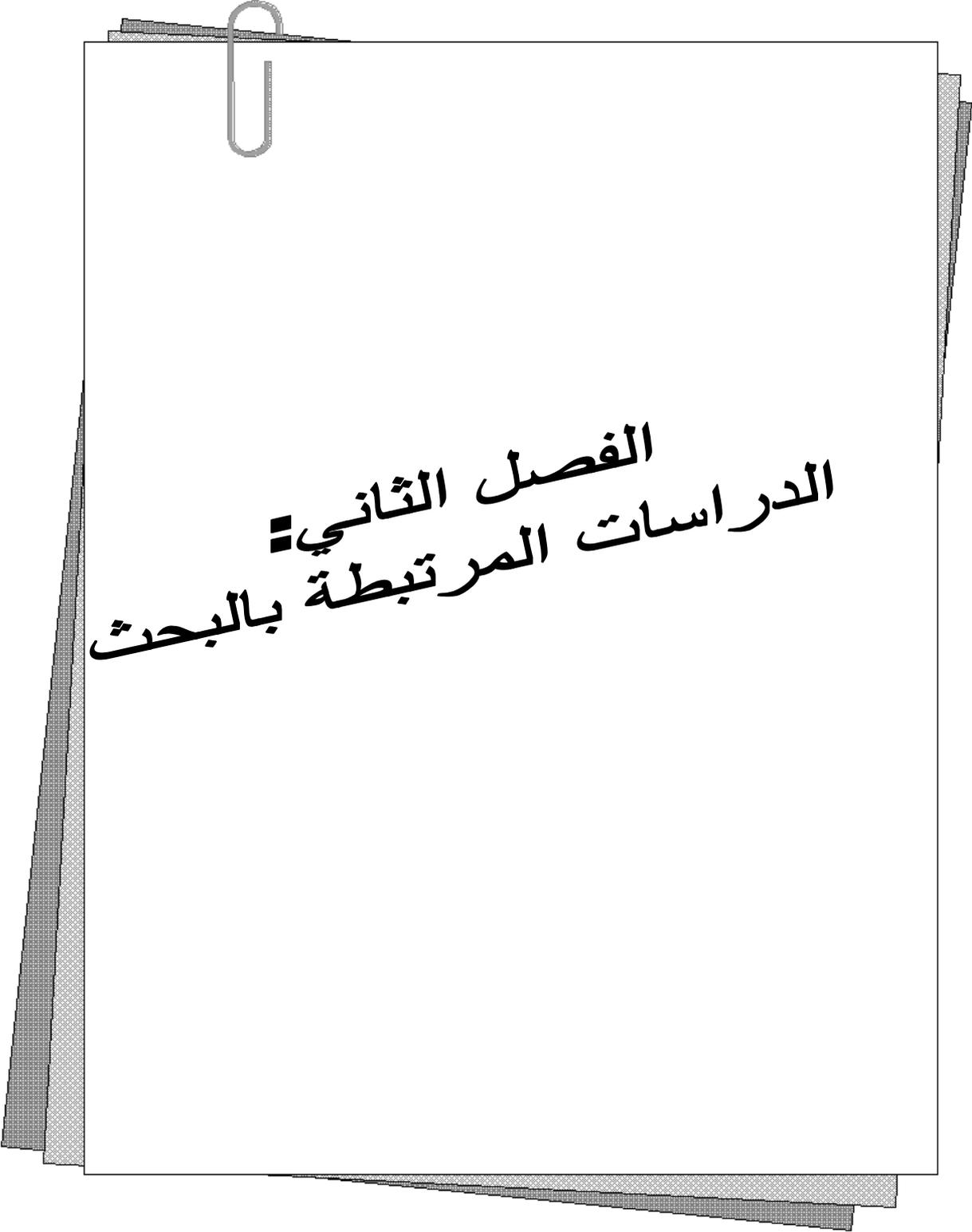
يمكن للطالب في هذا المجال الانخراط في سلك التربية والتعليم، الخوض في البحث العلمي الرياضي كأستاذ - باحث، تأطير نشاطات ما قبل التمدرس والتمدرس والشبه مدرسي، العمل في مراكز التكوين المهني ومراكز الشباب والهيئات المختصة، تأطير الرياضة الجماهيرية ورياضة النخبة .

وكان هذا حسب التحديثات الأخيرة لموقع جامعة البويرة والذي كان في الموسم الجامعي 2013-2014، ولكن في الموسم الجامعي 2015-2016، تم إضافة تخصصين لطور الماستر وهوما تخصص النشاط البدني المدرسي، وتخصص تسيير الموارد البشرية والمنشآت الرياضية، وأيضا تم فتح مسابقة الدكتوراه، في تخصصين اثنين وهوما التدريب الرياضي النخبوي باستيعاب (10) مناصب، ونشاط البدني الرياضي التربوي باستيعاب (06) مناصب، وفي الموسم الجامعي الحالي أي 2016-2017 افتتحت (10) مناصب في التدريب الرياضي فقط، كما تم نقل مقر المعهد في هذا الموسم من الجامعة المركزية إلى القطب الجامعي.

خلاصة:

لقد توصلنا خلال هذا الفصل إلى بناء قاعدة بناء معرفية لدراستنا من خلال الاستناد على ثلاث محاور مهمة، والتي تناولنا فيها مجموعة من المعارف والمفاهيم الخاصة بمفردات الدراسة، وهذا للإلمام بجميع النواحي والمظاهر الخاصة بها لتمهيد الطريق إلى الدراسة التطبيقية وتسهيل عملية تنفيذها على أرض الواقع، حيث تمكنا في هذا الفصل من إزالة اللبس عن عدة مفاهيم تتقدمها المحور الأول إدراك الذات، ثم المحور الثاني الذي كان موضوعه التحصيل العملي، أما المحور الثالث فتناولنا معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

لذا يمكن القول أن للخلفية المعرفية دور كبير في توجيه الباحث لضبط جميع المفاهيم المتعلقة بمتغيرات دراسته، وبالتالي الفهم الجيد للموضوع والإحاطة به قبل البدء في الدراسة التطبيقية والتنفيذ الفعلي لها.



الفصل الثاني =
الدراسات المرتبطة بالبحث

تمهيد:

تعتبر الدراسات المتعلقة بالدراسة والمشابهة من أهم المحاور التي يتوجب على الباحث أن يتناولها ويثري بحثه بها، ويحاول الباحث في هذا الفصل أن يستعرض الدراسات التي تم العثور عليها وذلك بعد قيامه بعمل مسح مكتبي، حيث أن هذه الدراسات السابقة ستمكنه من فهم أعمق مشكلة بحثه وبناء قاعدة معرفية حول متغيرات بحثه ورصد الصورة العلمية الصحيحة لبحثه، من خلال الوقوف على طبيعة الدراسات السابقة. من حيث موضوعها وهدفها والأدوات التي استعملت فيها لجمع المعلومات وأهم النتائج التي توصلت إليها والتي يمكن أن تساعده بصورة مباشرة في مناقشة واستيعاب النتائج التي يتوصل إليها الباحث.

1- الدراسات المشابهة والمرتبطة بالبحث:

أولاً: دراسة بوزديلة زوهير (2015، 2016)، رسالة ماجستير بعنوان تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالتوجه الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.

أجريت الدراسة في الجزائر، جامعة البويرة وهدفت إلى:

- التعرف على مستوى تقدير الذات البدنية على التوجه الرياضي لدى لاعبي كرة القدم.
 - معرفة العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتوجه الرياضي نحو التنافسية لدى لاعبي كرة القدم.
 - معرفة العلاقة بين تقدير الذات البدنية والتوجه نحو الفوز لدى لاعبي كرة القدم.
 - معرفة العلاقة بين تقدير الذات البدنية وتوجه الهدف لدى لاعبي كرة القدم.
- حيث اتبع الباحث المنهج الوصفي أما مجتمع البحث وعينة فكانت تضم مجموع لاعبي كرة القدم المنخرطين في الرابطة الجهوية بالجزائر.
- والخاصة بالموسم (2015، 2016) حيث المجتمع الأصلي للبحث يمثلته (16) فريق، وهو (338) لاعب على مستوى الرابطة، كما تم التطرق إلى أهم الوسائل الإحصائية التي يتم من خلالها معالجة النتائج لغرض عرضها وتحليلها.

توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات البدنية والتوجه الرياضي بأبعاده الثلاث حيث معامل الارتباط لكل من توجه التنافسية يساوي (0.11) ، وتوجه الهدف (0.49).
- كلما زاد ارتفاع في مستوى تقدير الذات البدنية كلما كان هناك ارتفاع في مستوى التوجه الرياضي بأبعاده الثلاث.
- التوجه الرياضي مرتبط ارتباطاً وثيقاً بتقدير الذات البدنية.

ثانيا: دراسة لعروسي حكيم(2016،2017) ، رسالة ماجستير بعنوان تقدير الذات البدنية وعلاقتها بالرضا الحركي لطلبة تخصص كرة الطائرة.

أجريت الدراسة في الجزائر جامعة البويرة وهدفت إلى:

- التعرف على مستوى تقدير الذات البدنية لدى طلبة تخصص كرة الطائرة.
- معرفة الفروق الفردية في مستوى تقدير الذات البدنية والرضا الحركي لدى طلبة تخصص كرة الطائرة.
- معرفة الاختلاف في تقدير الذات البدنية بين الجنسين(ذكور وإناث).
- معرفة العلاقة بين تقدير الذات البدنية للطلاب تخصص كرة الطائرة برضاه الحركي.

حيث اتبع الباحث المنهج الوصفي أما مجتمع البحث هم مجموعة طلبة تخصص كرة الطائرة في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية هذه المجموعة مكونة من طلبة لسنة ثالثة ليسانس في تخصص كرة الطائرة هذا الموسم الجامعي(2016،2017) حيث أن المجتمع مكون من 19 طالب منه 14 ذكور و5 إناث، كما تم التطرق إلى أهم الوسائل الإحصائية التي يتم من خلالها معالجة النتائج لغرض عرضها و تحليلها.

توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- مستوى تقدير الذات البدنية كان بصفة مرتفعة لطلبة تخصص كرة الطائرة كذلك الحال بالنسبة لمستوى الرضا الحركي.
- توجد فروق واختلافات في مستوى كل من تقدير الذات البدنية والرضا الحركي.
- توجد علاقة تأثير و تأثير بين التقدير البدني للذات لطلاب تخصص كرة الطائرة ورضاه الحركي.

- ثالثاً: دراسة سعدي مصطفى (2014، 2015) رسالة ماجستير بعنوان: انعكاس الإصابة البدنية الرياضية على تقدير الذات لدى الرياضي الجزائري.
- أجريت الدراسة في الجزائر جامعة البويرة وهدفت إلى :
- الكشف عن الفروق الفردية في مستوى تقدير الذات البدنية لدى الرياضيين المصابين ومعرفة أسبابها.
 - إظهار أكثر أنواع تقدير الذات البدنية تأخراً بالإصابة الرياضية.
- حيث اتبع الباحث المنهج الوصفي التحليلي أمام مجتمع البحث هم الرياضيين الذين تعرضوا للإصابات البدنية سواء أثناء المنافسة أو التدريب والذين تابعوا علاجهم في المركز الوطني للطب الرياضي بدالي إبراهيم بالجزائر العاصمة.
- توصل الباحث إلى النتائج التالية:
- انعكاس الإصابة الرياضية البدنية سلباً على مستوى تقدير الذات لدى الرياضي المصاب.
 - وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير أفراد عينة الدراسة لذواتهم وذلك تبعاً لمدة الإصابة.
 - تأثير الإصابة الرياضية على نفسية الرياضي.

رابعاً: دراسة نيكية منال 2017، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية.

بعنوان: تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

أجريت الدراسة في جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة 2، الجزائر وهدفت إلى:

- التعرف على مدى تقدير المراهق لذاته.

- معرفة مدى تأثير تقدير الذات على التحصيل الدراسي لديه.

- التعرف بأهمية تقدير الذات في البناء النفسي للمراهق.

- لفت انتباه الأستاذ وغيره من الفاعلين في العملية التربوية إلى أهمية الاهتمام بالجانب النفسي للتلميذ لتعزيز تحصيله الدراسي.

حيث اتبع الباحث المنهج الوصفي أما مجتمع البحث يتكون من 200 تلميذ وتلميذة وتكونت عينة الدراسة النهائية من 50 تلميذاً وتلميذة موزعين على 5 أقسام.

توصل الباحث إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ مرحلة التعليم المتوسط.

- هناك علاقة قوية بين تقدير الذات والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم المتوسط.

التعليق على الدراسات:

سنعلق على الدراسات السابقة على النحو التالي لكن باستعراض النقاط التالية: مناقشة العينات، المنهج، الأهداف، وسائل جمع البيانات، النتائج المتوصل إليها.

1/ من حيث المجال المكاني:

أجريت هذه الدراسات في الدول العربية.

2/ من حيث الأهداف:

تعددت الأهداف في هذه الدراسات لكن اتفقت معظمها على أن مستوى تقدير الذات البدنية تكشف عن التحصيل العملي لدى الأفراد وأن لهم القدرة على تقدير ذواتهم بأنفسهم.

3/ من حيث المنهج: اعتمدت جل الدراسات على المنهج الوصفي كونه مناسب لطبيعة المواضيع كونها تصف الحالة النفسية في غالب الأحيان.

4/ من حيث العينة وطريقة اختيارها:

تنوعت كيفية اختيار العينة بين طريقة عمدية، طريقة الحصر الشامل، عينة قصدية.

5/ من حيث الأدوات المستعملة:

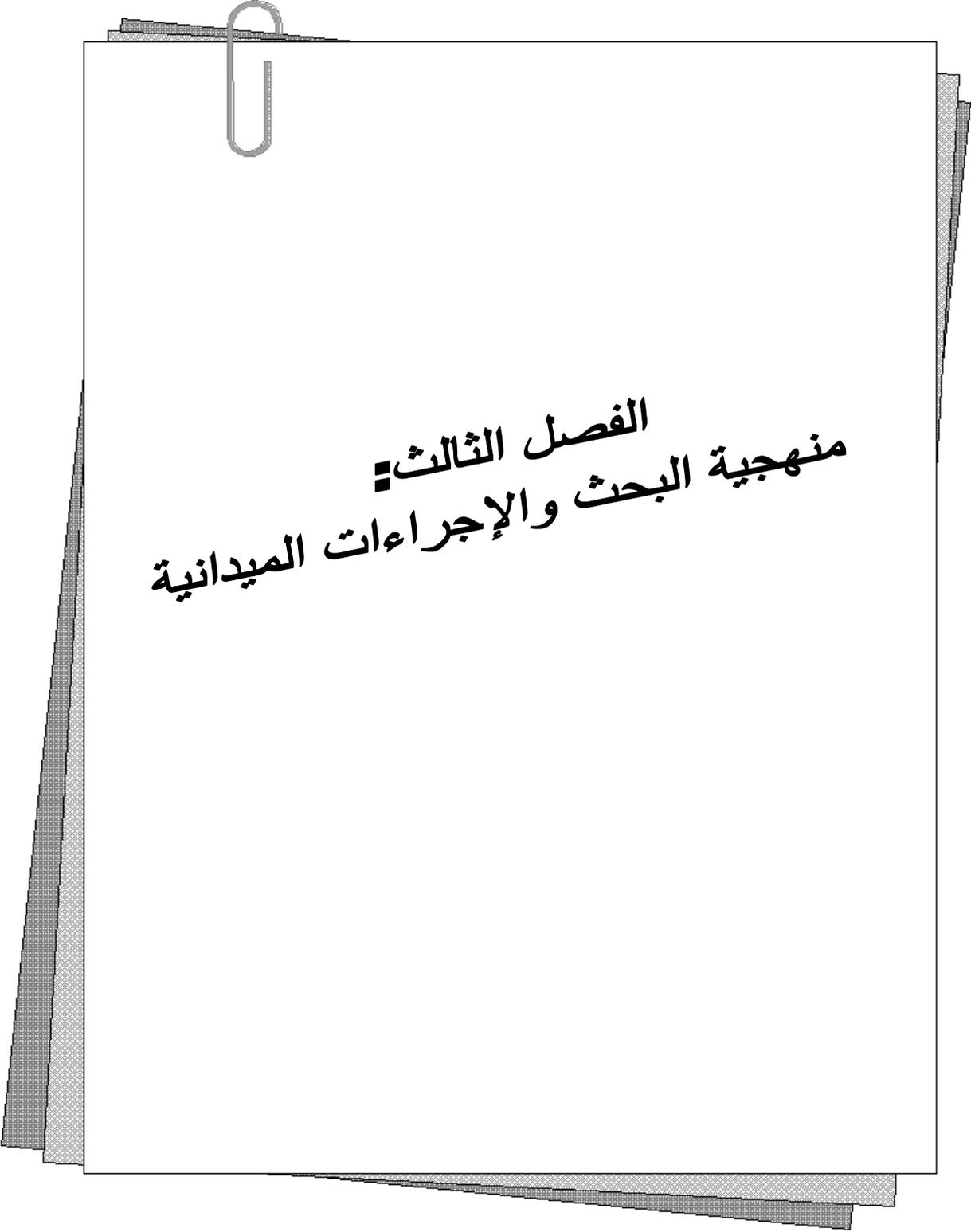
اختلفت الدراسات السابقة في الصياغة ولكنها اشتركت مع الدراسة الحالية أما في جانب تقدير الذات البدنية أو جانب التحصيل العملي.

6/ من حيث الوسائل الإحصائية:

استعملت الوسائل الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي، الانحرافات المعيارية، النسب المئوية، معامل الارتباط بيرسون.

خلاصة:

لقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة التي تم العثور عليها في إعداد الإطار النظري من متغيرات الدراسة والإلمام بأهم المعلومات الضرورية لمعالجتها، كما أن هذه الدراسات ساعدت في اختيار المنهج الأنسب للدراسة وطريقة اختيار العينة وضبطها، كما استفاد منها أيضا في اختيار الأداة المناسبة لجمع المعلومات الضرورية لإجراء الدراسة ضف إلى ذلك التعرف على الطرق والوسائل الإحصائية المناسبة من أجل الوصول إلى النتائج المطلوبة من الدراسة.



الفصل الثالث =
منهجية البحث والإجراءات الميدانية

تمهيد:

بعد محاولتنا تغطية الجانب النظري لهذه الدراسة، يتضمن هذا الفصل عرضنا للإجراءات التي اعتمدها الباحث لتحقيق أهدافه من حيث تحديد مجتمع البحث واختيار عينة ماثلة له وإجراءات تطبيقها على عينة البحث وتحديد الوسائل الإحصائية المستخدمة حيث قمنا بالدراسة الميدانية وذلك عن طريق توزيع المقياس وهو مقياس إدراك الذات البدنية على طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية البويرة (ثانية،ثالثة ليسانس)، وقد تمحور أساسا حول الفرضيات التي قمنا وضعها، ومن ثم تقديم مناقشة وتحليل النتائج التي توصلنا إليها وفي الأخير بعرض الاستنتاج وسنحاول توضيح مدى صدق الفرضيات التي تضمنتها الدراسة ومدى تحققها.

1- الدراسة الاستطلاعية:

لعل من الخطوات الأساسية والمهمة في البحث العلمي، الدراسة الاستطلاعية التي تعد أولى خطواته، هذا من أجل التعرف أكثر على الظاهرة المدروسة وبقيّة التموقع بشكل أفضل بتلك الظاهرة وخاصة من ناحية أدوات جمع البيانات، وكذلك الوقوف على أهم الصعوبات التي قد تمت عبر مرحلتين:

ومن هذا المنطلق قمنا بدراستنا الاستطلاعية على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لتحقيق الأهداف السالفة الذكر، وقد قسمنا دراستنا الاستطلاعية إلى عدة مراحل:

1-1 المرحلة الأولى: لتحديد مجتمع البحث المتمثل في طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية من حيث عدده وخصائصه حيث قمنا بأخذ تسهيل المهمة من قبل رئيس قسم النشاط البدني الرياضي المدرسي حيث تمت الموافقة وياشرنا بالعمل.

1-2 المرحلة الثانية: بعد البحث في مختلف الكتب والمجلات العلمية وموسوعات المقاييس النفسية والإطلاع على البحوث والدراسات السابقة التي اعتمدت أو انتهجت مقياس إدراك الذات البدنية، والتي من خلالها قمنا بإعداد المقياس في صورته الأولية، وللتأكد من الصدق الظاهري أو ما يدعى بصدق المحكمين قمنا بعرضه على مجموعة من المختصين من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة.

2- الدراسة الأساسية:**1-2 منهج الدراسة:**

نظرا لطبيعة الموضوع الذي يأخذ حيزا واسعا من الدراسات الوصفية ولهذا فالمنهج المناسب لهذه الدراسة هو المنهج الوصفي وهو تصور لأثر تقدير الذات البدنية على التحصيل العملي بين طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية فهو يعطي صورة للواقع الحياتي، ويضع مؤشرات ويبني تنبؤات مستقبلية.

فالمنهج الوصفي من أكثر المناهج البحث استخداما، وخاصة في مجال الدراسات التربوية، النفسية، الاجتماعية والرياضية، فهو يهتم بجميع الأوصاف الدقيقة العلمية للظاهرة المدروسة، ووصف الراهن وتفسيره كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقة بين الظواهر، ولا يقتصر المنهج الوصفي على جمع البيانات وتبويبها فقط لذلك يجب على الباحث تصنيف البيانات، والحقائق وتحليلها تحليلًا دقيقًا كافيًا ثم الوصول إلى تعليمات بشأن الظاهرة أي موضوع الدراسة، واختيار المنهج الوصفي الذي يمكن من التعرف على حجم، ونوع العلاقات القائمة بين متغيرات مشكلة الدراسة وتحديدها، وكذلك جمع البيانات

وإعدادها، ووضع الأسس لتصنيفها، والوصول إلى تحليل النتائج وتفسيرها، وهذا بعد اختيار مجتمع الدراسة وعينة الدراسة وبعد ذلك الخروج بنتائج نهائية يمكن تعميمها (فحص، 2013/2014 ص20).

2-2 متغيرات البحث:

- **المتغير المستقل:** هو ذلك المتغير الذي يؤثر سلباً أو إيجاباً على المتغير التابع ويكون هدف الباحث هو التحقق من أثره على المتغير التابع وفي دراستنا المتغير المستقل هو: تقدير (إدراك) الذات البدنية.

- **المتغير التابع:** هو الذي يوضح النتائج أو الجواب والذي يحدد الظاهرة التي نريد دراستها وفي دراستنا المتغير التابع هو: التحصيل العملي.

2-3 مجتمع الدراسة:

يقصد بمجتمع الدراسة جميع المفردات والأشياء التي نريد معرفة حقائق عليها، كما يعرف بأنه كل العناصر التي تستهدفها الدراسة سواء كانت هذه العناصر أفراد أو أحداث أو مشاهدات لموضوع الدراسة وبالتالي فإن مجتمع الدراسة يتمثل في طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ولاية البويرة والذي بلغ (307) طالب وطالبة.

2-4 عينة الدراسة:

لقد قمنا باختيار 46 طالبا وطالبة من مجموع الطلبة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ولاية البويرة، استعملنا العينة العشوائية الطبقية تعتبر العينة الطبقية هي النوع الثالث لأنواع العينات الاحتمالية يستخدم الباحث هذا النوع من العينات في حالة الرغبة في تمثيل كل القطاعات وأفراد المجتمع في العينة، (الخطا، 2011، ص191).

2-5 مجالات الدراسة:

* **المجال المكاني:** تم توزيع هذا المقياس إلى بعض طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية البويرة.

* **المجال الزمني:** أجري البحث بجميع خطواته (نظري وتطبيقي) في الفترة الممتدة من شهر ديسمبر إلى شهر ماي 2018-2019.

* **المجال البشري:** يمثل عدد الأفراد الذي تم من خلالها إنجاز هذه الدراسة، وقد شمل 46 طالب للتجربة الأساسية، و 20 طالب للتجربة الاستطلاعية.

2-6 أدوات البحث:

تعتبر أداة الدراسة والقياس الوسيلة التي بواسطتها يحاول الباحث الإجابة على الفرضيات المقدمة للدراسة وإيجاد الحلول لمشكلة الدراسة وقد استعملنا:

* المقياس:

استخدمنا مقياس تقدير الذات البدنية الذي أعده محمد حسن علاوي وعصام الهلالي وتيمور أحمد راغب، وللعودة للمقياس يرجى العودة للملاحق، وفي الحقيقة يعد هذا المقياس للوقوف على القدرات البدنية للاعب كرة الطائرة إلا أنه وبعد تعديله لملائمة الدراسة التي أجريناها والتي تدرس أهمية تقدير الذات البدنية خلال ممارسة الأنشطة البدنية، وبعد عرض المقياس على مجموعة من المحكمين والخبراء من أساتذة المعهد تم التحقق من الصدق حيث يتكون المقياس من 30 عبارة ويجيب الفرد على كل عبارة تبعا لمقياس ثنائي التدرج (تنطبق علي إلى حد ما، تنطبق علي تماما).

* تصحيح المقياس:

يتم تصحيح المقياس بالنسبة لكل بعد على حدة طبقا لما يلي :

- البعد الأول : (المظهر الخارجي للجسم) :

- العبارات أرقام : 1-11-21 يتم منح درجاتها كما يلي :

1	2	3	4
---	---	---	---

- العبارات أرقام : 6-16-26 يتم منح درجاتها كما يلي :

4	3	2	1
---	---	---	---

- البعد الثاني : (القوة البدنية) :

- العبارات أرقام : 7-17-27 يتم منح درجاتها كما يلي :

1	2	3	4
---	---	---	---

- العبارات أرقام : 2-12-22 يتم منح درجاتها كما يلي :

4	3	2	1
---	---	---	---

- البعد الرابع : (الحالة البدنية - اللياقة البدنية) :

- العبارات أرقام : 8-18-28 يتم منح درجاتها كما يلي :

1 2 3 4

- العبارات أرقام : 3-13-23 يتم منح درجاتها كما يلي :

4 3 2 1

- البعد الرابع (الكفاءة الرياضية) :

- العبارات أرقام : 4-14-24 يتم منح درجاتها كما يلي :

1 2 3 4

- العبارات أرقام : 9-19-29 يتم منح درجاتها كما يلي :

4 3 2 1

- البعد الخامس (قيمة الذات البدنية) :

- العبارات أرقام : 5-15-25 يتم منح درجاتها كما يلي :

1 2 3 4

- العبارات أرقام : 10-20-30 يتم منح درجاتها كما يلي :

4 3 2 1

و يتم جمع درجات كل بعد على حدة و كلما اقتربت درجة الفرد في كل بعد من الدرجة القصوى للبعد و قدرها 24 درجة كلما زاد اتسام الفرد بالميزات الإيجابية لهذا البعد ، كما يمكن المقارنة بين أبعاد المقياس بعضها البعض الآخر .

* سيكوميترية المقياس:

حساب صدق وثبات المقياس على عينة استطلاعية:

1- صدق المقياس:

يقصد بصدق أداة الدراسة؛ أن تقيس فقرات المقياس ما وضعت لقياسه، وقمنا بالتأكد من صدق المقياس من خلال:

- الصدق الظاهري (المحكمين):

تم توزيع المقياس وهو ما يعرف بالصدق الظاهري (صدق المحكمين) ويعرف الصدق الظاهري بأنه: "الإشارة إلى مدى قياس المقياس للغرض الذي وضع من أجله ظاهريا، ويتم التوصل إليه من خلال توافق تقديرات المحكمين والمختصين على درجة قياس المقياس للسمة (المتغير) والصدق الظاهري يقصد به المظهر العام للمقياس من حيث المفردات وكيفية صياغتها، ودقتها وموضوعتها ومدى مناسبة الأداة للغرض الذي وضع لأجله". (فرج، 2007، ص 239)

ومن أجل إيجاد الصدق الظاهري عرض المقياس على عدد من المحكمين في الاختصاص كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (01) يبين أسماء المحكمين للمقياس قيد الدراسة.

المحكم	المؤهل العلمي	الجامعة	القرار
01	ساسى عبد العزيز	البويرة	مقبول
02	طراد توفيق	البويرة	مقبول
03	الوناس عبد الله	البويرة	مقبول
04	قليل محمد	البويرة	مقبول
05	بعوش خالد	البويرة	مقبول

تمحورت مجمل آراء السادة المحكمين حول الموافقة على المقياس وذلك في إطار تحقيق الأهداف المسطرة في البحث والاشكالية.

- صدق الاتساق الداخلي للمقياس:

تم التأكد منه باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس.

أ- الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الضغوط:

الجدول رقم (02) يوضح مدى الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس إدراك الذات البدنية:

الدرجة الكلية للمقياس			الأبعاد
الدالة	القيمة الاحتمالية Sig	قيمة الارتباط البسيط r	
دال	0.001	**0.84	20
دال	0.001	**0.75	
دال	0.001	**0.72	
دال	0.001	**0.90	
دال	0.001	**0.90	
**دال: أي يوجد ارتباط معنوي بين البعد والدرجة الكلية للمقياس (الاستبيان) عند 0.01			
إذا كانت قيمة الاحتمال الخطأ (Sig or P-value) أقل من أو تساوي مستوى الدلالة 0.01 فإنه يوجد ارتباط معنوي.			

من النتائج الارتباطات الثنائية المبينة أعلاه نلاحظ أن كل الأبعاد تمتاز بالاتساق الداخلي مع الدرجة الكلية للمقياس حيث أن العلاقات الارتباطية دالة إحصائياً، إذ أن قيمة Sig (مستوى المعنوية / القيمة الاحتمالية) للقيم الإحصائية لمعامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) المحسوبة في كل بعد من أبعاد المقياس هي أقل من مستوى الدلالة (0.01)، ومنه أبعاد مقياس إدراك الذات البدنية متسقة وصادقة لما وضعت لقياسه.

2- ثبات المقياس:

ويقصد بثبات أداة الدراسة أنها تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيع الاستبيان (المقياس) أكثر من مرة، تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى، أن ثبات الاستبيان؛ يعني الاستقرار في نتائج الاستبيان، وعدم تغييرها بشكل كبير، فيما لو تم إعادة توزيعها على أفراد العينة، عدة مرات، خلال فترات زمنية معينة، وقد تم التحقق من ثبات المقياس من خلال استخدام طريقة معامل ألفا كرومباخ، وطريقة التجزئة النصفية.

- حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

- الجدول رقم 03 يوضح المجالات المختلفة لدرجة الثبات (Alpha)

قيمة (Alpha)	دلالة (Alpha)
$0.6 > \text{Alpha}$	غير كافية
$0.65 > \text{Alpha} > 0.6$	ضعيفة
$0.70 > \text{Alpha} > 0.65$	مقبولة نوعا ما
$0.85 > \text{Alpha} > 0.70$	حسنة
$0.90 > \text{Alpha} > 0.85$	جيدة
$0.90 < \text{Alpha}$	ممتازة

المصدر: Mana carricano et Fanny Poujol ,Analyse de données avec spss ,Edition PERSON ,2009, p53

جدول رقم (04): يبين قيمة معامل Cronbach's Alpha للمقياس

النتيجة	عدد العبارات	قيمة ألفا كرونباخ	المقياس
ثابت	30	0.87	ادراك الذات البدنية

نجد أن قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس مرتفعة وهي أكبر من الحد الأدنى 0.6 مما يدل على ثبات أداة الدراسة وتجدر الإشارة إلى أن معامل ألفا كرونباخ كلما اقتربت قيمته من 1 دل على أن قيمة الثبات مرتفعة.

نستنتج أنه بعد تطبيق المقياس على دراسة استطلاعية والقيام بالإجراءات الإحصائية المناسبة ظهر لنا أنها (المقياس) على درجة عالية من الصدق والثبات وعليه سنطبقها على عينة الدراسة الأساسية.

- حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

جدول رقم (05): يبين قيمة معامل Guttman للمقياس.

المقياس	معامل جتمان Guttman	عدد العبارات	النتيجة
إدراك الذات البدنية	0.92	30	ثابت

من خلال الجدول نجد أن قيمة معامل جتمان بلغت **0.92** وهي قيمة مرتفعة مما يدل على ثبات أداة الدراسة.

نستنتج أنه بعد تطبيق المقياس على دراسة استطلاعية والقيام بالإجراءات الإحصائية المناسبة ظهر لنا أن (المقياس) على درجة عالية من الصدق والثبات وعليه سنطبقه على عينة الدراسة الأساسية.

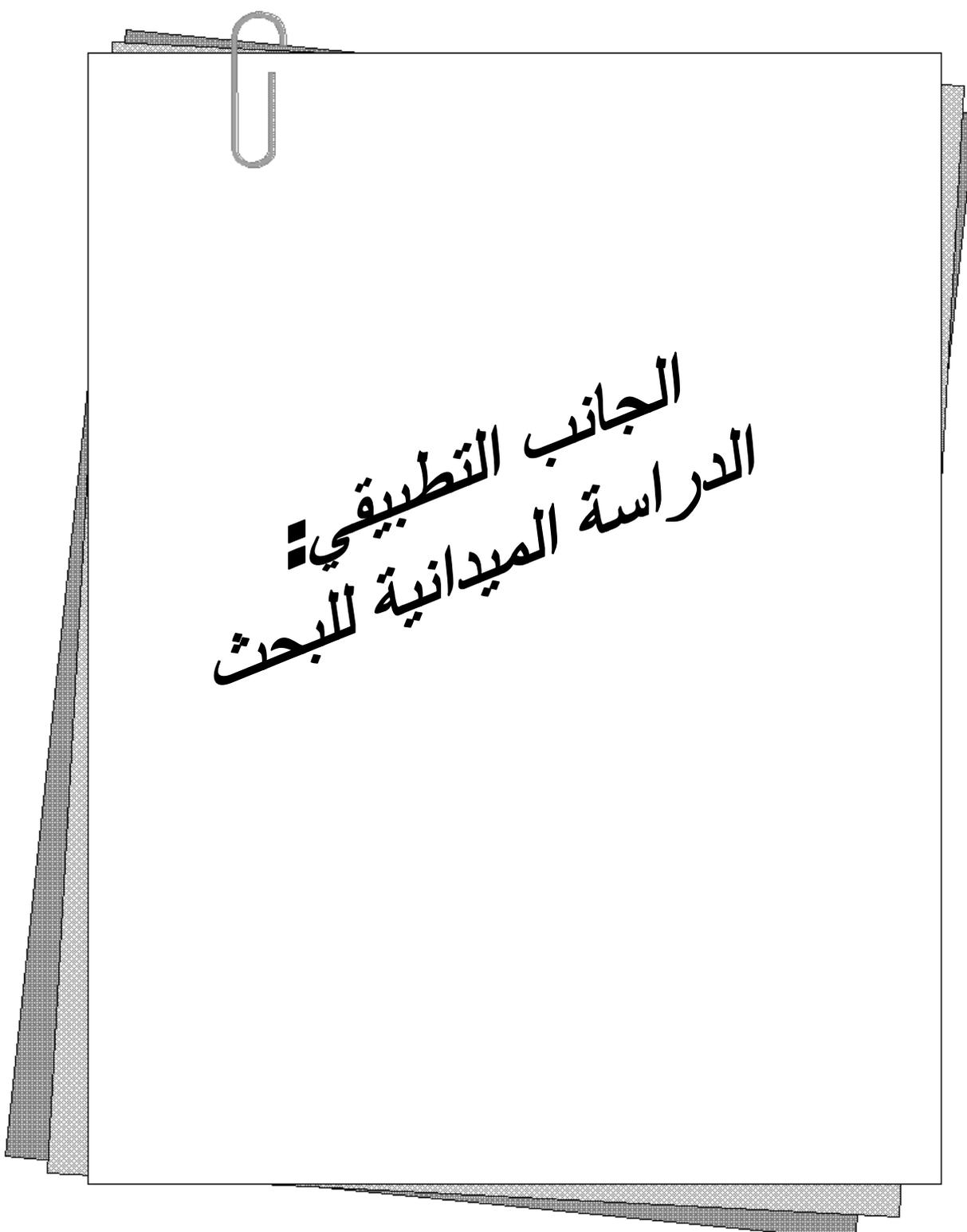
ثالثاً: الموضوعية: يقصد بالموضوعية عدم التأثر بالأحكام الذاتية لمصححين، وان تعتمد نتائجه على الحقائق المتعلقة بموضوع الاختبار وحده، أي لا تختلف درجة الفرد باختلاف المصححين الذين يقومون بتقدير الاختبارات (عصام الدين، 2003، ص303-304)، ويشير الخبراء أن الموضوعية تضمن ثبات المصحح أو الحكم، وهو ثبات بين المحكمين ويتم الحصول على هذا النوع من الثبات عن طريق معامل الارتباط بين محكمين أو أكثر يقومون بالتحكيم لنفس الأفراد ولنفس الاختبار في نفس الوقت.

ومن هذا المنطلق تم حساب معامل الثبات بين تصحيح محكمين مختلفين، حيث بعد إعطاء درجات لكل عبارة، وجمع درجة عبارات كل بعد إضافة إلى جمع الدرجات للمقياس ككل بالنسبة للعينة الاستطلاعية، قمنا بتفريغ النتائج على حدى، والنتائج المتحصل عليها، هذا ما يدل على موضوعية المقياس.

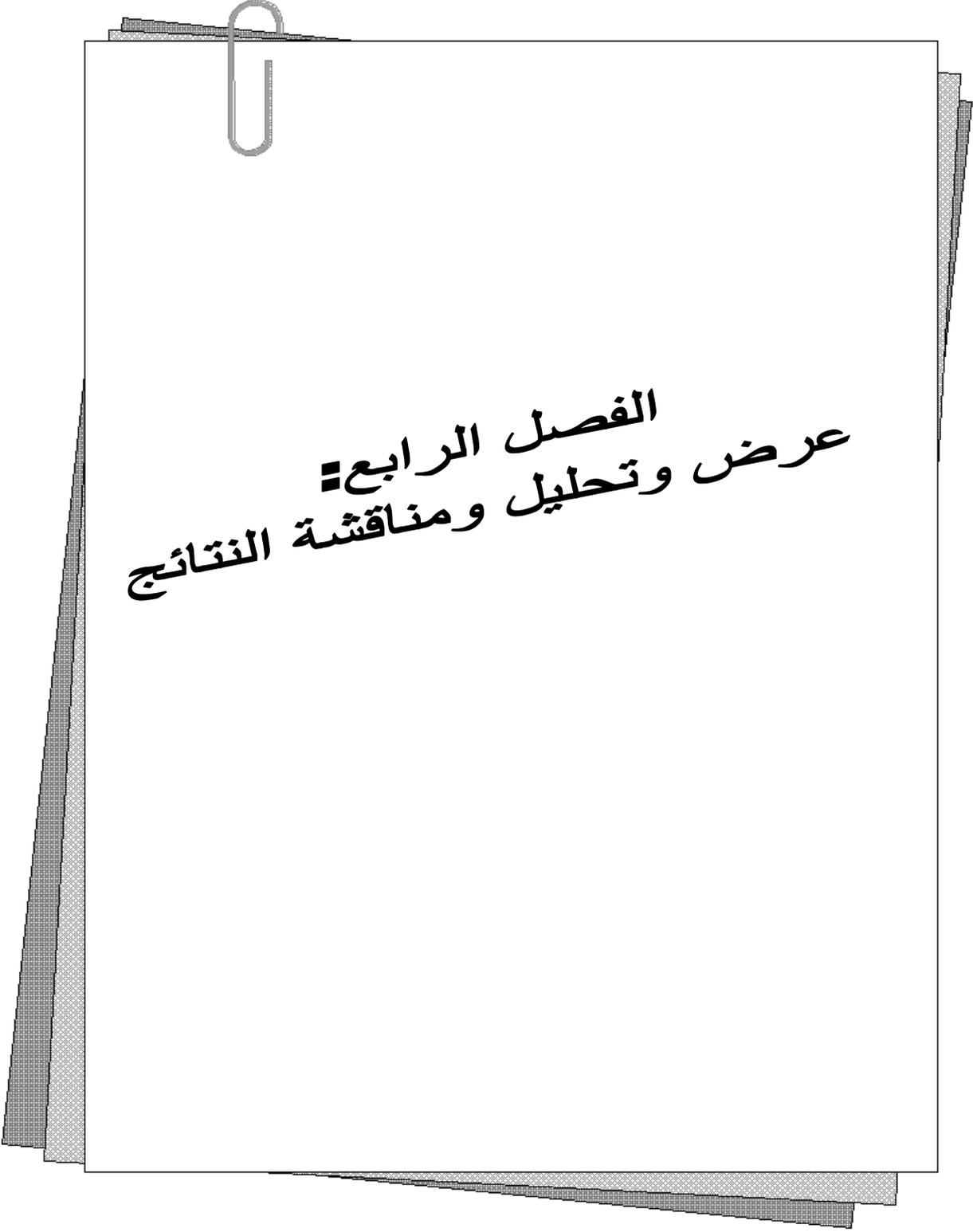
خلاصة:

لقد قمنا في هذا الفصل بتحليل النتائج الخاصة بالدراسة الميدانية وفي النتائج المتحصل عليها منهجية علمية قمنا بتحليل نتائج المحصل عليها وتحليل نتائج الاستمارة الخاصة بعينة بحثنا.

وكان الغرض من ذلك وضع تمهيد لها سوف يتم التطرق إليه لاحقا حيث يمدنا تحليل بعض خصائص العينة بمعطيات تساعدنا على فهم أعمق لتلك النتائج المحصل عليها بعد تصحيح مقياس الدراسة وتفريغ نتائجه وذلك بمساعدة برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وبرنامج الإكسل (Excel).



الجانب التطبيقي:
الدراسة الميدانية للبحث



الفصل الرابع:
عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد:

بعد إتباع الخطوات المنهجية للبحث، يأتي هذا الفصل الذي نقوم فيه بجمع النتائج المتحصل عليها وعرضها وتحليلها ومناقشتها وهي من الخطوات التي يجب على الباحثين القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات من عدمها، كما يسهل عملية مقارنة النتائج المتحصل عليها بالفرضيات المطروحة من أجل الخروج بدراسة واضحة المعالم وخالية من المبهمات، وذات قيمة علمية تعود بالفائدة على البحث بصفة عامة، كما سنحاول من خلاله أيضا إعطاء بعض التفسير لإزالة الإشكال المطروح في الدراسة مع الحرص أن تكون مصاغة بطريقة منظمة، وهذا إنطلاقا من النتائج التي جمعت من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة البويرة، لذا يكمن الهدف الرئيسي من هذا الفصل تحويل تلك النتائج الميدانية الى نتائج ذات قيمة علمية وعملية يمكن الإعتماد عليها في بلوغ الأهداف الأساسية للدراسة.

4-1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: مستوى تقدير الذات البدنية لدى الطلاب مرتفع.

4-1-1- عرض نتائج الفرضية الأولى:

أولاً: بعد المظهر الخارجي للجسم.

n = 46						
البعد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الوسط الفرضي	قيمة T-test	قيمة Sig
المظهر الخارجي للجسم	16.80	2.63	0.39	15	4.65	0.001

نلاحظ من خلال الجدول (06) أن الوسط الحسابي لبعد المظهر الخارجي للجسم بلغ (16.80) بانحراف معياري (2.63) وخطأ معياري (0.39) في حين أن الوسط الفرضي بلغ (15)، ولبيان حقيقة الفروق بين المتوسطين (المحسوب والفرضي) استخدمنا الاختبار المعلمي (اختبار T ستودنت لعينة واحدة) حيث جاءت قيم (T-test) المحسوبة بمقدار (4.65) وباحتمالية خطأ (P-Value/Sig) بلغت (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (المعنوية) 0.05 (نرفض H_0 ونقبل H_1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قيم الوسطين وفي اتجاه الوسط الأكبر (الوسط المحسوب) باحتمال (P-Value ÷ 2 = 0.0005)، وبالتالي مستوى بعد المظهر الخارجي للجسم لدى الطلاب مرتفع.

ثانياً: بعد القوة البدنية.

n = 46						
البعد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الوسط الفرضي	قيمة T-test	قيمة Sig
القوة البدنية	16.06	2.93	0.43	15	2.46	0.02

نلاحظ من خلال الجدول (07) أن الوسط الحسابي لبعد القوة البدنية بلغ (16.06) بانحراف معياري (2.93) وخطأ معياري (0.43) في حين أن الوسط الفرضي بلغ (15)، ولبيان حقيقة الفروق بين المتوسطين (المحسوب

والفرضي) استخدمنا الاختبار المعلمي (اختبار T ستبوندنت لعينة واحدة) حيث جاءت قيم (T-test) المحسوبة بمقدار (2.46) وباحتمالية خطأ (P-Value/Sig) بلغت (0.02) وهي أقل من مستوى الدلالة (المعنوية) 0.05 (نرفض H_0 ونقبل H_1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قيم الوسطين وفي اتجاه الوسط الأكبر (الوسط المحسوب) باحتمال ($P\text{-Value} \div 2 = 0.01$)، وبالتالي مستوى بعد القوة البدنية لدى الطلاب مرتفع.

ثالثاً: بعد الحالة البدنية – اللياقة البدنية.

n = 46						
البعد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الوسط الفرضي	قيمة T-test	قيمة Sig
الحالة البدنية	17.39	2.71	0.40	15	5.98	0.001

نلاحظ من خلال الجدول (08) أن الوسط الحسابي لبعدها البدنية بلغ (17.93) بانحراف معياري (2.71) وخطأ معياري (0.40) في حين أن الوسط الفرضي بلغ (15)، وليبيان حقيقة الفروق بين المتوسطين (المحسوب والفرضي) استخدمنا الاختبار المعلمي (اختبار T ستبوندنت لعينة واحدة) حيث جاءت قيم (T-test) المحسوبة بمقدار (5.98) وباحتمالية خطأ (P-Value/Sig) بلغت (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (المعنوية) 0.05 (نرفض H_0 ونقبل H_1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قيم الوسطين وفي اتجاه الوسط الأكبر (الوسط المحسوب) باحتمال ($P\text{-Value} \div 2 = 0.0005$)، وبالتالي مستوى بعد الحالة البدنية لدى الطلاب مرتفع.

رابعاً: بعد الكفاءة الرياضية.

n = 46						
البعد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الوسط الفرضي	قيمة T-test	قيمة Sig
الكفاءة الرياضية	16.72	3.22	0.47	15	3.61	0.001

نلاحظ من خلال الجدول (09) أن الوسط الحسابي لبعده الكفاءة الرياضية بلغ (16.72) بانحراف معياري (3.22) وخطأ معياري (0.47) في حين أن الوسط الفرضي بلغ (15)، ولبيان حقيقة الفروق بين المتوسطين (المحسوب والفرضي) استخدمنا الاختبار المعلمي (اختبار T ستودنت لعينة واحدة) حيث جاءت قيم (T-test) المحسوبة بمقدار (3.61) وباحتمالية خطأ (P-Value/Sig) بلغت (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (المعنوية) 0.05 (نرفض H_0 ونقبل H_1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قيم الوسطين وفي اتجاه الوسط الأكبر (الوسط المحسوب) باحتمال (P-Value ÷ 2 = 0.0005)، وبالتالي مستوى بعد الكفاءة الرياضية لدى الطلاب مرتفع.

خامساً: بعد قيمة الذات البدنية.

n = 46						
قيمة Sig	قيمة T-test	الوسط الفرضي	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	البعده
0.001	5.70	15	0.41	2.76	17.33	قيمة الذات البدنية

نلاحظ من خلال الجدول (10) أن الوسط الحسابي لبعده قيمة الذات البدنية بلغ (17.33) بانحراف معياري (2.76) وخطأ معياري (0.41) في حين أن الوسط الفرضي بلغ (15)، ولبيان حقيقة الفروق بين المتوسطين (المحسوب والفرضي) استخدمنا الاختبار المعلمي (اختبار T ستودنت لعينة واحدة) حيث جاءت قيم (T-test) المحسوبة بمقدار (5.70) وباحتمالية خطأ (P-Value/Sig) بلغت (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (المعنوية) 0.05 (نرفض H_0 ونقبل H_1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قيم الوسطين وفي اتجاه الوسط الأكبر (الوسط المحسوب) باحتمال (P-Value ÷ 2 = 0.0005)، وبالتالي مستوى بعد قيمة الذات البدنية لدى الطلاب مرتفع.

سادسا: مستوى إدراك الذات ككل.

n = 46						
مقياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الوسط الفرضي	قيمة T-test	قيمة Sig
إدراك الذات	84.30	11.59	1.75	75	5.32	0.001

نلاحظ من خلال الجدول (11) أن الوسط الحسابي لمقياس إدراك الذات البدنية بلغ (84.30) بانحراف معياري (11.59) وخطأ معياري (1.75) في حين أن الوسط الفرضي بلغ (75)، ولبيان حقيقة الفروق بين المتوسطين (المحسوب والفرضي) استخدمنا الاختبار المعلمي (اختبار T ستودنت لعينة واحدة) حيث جاءت قيم (T-test) المحسوبة بمقدار (5.32) وباحتمالية خطأ (P-Value/Sig) بلغت (0.001) وهي أقل من مستوى الدلالة (المعنوية) 0.05 (نرفض H_0 ونقبل H_1)، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين قيم الوسطين وفي اتجاه الوسط الأكبر (الوسط المحسوب) باحتمال (P-Value ÷ 2 = 0.0005)، وبالتالي مستوى إدراك الذات البدنية لدى الطلاب مرتفع.

4-1-2- مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

تفسر الباحثان المستوى المرتفع لإدراك الذات البدنية لدى الطلاب، بأن الطلاب في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية يمارسون العديد من الأنشطة الرياضية (ألعاب القوى، سباحة، كرة القدم، كرة اليد... إلخ)، كما أن الجرعات التي يتعرضون لها جعلت من أجسامهم ملائمة نوعا ما وتتناسب مع نوع النشاط الرياضي التخصصي مما انعكس إيجابا على ذاتهم البدنية.

وتتفق نتائج هذه الدراسة بما قام محافظة والزعبي (2006) في دراسة على العوامل الاجتماعية والاقتصادية والأكاديمية المؤثرة في مفهوم الذات والذات البدنية لدى طلبة الجامعة الهاشمية.

4-2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: توجد علاقة ارتباطية بين مكونات الذات البدنية والتحصيل العملي لدى الطلاب.

4-2-1- عرض نتائج الفرضية الثانية.

جدول (12): معامل الارتباط البسيط بين مكونات الذات البدنية والتحصيل العملي لدى الطلاب.

التحصيل العملي			عدد العينة	المتغيرات
الدلالة	القيمة الاحتمالية Sig	قيمة الارتباط البسيط r		
غير دال	0.14	-0.28	46	المظهر الخارجي للجسم
غير دال	0.54	0.09		القوة البدنية
غير دال	0.20	-0.19		الحالة البدنية
غير دال	0.88	-0.02		الكفاءة الرياضية
غير دال	0.47	-0.11		قيمة الذات البدنية

يتبين من الجدول (12) ما يلي:

- بلغت قيمة الارتباط بين المظهر الخارجي للجسم والتحصيل العملي (-0.28) وهو ارتباط عكسي ضعيف، كما بلغت القيمة الاحتمالية للارتباط (0.14) وهي أكبر من 0.05 وبالتالي الارتباط غير دال إحصائياً.
- بلغت قيمة الارتباط بين القوة البدنية والتحصيل العملي (0.09) وهو ارتباط طردي ضعيف جداً، كما بلغت القيمة الاحتمالية للارتباط (0.54) وهي أكبر من 0.05 وبالتالي الارتباط غير دال إحصائياً.
- بلغت قيمة الارتباط بين الحالة البدنية والتحصيل العملي (-0.19) وهو ارتباط عكسي ضعيف، كما بلغت القيمة الاحتمالية للارتباط (0.20) وهي أكبر من 0.05 وبالتالي الارتباط غير دال إحصائياً.
- بلغت قيمة الارتباط بين الكفاءة الرياضية والتحصيل العملي (-0.02) وهو ارتباط عكسي ضعيف جداً، كما بلغت القيمة الاحتمالية للارتباط (0.88) وهي أكبر من 0.05 وبالتالي الارتباط غير دال إحصائياً.

- بلغت قيمة الارتباط بين المظهر الخارجي للجسم والتحصيل العملي (0.11-) وهو ارتباط عكسي ضعيف جدا، كما بلغت القيمة الاحتمالية للارتباط (0.47) وهي أكبر من 0.05 وبالتالي الارتباط غير دال إحصائيا.

4-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

تنوعت الارتباطات التي ظهرت بين الطردية والعكسية حيث تعزو الباحثتان ذلك إلى صغر حجم العينة فضلا عن تقارب مستوى الذات البدنية بين الطلاب مما يقلل أحيانا من قيمة الارتباط، ومن ناحية أخرى فإن انخفاض مستوى التحصيل في مقياس ألعاب القوى يمكن أن يفسر لنا طبيعة الارتباطات غير المعنوية مع مكونات الذات البدنية التي غلبت على نتائج هذا البحث، إضافة لذلك ربما يكون لكثرة غياب بعض الطلاب في الجانب العملي الأثر الكبير على طبيعة العلاقة بين مكونات إدراك الذات البدنية ومستوى التحصيل نظرا لما يتحصلون عليه من درجات منخفضة، وعليه فإنه يمكن أن نشير إلى أن الإدراك الإيجابي للذات البدنية يولد الدافعية والثقة بالنفس للأداء لكنه لا يكفي ما لم يقترن بالارتقاء بمستوى القدرات الحقيقية المتأتمية من خلال ارتفاع مستوى اللياقة البدنية والمداومة على التدريب والممارسة للتعلم خارج أوقات الدروس العملية، إذ أن "الإدراك الإيجابي قد يصطدم بواقع منخفض المستوى مما يولد مردودا عكسيا للذات الايجابية وينعكس على قلة الدافعية وعدم الرغبة والإقبال على الأداء". (العكام، 2005، ص51)

وهذا يتفق مع نتائج دراسة بوزديلة زوهير (2016) والتي توصلت إلى أن تقدير الذات البدنية له ارتباط قوي بالتوجه الرياضي والتوجه نحو التنافس والفوز.

4-3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة: يمكن تحديد نسبة مساهمة إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى الطلاب.

4-3-1- عرض نتائج الفرضية الثالثة:

الجدول (13): يوضح نتائج الانحدار الخطي المتعدد لبيان نسبة مساهمة مكونات إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي.

التحصيل العملي							المتغير التابع	
القيمة الاحتمالية sig	F	مستوى الدلالة a	نسبة المساهمة R ²	معامل الارتباط	اختبار ستودنت		معلومات الانحدار	المتغير المستقل
					Sig	قيمة t		
0.44	0.98	0,05	0.11	0.33	0,001	5.71	16.37	B
					0.19	1.32	-0.28	X ₁
					0.44	0.77	0.19	X ₂
					0.83	0.21	-0.04	X ₃
					0.74	0.33	-0.07	X ₄
					0.78	0.27	0.09	X ₅

B: الثابت constan.
X₁: المظهر الخارجي للجسم.
X₂: القوة البدنية.
X₃: الحالة البدنية.
X₄: الكفاءة الرياضية.
X₅: قيمة الذات البدنية.

يتبين من خلال نتائج الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط المتعدد بين مكونات إدراك الذات البدنية (المظهر الخارجي للجسم، القوة البدنية، الحالة البدنية، الكفاءة الرياضية، قيمة الذات البدنية) والتحصيل العملي بلغت (0.33)، مما يؤكد وجود ارتباط طردي ضعيف بين مكونات إدراك الذات البدنية والتحصيل العملي. كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة نسبة المساهمة بلغت (0.11) أي أن المتغير المستقل (مكونات إدراك الذات البدنية) يفسر 11% من تباين المتغير التابع (التحصيل العملي)، ونلاحظ أن قيمة F تساوي (0.98) باحتمالية (0.44) وهي أكبر من 0.05، وبذلك فالانحدار غير دال إحصائياً، بمعنى أنه توجد نسبة مساهمة بين المتغيرين لكن لا ترقى لمستوى المعنوية (الدلالة الاحصائية).

ويشير الجدول إلى أن قيمة (T) المحسوبة لمعامل التقاطع (المقدار الثابت) بلغت (5.71) باحتمالية (0.001) وهي أقل من 0.05 مما يعني دلالتها الاحصائية، كما جاءت قيم (T) المحسوبة لمعاملات الانحدار جاءت على التوالي (1.32، 0.77، 0.21، 0.33، 0.27)، بينما قيم Sig بلغت (0.19، 0.44، 0.83، 0.74، 0.78) وهي أكبر من 0.05، وبذلك لا يمكن وضع المعادلة التنبؤية (للتحصيل العملي)، بدلالة (مكونات إدراك الذات البدنية)، باستعمال معادلة الانحدار الخطي المتعدد.

الجدول (14): يوضح نتائج الانحدار الخطي البسيط لبيان نسبة مساهمة مكونات إدراك الذات البدنية مجتمعة في التحصيل العملي.

التحصيل العملي								المتغير التابع	
القيمة الاحتمالية sig	F	مستوى الدلالة a	نسبة المساهمة R ²	معامل الارتباط	اختبار ستيودنت		معلومات الانحدار	B	إدراك الذات
					Sig	قيمة t			
0.47	0.53	0.05	0.01	0.11	0.001	6.34	16.11	B	إدراك
					0.47	0.72	-0.02	X	الذات

B: الثابت constan.
X: مكونات إدراك الذات مجتمعة.

يتبين من خلال نتائج الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط البسيط بين مكونات إدراك الذات البدنية (المظهر الخارجي للجسم، القوة البدنية، الحالة البدنية، الكفاءة الرياضية، قيمة الذات البدنية) مجتمعة والتحصيل العملي بلغت (0.11)، مما يؤكد وجود ارتباط طردي منخفض جدا بين مكونات إدراك الذات البدنية مجتمعة والتحصيل العملي.

كما يتضح من نفس الجدول أن قيمة نسبة المساهمة بلغت (0.01) أي أن المتغير المستقل (مكونات إدراك الذات البدنية مجتمعة) يفسر 1% من تباين المتغير التابع (التحصيل العملي)، ونلاحظ أن قيمة F تساوي (0.53) باحتمالية (0.47) وهي أكبر من 0.05، وبذلك فالانحدار غير دال إحصائياً، بمعنى أنه توجد نسبة مساهمة بين المتغيرين لكن لا ترقى لمستوى المعنوية (الدلالة الاحصائية).

ويشير الجدول إلى أن قيمة (T) المحسوبة لمعامل التقاطع (المقدار الثابت) بلغت (6.34) باحتمالية (0.001) وهي أقل من 0.05 مما يعني دلالتها الاحصائية، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة لمعامل الانحدار X

(0.72)، باحتمالية (0.47) وهي أكبر من 0.05، وبذلك لا يمكن وضع المعادلة التنبؤية (للتحصيل العملي)، بدلالة (مكونات إدراك الذات البدنية مجتمعة)، باستعمال معادلة الانحدار الخطي البسيط.

4-3-2- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

من خلال ما تقدم من نتائج يمكننا أن نميز بأن مكونات الذات البدنية سواء منفردة أو مجتمعة لها علاقة وتؤثر في التحصيل العملي للطلاب، إذ أن التحصيل يأتي من خلال سلوك حركي يمثل العديد من المهارات (النفس - حركية)، لذا فقط ظهر ارتباط وتأثير حتى ولو لم يكن معنويًا، فسلوك الانسان وشخصيته تتأثران بما يحمله من مفهوم لذاته مما جعلنا نفترض وجود علاقة وثيقة بين سلوك الفرد ومفهومه عن ذاته، وإن "مفهوم الذات عملية معرفية يشكل فيها الفرد حكماً أو إدراكاً ذاتياً بالنسبة لقدراته لمواجهة متطلبات معينة كما أنه يؤثر في كل من دافعية الانجاز للفرد وذلك على مستوى أدائه العضلي، ومن ناحية أخرى تؤثر في سلوك الانجاز" (علاوي، 1998، ص 275).

وترى الباحثان بأن ظهور هذا التأثير في التحصيل العملي لمادة ألعاب القوى يعود إلى ثقة الطلاب بأنفسهم عند ممارسة تمارين اللياقة البدنية وإدراكهم لمستوى اللياقة البدنية من خلال التنوع والانضباط في الأداء والسعي للتقدم وإظهار الأفضل سيما وأن الطلاب في سن اكتساب اللياقة وحب المظهر الخارجي للجسم، وهنا تأتي الكفاءة الرياضية من خلال ما يفرضه مستوى التحصيل للعديد من المواد العملية التي تعكس حالة التعلم للمهارات الحركية كما أن المشاعر الايجابية والثقة بالذات البدنية يدفعان الطلاب لبذل المزيد من الجهد للتعلم والأداء الجيد واكتساب القوة فضلا عن تحقيق المستويات المتقدمة نسبة لأقرانهم والشعور بالرضا الحركي، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه دراسة لعروسي حكيم (2017) التي توصلت إلى أن الذات البدنية ترتبط بالرضا الحركي. إضافة إلى أن "الفرد ذو المفهوم الايجابي للذات يشعر أن لديه ذات قوية تعمل بكفاءة ومثل هذا التفاعل ينتج عنه الأداء الجيد" (محمد، 1990، ص 317).

وتضيف الباحثين بأن نسبة المساهمة بالتحصيل من خلال مكونات الذات البدنية منفردة ومجمعة كانت نسبة ضئيلة (11%، 1%) وهذا ما يعطينا مؤشرا للبحث عن متغيرات أخرى قد يكون لها الأثر الكبير في مستوى التحصيل العملي، وهذه النسبة تعكس لنا المدى الذي يمكن أن تصل إليه هذه المتغيرات من حيث الأهمية المحدودة جدا.

- مقابلة الفرضيات الجزئية بالفرضية العامة:

التقدير	صياغتها	الفرضية
تحققت	مستوى الذات لدى الطلاب مرتفع.	01
تحققت	توجد علاقة إرتباطية بين إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى الطلاب.	02
تحققت	يمكن تحديد نسبة مساهمة إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى الطلاب	03
تحققت	لإدراك الذات البدنية أثر في التحصيل العملي للطلاب	الفرضية العامة

خلاصة:

توصلنا خلال هذا الفصل إلى تحويل وتفريغ المعطيات الرقمية للنتائج من خلال مقياس إدراك الذات البدنية، في مجموعة من الجداول من خلال إستعمال الوسائل الإحصائية المختلفة، وهذا لإبراز القيمة العلمية لهذه النتائج من خلال مناقشتها وتفسيرها للتعرف على أهم الجوانب المتعلقة بالظاهرة محل الدراسة وأثرها على الطلبة ، كما قمنا بعرض ومناقشة وتحليل النتائج وللوصول لهذه النتائج إستخدمنا الوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، ت ستودنت، معامل ألفا كرونباخ.

وبعد التأكد من صحة كل الفرضيات ما يعني الإجابة عن التساؤلات التي أثارته الدراسة مسبقا، مما يمكننا من إستخلاص تحقق الفرضية العامة للبحث التي مفادها "الإدراك الذات البدنية أثر في التحصيل العملي للطلاب.



الإستنتاج العام

- الاستنتاج العام:

من خلال دراستنا لموضوع تقدير الذات البدنية ومدى أهميتها في الأنشطة البدنية حاولنا معرفة أثر إدراك الذات البدنية لطلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ولتحقيق هذه الأهداف طرحنا فرضيات تساعد على السير المنهجي، وبناء على النتائج المتوصل إليها بغية إيجاد حل لمشكلة البحث ولذلك اعتمدنا على البيانات والمعلومات المتحصل عليها، حيث استطعنا الكشف عن أثر إدراك الذات البدنية على التحصيل العملي للطلاب، تم التوصل على بعض النتائج والتي تتمثل في:

* استنتجنا أن مستوى تقدير الذات البدنية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية مرتفع.

* أنه توجد علاقة ارتباطية بين مكونات الذات البدنية والتحصيل العملي لدى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

* أنه يمكن تحديد نسبة مساهمة إدراك الذات البدنية في التحصيل العملي لدى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.

ومن خلال هذه النتائج يرى الباحثان أن لإدراك الذات البدنية أثر في التحصيل العملي للطلاب.

نقول في الأخير أن التحصيل العملي للطلاب مرهون بمستوى تقدير الذات البدنية الخاصة بهم وارتفاع مستوى الأخير دافع ومحفز نفسي قوي للطلاب لأن العامل النفسي لديهم مقومات، فكلما كان أكثر جاهزية من الناحية النفسية كلما خدمه ذلك في تحقيق الأهداف والإنجازات، هذا ما بينه نتائج بحثنا وهذا ما خرجت به الدراسات السابقة في متغير الدراسة المهمين في الجاهزية النفسية الخاصة بالطلاب.



الخطبة

الخاتمة:

بعد طرح إشكالية الدراسة التي تسألنا فيها حول أثر الذات البدنية على التحصيل العملي لدى الطلاب، وبعد صياغة الفرضيات كإجابة مؤقتة للتساؤلات التي طرحت، ولفحص ومعالجة فرضيات الدراسة قمنا بدراسة ميدانية في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة تم اختيار عينة قوامها 46 طالب، وأيضا استخدام مقياس إدراك الذات البدنية ، لجمع المعلومات الضرورية لموضوع الدراسة، التي بدأت بإشكالية وافتراسات وانتهت بحلول ونتائج مع اقتراحات وفروض مستقبلية تساعد الباحث على مواصلة البحث من جوانب أخرى، حيث تم معالجة وتحليل المعلومات المجموعة بالاعتماد على العمل المنهجي المنظم الذي لا يخلو من الضوابط والالتزامات التي يتطلبها أي بحث علمي، لهذا كانت أهم خطوة ركزت عليها الباحثتان هي تنظيم العمل وفق إطار علمي ممنهج.

إذ يتمحور الهدف الرئيسي من هذه الدراسة إلى معرفة أثر إدراك الذات البدنية على التحصيل العملي للطلاب والتي تم فيها جمع المعطيات والمفاهيم والمعلومات الهامة.

وبعد تطبيق المقياس والمعالجة الإحصائية للنتائج تبين أن لإدراك الذات البدنية أثر على التحصيل العملي للطلاب ما أكدته نتائج القياس.

وتفتح هذه النتائج المتوصل إليها أفقا جديدة لبحوث مستقبلية قادمة في هذا المجال الخصب، تسعى للدراسة والبحث على العينة نفسها وفق متغيرات وتأثيرات أخرى جديدة الأمر الذي يساهم دون شك في التعرف على أهمية إدراك الذات البدنية ودورها على التحصيل العملي للطلاب.



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي
خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ
وَالَّذِي يُضَوِّبُ الْمَوْتِ
الَّذِينَ يُؤْتِي الْحَيَاةَ
مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ
بِشَيْءٍ قَدِيرٌ

* الاقتراحات و الفروض المستقبلية:

- التكتيف من الأنشطة البدنية لما لها من أهمية في رفع مستوى تقدير الذات البدنية.
 - إعداد مناهج تربية تساهم في رفع تقدير الذات البدنية.
 - تنمية تقدير الذات الإيجابي.
 - ضرورة استخدام مقاييس لتقدير الذات البدنية لكشف الأفراد منخفضي تقدير الذات لإخضاعهم لبرامج إرشادية.
 - القيام بدراسة لتطوير و تنمية تقدير الذات لدى الأفراد.
 - تنفيذ برنامج إرشادي لرفع مستوى التحصيل العملي لدى الأفراد وتنمية تقدير الذات الايجابية لديهم.
 - استعمال الأستاذ الرياضي التعزيز والتدعيم الايجابي الذي يزيد من تقدير الذات البدنية.
 - التركيز على أهمية تقدير الذات البدنية كعامل نجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية للطالب.
 - التأكد على إجراء بحوث مشابهة للبحث حول تقدير الذات البدنية والتحصيل العملي بعينات مختلفة.
 - إقامة ملتقيات ومحاضرات في هذا الشأن من أجل الوقوف بتمعن على الأهمية البالغة لهذا الموضوع النفسي الحساس.
 - الاستفادة المثالية من الدراسات الغربية في موضوع تقدير الذات البدنية وكذا التحصيل العملي.
- وفي الأخير نرجو من كل المسؤولين والمربين والأولياء أخذ هذه الاقتراحات و التوصيات بعين الاعتبار والعمل على تجسيدها على أرض الواقع.



السيلبيو غرافيا

قائمة المراجع باللغة العربية:

1. أحمد ماهر أنور حسن، التدريس في التربية الرياضية، دارا لفكر العربي، القاهرة، 2007
2. أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية المهنة والإعداد، ط1، القاهرة، دار الفطر العربي، 1996
3. أيت قاسي عبد الحق، أثر ممارسة التربية البدنية والرياضية على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ليسانس، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله - جامعة الجزائر - 2011/2012،
4. بوتلجة غياث، الأسس النفسية للتكوين ومناهجه، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1984
5. رباح مدقن، التوجيه بالرغبة وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي، مذكرة ليسانس، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة - ، 2013/2014
6. رحمان سليم، تأثير التدريس بالمقاربة بالكفاءات على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور الثانوي، مذكرة ليسانس، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، السنة 2012/2013
7. سعدي مصطفى، انعكاس الإصابات الرياضية على تقدير الذات لدى الرياضي الجزائري، رسالة ماجستير، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، 2014/2015
8. شاعر طارق، الأسلوب البيداغوجي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، رسالة ماجستير، الجزائر، 2000
9. شلغوم عبد الرحمان، تحديد النموذج الحقيقي للأستاذ المتخرج من معهد التربية البدنية والرياضية، رسالة ماجستير، الجزائر، جامعة الجزائر 2، معهد التربية البدنية والرياضية، 1997
10. صفوت فرج، القياس النفسي، مكتبة أنجلو المصرية، القاهرة، مصر، الطبعة السادسة، 2007، ص 239.
11. عبد الجليل زوبعي وآخرون، علم النفس التربوي، ط4، بغداد، مطبعة وزارة التربية، 1987

12. عبد الحق قحمص، أهمية تقدير الذات البدنية خلال ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية لتلاميذ الطور المتوسط، مذكرة ماجستير، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة -، 2014/2013
13. علاوي ، محمد حسن (1998): مدخل في علم النفس الرياضي ، ط1، دار الكتاب للنشر ، القاهرة .
14. عموش مريم، انعكاسات النشاط البدني الرياضي على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، مذكرة ليسانس، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، 2016/2015
15. غسان محمد الصادق، فاطمة ياس الهاشمي، الاتجاهات الحديثة في طرق التدريس التربوية البدنية والرياضية، 1988
16. فايز عبد الكريم الناظور، التحفيز ومهارة تطوير الذات، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، ط1،
17. الفرحاتي السيد محمود، علم النفس الايجابي للطفل، دار الجامعة الجديدة، الإسكندرية، 2012.
18. ماجد محمد الخياط، أساليب البحث العلمي، دار الراية للنشر والتوزيع، الأردن، 2011
19. محمد ، زوزو حامد الحسب (1990): مفهوم الذات وعلاقته بمستوى الأداء المهاري في كرة اليد لطالبات كلية التربية الرياضية بالإسكندرية، بحث منشور، المؤتمر العلمي الأول، مجلد2، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق
20. مروان عبد الحميد، الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية، عمان، دار الفكر، 1999
21. موسى بلبول، اتجاهات بعض الأنماط الجسمية نحو إدراك الذات البدنية في حصة التربية البدنية والرياضية، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر، 2007/2008
22. ناصر ميزاب، إشكالية مفهوم الذات، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، ط1، 2013.
23. العكام، عائدة محمد. (2005). علاقة النمط الجسمي والذات البدنية بالتحصيل العملي لطلاب كلية التربية الرياضية. رسالة ماجستير. جامعة الموصل. العراق.

24. يحياوي وليد،مدى تأثير ممارسة الرياضة اللاصفية على التحصيل الدراسي لدى تلاميذ
الطور الثانوي،مذكرة ليسانس،معهد التربية البدنية والرياضية،سيدي عبد الله
الجزائر3،السنة2011/2012

25. يونسى تونسية،تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدر المراهقين المبصرين
والمراهقين المكفوفين،رسالة ماجستير،كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية،جامعة مولود معمري-
تيزي وزو-،2011/2012. علاوي ، محمد حسن (1998): مدخل في علم النفس الرياضي
،ط1،دار الكتاب للنشر ، القاهرة .

26. قانون التربية البدنية والرياضية،رقم68/76:المؤرخ في 23مارس1976

27. الميثاق الوطني،العدد07،الفصل06،المادة09، 1986

28. أمر رقم09/95 المتعلق بتوجيه المنظومة للتربية البدنية والرياضية وتنظيمها
وتطويرها،1995

قائمة المجلات:

1) منى الحموي،التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات،مجلة كلية التربية،جامعة
دمشق،المجلد26،سنة2010

2) نيكية منال،تقدير الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى التلاميذ التعليم المتوسط،مجلة الجامع
في الدراسات النفسية والعلوم التربوية،جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة2- الجزائر-
،العدد4،السنة2017

قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

1)Ferry Gill, La Pratique de travail en groupe bordas,paris,1985

2)Andrew dohns C,Brindigtherole of teachers in3 School Sports,club bulle
feder in ternot,educt,phys,cheltenham,home,1986

3) <http://www.univ-bouira.dz>



الملاحق



الملحق رقم (01):
مقياس إدراك الذات البدنية

الصفحة النفسية لإدراك الذات البدنية

- الوصف:

قام فوكس fox (1995) بتصميم مقياس لمحاولة قياس إدراك الذات البدنية لدى الأفراد ابتداءً من سن 17 - 23 سنة تقريباً (أي ما يعادل سن نهاية المرحلة الثانوية و سن المرحلة الجامعية في النظام التعليمي المصري) و ذلك تحت عنوان " الصفحة النفسية لإدراك الذات البدنية – the physical self – perception profile (pspp) و يتضمن المقياس 5 أبعاد هي :

- المظهر الخارجي للجسم (جاذبية الجسم) body attractiveness

- القدرة البدنية physical strenght

- الحالة البدنية (اللياقة البدنية) physical condition

- الكفاءة الرياضية sport competence

- قيمة الذات البدنية physical self- worth

- التصحيح :

يتم تصحيح المقياس بالنسبة لكل بعد على حدة طبقاً لما يلي :

- **البعد الأول : (المظهر الخارجي للجسم) :**

- العبارات أرقام : 1-11-21 يتم منح درجاتها كما يلي :

1	2	3	4
---	---	---	---

- العبارات أرقام : 6-16-26 يتم منح درجاتها كما يلي :

4	3	2	1
---	---	---	---

- البعد الثاني : (القوة البدنية) :

- العبارات أرقام : 7-17-27 يتم منح درجاتها كما يلي :

1 2 3 4

- العبارات أرقام : 2-12-22 يتم منح درجاتها كما يلي :

4 3 2 1

- البعد الرابع : (الحالة البدنية - اللياقة البدنية):

- العبارات أرقام : 8-18-28 يتم منح درجاتها كما يلي :

1 2 3 4

- العبارات أرقام : 3-13-23 يتم منح درجاتها كما يلي :

4 3 2 1

- البعد الرابع (الكفاءة الرياضية) :

- العبارات أرقام : 4-14-24 يتم منح درجاتها كما يلي :

1 2 3 4

- العبارات أرقام : 9-19-29 يتم منح درجاتها كما يلي :

4 3 2 1

- البعد الخامس (قيمة الذات البدنية) :

- العبارات أرقام : 5-15-25 يتم منح درجاتها كما يلي :

1 2 3 4

- العبارات أرقام : 10-20-30 يتم منح درجاتها كما يلي :

4

3

2

1

و يتم جمع درجات كل بعد على حدة و كلما اقتربت درجة الفرد في كل بعد من الدرجة القصوى للبعد و قدرها 24 درجة كلما زاد اتسام الفرد بالميزات الإيجابية لهذا البعد ، كما يمكن المقارنة بين أبعاد المقياس بعضها بالبعض الآخر .

الإتجاهات نحو الذات البدنية

تصميم : كينيث فوكس fox

تعريب : محمد حسن علاوى

تنطبق علي	تنطبق علي	تنطبق علي	تنطبق علي
تماما	إلى حد ما	إلى حد ما	تماما
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1- بعض الأفراد يشعرون بأن المظهر الخارجي لأجسامهم أفضل من عدد كبير من زملائهم و لكن	1- البعض الآخر يشعرون بأن المظهر الخارجي لأجسامهم أقل من عدد كبير من زملائهم
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2- بعض الأفراد يشعرون بأن عضلاتهم أقل من معظم من هم في مثل عمرهم ولكن	2- البعض الآخر يشعرون بأن عضلاتهم أكثر قوة من معظم من هم في مثل عمرهم
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3- بعض الناس ليس لديهم ثقة كبيرة بالنسبة لمستوى حالتهم أو لياقتهم البدنية و لكن	3- البعض الآخر يشعرون دائما بالثقة بأنهم يمتلكون لياقة بدنية عالية
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4- بعض الأفراد يشعرون بأنهم من المميزين في القدرة الرياضية . و لكن	4- بعض الأفراد الآخرين يشعرون بأنهم ليسوا من بين المميزين في القدرة الرياضية .
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5- بعض الأفراد لديهم دائما شعور إيجابي بالنسبة للجانب البدني من أنفسهم. و لكن	5- البعض الآخر ليس لديهم أحيانا شعور إيجابي بالنسبة للجانب البدني من أنفسهم .

6- بعض الناس يشعرون بأن لديهم صعوبة في الاحتفاظ بجمال المظهر الخارجي لأجسامهم

6- البعض الآخر يشعرون بالقدرة على الاحتفاظ بجمال المظهر الخارجي لأجسامهم

7- بعض الأفراد يشعرون بأنهم أقوى بدنياً من معظم من هم في مثل عمرهم.

7- البعض الآخر يشعرون بأنهم ليسوا أقوى بدنياً ممن هم في مثل عمرهم.

8- بعض الناس يمارسون أنشطة بدنية تحتاج للمزيد من بذل الجهد بصورة منظمة.

8- البعض الآخر لا يحاولون غالباً ممارسة الأنشطة البدنية التي تحتاج للمزيد من بذل الجهد

9- بعض الأفراد لا يبدو عليهم أحياناً الرضا بالنسبة لقدراتهم البدنية.

9- البعض الآخر يشعرون أحياناً بالرضا بالنسبة لقدراتهم البدنية.

10- بعض الأفراد يشعرون بأنهم لا يمتلكون الكفاءة لممارسة الأنشطة الرياضية.

10- البعض الآخر يشعرون بكفاءتهم لممارسة أي نوع من الأنشطة الرياضية.

11- بعض الناس يشعرون باعجاب الآخرين بالنسبة للمظهر الخارجي لأجسامهم.

11- البعض الآخر لا يشعرون باعجاب الآخرين بالآخرين بالنسبة للمظهر الخارجي لأجسامهم.

12- بعض الأفراد ليس لديهم ثقة بالنسبة لقدراتهم العضلية.

12- البعض الآخر لديهم ثقة عالية في أنفسهم بالنسبة لقدراتهم العضلية.

13- بعض الناس لا يمتلكون عادة مستوى مرتفع من اللياقة البدنية .
و لكن
13- البعض الآخر يمتلكون دائما مستوى عال من اللياقة البدنية .

14- بعض الأفراد يشعرون بأنهم من بين الممتازين عند المشاركة في الأنشطة الرياضية و لكن
الممتازين عند المشاركة في الأنشطة الرياضية
14- البعض الآخر يشعرون بأنهم ليسوا من بين الممتازين عند المشاركة في الأنشطة الرياضية

15- بعض الناس يشعرون بالمزيد من الفخر عن أنفسهم و عن مقدرتهم البدنية .
و لكن
15- البعض الآخر لا يشعرون أحيانا بالمزيد من الفخر عن أنفسهم و عن مقدرتهم البدنية.

16- بعض الأفراد يشعرون بالخجل من أجسامهم عند ارتداء ملابس قليلة.
و لكن
16- البعض الآخر لا يشعرون بالخجل من أجسامهم عند ارتداء ملابس قليلة .

17- بعض الناس يشعرون بأنهم أقوىاء بدنيا أكثر من معظم .
و لكن
17- البعض الآخر يشعرون بأنهم ليسوا أقوىاء بدنيا بالنسبة لمعظم زملائهم .

18- بعض الناس يشعرون بالثقة التامة بالنسبة لقدراتهم على الممارسة المنتظمة و لكن
لتمرينات اللياقة البدنية.
18- البعض الآخر لا يشعرون بالثقة في قدراتهم على الممارسة المنتظمة لتمرينات اللياقة البدنية .

19- بعض الأفراد يشعرون أحيانا بأنهم يتعلمون المهارات الحركية الجديدة بصورة أبطأ من زملائهم.

19- البعض الآخر يشعرون دائما بأنهم يتعلمون المهارات الحركية الجديدة بصورة أسرع من زملائهم.

20- بعض الأفراد ينظرون إلى أجسامهم بقدر قليل من.

20- البعض الآخر ينظرون إلى أجسامهم بقدر كبير من.

21- بعض الأفراد لديهم ثقة عالية جدا بالنسبة للمظهر الخارجي لأجسامهم.

21- البعض الآخر لديهم ثقة قليلة بالنسبة للمظهر الخارجي لأجسامهم.

22- بعض الأفراد يشعرون بأنهم يستطيعون الأداء بصورة غير جيدة و لكن في المواقف التي تتطلب استخدام القوة العضلية.

22- البعض الآخر يشعرون بأنهم يستطيعون الأداء بصورة جيدة في المواقف التي تتطلب استخدام القوة العضلية.

23- بعض الناس يميلون إلى الشعور بعدم الراحة عند أداء بعض تمارين اللياقة البدنية.

23- بعض الناس يشعرون بالثقة و الراحة عند أداء بعض تمارين اللياقة البدنية.

24- بعض الأفراد عندما تتاح لهم الفرصة فإنهم لا يكونوا أول من يرغب في الاشتراك في الممارسة الرياضية.

24- البعض الآخر عندما تتاح لهم الفرصة فإنهم يكونوا أول من يرغب في الاشتراك في الممارسة الرياضية.

25- بعض الناس يشعرون بالرضا التام

25- البعض الآخر يشعرون أحيانا بشيء من عدم

عن أنفسهم من الناحية البدنية.

و لكن

الرضا عن أنفسهم من الناحية البدنية .

26- بعض الأفراد يشعرون بأن منظر

26- البعض الآخر يشعرون بأن منظر أجسامهم

أجسامهم لا يبدو بصورة جيدة في نظر

و لكن

يبدو بصورة جيدة في نظر الآخرين .

الآخرين .

27- بعض الأفراد يحصلون على درجات

27- البعض الآخر لا يحصلون على درجات عالية

عالية عند أداء اختبارات للقوة العضلية .

و لكن

عند أداء اختبارات للقوة العضلية .

28- بعض الناس يشعرون أن لياقتهم

28- بعض الناس يشعرون أن لياقتهم البدنية منخفضة

البدنية مرتفعة بالمقارنة بالكثير من الزملاء .

و لكن

بالمقارنة بالكثير من الزملاء .

29- بعض الأفراد ليست لديهم الثقة في

29- بعض الأفراد لديهم ثقة كبيرة في أنفسهم عند

أنفسهم عند اشتراكهم في الأنشطة الرياضية .

و لكن

اشتركهم في الأنشطة الرياضية .

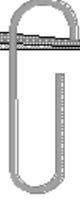
30- بعض الأفراد لا يشعرون بثقة كبيرة

30- البعض الآخر لديهم إحساس حقيقي بالثقة بالنسبة

بالنسبة للجانب البدني من أنفسهم .

و لكن

للجانب البدني من أنفسهم .



**الملحق رقم (02)
قائمة المحكمين**

جامعة أكلي محند أولحاج البويرة

معهد و علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم النشاط البدني و التربوي

استمارة استطلاع المحكمين

تحية طيبة و بعد :

في اطار تحضيرنا لمذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي و ذلك بعنوان " أثر إدراك الذات البدنية على التحصيل العملي للطلاب .

- دراسة ميدانية بمعهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية لولاية البويرة و بحكم خبرتكم التي اكتسبتموها نرجوا منكم المساهمة في اثناء هذا الموضوع القيمة و ذلك خدمة لميدان البحث العلمي في مجال الأنشطة الرياضية بملاحظاتكم شاكرين لكم سعيكم و جهدكم ، تقبلوا منا فائق عبارات التقدير و الإحترام .

من إعداد الطالبتين :

- أملال إشراق

- بانوح فطيمة

اشراف الدكتور:

منصوري نبيل

السنة الجامعية: 2018/2019

The impact of physical self-awareness on the practical achievement of students of the Institute of Science and Techniques of physical and sports activities

-Field study conducted at the level of the Institute of Science and Technology of physical and sports activities, "the mandate of the Bouira"-

*Preparation of the two students:

-Banouh Fatima
-Amellal Ichrak

* Supervision of Dr.

- Mansouri Nabil

Abstract:

The study aimed to identify the impact of physical self-perception on the practical achievement of the Institute of Science and Technology of physical and sports activities. The study was conducted on a random sample of 46 students selected from the original community of 307 students, And SPSS was used to analyze the study results.

Finally, we found that the level of physical self-esteem among students is high, in addition to the correlation between the physical components of the physical and the practical achievement of the students. It is also possible to determine the percentage of the contribution of self-perception in the physical achievement of the students. Achievement of individuals and the development of positive self-esteem.

Key words: physical self-awareness, In our search we used The descriptive method, because it's the best curriculum and The easiest way to substantive goals.