

تأثير حجم المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضية وعدد مرات الممارسة على مستوى ادراك الذات البدنية ومفهوم الذات العام والعلاقة بينهما عند التلاميذ المراهقين المتمرسين

Effects of the Level of Involvements in sports and Physical Education on General and Physical self-conception and the Relationship between them at Adolescent Pupils

(i). د. سعيد زروقي يوسف، (ب). د. بنور معمر، (ج). سعيد زروقي جمال
(i). (ب). معهد التربية البدنية والرياضية، بجامعة حسيبة بن بوعلي - الشلف
(ج). طالب دكتوراه، سنت ثانية، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 03 | djamalists@hotmail.com

ملخص

تهدف الدراسة الحالية إلى اختبار الفروق في مفهوم الذات العام والبدني عند تلاميذ المرحلتين المتوسطة والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية الداخلية (حصة التربية البدنية) و خارجها (في الأندية الرياضية) وهذا تبعا لكل من حجم المشاركة و نوع الرياضة، حيث تم استعمال مقياس إدراك الذات البدنية / PSPP / profile de perception de soi physique المعد بانجلترا من طرف فوكس Fox سنة 1990 و يحتوي على 25 عبارة ذات تدرج سداسي و تقيس ستة أبعاد، و قد تكونت عينة البحث من 229 تلميذ من المرحلتين المتوسطة والثانوية مقسمين الى 127 تلميذ من المرحلة المتوسطة يتراوح سنهم من [10--14] سنة و 102 تلميذ من المرحلة الثانوية يتراوح سنهم من [15--18] سنة، حيث كانت فروض الدراسة على أنه توجد فروق دالة إحصائية في مفهوم الذات العام والبدنية تبعا لمتغير حجم المشاركة و نوع الرياضة، أما نتائج الفرضية الثانية فقد دالة على وجود فروق دالة إحصائية تبعا لحجم المشاركة في الأنشطة البدنية و هذا بين المجموعات التي تمارس مرة واحدة في الأسبوع و مرتين و اكثر من ثلاث مرات، كما أظهرت النتائج الخاصة بالفرضية الثانية على وجود علاقة دالة و موجبة بين أغلب أبعاد الذات البدنية من جهة و بعد مفهوم الذات العام

الكلمات الدالة: إدراك الذات البدنية، مفهوم الذات العام، حجم المشاركة، المراهقة،، أنشطة البدنية لداخلية و الخارجية.

Abstract

Aims: This study examined the effects and the difference on general and physical self-concept of middle and secondary school according to levels of sport involvement in and outside of school and the relationships between the general and physical self-perception at adolescent scholars pupils

Sample: the Sample was comprised of 229 participants, 127 people of middle school ranging in age from [10 - 14] years and 102 people of secondary school in age from [15 - 18] years at 10 selected on Algerian (chlef) schools

Pilot study: each student completed Fox (1990) physical self perception profile/ PSPP as it had been modified and interprets for the Algerian context and in the Arabic language. The PSPP constituted 25 items that measured six dimensions: general self concept, sport competence, attractive body, physical strength, endurance, perception physical self

Result: Results in relation showed that who engaged in sport practice outside of sport school hours and who engaged in greater frequency of sport practice outside schools hours, had more favorable self conception of competence and higher levels of physical self-perception, also results show a significant and positive relationships between the physical and general self-perception

Keywords: physical self-perception, general self, levels sport involvement, , adolescences, Physical activity inside and outside.

1- الإطار العام لمشكلة البحث

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم المراحل في حياة الافراد و هذا لما تتميز به من تغيرات جذرية و حادة على المستوى البيولوجي والنفسي والاجتماعي مما يولد حالة ألالاستقرار و اللاتوازن عند هذه الفئة، وباعتبار النمو الجسمي بشقيه الخارجي و الداخلي هو العلامة الفارقة في هذه المرحلة فان الجسد بكل مواصفاته الخارجية ومكوناته الداخلية يصبح مركز تفكير و اهتمام المراهق مما يولد لديه الشعور بالنقص و عدم الرضا في حالة ما اذا كان به قصور أو تأخر في النمو، وهذا حسب نتائج دراسة كل من موسنزوجونز التي أظهرت ان التأخر في النمو الجسمي صاحبه مفهوم ذات سلبي، كما أوضح (Tumers و hulme) ان شعور الفرد نحو جسمه مرتبط بسلوكه و طريقة تعامله مع الآخرين⁽¹⁾.

و باعتبار مفهوم الذات احد مكونات الشخصية اذ لم يكن حجر الزاوية في بناء وفهم سلوك الأفراد و طريقة استجاباتهم للمواقف و هذا حسب كل من كارل روجرز صاحب نظرية العلاج المتمركز حول العميل و أحد رواد المدرسة الظواهرية، و كل من أدلر⁽²⁾ و كاتل⁽³⁾ اللذان يريا أن الذات هي أساس ثبات السلوك البشري و انتظامه ، و بحسب المدرسة الظاهري التي تعتبر مفهوم الذات المعني المجرد لإدراكنا لأنفسنا جسميا و عقليا و اجتماعيا في ضوء علاقتنا بالآخرين ، وعلى هذا يكون مفهوم الذات النواة التي تقوم عليها الشخصية كوحدة ديناميكية و وظيفية⁽⁴⁾.

وحسب أغلب المدارس و النظريات التي تناولت مفهوم الذات فان مفهوم الذات الجسمية(البدني) كان له مكانة محورية و تكوين مفهوم الذات العام ، و تجدر الإشارة الى أن النماذج المقترحة لبنية و كيفية تشكل مفهوم الذات قد تعددت بتعدد المدارس و النظريات فمنها النموذج الاحادي البعد الثابت ومنها المتعدد الأبعاد و و منها المتعدد الأبعاد المتدرج و هذا الأخير هو المعتمد في الدراسة الحالية حيث سيتم اعتماد مقياس ادراك الذات البدنية المصمم من طرف كل فوكس FOX و المعتمد على النموذج المتعدد الأبعاد المتدرج.

وتظهر أهمية الذات الجسمية التي يقدم من خلالها الفرد وجهة نظره عن جسمه و مظهره و قدراته البدنية و حالته الصحية ، حيث اثبت كل من(march & peart)⁽⁵⁾ أن هناك ارتباط بدرجة قوية بين الحالة البدنية و مفهوم الذات الجسمية كما توصلت نتائج دراسة (monica et coll2006)⁽⁶⁾ الى أن الافراد اللذين لديهم صعوبة في التناسق الحركي لديهم انخفاض دال احصائيا في مفهوم الذات الجسمية(المظهر و الكفاءة) مفهوم الذات العام

و باعتبار الجسد le corps أو الجانب البدني الموضوع المباشر للأنشطة البدنية و الرياضية و الجانب الاكثر تأثرا بها فان هذه الأخيرة تعتبر الوسيلة الأهم والفعالة من اجل تشكيل

مفهوم ذات جسمي ايجابي و متوازن مما ينعكس على مفهوم الذات العام و منه سلوك المراهق و شخصيته، وقد توصلت نتائج دراسة (Anne & jenny2006)⁽⁷⁾ الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عالية عند مستوى 0.001 بين المشاركة في الأنشطة و الرياضية بصورة منتظمة و دائمة و بين مفهوم الذات الجسمية و العام ، كما أظهرت نتائج تحليل التباين على مجموعتين احدهم شاركت بصورة منتظمة و دائمة و أخرى غير منتظمة الى وجود فروق دالة معنويا لصالح المجموع الاولى في كل من مفهوم الذات الجسمي و العام و الرضا ، كما أظهرت نتائج دراسة (moreno & cervello2005)⁽⁸⁾ الى ادراك الذات البدنية تبعاً لمتغير حجم و مستوى المشاركة في الأنشطة البدنية و الرياضية، كما جاءت نتائج الدراسة التجريبية لكل من (colduitz, ficher, berkly 2007)⁽⁹⁾ على ان زيادة مستوى و حجم(عدد مرات الممارسة في الاسبوع) النشاط البدني كان له تأثير ايجابي على زيادة ادراك مفهوم الذات البدني و العام، هذا فيما يخص حجم المشاركة في النشاط البدني ، أما فيما يخص نوع البرنامج أو الرياضة فقد جاءت نتائج دراسة كل من (Lurie, ken, xioli 2003)⁽¹⁰⁾ لتؤكد عدم وجود فروق دالة احصائيا في ابعاد مفهوم الذات تبعاً لنوع البرنامج الرياضي و هذا على عينة البحث التي شملت 12 مدرسة من مراحل التعليم المتوسط، أما فيما يخص متغير الجنس فقد توصلت دراسة كل من (gregory, bob 2005)⁽¹¹⁾ الى وجود فروق دالة احصائيا تبعاً لمتغير صالح الذكور في ابعاد الذات الجسمية ، حيث توافقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من (juan & moreno 2007)⁽¹²⁾ و نتائج دراسة (Asic2005, march & jakson 1986, boby 1997, hagger 2004)⁽¹³⁾ ل و التي أظهرت أن الذكور لديهم مفهوم ذات بدني أعلى من الاناث في نعد الكفاءة البدنية و القوة و المهارة الرياضية بالمقارنة مع الاناث .

اعتمادا على الخلفية النظرية و نتائج الدراسات السابقة و على وأهمية ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية بالنسبة الى مراحل المراهقة و تأثيرها على مفهوم الذات الجسمية بأبعاده و و منه على مفهوم الذات العام و سلوك و شخصية المراهق و على كل من متغير السن و الجنس و نوع الرياضة و حجم المشاركة في الأنشطة البدنية فانه يمكن حصر اشكالية البحث في التساؤلات التالية :

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام و البدني عند تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية تبعاً لحجم المشاركة في الأنشطة البدنية و الرياضية (عدد مرات الممارسة في الاسبوع)؟

2. هل هناك علاقة ذات دلالات إحصائية و موجبة بين مفهوم الذات العام وباقي أبعاد مفهوم الذات الجسمية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة و الثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية؟

2- أهداف وأهمية الدراسة

1. إبراز دور ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية بصورة مستمرة وكافية في زيادة مفهوم الذات البدنية
2. إبراز أهمية الأنشطة البدنية والرياضية الخارجية في رفع مفهوم الذات ومنه المحافظة على السلوك السليم.
3. معرفة هل الحجم الساعي المخصص لحصة التربية البدنية والرياضة في المؤسسات التربوية كافية لأدراك مختلف أبعاد الذات الجسمانية بصفة خاصة الذات العامة وهذا بالمقارنة مع التلاميذ الممارسين للأنشطة الرياضية الخارجية
4. معرفة العلاقة مفهوم الذات العام وباقي أبعاد مفهوم الذات الجسمانية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية؟

3- الفرضيات

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام والبدني عند تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية تبعا لحجم المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضية (عدد مرات الممارسة في الأسبوع).
2. هل هناك علاقة ذات دلالات إحصائية وموجبة بين مفهوم الذات العام وباقي أبعاد مفهوم الذات الجسمانية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية.

4- أهداف الدراسة

1. معرفة الفروق في إدراك الذات البدنية بين تلاميذ أقسام الرياضية المستحدثة والعادية في المرحلة المتوسطة.
2. معرفة الفروق في إدراك الذات البدنية بين تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية الممارسين لنشاط البدني والرياضي مرة واحد وكثير من ثلاث مرات
3. معرفة العلاقة درجة ونوع العلاقة بين أبعاد الذات البدنية ومفهوم الذات العام

5- مصطلحات الدراسة

1. مفهوم الذات العام: هي الفكرة التي يكونها الفرد عن نفسه بما يتضمن من جوانب جسمانية واجتماعية والأخلاقية والفعالية، أو هي ذلك الإدراك المجرد لأنفسنا جسمانيا وعقليا واجتماعيا في ضوء علاقتنا بالآخرين يعني بالشكل العام "الفكرة التي يكونها الفرد عن نفسه بما يتضمن من جوانب جسمانية واجتماعية وأخلاقية و انفعالية يكونها الفرد عن نفسه من خلال علاقته بالآخرين وتفاعله معهم"

2. مفهوم وإدراك الذات الجسمانية (البدنية) : ونعني بها شكل المرء وهيئته كما هي وكما يتصورها انها تبدو للآخرين وفي الدراسة تقسم الذات البدنية الى مفهوم المظهر الجسمي

و مفهوم الكفاءة الرياضية و مفهوم الذات للمداومة و مفهوم الذات للقوة البدنية.

3- المراهقة : هو لفظ وصفي يطلق على المرحلة التي يقترب فيها الطفل و هو الفرد الغير ناضج جسميا وعقليا وانفعاليا من مرحلة البلوغ ثم الرشد ثم الرجولة

6- الدراسات السابقة

1-6 دراسة (Moreno, J and Cerssello, E) سنة 2005⁽⁴¹⁾

تحت عنوان : إدراك الذات البدنية عند المراهقين الأسبان: تأثير كل من الجنس والمشاركة في الأنشطة البدنية.

و كان الهدف من هذه الدراسة هو تحليل تأثير كل الجنس (ذكور، إناث) و مستوى المشاركة في الأنشطة البدنية على إدراك الذات البدنية عند المراهقين في إسبانيا، وقد كانت عينة الدراسة من 2330 تلميذا (متوسط العمر 14.8 سنة بانحراف 0.91)، وقد أظهرت النتائج تأثير كل من الجنس (ذكر - أنثى) و الممارسين و غير الممارسين، حيث أن الذكور الممارسين للرياضة كان لهم درجة أعلى في إدراك الذات البدنية بالمقارنة مع الذكور و الإناث الذين لا يمارسون أي نشاط بدني خارج المدرسة. في حين كان للإناث اللواتي تمارسن نشاطا بدنيا رياضيا خارجيا فقد كان لهن درجات أعلى في أبعاد المقياس من الإناث الغير ممارسات، كما أظهرت النتائج فروقا بين إدراك الذات البدنية و حجم و مستوى مشاركة في الأنشطة البدنية، حيث أن الذين يمارسون رياضة مرة واحدة في الأسبوع كان لهم درجة أقل في أبعاد الكفاءة الرياضية والحالة البدنية و القوة بالمقارنة مع الذين يمارسون أنشطة رياضية أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع.

الكلمات الدالة : إدراك الذات البدنية، الجنس، مشاركة في الأنشطة البدنية، المراهقة.

2-6 دراسة (Moreno, Cervello, Vera, Ruiz) سنة 2007⁽¹⁵⁾

تحت عنوان : مفهوم الذات الجسمانية عند الأطفال المتدربين: الفروق بين الجنس ونوع الرياضة ومستوى المشاركة في الأنشطة البدنية.

هدف الدراسة هو اختيار الخصائص أو الصفات النفسوحرورية للتلاميذ بالمدارس الإسبانية و تأثير كل من الجنس و نوع الرياضة و حجم أو عدد مرات ممارسة النشاط البدني في الأسبوع و علاقتها بمفهوم الذات البدني في مرحلة نهاية الابتدائي و بداية المتوسط، وقد تكونت عينة البحث من 1086 تلميذا (متوسط العمر 10.3 سنة، انحراف معياري 0.51 سنة)، وقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة معنوية بين الذكور و الإناث في أبعاد الكفاءة الرياضية و جاذبية الجسم و القوة العضلية و الثقة بالنفس عند مستوى دلالة 0.01%، كما كانت هناك فروق دالة عند مستوى 0.01 بين الممارسين و غير الممارسين في جميع أبعاد المقياس، أما بالنسبة للفروق حسب مستوى أو عدد مرات الممارسة، فقد كانت هناك فروق دالة عند مستوى 0.001 في بعد الكفاءة الرياضية و بعد الثقة

و أظهرت النتائج وجود علاقة دالة و موحية بين التربية البدنية و مفهوم الذات و هذا في كل من المهارة الحركية و المظهر البدني و العلاقات الأبوية و مفهوم الذات الغير أكاديمي و العلاقة الدالة بين مفهوم الذات للمظهر البدني و نوع البرنامج ، و من أجل تفسير التباين في مختلف مظاهر استعمال تحليل التباين و الانحدار الخطي و معامل التبعين ، حيث بلغت درجة العلاقة بين مفهوم الذات و نوع البرنامج 21% إلى 34% ، و العلاقات الاجتماعية 01% من درجة التباين الكلي ، و بلغت نسبة الارتباط بين برنامج و مفهوم الذات للمظهر 100% ، و بعد تقسيم المدارس إلى ثلاث مجموعات (برنامج ضعيف ، متوسط ، جيد) ثم التوصل إلى عدم وجود فروق بين مجموعة المدارس و قد تم حساب تأثير الوقت (حجم ساعي) مخصص للتربية البدنية على مفهوم الذات ، ولم يكن هناك ارتباط دال بين حجم الوقت و مفهوم الذات كما أن هناك علاقة دالة و موحية بين نوع البرنامج و مستوى مفهوم الذات عند التلاميذ.

5.6 دراسة (Juilen chanal)⁽¹⁸⁾ سنة 2005 تحت عنوان دور حصة التربية البدنية والرياضية في تكوين مفهوم الذات

أجريت هذه الدراسة في إطار اعداد أطروحة دكتوراه بجامعة Jaseph fourier بفرنسا و قد كان هدف الأطروحة معرفة تأثير حصة التربية البدنية في تكوين مفهوم الذات معتمد على النموذج المتعدد الجوانب و الهرمي لمفهوم الذات (Modèle multidimensionnel et hiérarchique) المطور من طرف (Hubner et Shavlsion Stanton 1976) ، و قد تضمن ستة فرضيات أولها هل يوجد أثر متبادل بين الأداء الرياضي و مفهوم الذات عند التلاميذ وهذا بين الجنسين ، و قد شمل هذا الجزء من الدراسة 406 تلميذ خلال العام الدراسي 2003/2004 و متوسط العمر 13.6 سنة (1.6 ± 13.6).

و أظهرت النتائج أن مستوى الأداء الرياضي الجيد يؤثر في مفهوم الذات العالي ، كما ان مفهوم الذات المرتفع في الأداء له تأثير في رفع مستوى مفهوم الذات و العكس صحيح ، حيث ان مستوى الأداء المنخفض كان له تأثير في خفض مفهوم الذات و مفهوم الذات المنخفض للأداء أثر في مستوى الادعاء. وباختصار أظهرت النتائج بوضوح التأثير الواضح أو صحة نموذج الأثر المتبادل (Modèle des effet réciproques) بغض النظر عن سن او جنس التلاميذ المشاركين

7- **منهج الدراسة :** استجابة لطبيعة الموضوع و متغيرات البحث فقد اعتمدنا على المنهج الوصفي ، حيث أن الظاهرة أو المتغير النفسي في هذا البحث هو مفهوم الذات العام و الجسمية ، في تدرج الدراسة ضمن الدراسات الارتباطية و المقارنة ، حيث تم مقارنة متغيرات البحث تبعا لمتغير السن و الجنس و مستوى المشاركة و نوع النشاط البدني ، وعلاقتها بأبعاد الذات العامة و الجسمية

بالنفس بين المجموعة التي تمارس أحيانا و المجموعة التي تمارس من مرتين إلى ثلاث مرات في الأسبوع و المجموعة التي تمارس أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع.

الكلمات الدالة : مفهوم الذات البدنية ، جنس ، مشاركة في الأنشطة الرياضية و البدنية.

3.6 دراسة (Colduitz n Stein , Fisher , Berkly)⁽¹⁶⁾ سنة 2007 تحت عنوان : هل التغيير في مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات و الكفاءة البدنية عند المراهقين.

هدف الدراسة هو معرفة ما إذا كان التغيير في مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات عند المراهقين ، و قد شملت الدراسة 5260 مراهقة و 3410 مراهقا ، و قد تم حساب مدى التعبير في إدراك الذات في ثلاث مجالات (اجتماعية ، مدرسي ، رياضي) و هذا خلال طيلة سنتين أي من 1997 إلى غاية 1999 ، و قد أظهرت النتائج أن زيادة مستوى حجم النشاط البدني كان له تأثير إيجابي على زيادة إدراك الذات في المجالين الاجتماعي والرياضي عند مستوى (0.001%) ولم يكن له تأثير على الجانب المدرسي ، كما لن يكن له تأثير على إدراك الذات العام.

و قد تمت مقارنة نتائج الذين تم زيادة مستوى النشاط البدني عندهم مع الذين لم يتم تغيير حجم مستوى نشاطهم ، حيث كان هناك ارتفاع أو زيادة في إدراك الذات البدنية والرياضية لصالح الإناث اللواتي زاد عدد ساعات نشاطهن في الأسبوع عن 5 ساعات أو أكثر ، و نفس النتيجة كانت عند الذكور الذين زاد عدد نشاطهم عن 10 ساعات أسبوعيا ، و العكس صحيح ، حيث كان هناك انخفاض في درجة إدراك الذات عند الذين نقص أو قل مستوى نشاطهم عن مرة في الأسبوع.

أكدت هذه الدراسة أن زيادة مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات في بعدها (المجالين) الاجتماعي و الرياضي عند كل من الذكور و الإناث

الكلمات الدالة : مفهوم الذات البدنية ، جنس ، مشاركة في الأنشطة البدنية و الرياضية

4.6 دراسة (Xiaoli , J. Ken , J. Laurie , p)⁽¹⁷⁾ سنة 2003 تحت عنوان : مفهوم الذات عند التلاميذ و علاقته بنوع برامج التربية البدنية في المدرسة.

هدف هذه الدراسة هو الإجابة عن تساؤل رئيسي وهو: هل نوع برنامج التربية البدنية المطبق في المدارس وعلاقته مع مفهوم الذات لتلاميذ مرحلة المتوسط (10-12 سنة) في إقليم فيكتوريا بأستراليا ؟

و قد شملت عينة الدراسة 1149 تلميذا تم اختيارهم 12 متوسط من إقليم فيكتوريا بأستراليا تتراوح أعمارهم ما بين 10 إلى 12 سنة.

1.7 مجتمع العينة

والرياضية الداخلية (حصة التربية البدنية و الرياضية)
والخارجية (منخرطين في الجمعيات و النوادي الرياضية.

يتكون مجتمع العينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة و الثانوية
من الجنسين (ذكور و اناث) الممارسين الانشطة البدنية

2-7 العينة

الجدول رقم (01) يوضح عينة البحث حسب السن والجنس والممارسة للنشاط الرياضي الداخلي والخارجي

خصائص الاطوار	الجنس	متوسط السن	الممارسين لحصة تربية بدنية و رياضية	غير ممارسين لحصة تربية بدنية و رياضية	ممارسين لنشاط رياضي خارجي
تلاميذ المرحلة المتوسطة	ذكور	15.46	42	/	/
	ذكور	12.2	8	/	80
	مجموع	13.73	122	/	80
تلاميذ المرحلة المتوسطة	ذكور	12.2	38	/	38
	اناث	12.8	09	/	09
	مجموع	12.21	47	/	47
تلاميذ المرحلة الثانوية	ذكور	17.85	22	7	/
	اناث	17.2	20	11	/
	مجموع	17.84	42	18	/
المجموع	229	[11—18]	203	26	127

8. أدوات الدراسة

1.8 مقياس ادراك الذات البدنية

2.8 أبعاد المقياس⁽²²⁾

1- مفهوم الذات العام (CGS): concept générale de soi

2- قيمة الذات البدنية المدركة: valeur physique perçu (VPP)

3- مفهوم الذات للكفاءة الرياضية: concept de soi de compétence sportif.

4- مفهوم الذات للمظهر البدني: concept de soi d'apparence physique.

5- مفهوم الذات للقوة البدنية: concept de soi de force.

6- مفهوم الذات للحالة البدنية: concept de soi de condition physique (endurance)

3.8 طريقة التصحيح

يحتوي المقياس على قاعدة معلومات خاص به لتفريغ العبارات و تصحيحها و تبويبها على برنامج Excele حسب كل بعد مع مراعاة العبارات الموجبة و السلبية حيث يتم حساب المتوسط الحسابي لمجموع عبارات كل بعد مقسوم على عدد العبارات مما

le profil de perception de soi physique PSPP (FOX 1990)

أعد هذا المقياس من طرف (fox 1990 ، Corbin et fox 1980)، بانجلترا وذلك حسب النموذج النظري المتدرج و المتعدد الأبعاد للذات le modèle multidimensionnel et hierarctique المقترح من طرف شافلسون⁽²¹⁾ shavlsion سنة 1976 وعلى أعمال كل من (Harter سنة 1982، و Stanton, Hubner, Shavelson) سنة 1976، وأعمال كل من (Marche, Shavelson) سنة 1985 ويحتوي مقياس ادراك الذات البدنية (PSPP) على 25 عبارة تمثل أربعة مستويات خاصة في أربعة أبعاد ، كما يحتوي أيضا على بعدين لمفهوم الذات العام و الاهمية الذات البدنية ، وفي هذه الدراسة تم استعمال مقياس ادراك الذات البدنية و المترجم الى اللغة الفرنسية و المعروف باسم مقياس ادراك الذات البدنية بحسب الاهمية المعطاة لأبعاد المقياس وهذا بعد ادخال بعد او مستوى الاهمية الذي يعطيه الفرد الى مجال أو بعد أو جانب ما

يقلل من قيمة تشتت القيم المحسوبة، مع العلم أن المقياس ذو تدريج سداسي من (لا تنطبق على أبدا الى تنطبق على دائما)

4.8 المعاملات العلمية للمقياس

1- الثبات تم حساب ثبات المقياس بطريقة الاختبار و إعادة الاختبار و ذلك بفارق زمني قدره 20 يوما بين التطبيقين و هذا على عينة مكونة من 43 تلميذ من الجنسين و من مجتمع البحث و قد بلغ معامل الارتباط بيرسون بين نتائج التطبيق الاول و الثاني 0.70 وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01، في حين تراوح قيمة معامل الارتباط بين أبعاد المقياس ما بين [0.30. 0.64] و هي كلها دالة عند مستوى 0.05

2- الاتساق الداخلي: وقد تم التأكد من درجة الاتساق الداخلي للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ، حيث بلغت قيمة α كرونباخ للمقياس ككل 0.82، في حين تراوحت قيمته ما بين [0.57- 0.78] بالنسبة لأبعاد المقياس، حيث تشير قيمة هذه المعاملات الى أن المقياس يتمتع بدرجة من الثبات و الاتساق الداخلي عالية و كافية لتطبيقه على البيئة الجزائرية

3- الصدق: اعتمد الباحث على صدق المحكمين، حيث قام بعرض المقياس بعد ترجمه عبارات المقياس و صياغتها على مجموعة من الاساتذة و هذا من أجل التأكد من سلامة الترجمة و المحافظة على معنى كل عبارة

1.3 الصدق الظاهري: اعتمد الباحث على صدق المحكمين، حيث قام بعرض المقياس بعد ترجمه عبارات المقياس و صياغتها على مجموعة من الاساتذة و هذا من أجل التأكد من سلامة الترجمة و المحافظة على معنى كل عبارة

2.3 الصدق الذاتي: تم حساب الصدق الذاتي للمقياس و الذي

يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات و قد بلغت قيمته 0.840. وهي قيمة عالية و ذات دلالة عند مستوى 0.001

9- متغيرات البحث

9.1 المتغير المستقل: الأنشطة البدنية و الرياضية

9.2 المتغير التابع: مفهوم الذات العام و مفهوم الذات الجسمية

10- اختبار الفرضيات

1.10 اختبار الفرضية الاولى

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام و البدني عند تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية تبعا لحجم المشاركة في الأنشطة البدنية و الرياضية في الأسبوع.

اختبار درجة الفرق بين الممارسين تبعا لمتغير حجم المشاركة في الأنشطة البدنية و الرياضية

من أجل اختبار هذه الفرضية تم تقسيم عينة البحث الى أربع مجموعات حسب عدد مرات المشاركة (ممارسة) التمارين البدنية و الأنشطة الرياضية في الأسبوع، حيث تم حساب المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لجميع أبعاد المقياس و المقارنة بينها، وقد شملت المجموعة الاولى التلاميذ الذين يمارسون الأنشطة البدنية و الرياضية مرة واحدة في الأسبوع وهي حصة التربية البدنية و الرياضية وقد تكونت هذه المجموعة من 55 تلميذ، أما المجموعة الثانية فقد تكونت ممن يمارسون الأنشطة البدنية و الرياضية مرتين في الأسبوع وقد تكونت العينة من 47 تلميذ أما المجموعة الثالثة فقد تكونت ممن يمارسون الأنشطة الرياضية ثلاث مرات في الأسبوع وقد تكونت المجموعة من 82 تلميذ أما المجموعة الرابعة فقد تكونت من 45 تلميذ

و الجدول رقم (05) يمثل نتائج المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية و أبعاد مقياس إدراك الذات البدنية تبعا لحجم ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية في الأسبوع

عدد مرة الممارسة في أسبوع	I المجموعة مرة /أسبوع	II المجموعة مرتين /أسبوع	III المجموعة ثلاث مرات في أسبوع	IV المجموعة اربع مرات في الأسبوع
المجال العمر	[18 - 12]	[18.10]	[18.10]	[18.10]
متوسط - الانحراف المعياري للسنة	سنة (1.55 ± 17.23)	سنة (2.44 ± 13.90)	سنة (2.25 ± 13.31)	سنة (1.6 ± 12.78)
حجم العينة	55	47	82	45
الإبعاد	S D X	S D X	S D X	S D X
مفهوم الذات العام	3.66 ± 0.895	3.68 ± 0.824	3.86 ± 0.877	3.95 ± 0.773
ادراك قيمة الذات البدنية	4.48 ± 0.972	5.01 ± 0.743	4.94 ± 0.775	5.01 ± 0.756
مفهوم الذات للمداومة	3.44 ± 0.880	3.88 ± 0.869	3.92 ± 0.972	3.78 ± 0.774
مفهوم الذات للكفاءة الرياضية	3.99 ± 1.070	4.76 ± 0.834	4.37 ± 0.942	4.78 ± 0.704
مفهوم الذات للمظهر البدني	4.21 ± 1.157	4 ± 1.125	3.14 ± 1.038	4.17 ± 1.116
مفهوم الذات للقوة البدنية	3.66 ± 1.071	4.49 ± 1.021	4.29 ± 0.820	4.56 ± 0.848
الدرجة الكلية للمقياس	23.40 ± 3.78	25.83 ± 3.763	25.53 ± 3.390	26.27 ± 3.21

و درجة الثقة، وبعرض المقارنة بين المجموعات الأربعة فقد تم استعمال تحليل التباين الأحادي للتأكد من الدلالات الاحصائية لهذه الفروق .

و الجدول التالي يوضح نتائج تحليل التباين الاحادي لمختلف أبعاد مقياس ادراك الذات البدنية لمتغير الممارسة (عدد مرات الممارسة في الأسبوع).

نلاحظ بصفة عامة من تحليل الجدول رقم فيما يتعلق بالمجموعات المقسمة بعدد مرات الممارسة في الأسبوع) أو بين الاعمدة وبين الأبعاد حسب كل مجموعة وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، غير ان هذه الفروق بين المتوسطات غير كافية لقول بوجود فروق ذات دلالات إحصائية بين المجموعات المقسمة تبعا لمتغير حجم الممارسة، ولأجل التأكد من الدلالات الإحصائية ولهذه الفروق

الجدول رقم (06) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لأبعاد مقياس ادراك الذات البدنية تبعا لمتغير حجم الممارسة (عدد مرات ممارسة الأنشطة الرياضية في الأسبوع)

الإبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F* قيمة F* المصوبة	قيمة F* الجدولية عند 0.01/0.05	مستوى الدلالة	دال
مفهوم الذات العام	بين المجموعات	2.98	3	0.993	1.34	2.64=0.05	0.25	غير دالة
	داخل المجموعات	165.25	226	0.737		3.86=0.01		
	الكل	168.23	229					
ادراك قيمة الذات البدنية	بين المجموعات	10.83	3	3.610	5.30	2.64=0.05	**0.001	دالة
	داخل المجموعات	153.06	226	0.680		3.86=0.01		
	الكل	163.89	229					
مفهوم الذات للمداومة	بين المجموعات	8.68	3	2.894	3.42	2.64=0.05	*0.01	دالة
	داخل المجموعات	191.60	226	0.844		3.86=0.01		
	الكل	200	229					
مفهوم الذات للكفاءة الرياضية	بين المجموعات	21.21	3	7.07	7.74	2.64=0.05	**0.001	دالة
	داخل المجموعات	205.53	226	0.913		3.86=0.01		
	الكل	226.75	229					
مفهوم الذات للمظهر البدني	بين المجموعات	1.33	3	0.444	0.36	2.64=0.05	0.78	غير دالة
	داخل المجموعات	277.73	226	1.234		3.86=0.01		
	الكل	279	229					
مفهوم الذات للقوة البدنية	بين المجموعات	26.08	3	8.696	9.79	2.64=0.05	**0.001	غير دالة
	داخل المجموعات	199.79	226	0.887		3.86=0.01		
	الكل	225.88	229					
الدرجة الكلية للمقياس	بين المجموعات	257.48	3	85.82	6.75	2.64=0.05	**0.001	دالة
	داخل المجموعات	2860.48	226	12.71		3.86=0.01		
	الكل	3117.94	229					

*دالة عند مستوى 0.05 **دالة عند مستوى 0.01 ***دالة عند

ادراك قيمة الذات البدنية وفي بعد مفهوم الذات للمداومة، وفي بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية كل من بعد مفهوم الذات للقوة البدنية و الدرجة الكلية للمقياس

ومن أجل معرفة اتجاه هذه الفروق الدالة إحصائيا في الأبعاد السابقة و لصالح من تكون هذه الفروق ، فقد تم استخدام اختبار توكي TUKY لاتجاه الفروق لنتائج تحليل التباين تبعا لمتغير حجم المشاركة في الأسبوع .

يتضح لنا من تحليل نتائج الجدول عدم وجود فروق ذات دلالات إحصائية في مفهوم الذات العام ومفهوم الذات للمظهر البدني تبعا لمتغير حجم المشاركة في الأنشطة البدنية و الرياضية (عدد مرات الممارسة في الأسبوع)

كما يتضح لنا أيضا وجود فروق ذات دلالات إحصائية عالية عند مستوى 0.001 بين المجموعات الاربعة المقسمة تبعا لعدد مرات ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية و هذا في بعد

الجدول رقم (07) يوضح نتائج اختبار توكي TUKY لاتجاه الفروق الدالة احصائيا لنتائج تحليل التباين الأحادي تبعا لمتغير المشاركة

الأبعاد	المتوسطات الحسابية	عدد مرات ممارسة في الأسبوع	المجموعة I		المجموعة II		المجموعة III	
			فرق متوسطين		فرق متوسطين		فرق متوسطين	
			قيمة W	احسوبة	قيمة W	احسوبة	قيمة W	احسوبة
إدراك قيمة الذات البدنية	مرة واحدة	4.48	0.41	*0.89	0.36	*0.89	0.42	
	مرتين	5.01			0.38	00	0.44	
	ثلاث مرات	4.94			0.07	0.07	0.39	
	أربع مرات	5.01						
مفهوم الذات للمداومة	مرة واحدة	3.44	0.44	0.46	*0.46	0.40	0.34	0.47
	مرتين	3.88			0.04	0.43	0.10	0.49
	ثلاث مرات	3.92					0.14	0.43
	أربع مرات	3.78						
مفهوم الذات للكفاءة الرياضية	مرة واحدة	3.99	*0.77	0.48	0.38	0.44	*0.79	0.49
	مرتين	4.76			0.39	0.44	0.02	0.51
	ثلاث مرات	4.37					0.41	0.45
	أربع مرات	4.78						
مفهوم الذات للمظهر البدني	مرة واحدة	3.66	*0.83	0.47	*0.63	0.44	*0.90	0.48
	مرتين	4.49			0.20	0.44	0.07	0.50
	ثلاث مرات	4.29					0.27	0.44
	أربع مرات	4.56						
الدرجة الكلية للأداء	مرة واحدة	23.40	*2.43	1.81	*2.13	1.66	2.87*	1.44
	مرتين	25.83			0.30	1.66	0.44	1.90
	ثلاث مرات	25.53					0.74	1.69
	أربع مرات	26.27						

*الفرق دال عند مستوى 0.05 لصالح المجموعة ذات المتوسط الأكبر

2.10 مناقشة الفرضية الثانية

1.10 نتائج الفرضية الثانية

- بعد مفهوم الذات العام

1. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات العام تبعا لعدد مرات الممارسة في الأسبوع وهذا بين المجموعات الأربع.

- بعد إدراك قيمة الذات البدنية

1. توجد فروق ذات دلالات إحصائية عند مستوى 0.001 في بعد إدراك قيمة البدنية تبعا لعدد مرات الممارسة الأسبوع لصالح المجموعة التي تمارس مرتين في الأسبوع والتي تمارس ثلاث مرات في الأسبوع و المجموعة التي تمارس أربع مرات في الأسبوع بالمقارنة مع المجموعة الأولى التي تمارس مرة واحدة في الأسبوع.

2- لا توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد إدراك قيمة الذات البدنية تبعا لمتغير عدد مرات الممارسة في الأسبوع بين المجموعات التي تمارس أربع مرات و المجموعة التي تمارس ثلاث مرات من جهة و المجموعة التي تمارس مرتين بالمقارنة مع المجموعة التي تمارس ثلاث مرات .

- بعد مفهوم الذات للمداومة

1. توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد مفهوم الذات

- بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية

1. توجد فروق في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية دالة إحصائية عند مستوى 0.01 تبعا لعدد مرات ممارسة الأنشطة البدنية لصالح المجموعة التي تمارس مرتين بالمقارنة مع المجموعة التي تمارس مرة واحدة و لصالح المجموعة التي تمارس ثلاث مرات بالمقارنة مع المجموعة التي تمارس مرة واحدة (حصة التربية البدنية فقط) .

2. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية تبعا لعدد مرات الممارسة في الأسبوع بين المجموعات التي تمارس مرتين وثلاث مرات و أربع مرات .

- بعد مفهوم الذات للمظهر البدني

1. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات للمظهر

البدني تبعا لعدد مرات الممارسة في الأسبوع بين المجموعات الأربعة .

- بعد مفهوم الذات للقوة البدنية

1. توجد فروق ذات دلالات إحصائية عند مستوى دلالات 0.001 في بعد مفهوم الذات للقوة البدنية تبعا لعدد مرات الممارسة في الأسبوع وهذا لصالح المجموعة التي تمارس مرتين في الأسبوع و المجموعة التي تمارس ثلاث مرات في الأسبوع و المجموعة التي تمارس أربع مرات في الأسبوع بالمقارنة مع المجموعة التي تمارس مرة واحدة في الأسبوع . (حصّة التدريبية البدنية فقط) .

2. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات للقوة البدنية تبعا لعدد مرات الممارسة في الأسبوع بين المجموعات التي تمارس مرتين و ثلاث مرات و أربع مرات .

- الدرجة الكلية للمقياس

1. توجد فروق ذات دلالات إحصائية عند مستوى دلالات 0.001 في الدرجة الكلية لمقياس إدراك الذات البدنية PSPP وهذا تبعا لعدد مرات ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية في الأسبوع لصالح المجموعات التي تمارس بمعدل مرتين أو ثلاث مرات أو أربع مرات بالمقارنة مع المجموعة التي تمارس مرة واحدة .

2. لا توجد فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس إدراك الذات البدنية تبعا لعدد مرات الممارسة في الأسبوع وهذا بين المجموعات التي تمارس مرتين أو ثلاث مرات أو أربع مرات .

2.10 مناقشة نتائج الفرضية الثانية

تشير نتائج الفرضية الرابعة إلى وجود فروق دالة إحصائية عند المستويين 0.001 و 0.01 تبعا لعدد مرات ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية في الأسبوع وهذا بين المجموعات التي تمارس مرة واحدة (حصّة التدريبية البدنية و الرياضية) و مرتين أو ثلاث مرات أو أربع مرات في الأسبوع في جميع أبعاد المقياس و الدرجة الكلية للمقياس ماعدا مفهوم الذات العام و مفهوم الذات للمظهر البدني وقد جاءت نتائج دراستنا الحالية مطابقة لنتائج دراسات أجنبية ومحلية حيث أظهرت نتائج دراسة (Moreno .J.et Cerssello .E. 2005) وجود فروق دالة إحصائية في إدراك الذات البدنية بأبعادها تبعا لمستوى وحجم المشاركة في الأنشطة البدنية ، حيث أن الذين يمارسون الرياضة بمعدل مرة واحدة في الأسبوع كان لهم درجة أقل في أبعاد الكفاءة الرياضية و الحالة البدنية و القوة البدنية ، وهذا بالمقارنة مع الذين يمارسون الأنشطة البدنية أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع وهذا في دراسة شملت 233. تلميذ بمتوسط سن (14.8 ± 0.91) ومقسمة (1230 ذكور و 1130 إناث) وقد تم استخدام نفس مقياس دراستنا الحالية و هو مقياس إدراك الذات البدنية PSPP المصمم من طرف (Fox 1990) (23) .

كما جاءت نتائج دراسة كل من (Moreno . Cervello . Her 2007) لدعم نتائج دراستنا الحالية حيث أظهرت نتائج الدراسة التي أجريت على عينة مكونة من 1086 تلميذ بمتوسط سن (10.6 ± 0.51) مقسمة (570 ذكور و 516 إناث) و المقسمة بحسب مستوى المشاركة إلى ثلاث مجموعات منها 155 يمارسون أحيانا و 364 يمارسون من مرتين إلى ثلاث مرات و 448 يمارسون أكثر من أربع مرات وقد تم استعمال نفس المقياس المستعمل في دراستنا الحالية و هو مقياس إدراك الذات البدنية (Fox 1990) PSPP وقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة معنوية بين الذكور والإناث في أبعاد الكفاءة الرياضية و جاذبية الجسم و القوة العضلية و الثقة بالنفس كما كانت هناك فروق دالة عند مستوى 0.01 تبعا لعدد مرات الممارسة في بعد مفهوم الذات للقوة البدنية و الكفاءة الرياضية و بعد الثقة بالنفس بين المجموعة التي تمارس لأحيانا و المجموعة التي تمارس أكثر من ثلاث مرات (24)، كما أنه استخدم اختبار Tuuky للتعرف على دلالة الفرق بين ثلاث مجموعات ذات مستوى عالي وثانية متوسط وثالثة مستوى ضعيف قد أفضى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات الجسمية لصالح مجموعة المستوى العالي بين مجموعة المتوسطة والضعيفة لصالح المجموعة المتوسطة (25)، كما جاءت نتائج دراسة كل من (Colduitz , Fisher , Berkly 2007) التجريبية بين مجموعتين إحداهما ضابطة و الأخرى تجريبية أن زيادة مستوى وحجم النشاط البدني كان له تأثير إيجابي على زيادة إدراك الذات في المجالين الاجتماعي و الرياضي عند مستوى 0.001 ولم يكن له تأثير على الجانب المدرسي كما لم يكن له تأثير على إدراك الذات العام كما تم مقارنة نتائج المجموعة التي تم زيادة مستوى النشاط البدني عندهم مع المجموعة التي لم يتغير مستوى نشاطهم ، حيث كان هناك زيادة في إدراك الذات البدنية و الرياضية لصالح المجموعة التي ازدادت ساعات نشاطهم في الأسبوع عن 10 ساعات و 5 ساعات عند الذكور و الإناث على التوالي و العكس صحيح حيث كان هناك انخفاض عند الذين قل مستوى نشاطهم عن مرة في الأسبوع (26) .

وقد جاءت نتائج دراسة (Raichet 1996) الذي توصل إلى أن الأفراد الذين يمارسون الرياضة بصفة دائمة لهم اتجاهات غالبية نحو قدراتهم البدنية ويعتبر الجانب البدني لهم أقل من الذين لا يمارسون الرياضة بصفة مستمرة أو لا يمارسون أبدا (27) .

ويمكن تفسير زيادة الفرق بزيادة حجم مشاركة أو ممارسة بما أظهرت بعض الدراسات أن حجم المشاركة في الأنشطة البدنية له تأثير كبير على الجانب البدني و النفسي (Davis1997) حيث أن زيادة المشاركة له علاقة إيجابية مع مفهوم الذات العام أو الصحة الذهنية (health mental) (Donld et Hoolelon 1991 , Oweis et spinks 2001)، حيث تزداد الخبرات المعرفية و الإدراكية بزيادة الخبرات و المهارات

لها تأثير على مفهوم الذات الأكاديمي أكثر من تأثيرها على مفهوم الذات الاجتماعي والبدني وهذا ما يعرف في سمات مفهوم الذات بخاصية مفهوم الذات الفارقي⁽²⁹⁾ différenciable كما لم تكن هناك فروق في بعد مفهوم الذات للمظهر البدني تبعاً لعدد مرات الممارسة (حجم المشاركة) وذلك لكون خصائص المظهر البدني خاصة بعلامح الوجه و الطول و لون البشرة ، معطيات وراثية قبلية، لا يمكن لحجم المشاركة أن يكون له تأثير على مستواه حيث نجد من صفاته جميل وجذاب بالمقارنة مع زملائه من حيث المظهر وليس القدرات أو الكفاءات .

10-3 اختبار الفرضية الثانية

توجد هناك علاقة موجبة ذات دلالات إحصائية بين مفهوم الذات العام وباقي أبعاد مفهوم الذات الجسمية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة و الثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية.

من أجل اختبار هدف هذه الفرضية تم حساب معامل الارتباط لكارل بيرسون بين مفهوم الذات العام وباقي أبعاد مفهوم الذات الجسمية وهذا بواسطة مصفوفة الارتباطات، وهذا عند مستوى دلالات 0.05 و 0.01 كما تب حسب نسبة أو درجة الارتباط بواسطة معامل التعيين Coefficient de dermination.

الحركية وبمقارنة المجموعة التي تمارس حصّة التربية البدنية والرياضية فقط حيث رغم أن مستوى مفهوم الذات كان فوق المتوسط إلا أنه منخفض بالمقارنة مع الممارسين للأنشطة البدنية الخارجية و الذين تزيد عدد مرات ممارسة على مرتين مما يظهر الحاجة الى زيادة الحجم الساعي المخصص للتربية البدنية في المؤسسات التعليمية .

كما أنه يمكن تفسير عدم وجود فروق في مفهوم الذات العام⁽²⁸⁾ تبعاً لعدد أو حجم المشاركة والتي جاءت متوافقة مع نتائج كل من (Coldentz, Fisher, berkly 2007) التي أظهرت أنه لم يكن لحجم المشاركة فروق على مفهوم الذات المدرسي وإدراك الذات العام لسببين رئيسيين :

– أولاً : أن مفهوم الذات العام له عدة أبعاد حسب النموذج المعتمد في الدراسة multidimensionnelle et hiérarchique فهو يتكون من مفهوم الذات الأكاديمي المدرسي ، والغير الأكاديمي (اجتماعي بدني) .

– ثانياً : حسب سمة أو خاصية التأثير السني أو الخاص لمفهوم الذات فان الأنشطة البدنية والرياضية لها تأثير دال وبدرجة كبيرة على مفهوم الذات البدنية وليس لها تأثير على مفهوم الذات الأكاديمي و العكس صحيح فنتائج التحصيل الدراسي

الجدول رقم (08) يوضح مصفوفة معامل الارتباط لمعامل بيرسون ومعامل التعيين بيت أبعاد المقياس عند عينة الدراسة

الأبعاد المعاملات	مفهوم الذات العام	ادراك قيمة الذات البدنية	مفهوم الذات للمداومة	مفهوم الذات للكفاءة الرياضية	مفهوم الذات للمظهر البدني	مفهوم الذات للقوة الكلية للمقياس	الدرجة الكبرى
معامل ارتباط							
مستوى دلالات							
معامل التعيين							
مستوى دلالات							
إدراك قيمة الذات البدنية	0.24						
معامل ارتباط							
مستوى دلالات	0.001						
معامل التعيين	0.057						

						5.7%	مستوى دلالات	
					0.34	0.27	معامل ارتباط	مفهوم الذات
					0.001	0.001	مستوى دلالات	للمداومة
					0.11	0.076	معامل التحين	
					11%	7.6%	مستوى دلالات	
					0.34	0.34	معامل ارتباط	مفهوم الذات
					0.001	0.001	مستوى دلالات	للكفاءة الرياضية
					0.11	0.29	معامل التحين	
					11%	29%	مستوى دلالات	
					0.11	0.34	معامل ارتباط	مفهوم الذات
					0.07	0.088	مستوى دلالات	للمظهر البدني
					0.012	0.11	معامل التحين	
					1.2%	11%	مستوى دلالات	
					0.16	0.49	معامل ارتباط	مفهوم الذات
					0.05	0.001	مستوى دلالات	للقوة البدنية
					0.025	0.17	معامل التحين	
					2.5%	17%	مستوى دلالات	
					0.69	0.56	معامل ارتباط	الدرجة الكارسة للمقياس
					0.001	0.001	مستوى دلالات	
					0.47	0.31	معامل التحين	
					47%	31%	مستوى دلالات	

* قيمة معامل التحين الجدوليت عند العينة تفوق 200 واقل من 300 هو 0.2 .

3.10 تحليل نتائج معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد القياس

نلاحظ من تحليل نتائج معامل الارتباط بين أبعاد المقياس و
جود ارتباط موجب ودال احصائيا بين جميع أبعاد المقياس عند
مستوى دلالة 0.001 و 0.005 ، حيث تراوحت قيمة معامل
الارتباط ما بين : 0.16 و 0.69 ، ماعدا معامل الارتباط بين بعد
مفهوم الذات للمظهر البدني و كل من : مفهوم الذات للكفاءة
الرياضية و بعد ادراك قيمة الذات البدنية حيث بلغت قيمته

0.011 ، 0.014 على التوالي وهي دالة عند المستوى 0.07 و 0.08
على الترتيب .

1.2 تحليل نتائج معامل التحين

نلاحظ من تحليل نتائج معامل التحين و الذي يقيس نسبة
أو درجة الارتباط بين الأبعاد أنها تراوحت ما بين : 6.2 % و
47% وهي جميعا دالة ، وهذا باعتبار قيمة معامل التحين
الجدوليت عندما يكون حجم العينة يتراوح ما بين (200 و 300)

القوة البدنية في حين لم يكن هناك ارتباط قوي جدا بين أبعاد الذات للكفاءة الرياضية و المظهر الخارجي حيث بلغت نسبة الارتباط 1.2 % بين البعدين ونسبة 1.9 % بين المظهر البدني وقيمة الذات البدنية وقد أثبتت عدة دراسات ضعف العلاقة بين بعد المظهر البدني وأبعاد مفهوم الذات الجسمية ، نذكر منها دراسة (March et Jackson 1986) التي أجريت على عينتين من الممارسين ذو المستوى العالي و غير الممارسين ، حيث كانت الفروق في مفهوم الذات للكفاءة الرياضية ذو دلالات إحصائية عالية جدا بينما لم تكن هناك فروق ذات دلالات بين مجموعة الممارسين و غير الممارسين في مفهوم الذات للمظهر البدني (34).

وتفسير هذه النتائج أن حجم المشاركة له تأثير مختلف ونسبي على أبعاد الذات الجسمية و مفهوم الذات العام حيث أن الأبعاد المتأثرة بحجم المشاركة لها ارتباط دال وكبير فيما بينها مثل مفهوم الذات للكفاءة البدنية و القوة البدنية و مفهوم الذات للمهارة ، وهناك أبعاد لها تأثير قليل بحجم المشاركة كونها لا تعتبر في مستواها مل مفهوم الذات للمظهر البدني باعتباره يتكون من ملامح الوجه و الطول ولون البشرة وهي كلها معطيات وراثية لا تتأثر بالمشاركة أو حجم المشاركة.

الخلاصة

أظهرت نتائج الدراسة الخاصة بالفرضية الثانية وجود فروق دالة تبعا لحجم المشاركة (عدد مرات ممارسة الأنشطة الرياضية في الأسبوع) في أغلب أبعاد المقياس لصالح المجموعات التي زاد عدد مرات الممارسة عن مرتين في الأسبوع على الأقل بالمقارنة مع المجموعة التي تمارس حصّة التربية البدنية و الرياضية بمعدل مرة واحدة في الأسبوع.

ظهرت نتائج الدراسة الخاصة بالفرضية الثانية وجود علاقة دالة إحصائية بين أغلب أبعاد المقياس

و كحوصلة علمية من نتائج هذا البحث نستنتج إن زيادة حجم المشاركة في الأنشطة البدنية الرياضية من خلال زيادة عدد مرات الممارسة في الأسبوع يساعد المراهقين على زيادة إدراكهم لذاتهم البدنية بصفة خاصة و الذات الكلية بصفة عامة وهذا من خلال زيادة المواقف و الخبرات المعرفية و النفسية و المساعدة على خلق توازن نفسي معرّف ونفسي جسدي من جهة أخرى مما يساعد المراهقين على حسن التكيف و النمو المتوازن في مرحلة حساسة تعرف باضطرابات النمو الفسيولوجي وحدة الانفعالات و العواطف وأزمة هوية عند التلميذ المراهق.

وعليه يمكن أن نستخلص أن حصّة التربية البدنية المبرمجة بواقع مرة واحدة في الأسبوع و إن كان لها ذلك الطابع الترفيهي و الأثر على بعض الجوانب النفسية و الاجتماعية و الجسمية إلا أنها تبقى غير كافية لتحقيق رغبات وحاجيات فترة المراهقة ، مما يستدعي إعادة النظر في الحجم الساعي

كما نلاحظ أن نسبة الارتباط بين بعد مفهوم الذات للمظهر البدني وكل من مفهوم الذات للكفاءة الرياضية و بعد ادراك قيمة الذات البدنية غير دالة حيث بلغت نسبة الارتباط بين هذين البعدين 1.9 % و 1.2 % على التوالي .

مناقشة الفرضية الثالثة

1.10 نتائج الفرضية الثالثة

1. هناك ارتباط دال إحصائيا عند مستوى 0.001 بين إدراك قيمة الذات البدنية ومفهوم الذات العام حيث بلغت نسبة الارتباط بينهما 5.7% .

2. هناك ارتباط دال إحصائيا عند المستويين 0.001 و 0.01 و 0.05 بين جميع أبعاد المقياس ، حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط ما بين [0.16 و 0.69] وهي جميعها دالة ، كما بلغت نسبة الارتباط بين الأبعاد ما بين 6.2% و 47 % وهي جميعها دالة عند المستويات السابقة الذكر .

3. لا يوجد ارتباط دال إحصائيا عند المستويين 0.05 و 0.01 بين مفهوم الذات للمظهر البدني و كل من مفهوم الذات للكفاءة الرياضية و مفهوم الذات للمداومة حيث بلغ معامل الارتباط 0.14 و 0.11 على التوالي بينما بلغت نسبة الارتباط 1.9 % و 1.2 % على الترتيب .

2.10 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

نلاحظ من خلال تحليل معاملات الارتباط ومعامل التعيين لعينة الدراسة أنه كان هناك ارتباط دال إحصائيا في جميع أبعاد المقياس وذو دلالات عالية، حيث تراوحت مستويات الدلالات ما بين (0.001 و 0.05) ويمكن تفسير هذا الارتباط بين أبعاد المقياس و الذي كانت نتائجه متوافقة مع دراسة كل من (Welk et al 1995 : Biddle 1993) الذي توصل إلى درجة ارتباط عالية جدا بين أبعاد مقياس إدراك الذات البدنية PSPP عند عينة كبيرة من المراهقين الممارسين للأنشطة الرياضية (31).

كما قام كل من (March et Jackson 1986) بدراسة من أجل إيجاد العلاقة بين مفهوم الذات الجسمية و المشاركة في الأنشطة الرياضية حيث أظهرت النتائج أن مشاركة الإناث في الأنشطة البدنية و الرياضية و منها سباق الدراجات له علاقة بمفهوم الذات للكفاءة البدنية كما وجد من جهة أخرى ارتباط متوسط أو بدرجة أقل من المجالات الأخرى الغير البدنية (32) كما أثبتت دراسة كل من (March et Pert 1988) أنه هناك ارتباط بدرجة قوية بين الحالة البدنية ومفهوم الذات للمهارة البدنية و ارتباط ضعيف أو بدرجة متوسطة مع مفهوم الذات للمظهر البدني الخارجي (33).

وقد توصلنا في هذه الدراسة إلى وجود ارتباط قوي ودال عند 0.001 وموجب بين مفهوم الذات البدنية و الكفاءة البدنية و

.AZARE AARE .pp -1-13

18- JULIEN CHANAL , la formation du concept de soi en éducation physique et sportif; les différents antécédents et le rôle des visions de soi. thèse doctorale. l'université de JOSEF FOURIER, France , 2005,p81-85.

19- JEAN PIERRE Famose, FLORENCE Guérin, la connaissance de soi en psychologie de l'éducation physique et sportif. Edition Armand Colin, 2004.p52

20- Juan, Moreno, Eduardo , Cervello .op. cit p 5

21- Jean pierre Famose, Florence Guérin. op. cit . p 52

22- ibid., p52.53.

23- Juan, Moreno, Eduardo, Cervello .2005 . physical self perception in Spanish adolescent effects of gender and insolvents in physical activity. Op. cit . p:291-311.

24- Moreno, Cervello, Vera, Ruiz. 2007. physical self conception in Spanish school children: Difference by gender sport practice and level of sport involvement. Op. cit . p:1-16..

25- محمد حسن علاوي موسوعة الاختبارات النفسية والمهارية، مرجع سابق، ص 131

26- Cynthia n Stein and all .2007 –Adolescent physical activity and perceived competence .Dose change in activity level impact self perception. Op. cit . pp 462-470.

27- Juan, Moreno, Eduardo , Cervello .2005 . physical self perception in Spanish adolescent effects of gender and insolvents in physical activity. Op. cit . p:304

28- Cynthia Stein and all .2007 –Adolescent physical activity and perceived competence .Dose change in activity level impact self perception. Op. cit . pp: 462-470.

29- Julien chanal , op.cit p:13.14

30- Stephane CHampely , Vraiment statistique appliqué au sport ; cour et exercice , 1er édition DE BOECK , Belgique . 2004.p129

31- Gregory, J.;Bob .E. (2005) , validation of the children and youth physical self perception profile for young children , psychologies of sport and exercise, volume 6, p: 62.

32- JEAN PIERRE Famose, Florence Guérin. op.cit p 44

33- JEAN PIERRE Famose , Florence Guérin , op.cit . p 67

34- ibid, 44.45

المخصص لها في المؤسسات التربوية التعليمية .

كما نشير إلى الحاجة للمزيد من الدراسات حول دور و تأثير كل من حجم المشاركة و نوع الرياضة أو محتوى حصّة التربية البدنية على إدراك الذات الجسمية بصفة خاصة و مفهوم الذات العام بصفة عامة وهذا من خلال دراسات تجريبية بواسطة برامج مقترحة من أجل تأكيد العلاقة السببية و التأثير الفعلي لهذه المتغيرات

المراجع

1- محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 1998، ص 131.

2- قحطاد أحمد الظاهر، مفهوم الذات بين النظري والتطبيقي، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، 2004، ص 29

3- نفسه:ص21

4- إنشراح محمد دسوقي، التحصيل الدراسي وعلاقته بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي، مجلد علم النفس، عدد 20، أكتوبر نوفمبر ديسمبر، 1991. ص 63

5- JEAN PIERRE Famose, FLORENCE Guérin, la connaissance de soi en psychologie de l'éducation physique et sportif. Edition Armand Colin, 2004. P:44

6- Anne, P. Jenny, Z. Monic.C -2006 .General self concept and life satisfaction for boys with differing levels of physical coordination 7- the role of goal orientation and leisure participation , human movement science 25-(2006) , pp-839.860

8- Anne Apoulser, Jenny Zivan. op. cit., P: 851

9- Juan, Moreno, Eduardo, Cervello. 2005. physical self perception in Spanish adolescent effects of gender and insolvent in physical activity. journal of human movement studies-48 op. p:291-311

10- Cynthia n Stein and all .2007. Adolescent physical activity and perceived competence .Dose change in activity level impact self perception. journal of adolescent health.40- pp 462-470. pp 462-470.

11- Xiaoli J .Ken, H.Laurie, P -2003 – Children's self conception relation to the quality of school physical education programs , AZARE AARE .p -1-13.p: 4- 8

12- Gregory, J. Bob EK .validation of the children and youth physical self perceptions profile for young children. Psychologies of sport et exercise - 6-(25)2005-51-65.. p:57

13- Jun, A.Moreno .M. physical self concept of Spanish school children : different by gender .sport

14- practice and levels of involvement. Op.cit . p:09:

15- Moreno, Cervello, Vera, Ruiz .2007 . physical self conception in Spanish school children: Difference by gender sport practice and level of sport involvement. journal of education and human development ; volume 01 , issue 02 .pp 01-16, p:11

16- Juan, Moreno, Eduardo, Cervello. 2005. physical self perception in Spanish adolescent effects of gender and involment in physical activity. journal of human movement studies-48,pp 291.311

17- Moreno, Cervello, Vera, Ruiz .2007 . physical self conception of Spanish school children: Difference by gender sport practice and level of sport involvement. journal of education and human development ; volume 01 , issue 02 .pp 01 - 16.

18- Cynthia n Stein and all .2007 –Adolescent physical activity and perceived competence .Dose change in activity level impact self perception. journal of adolescent health.40- pp 462-470

19- Xiaoli J .Ken, H.Laurie, P -2003 – Children's self conception relation to the quality of school physical education programs