

تقدير الذات والمشاركة في نشاطات حصة التربية البدنية والرياضية لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بالجزائر

ويعقوب العيد

yakoub16@yahoo.fr

حشايشي عبد الوهاب

ahed37@yahoo.fr

جامعة مسيلة، الجزائر

قبل بتاريخ: ٢٠١٨/١٧

عدل بتاريخ: ٢٠١٩/١٢

استلم بتاريخ: ٢٠١٨/١٢

هدفت الدراسة إلى تعرف الفروق في تقدير الذات بين تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي المشاركين في حصة التربية البدنية والرياضية تبعاً للجنس (ذكور - إناث)، ونمط المشاركة (عالية - منخفضة). وهذا ضمن المنهج الوصفي؛ حيث اشتملت مجموعة الدراسة على ٣٠٥ تلاميذ، من تلاميذ ثانوية رقيعي البشير بولاية سطيف (١٣٦ تلميذاً، و١٦٩ تلميذة)، بعد أن تم اختيارهم حسب حجم وطبيعة المشاركة لدى التلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية، وذلك اعتماداً على رأي أساتذة المادة بالثانوية، ومن ثم طبق عليها مقياس تقدير الذات والذات البدنية لفوكس وكوربين Fox and Corbin، ومقياس تقدير الذات لروزنبرغ Rosenberg.

وقد خلصت الدراسة إلى وجود فرق في تقدير الذات وخاصة تقدير الذات البدنية بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، كما أسفرت عن وجود فروق في تقدير الذات بين الجنسين وخاصة بين التلاميذ ذوي المشاركة المنخفضة في الحصة، كما بينت الدراسة أن مشاركة التلميذات في حصة التربية البدنية لا تتأثر بمستوى تقدير الذات. وقد أكد الباحثان في التوصيات على توعية التلميذات وأهلهن بأهمية الممارسة الرياضية والتربية البدنية على الجانب الصحي واللياقة البدنية...

الكلمات المفتاحية: المشاركة، حصة التربية البدنية، المراهقة، تقدير الذات، مرحلة التعليم الثانوي.

Self esteem and student participation in the activities of physical education and sport at high school education in Algeria

Hechaichi Abdelouaheb & Yaqub Al Eid
Msila University

The purpose of the present study was to investigate the difference between high school female and male students regarding participation in the lessons of physical education and self-esteem. The sample of this study comprised 305 students (136 males, 169 females). The Rosenberg self-esteem scale, and the Fox and Corbin physical self perception profile were administered to them. Results of the study revealed significant differences in self-esteem, particularly in physical self-esteem between students with high participation and students with low participation in physical education, as well as gender differences in self-esteem especially among students with low participation in the lesson of physical education. Results also demonstrated that the participation of female students in the lesson of physical education was not affected by the self esteem level.

Key words: Physical education lesson, Adolescence, Self esteem, High school education.

مقدمة:

كالجنس والعمر والصحة... من حيث تأثيره وتأثيره فيها، حيث قامت (Chapman & Mullis, 2002) بدراسة هدفت إلى تعرف الفروق في مستوى تقدير الذات بين الجنسين، حيث شملت مجموعة الدراسة (٣٦١) تلميذا (١٤٦ ذكرا، ٢١٥ أنثى) من مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بولاية فلوريدا، وقد تم استخدام مقياس Coopersmith لتقدير الذات في صورته المصغرة. وقد خلصت الدراسة إلى وجود فروق في تقدير الذات بين الذكور والإناث في ٦ بنود من ضمن ٢٥ بنود بالمقياس، وأن ٥ بنود من بين البنود الست هي لصالح الذكور. كما أن الدراسات الحديثة أشارت إلى أن المراهقين والمراهقات يعيشون مشاكل في جوانب مختلفة من حياتهم، ولذا يقترح الباحثان أن تؤخذ هذه الاختلافات بعين الاعتبار عند اختيار بنود لقياس موحد.

وفي دراسة (النيل وكفافي، ١٩٩٥) التي هدفت إلى تعرف التغير الذي يحدث لصورة الجسم وفق متغير العمر وعلاقته بتقدير الذات، حيث شملت مجموعة الدراسة (٣٠٦) مراهقات قطريات و(٣٢٥) مراهقات مصرية (من ١٤ إلى ٢٢ سنة).

وخلصت الدراسة إلى اختلاف في صورة الجسم بين مراهقات المجموعة القطرية والمجموعة المصرية، كما أظهرت وجود ارتباط وثيق بين صورة الجسم والرضا عنها وتقدير الذات.

كما قامت (سيف ١٩٩٣) بدراسة هدفت إلى تعرف أثر كل من الشعور بالأمن وبنسب التلميذ بتقدير الذات عند المراهقين، حيث تكونت مجموعة الدراسة من (٤٦٨) تلميذا من تلاميذ الصف العاشر والأول والثاني الثانوي بمدارس عمان

يعد تقدير الذات من أهم الأبعاد المتعلقة بشخصية الإنسان، والمؤثرة في سلوكه، حيث يرى سونستروم Sonstroem أن تقدير الذات هو "درجة شعور الأفراد بإيجابية نحو ذاتهم" (Ekeland, et al, 2005). أما فورتين برونو (Fortin, 1999) فيرى أن تقدير الذات هو "اتجاه أو موقف داخلي حول فردية الشخص وقيمه وأهميته، أو هو معرفة الذات وتقبلها ومحبتها كما هي بصفاتهما وحدود مقدرتها".

بينما لا يعتبر برادن حسب ما جاء في (Mruk, 1999) أن تقدير الذات اتجاه أو موقف داخلي، بل يرى في تقدير الذات، "حاجة متأصلة في الإنسان تدفعه للشعور بقيمته وأهميته، وما يترتب عنها من سلوك بغرض إشباعها". وحسب ماسلو Maslow.A في هرمية الحاجات، فإن الحاجة إلى تقدير الذات والحاجة للاحترام عند الشخص تظهر مباشرة بعد تحقيق حاجاته من العيش والبقاء، والأمن والراحة، والتبعية والانتماء في تسلسلها المطرد (القذافي، ٢٠٠١).

وتظهر الحاجة إلى تقدير الذات بشكل جلي في مرحلة المراهقة (Bowker, 2006)، حيث إن التغيرات البيولوجية والمرفولوجية للمراهق يترتب عليها تطور في مفهومه لذاته، ويصبح مهوسا بتعرف آراء الآخرين نحوه بشكل عام، ونحو جسده في صورته الجديدة بشكل خاص، وهذا ما ذكرته (Fraise, 1996).

وفي هذا الإطار، فإن التراث العلمي يزخر بالدراسات والأبحاث حول تقدير الذات في مرحلة المراهقة، لبحث علاقته بمختلف المتغيرات

ومن هذه الزاوية، جاءت الدراسات التي تبحث في تقدير الذات وعلاقته بالمشاركة في النشاطات الرياضية والتربية البدنية، حيث قامت (Bowker, 2006) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين المشاركة في الرياضة وتقدير الذات عند التلاميذ في مرحلة المراهقة المبكرة، اشتملت مجموعة الدراسة على (٣٨٢) تلميذا وتلميذة من تلاميذ الصف الخامس إلى الصف الثامن بإحدى المدارس الكندية، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة طردية بين مشاركة التلاميذ ذكورا وإناثا. في الرياضة وتقدير الذات، كما بينت وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى تقدير الذات البدنية.

وكذا دراسة (Bizzoni, et al. 2004) والتي هدفت إلى تعرف أثر ممارسة رياضة التايكواندو على تقدير الذات للأطفال والمراهقين. وقد تكونت مجموعة الدراسة من (١٠٨) أطفال تراوحت أعمارهم ما بين ٨ ، ١٦ سنة بمونتريال. وقد طبق عليهم مقياس (Harter, 1985) لإدراك الذات وتقديرها، وهذا على مرتين في بداية الدراسة وبعد ١٠ حصص تدريبية. وقد خلصت الدراسة إلى عدم وجود تأثير لرياضة التايكواندو على تقدير الذات للأطفال والمراهقين.

أما دراسة (Margas, 2001) فهذه هدفت إلى تعرف تأثير تشكيل المجاميع المتجانسة وغير المتجانسة من التلاميذ في حصص التربية البدنية والرياضية على تقدير الذات ومفهوم الذات البدنية، حيث شملت مجموعة الدراسة (٨٦) تلميذا (٤٤ من الذكور، ٤٢ من الإناث) وبأعمار تراوحت ما بين ١٢ ، ١٥ سنة. وقد قسمت إلى مجموعتين واحدة متجانسة بها (٥١) تلميذا وأخرى غير متجانسة بها (٣٥) تلميذا.

الأولى والتابعة لوزارة التربية والتعليم. وقد خلصت إلى وجود فروق في تقدير الذات بين الذكور والإناث لصالح الذكور، وحسب درجة الشعور بالأمن ولصالح التلاميذ ذوي مستوى الأمن المرتفع.

وقامت (Cherry, 1991) بدراسة هدفت إلى مقارنة تقدير الذات بين المراهقين المعوقين جسديا مع المراهقين الأصحاء جسديا. حيث تكونت مجموعة الدراسة من (٩٨) معوقا ذكورا وإناثا من المصابين بالشلل الدماغي والصلب المشقوق، ومن (٦٠) صحيحا ذكورا وإناثا) تراوحت أعمارهم ما بين (١٣ ، ١٩ سنة). وقد استخدمت الباحثة مقياس Piers-Harris ومقياس Rosenberg لتقدير الذات، ومقياس الدعم الاجتماعي. وتوصلت إلى عدم وجود فروق في تقدير الذات بين المعاقين والأصحاء عند تلقي الدعم الاجتماعي من طرف العائلة أو الأصدقاء.

وفي هذا الإطار، أشار رايدن وشيياتا حسب ما جاء في (النيل وكفافي، ١٩٩٥)، إلى أن الرضا عن صورة الجسم يجعل الفرد أكثر فاعلية مع الآخرين، فضلا عن إقدامه على المواجهة الواثقة. بينما الشعور بعدم الرضا عن صورة الجسم يجلب عدم الارتياح وضعف الثقة بالنفس وانخفاض تقدير الفرد لذاته.

وقد أكد (Fox, 1997) ذلك موضحا أن من بين جوانب تقدير الذات الأكثر تعرضا للإصابة في مرحلة المراهقة هو تقدير الذات البدنية وما تشمله من جاذبية جسمية وكفاءة بدنية. بينما أشار (Harter, 1997) إلى أن الشعور بإيجابية نحو الذات البدنية أو الرضا عنها يعد عاملا مهما في التنبؤ بتقدير الذات وخاصة عند المراهقات.

القيمة والكفاءة البدنية، أو سببا في المعاناة إن أدت إلى عكس ذلك.

مشكلة الدراسة

يصطدم أستاذ التربية البدنية والرياضية بظاهرة تباين مشاركة التلاميذ في نشاطات الحصة، حيث يظهر بعض التلاميذ تصرفات تتم إما عن استثمار جسمي؛ حيث يقبلون بحماس على الممارسة، وإما عكس ذلك؛ بحيث يتخاذل أو يحجم التلاميذ عن الممارسة. وهذه التصرفات الأخيرة تصعب من مهمة الأستاذ التربوية.

وفي هذا السياق يذكر (Missoum, 1986) أن التلاميذ في حصة التربية البدنية يعيشون تجربة جسمية، تظهر فيها درجة استثمارهم لأجسامهم في النشاط المقترح حسب طبيعة مشاركتهم وشكلها وشدتها في النشاط.

إن هذه الظاهرة لا يقتصر وجودها عند أستاذ دون آخر-ذكرا كان أم أنثى-، أو مؤسسة تعليمية دون أخرى، ولا تقتصر على بلد دون آخر، بل هي عامة الشيوخ وتمس التلاميذ ذكورا وإناثا، في المرحلة الإعدادية كما في المرحلة الثانوية، وهذا ما أشارت إليه العديد من الدراسات حسب ما جاء في (Piéron, 1993).

وقد جاء في دراسة (Pimentel et Piéron, 1990) أن لخصائص التلاميذ البدنية والمهارة أثرًا على تباين المشاركة في حصة التربية البدنية. كما أظهرت دراسة (Choquet et Ledoux, 1994) أن من أسباب تباين المشاركة في الأنشطة الرياضية ربطها بجنس التلميذ، فمثلا ترتبط ممارسة كرة القدم والفنون القتالية بالذكور، بينما الرقص والجمباز الإيقاعي تخص الإناث.

وتمت التجربة في ظروف تعليمية حقيقية لمدة 6 أسابيع متتالية في دروس الجمباز. وتم تطبيق مقياس تقدير الذات البدنية (Ninot, G (2000) في بداية التجربة وفي نهايتها. وتوصلت إلى وجود أثر معنوي لتقدير الذات في متغير الكفاءة الرياضية، ولم تجد اثرا معنويا في متغيري إدراك القيمة البدنية، وتقدير الذات العام لكلتا المجموعتين.

بينما قامت (Titard, et al, 2000) بدراسة تعرف العلاقات بين مفهوم الذات البدنية العامة وتقدير الذات عند المراهقات الرياضيات وغير الرياضيات. وخلصت فيها إلى أن تقدير الذات لمجموع المراهقات هو عامل مهم في بناء الذات، ويرتبط إيجابيا مع جانب الصحة والمظهر، ومع الوعي بالذات البدنية العامة، وإن كان ارتباط بعد الصحة أكثر بالمجموعة الرياضية، بينما بعد المظهر البدني أكثر بالمجموعة غير الرياضية. مما يجعل من هذه النتائج عاملا مهما في التنبؤ بتصرفات الرياضيين التي تبعث على القلق وتستدعي الانتباه.

كما وقد بينت دراسة (Salokun, 1994) حدوث تغيرات إيجابية في مفهوم الذات لدى مجموعة من الذكور والإناث تراوحت أعمارهم ما بين ١٢ ، ١٨ عاما نتيجة لتحصيلهم عدد من المهارات الرياضية وتحسنهم في الألعاب بعد تدريب لمدة ١٠ أسابيع.

ومجمل القول، فإن هذه الدراسات حول علاقة تقدير الذات بالمشاركة في النشاط البدني، تدعم ما ذكره كل من (Taylor, 1995; Richman et Shaffer, 2000) أن المشاركة في النشاطات الرياضية قد تكون سببا في الرضا عن الذات وتقديرها إذا أدت إلى إظهار الجاذبية البدنية أو

يحجم عن المشاركة فيها. بمعنى آخر يحاول الباحثان في هذه الدراسة الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ١- هل يوجد فرق معنوي في تقدير الذات بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي؟
- ٢- هل يوجد فرق معنوي في تقدير الذات بين التلميذات ذوات المشاركة العالية والمنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي؟
- ٣- هل يوجد فرق معنوي في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي؟
- ٤- هل يوجد فرق معنوي في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي؟

أهمية الدراسة

- وبناء على ما تقدم ذكره فإن أهمية الدراسة تتمثل في رأي الباحثين - في ما يلي:
- تعد هذه الدراسة من أحدث الدراسات بالجزائر، والمتعلقة بموضوع تقدير الذات وعلاقته بالمشاركة في نشاطات التربية البدنية والرياضية بمرحلة التعليم الثانوي.
 - تعرف تقدير الذات العام والذات البدنية لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي ذكورا وإناثا.
 - إمكانية التنبؤ بمستوى تقدير الذات للتلاميذ من خلال نسبة مشاركتهم في حصص التربية البدنية، أو العكس.
 - مساعدة أستاذ التربية البدنية والرياضية على رفع نسبة مشاركة التلاميذ في الحصة، من

وبالمقابل، فإن الحديث عن تلميذ المرحلة الثانوية يعني الحديث عن مراهق، وما يحدث له من تغيرات على الصعيد الجسدي والعقلي والنفسي والاجتماعي.. (Bowker, 2006) تجعله يعيد النظر في مفاهيمه ويصبح تفكيره في ذاته وجسمه وما آل إليه محل اهتمام، ومبعث سعادة أو أسى، وتعزز بذلك الحاجة إلى تقدير الذات وتقديرها. فيعمل على تبني السلوك الذي يحقق ذلك، فتجده يتصرف وفقا للظروف التي توطنه بطريقة يُقبل فيها على ما يزيد رضاه وتقديره لذاته، ويبتعد أو يحاول تجنب كل ما يراه يُنقص من تقديره لها. ومن ثم فإن معرفة سلوك التلميذ تجاه الموضوعات المختلفة، ومن بينها نمط مشاركته في حصص التربية البدنية والرياضية يصبح ذا أهمية في التنبؤ بكيفية تقديره لذاته وثقته بنفسه، وهو ما يسعى الباحثان إلى تعرفه من خلال هذه الدراسة والتي تهدف إلى تعرف:

- ١- مدى الاختلاف في تقدير الذات بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في مرحلة التعليم الثانوي.
- ٢- مدى الاختلاف في تقدير الذات بين التلميذات ذوات المشاركة العالية والمنخفضة في مرحلة التعليم الثانوي.
- ٣- مدى الاختلاف في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي.
- ٤- مدى الاختلاف في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي.

ومن هذا المنطلق يتساءل الباحثان إذا ما كان يختلف تقدير الذات بين من يميل أو يشترك في نشاطات حصة التربية البدنية وبين من يتردد أو

منهجية الدراسة وإجراءاتها

منهج الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي لملاءمته لهذا النوع من الدراسات.

مجموعة الدراسة:

تم اختيار مجموعة الدراسة بطريقة مقصودة من حيث نمط المشاركة في حصة التربية البدنية من خلال مساعدة أساتذة المادة في تحديدها، وعشوائية من حيث خصائص التلاميذ والمستوى الدراسي. بعدها تم توزيع مقياسي تقدير الذات على ٤٠٠ تلميذ من تلاميذ ثانوية "رقيعي البشير" بولاية سطيف بالجزائر. وبعد استرجاعها تم استبعاد كل تلميذ لم يجب على المقياس أو بعض عباراته. وهكذا أصبح أفراد المجموعة يقدر ب ٣٠٥ تلاميذ (١٣٦ من الذكور، ١٦٩ من الإناث).

أدوات الدراسة: تم الاعتماد في هذه الدراسة على:

١. مقياس تقدير الذات لـ Rosenberg : وقد تم الاعتماد على الصورة الفرنسية بعد ترجمتها للغة العربية، وهو يتضمن ١٠ عبارات تصف تقييم الفرد لذاته وشعوره نحوها، وعلى الفرد الإجابة عن كل عبارة طبقا لدرجة توافقها مع شعوره نحو ذاته وقيمه على سلم من ٤ تدريجات.
٢. مقياس تقدير الذات والذات البدنية لـ Fox and Corbin ، وقد تم الاعتماد على الصورة الفرنسية بعد ترجمتها للغة العربية، وهو يتضمن ٢٥ عبارة مقسمة إلى ٦ أبعاد، تصف تقييم الفرد لذاته عموما وتقدير ذاته البدنية خصوصا وشعوره نحوها، وعلى الفرد الإجابة عن كل عبارة طبقا لدرجة توافقها مع شعوره نحو ذاته وقيمه على سلم من ٥ تدريجات.

خلال خلق ظروف عمل تسمح برفع مستوى تقدير الذات لديهم.

مصطلحات الدراسة

تقدير الذات: هو درجة شعور الفرد بإيجابية نحو ذاته (Ekland, et al, 2005). وكذلك هو تقييم الفرد لقيمه الذاتية حسب سوزن هارتر Harter.S (Bizzoni, et al, 2004).

أما التعريف الإجرائي لتقدير الذات هو: مجموع الدرجات التي يتحصل عليها الفرد من جراء استجاباته على مقياس روزنبرغ لتقدير الذات، أو استجاباته على مقياس فوكس وكورين لتقدير الذات والذات البدنية.

المشاركة في نشاطات التربية البدنية: هي درجة الاستثمار الجسدي للتلاميذ خلال حصة التربية البدنية والرياضية (Missoum, 1986).

أما التعريف الإجرائي للمشاركة في حصة التربية البدنية هي: كل ما يقوم به التلميذ من سلوك يقصد منه تحقيق الأهداف التربوية بحصة التربية البدنية، ويتم تحديد مستوى مشاركة التلميذ من خلال رأي أستاذ المادة. مستندا في ذلك إلى جملة من المؤشرات والتي من بينها . كميّار للحكم على المشاركة العالية. ندرة الغياب عن الدرس، الحضور باللباس الرياضي، تنفيذ التمارين والمهام المطلوبة، مظاهر الغبطة والسرور في أثناء المشاركة في التمارين، مساعدة المعلم في بعض المهام بالدرس.

أما معيار الحكم على المشاركة المنخفضة فمن بين مؤشرات: كثرة الغياب، الحضور للدرس من دون لباس رياضي، الحضور باللباس الرياضي وعدم المشاركة بحجة المرض أو التعب، المشاركة في المهمة المقترحة بالدرس ثم سرعان ما يخرج عن النشاط المطلوب، التوارى عن أنظار المعلم للتهرب من المشاركة في النشاط المقترح بالدرس.

صدق أداتي القياس:

تم التأكد من صدق المقياسين بطريقة صدق المحتوى، حيث تم عرض عبارات الأداتين في صورتها الفرنسية على أستاذين من أساتذة اللغة الفرنسية، حيث تمت ترجمتهما باللغة العربية بطريقة تحفظ المعنى الأصلي للعبارات. بعدها تم عرض النسختين باللغة العربية على أساتذة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات الجزائرية والمقدر عددهم بـ ١٠ محكمين في تخصصات علم النفس والتربية وفي التربية البدنية، حيث تم تعديل في بعض فقرات الأداتين من حيث اللغة بما يتناسب وتلاميذ المرحلة الثانوية، وكذا تعديل في سلم مقياس Fox and Corbin من ٦ تدريجات في النسخة الفرنسية (أبدأ، قليلاً جداً، قليلاً، كافي،

كثيراً، دائماً)، إلى ٥ تدريجات (أبدأ، قليلاً، نوعاً ما، كثيراً، دائماً). وهكذا تم تقديم المقياسين في صورتها العربية (ملحق ١ و ٢) على أفراد عينة الدراسة.

ثبات أداتي القياس:

تم حساب ثبات المقياسين بطريقة إعادة الاختبار بعد أسبوعين على مجموعة استطلاعية قوامها ١٠ ذكور و ١٠ إناث من ذات الثانوية المستخدمة في الدراسة لاحقاً. وقد تمتع المقياسين بدرجات مقبولة من الثبات، حيث كان معامل الارتباط على مقياس Rosenberg عند الذكور هو: $r = 0.79$ ، وبمستوى دلالة $\alpha = 0.01$ ، وعند الإناث $r = 0.83$ وبمستوى دلالة $\alpha = 0.01$.

أما معامل الارتباط على مقياس Fox and Corbin فكان كما هو موضح في الجدول رقم (١)

الجدول رقم (١)

معاملات الثبات لأبعاد مقياس (فوكس، كوربين) للتلاميذ والتلميذات باستخدام معادلة معامل الارتباط لبيرسون

أبعاد المقياس	العبارات	التلاميذ (ن=١٠)		التلميذات (ن=١٠)	
		معامل الثبات	مستوى دلالة α	معامل الثبات	مستوى α
تقدير الذات العام	٢٣.١٩.١٣.٧.١	٠.٨٢	٠.٠١	٠.٧٤	٠.٠١
إدراك القيمة البدنية	٢٤.٢٠.١٤.٨.٢	٠.٩٢	٠.٠١	٠.٧٦	٠.٠١
التحمل (المطاولة)	٢٥.٢١.١٥.٩.٣	٠.٩٣	٠.٠١	٠.٨٦	٠.٠١
الكفاءة الرياضية	٢٢.١٦.١٠.٤	٠.٧٦	٠.٠١	٠.٧٥	٠.٠١
المظهر البدني	١٧.١١.٥	٠.٦٢	٠.٠٥	٠.٨١	٠.٠١
القوة البدنية	١٨.١٢.٦	٠.٨٠	٠.٠١	٠.٨٢	٠.٠١

المعالجة الإحصائية

للإجابة عن أسئلة الدراسة تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وكذا اختبار (ت) ستودنت.

نتائج الدراسة

أولاً: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ونصه "هل يوجد فرق في تقدير الذات بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في نشاطات التربية البدنية؟"

حصلة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي؟

١-١- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس Rosenberg: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في نشاطات حصّة التربية البدنية، ثم حساب قيمة (ت) لتوضيح الفرق في تقدير الذات، وهذه ما يوضحه الجدول رقم (٢).

الجدول رقم (٢)

خلاصة نتائج اختبار (ت) للفروق في تقدير الذات بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة على (مقياس روزنبرغ)

التلاميذ	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	مستوى دلالة α
تلاميذ ذوو مشاركة عالية	١١١	٣١.٦٣	٣.٨٧	٢.٠٣٢	٠.٠٥
تلاميذ ذوو مشاركة منخفضة	٢٥	٢٦.٢٠	٥.٠٧		

٢-١- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس Fox and Corbin: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية، ثم حساب قيمة (ت) لتوضيح الفروق في تقدير الذات والذات البدنية، وهذا موضح في الجدول رقم (٣).

يتضح من الجدول رقم (٢) أنه يوجد فرق معنوي في تقدير الذات بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة ٢.٠٣٢ وهي بمستوى دلالة $\alpha = 0.05$ ، وهي لصالح التلاميذ ذوي المشاركة العالية في حصص التربية البدنية.

الجدول رقم (٣)

خلاصة نتائج اختبار (ت) للفروق في تقدير الذات بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة على (مقياس فوكس، كوربين)

أبعاد المقياس	تلاميذ ذوو مشاركة عالية (ن=١١١)		تلاميذ ذوو مشاركة منخفضة (ن=٢٥)		ت المحسوبة	مستوى دلالة α
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
تقدير الذات العام	١٨.٩٤	٣.٣١	١٦.٢٠	٢.٤٧	٢.٥٧	٠.٠٥
إدراك القيمة البدنية	١٩.٤٣	٣.٤٣	١٦.١٦	٢.٩٨	٢.١٧٢	٠.٠٥
التحمل (المطولة)	١٨.٢٧	٣.٩١	١٧	٣.٢٥	٠.٠٩٧	غير دال
الكفاءة الرياضية	١٤.٤٢	٣.٠٦	١٢	٢.١٤	٢.٢٧	٠.٠٥
المظهر البدني	١١.٣١	٢.١٩	١٠.٤٨	٢.١٨	٠.٠٩٣	غير دال
القوة البدنية	١٠.٥٣	٢.٢٤	٩.٩٢	١.٩٣	٠.١٧٣	غير دال

التلميذات ذوات المشاركة العالية والمشاركة المنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي؟

٢-١- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

Rosenberg: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتلميذات ذوات المشاركة العالية والمشاركة المنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية ثم حساب قيمة (ت) لتوضيح الفرق في تقدير الذات، وهذا ما سيوضحه الجدول رقم ٤

يبين الجدول رقم (٣) أنه توجد فروق معنوية عند مستوى الدلالة $\alpha = 0.05$ في أبعاد: تقدير الذات العام، وإدراك القيمة البدنية، والكفاءة الرياضية بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة في هذه الأبعاد على التوالي: (٢.٥٧)، (٢.١٧٢)، (٢.٢٧). بينما لم توجد فروق معنوية في أبعاد: التحمل، والمظهر البدني، والقوة البدنية. ثانياً: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ونصه "هل يوجد فرق في تقدير الذات بين

الجدول رقم (٤)

خلاصة نتائج اختبار (ت) للفروق في تقدير الذات بين التلميذات ذوات المشاركة العالية و المنخفضة على (مقياس روزنبرغ)

التلاميذ	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	مستوى دلالة α
تلميذات ذوات مشاركة عالية	٩١	٢٩.٨٥	٥.٤٥	٠.٠٠١	غير دال
تلميذات ذوات مشاركة منخفضة	٧٨	٢٧.١٨	٥.٠٧		

يتضح من الجدول رقم (٤) أنه لا يوجد فرق معنوي عند مستوى الدلالة ($\alpha = ٠.٠٥$) في تقدير الذات بين التلميذات ذوات المشاركة العالية و المنخفضة في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة ٠.٠٠١ .

Fox and Corbin: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتلميذات ذوات المشاركة العالية و المنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية، ثم حساب قيمة (ت) وذلك لتوضيح الفروق في تقدير الذات والتلميذات ذوات المشاركة العالية و المنخفضة في حصة التربية البدنية، وهذا ما سيوضحه الجدول رقم (٥).

٢-٢- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

الجدول رقم (٥)

خلاصة نتائج اختبار (ت) للفروق في تقدير الذات بين التلميذات ذوات المشاركة العالية و المنخفضة على (مقياس فوكس، كوربين)

أبعاد المقياس	تلميذات ذوات مشاركة عالية (ن=٩١)		تلميذات ذوات مشاركة منخفضة (ن=٧٨)		ت المحسوبة	مستوى دلالة α
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
	تقدير الذات العام	١٨.١٥	٣.٧١	١٧.٤٧		
إدراك القيمة البدنية	١٧.٣١	٤.٠٨	١٦.٦٤	٤.٣٨	٠.٣١٠	غير دال
التحمل (المطاولة)	١٤.٠٧	٣.٧٤	١٣.٤٥	٣.٦٢	٠.٢٨٠	غير دال
الكفاءة الرياضية	١٢.٤١	٣.٤٢	١٠.٩٩	٣.٣٤	٠.٠٠٧	غير دال
المظهر البدني	١٠.٨٦	٢.٢٠	١١.٠٤	٢.٣٢	٠.٦٠٤	غير دال
القوة البدنية	٠٨.٢٩	٢.٦٦	٧.٢٦	٢.٨٢	٠.٠٢١	غير دال

يبين الجدول رقم (٥) أنه لا توجد فروق معنوية في كل أبعاد المقياس عند مستوى الدلالة $\alpha = ٠.٠٥$ بين التلميذات ذوات المشاركة العالية و المشاركة المنخفضة في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) في بعد تقدير الذات العام (٠.٢٦٩)، وفي بعد إدراك القيمة البدنية (٠.٣١٠)، وفي بعد التحمل الرياضي (٠.٢٨٠)، وفي بعد الكفاءة (٠.٠٠٧)، وفي بعد القوة البدنية (٠.٦٠٤)، وفي بعد المظهر البدني (٠.٠٢١)، وفي بعد الكفاءة (٠.٠٠٧)، وفي بعد القوة البدنية (٠.٠٢١).

ثالثاً: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ونصه " هل يوجد فرق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي؟

٣-١- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس **Rosenberg**: تم حساب المتوسطات الحسابية

٣-١- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس **Rosenberg**: تم حساب المتوسطات الحسابية

والانحرافات المعيارية للتلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية، ثم حساب قيمة (ت) لتوضيح الفرق في تقدير الذات، وهذا موضح على الجدول رقم (٦).

الجدول رقم (٦)

خلاصة نتائج اختبار (ت) للفروق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية على (مقياس روزنبرغ)

التلاميذ	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	مستوى دلالة α
تلاميذ ذوو مشاركة عالية	١١١	٣١.٦٣	٣.٨٧	٠.٠١٠	غير دال
تلميذات ذات مشاركة عالية	٩١	٢٩.٨٥	٥.٤٥		

٢-٣- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس Fox and Corbin: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في نشاطات حصة التربية البدنية، ثم حساب قيمة (ت) لتوضيح الفروق في تقدير الذات والتلميذات البدنية كما هو موضح في الجدول رقم (٧).

يتضح من الجدول رقم (٦) أنه لا يوجد فرق معنوي عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$ في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة ٠.٠١٠.

الجدول رقم (٧)

خلاصة نتائج اختبار (ت) للفروق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية على (مقياس فوكس، كوربين)

أبعاد المقياس	تلاميذ ذوو مشاركة عالية (ن=١١١)		تلميذات ذات مشاركة عالية (ن=٩١)		ت المحسوبة	مستوى دلالة α
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
تقدير الذات العام	١٨.٩٤	٣.٣١	١٨.١٥	٣.٧١	٠.١٢	غير دال
إدراك القيمة البدنية	١٩.٤٣	٣.٤٣	١٧.٣١	٤.٠٨	٠.٠٠٠	غير دال
التحمل (المطاولة)	١٨.٢٧	٣.٩١	١٤.٠٧	٣.٧٤	٣.٧٧٠	٠.٠٠١
الكفاءة الرياضية	١٤.٤٢	٣.٠٦	١٢.٤١	٣.٤٢	٢.١٠٢	٠.٠٠٥
المظهر البدني	١١.٣١	٢.١٩	١٠.٨٦	٢.٢٠	٠.١٤٢	غير دال
القوة البدنية	١٠.٥٣	٢.٢٤	٠٨.٢٩	٢.٦٦	١.٣٦٣	غير دال

بين الجدول رقم (٧) أنه توجد فروق معنوية في أبعاد كل من التحمل (المطاولة)، والكفاءة الرياضية بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (٣.٧٧٠) عند مستوى الدلالة $\alpha=0.01$ ، (٢.١٠٢) عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$. بينما لم توجد فروق معنوية في الأبعاد المتبقية من المقياس عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$ بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) في بعد تقدير الذات العام (٠.١٢)، وفي بعد

بين الجدول رقم (٧) أنه توجد فروق معنوية في أبعاد كل من التحمل (المطاولة)، والكفاءة الرياضية بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (٣.٧٧٠) عند مستوى الدلالة $\alpha=0.01$ ، (٢.١٠٢) عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$. بينما لم توجد فروق معنوية في الأبعاد المتبقية من المقياس عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$ بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة على التوالي (٣.٧٧٠) عند مستوى الدلالة $\alpha=0.01$ ، (٢.١٠٢) عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$.

٤-١-١- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس Rosenberg: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتلاميذ ذوي المشاركة العالية و المشاركة المنخفضة، ثم حساب قيمة (ت) لتوضيح الفرق في تقدير الذات كما هو موضح في الجدول رقم (٨).

إدراك القيمة البدنية (٠.٠٠٠)، وفي بعد المظهر البدني (٠.١٤٢)، وفي بعد القوة البدنية (١.٣٦٣).
رابعاً: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: ونصه " هل يوجد فرق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي؟

الجدول رقم (٨)

خلاصة نتائج اختبار (ت) للفرق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة على (مقياس روزنبرغ)

التلاميذ	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	مستوى دلالة α
تلاميذ ذوو مشاركة منخفضة	٢٥	٢٦.٢٠	٥.٠٧	٠.٤١	غير دال
تلميذات ذوات مشاركة منخفضة	٧٨	٢٧.١٨	٥.٠٧		

Fox and Corbin: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية، ثم حساب قيمة (ت)، وذلك لتوضيح الفرق في تقدير الذات والتلاميذ ذوي المشاركة المنخفضة وهذا هو يوضحه الجدول رقم (٩).

يتضح من الجدول رقم (٨) أنه لا يوجد فرق معنوي عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$ في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المحسوبة ٠.٤١.

٤-٢- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

الجدول رقم (٩)

خلاصة نتائج اختبار (ت) للفرق في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة على (مقياس فوكس، كوربين)

أبعاد المقياس	تلاميذ ذوو مشاركة منخفضة (ن=٢٥)		تلميذات ذوات مشاركة منخفضة (ن=٧٨)		ت المحسوبة	مستوى دلالة α
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
تقدير الذات العام	١٦.٢٠	٢.٤٧	١٧.٤٧	٤.١٧	٠.٠٦٦	غير دال
إدراك القيمة البدنية	١٦.١٦	٢.٩٨	١٦.٦٤	٤.٣٨	٠.٥٣٧	غير دال
التحمل (المطاولة)	١٧	٣.٢٥	١٣.٤٥	٣.٦٢	٣.٢٩٥	٠.٠١
الكفاءة الرياضية	١٢	٢.١٤	١٠.٩٩	٣.٣٤	٠.٠٨١	غير دال
المظهر البدني	١٠.٤٨	٢.١٨	١١.٠٤	٢.٣٢	٠.٢٧٨	غير دال
القوة البدنية	٩.٩٢	١.٩٣	٠٧.٢٦	٢.٨٢	٢.١٨٣	٠.٠٥

يبين الجدول رقم (٩) أنه توجد فروق معنوية في أبعاد كل من التحمل (المطاولة)، والقوة البدنية بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) المتبقية من المقياس عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$.

بينما لم توجد فروق معنوية في الأبعاد المتبقية من المقياس عند مستوى الدلالة $\alpha=0.05$.

الزملاء من جراء ضعف مستواهم البدني أو المهاري.

وقد ذكر كل من (Taylor,1995) و (Richman et Shaffer,2000) أن المشاركة في النشاطات الرياضية قد تكون سببا في الرضا عن الذات وتقديرها إذا أدت إلى إظهار الجاذبية البدنية أو القيمة والكفاءة البدنية، أو سببا في المعاناة إن أدت إلى عكس ذلك.

١-٢- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

Fox and Corbin :

بينت النتائج وجود فروق معنوية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في أبعاد: تقدير الذات العام، وإدراك القيمة البدنية، والكفاءة الرياضية بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمشاركة المنخفضة في حصة التربية البدنية، وهي لصالح التلاميذ ذوي المشاركة العالية، بينما لم توجد فروق معنوية في أبعاد : التحمل، المظهر البدني، والقوة البدنية. وهذه النتائج تتفق مع ما ذكرناه سابقا، حيث وافقت نتائج تقدير الذات العام على مقياس فوكس وكوربين، نتائج تقدير الذات على مقياس روزنبرغ.

كما أن وجود الفروق في تقدير الذات على أبعاد المقياس كبعد إدراك القيمة البدنية، وبعد الكفاءة الرياضية يعزز فكرة أن عدم المشاركة في الحصة أو التخاذل عنها قد يرجع إلى إدراك أو شعور التلميذ بعدم قدرته البدنية أو المهارية على تنفيذ ما يطلب منه عند انجاز التمرين، وهذا قد يشعره بالإحراج أمام الزملاء فيفقد الثقة بالنفس، أو قد يجعله في وضع يذكره بالقصور في كفاءته البدنية...

ثانيا: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

١-٢- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

Rosenberg

بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة في حصة التربية البدنية، حيث بلغت قيمة (ت) في بعد تقدير الذات العام (٠.٠٦٦)، وفي بعد إدراك القيمة البدنية (٠.٥٣٧)، وفي بعد الكفاءة الرياضية (٠.٠٨١)، وفي بعد المظهر البدني (٠.٢٧٨).

مناقشة النتائج

أولا: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

١-١- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

:Rosenberg

بينت النتائج وجود فرق معنوي عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في تقدير الذات العام بين التلاميذ ذوي المشاركة العالية والمنخفضة في نشاطات حصة التربية البدنية. وهي لصالح التلاميذ ذوي المشاركة العالية. وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه (Bowker,2006).

وهذا يعني أن التلاميذ الذين يميلون للمشاركة بحماس في الحصة؛ حيث يواظبون على حضورها ويجدون متعة في المشاركة بأنشطتها المقترحة وما يتبعه من مظاهر الغبطة والسرور، هم أولئك الذين يقدرون أنفسهم بطريقة أفضل، وممن يتمتعون بثقة عالية بالنفس، عكس التلاميذ الذين يؤثر التغييب عن الحصة، أو يكون

حضورهم بالحصة فقط لسبب أنها حصة إجبارية بالمنهاج الدراسي، حيث تجدهم يتهربون من المشاركة في النشاط المقترح بحجج كالشعور بالمرض أو التعب، كما أنهم كثيرون التردد عند تنفيذ التمارين؛ حيث يتوارون عن أنظار المعلم هروبا من تنفيذ النشاط المقترح، أو تجدهم سرعان ما يخرجون عن النشاط المطلوب، فهؤلاء يتمتعون بتقدير أقل بأنفسهم، وربما مشاركتهم في الحصة تسبب لهم خبرات فشل، أو تجعلهم محل ازدراء

بينت النتائج أنه لا يوجد فرق معنوي عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في حصة التربية البدنية. وهذا يعني أن تقدير الذات بصفة عامة يتقارب بين الذكور والإناث، وأن منهم من يحمل تقديرا إيجابيا حول ذاته وإن بدا الذكور أكثر تقديرا للذات من الإناث.

٣-٢ - فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

Fox and Corbin

بينت النتائج أنه توجد فروق معنوية في أبعاد كل من التحمل (المطاولة) عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)، وبعد الكفاءة الرياضية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في حصة التربية البدنية، وهي لصالح الذكور. وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه دراسة (Bowker, 2006). بينما لم توجد فروق معنوية في الأبعاد المتبقية من المقياس عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة العالية في حصة التربية البدنية. وهذه النتيجة تتفق مع النتيجة التي سبقتها، حيث وافقت نتائج تقدير الذات العام على مقياس فوكس وكوربين، نتائج تقدير الذات على مقياس روزنبرغ. كما أن وجود الفروق في تقدير الذات على أبعاد كبعد التحمل، وبعد الكفاءة الرياضية يؤكد على أن الذكور يفوقون التلميذات من حيث القدرة على التحمل واللياقة البدنية، ورغم ذلك فإن هذا لا يؤثر على تقديرهن الجيد لأنفسهن...

رابعا: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

٤-١ - فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

Rosenberg

بينت النتائج أنه لا يوجد فرق معنوي عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في تقدير الذات بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة والإن

بينت النتائج عدم وجود فرق معنوي عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في تقدير الذات العام بين التلاميذ والتلميذات ذوات المشاركة العالية و المنخفضة في حصة التربية البدنية. وهذا يتفق مع ما توصلت إليه (Bowker, 2006).

وهذا يعني أن التلميذات سواء اللواتي يملن للمشاركة بحماس في الحصة؛ حيث يشاركن في نشاطاتها وتبدو عليهن مظاهر الغبطة والسرور والمتعة عند تنفيذها، أو اللواتي لا يرغبن في المشاركة بالحصة يحملن تقديرا متقاربا للذات، مما قد يرجع عدم مشاركتهن في الحصة أو تكون مشاركتهن ضعيفة ليس بسبب الفكرة التي يحملنها حول الذات، وإنما لعدم الممارسة أو التخاذل عن الممارسة من جانبهن يكون بسبب ما يحملنه من معتقدات وتقاليد وأفكار حول أهمية الممارسة الرياضية للفئة في ظل الاختلاط مع الذكور...

٢-٢ - فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس Fox

and Corbin

بينت النتائج عدم وجود فروق معنوية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في كل أبعاد المقياس، وهذا يعني أن تقدير الذات العام، وتقدير الذات البدنية هو نفسه أو متقارب عند كل من التلميذات ذوات المشاركة العالية والمشاركة المنخفضة في حصة التربية البدنية، وهذه النتائج توافق نتائج تقدير الذات على مقياس روزنبرغ. وهذا ما يزيد من تأكيد ما ذكرناه من أسباب في عدم أو انخفاض المشاركة عند التلميذات في

حصة التربية البدنية ...

ثالثا: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

٣-١ - فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

Rosenberg

بإدراكهن لضعف قدراتهن البدنية من حيث التحمل والقوة البدنية...

الاستنتاجات

من خلال النتائج المتوصل إليها يمكن الخروج بالنقاط التالية:

- يتأثر تقدير الذات بنمط المشاركة للتلاميذ في حصة التربية البدنية.
- يتأثر تقدير الذات عند التلاميذ بتقدير الذات البدنية كإدراك القيمة البدنية، والكفاءة الرياضية.
- لا يتأثر تقدير الذات بنمط مشاركة التلميذات في حصة التربية البدنية.
- تقدير الذات عند التلاميذ أعلى من التلميذات، خاصة تقدير الذات البدنية كالتحمل والقوة البدنية.

التوصيات

- في ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحثان بالآتي:
- إجراء دراسات حول تقدير الذات والمشاركة في نشاطات التربية البدنية على مجموعات بحثية أوسع؛ من حيث مراحل التعليم، ومن حيث البيئة الجغرافية والاجتماعية بمختلف المدن.
 - تصحيح المفاهيم الخاطئة حول ممارسة النشاط الرياضي والتربية البدنية بالنسبة للتلميذات، وتوعيتهن وأهلهن بأهمية المزاولة الرياضية على الحفاظ على صحتهن ولياقتهن.

في حصة التربية البدنية، وهذا يعني أن تقدير التلاميذ والتلميذات لذاتهم تقارب، وإن بدا المتوسط الحسابي للتلميذات أكبر من التلاميذ، وهذا يعني أن انخفاض مشاركة التلميذات في الحصة لم يكن بسبب تقدير الذات وإنما لأسباب أخرى، عكس التلاميذ الذين وجدنا تأثر مشاركتهم في الحصة بسبب تقدير الذات الأقل إيجابية.

٤-٢- فيما يتعلق بتقدير الذات على مقياس

Fox and Corbin:

بينت النتائج أنه توجد فروق معنوية في أبعاد كل من التحمل (المطاولة)، عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.01$)، والقوة البدنية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين التلاميذ والتلميذات الذكور ذوي المشاركة المنخفضة في حصة التربية البدنية، وهي لصالح التلاميذ، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه (Bowker,2006).

بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأبعاد المتبقية من المقياس عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين التلاميذ والتلميذات ذوي المشاركة المنخفضة في حصة التربية البدنية. وهذا يعني أن تقدير الذات عند التلميذات لم يتأثر

- على أستاذ التربية البدنية البحث واستعمال الأساليب والطرائق التعليمية والتمارين التي تسهم في رفع مستوى تقدير الذات عند التلاميذ، فهذا من شأنه تحفيزهم على المشاركة في الحصة بصفة مستمرة.

المرجع العربية

- حراشنة، عماد خلف علي،(٢٠٠٤). مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة اليرموك. أريد - الأردن.
- سيف، فاطمة محمد أمين سعيد،(١٩٩٣). الشعور بالأمن وعلاقته بتقدير الذات عند المراهقين. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية. عمان - الأردن.
- لقذافي، رمضان محمد،(٢٠٠١). الشخصية نظرياتها واختباراتها وأساليب قياسها.
- المكتب الجامعي الحديث. الإسكندرية، مصر. مقدم، عبد الحفيظ،(١٩٩٣). الإحصاء والقياس النفسي والتربوي. ديوان المطبوعات الجامعية- الجزائر.
- النيال، مايسه أحمد؛ كفاقي، علاء الدين،(١٩٩٥). صورة الجسم وبعض المتغيرات الشخصية لدى عينات من المراهقات. دار المعرفة الجامعية. الإسكندرية - مصر.

المراجع الأجنبية

- Bowker, A. (2006), Relationship Between Sports Participation and Self -Esteem During Early Adolescence. *Canadian Journal of Behavior Science*.
- Bizzoni, P. C. Grenier, J. Kalinova, E. (2004). *L'Impact du taekwondo sur l'estime de soi des enfants et adolescents de 8 à 16 ans*. Département de Kananthropologie. Université de québec. Canada.
- Chapman, Paula L.& Mullis, Ann K.(2002), Readdressing gender bias in the Coopersmith Self-Esteem Inventory-Short Form. *Journal of Genetic Psychology*, Vol.163. N4. Florida State University.
- Choquet, M. Ledoux, S. (1994). *Adolescents enquête nationale*. Paris. Editions de l'INSERM. France.
- Ekland,E. Heian, F. Hagen, K. B,(2005). *Can exercise improve self esteem in children and young people? A systematic review of randomized controlled trials*. Br J Sport Med. Norway.
- Fox, K. R(1997).*The Physical Self: From motivation to wellbeing*. Windsor, ON: Human Kinetics. Northern Illinois University.
- Fortin, B.(1999). Ce que vous devez savoir sur l'estime de soi. In l'Estime de soi. *Semaine nationale de la santé mentale*. Du 3 à 9 mai. Québec. Canada.
- Fraise, G.(1996). *La Différence des sexes*. Editions PUF. Paris.
- Harter, S. (1997). The development of self-representation. In W.D. Eisenberg. *Handbook of child psychology*. V3. New York.
- Margas, N. Fontayne, P. (2001). *Influence des Formes de Groupement Homogène / Hétérogène en E P S sur. L'Estime de Soi et le Concept de Soi Physique*. Paris.
- Missoum, G. (1986). *Psychopédagogie des activités du corps*. Ed. VIGOT. Paris.
- Pieron, M. (1993). *Education Physique et Sport: Analyser l'enseignement pour mieux enseigner*. Ed. Revue EPS. Paris: 1993.

Richman, E. L., Shaffer, D.R. (2000). "If you let me play sports": How might sport participation influence the self-esteem of adolescent females? *Psychology of Women Quarterly*.

Salokun, S.O.(1994). *Positive change in self-concept as a function of improved performance*

in sport. Perceptual and Motor Skills. Institute of Physical Education. Nigeria.

Titard, S. Le Scanff, C. Ferrand, C.(2002). *Concept de soi physique et estime de soi chez les adolescentes à travers la comparaison d'une population sportive GR et non sportive*. Université de Lyon1. France

ملحق ١

مقياس تقدير الذات

التاريخ: القسم: الجنس:

التعليمات

يتضمن المقياس ٢٥ عبارة للتعبير عن المشاعر، والآراء حول الذات. المطلوب منك وضع دائرة في الخانة التي ترى تعبر عن رأيك، أجب عن جميع العبارات، وللعلم لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خطأ، لذا يرجى تحري الصدق قدر الإمكان.

الرقم	العبارات	الإجابة				
		أبدا	قليلًا	نوعًا ما	كثيرًا	دائمًا
١	لدي رأي جيد حول نفسي					
٢	عموماً ، أنا راض عن قدراتي البدنية.					
٣	لا أستطيع الجري مدة طويلة دون أن أتوقف					
٤	أغلب الألعاب الرياضية أجدها سهلة.					
٥	لا أحب مظهري البدني كثيراً					
٦	أعتقد أنني قوي					
٧	هناك الكثير من الأشياء أرغب في تغييرها بذاتي					
٨	من الناحية البدنية، أنا سعيد بما أستطيع فعله.					
٩	سأكون جيداً في اختبار للتحمل.					
١٠	أجدني جيداً في جميع الألعاب الرياضية.					
١١	أستمتع عندما أرى جسمي.					
١٢	سأكون جيداً في اختبار للقوة.					
١٣	كثيراً ما اندم على ما قمت به من أفعال.					
١٤	أنا واثق من قدراتي البدنية(اللياقة).					
١٥	أعتقد أن بإمكانني الجري لفترة طويلة دون أن أتعب.					
١٦	أستطيع تدبر أمري في جميع الألعاب الرياضية.					
١٧	لا أحد يراني(أو يجدني) جميلاً					
١٨	أنا أول من يعرض خدماته في الوضعيات التي تتطلب القوة.					
١٩	كثيراً ما أخجل من نفسي.					
٢٠	عموماً، أنا فخور بقدراتي(لباقتي) البدنية.					
٢١	باستطاعتي جري مسافة ٥ كلم دون توقف.					
٢٢	أنتفوق عند ممارسة الألعاب الرياضية.					
٢٣	أود(أريد) أن أبقى كما أنا.					
٢٤	جسمي يناسبني.					
٢٥	أنا لست جيداً في أنشطة التحمل كالجري مثلاً.					

شكراً على إجاباتكم على هذا الاستبيان

ملحق ٢

مقياس تقدير الذات روزينبيرغ ١٩٩٠

التاريخ: القسم: الجنس:

التعليمات

بهذا الاستبيان ٠ عبارات للتعبير عن المشاعر والآراء حول الذات. اقرأ كل عبارة بتمعن، ثم ضع دائرة حول رقم الإجابة التي ترها تناسبك أكثر. حاول الإجابة عن كل العبارات، واعلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خطأ، لذا أرجو أن تتحرى الصدق قدر الإمكان.

الرقم	العبارات	الإجابة		
		لا أوافق كثيرا	لا أوافق	أوافق كثيرا
١	اعتقد أنني شخص ذو قيمة، على الأقل على قدم المساواة مع أي شخص آخر			
٢	اعتقد أنني أمتلك مجموعة لا بأس بها من الصفات الحسنة			
٣	إذا ما قيمت نفسي، فإني أعتبر (عدّ) نفسي فاشلا.			
٤	أنا قادر على القيام بالأعمال مثل أغلبية الناس.			
٥	لا يوجد لدي الكثير من الأسباب ما يجعلني فخورا بنفسي.			
٦	لدي نظرة إيجابية نحو نفسي.			
٧	عموما، أنا راض عن نفسي.			
٨	أتطلع للحصول على احترام أكثر لنفسي.			
٩	أحيانا يراودني الشعور بانني فعلا غير نافع.			
١٠	اعتقد أحيانا أنني بلا فائدة.			