

ابعاد الذات البدنية وعلاقتها بإدراكات النجاح لدى بعض طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية- جامعة كويه

م.د. ثارى انور زبير

جامعة كويه - العراق

ملخص البحث

مشكلة البحث:- معرفة العلاقة بين ابعاد الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية-جامعة كويه.

أهداف البحث:- التعرف على الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كويه.

التعرف على العلاقة بين إبعاد الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كويه.

فروض البحث :- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين إبعاد الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كويه.

مجالات البحث :-

1. **المجال البشري :-** طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية - فاكنتلي التربية - جامعة كويه لسنة 2015_2016.

2. **المجال الزمني :-** المدة من 22 | 11 | 2015 و لغاية 15 | 12 | 2015

3. **المجال المكان :-** القاعة الداخلية لسكول التربية الرياضية جامعة كويه.

إجراءات البحث :-

تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية ووزع المقاييس على العينة وذلك للحصول على البيانات الخاصة لعينة البحث إذ استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب بأسلوب العلاقات الارتباطية وذلك لملائمته موضوع دراسة البحث.

الاستنتاجات والتوصيات :-

الاستنتاجات :-

من خلال الاستنتاجات توصل الباحث إلى ما يلي:

عدم ظهور علاقة بين لذات البدنية وإدراكات النجاح لدى بعض طلاب صف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كوية.

التوصيات :-

يوصى الباحث بما يلي:

1- التأكيد على دراسة أبعاد ذات البدنية وإدراكات النجاح بشكل دوري لدى طلاب الصف الأول وفي سكول التربية الرياضية جامعة كوية.

2- الاستفادة من نتائج الدراسة لزيادة التدريب على الصفات البدنية و متغيرات إدراك النجاح لدى طلاب الصف الأول.

Research Summary:

Research problem: Realize the relationship between physical self-perceptions and dimensions of success of the first year students in the School of Physical Education, University of Koya.

Research objectives: To identify the physical self-perceptions and the success of the first year students in the School of Physical Education Koya University.

To identify the relationship between physical self-perceptions and the success of the first year students in the School of Physical Education - Koya University.

Hypotheses: There are statistics relationship between physical self-perceptions and the success of the first year students in the School of Physical Education Koya University relationship.

Areas of research:

1.Human field: - First-year students in the School of Physical Education - Faculty of Education - University of Koya (2015_ 2016).

2.Temporal sphere: - the duration of the (2015 2015)

3.Location: - Interior hall of the School of Physical Education Koya University.

Search procedures: -

4.The sample was selected randomly distributed measurements on the sample so as to obtain the data for the research sample, as the researcher used the descriptive approach in a manner connectivity relations so as to suitability Find a subject of study.

Conclusions and recommendations: -

Conclusions: -

The conclusions which are reached by the researcher are the following:

It does not appear relevant to the relationship between the physical and perceptions of success among some students of the first year in the School of Physical Education Koya University.

Recommendation: -

Lima researcher recommends the following:

1. Emphasis on the study of the physical dimensions and perceptions of success on a regular basis with the first-year students in the School of Physical Education Koya University.
2. Make use of the results of the study to increase training on the physical attributes and realize success with the first graders variables

١ -التعريف بالبحث:

١ - ١ المقدمة وأهمية البحث:

إن أهمية التعليم مسألة لم تعد اليوم محل جدل في أي منطقة من العالم، فالتجارب الدولية المعاصرة أثبتت بما لا يدع مجالاً للشك أن بداية التقدم الحقيقية بل والوحيدة هي التعليم وإن كل الدول التي أحرزت شوطاً كبيراً في التقدم ، تقدمت من بوابة التعليم ، بل أن الدول المتقدمة تضع التعليم في أولوية برامجها وسياساتها. ومن الطبيعي أن يكون للتحويلات والتغيرات العالمية انعكاساتها على العملية التعليمية في شتى بقاع العالم باعتبارها نظاماً اجتماعياً فرعياً داخل إطار المنظومة المجتمعية الشاملة.

الأمر الذي دعا الدول المتقدمة والنامية على السواء إلى الاستعانة بالدراسات والتوقعات للتغيرات الحادثة والمستقبلية وما تتطلب من إصلاحات تعليمية جذرية وشاملة في المجال الرياضي وما يشمل من أداء بدني و مهاري بهدف إعداد مواطنيها لمواجهة هذه التحديات ومواكبة ثورة المعلومات والتكنولوجيا.

حيث تم التطرق إلى الأداء المهارى و ما له من تأثير واضح بحيث لا يمكن الاستغناء عنه في التعلم و كذلك تم التطرق إلى التأثير النفسي و ما له من تأثير على العملية التعليمية و يعد الذات أهم العوامل النفسية التي تكون الشخصية الصحيحة للطالب لأن الذات جزء مهم من الشخصية و تم التطرق أيضا إلى بعض أبعاد الذات و ادراكات النجاح اذان الذات البدنية هي قدرة الطالب وتوقعه عن قدراته الكامنة من خلال فهمه الإيجابي لذاته وتقديره لنقاط ضعفه و قوته بما يخدم تعزيز وتطوير شخصيته وثقته بنفسه , و تلك نتيجة التعليم المبرمج المبني على أسس علمية رصينة والمعزز بالاختبارات الدورية التي تمكن الطالب من الوقوف على حقيقة مستواه بما لديه من تصورات عن قدراته البدنية من سرعة وقوة ومرونة ومطاولة والعمل على تنميتها كونها تعد أحد المحاور الرئيسية لتعلم المهارات الرياضية وبالتالي تؤثر في إدراكاته لنجاحه في الجانبين البدني والمهارى ومن هنا برزت أهمية البحث

2- 1مشكلة البحث:

يقصد بالعملية التعليمية الإجراءات والنشاطات التي تحدث داخل الفصل الدراسي والتي تهدف إلى اكتساب المتعلمين معرفة نظرية أو مهارة عملية أو اتجاهات إيجابية، فهي نظام معرفي يتكون من مدخلات ومعالجة ومخرجات، فالمدخلات هم المتعلمين والمعالجة هي العملية التنسيقية للتنظيم المعلومات وفهمها وتفسيرها وإيجاد العلاقة بينها وربطها بالمعلومات السابقة إما المخرجات فتتمثل في تخريج طلبة أكفاء متعلمين. ومن خلال متابعة الباحث لأداء طلاب الصف الأول في الدروس العملية في سكول التربية الرياضية لاحظ عدم استقرار أفكارهم في هذه الدروس، وضعف درجاتهم الأمتحانية فيها مما يعني قلة ادراكهم لقابلياتهم البدنية هذا مما أدى الى اجراء هذه الدراسة من خلال معرفة العلاقة بين ابعاد الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية-جامعة كويه.

3 - 1أهداف البحث:-

1. التعرف على الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كويه.
2. التعرف على العلاقة بين إبعاد الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كويه.

4 - 1فرض البحث:-

يفترض الباحث ما يلي-

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين إبعاد الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كويه.

5 - 1مجالات البحث:-

1. المجال البشري :- طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية - فاكنلي التربية - جامعة كويه السنة 2015_2016.

2. المجال الزمني :- المدة من 22 | 11 | 2015 و لغاية 15 | 12 | 2015

3. المجال المكان :- القاعة الداخلية لسكول التربية الرياضية جامعة كويه.

4 - 1تحديد المصطلحات:-

1. الذات البدنية يرى (راتب ، 2004) إن مفهوم الذات في المجال الرياضي هو ما يكونه الرياضي من صورة عن نفسه من خلال ما يؤديه من مهارات رياضية مختلفة يعدها مصدراً للتأثير في البيئة المحيطة يعد مفهوم الذات من المفاهيم النفسية المهمة لكل شخص ، يبذل المزيد من الجهد من أجل حماية ذاته
2. ادراكات النجاح :- يشير إلى الطريقة التي يدرك الفرد بها نفسه على حقيقتها وواقعها وليس كما يرغبها وتتشكل ادراكات الفرد هذه من أثر العوامل الاجتماعية والاقتصادية والأكاديمية.

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية:-

2-1 مفهوم الذات :-

هو نظام من الاتجاهات و المشاعر و الادراكات التي يمتلكها الفرد نحو نفسه , ويختلف العلماء فيما بينهم بالنسبة لتحديد أبعاد مفهوم الذات, ان الأبعاد هي الذات الواقعة وتقبل الذات الإدراكية والذات الأخلاقية والذات الشخصية والذات الأسرية والذات الاجتماعية ونقد الذات والذات الجسمية . هو الذي يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائنا بيولوجيا , اجتماعيا , أي باعتباره مصدرا للتأثير والتأثر , أو بعبارة سلوكية هو ذلك التنظيم الإدراكي الانفعالي الذي يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه.

يرى (حسين ، 1998) (2) إن مفهوم الذات في المجال الرياضي هو ما يكونه الرياضي من صورة عن نفسه من خلال ما يؤديه من مهارات رياضية مختلفة يعدها مصدراً للتأثير في البيئة المحيطة . يعد مفهوم الذات من المفاهيم النفسية المهمة لكل شخص ، يبذل المزيد من الجهد من أجل حماية ذاته ، وغالباً فان المدربين الاكفاء يسعون الى تدعيم قيمة الذات لدى الرياضيين ، اقتناعاً منهم بأن قيمة الرياضي لذاته هي مفتاح الدافعية ، وتزداد الدافعية نحو الانجاز بزيادة هذه القيمة ، وان الثقة بالنفس تعد بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لذاته ، كما ان الخبرات الرياضية المبكرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس لدى الناشئ الصغير ، فهؤلاء الذين لديهم خبرات نجاح مبكرة يكون اكثر ثقة بأنفسهم ، يشعرون بالمزيد من قيمتهم ، ويصبحون اكثر دافعية لمواصلة التفوق ، وفي المقابل فان هؤلاء الذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون اقل ثقة بأنفسهم ويشعرون

بقيمة اقل لا انفسهم . ان أغلب اللاعبين يميلون الى تقدير قيمة انفسهم وشخصيتهم من خلال مستوى أدائهم الرياضي ، فهم يحددون قيمة انفسهم بقدر تحسن ادائهم الرياضي .

2-1-2 مفهوم الذات البدنية - :

هو تقرير الفرد للصفات البدنية التي يتمتع بها في إدراكه لمواطن القوة والضعف لكفاءته البدنية المرتبطة بممارسة أحد الأنشطة الرياضية. وهو عبارة عن قدرة الرياضي وتوقعه عن قدرات الكامنة من خلال فهمه الإيجابي لذاته وتقديره النقاط ضعفة وقوته بما يخدم تعزيز و تطوير شخصيته وثقته بنفسه , ويأتي ذلك نتيجة التدريب المبرمج على أسس عملية رصينه والمعزز بالاختبارات الدورية التي تمكن الرياضي من الوقوف على حقيقة مستواه بما لديه من تصورات عن قدراته البدنية من سرعة وقوة ومرونة و مطاولة والعمل على تنميتها كونها تعد أحد المحاور الرئيسية لتعلم المهارات الرياضية.

2-1-3 أبعاد مفهوم الذات :

يحتل مفهوم الذات مكانا جوهريا في التوجيه النفسي وذلك لانه يعد من المتغيرات المهمة التي تحدد الشخصية ولها اثر كبير في سلوك المتعلم وتصرفاته ولمفهوم الذات ابعاد مختلفة يمكن ملاحظة وجودها بأدراك الفرد لحقيقة قابلياته وامكانياته وهذا الامر يتصل بالصورة التي يقدمها الفرد عن نفسه الى العالم الخارجي وان مفهومه الخاص بادراك الفرد لحقيقة ذاته يتأثر الى حد كبير بفكرته عن جسده ومظهره الخارجي، ويكتسب مفهوم الذات وينمو ويتطور ويتعدل من خلال الخبرات التي يمر بها الفرد في بيئته الاجتماعية ومن خلال تفاعله مع الاشخاص ذوي الاهمية بالنسبة اليه وتشير المساهمات النظرية والدراسات التجريبية الى ان المراهقة مرحلة تحدث فيها تغاييرا مهما في مفهوم الذات كما ويحتل مفهوم الذات مكانا جوهريا في التوجه النفسي ، وذلك لانه من المتغيرات المهمة التي تحدد الشخصية ولها اثر كبير في سلوك المتعلم وفي تصرفاته.اذ نجد ان هناك عدة ابعاد لمفهوم الذات من وجهة نظر علماء اخرين فقد حددها نيومان بسبعة ابعاد هي على التوالي (الذات الجسمية، والمظهر الخارجي، والممتلكات الشخصية، واستجابات الآخرين نحو الذات، والكفاية الشخصية، والطموحات والأهداف و تقدير الذات، فقد اشار الى الابعاد المعرفية والادراكية والعاطفية والتقويمية لمفهوم الذات وهذه الابعاد المختلفة يمكن ملاحظة وجودها في مرحلة المراهقة بادراك الفرد لحقيقة قابلياته وامكانياته وهذا الامر يتصل بالصورة التي يقدمها الفرد عن نفسه الى العالم الخارجي. ويرى شريم ان الافراد ذوي مفهوم الذات الموجب يكونون احسن توافقا من الافراد ذوي مفهوم

الذات السالب (3). وبناءً على ما تقدم تظهر فكرة مفهوم الذات في المجال الرياضي وذلك لكونها تساعد الرياضي في تكوين فكرة عن ذاته إذ يؤدي الجانب الفكري والعقلي أهمية كبيرة في تقدير الرياضي لذاته.

1- الذات الواقعية: self Actual وهي الطرية التي يصف فيها الفرد ذاته الواقعية،

وماذا يكون كما يرى نفسه.

2- الذات الإدراكية : self-Perception وهي أدراك الفرد لسلوكه الخاص أو الطريقة التي يسلكها.

3- تقبل الذات : self-satisfaction وهي التي يصف فيها الفرد شعوره عن ذاته ويعكس هذا البعد مستوى الرضا الذاتي.

4- الذات البدني : self-Physical وهي وجهة نظر الفرد عن جسمه، حالته الصحية،

مظهره الخارجي، ومهاراته وجنسه.

5- الذات الأخلاقية : moral-ethical self وهي وصف الذات من وجهة نظر الإطار المرجعي والأخلاقي والعلاقة مع الله سبحانه وتعالى وإحساس الفرد بأنه رديء أو جيد رضا الرد عن دينه.

6- الذات الشخصية : self-personal وهي إحساس الشخص بقيمته الشخصية وكفايته أو

صلاحيته كفرد وتقييمه لشخصيته بعيدا عن جسمه أو علاقته بالآخرين.

7- الذات الأسرية : self-family وهي إحساس الفرد بصلاحيته وقيمه وقدرته كعضو في أسرته.

8- الذات الاجتماعية : social-self وهي علاقة الفرد بالآخرين وبطريقة أكثر عمومية

تعكس الشعور بالصلاحية وقيمه الفرد في تفاعله مع الآخرين بشكل عام.

9- نقد الذات : self-criticism وهي قدره الفرد على أدراك مواطن الضعف في نفسه.

4-1-2 تطور مفهوم الذات والعوامل المؤثرة فيه:-

يتأثر مفهوم الذات بعوامل كثيرة منها ما هو داخلي يتعلق بالفرد نفسه مثل قدراته المختلفة ، خصائصه الجسمية، سماته الشخصية، جنسه ومنها ما هو خارجي كنظرة الآخرين إليه، أي أن مفهوم الذات يتأثر بعوامل

وراثيه وعوامل اخرى بيئية. وتعد المؤثرات الأسرية ذات أهمية بالغة في نمو الطفل النفسي وتكوينه الشخصي، وتظهر بصورة جلية عندما يفقد الطفل أحد أبويه في طفولته المبكرة، حيث أن فقد الطفل لأحد أبويه، أن لم يتوفر البديل المناسب، يمكن أن يؤدي إلى شعوره بعدم الأمن والقلق، والاعتمادية، بالإضافة إلى تأثيرات في الشخصية يمكن أن تكون خطيرة، إلا أنه يصعب تحديد هذا التأثير إذ أنه يعتمد على التفاعل بين عدة عوامل منها :

الجنس، والميراث البيولوجي، والعمر، و أيا لأبوين لمفقود، والبديل لأي منهما وشكل الرعاية المتيسر في فترة النمو أن مفهوم الذات ثابت إلى حد كبير، و لكن يمكن تغييره وتعديله، حيث يرجع سلوك الفرد إلى محاولة تحقيق الذات، وقد يؤدي به إلى تعديل سلوكه بما يتناسب مع ما يحيط به، فإذا كانت البيئة المحيطة غير ملائمة، فإن مشكلات الفرد تزداد، و علاج هذه المشكلات يتطلب من المعالج تزويد الفرد المضطرب بجو اجتماعي يمكنه من التعبير عن مشاعره ثم قبول تلك المشاعر، واتخاذ القرار المناسب لها، ويؤدي ذلك إلى نمو الذات نحو مزيد من الصحة والقوة وزيادة كفاءتها لتكوين علاقات أفضل .

2-1-7- نظريات مفهوم الذات - :

-وأنا قدم وجهات النظر تلك التي تعد مفهوما لذات بناء أحادي البعد حيث لاق توجهة النظر هذه القبول والتأييد من عدد من الدارسين والباحثين مثل روزنبرغ وسيمونز .

- أما وجهة النظر الثانية فتعد مفهوم الذات نودجا هرميا، حيث لاقت قبولا من قبل بعض الباحثين والدارسين مثل وبولص .

- أما وجهة النظر الثالثة فتعتبر مفهوما لذات نموذج تصنيفا، وهذا النموذج مماثل لنري تيسبير ما نل لذكاء وثير ستون أما وجهة النظر الرابعة فكانت لواين وماركس والتي تعد مفهوم الذات نموذا تعويضا بحيث يتفق مع هذا النموذج كل من النموذج الهرمي والنموذج التصنيفي في تأييد فكرة وجود العامل العامل مفهوم الذات، حيث أن التدني في أحد جوانب الذات يقابله تعويض في جانب آخر وفق هذا النموذج. وكما أشار بأنه قد استخدم مصطلح مفهوم الذات للتعبير عن مفهوم افتراضي شامل يتضمن جميع الأفكار والمشاعر عند الفرد ، التي تعبر عن خصائص جسمية، وعقلية، وشخصية، ويشمل ذلك معتقداته، وقيمه، وقناعاته، كما يشمل خبراته السابقة، وطموحاته المستقبلية.

كما يذكر أن مفهوم الذات يعد المجموع الكلي لإدراكات الفرد و ما تضمنه من مكانة الفرد ووضعه الاجتماعي ودوره بين المجموعة التي يعيش فيها أو ينتمي إليها، وانطباعاته الخاصة عن مظهره العام وشكله، وعما يحب هو عماي كرهه، وعن تصرفاته وأساليب تعامله مع الآخرون وعن تحصيله وخصائصه الجسمية والعقلية والشخصية واتجاهاته نحو نفسه، وتفكيره بما يفكر الآخرون عنه وبما يفض لن يكون أن مفهوما لذات ليس مجرد انعكاس لما يراها لفرد عن نفسه في عيونا لآخرين وآرائهم، بل هو مصطلح سيكولوجي معقد يؤثر بشكل جوهري في سلوك الانسان ويوجها بشكل شعوري، و يؤثر في علاقاته المختلفة. لذلك نرى أن مفهوم الذات يتطور من خلال تفاعل الفرد مع الآخرين الذين يعيشون حوله بدءا بالأسرة ممثلة بالأب و الأم والأخوة والأخوات، وامتدادا إلى الجماعات الاجتماعية الأخرى.(6) أن يصل تحقيق ذاته بشكل مقبول ومحدد، أو انه بدلامن ذلك يواجه وضعا طابعه تشعب الذات وتفككها، والفرد في هذه المرحلة يبدأ في المفاضلة بين الادوار المتاحة له ويختار منها ما يراه مناسباً لأمر حياته وفي حالات أخرى، فإن المراهق قد يفشل في التكيف مع المتغيرات الفسيولوجية التي تطرأ على جسمه وفي مواجهة المتطلبات الاجتماعية الجديدة التي تفرضها هذه المرحلة عليه. وفي مرحلة الشباب توجد عقبات من نوع آخر فالأفراد

6-1-2 إدراكات النجاح:-

ان مبدأ النجاح هام لدرجة كبيرة بالنسبة للثقة بالنفس وقد يعني هذا النجاح النتائج النهائية للمنافسة , ولكن قد يكون النجاح التحقق من أداء المهارة جديدة أو الاتساق في الأداء وهذا يعني تعدد الطرق التي يمكن تعريف النجاح وكلها تحدد بأهداف عديدة ترتبط بالموافق المختلفة وكل هدف يحدد قياسات هي نتائج المنافسة.

إن الانتباه للأهداف يحدد طريقة لتحقيق أقصى خبرة نجاح وان وضع أهداف متعددة للمهمة يعطي كل من المدرب والرياضي فرض عديدة للنجاح فالمدرّب يستطيع تركيب البيئات لترقية تطوير الأهداف المختلفة ويستطيع الرياضي التحكم في بيئته الداخلية التي تتضمن وتستهدف الحديث الذاتي لفرص الرياضي لتحقيق النتائج ويشير الاعتقاد بالذات إلى الأفكار الأساسية التي يعتنقها الرياضي عن نفسه وهذا الاعتقاد يكبر (ينمو) أو يتآكل (يتناقص) خلال فترة من الزمن كنتيجة لخبرة الفرد في الرياضة وكيف يتم تفسيرها كما إن تنشئة بالنفس شيئاً هام ولا تترك لرحمة البيئة الرياضية , كما إن التطوير الايجابي والقوي للاعتقاد الذاتي أساس ثابت يمكن من خلال بناء خبرات رياضية ايجابية عديدة وفرض للنجاحات أكثر.

1-6-1-2 إبعاد إدراكات النجاح:-

أولاً:- البعد التنافسي.

إن كل من التحدي والمهارة يمكن تطويرها تدريجياً في مراحل يمكن تحديدها بوضوح فكلما زادت مهارة الرياضي في الإبعاد المختلفة للمهارة كلما نقصت صعوبة التحدي وكلما زاد تحسن مستوى أداء الرياضي كلما وجدت جوانب للتحدي لإنجاز الهدف كما يحدث من الرياضي في بداية المنافسة حيث يكون أكثر حماساً مما يجب إنجاز الأهداف كما يكون الرياضي أقل عصبية.

حيث يكون الحماس بسبب الإعداد الجيد وعندما تكون العصبية فهذا يعني أن المنافسة تعني الكثير لدى الرياضي و حينما يكون هدف الرياضي افضلية الأداء فانه يعتقد انه يواجه التحدي ولكن نظراً لعدم سهولة الموقف فانه يحتاج لكل ما لديه من جهود بالإضافة إلى الوعي الكامل للأهداف الموضوعة إذ عليه الانتباه والتغلب على القلق و مواجهة جميع التحديات وبشكل سريع.

ثانياً:- البعد التفوقي (التمكن):-

إن هذا البعد يمثل أسئلة خاصة حول أسباب النجاح أو الفشل بان يعزوها الرياضيين إلى أسباب خارجية لا دخل للحالة الداخلية فيها أو قد يربط ذلك بحالات التشاؤم والتفاؤل و هذا كله لا يخضع لأية منهجية علمية صحيحة لذلك أول شي يطلب من اللاعب هو معرفة ما إذا كان في حالة استعداد كامل أم لا بناء على الفهم الدقيق لنفسه عليه الإحاطة بكل الخبرات السابقة من تدريب و منافسات و أحاسيس داخلية مرتبطة بظروف معينة , وكثيراً ما نجد أن اللاعبين يسعون نحو المباريات بمفهوم يقترب من عدم الواقعية و برغبة للظهور في أفضل الحالات وهذا لا يشكل المنهج غير سليم لمفهوم الاستعداد الرياضي من أجل التفوق وتقتضي الحالة الإلمام بكل ظروف المباريات والاستيعاب لمجرياتها من خلال مساعدة المدرب بالمقابلة والشرح أثناء التدريب والمنافسات.

الباب الثالث

3-منهجية البحث وجراسته الميدانية:-

1-3منهج البحث:-

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وذلك لملائمة مشكلة البحث.

2-3 مجتمع البحث وعينته:

لقد تكون مجتمع الدراسة من طلاب الصف الاول سكول التربية الرياضية - جامعة كويه للعام الدراسي 2015-2016 والبالغ عددهم (73) طالباً أما عينة الدراسة فتكونت من (50) طالب تم اختيارهم بالطريقة العشوائية حيث بلغ نسبه (68,49).

3-3 الوسائل جمع معلومات المستخدمة في البحث

1-3-3 الأدوات المستخدمة في البحث

• أوراق لتفريغ المعلومات

• أقلام

2-3-3 أجهزة المستخدمة في البحث

1- حاسوب الكتروني HP

2- حاسبة Sonya

3-3-3 وسائل جمع معلومات

□ استمارة استبيان الذات البدنية .ملحق(1)

□ استمارة أدراكات النجاح . ملحق(2)

□ مصادر العربية الأجنبية

4-3 المقاييس المستخدمة في البحث:

استخدم الباحث المقاييس التالية:

1-4-3 مقياس الذات البدنية

توصيف المقياس: اختبار وصف الذات البدنية صممه هوبرت مارش وآخرون 1994-1996 وقام بتعريبه محمد حسن علاوى وتضمن 60 عبارة والأبعاد العشرة التي يقيس الاختبار في صورة النهائية.

-المظهر الخارجي : جمال المظهر الخارجي للجسم والوجه المقبول.

-سمنة الجسم : الوزن الزائد أو السمنة المفرطة.

-القوة العضلية: قوة الجسم مع وضوح عضلات الجسم.

التحمل: القدرة على الجرى لفترة طويلة نسبيا دون توقف وعدم سرعه الشعور بالتعب عنده الاداء البدني الذي يتميز بالشده العاليه.

المرونة : القدرة على ثنى ومد ودوران الجسم بسهولة فى مختلف الاتجاهات.

التوافق :اجاده الحركات التوافقية والقدرة على اداء الحركات البدنيه بنعومة ورشاقة.

الصحة : ندرة الإصابة بالأمراض و الشفاء بسرعه عنده الإصابة بمرض ما.

النشاط البدني: نشاط بدنيا والمشاركة فى اداء او ممارسه انشطه بدنيه متعددة.

الكفاءة الرياضيه: رياضى وممارس جيد للرياضة ويمتلك مهارات رياضية جيدة.

شمولية الجانب البدني : الشعور الإيجابي تجاه الذات البدنية.

وكل بعد من هذه الأبعاد العشرة تقيس 6 عبارات ويقوم المفحوص بالا ستجابه على عبارات الاختبار فى ضوء مقياس سداسي التدرج (تتطبق على بدرجة كبيره جدا "بدرجة متوسطة بدرجة قليله،بدرجة قليله جدا،لا تتطبق على تماما)على درجة للمقياس هو 360 درجة واقل درجة للمقياس هو 60 درجة ويكون درجة الحياد 210 درجة.

مفتاح التصحيح:

عبارات بعد المظهر الخارجي ارقامها كما يلى:

عبارت فى اتجاه البعدو ارقامها 1/21/31/51/

عبارات في عكس اتجاه البعد وارقامها 41/11

. عبارات بعد سمنه الجسم ارقامها كما يلي:

2/12/32/22/42/52/ وكمالها في عكس اتجاه البعد

. عبارات بعده القوة العضلية ارقامها كما يلي:

عبارته في اتجاه البعد وارقامها 53/43/23/13

عبارته في عكس اتجاه البعد وارقامها 33/3

. عبارته بعد التحمل ارقامها كما يلي:

عبارته في اتجاه البعد وارقامها 44/34/14/4

عبارته في عكس اتجاه البعد وارقامها 54/24

. عبارات بعد المرونة ارقامها كما يلي:

عبارات في اتجاه البعد وارقامها 55/35/25/5

عبارته في عكس اتجاه البعد وارقامها 45/15

. عبارته بعد التوافق ارقامها كما يلي

عبارته في اتجاه البعد وارقامها 56/46/36/16/6

عبارته في عكس اتجاه البعد وارقامها 26

. عبارته بعد الصحة ارقامها كما يلي:

-عبارات في اتجاه البعد وارقامها 47/27 /17

عبارته في عكس اتجاه البعد وارقامها 57/37/7

. عبارات بعد النشاط البدني ارقامها كما يلي:

عبارات في اتجاه البعد وارقامها 58/38/28/18/8

عبارته في عكس اتجاه البعد ورقمها 48

. عبارات بعد الكفاءات الرياضية ارقامها كما يلي

عبارات في اتجاه البعد وارقامها 59/39/29/19//9

عبارته في عكس اتجاه البعد ورقمها 49

. عبارات بعده شموليه الجانب البدني ارقامها كما يلي:

10/20/30/40/50/60 وكلها في اتجاه البعد وعند تصحيح الاختبار يتم منح الدرجة التي حددها الفحوص بالنسبة العبارات التي في اتجاه البعد.

اما بالنسبة العبارات التي في عكس اتجاه البعد فيتم عكس الدرجات على النحو التالي 1=6 ، 2=5 ، 3=4 ، 4=3 ، 5=2 ، 6=1 ،

ويتم جمع درجات كل بعد على حده وبالتالي يمكن مقارنه الابعاد بعضها ببعض الآخر.

2-4-3 اختبار ادراكات النجاح :

توصيف المقياس:

قام كل من جلن روبرتس Roberts و جلوريا بلاجوي Balague (1991) بتصميم مقياسين للتطبيق في المجال الرياضي لقياس توجهات دافعية المهمة والذات (Task and ego motivation orientation)

أحدهما خاص بمستوى الرياضيين في المرحلة الجامعية والآخر خاص بمستوى الرياضيين في المرحلتين الثانوية والاعدادية وأطلقا على المقياسين عنوان (استخبار إدراكات النجاح ويتضمن المقياس من مقياس 14 عبارة لقياس بعدين من أبعاد توجهات الدافعية هما:

التنافسية competitiveness .

•التمكن (التفوق mastery):

قام مارش (1994) بتحليل هذين المقياسين عاملياً واستطاع التوصل إلى تحديد 14 عبارة تصلح كمقياس للتطبيق على الطلبة في المرحلتين الثانوية و الجامعية ويتضمن بعد التنافسية 6 عبارة والتمكن (التفوق) 8 عبارات . ويقوم اللاعب بالاستجابة على عبارات المقياس على مقياس مدرج من 5 درجات (بدرجة كبيرة جداً , بدرجة كبيرة , بدرجة متوسطة , بدرجة قليلة , بدرجة قليلة جداً) وطبقاً للعبارة التالية : (عندما اشترك في منافسة رياضية فأشعر بالمزيد من النجاح عندما)

تصحيح المقياس:

1. أرقام عبارات توجه التنافسية هي : 1\2 \3 \6\10 \11.

2. وأرقام عبارات توجه التمكن التفوق هي : 4\5 \7 \8 \9 \12\13\14 ويتم تصحيح عبارات كل بعد على حدة طبقاً لما يلي:

بدرجة كبيرة جداً=5 درجات , بدرجة كبيرة = 4درجات , بدرجة متوسطة = 3 درجات , بدرجة قليلة = درجتان , بدرجة قليلة جداً =درجة واحدة اكبر درجة يحصل عليها المختبر 70درجه واقل درجه يحصل عليها المختبر 14ودرجه الحياد يكون 42 درجه.

3 -4-3 المعاملات العلمية للمقياس:

1-3-4-3 صدق المقياس

يعد الصدق من الشروط والصفات العلمية للاختبار الجيد إذ إن الصدق يعني إن الاختبار يقيس ما وضع لأجل قياسه ولا يقيس شيئاً آخر وقد تم التحقق من صدق المقياس من خلال إيجاد الصدق الظاهري (13) وذلك من خلال عرض المقياس على مجموعه من الأساتذة المختصين الملحق (3).

2 -3-4-3 الثبات:-

هو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مره في ظروف مماثلة ولغرض معرفة درجة ثبات المقياس قام الباحث بإعادة تطبيق الاختبار على عينة التجربة الاستطلاعية من خلال توزيع المقاييس مره أخرى بعد مرور أسبوع واحد وبالظروف نفسها على أفراد عينة التجربة الاستطلاعية ومن خلال معرفة درجة ثبات المقاييس على الأفراد المذكورين آنفاً , تم تطبيق معادلة الارتباط (بيرسون) بين الاختبارين الأولي والنهائي

وتم الحصول على درجة ثبات (91,3) وهو ارتباط عالي وان ارتفاع هذه القيمة تؤكد على مدى ثبات المقياس (14).

3-5 التجربة الاستطلاعية:-

هي عبارة عن تجربة اولية يقوم بها الباحث للوقوف بنفسه على المعوقات والعصوبات التي قد تواجه الباحث إجرى الباحث تجربة الاستطلاعية على (5) طلاب لصف الأول وذلك من خارج عينة التجربة الرئيسية و في التاريخ (10 الى 15/11/2015) وفي قاعة سكول التربية الرياضية جامعة كوية) الرياضي وكانه الهدف منها.

أهداف التجربة الاستطلاعية:-

1. التعرف على الزمن المستغرق لأملاء الاختبار.
2. التعرف على المعوقات التي تواجه الباحث يوم التجربة الرئيسية.
3. التأكد من الإجابة من على المقاييس من قبل عينه البحث.
4. الممارسة العلمية لتفريغ البيانات.
5. التأكد من المقاييس ومدى فهم العينة واستيعابهم لمحتوى المقياس.

3-6 اجراءات التجربة الرئيسية:

قام الباحث بأجراء التجربة الرئيسية بتطبيق المقياسين اختبار وصف الذات البدنية و استمارة إدراكات النجاح بتاريخ (7-8-12-2015) وبحضور جميع افراد عينة البحث في سكول التربية الرياضية - جامعة كوية تم شرح المقاييس للعينة وبعدها و تم تطبيقه على العينة وبعد املاء المقاييس من قبل العينة تم جمع الاستمارات لأجراء الوسائل الاحصائية المناسبة والحصول على النتائج.

3-7 الوسائل الاحصائية

استعان الباحث بالحقيبة الاحصائية لمعالجة البيانات والذي استخدمت فيها المعادلات التالية:

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- 4- معامل الثبات الفا كرونباغ

الباب الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1-4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى عينة البحث

1-1-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج و الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى عينة البحث تحقيقاً لهدف الدراسة الأول سعى الباحث إلى استخراج قيم الأوساط الحسابية والاند راف المعيارية لأبعاد الذات البدنية وإدراكات النجاح من طلاب سكول التربية الرياضية في جامعة كوية بغية التعريف على واقع الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى أفراد عينة البحث و بذلك تم تحقيق الهدف الأول من الدراسة والجدول (1) بين ذلك

جدول(1) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد الذات البدنية وإدراكات النجاح لدى بعض طلاب الصف الاول في سكول التربية الرياضية – جامعة كويه

عدد لعينة

طلاب لصف الأول الذات البدنية ادراكات النجاح

الوسط

الحسابي الانحراف

العياري الوسط

الحسابي الانحراف

العياري

39,44 178,50 6,50 44,66 50

يبين من الجدول (1) تبين بأنه الوسط الحسابي المقياس الذات البدنية بلغ 44,66 بانحراف العياري 6,50 وفي مقياس ادراكات النجاح بلغ الوسط الحسابي 178,50 وبانحراف معياري 39,44.

2-1-4 عرض وتحليل و مناقشه العلاقة بينه نتائج الذات البدنية و ادراكات النجاح لدى عينة البحث

جدول (2) يبين علاقة الارتباط بين الذات البدنية وادراكات النجاح لدى عينة البحث

العيينة المتغيرات الوسط

الحسابي الانحراف

المعياري قيمة R

محسوبة قيمة R

الجدولية دلالة

50 الذات البدنية 44,66 66,50 0,20 0,273 غير

معنوية

أدراكات النجاح 178,50 39,44

تتبن من الجدول (2) عدم وجود علاقة ارتباط بين الذات البدنية و ادراكات النجاح لدى عينة البحث اذ بلغت قيمة (R) المحسوبة (0,20) وعند مقارنتها بقيمة (R) الجدولية البالغة (0,273) وهي أصغر منه القيمة الجدولية كما يدل على عدم وجود علاقة بأنه الأفراد ذوي الذات البدنية السالبة يكونونه أقل توافقاً منه الأفراد الذين يتمتعون ب ذات بدنية موجبة وهذا لما يؤدي الى قلة ادراكهم لنجاحهم في حياتهم العلمية والعملية (15).

الباب الخامس

5- الاستنتاجات والتوصيات

1- 5- استنتاجات

من خلال الاستنتاجات توصل الباحث إلى ما يلي:

- 1- عدم ظهور علاقة بين لذات البدنية وإدراكات النجاح لدى بعض طلاب صف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كوية.

2- 5- التوصيات

يوصى الباحث بما يلي:

- 3- التأكيد على دراسة أبعاد ذات البدنية وإدراكات النجاح بشكل دوري لدى طلاب الصف الأول وفي سكول التربية الرياضية جامعة كوية.
- 4- الاستفادة من نتائج الدراسة لزيادة التدريب على الصفات البدنية و متغيرات إدراك النجاح لدى طلاب الصف الأول.
- 5- الإجراء نفس القياسات من متغيرات البحث على طالبات الصف الأول.
- 6- إجراء دراسات مشابهة على بقية طلبة صفوف الكلية الثلاث.

المصادر و المراجع:

- 1- عادل الأشوال ؛ علم النفس والنمو ، ط 21 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1989
- 2- بني جابر ، جودت وزملاؤه ؛ المدخل الى علم النفس ، عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، 2002.
- 3- تيرس عوديشوا نوبا ؛ دليل الرياضي في الاعداد النفسي : عمان ، دار وائل للنشر ، 2002.
- 4- حداد، عفاف ومحمد سعيد صباريني وشفيق حسان؛ مفهوم الذات العلمي وعلاقته بالتحصيل في العلوم التدريس، العدد الثالث عشر، جامعة محمد الخامس، الرباط، المغرب ، 1989.

- 5-حسين ، حلمي ، اللياقة البدنية مكوناتها العوامل المؤثر عليها اختبارات ، ط1 دار المتنبي ، قطر ، 1985.
- 6-حسين ، حلمي ؛ اللياقة البدنية مفهوم الذات اختبارات ، ط1، دار المتنبي ، قطر ، 1998.
- 7-سامح محافظة وزهير الزعبي ؛ اثر العوامل الاجتماعية و الاقتصادية و الأكاديمية في تشكيل مفهوم الذات لدى طلبة الجامعة الهاشمية ، دراسات العلوم التربوية ، المجلد 35 ، عدد 1 ، 2008.
- 8-شريم ، وآخرون؛ ابعاد مفهوم الذات واثر متغيرات الجنس والصف ومستوى التحصيل عليها لدى عينة من الطلبة المتوقين و العاديين في الصفيين التاسع والعاشر ، مجلة دراسات العلوم التربوية ، العدد(1) ، المجلد (27) ، الأردن ، 2000.
- 9-محمد حسن الشناوي وآخرون ؛ التنشئة الاجتماعية للطفلدار، الصفا للنشر والتوزيع، عمان، الأردن ، 2001.
- 10-صوالحة، محمد، احمد قواسمة ؛ الفروق في مفهوم الذات لدى عينة من أبناء الأمهات العاملات وغير العاملات في الأردن، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد السادس، 1994.
- 11-محمد صوالحه ؛ دراسة تطورية لمقياس مفهوم الذات. أبحاث اليرموك، المجلد الثامن، العدد الرابع، ص117- 77، جامعة اليرموك، أريد، الأردن، 1992.
- 12-عبد العزيز عبد المجيد محمد ؛ سلسلة الاعداد النفسي للرياضيين الطاقة النفسية ، ط1 ، لقاهرة ، دار العلوم للطباعة والنشر ، 2008.
- 13-رزق مصطفى عبيدات؛ علاقة مفهوم الذات بممارسة النشاطات المدرسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في الأردن، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، عمان، 1994.
- 14-قاسم حسن حسين ؛ الموسوعة الرياضية والبدنية الشاملة الالعب والفعاليات والعلوم الرياضية : عمان ، دار الفكر للطباعة ، 1998.
- 15-رافع إدريس عبد الغفور، وآخرون؛ دراسة مقارنة في الذات البدنية لدى لاعبي الكرة الطائرة لكليات جامعة الموصل ، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية (نصف سنوية) ، المجلد 18 ، عدد (58) ، 2012 .