

برنامج تثقيفي (صحي - نفسي) لمواجهة ظاهرة التنمر المدرسي بسيناء

* م.د/ أحمد عبد الرحمن محمد علي الشريف

** م.د/ احمد السيد الأول

*** م.د / عزة إبراهيم احمد

مقدمة ومشكلة البحث :

يلعب المجتمع دورا هاما في تعزيز وحماية الصحة إذ عليه أن يعمل علي نشر السلوك الإيجابي ومحاربة العادات السلوكية السلبية الضارة، فصحة الفرد تتأثر بسلوكه أي بمجموع تصرفاته التي قد تكون صحية تعود عليه بالفائدة أو غير صحية تضره، فمن السلوك الاجتماعي الصحي النظافة وتجنب العدوى ومن السلوك النفسي المرغوب فيه التعاون والمشاركة، ومن السلوك غير الصحي التدخين وتعاطي المخدرات ومن السلوك النفسي الغير مرغوب فيه العدوان والتنمر مما يؤدي الي ظهور من العديد من المشكلات الإجتماعية داخل المجتمع بصفة عامة وداخل المحيط المدرسي والرياضي بصفة خاصة. (١٢٠:٤) (٢٣:١)

وتشير "نايفة قطامي" (١٩٩٢م) إلى أن الرصيد الأول من أساليب السلوك يزود به الطفل عن طريق الاسرة التي تزوده بالضوء الذي يرشده في تصرفاته وسائر ظروف حياته وتحدد له منذ البداية اتجاهات سلوكه واختياراته، إلا إن الأثر البالغ في إكساب السلوك يرجع إلى المعلمين في المدرسة إذ يحاول المعلمون فرض مجموعه من الانظمة والقوانين للحد من التنوع في

* مدرس بقسم العلوم الحيوية والصحة الرياضية، كلية التربية الرياضية بالعريش، جامعة العريش.

** مدرس بقسم التدريب الرياضي، جامعة كفر الشيخ.

*** مدرس بكلية التربية، جامعة العريش.

سلوكيات طلابهم الضارة وخاصة ظاهرة التمر التي ظهرت حديثا علي مستوي العالم بصفة عامة والمجتمعات العربية والمجتمع المصري بصفة خاصة حيث اصبحت من أهم النقاط التي تدرس من قبل وزارة التربية والتعليم بمصر وضمن خطة العام الدراسي ٢٠١٨ - ٢٠١٩ لمواجهة تلك الظاهرة التي انتشرت بصورة كبيرة داخل المجتمع العربي والمصري. (٢٠:١٠٩) (٦٥:١٩)

والسلوك الصحي كغيره من أنواع السلوك يكتسبه الطفل في سن مبكرة وباستخدام أساليب متنوعة كالاتابه والعقاب وكلما استمر الأباء في إثابته للسلوك المرغوب وعقابه عن السلوك غير المرغوب كلما كرر الشيء الذي أثير عنه وتجنب ما عوقب من اجله وذلك في معظم الاحيان وهكذا مع الوقت يكتسب سلوكيات صحية كغسل الأيدي والمحافظة علي نظافة جسمه وبعض السلوكيات النفسية الايجابية مثل التعاون وانكار الذات وغيرها، وبهذه الأساليب يتعلم الطفل ويكتسب بعض السلوكيات قبل أن يكبر بما فيه الكفاية ليفهم أن هذه السلوكيات سوف تقيه وترقي صحته وان البعض الآخر قد يعرضه للخطر مثل التمر والعدوان، وكلما كبر الطفل تعلم من مصادر جديده مختلفة كالمعلمين كيف ولماذا تتصل هذه السلوكيات بصحته الحالية والمستقبلية، وفي بعض الأحيان فان سلوكياته التي تكونت في سن مبكرة قد تدعم وتقوي بواسطة التعلم الجيد والجديد. (٤٤:٧) (٩:١١)

وتعتبر المدرسة هي الأداة التي تتعاون مع الأسرة لتربيته الأفراد لان الاسرة لا تستطيع أحيانا أن تقوم بعملية التربية وإكساب السلوكيات المناسبة بمفردها لانتشار نسبه الأمية بين الآباء والأمهات وضعف الاعداد الصحي والنفسي والتربوي لهم مما قد يؤدي إلى عدم توافر الوسط الاجتماعي الصحي والنفسي السوي الذي يحتاجه الفرد. (٢٢: ٢٤٦)

وفترة السن المدرسي من أهم مراحل العمر من حيث النمو والتطور السريع الذي يطرأ علي التلاميذ من الناحية الصحية والبدنية والنفسية

والاجتماعية وما يصاحبه من سرعة تثبيت للمهارات والسلوكيات الصحيحة وخاصة تلاميذ المرحلة الابتدائية. (٢٥:١٧٧)(٣٣:٢٤)

ويرى "اسلام توفيق محمد" (٢٠١٠م) ان هذه المرحلة تكتسب اهميتها من حيث انها المرحلة التى يتم فيها اعداد الناشئ كى يصبح مواطناً ناجحاً يتحمل مسئوليات للاشتراك فى المجتمع الكبير عن طريق العمل المثمر والإنتاج للحفاظ على بقاءه وازدهار هذا المجتمع. (٣٠:٥)

ويلعب المعلم دورا كبيرا كأحد العوامل المؤثرة في العملية التربوية إذ يتفاعل معه التلاميذ، والمعلم الجيد يمكن أن يحدث أثراً طيباً في تلاميذه، فعن طريق التفاعل والاتصال بالمعلم، يتعلم التلاميذ كيف يفكرون وكيف يستفيدون وكيف يغيروا مما تعلموه في سلوكهم. (١١:١٤)

ويشير "أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة" (٢٠٠٥م) أن ممارسة النشاط الرياضى المدرسى وسيلة تربوية لها التأثير الإيجابى على تعديل سلوك التلاميذ فى مرحلة الاساسية من التعليم من حيث اكساب القيم الأخلاقية، الروح الرياضية، قيمة اللعب النظيف، الالتزام بتطبيق القوانين وقواعد اللعب، تحمل المسؤولية، التنافس فى سياق تعاونى لذا يجب ان يهتم المربى الرياضى بتقديم الأنشطة الرياضية وفق قواعد تربوية وصحية ونفسية لتساعد على إظهار الجوانب الايجابية للسلوك من الناحية الصحية والنفسية وذلك اثناء ممارسة الأنشطة الرياضية فى جو يتسم بالأمان والصحة الشخصية والمرح والسعادة والروح الرياضية. (١٢٧:٤)

كما أشار "محمد حسن علاوى" (٢٠١٢م) أن الذات الصحية تعبر عن مدى إدراك الممارس للنشاط البدنى لمختلف الجوانب المرتبطة بصحته البدنية او النفسية والاجتماعية وإدراكه لمدى قدرته على مواجهة ما يصيبه من امراض ومدى قدرته على مواجهة الضغوط والتوتر أثناء ممارسة نشاطه الرياضى بصفة خاصة والحياة بصفة عامة. (١٠٤:١٥)

ويعد التمر المدرسى بما يحمله من عدوان تجاه الآخرين سواء كان بصورة جسدية او لفظية او اجتماعية او جنسية من المشكلات التى لها اثار سلبية سواء على القائم بالتمر او على ضحية التمر او على البيئة المدرسية او على المجتمع ككل. (١٢:٨)(٥٤:٦)

إذ يؤثر التمر المدرسى فى البناء الامنى والصحي والنفسى والاجتماعى للمجتمع المدرسى لذلك يلاحظ ان العدوان الجسمى من هؤلاء المتمتمرين فى المدارس يلحق الضرر بالتلاميذ فى أى مستوى تعليمى كما انه يجعل التلميذ (ضحية التمر) مرفوض وغير مرغوب فيه بالإضافة الى انه يشعر بالخوف والقلق وعدم الارتياح كما انه ينسحب من المشاركة فى الانشطة المدرسية الرياضية وغيرها او يهرب من المدرسة خوفا من المتمتمرين، اما بالنسبة للمتمتم فانهم قد يتعرض للحرمان او الطرد من المدرسة وكذلك يظهر قصورا من الاستفاده من البرامج التعليمية والانشطة الرياضية المدرسية المقدمة له. (٣:٢)(١٧:٣)(٢٣:١٠)

ويشير "بنكس banks" (١٩٩٧م) الى ان اثار التمر فى المدارس هم الضحايا والمتمتمرين انفسهم والتلاميذ الموجودين اثناء موقف التمر وكل هذه المجموعات الثلاث تتاثر بموقف التمر ويمكن توضيحها فيما يلى :
أولاً: اثار نفسية وسلوكية وجسدية وصحية قصيرة وطويلة المدى على الضحايا.

ثانياً: آثار التمر طويلة المدى على المتمتمرين حيث يشكل معتادو التمر على الآخرين فى المدارس فى سنوات حياتهم الاولى اربعة اضعاف من ينتكسون ويرتكبون جرائم خطيرة نسبيا حسب سجلات الاجرام الرسمية وذلك مقارنة بغيرهم من الطلاب العاديين.

ثالثاً: آثار التمر على الموجودين اثناء حدوث التمر حيث يمكن ان يتاثر التلاميذ بالتمر بشكل مباشر أو غير مباشر وهذه الاثار تتنوع بين

المشكلات الصحية والنفسية للفرد التي تبني لديهم ورعاية قيم اجتماعية
عدوانية وتبنى ثقافة التتمر بالنسبة لمجتمع المدرسة ككل. (٣:٢٢)
(٦٩:٢٣)

فيما يرى "أحمد فوزي واخرون نقلا عن مسعد ابو الديار" (٢٠١٢) ان
اهم السمات التي تجمع الذين يمارسون التتمر على زملائهم، عدم وجود دافعية
للإنجاز وللتعلم والدراسة والمشاركة في الانشطة المدرسية بصفة عامة
والانشطة الرياضية بصفة خاصة وبالإضافة الى انتشار السلوكيات الخاطئة
بينهم مثل التدخين والغياب والتأخر الصباحي بالإضافة الى العصبية التي
تدفعهم الى المشاحنات والمشاجرة مع بعض الطلبة وخلق بيئة اضطراب داخل
المحيط المدرسي مما يجعل الضحايا او بعض التلاميذ لا يريدون الذهاب
للمدرسة. (٤٥:٣) (٣٦:١٩)

ومما سبق يتضح ان التتمر المدرسي له العديد من الآثار السلبية وان
صحة الفرد الجسمية تتأثر بالصحة النفسية لذا نجد ان سوء الصحة الجسمية
يؤدي لسوء الصحة النفسية وسوء تكيفه فاعتلال الصحة الجسمية وضعف
البدن يؤدي بالفرد الي القلق والتشاؤم والنظر للحياة وللناس نظرة غير مقبولة
وايضا صحة البدن وعافيتها يجعل بعض الافراد ينظرون الى الضعفاء نظرة
السيادة والسيطرة عليهم وفرط القوة وسواء كان الفرد يعاني من اعتلال البدن او
صحة البدن فكلاهما يكون له تأثير علي سلوكه نحو الاخرين وفي مختلف
النواحي الحياتية. (١٨:١٣)

وبذلك يكون لصورة الجسم عامل هام ورئيسي حيث تؤثر صورة الجسم
علي الانماط السلوكية الاقدامية والتي تتضمن انشطة المحافظة علي المظهر
مثل الالعب الرياضية والايروبك والتمرينات الرياضية والاعتناء بالمظهر العام،
وتؤدي هذه الانشطة الى زيادة تقدير الفرد لذاته وثقته بنفسه في التعامل مع من
حوله، بينما تتضمن الانماط الاحجامية المواقف التي تقوم بدور سلبي ويؤدي

الى حالة من الشعور بالفطور والقلق او اليأس من صورة وشكل الجسم والتي قد تتعكس بالانطواء والبعد عن الاقران او العنف معهم. (٥٥:١١)

وقد انتشرت تلك الظاهرة في كل بلدان العالم المتقدمة والنامية الامر الذي يشير الي انها ظاهرة عالمية بحاجة الى دراستها من شتي الجوانب من قبل المجتمعات الدولية والمحلية والمؤسسات التربوية. (٤٢:١٢)

ومن خلال عمل الباحثين كأعضاء هيئة تدريس بكلية التربية الرياضية بالعريش واثناء الاشراف علي تطبيق التربية العملي للفرقة الثالثة والرابعة بالكلية والمتابعة مع الطلاب سير العملية التعليمية داخل المدارس ومع توجهات وزارة التربية والتعليم في مواجهة ظاهرة التتمر واجهت طلاب الكلية العديد من المشاكل الصحية والنفسية لدى التلاميذ وعلى سبيل المثال منها وجود بعض الطلاب الذين لديهم سلوك عدواني فى التعامل مع زملائهم اثناء ممارسة النشاط الرياضى وتعمد اصابة زملائهم وايدائهم وهذا ما يعرض زملائهم لبعض المخاطر الصحية والنفسية التى قد تدفعهم الى عدم الممارسة للنشاط الرياضي او الاشتراك فيه مع زملائهم مع تعمد تكراره ووجود بعض الطلاب ليس لديهم الرغبة في الاشتراك في ممارسة النشاط الرياضي ووجود بعض الطلاب لديهم قصور في بعض الجوانب الصحية كالسمنة والنحافة او بعض التشوهات القوامية مما دفع الباحثين الي فكرة البحث وهو عمل برنامج تثقيفي صحي نفسي لمواجهة ظاهرة التتمر المدرسي لدي هؤلاء التلاميذ حتى نستطيع أن نتعرف علي نوعيه السلوكيات الصحية والنفسية لديهم ومن ثم توجيههم نحو السلوكيات النافعة وإثابتهم عليها وتقويم السلوكيات غير المرغوبة ، ومن خلال اطلاع الباحثين وجدت ندرة الدراسات التى اهتمت بعمل برامج تثقيفية صحية ونفسية لمواجهة ظاهرة التتمر المدرسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية في المجال التربوي بصفة عامة وفي ممارسة النشاط الرياضي بصفة خاصة مما دفع الباحثين إلى البرنامج المقترح وتعديل تلك السلوكيات وذلك أثناء اشتراكهم

واشراكهم فى ممارسة الأنشطة الرياضية بالمدرسة لإخراج جيل قادر على بناء
نفسه وبناء المجتمع ومواجهة تلك الظاهرة.

ويمكن تحديد مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:

- ١- ما اشكال التمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ؟
- ٢- هل توجد علاقة بين الصحة الشخصية والصحة النفسية للطالب وبين
التمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ؟
- ٣- هل يمكن التنبؤ بالتمر المدرسي من خلال المقياس الصحي النفسي
الرياضي المقترح لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ؟
- ٤- هل يمكن عمل برامج تثقيفية للتلاميذ وأولياء الامور عن مخاطر ظاهرة
التمر المدرسي والمساهمة في علاجها.

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى :

- ١- تصميم اختبار معرفي لقياس ظاهرة التمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة
الابتدائية بسيناء.
- ٢- التعرف على تأثير البرنامج التثقيفي الصحي النفسي المقترح في مواجهة
ظاهرة التمر المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بسيناء.

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدى لصالح القياس
البعدى في تطبيق الاختبار المعرفي قيد البحث على العينة قيد البحث.
- ٢- توجد فروق دالة احصائيا بين القياس القبلي والقياس البعدى لصالح
القياس البعدى في تطبيق البرنامج التثقيفي المقترح على العينة قيد
البحث.

أهميه البحث:

الأهمية العلمية للبحث:

تكمُن أهمية البحث العلمية في كونها تعتبر من الدراسات الحديثة وذلك على حد علم الباحثين، أنه باستطلاع المؤسسات البحثية وجد قلة الدراسات التي تناولت عمل برامج لتعديل تقويم سلوكيات تلاميذ المرحلة الابتدائية، ومن هنا تعتبر هذه الدراسة من الدراسات التي تظهر أهمية ممارسة النشاط الرياضي في تعديل السلوكيات الغير مرغوب فيها لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ومواجهة ظاهرة التمر المدرسي ومن ثم تساهم في تطوير سلسلة الأبحاث العلمية في مجال علوم الصحة والمشاركة بالعلوم الأخرى.

الأهمية التطبيقية:

نتائج هذه الدراسة سوف تساعد المهتمين في مجال علوم الصحة الرياضية وعلم النفس الرياضي والمدرسين والمدرّبين في معرفة كيفية التعامل مع ظاهرة التمر المنتشرة بالمدارس وكيفية مواجهة هذه الظاهرة والتعامل معها وكيفية التعامل مع التلاميذ على مختلف سلوكياتهم وكيفية تقويم تلك السلوكيات وتعديلها واكسابهم بعض السلوكيات الصحية النفسية السليمة من خلال الاشتراك في النشاط الرياضي وإبراز أهمية بالنسبة للطلاب وأولياء أمورهم.

المصطلحات:

- السلوك الصحي:

"هو كل ما يصدر عن الفرد من اتجاهات أو أقوال أو أفعال ترتبط بممارسته الصحية". (١٦ : ٩)

- علم النفس الصحي :

"هو العلم الذي يهتم بدراسة التأثير المتبادل بين الحالة الصحية والحالة النفسية وتأثيرها على الأفراد في النواحي السلوكية المفيدة لصحة الفرد بصفة خاصة والمجتمع بصفة عام". (٤٢:٢١) (٤٠ : ٢٤)

- علم النفس الصحي الرياضي :

"هو العلم الذى يهتم بدراسة التأثير المتبادل بين الحالة الصحية والحالة النفسية وتأثيرها على الأفراد فى النواحي السلوكية المفيدة لصحة الفرد اثناء ممارسة النشاط الرياضى بهدف تقويم وتعديل سلوك تلك الطلاب واكسابهم بعض المهارات والسلوكيات الصحية والنفسية السليمة". (تعريف إجرائى)

- التنمر المدرسي:

هو ايقاع الاذى الجسمي او الصحى او النفسي او الاجتماعي او العاطفي او المضايقة او الاحراج او السخرية من طالب متمر علي طالب اخر اضعف منه او لاي سبب من الاسباب وبشكل متكرر والطفل المتمر هو الذي يضايق او يخيف غيره من الاطفال في المدرسة ويجبرهم علي فعل ما يريد بنبرة الصوتية العالية واستخدام التهديد. (١٠:٤٥)

- التنمر

يعرف بانه ذلك السلوك المتكرر الذي يهدف الي اىذاء شخص اخر جسديا او لفظيا او اجتماعيا او صحيا او جنسيا من قبل شخص واحد او من عدة اشخاص وذلك بالقول او بالفعل للسيطرة علي الضحية واذلالها ونيل مكتسبات منها بطريقة غير شرعية. (٦:٩٥)

الدراسات السابقة:

١- قام "معتز محمد" (٢٠١٨) (١٧) بدراسة بعنوان "التنمر المدرسي وعلاقته بصورة الجسم لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية" واستخدم الباحث المنهج الوصفي عند اجراء هذه الدراسة لملاءمة لتحقيق الهدف فى بناء المقياس والوصول الي هدف البحث وهو دراسة علاقته التنمر المدرسي وعلاقته بصورة الجسم وتم اختيار عينة البحث من (٢٠٠) تلميذ وتلميذة من المرحلة الابتدائية وقام الباحث بتصميم مقياس لقياس التنمر المدرسي واطهرت النتائج ان توجد علاقة بين التنمر المدرسي وصورة الجسم حيث

- ان صورة الجسم احد العوامل التى تجعل التلميذ ضحية للتمر وخاصة اثناء ممارسة الانشطة الاجتماعية والرياضية داخل المحيط المدرسي.
- ٢- قام "محرم فؤاد" (٢٠١٦)(١٤) بدراسة بعنوان "الايذاء النفسي والبدني كما يدركه الطفل وعلاقته بالتمر المدرسي لدعينة من تلاميذ المرحلة الاعدادية" واستخدم الباحث المنهج الوصفي عند اجراء هذه الدراسة لملاءمة لتحقيق الهدف فى بناء المقياس والوصول الى هدف البحث وهو دراسة اثر الايذاء النفسي والبدني وعلاقته بالتمر المدرسي وتم اختيار عينة البحث من (١٠٠) تلميذ وتلميذة من المرحلة الاعدادية من محافظة المنيا وقام الباحث بتصميم مقياس لقياس الايذاء النفسي والبدني واطهرت النتائج ان توجد علاقة بين التمر المدرسي والايذاء النفسي والبدني وخاصة اثناء ممارسة الانشطة الاجتماعية والرياضية داخل المحيط المدرسي.
- ٣- قام "أحمد فوزي، رمضان علي" (٢٠١٥) (٣) بدراسة بعنوان "التمر المدرسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية" واستخدم الباحث المنهج الوصفي عند اجراء هذه الدراسة لملاءمة لتحقيق الهدف فى بناء المقياس والوصول الى هدف البحث وهو دراسة التمر وعلاقته بدافعية الانجاز وتم اختيار عينة البحث من (٢٤٣) تلميذ وتلميذة من المرحلة الاعدادية من محافظة بنى سويف وقام الباحثين بتصميم مقياس لقياس دافعية الانجاز واطهرت النتائج ان توجد علاقة بين التمر المدرسي ودافعية الانجاز وخاصة اثناء ممارسة الانشطة الاجتماعية.
- ٤- قام "برجم رضوان" (٢٠١٥) (٨) بدراسة بعنوان "واقع المراقبة الطبية والصحية فى الوسط المدرسي" هدفت الدراسة لتعرف على واقع المراقبة الطبية والصحية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وتأثيرها على التحصيل الدراسى لديهم واكدت الدراسة على عدم الالتزام بالأسس الصحية لعادات

التغذية الطعام وانخفاض نسبة افراد العينة الذين يتخذون اجراءات الأمن والسلامة الصحية والنفسية لدى التلاميذ.

٥- قامت "فاطمة حسن الثويبي" (٢٠١٥) (١٣) بدراسة "دور برامج الرياضة المدرسية فى تدعيم الصفات البدنية لطالبات بعض مدارس المرحلة الابتدائية بمحافظة حولى بدولة الكويت" ان الرياضة المدرسية تمثل احد المداخل التربوية للتدريب على ممارسة العادات والمفاهيم والقيم الصحية والاخلاقية وتعمل على اكساب الطلاب الصفات البدنية والمهارية التى تتطلبها احتياجات المرحلة السنية.

٦- قامت "حنان اسعد" (٢٠١١) (٦) بدراسة بعنوان "التنمر المدرسي وعلاقته بالمهارات الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة جدة بالمملكة العربية السعودية" استخدم الباحث المنهج الوصفي عند اجراء هذه الدراسة لملاءمة لتحقيق الهدف فى بناء المقياس والوصول الى هدف البحث وهو التعرف علي الفروق بين مرتقي ومنخفضي التنمر المدرسي في المهارات الاجتماعية وظهرت النتائج وجود علاقة دالة وسالبة بين التنمر المدرسي وبين المهارات الاجتماعية من حيث التنبؤ بالتنمر المدرسي.

الدراسات باللغة الانجليزية:

١- قام "تشن.هى" (٢٠٠٢) (٢٤) بإجراء دراسة موضوعها "العلاقة بين سلوكيات واتجاهات وقت الفراغ ودافعية وقت الفراغ لدى تلاميذ الاعدادية" وهدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين اتجاهات وقت الفراغ ودافعية وقت الفراغ لدى تلاميذ الاعدادية وقد شارك (١١٨) تلميذا من مدارس تايوان وقد تم قياس اتجاهات عن طريق مقياس الاتجاهات وكذلك قياس الدافعية كذلك استخدم معامل بيرسون لتحديد العلاقات بين متغيرات الدافعية والاتجاهات لوقت الفراغ وتم استخدام المنهج الذى يصف هذه

الاتجاهات وذلك لانه انسب للدراسة واهتمت الدراسة بشكل جوهري على الفتیان فى سن المراهقة بدلا من الشباب الراشد.

٢- قام "اوكلام واخرون" (٢٠١٦) (٢٦) بدراسة بعنوان "تسع طرق لمواجهة التمر بالمجال الرياضي" واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي من خلال برنامج تثقيفي للتلاميذ والمدرسين لشرح كيفية مواجهة ظاهرة التمر بالمجال الرياضي واثاء ممارسة الانشطة الرياضية واثاء المنافسات واطهرت الدراسة نتائج ايجابية لدى الطلاب والمدرسين في تحسن الناحية النفسية والصحية والتحكم في الذات اثناء الممارسة والمنافسات الرياضية.

إجراءات البحث:

منهج البحث :

استخدم الباحثين المنهج التجريبي بأسلوب القياس القبلي والقياس البعدي لمجموعه واحده تجريبية وذلك لمامته لطبيعة أهداف وفروض البحث.

مجتمع البحث :

مدارس المرحلة الابتدائية بمدينة العريش، بمحافظة شمال سيناء والبالغ عددها ٥٢ مدرسة.

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجموعة من تلاميذ المرحلة الابتدائية في المرحلة السنية من (٩:١١ سنة)، وعددهم ٢٠ من البنين للدراسة الاستطلاعية و٢٥ تلميذ للعينة الأساسية للبحث.

شروط اختيار العينة:

١- أن يكون من تلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩: ١١ سنة) بمحافظة شمال سيناء.

- ٢- أن يكون لديهم الرغبة في التطوع لإجراء التجربة.
 ٣- موافقة ولي الأمر علي الاشتراك في البرنامج.
 ٤- أن لا يكونوا خاضعين لأي برامج تثقيفية أو تعليمية أخرى أثناء إجراء البحث.

٥- الانتظام والاستمرار في البرنامج المقترح طوال فترة إجراء التجربة.

الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث :

- استمارة استطلاع رأي الخبراء في محاور البرنامج المقترح.
- استمارة استطلاع رأي الخبراء في محتوى وعبارات البرنامج المقترح.
- الاختبار المعرفي الذي تم بناءه لقياس المستوي المعرفي بعد موافقة الخبراء عليه.
- استمارة استطلاع رأي الخبراء في البرنامج التثقيفي المقترح من قبل الباحثين للعينة قيد البحث.

الأجهزة والأدوات المستخدمة في تنفيذ البرنامج التثقيفي:

- قاعة محاضرات لتنفيذ محتوى البرنامج التثقيفي المقترح.
- جهاز كمبيوتر محمول Laptop Computer.
- جهاز عرض البيانات Data Show Projector لعرض محتوى البرنامج التثقيفي باستخدام برنامج العرض التقديمي للشرائح PowerPoint.

متغيرات البحث:

كي يتم التوصل إلى نتائج دقيقة في هذه الدراسة قام الباحثين بمحاولة ضبط المتغير المستقل (البرنامج التثقيفي المقترح) الذي قد يؤثر على المتغير التابع (المستوي المعرفي).

خطوات تنفيذ البحث:

إعداد البرنامج التثقيفي المقترح:

تم عمل مسح للمراجع العلمية والدراسات السابقة ومواقع شبكة المعلومات الدولية، وبناء عليه تم تحديد المحاور الرئيسية للبرنامج التثقيفي المقترح ومحتوي كل محور لعرضه علي الخبراء.

استطلاع رأي الخبراء (١):

تم إعداد استمارة استطلاع رأي الخبراء (مرفق ٣) التي تحتوي على المحاور الرئيسية للبرنامج التثقيفي المقترح، وكذلك موضوعات المحتوى النظري لكل محور من محاور البرنامج في نقاط وذلك بهدف التعرف على آراء الخبراء فيما يتعلق بكل من:

- مناسبة المحاور المقترحة للبرنامج التثقيفي المقترح.
 - اقتراح تعديل لأي محور من محاور البرنامج التثقيفي المقترح.
 - إضافة محاور أخرى للبرنامج التثقيفي المقترح.
 - تحديد الأهمية النسبية لكل محور من محاور البرنامج لبناء الاختبار المعرفي.
 - مدى مناسبة المحتوى النظري لكل محور من محاور البرنامج.
- تم تجميع هذه الاستمارات وتفرغ نتائجها في جدول لتحديد المحاور التي تم قبولها وتحديد الأهمية النسبية لكل محور.

جدول (١)

محاور البرنامج التثقيفي المقترح والأهمية النسبية لكل محور

م	المحور	عدد الخبراء الموافقين علي المحور المقترح من (١٠) خبراء	الأهمية النسبية للمحور
١	التنمر والصحة الشخصية	١٠	١٠%
٢	تربية القوام	١٠	١٠%

٣	اللياقة البدنية	١٠	%١٠
٤	السمنة	١٠	%١٠
٥	أهميه النشاط الرياضي	١٠	%١٠
٦	الضبط والتعبير الانفعالي	٩	%٩
٧	الروح الرياضية	٩	%٩
٨	مهارات الاخذ والعطاء الضبط الاجتماعي	١٠	%١٠
٩	الطموح والثقة بالنفس والقيم الاخلاقية	١٠	%١٠
١٠	مشاهدة افلام الكرتون والالعاب الالكترونية العنيفة ومخاطرها	١٠	%١٠

يتضح من جدول (١) موافقة السادة الخبراء على كل المحاور المقترحة للبرنامج التثقيفي بنسبة ٩٠% بحد ادني للمحور، وارتضى الباحث نسبة (٨٠%) من موافقات السادة الخبراء وبناء على هذا تم قبول جميع محاور البرنامج التثقيفي المقترح وعددهم ١٠ محاور (مرفق ١).

تجميع المحتوى النظري للبرنامج التثقيفي المقترح:

بعد أن وافق السادة الخبراء علي كل محاور البرنامج التثقيفي المقترح والنقاط الأساسية للمحتوي النظري لكل محور، فقام الباحث بتجميع المحتوى النظري للبرنامج التثقيفي المقترح من المراجع العلمية ومواقع شبكة المعلومات الدولية كما هو موجود في (مرفق ٢) من البحث.

خطوات تنفيذ البحث :

أولاً: إعداد محاور الاختبار المعرفي:

- تم عمل مسح للمراجع العلمية والدراسات السابقة ومواقع شبكة المعلومات الدولية لتحديد أهمية دراسة ظاهرة التتمر المدرسي للعينة قيد البحث ثم تم تجميع ودمج هذه الأسباب لوضعها في صورة محاور رئيسية مقترحة للاختبار المعرفي وكان عددهم عشرة محاور (مرفق ٣) وتم عرضهم علي السادة الخبراء وقد ارتضى الباحث نسبة (٨٠%) لقبول المحاور وتجاوزت نسبة الموافقة علي كل المحاور النسبة المحددة وتم قبول جميع المحاور.

ثانياً: إعداد عبارات الاختبار المعرفي:

- لبناء الاختبار تم الاستعانة بالثلاث مستويات الأولى من الستة مستويات الرئيسية للمجال المعرفي التي حددها "بلوم" Bloom" وهم: (المعرفة بنسبة ٣٠% - الفهم بنسبة ٣٥% - التطبيق بنسبة ٣٥%)، ليكون عدد عبارات الاختبار المعرفي ٥٠ عبارة موزعة وفقاً للنسب السابقة ووفقاً للأهمية النسبية التي حددها الخبراء لكل محور.
- تم كتابة فقرات الاختبار في صورته المبدئية (مرفق ٢) بنمط (ضع علامة صح أو خطأ أمام العبارات الآتية لعرضه علي الخبراء، وتم قبول جميع عبارات الاختبار المقترح.

ثالثاً: القياس القبلي:

تطبيق الاختبار علي عينة لإجراء المعاملات العلمية :

- تم تطبيق الاختبار علي عينة قوامها (٢٥) تلميذ في المرحلة السنية من (٩: ١١ سنة)، في الفترة من ٢٠١٨/١٠/٧ حتى ٢٠١٨/١٠/٩م وذلك بهدف إجراء المعاملات العلمية للاختبار المعرفي المقترح وعمل القياس القبلي للعينة قيد البحث من خلال تطبيق الاختبار المعرفي عليهم.

رابعاً: القياس البعدي:

- تم تطبيق الاختبار المعرفي بعد تطبيق البرنامج التثقيفي لمدة شهر ونصف بواقع عشر محاضرات بواقع محاضرتين في الأسبوع وزمن كل وحدة ساعتين خلال الفترة من ٢٠١٨/١٠/٧ وحتى ٢٠١٨/١١/١١ وتم تطبيق الاختبار المعرفي علي العينة قيد البحث يوم الثلاثاء الموافق ٢٠١٨/١١/١٣ لاستكمال واستخراج نتائج البحث وعمل المعالجات الإحصائية اللازمة للبحث.

المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل السهولة والصعوبة - معامل التمييز - معامل ارتباط بيرسون.

جدول (٢)

معامل السهولة والصعوبة والتميز لأسئلة الاختبار المعرفي ن = ٢٥

المحور الثاني (تربوية القوام)						المحور الأول (التنمر والصحة الشخصية)				
معامل التمييز	معامل الصعوبة	معامل السهولة	عدد الأسئلة		م	معامل التمييز	معامل الصعوبة	معامل السهولة	عدد الأسئلة	
			الصحيحة	الخاطئة					الصحيحة	الخاطئة
٠.٢١	٠.٥٥	٠.٤٥	١٦	٩	١	٠.٢٤	٠.٥٦	٠.٥٢	١٢	١٣
٠.٢٤	٠.٤٨	٠.٥٢	١٤	١١	٢	٠.٢٥	٠.٥٢	٠.٤٨	١١	١٤
٠.٢٥	٠.٤٨	٠.٥٢	١٠	١٥	٣	٠.٢٥	٠.٥٥	٠.٤٥	١٢	١٣
٠.٢٤	٠.٤٥	٠.٥٥	٨	١٧	٤	٠.٢٤	٠.٥٩	٠.٤١	١٣	١٢
٠.٢٢	٠.٥٥	٠.٤١	١٢	١٣	٥	٠.٢٥	٠.٤٨	٠.٥٢	١٠	١٥
المحور الرابع (السمنة)						المحور الثالث (اللياقة البدنية)				
٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٤	١١	١	٠.٢٤	٠.٥٩	٠.٤١	١٤	١١
٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٣	١٢	٢	٠.٢٤	٠.٥٥	٠.٤٥	١١	١٤
٠.٢٤	٠.٤٨	٠.٥٢	١٥	١٠	٣	٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٢	١٣
٠.٢٥	٠.٥٥	٠.٤٥	١١	١٤	٤	٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٥	١٠
٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٠	١٥	٥	٠.٢٤	٠.٤٥	٠.٥٥	٨	١٧
المحور السادس (الضبط والتعبير الانفعالي)						المحور الخامس (أهمية النشاط الرياضي)				
٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٣	١٢	١	٠.٢٥	٠.٥٥	٠.٤٥	١١	١٤
٠.٢٤	٠.٥٩	٠.٤١	١٥	١٠	٢	٠.٢٥	٠.٤٨	٠.٥٢	١٣	١٢
٠.٢٤	٠.٥٥	٠.٤٥	١١	١٤	٣	٠.٢٥	٠.٤٥	٠.٥٥	١٥	١٠
٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٢	١٣	٤	٠.٢٤	٠.٤٨	٠.٥٢	١٠	١٥
٠.٢٤	٠.٤٨	٠.٥٢	١٠	١٥	٥	٠.٢٤	٠.٤٥	٠.٥٥	١١	١٤
المحور الثامن (مهارات الاخذ والعطاء الضبط الاجتماعي)						المحور السابع (الروح الرياضية)				
٠.٢٤	٠.٤٥	٠.٥٥	١٣	١٢	١	٠.٢٥	٠.٥٥	٠.٤٥	١٢	١٣
٠.٢٥	٠.٥٢	٠.٤٨	١٥	١٠	٢	٠.٢٥	٠.٤٨	٠.٥٢	١٥	١٠

تابع جدول (٢)

معامل السهولة والصعوبة والتميز لأسئلة الاختبار المعرفي ن = ٢٥

المحور الثاني (تربوية القوام)						المحور الأول (التنمر والصحة الشخصية)				
معامل التمييز	معامل الصعوبة	معامل السهولة	عدد الأسئلة		م	معامل التمييز	معامل الصعوبة	معامل السهولة	عدد الأسئلة	
			الصحيحة	الخاطئة					الصحيحة	الخاطئة
٠.٢٤	٠.٤٨	٠.٥٢	١٣	١٢	٣	٠.٢٥	٠.٤٥	٠.٥٥	١٠	١٥
٠.٢٤	٠.٥٩	٠.٤١	١١	١٤	٤	٠.٢٤	٠.٥٩	٠.٤١	١٣	١٢
٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٢	١٣	٥	٠.٢٥	٠.٥٥	٠.٤٥	١٦	٩
المحور العاشر (مشاهدة الأفلام الكرتون والالعاب الإلكترونية العنيفة ومخاطرها)						المحور التاسع (الطموح والثقة بالنفس والقيم الاخلاقية)				

٠.٢٤	٠.٥٩	٠.٤١	١٤	١١	١	٠.٢٥	٠.٥٢	٠.٤٨	١٦	٩	١
٠.٢٥	٠.٥٢	٠.٤٨	٩	١٦	٢	٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١١	١٤	٢
٠.٢٥	٠.٤٥	٠.٥٥	١٠	١٥	٣	٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٠	١٥	٣
٠.٢٤	٠.٥٩	٠.٤١	١٢	١٣		٠.٢٤	٠.٥٥	٠.٤٥	١٤	١١	٤
٠.٢٤	٠.٥٥	٠.٤٥	١٤	١١		٠.٢٥	٠.٥٩	٠.٤١	١٢	١٣	٥

يتضح من جدول (٢) معامل السهولة ومعامل الصعوبة ومعامل التميز لأسئلة الاختبار المعرفي، كما يتضح من الجدول أن جميع عبارات الاختبار المعرفي تتمتع بدرجة مقبولة في معامل السهولة ومعامل الصعوبة ومعامل التميز.

جدول (٣)

صدق الاتساق الداخلي لأسئلة الاختبار المعرفي (ن=٢٥)

المحور الثالث (اللياقة البدنية)				المحور الثاني (تربية القوام)				المحور الأول (التنمر والصحة الشخصية)			
معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	°	معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	°	معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	°
*0.695	0.479	1.333	1	*0.457	0.509	1.500	1	0.410*	0.499	1.41	1
*0.468	0.504	1.433	2	*0.642	0.504	1.567	2	*0.400	0.490	1.36	2
*0.831	0.479	1.667	3	*0.674	0.504	1.567	3	*0.467	0.507	1.467	3
*0.433	0.498	1.400	4	*0.683	0.490	1.367	4	*0.351	0.498	1.600	4
*0.560	0.509	1.500	5	*0.725	0.507	1.467	5	*0.385	0.504	1.567	5
	٢.٤٦٩	٧.٢٣٣	مج		٢.٥١٤	٧.٤٦٨	مج		٢.٤٨٩	٧.٤٠٤	مج

تابع جدول (٣)

صدق الاتساق الداخلي لأسئلة الاختبار المعرفي (ن=٢٥)

المحور الثالث (اللياقة البدنية)				المحور الثاني (تربية القوام)				المحور الأول (التنمر والصحة الشخصية)			
معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	°	معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	°	معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	°
المحور السادس (الضبط والتعبير الانفعالي)				المحور الخامس (أهمية ممارسة النشاط الرياضي)				المحور الرابع (السمنة)			
*0.721	0.504	1.567	1	*0.467	0.507	1.467	1	*0.454	0.490	1.633	1
*0.585	0.498	1.600	2	*0.488	0.507	1.533	2	*0.488	0.507	1.533	2
*0.413	0.479	1.667	3	*0.479	0.509	1.500	3	*0.725	0.507	1.467	3
*0.725	0.507	1.467	4	*0.642	0.504	1.567	4	*0.560	0.509	1.500	4

*0.742	0.509	1.500	5	*0.721	0.504	1.567	5	*0.585	0.498	1.600	5
	٢.٤٩٧	٧.٨٠١	مج		٢.٥٣١	٧.٦٤٣	مج		٢.٥١١	٧.٧٣٣	مج
المحور التاسع (الطموح والثقة بالنفس والقيم الاخلاقية)				المحور الثامن (مهارات الاخذ والعطاء والضبط الاجتماعي)				المحور السابع (الروح الرياضية)			
*0.642	0.504	1.567	1	*0.367	0.507	1.533	1	*0.635	0.466	1.700	1
*0.722	0.466	1.300	2	*0.831	0.479	1.667	2	*0.836	0.450	1.733	2
*0.831	0.479	1.667	3	*0.722	0.466	1.300	3	*0.742	0.509	1.500	3
*0.585	0.498	1.600	4	*0.560	0.509	1.500	4	*0.488	0.507	1.533	4
*0.742	0.509	1.500	5	*0.721	0.504	1.567	5	*0.467	0.507	1.467	5
	٢.٤٥٦	٧.٦٣٤	مج		٢.٤٦٥	٧.٥٦٧	مج		٢.٤٣٩	٧.٩٣٣	مج
المحور العاشر (مشاهدة افلام الكرتون والالعاب الالكترونية الغنية)											
								*0.722	0.466	1.300	1
								*0.841	0.507	1.533	2
								*0.776	0.430	1.767	3
								*0.454	0.490	1.633	4
								*0.467	0.507	1.467	5
									٢.٤	٧.٧	مج

*قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ هي ٠.٣٦١

تشير نتائج الجدول رقم (٣) إلى أنه توجد علاقة ارتباطيه داله إحصائياً بين أسئلة الاختبار المعرفي ومجموع المحور الذي ينتمي إليه السؤال، مما يدل على صدق أسئلة الاختبار المعرفي.

جدول (٤)

صدق الاتساق الداخلي لمحاو الاختبار المعرفي (ن=٢٥)

م	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
1	التنمر والصحة الشخصية	٧.٤٠٤	٢.٤٨٩	*.٦٤٣
2	تربية القوام	٧.٤٦٨	٢.٥١٤	*.٦٥٥
3	اللياقة البدنية	٧.٣٣٣	٢.٤٦٩	*.٦٠٨
4	السمنة	٧.٧٣٣	٢.٥١١	*.٥٩١
5	أهميه النشاط الرياضي	٧.٦٤٣	٢.٥٣١	*.٧٠١

6	الضبط والتعبير الانفعالي	٧.٨٠١	٢.٤٩٧	*.٧٥٩
7	الروح الرياضية	٧.٩٣٣	٢.٤٣٩	*.٧٦٠
8	مهارات الاخذ والعطاء الضبط الاجتماعي	٧.٥٦٧	٢.٤٦٥	*.٦٩٣
9	الطموح والثقة بالنفس والقيم الاخلاقية	٧.٦٣٤	٢.٤٥٦	*.٦٩٩
10	مشاهدة افلام الكرتون والالعاب الالكترونية العنيفة ومخاطرها	٧.٧٠٠	٢.٤	*.٧٠٠
مجموع الاختبار		٧٦.٢١٦	٢٤.٧٧١	

*قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ هي ٠.٣٦١

تشير نتائج الجدول رقم (٤) إلى أنه توجد علاقة ارتباطيه داله إحصائياً بين محاور الاختبار والمجموع الكلي للاختبار، مما يدل على صدق محاور الاختبار المعرفي.

جدول (٥)

ثبات محاور الاختبار المعرفي بطريقة الاختبار وإعادة تطبيقه (ن=٢٥)

م	المحور	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	التمر والصحة الشخصية	٧.٤٠٤	٢.٤٨٩	٧.٦	٢.٧٧
٢	تربية القوام	٧.٤٦٨	٢.٥١٤	٧.٥٢	٢.٣٢٢
٣	اللياقة البدنية	٧.٣٣٣	٢.٤٦٩	٧.٠٠	٢.١١١
٤	السمنة	٧.٧٣٣	٢.٥١١	٧.٩١	٢.٦٠١
٥	أهميه النشاط الرياضي	٧.٦٤٣	٢.٥٣١	٧.٨٨	٢.٣١٢

تابع جدول (٥)

ثبات محاور الاختبار المعرفي بطريقة الاختبار وإعادة تطبيقه (ن=٢٥)

م	المحور	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
٦	الضبط والتعبير الانفعالي	٧.٨٠١	٢.٤٩٧	٧.٥٣	٢.٣٠٣
٧	الروح الرياضية	٧.٩٣٣	٢.٤٣٩	٨.٠١	٢.٠٤
٨	مهارات الاخذ والعطاء	٧.٥٦٧	٢.٤٦٥	٧.٦٦	٢.٦٧٥

					الضبط الاجتماعي	
*.٦٩٩	٢.٧٧	٧.٧٧	٢.٤٥٦	٧.٦٣٤	الطموح والثقة بالنفس والقيم الاخلاقية	٩
*.٥٩٩	٢.٦٥١	٧.٤١٢	٢.٤	٧.٧٠٠	مشاهدة افلام الكرتون والالعاب الالكترونية الغنيفة ومخاطرها	١٠
*.٩٥٦	٢٤.٥٥٥	٧٦.٢٩٢	٢٤.٧٧١	٧٦.٢١٦	مجموع الاختبار	

*قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ هي ٠.٣٦١
تشير نتائج الجدول رقم (5) إلى أنه توجد علاقة ارتباطيه داله إحصائياً بين محاور الاختبار والمجموع الكلي للاختبار، مما يدل على ثبات المحاور والاختبار المعرفي.

جدول (٦)

معامل ثبات الاختبار المعرفى باستخدام معامل الفا كرونباخ (ن=٢٥)

م	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الفا كرونباخ
١	التنمر والصحة الشخصية	٧.٤٠٤	٢.٤٨٩	*.٦٧٢
٢	تربية القوام	٧.٤٦٨	٢.٥١٤	*.٦٩١
٣	اللياقة البدنية	٧.٣٣٣	٢.٤٦٩	*.٥٩٩
٤	السمنة	٧.٧٣٣	٢.٥١١	*.٥٥
٥	أهميه النشاط الرياضى	٧.٦٤٣	٢.٥٣١	*.٦٩٩
٦	الضبط والتعبير الانفعالي	٧.٨٠١	٢.٤٩٧	*.٧٨٨
٧	الروح الرياضية	٧.٩٣٣	٢.٤٣٩	*.٧٠١

تابع جدول (٦)

معامل ثبات الاختبار المعرفى باستخدام معامل الفا كرونباخ (ن=٢٥)

م	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الفا كرونباخ
8	مهارات الاخذ والعطاء الضبط الاجتماعي	٧.٥٦٧	٢.٤٦٥	*.٧٢١
٩	الطموح والثقة بالنفس والقيم الاخلاقية	٧.٦٣٤	٢.٤٥٦	*.٦٧٤

١٠	مشاهدة افلام الكرتون والالعاب الالكترونية العنيفة ومخاطرها	٧.٧٠٠	٢.٤	*.٧٢٧
مجموع الاختبار		٧٦.٢١٦	٢٤.٧٧١	

*قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي ٠.٣٦١

تشير نتائج الجدول رقم (٦) إلى أنه توجد علاقة ارتباطيه داله إحصائياً بين محاور الاختبار والمجموع الكلي للاختبار، مما يدل على صدق محاور الاختبار المعرفي وان قيم معاملات الثبات تراوحت بين (٠.٥٥ الي ٠.٧٨٨) مما يدل علي ثبات المحاور والاختبار المعرفي باستخدام معامل الفا كرونباخ.

جدول (٧)

دلاله الفروق ومعدل التحسن بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في الجانب (الاختبار) المعرفي لعينة البحث (ن = ٢٥)

م	المحور	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"	نسبة التحسن %
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
١	التمتع والصحة الشخصية	٧.٤٠٤	٢.٤٨٩	٩.٦٨	١.٤٣	٢.٢٧٦	*٧.٨٩	%٣٠.٧٤
٢	تربية القوام	٧.٤٦٨	٢.٥١٤	١٠.١١	١.٦٦	٢.٢٦٤	*١٠.٣١	%٣٠.٣١
٣	اللياقة البدنية	٧.٣٣٣	٢.٤٦٩	١٠.٥٢	.٩٩	٣.١٩	*١١.٢	%٤٣.٥١
٤	السمنة	٧.٧٣٣	٢.٥١١	٩.٨٧	١.٢١	٢.١٣٧	*٨.٩	%٢٧.٦٣

تابع جدول (٧)

دلاله الفروق ومعدل التحسن بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي في الجانب (الاختبار) المعرفي لعينة البحث (ن = ٢٥)

م	المحور	القياس القبلي		القياس البعدي		الفرق بين المتوسطين	قيمة "ت"	نسبة التحسن %
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
٥	أهميه النشاط	٧.٦٤٣	٢.٥٣١	١١.٧٢	١.٧٣	٤.٠٧٧	*١٤.٦٥	%٥٣.٣٤

							الرياضي	
%٢٣.٧٠	*٧.٤	١.٨٤٩	١.٤٨	٩.٦٥	٢.٤٩٧	٧.٨٠١	الضبط والتعبير الانفعالي	٦
%٣٧.٠٢	*٩.٨٨	٢.٩٣٧	١.٤٤	١٠.٨٧	٢.٤٣٩	٧.٩٣٣	الروح الرياضية	٧
%٢٠.٣٩	*٧.٤٤	١.٥٤٣	١.٦٥	٩.١١	٢.٤٦٥	٧.٥٦٧	مهارات الاخذ والمعطاء الضبط الاجتماعي	٨
%٣٩.٥٩	*٩.٣٧	٣.٠٢٦	١.٩٨	١٠.٦٦	٢.٤٥٦	٧.٦٣٤	الطموح والثقة بالنفس والقيم الاخلاقية	٩
%٢٦.١٠	*٨.١١	٢.٠١	١.٤٢	٩.٧١	٢.٤	٧.٧٠٠	مشاهدة افلام الكرتون والالعاب الالكترونية الغنيمة ومخاطرها	١٠
%٥٠.٥٣	*١٦.٩٥	٢٥.٦٨	١٤.٩٩	١٠١.٩	٢٤.٧٧١	٧٦.٢١٦	مجموع الاختبار	

*قيمة " ت " الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ هي ١.٦٨

تشير نتائج جدول (٧) إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين متوسط القياس القبلي ومتوسط القياس البعدي لصالح القياس البعدي لعينة البحث الأساسية في الجانب المعرفي لكل المحاور حيث تراوحت قيمة ت المحسوبة من ٧.٤ إلى ١٦.٩٥ وهي اكبر من قيمة ت الجدولية ١.٦٨ مما يدل من تحقيق أهداف البحث وتحسن الجانب المعرفي لدي عينة البحث وبلغت قيمة نسبة التحسن من ٢٠.٣٩ حتى ٥٣.٣٤% مما يدل على تحسن عينة البحث في جميع محاور البحث ومجموع الاختبار لدى عينة البحث وهذه النتائج تتفق مع دراسة كلا من معتز محمد ٢٠١٨ ومحرم فؤاد ٢٠١٦ واحمد فوزى ٢٠١٥ وحنان اسعد ٢٠١١ واوكلم ٢٠١٦ ان ظاهرة التمر من الظواهر التي انتشرت بصورة كبيرة ومن ثم اهتم بها

الباحثون من حيث الدراسة والعلاج ولكن تناولها فقط من الناحية النفسية ولم يتطرقوا لعلاقتها من الناحية الصحية وهذا ما دفع الباحثين لاجراء الدراسة الحالية، وتتفق نتائج هذه الدراسة في نتائج المحاور قيد الحث مع دراسات كلا من برجم رضوان ٢٠١١ وفاطمة الثويبي ٢٠١٥ وتشن هي ٢٠٠٢ في اهمية البرامج التنقيية لمراحل التعليم الاساسي لرفع الوعي لديهم واخراج جيل قوى قادر علي تحمل المسؤولية.

الاستنتاجات :

في ضوء هدف البحث ومن خلال ما تم من إجراءات ومعالجات إحصائية توصل الباحث إلي:

- ١- اهمية تطبيقا لاختبار المعرفي المقنن من قبل الباحث الاول لقياس المستوي المعرفي لتلاميذ المرحلة الابتدائية بشمال سيناء عن ظاهرة التتمر .
- ٢- انخفاض المستوي المعرفي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بشمال سيناء عن ظاهرة التتمر .
- ٣- تصميم برنامج تنقيفي صحى نفسى عن أهمية مواجهة ظاهرة التتمر بالمحيط المدرسي بصفة عامة وسيماء بصفة خاصة.
- ٤- البرنامج التنقيفي أظهر تحسن واضح فيالمستوى المعرفي لدي عينة البحث عن أهمية مواجهة ظاهرة التتمر خاصة بسيناء، وذلك مما يساعدهم في تجنب هذه الأسباب ووقايتهم من أثار هذه الظاهرة علي الناحية الصحية والنفسية والبدنية.
- ٥- البرنامج التنقيفي أظهر تحسن واضح فيالمستوى المعرفي لدي عينة البحث أهمية ومعرفة ظاهرة التتمر خاصة بسيناء . (التعريف-مقدمة عن التتمر-اشكال التتمر- كيفية التعامل مع اشكال التتمر-أهمية الجانب الصحى والبدنى والنفسى معاً -الضبط الانفعالي- الروح الرياضية- الثقة

بالنفس- اثار المشاهدة الكثيرة للكرتون وممارسة الالعاب الالكترونية العنيفة)، وذلك مما يساعدهم في تجنب اثار تلك الظاهر قسواء المدرسة او اثناء ممارسة النشاط الرياضي ووقايتهم من الوقوع فيها عن قصد أو غير قصد.

- ٦- امكانية تقويم السلوك لدى الطلاب في المرحلة الابتدائية وخاصة عند وجود تعاون ايجابي بين ادارة المدرسة والاختصاصيين الاجتماعيين واولياء الامور لمتابعة التلاميذ في محيط عائلي.
- ٧- حصول مدرسة عباس صالح العينة التطبيقية للبحث على المستوى الثالث على مستوى جمهورية مصر العربية للعام ٢٠١٨/٢٠١٩.

التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه الباحث من استنتاجات وذلك من خلال ما تم من إجراءات ومعالجات إحصائية بما يتفق مع هدف وفرض البحث يوصي الباحث بالاتي:

- ١- الاستعانة بالاختبار المعرفي وتطبيقه علي تلاميذ المرحلة الابتدائية بسيناء بصفة خاصة وجمهورية مصر العربية بصفة عامة.
- ٢- تنفيذ البرنامج المقترح داخل الأندية الرياضية المختلفة والاتحادات الرياضية (منتخبات)، لتحديد المستوي المعرفي لديهم وإثارة دافعيتهم لمعرفة الإجابات الصحيحة وكيفية التعامل مع هذه الظاهرة حيث انها لم تتطبق من قبل في مجال التدريب الرياضي داخل مصر.
- ٣- توجيه عناية الباحثين لوضع برامج تثقيفية تمهيدية لهذا البرنامج تتناسب مع المراحل السنوية الأصغر والاكبر.
- ٤- وضع برامج تثقيفية رياضية صحية مشابهة لطلاب المدارس في جميع المراحل السنوية لرفع الوعي لديهم بصفة عامة.

- ٨- **برجم رضوان (٢٠١٥م):** واقع المراقبة الطبية والصحية فى الوسط المدرسى، بحث منشور، مجلة المؤتمر العلمى الدولى السادس عشر، كلية التربية الرياضية بالهرم، جامعة حلوان.
- ٩- **بهاء الدين سلامة (٢٠٠١م):** الجانب الصحية فى التربية الرياضية، ط٢، دار الفكر العربى، الطبعة الثالثة، القاهرة.
- ١٠- **علي موسى، محمد فرحان (٢٠١٣):** سلوك التمر عند الاطفال والمراهقين، مفهومه واسبابه وعلاجه، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض.
- ١١- **عمرو حسن احمد، احمد محمد الشافعى (٢٠١١م):** مدخل علم النفس الرياضى، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
- ١٢- **فاطمة حسن الثويبى (٢٠١٥م):** دور برامج الرياضة المدرسية فى تدعيم الصفات البدنية لطالبات بعض مدارس المرحلة الابتدائية بمحافظة حولى بدولة الكويت، بحث منشور، مجلة المؤتمر العلمى الدولى السادس عشر، كلية التربية الرياضية بالهرم، جامعة حلوان.
- ١٣- **محرم فؤاد (٢٠١٦):** الايذاء النفسى والبدنى كما يدركه الطفل وعلاقته بالتمر المدرسى لدى عينة من تلاميذ المرحلة الاعدادية، رسالة الماجستير، كلية التربية، جامعة حلوان.
- ١٤- **مبارك ذياب سعيد (٢٠١٥م):** دور الرياضة المدرسية فى تنمية القيم الاخلاقية لطلاب المرحلة الابتدائية، بحث منشور، مجلة المؤتمر العلمى الدولى السادس عشر، كلية التربية بالهرم، جامعة حلوان.
- ١٥- **محمد حسن علاوى (٢٠١٢م):** علم نفس الرياضة الممارسة البدنية، كلية التربية الرياضية بالهرم، جامعة حلوان.

١٦- معتز محمد (٢٠١٨): التمر المدرسي وعلاقته بصورة الجسم لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية رسالة الماجستير، كلية التربية، جامعة حلوان.

١٧- محمد وجيه (١٩٨٥ م): أثر تدريس مقرر التربية الرياضية لمدرسي المرحلة الابتدائية علي اتجاهاتهم نحو النشاط البدني، مجلة البحوث للتربية الرياضية، المجلد الثاني، كلية التربية الرياضية، جامعه الزقازيق.

١٨- محمود على حسان (٢٠٠٢ م): اتجاهات تلاميذ المرحلة الإعدادية نحو الترويح فى وقت الفراغ" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

١٩- مسعد الرفاعى ابو الديار (٢٠١٢ م): سيكولوجية التمر بين النظرية التطبيق، الكويت، مكتبة الفلاح

٢٠- نايفه قطامي (١٩٩٢ م): أساسيات علم النفس الدرس، دار الشروق، عمان.

٢١- هاني عبد العزيز (٢٠٠٥): بناء مقياس الوعي البيئي الصحي للرياضيين من (١٢-١٥) سنة بمحافظة الفيوم" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

22- Banks r (2000): bullying in schools

23- Brpxval, c et ,al (2011): Overweight body image and bullying apidemiologicalalstudy of 11 - to 15 years old European journal of public health vo122, n pp126-130

- 24- **Chen, h (2002):** the relationship between leisure attitude and motivation in junior high school students Taiwan
- 25- **Smith p. k and sharp,s (2011):** School bulling ; insights and perspectives , routledge,london.
- 26- **Williams. k.d (2005):** Association of common health symotoms with bullyng in primary school childern british medical journal 313 (7048) 17-19