

تأثير عوامل السن والجنس ونوع الرياضة على ادراك الذات العام والبدنية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية

Sport Genre, Gender and Age Effects on Physical and General Self Perception of Middle and Secondary School Students.

أ: سعيدي زروقي يوسف
أستاذ مساعد. أ. معهد التربية البدنية والرياضية -
جامعة حسيبة بن بوعلي - الشلف

ملخص

تهدف الدراسة الحالية إلى اختبار الفروق في مفهوم الذات العام والبدني عند تلاميذ المرحلتين المتوسطة والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية الداخلية (حصّة التربية البدنية) وخارجها (في الأندية الرياضية) وهذا تبعا لكل من متغير السن والجنس ونوع الرياضة، حيث تم استعمال مقياس إدراك الذات البدنية physique / PSPP المعد بانجلترا من طرف فوكس Fox سنة 1990 ويحتوي على 25 عبارة ذات تدرج سداسي وتقيس ستة أبعاد هي (مفهوم الذات العام، الكفاءة الرياضية، المظهر البدني، القوة البدنية، المداومة، أهمية الذات البدنية)، وقد تكونت عينة البحث من 229 تلميذ من المرحلتين المتوسطة والثانوية مقسمين الى 127 تلميذ من المرحلة المتوسطة يتراوح سنهم من 10-14 سنة و 102 تلميذ من المرحلة الثانوية يتراوح سنهم من 15-18 سنة، حيث كانت فروض الدراسة تنص على أنه توجد فروق دالة إحصائية في مفهوم الذات العام والبدنية تبعا لمتغير السن والجنس ونوع الرياضة، وقد أظهرت نتائج الدراسة الخاصة بالفرضية أولى على وجود فروق دالة إحصائية تبعا لمتغير السن في أغلب أبعاد المقياس لصالح الفئة العمرية 10-14 بالمقارنة مع الفئة 15-18 كما أظهرت النتائج الخاصة بالفرضية الثانية على وجود فروق دالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور في كل من بعد مفهوم الذات العام والمداومة والكفاءة الرياضية والقوة البدنية في حين كانت الفروق لصالح الإناث في بعد المظهر البدني ولم تكن هناك فروق في بعد قيمة الذات البدنية، أما نتائج الفرضية الثالثة الخاصة بنوع الرياضة فقد دالت على عدم وجود فروق دالة إحصائية تبعا لنوع الرياضة وهذا بين كل من (كرة القدم، كرة الطائرة، ألعاب القوى، الجيدو) في بعد مفهوم الذات العام وبعد قيمة الذات البدنية والبعد الكفاءة الرياضية والمظهر البدني في حين كانت الفروق دالة في بعد المداومة لصالح ممارسي الجيدو وألعاب القوى بالمقارنة مع ممارسي كرة القدم وكرة الطائرة.

الكلمات الدالة: السن - الجنس - نوع الرياضة - ادراك الذات العام - الذات البدنية - تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية.

Abstract

This study examined the effects of sport genre, gender and age of middle and secondary school students (in and outside school) on their self and general physical perception. The sample was comprised of 229 participants , 127 middle school students aged between 10 and 14 years old and 102 secondary school school students aged between 15 and 18 years old selected from different schools in chlef (Algeria).

Student were asked to complete Fox, 1990 physical self perception profile/ PSPP as modified and interprets for the Algerian context and in the written in the Arabic language .The PSPP constituted of 25 items that measured six dimensions : general self concept , sport competence, attractive body , physical strength , endurance , physical self perception. Results showed differences between the two groups of middle and secondary school on the majority of dimensions, results also showed differences between genders (male, females), indicating that males had higher scores in general self concept , sport competence, physical strength , endurance and the females had higher scores in attractive body ,

On what concern sport genre, results showed that there is no different in majority of dimensions according to the quality of sport practice between volleyball, football, judo and athletics except in endurance self concept that there is a differences between those who practice judo and athletics compared by the ones who practice volleyball and football.

Keyword : *Sport Genre- Gender- Age –Physical Perception - General Self Perception -- Middle and Secondary School Students.*

1 - الإطار العام لمشكلة البحث:

مقدمة

تعتبر مرحلة المراهقة والتي تبدأ من بداية البلوغ إلى غاية الرشد من أهم المراحل وأخطرها في حياة الإنسان، إذ أن سرعة النمو والنضج البيولوجي المفاجئ عند الذكر والأنثى وزيادة درجة الانفعالات والعواطف يكون لها اثر واضح في سلوك الفرد، وهي غالبا ما تشهد نوعا من التطرف أو المغالاة في الاهتمام بالناحية الجسدية، إذ أن المراهق في هذه المرحلة ينظر إلى جسمه كمركز للذات، فشكل الوجه وجماله والطول والوزن يؤثر بشكل كبير على مدى تقبله لذاته وتقييمه لها وقد يخلق عنده نوعا من القلق وخاصة إذا كان هناك قصور أو عدم كفاية لبعض أجزاء جسمه أو كفاءته البدنية، إذ أن النقص في أي جانب قد ينمي عنده الشعور بالدونية مما ينعكس بشكل سلبي على رؤيته لنفسه، ومن الدراسات التي أظهرت العلاقة بين مفهوم الذات والنضج الجسمي دراسة موسنوجونز (Mussen and Jones) والتي كان من بين نتائجها أن التأخر في النمو الجسمي صاحبه مفهوم ذات سلبي وعدم كفاءة، ان الفرد في مرحلة المراهقة يحاول أن يقارن نفسه بأقرانه ويعطي ذلك أهمية كبيرا كما أنه يتأثر كثير بالانطباعات والتعليقات التي تصدر من الغير أو ما يعرف بالا يطار المرجعي الخارجي في تشكيل مفهوم الذات.

وباعتبار مفهوم الذات أحد مكونات ومحددات الشخصية إن لم يكن حيز الزاوية في بناء وفهم سلوك الأفراد واستجاباتهم للموقف المختلفة، حيث يرى «إسماعيل محمد عماد الدين» أنه لا يمكن فهم الشخصية أو السلوك بشكل عام بلا مفهوم الذات، حيث يعتبر من أهم متغيرات الشخصية¹ وقد اعتبر أدلر Adler 1935 الذات تنظيما يحدد للفرد شخصيته ورؤيته² أما كاتل

تعتبر مرحلة المراهقة والتي تبدأ من بداية البلوغ إلى غاية الرشد من أهم المراحل وأخطرها في حياة الإنسان، إذ أن سرعة النمو والنضج البيولوجي المفاجئ عند الذكر والأنثى وزيادة درجة الانفعالات والعواطف يكون لها اثر واضح في سلوك الفرد وشخصيته، كما أن مفهوم الذات يعتبر من أبرز المعالم في دراسة الشخصية وفهم سلوك الأفراد وطريقة استجاباتهم للمواقف المختلفة، ورغم تعدد والآراء حول الذات وأبعادها بتعدد المدارس والمذاهب، فمنها من يعتبر مفهوم الذات ذو بعد واحد ومنها من يقسمها إلى أبعاد متعددة ومنها من يقسمها إلى متعدد الإبعاد المتدرج، لكنها بالكاد تكاد تجمع على أهمية الذات الجسمية أو الجانب الجسمي بشقيه المظهر البدني والكفاءة والجانب الصحي والدور الذي يلعبه في تكوين مفهوم ذات مرتفع أو إيجابي و باعتبار البعد الجسمي الجانب المباشر للأنشطة البدنية والرياضية، فإن هذه الأخير تعتبر من أهم الوسائل وأنجعها والتي يمكن بواسطتها تحقيق نمو شامل والمتكامل للذات ومفهومها.

وسنحاول في هذه البحث دراسة مفهوم الذات العام والذات الجسمية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية وعلاقته بكل نوع وحجم المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضية وهذا باستعمال مقياس إدراك الذات البدنية (Le profil de perception de soi physique/ PSPP) المعد من طرف كل من (Fox et Corbin 1989)، بانجلترا وذلك حسب النموذج النظري المتدرج والمتعدد الأبعاد للذات Le modèle multidimensionnel et hiérarchique المقترح من طرف شافلسون Shavlsون سنة 1976.

كل من (March & Pacson) بالمقارنة مفهوم الذات الجسمية بين رياضي المستوى العالي وغير الرياضيين وقد توصل إلى وجود فروق كبيرة جدا وذات دلالة إحصائية عالية في كل من مفهوم الذات الجسمية ومفهوم الذات العام.

كما توصلت دراسة (Anne, Jenny 2006) إلى وجود علاقة ذات دلالة كبيرة جدا عند مستوى (0.001%) بين المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضية بصورة منتظمة وكل من مفهوم الذات العام ومفهوم الذات الجسمية للمظهر الخارجي والكفاءة البدنية¹³، كما أظهر تحليل التباين (ANOVA) أن هناك فروق دالة بين مجموعتين إحداهم شاركت في أنشطة بدنية، اجتماعية بصورة منتظمة ومستمرة وأخرى غير منتظمة وهذا في كل من مفهوم الذات والرضا (السعادة)، وعلاقات اجتماعية¹⁴، وهذا وقد جاءت نتائج دراسة Felkar لتؤكد من اقتراحه fox أن الاختلاف في تكوين جسماني يصاحبه اختلاف في مفهوم الذات، كما جاءت نتائج دراسة¹⁵ (Juan Moreno 2007) الذي توصل إلى وجود فروق دالة إحصائية في كل من مفهوم الذات للكفاءة البدنية والمظهر البدني والقوة البدنية حيث ان الذكور لهم مفهوم ذات للقوة البدنية والكفاءة الرياضية أكبر من الإناث في حين كان مفهوم الذات للمظهر البدني عند الإناث أكبر منه عند الذكور ووجد Dodalh علاقة إيجابية بين مفهوم الذات واللياقة البدنية، كما توصلت نتائج دراسة كل من (

Gregory.J, bob ek 2005) إلى وجود فروق دالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور في مفهوم الذات للكفاءة الرياضية والقوة البدنية وتقدير الذات العام، فيما لم تكن هناك فروق في مفهوم الذات للمظهر البدني لصالح الذكور¹⁶، وقد اقترح Fox أن الأفراد الذين يعتبرون جنابين بدرجات كبيرة يجب أن يزيد هذا في مفهوم الذات العام¹⁷، كما توصلت نتائج الدراسة (Morenoj, Cervell. E. 2005) إلى وجود فروق كبيرة تبعا لمتغير الجنس في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية والحالة البدنية والقوة البدنية والمظهر البدني وهذا عند مستوى 0.01¹⁸. كما أن الدراسة التي قام بها Eklund et all 1997 كشفت أن هناك فرق بين الذكور والإناث في الأبعاد الخاصة للمفهوم الذات وإدراك الذات الكلية، وقد توافقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من، (Asiç et al 2005) وكل من boyd and hrycaiko 1997، Harter 1978، Hagger et al 2005، Maino et al 2004، Jakson and March 1986، Weiss and Berdemier 1983 والتي ظهرت أن الذكور أعلى مستوى في أدراك الذات البدنية والكفاءة الرياضية من الإناث¹⁹، أما بالنسبة إلى نوع البرنامج أو الرياضة فقد جاءت نتائج دراسة كل من (Lurie.P, Ken.H Xioli J 2003) الذين قاموا بدراسة مدى العلاقة بين مفهوم الذات عند تلاميذ المرحلة المتوسطة (10-12) ستة ونوع برنامج التربية البدنية وهذا باقتراح عدة برامج ذات محتوى يختلف (أنشطة رياضية مختلفة) على 12 مدرسة وقد جاءت النتائج لتظهر عدم وجود فروق ذات دلالات إحصائية في أبعاد مفهوم الذات تبعا لنوع البرنامج الرياضي²⁰.

إذا كانت الأنشطة البدنية والرياضية لها من الإبعاد النفسية

Cattel 1950 فيرى الذات هي أساس ثبات السلوك البشري وانتظامه³ ونجد ألبورت 1957 Alport قد استخدم مصطلح الجوهر بدل من الذات في بلورت نظريته عند الشخصية والتي أعطيا فيها للذات المكان والدور الرئيسي⁴، ويعتبر المنظور الظواهرى من أبرز روادها حيث استعمل مفهوم الذات لدراسته وفهم الشخصية وسلوك الأفراد، حيث تنطلق من تصور مؤداها أننا لا نستطيع فهم السلوك والتنبؤ به إلا من خلال معرفتنا لكيفية إدراك الشخص بيئته ولنفسه، حيث تعتبر المدرسة الظاهرية مفهوم الذات معنى مجرد إدراكنا لأنفسنا جسميا وعقليا واجتماعيا وأخلاقيا في ضوء علاقتنا بالآخرين، على هذا يكون مفهوم الذات النواة التي تقوم عليها الشخصية كوحدة دينامية ووظيفية مركبة⁵.

ولما كانت الذات ومفهومها مرتبطان بحالة الفرد الصحية ومظهره وشكله وكفاءته من جهة ونظرة الآخرين إليه من جهة أخرى، حيث أوضح (Tumers و Hulmes) أن شعور الفرد نحو جسمه يرتبط بثقته بنفسه وطريقة تعامله مع الآخرين والبيئة المحيطة به⁶، حيث تعد الناحية الجسمية من المصادر الحيوية في تشكيل مفهوم الذات والتي تتضمن بنية الجسم ومظهره وحجمه، إذ أن طول الجسم وتناسقه ومظهره وقدراته لها تأثير إيجابي في رؤية الفرد لنفسه لأن ذلك يولد غالبا استجابات القلوب والرضا والتقدير.

إذا كانت ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية بصفة عامة تساهم في بناء شخصية قوية ومرتنة وذلك من خلال التأثير المباشر والمستمر على مختلف أبعادها وعلى الجانب الجسمي (البدني) بصفة خاصة والذي يعتبر من أهم أبعاد الشخصية وأكثرها بروزا (مرثيا) حيث يشير Ficher إلى أن اتجاهات الفرد نحو ذاته تمثل مؤشرا هاما للجوانب الشخصية، إذ أن شعور الفرد بأن جسمه صغير أم كبير قوي أو ضعيف جذاب أو غير جذاب قد يزيد كثيرا في التعرف على نمط سلوكه في اتجاه الآخرين⁷، حيث تظهر أهمية الذات الجسمية والتي يقدم الفرد من خلالها وجهة نظره عن جسمه ومظهره وكفاءته وجاذبيته وحالته الصحية هذا وقد توصلت دراسة Anne Poulser, Jenny M Ziviane M Ziani Monica 2006 إلى أن الأشخاص الذين لديهم صعوبة في التناسق الحركي لديهم بحفاظ دال في مفهوم الذات العام ومفهوم الذات للمهارة والمظهر البدني وعلاقات الأبوية⁸ هذا وقد أثبت كل من (March & Pert) أن هناك ارتباط بدرجات قوية بين الحالة البدنية ومفهوم الذات الجسمية والمهارة البدنية⁹، كما وجد دودلا علاقة إيجابية بين مفهوم الذات واللياقة البدنية¹⁰ كما توصلت دراسة (Mussen and Jones) إلى أن التأخر في النمو الجسمي كان لديهم مفهوم الذات سلبي في معظم الأحيان وشعور بعدم الكفاءة وحاجتها إلى العون¹¹ كما أنه استخدم اختبار Tuuky للتعرف على دلالة الفرق بين ثلاث مجموعات ذات مستوى عالي وثانية متوسط وثالثة مستوى ضعيف قد أفضى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات الجسمية لصالح مجموعة المستوى العالي بين مجموعة المتوسطة والضعيفة لصالح المجموعة المتوسطة¹² كما قام

- معرفة هل يختلف مفهوم الذات العام والبدنية باختلاف نوع النشاط البدني والرياضي أو نوع الرياضة
- معرفة هل هناك فروق في إدراك الذات البدنية ومفهوم الذات العام بين الذكور والإناث

5- الدراسات السابقة:

1- 5 دراسة Moreno.J and Cerssello.E²⁴ سنة 2005 تحت عنوان: إدراك الذات البدنية عند المراهقين الأسبان: تأثير كل من الجنس والمشاركة في الأنشطة البدنية. وكان الهدف من هذه الدراسة هو تحليل تأثير كل الجنس (ذكور، إناث) ومستوى المشاركة في الأنشطة البدنية على إدراك الذات البدنية عند المراهقين في إسبانيا، وقد كانت عينة الدراسة من 2330 تلميذا (متوسط العمر 14.8 سنة بانحراف 0.91)، وقد أظهرت النتائج تأثير كل من الجنس (ذكر، أنثى) والممارسين وغير الممارسين، حيث أن الذكور الممارسين للرياضة كان لهم درجة أعلى في إدراك الذات البدنية بالمقارنة مع الذكور والإناث الذين لا يمارسون أي نشاط بدني خارج المدرسة. في حين كان للإناث اللواتي تمارسن نشاطا بدنيا رياضيا خارجيا فقد كان لهن درجات أعلى في أبعاد المقياس من الإناث الغير ممارسات، كما أظهرت النتائج فروقا بين إدراك الذات البدنية وحجم ومستوى مشاركة في الأنشطة البدنية، حيث أن الذين يمارسون رياضة مرة واحدة في الأسبوع كان لهم درجة أقل في أبعاد الكفاءة الرياضية والحالة البدنية والقوة بالمقارنة مع الذين يمارسون أنشطة رياضية أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع.

5 - 2 دراسة Moreno, Cervello, Vera, Ruiz²⁵ سنة 2007 تحت عنوان: مفهوم الذات الجسمية عند الأطفال المتدربين: الفروق بين الجنس ونوع الرياضة ومستوى المشاركة في الأنشطة البدنية.

هدف الدراسة هو اختيار الخصائص أو الصفات النفسحركية للتلاميذ بالمدارس الإسبانية وتأثير كل من الجنس ونوع الرياضة وحجم أو عدد مرات ممارسة النشاط البدني في الأسبوع وعلاقتها بمفهوم الذات البدني في مرحلة نهاية الابتدائي وبداية المتوسط، وقد تكونت عينة البحث من 1086 تلميذا (متوسط العمر 10.3 سنة، انحراف معياري 0.51 سنة)، وقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة معنوية بين الذكور والإناث في أبعاد الكفاءة الرياضية وجاذبية الجسم والقوة العضلية والثقة بالنفس عند مستوى دلالة 0.01%، كما كانت هناك فروق دالة عند مستوى 0.01 بين الممارسين وغير الممارسين في جميع أبعاد المقياس، أما بالنسبة للفروق حسب مستوى أو عدد مرات الممارسة، فقد كانت هناك فروق دالة عند مستوى 0.001 في بعد الكفاءة الرياضية وبعد الثقة بالنفس بين المجموعة التي تمارس أحيانا والمجموعة التي تمارس من مرتين إلى ثلاث مرات في الأسبوع والمجموعة التي تمارس أكثر من ثلاث مرات في الأسبوع.

الكلمات الدالة: مفهوم الذات البدنية، جنس، مشاركة في

والاجتماعية والبيولوجية ما يساعد تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية (بداية المراهقة والمراهقة المتوسطة والمراهقة المتأخرة) على تنمية الشخصية المتكاملة من جهة، فإن لنوع وحجم هذه الأنشطة البدنية والرياضية تأثير مختلف، حيث ان الممارسة التلاميذ الممارسين لحصة واحد يتاح لهم بالمقارنة مع زملائهم الذين يمارسون أكثر من مرتين في الأسبوع فرص اكبر لتنمية مختلف القدرات البدنية وبالإضافة إلى طبيعة الرياضة إذا كانت جماعية أو فردية أو ذات احتكاك أو عديمة الاحتكاك أو لها من الخصائص النفسية والبدنية الخاصة بها.

إن نوع الأنشطة البدنية والرياضية وكل من متغير الجنس والسن وعلاقته بدرجة إدراك الذات البدنية ومفهوم الذات العام هو ما سنحاول دراسته في هذا البحث من خلال التساؤلات التالية: 1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام والبدني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية الداخلية والخارجية تبعا لمتغير السن؟

2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام والبدني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية الداخلية والخارجية تبعا لمتغير الجنس؟

3. هل هنالك فروق في مفهوم الذات العام والبدني لدى تلاميذ المتوسط والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية (الداخلية والخارجية) تبعا لنوع الرياضة التي يمارسونها؟

2- أهمية الدراسة:

1. إبراز دور ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية بصورة مستمرة وكافية في زيادة مفهوم الذات البدنية
2. إبراز أهمية الأنشطة البدنية والرياضية الخارجية في رفع مفهوم الذات ومنه تقدير الذات
3. معرفة التأثير النوعي للرياضية على مختلف أبعاد الذات البدنية

3- الفرضيات:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام والبدني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية الداخلية والخارجية تبعا لمتغير السن.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات العام والبدني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية الداخلية والخارجية تبعا لمتغير الجنس.
3. هنالك فروق في مفهوم الذات العام والبدني لدى تلاميذ المتوسط والثانوية الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية (الداخلية والخارجية) تبعا لنوع الرياضة التي يمارسونها.

4. أهداف الدراسة :

- معرفة الفروق في إدراك الذات البدنية بين تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية الممارسين لنشاط البدني والرياضي تبعا لمتغير السن

الأنشطة الرياضية والبدنية.

الارتباط بين برنامج ومفهوم الذات للمظهر 100%، وبعد تقسيم المدارس إلى ثلاث مجموعات (برنامج ضعيف، متوسط، جيد) ثم التوصل إلى عدم وجود فروق بين مجموعة المدارس وقد تم حساب تأثير الوقت (حجم ساعي) مخصص للتربية البدنية على مفهوم الذات، ولم يكن هناك ارتباط دال بين حجم الوقت ومفهوم الذات كما أن هناك علاقة دالة وموجبة بين نوع البرنامج ومستوى مفهوم الذات عند التلاميذ.

5-5. دراسة LUIS M& ALFREDO GONI²⁸ سنة 2001 تحت عنوان: التربية البدنية في المدرسة وتحسين مفهوم الذات:

هدف هذه الدراسة هو تحليل العلاقة بين التربية البدنية المدرسية والرياضة المدرسية وتطور مفهوم الذات من خلال حصص التربية البدنية والمنافسات الرياضية المبرمجة في المدارس، وقد تم استعمال مقياس وصف الذات SDQ المصمم من طرف (March, Relish et Smith 1983) ومقياس إدراك الذات البدنية (PSPP) المصمم من طرف (Fox 1989) (Cobin) والمصمم وفقا لهذا النموذج، حيث تم في بادئ الأمر دراسة العلاقة بين الممارسة الرياضية المدرسية ومفهوم الذات، وقد شملت الدراسة على عينة تتكون من 153 تلميذ تتراوح أعمارهم ما بين (10 - 11) سنة وقد أظهرت النتائج القياس القبلي والبعدي عكست تحسن في مفهوم الذات وبصفة خاصة في المستوى البدني وبدرجة دلالات كبيرة جدا عند المجموعة التجريبية بالمقارنة مع المجموعة الضابطة. الكلمات الدالة: مفهوم الذات، الذات البدنية، رياضة المدرسة، التربية البدنية، برنامج تربوي.

5-6 دراسة Julien chanal²⁹ سنة 2005 تحت عنوان: دور حصص التربية البدنية والرياضية في تكوين مفهوم الذات.

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

وأظهرت النتائج أن مستوى الأداء الرياضي الجيد يؤثر في مفهوم الذات العالي، كما ان مفهوم الذات المرتفع في الأداء له تأثير في رفع مستوى مفهوم الذات والعكس صحيح، حيث ان مستوى الأداء المنخفض كان له تأثير في خفض مفهوم الذات ومفهوم الذات المنخفض للأداء أثر في مستوى الادعاء. وباختصار أظهرت النتائج بوضوح التأثير الواضح أو صحة نموذج الأثر المتبادل - Modèles des effets réciproques بغض النظر عن سن أو جنس التلاميذ المشاركين.

3 - 5 دراسة Fisher, Berkly²⁶ سنة 2007 تحت عنوان: هل التغيير في مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك

الذات والكفاءة البدنية عند المراهقين.

هدف الدراسة هو معرفة ما إذا كان التغيير في مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات عند المراهقين، وقد شملت الدراسة 5260 مراهقة و3410 مراهقا، وقد تم حساب مدى التعبير في إدراك الذات في ثلاث مجالات (اجتماعية، مدرسي، رياضي) وهذا خلال طيلة سنتين أي من 1997 إلى غاية 1999، وقد أظهرت النتائج أن زيادة مستوى حجم النشاط البدني كان له تأثير إيجابي على زيادة إدراك الذات في المجالين الاجتماعي والرياضي عند مستوى (0.001%) ولم يكن له تأثير على الجانب المدرسي، كما لن يكن له تأثير على إدراك الذات العام.

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

أكدت هذه الدراسة أن زيادة مستوى حجم النشاط البدني له تأثير على إدراك الذات في بعديها (المجالين) الاجتماعي والرياضي عند كل من الذكور والإناث الكلمات الدالة: مفهوم الذات البدنية، جنس، مشاركة في الأنشطة البدنية والرياضية

4 - 5 دراسة Xiaoli, J. Ken, J.Laurie, P²⁷ سنة 2003 تحت عنوان: مفهوم الذات عند التلاميذ وعلاقته بنوع برامج التربية البدنية في المدرسة.

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

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

وأظهرت النتائج وجود علاقة دالة وموجبة بين التربية البدنية ومفهوم الذات وهذا في كل من المهارة الحركية والمظهر البدني والعلاقات الأبوية ومفهوم الذات الغير أكاديمي والعلاقة الدالة بين مفهوم الذات للمظهر البدني ونوع البرنامج، ومن أجل تفسير التباين في مختلف مظاهر استعمال تحليل التباين والانحدار الخطي ومعامل التعيين، حيث بلغت درجة العلاقة بين مفهوم الذات ونوع البرنامج 21% إلى 34%، والعلاقات الاجتماعية 01% من درجة التباين الكلي، وبلغت نسبة

6 أدوات الدراسة :

6-2 المعاملات العلمية للمقياس :

6-2-1. الثبات: قصد التأكد من أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات والذي هو قدرة المقياس على قياس متغير ما إذا ما أعيد تكراره عدة مرات على نفس العينة، فقد لجأ في هذه الدراسة الى حساب معامل الثبات انطلاقاً من طريقة الاختبار وإعادة اختبار retest - test. حيث تم توزيع المقياس على عينة تتكون من 43 تلميذ من الأقسام الخاصة بالدراسة والرياضة وكانت تتوزع كما يلي :

(عدد الذكور 33، وعدد الإناث 10) ومتوسط السن (12.21 سنة، +0.76)، حيث تم إدخالهم إلى القسم وتم شرح عبارات المقياس وكيفية الإجابة عليها مع الاستفسار عن العبارات المبهمة أو الغامضة، وقد تم تطبيق الاختبار الأول والثاني بفارق زمني قدره 20 يوماً، وهذا لتفادي حفظ الإجابات أو نسيانها .

وبعد تفريغ البيانات تم حساب درجة ثبات المقياس بطريقتين : الأولى بواسطة معامل الارتباط لكارل بيرسون PERSON والثانية بحساب معامل الاتساق الداخلي بواسطة معادلة كرونباخ ألفا ALPHA CRONBASCK .

جدول توضيح معامل الارتباط بين درجات المقياس لكل من الأبعاد والدرجة الكلية بين التطبيق الأول والثاني .

وقد تم التأكد من معامل ثبات كل محور والمحاور الأخرى بالإضافة إلى المجموع الكلي للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ وهذا بواسطة الإحصائية للعلم الاجتماعية SPSS. حيث يعتبر معامل ألفا كرونباخ حالة خاصة من قانون كودار وريتشاردسون، وقد اقترحه كرونباخ عام 1951، حيث يمثل معامل [ألفا] متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة المقياس إلى أجزاء بطرق مختلفة وبذلك فإنه يمثل معامل الارتباط بين أي جزئين من أجزاء الاختبار³⁴.

6-1. مقياس إدراك الذات البدنية Le profil de perception de soi physique/ PSPP -FOX 1990

أعد هذا المقياس من طرف (fox 1990، Corbin et fox، 1980). بانجلترا وذلك حسب النموذج النظري المتدرج والمتعدد الأبعاد للذات multidimensionnel et hiérarchique le modèle المقترح من طرف شافلسون³⁰ shavlsون سنة 1976. وعلى أعمال كل من (Harter سنة 1982، و Stanton.Hubner، Shavelson سنة 1976، وأعمال كل من (Marche، Shavelson سنة 1985 ويحتوي مقياس إدراك الذات البدنية (PSPP) على 25 عبارة تمثل أربعة مستويات خاصة في أربعة أبعاد، كما يحتوي أيضا على بعدين لمفهوم الذات العام والأهمية الذات البدنية³².

وفي هذه الدراسة تم استعمال مقياس إدراك الذات البدنية والمترجم الى اللغة الفرنسية والمعروف باسم مقياس ادراك الذات البدنية بحسب الأهمية المعطاة لأبعاد المقياس وهذا بعد إدخال بعد أو مستوى الأهمية الذي يعطيه الفرد إلى مجال أو بعد أو جانب ما، ومستوى تم إدراجه وذلك من اجل معرفة أو تقدير الأهمية التي يوليها المفحوص لكل جانب، وهذا بعد نتائج دراسة (Harter) 1986 التي أظهرت أن الأهمية التي يعطيها الأفراد لمختلف جوانب الذات يمكن أن تكون لها تأثيرات دال ومبرر للفروق بين الأفراد في المجال البدني أو مفهوم الذات العام³³.

وهذا المقياس المعدل وفق مستوى الأهمية المعطاة (Importance physique perçue) يحتوي على 25 عبارة تقيس ستة أبعاد هي مفهوم الذات العام، مفهوم الذات للكفاءة الرياضية ومفهوم الذات للمظهر البدني ومفهوم الذات لصفتين بدنيتين هما القوة والمداومة بالإضافة إلى بعد الأهمية المعطاة للجانب البدني.

الجدول رقم 5 يوضح القيم الاحصائية ومعامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني

الابعاد	الكلية المتوسطة الدرجة		الانحراف المعياري		عدد أفراد العينة	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	دال أوغير دال
	القياس 1	القياس 2	القياس 1	القياس 2				
الدرجة الكلية للمقياس	26.58	26.16	3.378	3.466	43	0.70	0.01	دال **
مفهوم الذات العام	4.09	3.09	0.775	0.758	43	0.40	0.01	دال **
ادراك قيمة الذات البدنية	5.14	5.02	0.721	0.743	43	0.64	0.01	دال **
مفهوم الذات للمداومة	3.79	3.74	0.801	0.739	43	0.40	0.01	دال **
مفهوم الذات للكفاءة الرياضية	4.67	3.79	0.98	0.80	43	0.30	0.05	دال *
مفهوم الذات للجاذبية الجسم	4.17	4.06	1.18	1.14	43	0.32	0.05	دال *
مفهوم الذات للقوة البدنية	4.62	4.65	0.798	1.01	43	0.48	0.01	دال *

دالت عند مستوى 0.05 ** دالت عند مستوى 0.01 *

أ. معامل الارتباط لبيرسون :

2.2.6. الاتساق الداخلي

تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس من أجل التأكد من صدق المقياس بطريقة ألفا كرونباخ وهذا على نفس العينة التي تتكون من 43 تلميذ وتلميذة متوسط السن 12.21 سنة وبانحراف معياري قدره 0.76+ سنة ، وقد بلغت قيمة ألفا كرونباخ للمقياس بشكل عام 0.826، وتراوح ما بين 0.571 و 0.78 بالنسبة لأبعاد السنة للمقياس وتشير هذه النتائج الى أن المقياس يتوفر على درجة ثبات كافية لأغراض الدراسة .

يتضح لنا من الجدول أن درجة معامل الارتباط الكلية للمقياس بلغت 0.70 وهي دالة عند مستوى 0.01 ومنه فان المقياس ككل يتمتع بدرجة عالية من الثبات أما فيما يخص أبعاد المقياس فقد تراوحت قيمة معامل الارتباط ما بين [0.64.0.30] وهي جميعها دالة عند مستوى 0.05 و 0.01 وهذا باعتبار قيمة معامل الارتباط الجدولية لكارل بيرسون عند درجة الحرية (243) وعند الطريقتين تساوي 0.304 و 0.39. عند مستوى الدلالات (0.01- 0.05) على الترتيب³¹.

جدول رقم 6. جدول يوضح معاملات التساق الداخلي ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس وعلى المقياس ككل

الأبعاد	مفهوم الذات العام	ادراك قيمة الذات البدنية	مفهوم الذات للمداومة	مفهوم الذات للكفاءة الرياضية	مفهوم الذات للقوة البدنية	الدرجة الكلية للمقياس	الدرجة الكلية للمقياس
درجة الاتساق الداخلي كرونبا	0.78	0.57	0.59	0.63	0.63	0.82	0.82

3-2-6- الصدق :

على أستاذين من معهد التربية البدنية والرياضية بجامعة الشلف للتأكد من العبارات المفهومة وتقيس حقا مفهوم الذات وقد تم طلب توجيهات واقتراحات الأساتذة وأخذت بعين الاعتبار في إعداد النسخة النهائية للمقياس.

أ. الصدق الظاهري : فقد اعتمد الباحث على صدق المحكمين، حيث قام بعرض عبارات المقياس على أربعة أساتذة مختصين وهذا بعد ترجمة عبارات المقياس من اللغة الفرنسية إلى اللغة العربية، حي تم عر النسختين باللغة العربية والفرنسية على مختصين في الترجمة من أجل التأكد من سلامة التعبير والمحافظة على معنى العبارة، كما تم عرض عبارات المقياس الجدول رقم 7 معامل الاتساق بين كل محور والمحاور الأخرى والمجموع الكلي للمحاور الستة

ب- الاتساق الداخلي :

الأبعاد	الدرجة الكلية للمقياس	مفهوم الذات العام	ادراك قيمة الذات البدنية	مفهوم الذات للمداومة	مفهوم الذات للكفاءة الرياضية	مفهوم الذات للقوة البدنية	مفهوم الذات لجاذبية الجسم
الدرجة الكلية للمقياس							
مفهوم الذات العام	0.501 0.01 43						
ادراك قيمة الذات البدنية	0.687 0.01 43	0.407 0.03 43					
مفهوم الذات للمداومة	0.670 0.01 43	0.30 0.05 43	0.447 0.01 43				
مفهوم الذات للكفاءة الرياضية	0.670 0.01 43	0.30 0.05 43	0.447 0.01 43	0.414 0.03 43			
مفهوم الذات للقوة البدنية	0.684 0.01 43	0.262 0.06 43	0.552 0.01 43	0.457 0.01 43	0.423 0.02 43		
مفهوم الذات لجاذبية الجسم	0.606 0.01 43	0.32 0.05 43	0.5 0.01 43	0.303 0.05 34	0.26 0.06 43	0.29 0.05 43	

حصّة التربية البدنية فقط ومنهم من هو معفي ومنهم من يمارس أنشطة بدنية خارج المؤسسة ضمن أنشطة وفرق رياضية بمعدل عدد مرات وحجم ساعي متفاوت في الأسبوع . ويمكن أن نقسم العينة الكلية للبحث إلى عينات جزئية ثلاث وهذا من أجل تسهيل تحديد خصائص كل عينة، وعددهم ومتوسط العمر والجنس .

1.8 عينة تلاميذ المرحلة المتوسطة:

1.1.8 عينة الأقسام الخاصة (الدراسة والرياضة): classe sport et étude

تشمل هذه العينة تلاميذ المتوسطة الرياضية الخاص على مستوى متوسطة الحمادية وهي أقسام خاصة تم استحداثها بقرار وزاري مشترك بين وزارة التربية ووزارة الشباب والرياضة من أجل اكتشاف المواهب الشابة وتعهدها منذ الصغر من أجل تكوين جيل من رياضيي المستوى العالي في جميع الاختصاصات ومن الاستفادة من المواهب في مراحل متكررة .
2.1.8 عينة التلاميذ الممارسين لحصّة التربية البدنية والرياضية في المؤسسة :

جدول رقم 1 يوضح خصائص عينة أقسام الدراسة والرياضة حسب السن والجنس والاختصاص

الاختصاص	الانحراف المعياري		متوسط العمر/سنة	العدد	الجنس
	كرة القدم	كرة الطائرة			
ألعاب القوى	24	9	0.720+	12.20	38 الذكور
	/	7	0.96+	12.08	09 الاناث
	24	16	0.764+	12.21	47 المجموع

تتكون هذه العينة من تلاميذ المرحلة المتوسطة والذي تم اختيارهم من متوسطتين جميعهم يمارسون حصّة التربية البدنية والرياضية داخل المؤسسة .

الجدول رقم (02) يوضح الخصائص العمرية للعينة التلاميذ المرحلة المتوسطة:

السن	المجموع	متوسط السن	الانحراف المعياري	الممارسين	المعفيين
الذكور	42	15.46	1.42+	42	/

2.8 عينة مأخوذة من تلاميذ المرحلة الثانوية:

تشتمل هذه العينة على تلاميذ الطور الثانوي من المستويين الأول والثاني من الجنسين ذكور وإناث الممارسين والغير الممارسين لحصّة التربية البدنية والرياضية .

يتضح من الجدول أن معامل ارتباط مفهوم الذات الكلية مع الدرجة الكلية للمقياس وإدراك الذات البدنية والمداومة والكفاءة الرياضية والقوة البدنية وجاذبية الجسم قد بلغت على الترتيب [0.50, 0.68, 0.67, 0.67, 0.68, 0.60] وهي جميعا دالة عند 0.01 وهكذا فإن جميع الأبعاد لها ارتباط دال مع الدرجة الكلية للمقياس أو أبعاده كما هو موضح في الجدول السابق وبذلك يحقق صدق الاتساق الداخلي.

ج. الصدق الذاتي :

وقمنا أيضا في هذا البحث بحساب الصدق الذاتي للمقياس إذ أن الصدق الذاتي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات، حيث يقول الأستاذ محمد صبحي حساني أنه كانت الصلة كبيرة بين الثبات والصدق الذاتي³⁵ والصدق الذاتي هو الدرجة أو المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من أجله³⁶، كما أن الصدق الذاتي هو صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة إلى الدرجة الحقيقية التي حصلت من أخطاء القياس، وبذلك تصبح الدرجات الحقيقية لاختبار هي المحك الذي ينسب إليه صدق الاختبار³⁷.

الصدق الذاتي = الجذر التربيعي لمعامل الثبات

الصدق الذاتي لمقياس PSPP = $\sqrt{0.70} = 0.84$

بمقارنة القيمة الجدولية عند درجة الحرية (1.43)

ومستوى دلالات 0.01 فإنه القيمة الجدولية تساوي 0.71 وبما أن القيمة المحسوبة أقل من القيمة الجدولية فإن معامل الصدق الذاتي له دلالات عند مستوى 0.01 .

7 - استمارة المعلومات

استعمل الباحث بالإضافة إلى مقياس إدراك الذات البدنية PSPP، استمارة لجمع البيانات وقد ضمت هذه الاستمارة جمع البيانات الأولية على أفراد العينة، وتم إعدادها بحيث يحتوي على مجموعة من الأسئلة في جوانب مختلفة منها ما هو مأخوذ كمتغير من متغيرات البحث مثل السن والجنس وممارسة حصّة التربية البدنية أم لا وممارسة الأنشطة الرياضية الخارجية (اللاصفية) وعدد سنوات الممارسة وعدد المرات الممارسة في الأسبوع والحجم الساعي لكل حصّة، ونوع الرياضة إذا كانت جماعية أم فردية بالإضافة إلى الولائية واسم المؤسسة التربوية والنادي الرياضي المنتمي إليه، وهذه كلها بيانات منها ما هو مأخوذ كمتغير بحث ومنها ما هو مأخوذ كمتغيرات مضبوطة كي يتم حساب مدى تجانس العينة ولتعليل قدر الإمكان المتغيرات العشوائية التي قد تؤثر على نتائج الدراسة مما لا يسمح بتعميم نتائج الدراسة حتى على مستوى العينة في حد ذاتها .

8 - عينة الدراسة

تتكون عينة البحث الكلية من 299 تلميذ مقسمين على مستوى المتوسطات والثانويات ومن الجنسين (ذكور- إناث) ويتراوح السن ما بين (10 سنوات إلى غاية 19 سنة) منهم من يمارس

الجدول رقم 3. جدول يوضح خصائص عينة تلاميذ المرحلة الثانوية حسب السن والجنس والممارسة

والترفيهية مثل حصّة التربية البدنية والرياضية المدرجة ضمن البرنامج التعليمي الأكاديمي في المؤسسات التربوية والتعليمية خاصة في المرحلة التعليم المتوسط والثانوي

الخصائص الجنس	العدد	متوسط السن	الانحراف المعياري للسن	الممارسين	المعنيين
ذكور	29	17.85	+17.83	22	7
ايناث	31	1.023	+0.759	20	11
المجموع	60	17.84	+0.896	42	18

ب- السن : حيث تم تحديد العمر الزمني لكل أفراد العينة

ج. الجنس: حيث تم تحديد جنس أفراد العينة إذا كان ذكرا ام أنثى

9-2 المتغير التابع

هو المتغير الذي تتوقف قيمته ودرجته على المتغير المستقل، حيث يؤدي التغيير في قيمته (المتغير المستقل) والمتغير التابع في هذا البحث هو مفهوم الذات العام ومفهوم الذات الجسميّة : وهما متغيران تابعين رئيسيين حيث يحتوي كل منهما على أبعاد مكون له حيث يتكون مفهوم الذات الجسمي من عدة أبعاد مثل مفهوم الذات للكفاءة الرياضية ومفهوم الذات للمظهر البدني الخارجي وهذه الأبعاد الأخيرة بدورها تتكون من أبعاد خاص بها وهذا حسب النموذج الهرمي المتدرج (modèle multidimensionnel hiérarchique).

9-3 المتغيرات المضبوطة :

وهي المتغيرات التي تم تحديدها وضبطها قصد التحكم في نتائج الدراسة، ولتفادي تأثير المتغيرات العشوائية على نتائج الدراسة والمتغيرات المضبوطة في هذا البحث هي:

المكان: حيث اقتصرت الدراسة على ولاية الشلف بالنسبة إلى أفراد العينة ككل، حيث شملت تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية والرياضيين المنخرطين في الأندية والجمعيات.

10 - النتائج والمناقشة :

10-1 نتائج الفرضية الأولى :

. بعد إدراك قيمة الذات البدنية :

1. توجد فروق دالة إحصائية في بعد إدراك قيمة الذات البدنية لصالح الفئة العمرية [10 - 12] ستة بالمقارنة مع الفئة العمرية [16 . 20] سنة.

2. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 في بعد إدراك قيمة الذات البدنية لصالح الفئة العمرية [12 . 14] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16 . 20] سنة.

3. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.05 في بعد إدراك قيمة الذات البدنية لصالح الفئة العمرية [14 . 16] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16 . 20] سنة.

4. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد إدراك قيمة الذات البدنية بين الفئات العمرية التالية [10 . 12]، [12 . 14]، [14 . 16].

. بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية :

1. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.001 في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية لصالح الفئة العمرية [10 . 12] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16 . 20].

2. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.001 في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية لصالح الفئة العمرية [12 . 14] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16 . 20]

3.8. عينة التلاميذ المشاركين في الأنشطة البدنية والرياضية الخارجية (اللاصفية):

تتكون هذه العينة من التلاميذ المنخرطين في الأندية والفرق الرياضية ذات الطابع التنافسي، وقد شملت الرياضيين المنخرطين في المدارس الكروية المستحدثة على مستوى البلديات والدوائر والمدعمة من طرف شركة سوناطراك أو ما يعرف بمدارس الرياضة لشركة سوناطراك لكرة القدم، وقد تراوحت أعمارهم ما بين سن العاشرة والرابعة عشر مع عدد حصص تدريبية يفوق حصتين في الأسبوع على الأقل لمدة ساعة ونصف، كما شملت العينة على بعض التلاميذ الممارسين لرياضة الجيدو وقد بلغ عددهم 28 تلميذ يتراوح سنهم ما بين (10 إلى 14 سنة).

جدول رقم 4

جدول يوضح عينة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية الخارجية (اللاصفية) حسب السن والاختصاص

الاختصاص	العدد	متوسط السن	الانحراف المعياري للسن	المجال العمري
كرة القدم	52	11.91	0.832+	[10.24-13.24]
الجيدو	28	12.73	1.30+	[10.42-14.75]
المجموع	80	12.2	1.08	[10.24-14.75]

9- متغيرات الدراسة

لقد تم تحديد ثلاثة أنواع من المتغيرات في ذا البحث وهما المتغير التابع والمتغير المستقل والمتغيرات المضبوطة هي :

9-1 المتغير المستقل :

هو المتغير الذي يؤدي التغيير في قيمته إلى إحداث تغير في قيمة المتغير التابع بصورة مباشرة ونتائج الدراسة بصفة عامة، والمتغير المستقل في هذا البحث هو:

أ . الأنشطة البدنية والرياضية : ونقصد بها تلك الأنشطة البدنية الرياضية ذات الأهداف التنافسية التي تمارس على مستوى الأندية والفرق الرياضية باسم جمعيات رياضية وأندية معتمدة بصفة رسمية والمنخرطة في البطولات والمنافسات المحلية والجهوية والوطنية والتي تسعا إلى تحقيق الفوز والأنشطة البدنية والرياضية ذات الأهداف التربوية

مرة أخرى .

بحسب القاعدة النظرية للنموذج المتعدد الجوانب الهرمي لمفهوم الذات فإنه يتميز بالثبات النسبي والمستمرة في القيمة والتغيير والاختلاف كلما اتجهنا إلى القاعدة، فإن الاختلاف بين الفئات العمرية الممتدة من 10 سنوات إلى 16 سنة من جهة والفئة العمرية من 16 إلى 20 سنة من جهة أخرى راجع إلى كون نسبة مفهوم الذات وأبعاده مختلفة، ولكنها تتميز بكونها غير متعددة وغير هرمية بالنسبة للفئات العمرية [10-16] وهذا ما يفسر عدم وجود فروق في أغلب أبعاد المقياس بين هذه الفئات العمرية عكس الفئة العمرية [16-20] التي تمثل مرحلة المراهقة المتأخرة وبداية الرشد حيث يصبح مفهوم الذات متعدد الأبعاد وذو بنية هرمية، وهذا لما تتميز به هذه المرحلة العمرية من القدرة المعرفية للاستدخال وجمع معلومات مختلفة عن ذاته وتنظيها من أجل تكوين هوية 39 وبحسب مجلة Eccles t printrich 1996 . Wigfields التي اعتبر أنه عند تشكل وتطور مفهوم الذات مع التقدم في السن من الطفولة إلى الرشد بتطور من بنية فارقيه (مفرقة) hiérarchique et différenciée إلى بنية فارقيه فقط، والمقصود هنا بأن البنية فارقيه هو مثلا أن مفهوم الذات الجسمية يرتبط بالمظهر الخارجي والكفاءة البدنية أكثر من ارتباطه بمفهوم الذات المدرسي، حيث أن النجاح في التحصيل الدراسي يؤثر على مفهوم الذات الأكاديمي أكثر من مفهوم الذات الاجتماعي والمدرسي .

كما اظهر كل من Harter 1982 . Harterapike 1984 أن إدراك الكفاءة عند الأطفال تصبح أكثر تعريفا أو تخصيصا بعد المرحلة التالية من التعليم المتوسط أي مرحلة الثانوية، وفي نفس السياق فإن كل من (March . Barnes . Caimes et al 1984) بدراسة نسبة مفهوم الذات لتلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية وقد توصلوا أن إدراك الذات عند تلاميذ المرحلة المتوسطة فارقي ولكن بدرجات أقل منه عند الثانوية⁴¹ . ويمكن إرجاع الاختلاف في أبعاد المقياس الدرجة الكلية للمقياس بين الفئات العمرية [10-12] ، [12-14] ، [14-16] من جهة والتي تمثل مرحلة التعليم المتوسط وبين الفئة العمرية [16-20] والتي تمثل مرحلة التعليم الثانوي . من جهة أخرى أولى إلى صيغة البنية التكوينية لمفهوم الذات في كل مرحلة حيث يكون ذو بنية غير هرمية وغير متعددة الجوانب في المرحلة المتوسطة وذو بنية هرمية متعددة الجوانب في المرحلة الثانوية كما هناك عامل ثاني ورئيسي وهو خاص بمفهوم الذات الفارقي (Différenciées) حيث تزداد هذه الخاصية مع التقدم في العمر وهي عند الفئة العمرية [16-20] أكبر من الفئات العمرية [10-16] مما يفسر الاختلاف بين هذه الفئات من جهة والفئة [16-20] من جهة أخرى .

2-10 نتائج الفرضية الثانية :

1. توجد فروق ذات دلالات إحصائية في مفهوم الذات العام تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور بالمقارنة مع الإناث .
2. توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات للمداومة تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور بالمقارنة مع الإناث
3. توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور بالمقارنة مع الإناث .

3. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية بين الفئات العمرية التالية: [10، 12] و [12، 14] من جهة وبين [16، 14] و [16، 20] من جهة أخرى .
بعد مفهوم الذات للقوة البدنية :

1. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 في بعد مفهوم الذات للقوة البدنية لصالح الفئة العمرية [10، 12] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16، 20]
2. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 في بعد مفهوم الذات للقوة البدنية لصالح الفئة العمرية [12، 14] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16، 20]
3. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 في بعد مفهوم الذات للقوة البدنية لصالح الفئة العمرية [14، 16] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16، 20]
4. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات للقوة البدنية بين الفئات العمرية التالية: [10، 12] ، [12، 14] ، [16، 14] .

. الدرجة الكلية للمقياس :

1. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 في الدرجة الكلية للمقياس لصالح الفئة العمرية [10، 12] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16، 20] .
2. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى 0.01 في الدرجة الكلية للمقياس لصالح الفئة العمرية [12، 14] بالمقارنة مع الفئة العمرية [16، 20] .

لا توجد فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية للمقياس بين الفئات العمرية التالية: [10، 12] و [12-14] من جهة وبين [14-16] و [16، 20] من جهة أخرى
1-2 مناقشة نتائج الفرضية الأولى : تشير نتائج الفرضية الأولى بصفة عامة إلى عدم وجود فروق بين الفئات العمرية [10، 12] ، [12، 14] ، [14، 16] حيث تمثل هذه الفئات مرحلة بداية المراهقة ومرحلة المراهقة المتوسطة، وحسب كل من (March 1989) March et Crven 1997 اللذان اعتبرا أن تأثيرات السن قليلة في هذه المرحلة رغم انتظامها، حيث لاحظ أن مفهوم الذات له نزعة نحو التطور والنمو خلال جميع المراحل التي تسبق مرحلة المراهقة والسنوات الأولى للرشد، حيث قام مارش March 1989 بوضع مخطط عام لتطور مفهوم الذات بدلالات السن، وقد اعتبر أن هذا الاتجاه في تعبير مستوى مفهوم الذات قبل المراهقة وبعدها يتخلله مرحلة التوازن والثبات خلال مرحلة المراهقة عند الذكور والإناث، وقد دعم هذا الاقتراح بنتائج البحوث الخاصة به على نمو استمارة وصف الذات (SDP) واستمارة وصف الذات البدنية (PSDQ) التي جاءت لتؤكد ما اقترحه من تطور لمفهوم الذات بدلالات السن³⁹ .

ويمكن تفسير الفرق في أبعاد المقياس بين الفئات العمرية [10-12] ، [12-14] ، [14-16] من جهة والفئة العمرية [16-20] والتي تقابل مرحلة المراهقة المتأخرة وبداية الرشد بالاعتماد على ما ذهب إليه March من أن أبعاد مفهوم الذات يزيد مستواها وتتطور خلال المرحلة التي تسبق المراهقة والمرحلة التي تليها في حين تتميز بنوع من الثبات والتوازن خلال مرحلة المراهقة . وبحسب (Karpalhan et Wigfied 1991) فإن مفهوم الذات بأبعاده يتجه من حركة تطويرية عامة قبل المراهقة إلى بنية غير هرمية خلال المراهقة ليصبح ذو بنية هرمية بعد المراهقة

الخاصة للمفهوم الذات وإدراك الذات الكلية، وقد توافقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من Asiç et al 2005 . وكل من boyd nd hrycaiko 1997 و Hagger et al 2005، Harter1978, jakson and march1986. maino et al 2004 و Weiss and berdemier 1983 والتي أهرت أن الذكور أعلى مستوى في أدراك الذات البدنية والكفاءة الرياضية من الإناث⁴⁸

من خلال نتائج الدراسة السابقة والدراسة الحالية يمكن تفسير هذه الفروق في أبعاد مفهوم الذات الخاصة بالجانب الجسمي بين الذكور والإناث أو إلى السياق الثقالي أو الاجتماعي للمجتمع الذي يعتبر أو يعتمد على مسلمة قوة الذكور على الإناث في الجانب البدني والرياضي من جهة بالإضافة إلى انخفاض القدرات البدنية للإناث مع التقدم في السن⁴⁹. كما يمكن تفسير الفرق الدال لصالح الإناث في بعد المظهر البدني الخارجي إلى القيمة الكبيرة المعطاة للجسد من طرف الإناث بالمقارنة مع الذكور، وبحسب Rosenberg 1979 الأهمية التي يعطيها الفرد إلى جانب خاص يحدد درجة الأهمية التي تحدد درجة التأثير في النتائج من عدمها فمثل إدراك النقص في كفاءة مهارات البدنية لا يمكن ان يكون لها تأثير سالب على تقدير الذات العام للتلاميذ إذا كانوا لا يعتبرون الكفاءة البدنية كجانب مهم⁵⁰، كما يمكن تفسير الاختلاف في أبعاد الكفاءة والقوة البدنية لصالح الذكور بالمقارنة مع الإناث بالوقت الذي يقضيه الذكور في ممارسة الأنشطة البدنية أكبر من الإناث وبالتالي يزداد إدراكهم لأبعاد البدنية بزيادة المواقف والخبرات الحركية والمهارية .

10-3 نتائج الفرضية الثالثة

- بعد مفهوم الذات العام :

1. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات العام تبعا لنوع الرياضة وهذا بين ممارسي كل من رياضة الجيدو وكرة الطائرة وكرة القدم وألعاب القوى .

- بعد إدراك قيمة الذات البدنية :

1. لا توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد إدراك قيمة الذات البدنية تبعا لنوع الرياضة.

- بعد مفهوم الذات للمداومة :

1. توجد فروق ذات دلالات إحصائية عند مستوى دلالات 0.02 في بعد مفهوم الذات للمداومة لصالح ممارسي رياضة الجيدو بالمقارنة مع ممارسي كرة القدم .

2. لا توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد مفهوم الذات للمداومة بين ممارسي كرة القدم وكرة الطائرة .

3. لا توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد مفهوم الذات للمداومة بين ممارسي رياضة الجيدو وألعاب القوى .

- بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية :

لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية تبعا لنوع الرياضة وهذا بين كل من الجيدو، ألعاب القوى، كرة القدم، كرة الطائرة .

- بعد مفهوم الذات للمظهر البدني :

1. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد مفهوم الذات للمظهر البدني تبعا لنوع الرياضة وهذا بين الاختصاصات المدروسة .

- بعد مفهوم الذات للقوة البدنية :

1. لا توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد مفهوم الذات

4. توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد مفهوم الذات للمظهر البدني تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث بالمقارنة مع الذكور .

5. توجد فروق ذات دلالات إحصائية في بعد مفهوم الذات للقوة البدنية تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور بالمقارنة مع الإناث .

6. لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد إدراك قيمة الذات البدنية تبعا لمتغير الجنس .

7. لا توجد فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس إدراك الذات البدنية تبعا لمتغير الجنس

10-2-1 مناقشة نتائج الفرضية الثانية : نلاحظ من خلال نتائج الفرضية الثانية عدم وجود فروق في مفهوم الذات العام

وبعد إدراك قيمة الذات البدنية تبعا لمتغير الجنس مع العلم أن هذين البعدين حسب نموذج الدراسة والمقياس المعد وفقا له يأتي في أعلى الهرم (القيمة) بينما نلاح أنه كلما اتجهنا إلى أسفل الهرم أو القاعدة كانت هناك فروق في الأبعاد تبعا

لمتغير الجنس، مع العلم أن نتائج الدراسات الأولية حول هذا المتغير كانت متناقضة حيث قام Wylie 1968 بتلخيص نتائج الدراسات التي أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية وقد

توصل إلى أن الإناث الذين تتراوح أعمارهم بين 8 - 13 سنة لهم مفهوم ذات اكبر وايجابي بالمقارنة مع الذكور بالمقابل

أظهرت بحوث في استراليا أن الذكور لهم مفهوم ذات ايجابي أكبر من الإناث (Connell et al 1975.- smilh 1978) وقد قام كل من (March et collaboration) بدراسة واسعة من

اجل هذا التناقض في نتائج الدراسات وهذا باستعمال استمارة وصف الذات والذات البدنية (PSDQ)، (S D Q) وقد توصل إلى انه فروق كبيرة ودالة في مفهوم الذات تبعا لمتغير العمر

باختلاف المستويات⁴² (حسب النموذج الهرمي المتعدد) الجوانب . وقد أظهرت نتائج دراستنا الحالية وجود فروق في مفهوم الذات

للقوة البدنية والكفاءة الرياضية والمداومة، لصالح الذكور بالمقارنة مع الإناث، وقد جاءت هذه النتائج متوافقة مع نتائج دراسة (March)، الذي توصل إلى أن الذكور لهم مفهوم ذات مرتفع فيما يتعلق بالمهارات البدنية بالمقارنة مع الإناث، في

حين أن الإناث لهم مفهوم ذات للمظهر البدني مرتفع⁴³، هذا وقد أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق دالة لصالح الإناث بالمقارنة مع الذكور في بعد مفهوم الذات للمظهر البدني .

كما جاءت نتائج دراسة⁴⁴ (Juan Moreno 2007) (الذي توصل إلى وجود فروق دالة إحصائية في كل من مفهوم الذات للكفاءة

البدنية والمظهر البدني والقوة البدنية حيث أن الذكور لهم مفهوم ذات للقوة البدنية والكفاءة الرياضية أكبر من الإناث في حين كان مفهوم الذات للمظهر البدني عند الإناث أكبر منه عند الذكور⁴⁵، كما جاءت نتائج دراسة كل من (Gregory.J. bob ek 2005) لتؤكد نتائج دراستنا الحالية

حيث توصلوا إلى وجود فروق دالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور في مفهوم الذات للكفاءة الرياضية والقوة البدنية وتقدير الذات العام، فيما لم تكن هناك فروق في مفهوم الذات للمظهر البدني لصالح الذكور⁴⁶، كما توصلت نتائج

الدراسة (Moreno, Cervell E 2005) إلى وجود فروق كبيرة تبعا لمتغير الجنس في بعد مفهوم الذات للكفاءة الرياضية والحالة البدنية والقوة البدنية والمظهر البدني وهذا عند مستوى 0.01⁴⁷، كما أن الدراسة التي قام بها EKLUND et al 1997 كشفت أن هناك فرق بين الذكور والإناث في الأبعاد

لمعرفة كيفية ومراحل تطور مفهوم الذات العام والبدنية عند المراهقين وتأثير كل من حجم المشاركة (عدد مرات الممارسة في الأسبوع) في الأنشطة البدنية والرياضية وهذا قصد معرفة أو الإجابة عن التساؤل التالي:

• هل الحجم الساعي المخصص للتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التعليمية كافي لتلبية حاجيات المراهق الحركية والنفسية؟

• هل هناك فروق مفهوم الذات العام والبدنية بين الممارسين لحصة التربية البدنية والرياضية والغير ممارسين (المعفين)؟

• هل هناك فروق مفهوم الذات العام والبدنية بين الممارسين لحصة التربية البدنية فقط (مرة في الأسبوع) من جهة و الممارسين للرياضة الخارجية على مستوى الأندية الرياضية (أكثر من مرتين في الأسبوع)؟

المراجع

- 1 - قحطان أحمد الظاهر، مفهوم الذات بين النظري والتطبيقي، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، 2004. ص 29
- 2- نفسه، ص 21.
- 3- غنيم سيد محمد، سيكولوجيا الشخصية محددها، قياسها، نظرياتها، دار النهضة العربية، القاهرة، 1975. ص 274.
- 4 - قحطان أحمد قحطان، المرجع السابق، ص 26، 27.
- 5 -إشراح محمد دسوي، التحصيل الدراسي وعلاقته بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي، مجلد علم النفس، عدد 20، أكتوبر نوفمبر ديسمبر، 1991. ص 63
- 6 -محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 1998. ص 131.
- 7 -محمد حسن علاوي، المرجع السابق. ص 132.
- 8 - Anne. P . Jenny. Z. Monic.C - 2006. *General self concept and life satisfaction for boys with differing levels of physical coordination : the role of goal orientation and leisure participation*. Human movement science 25-(2006) . pp-839.860.
- 9 - Jean Pierre Famose, Florence Guerrin. *La connaissance de soi en psychologie de l'éducation physique et sportive*. Edition Armand Colin, 2004, p.44.
- 10 - محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مرجع سابق، ص 154.
- 11 - Mussen, PH and JONES M (1957). *Self conception, motivation and Interpersonal attitude of late early maturing boys*. child développement 28 pp 243- 256
- 12 - محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية والمهارية، مرجع سابق، ص 131
- 13- Anne Apoulser, Jenny Zivan, op cit, P: 851
- 14- ibid, p 849- 14-
- 15- JUN, A, Moreno M, *physical self concept of Spanish school children : different by gender, sport practice and levels of involvement*. Op. cit, p. 9.
16. Gregory. J. Bob EK. *Validation of the children and youth physical self perceptions profile for young children*, Psychologies of sport et exercise - 6-(25)200565-51-. p:57.
- 17- Jean Pierre Famose, Florence Guerrin, op.cit, p. 44- 18 Juan, -,17

للقوة البدنية تبعا لنوع الرياضة وهذا بين كل من ممارسي رياضة الجيدو وكرة القدم كرة الطائرة وألعاب القوى.

1. لا توجد فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس إدراك الذات البدنية PSSP تبعا لنوع الرياضة وهذا بين الاختصاصات التالية: الجيدو، كرة القدم، كرة الطائرة، ألعاب القوى.

1-3-10 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة : نلاحظ من نتائج الفرضية الثالثة عدم وجود فروق ذات دلالات إحصائية في جميع أبعاد المقياس تبعا لنوع الرياضة أو الاختصاص وهذا بالمقارنة مع المجموعات التجريبية الأربعة (الجيدو، كرة القدم، كرة الطائرة وألعاب القوى) ما عدا مفهوم الذات للمداومة حيث كان مرتفعا عند ممارسي رياضة الجيدو وبالمقارنة مع كرة القدم، ويمكن أن نفسر عدم وجود الفروق في أبعاد المقياس تبعا لنوع الرياضة التي جاءت نتائجها متوافقة مع نتائج دراسة كل من (Lurie .P, Ken.H Xioli J 2003) حيث قاموا بدراسة مدى العلاقة بين مفهوم الذات عند تلاميذ المرحلة المتوسطة (10 - 12) ستة ونوع برنامج التربية البدنية وهذا باقتراح عدة برامج ذات محتوى يختلف (أنشطة رياضية مختلفة) على 12 مدرسة وقد جاءت النتائج لتظهر عدم وجود فروق ذات دلالات إحصائية في أبعاد مفهوم الذات تبعا لنوع البرنامج الرياضي⁵¹.

ويمكن تفسير عدم وجود فروق بالرجوع إلى الجدول رقم (13) حيث نلاحظ أن المتوسطات الحسابية لأبعاد المقياس في الاختصاصات المدروسة كلها تفوق الدرجة المتوسطة والمقدرة ب:3، حيث نلاحظ بغض النظر عن الفروق بين الاختصاصات أن أغلب المتوسطات كانت في درجة مرتفعة نسبيا والمرتفعة جدا وهذا معناه أن ممارسة الرياضة اللاصفية أو الخارجية مهما كان نوعها (جماعية أو فردية) تساهم برفع مستوى مفهوم الذات بأبعاده إلى حدوده القصوى، حيث يصبح كل ممارس مهما كان نوع رياضته له درجة من أدراك مفهوم الذات العام والبدني مرتفعة، وهذا ما يفسر بلوغ متوسط مفهوم

الذات عند جميع الرياضات وفي كل أبعاد المقياس المستوى مرتفع نسبيا والمرتفع جدا كما يفسر عدم وجود فروق في أبعاد المقياس تبعا لنوع الرياضة وهذا باقتراب مستويات أبعاد المقياس عند جميع الاختصاصات من الدرجة الثانية

خلاصة

أظهرت نتائج الدراسة الحالية بصفة عامة وجود فروق دالة في مفهوم الذات العام والبدنية عند التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية في أغلب أبعاد المقياس وهذا تبعا لكل من السن والجنس، في حين لم تكن هناك فروق دالة تبعا لنوع الرياضة فيما عد بعد المداومة، والجدير بالذكر أن مفهوم الذات العام وخاصة البدنية ذو صبغة تطورية ودينامكية خاصة في مرحلة المراهقة التي تتميز بتمركز تفكير واهتمامات المراهق حول جسمه ومظهرة البدني و باعتبار الجانب البدني هو الموضوع المباشر للرياضة فان تأثير هذه الأخيرة على مفهوم الذات بصفة عامة ومفهوم الذات البدنية بصفة خاصة كبيرا جدا لذا فإنه يمكن تدعيم هذه الدراسة بدراسات أخرى طولية

- 34- محمد الطاهر محمودي، المرجع السابق، ص 161.
- 35- محمد نصر الدين روان : الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، ط1، دار الفكر العربي، 2003، ص 342.
- 36- محمد حساني صبحي، القياس والتقويم في التربية البدنية، ج1، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 1995. ص 192.
- 37- نفسه، ص 183.
- 38- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان، القياس في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2، القاهرة، 1998، ص 350.
- 39- Jean-Pierre Famose, Florence, Op. cit., p. 93.
- 40- Jean-pierre Famose, Florence, Op. cit., p. 39.
- 41- Jean-pierre Famose, Florence, Op. cit., p. 40.
- 42- Jean-pierre Famose, Florence, Op. cit. p. 92.
- 43- Ibid., p: 92.
- 44- Jun, A. Moreno, M. *Physical self concept of Spanish school children* : different by gender, sport practice and levels of involvement. Op.cit, p.9.
- 45- Ibid ; p: 09
- 46- Gregory, J, Bob EK. vldition of the children and youth physical self perceptions profile for young children, op .cit. p:57.
- 47- Juan, Moreno. Eduardo, Cervello. 2005. physical self perception in Spanish adolescent effects of gender and involent in physical activity, op. cit , p:291311-
- 48- Moreno. Cervello. Vera. Ruiz .2007. physical self conception in Spanish school children: Difference by gender sport practice and level of sport involvement. Op. cit , p:11
- 49- Jean-pierre Famose, Florence, Op. cit. ,p: 92 ,93.
- 50- Jean-pierre Famose, Florence, Op. cit, p:98
- 51- Xiaoli.J., Ken, H.Laurie, P -2003 – Children's self conception relation to the quality of school physical education programs.Op .cit. p : 4 - 8 .
- Moreno. Eduardo, Cervello. 2005. *Physical self perception in Spanish adolescent effects of gender and insolvent in physical activity*, journal of human movement studies - 48 op. p.291- 311
- Moreno. Cervello. Vera. Ruiz .2007. *physical self conception 19 * in Spanish school children: Difference by gender sport practice and level of sport involvement*. journal of education and human development ; volume 1, issue 2. pp 1 -16, p:11- 20
- Xiaoli, J. Ken, H.Laurie P -2003 – *Children's self conception relation to the quality of school physical education programs* , AZARE AARE. p 4- 8 .=21- 13--1
- بكل من نضهوم الذات والتوافق النفسي، مجلة علم النفس، العدد 20 أكتوبر ديسمبر، 1991، ص 65
- 22- أحمد الطاهر قحطان، مرجع سابق، ص 44,43
- 23- تركي رابع، أصول التربية والتعليم، الجزائر : ديوان المطبوعات الجامعية 1962، ص 242.
- 24- Juan, Moreno. Eduardo, Cervello. 2005. *Physical self perception in Spanish adolescent effects of gender and involent in physical activity*. Journal of human movement studies-48. pp 291- 311
- 25- Moreno. Cervello. Vera. Ruiz. 2007 . *Physical self conception of Spanish school children* : Difference by gender sport practice and level of sport involvement. Journal of education and human development ; volume 1, issue 2 .pp 1 - 16.
- 26- Cynhia n Stein and all .2007 – *Adolescent physical activity and perceived competence*. Dose change in activity level impact self perception. Journal of adolescent health.40- pp 462470-
- 27- Xiao I, J. Ken, H.Laurie, P -2003 – *Children's self conception relation to the quality of school physical education programs*. AZARE AARE .pp -113-
- 28- Alfredo Goni , luis.M.Zulaika, *L'éducation physique et sportif à l'école et l'amélioration du concept de soi*, édition : boeck université, carin, staps 20013- n° 56, p. 75 -92.
- 29-Julien Chanal, *La formation du concept de soi en éducation physique et sportive* ; les différents antécédents et le rôle des visions de soi, thèse doctorale, l'université de JOSEF FOURIER, France , 2005.. p. 81 - 91
- 30- Jean pierre Famose, Florence Guérin, op. cit , p 52
- 31-Juan, Moreno. Eduardo, Cervello. Op. cit,p.5.
- 32- Jean pierre Famose, Florence Guérin, op. cit , p 52
- 33- ibid, p 53.