

تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي  
لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي  
[imanshaab@gmail.com](mailto:imanshaab@gmail.com) [alaa.let.33@gmail.com](mailto:alaa.let.33@gmail.com)  
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية

ملخص البحث

تتلخص مشكلة البحث في عدم وجود فهم صحيح لأهمية مفهوم الذات الجسمية لدى مدرسي التربية البدنية وبالتالي يسبب انخفاض مستوى الأداء الوظيفي دون المستوى المطلوب نتيجة لعدم وجود برامج ترويجية (نفس\_حركية) مما يتسبب بقلّة النشاط البدني لديهم ، لذا قام الباحثان بإعداد برنامج ترويجي نفس\_حركي لمدرسي التربية البدنية يتضمن استخدام العديد من الوسائل والألعاب الترويجية والتي تؤدي الى زيادة المعرفة بمفهوم الذات الجسمية لديهم وكذلك تساعدهم في زيادة نشاطهم وقدراتهم البدنية وبالتالي يتحسن مستوى أدائهم الوظيفي . اما أهداف البحث فكانت: إعداد برنامج ترويجي(نفس\_حركي) لمدرسي التربية البدنية وكذلك إعداد مقاييس لكل من (مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي) لمدرسي التربية البدنية. و التعرف على تأثير البرنامج الترويجي (النفس\_حركي) المعد في الذات الجسمية. فيما تضمنت فرضيات البحث: هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات ( القبلية والبعديّة ) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية. وكذلك هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات ( القبلية والبعديّة ) في الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية. اما الفصل الثاني فقد تناول الباحثان فيه العديد من الدراسات النظرية التي تخص موضوع البحث وكذلك الدراسات المشابهة. فيما تضمن الفصل الثالث مجتمع البحث البالغ (87 مدرس) وعينته البالغة (27) مدرس للتجربة الاستطلاعية والرئيسية. كما احتوى الفصل الثالث على تجانس العينة والوسائل والأدوات المستخدمة في البحث، وتم عرض الاختبارات المستخدمة في البحث بشكلها التفصيلي، وكذلك تم عرض التجربة الاستطلاعية والاختبارات القبلية والتجربة الرئيسية وتفصيلها وصولاً الى الاختبارات البعدية والوسائل الاحصائية المستخدمة في البحث. أما الفصل الرابع فقد احتوى على عرض النتائج التي ظهرت من خلال استخدام الوسائل الإحصائية ومعالجة البيانات الخام التي تم الحصول عليها من الاختبارات ، كما تم عرض وتحليل النتائج ومناقشتها. استنتج الباحثان في الباب الخامس عدة استنتاجات منها: إنّ البرنامج الترويجي(نفس\_حركي) عمل على تطوير مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لدى مدرسي التربية البدنية. كما أوصى الباحثان بعدة توصيات نذكر منها: اعتماد البرنامج الترويجي (نفس\_حركي) المعد من قبل الباحث على عينات أخرى من مدرسي التربية البدنية ومن مناطق ومحافظات أخرى.

تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري  
م.م علاء هادي علي

الفصل الأول / الإطار العام للبحث

مشكلة البحث :

- 1- عدم وجود فهم صحيح لأهمية مفهوم الذات الجسمية لدى مدرسي التربية البدنية .
- 2- انخفاض مستوى الأداء الوظيفي دون المستوى المطلوب .
- 3- العلاقة بين الأداء الوظيفي ومفهوم الذات الجسمية سلبية وتحتاج الى الاهتمام .
- 4- عدم وجود فهم برامج ترويجية نفس\_حركية يمكن أن تساعد مدرسي التربية البدنية في السيطرة على المتغيرات النفسية وتجعل لديهم اتجاهات ايجابية نحو مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي.

3- أهداف البحث :

- 1- إعداد برنامج ترويجي نفس\_حركي لمدرسي التربية البدنية في قضاء الصويرة/ محافظة واسط.
- 2- إعداد مقياس مفهوم الذات الجسمية لمدرسي التربية البدنية في قضاء محافظة واسط /قضاء الصويرة .
- 3- إعداد مقياس الأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية في محافظة واسط / قضاء الصويرة.
- 4- التعرف على تأثير البرنامج الترويجي نفس\_حركي في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية في محافظة واسط / قضاء الصويرة .

4.1- فرضيات البحث :

- 1- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية و الاختبارات البعدية في مفهوم الذات الجسمية لعينة البحث .
- 2- هنالك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والاختبارات البعدية في مفهوم الأداء الوظيفي لعينة البحث .

5.1- مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : مدرسوا التربية البدنية ومدراء مدارسهم في محافظة واسط / قضاء الصويرة .
- 2-5-1 المجال الزمني : للفترة من 2018/12/17 ولغاية 2019/6/12
- 3-5-1 المجال المكاني :ملعب خماسي كرة القدم في قضاء الصويرة /محافظة واسط .

الفصل الثاني / الاطار النظري

1.2 الدراسات النظرية

2- 1 – 1 الترويج الرياضي

يعد الترويج مظهر من مظاهر النشاط الإنساني وله دور هام في تحقيق التوازن بين العمل والراحة من عنائه، وله إسهاماته في تحقيق السعادة للإنسان ويمكن القول بأنه رد فعل عاطفي تجاه نشاط يمارسه الفرد بدافع من نفسه يهدف إلى السعادة الشخصية ، ويتم أثناء وقت الفراغ ، وتعد تلك الأنشطة التي توفر مجال التعبير والانطلاق الوجداني المبتكر وتنقق ورغبات الفرد ، ويميزها سمو الهدف وتتوفر فيها حرية الاختيار، وتشير الجمعية الأميركية للصحة والتربية البدنية والترويج (AAHPER) الى اسهامات الترويج في الحياة العصرية ، في النقاط التالية :

- تحقيق الحاجات الانسانية للتعبير الخلاق عن الذات.

- تطوير الصحة البدنية والصحة الانفعالية والصحة العقلية للفرد.

# تأثير برنامج ترويجي (نفس حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

- التحرر من الضغوط والتوتر العصبي المصاحب للحياة العصرية<sup>(1)</sup>.  
ويعرف الترويج : " بأنه مجموعة من النشاطات تسهم في توفير الراحة للفرد من عناء العمل، كما توفر له سبل استعادة حيويته"<sup>(2)</sup>

## 2-1-2 البرنامج النفسي :

إن البرامج النفسية التي يتم إعدادها وتنظيمها على وفق اسس علمية هي إحدى الوسائل التي تحدد المسببات التي تقود الى حل المشكلات النفسية والتي تعتمد فيها عمليات تربوية نفسية تسعى الى التحسن في كافة المجالات ورفع القدرات ومعالجة المشكلات والعقبات التي تواجه الافراد ، ولهذا يعد الجانب النفسي أحد الركائز المهمة والأساسية في عملية إعداد البرامج النفسية لأعداد الرياضيين أعدادا متكاملًا من جميع النواحي .

ويعرف البرنامج النفسي " بأنه عبارة عن مجموعة الإجراءات التي تهدف الى إيصال الرياضي الى تحديد العوامل التي تمكنه من الازدهار وتحسين ادائه"<sup>(3)</sup>.

## 2-1-3 البرنامج الحركي :

تأول العديد من العلماء مفهوم البرنامج الحركي اذ عرفه شميت Schmidt البرنامج الحركي "انه مجموعة من التكوينات المسبقة للأوامر الحركية الفا وكاما Alpha and Gama Motor cammands والتي ينتج عنها حركات موجهة إلى اهداف محددة نتيجة لإثارته ولا تتأثر بالتغذية الراجعة الطرفية أو عائد المعلومات حتى لو استهدفت التغذية الراجعة أو عائد المعلومات تغيير الهدف " <sup>(4)</sup> ، وعرفه وجيه محجوب " بأنه عبارة عن مجموعة من الأوامر العصبية العضلية والمبرمجة سلفًا والقادرة على تنفيذ الحركة دون الحاجة إلى التغذية الراجعة " <sup>(1)</sup>.

ويعرفه الباحثان على انه مجموعة من المعلومات التي يمكن ان يجمعها الإنسان ويربطها على شكل تكوينات في الذاكرة بان يخزنها ويسترجعها متى أراد .

## 2-1-4 مفهوم الذات الجسمية :

تعد الذات الجسمية مركز شخصية الفرد ، وهي ذلك الكل الذي تتكون مدخلاته من فكرة الفرد عن نفسه ، ومخرجاته السلوك الظاهر ، إذ يعبر الفرد عن ذاته في كل قول أو سلوك يصدر عنه ، فيها يبدأ الفرد عند تعريفه بنفسه ، فيقول مثلًا أنا فلان ، وأنا سعيد ، وأنا حزين ، وأنا كذا وكذا وكذا ... ، كما يدرك الآخرون ذات الفرد من خلال ما يقوم به من سلوك ، فيقولون مثلًا إن فلان إنسان ذو فاعلية اجتماعية ، أو أدائه للعمل جيد ، وكذا وكذا ...، إذ تنعكس نظرة الآخرين هذه على مفهوم الفرد لذاته ، لذا أصبح من الضروري على الفرد أن يفهم ذاته حتى يستطيع أن يعبر عنها ، ويعدل سلوكه بناءً على فهمه لها ، وحتى يستطيع الآخرون إدراكها وفهمها ، ومن الأهمية الملحة أن يطور الفرد مفهومًا إيجابيًا عن ذاته ، فمفهوم الذات الجسمية ينعكس على احترام الفرد لذاته وتقديرها ، ومن ثم تحقيقها ،

(1) محمد محمد الحمادي، عايدة عبد العزيز مصطفى: الترويج بين النظرية والتطبيق، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة: 1998.

(2) تهاني عبد السلام: أسس الترويج والتربية الترويجية، القاهرة: دار المعارف، 1992، ص 18.

(3) ابراهيم محمد الخلفي : الإرشاد النفسي كمدخل لتحقيق جودة الحياة من منظور التعامل مع الذات، مجلة كلية التربية ببها ، 2000 ، ص 158.

(4) محمد عثمان: التعلم الحركي والتدريب الرياضي، الكويت : دار القلم ، 1987 ، ص 59.

(1) وجيه محجوب: التعلم والتعليم والبرامج الحركية، عمان : الشروق ، 2002، ص 15.

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

كما ينعكس على سلوكه أما بالسلب أو الإيجاب ، وينعكس على درجة تمتع الفرد بالجوانب النفسية الايجابية (2)

وفي مجال التربية الرياضية يعد مفهوم الذات الجسمية تعبيراً عن مدى تقدير الرياضي وتوقعاته عن قدراته الكامنة من خلال مجموعة من السمات والصور والأحاسيس التي يعتبرها الرياضي كجزء منه متأثر بالمحيط، وهو منظم بطريقة متماسكة نوعاً ما ويعرفه (محمد يحيوي) أن مفهوم الذات هو ذلك المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائناتاً بيولوجياً اجتماعياً، أي اعتباره مصدراً للتأثير، (3) ويعد مفهوم الذات بناءً مهماً في اغلب النظريات الحديثة وهو متغير له تأثير في فهم السلوك لذاته وتقديره لنقاط ضعفه وقوته بما يخدم تعزيز وتطوير شخصيته وثقته بنفسه، ويأتي ذلك نتيجة التدريب المبرمج المبني على أسس علمية معززة بالاختبارات الدورية التي تمكن الرياضي من الوقوف على حقيقة مستواه بما لديه من تصورات عن قدراته البدنية من سرعة وقوة ومرونة والعمل على تنميتها وكونها تعد إحدى المحاور الرئيسية لتعليم المهارات الرياضية والألعاب كافة (4) إجرائياً يعرف الباحث مفهوم الذات الجسمية : هي مدى معرفة مدرس التربية الرياضية لقدراته وإمكاناته الرياضية والجسمية الكامنة من خلال فهمه الايجابي لذاته وتقديره لنقاط قوته وضعفه من أجل تطوير شخصيته وثقته بنفسه .

## 2-1-6 الأداء الوظيفي :

يتزايد الاهتمام في الوقت الحاضر بموضوع الأداء، وبمدى فاعلية وكفاءة المنظمات في تأدية وظائفها، وتحقيق الأهداف التي أنشئت من أجلها ، وان ما يشهده العالم هذه الأيام من تنافس واهتمام بموضوع الأداء، كل ذلك يتطلب التركيز على العنصر البشري لتحقيق أهدافها من خلال فاعلية استخدام الموارد واستغلال الفرص المتاحة والطاقات المتوفرة، كل هذه الدوافع تتطلب رفع مستوى الأداء البشري والأداء المؤسسي من أجل تقديم الخدمات بسرعة وجودة عالية وإن الأداء المؤسسي يعتمد بصورة أساسية على مستوى أداء الأفراد المكونين للمؤسسة التربوية أو غيرها من المؤسسات الأخرى. (1)

إن نجاح أية مؤسسة تربوية مرتبط بأداء الموظفين العاملين فيها، لذلك ازداد الاهتمام بموضوع الأداء لأهميته الكبيرة بالنسبة للأفراد والمنظمات على حد سواء، فالمؤسسات تسعى دائماً إلى الارتقاء بأداء العاملين فيها من خلال تدريبهم وتحفيزهم باستمرار للوصول إلى أهدافها و حسب معايير الأداء المحددة و التي يمكن أن تكون كمية أو نوعية الجهد المبذول ونمط الأداء، وبهذا تعد الوظيفة هي اللبنة الأساسية في بناء أي جهاز إداري وهي التي يتكون منها الهيكل التنظيمي لمختلف قطاعات العمل لأي مؤسسة ، وفي نفس الوقت فإن الرغبة والمقدرة في العمل يتفاعلان معاً في تحديد مستوى الأداء ، إذ إن هنالك علاقة تبادلية بين الرغبة والمقدرة في العمل على مستوى الأداء (2)

(2) مهند عبد سليم عبد العلي : مفهوم الذات واثربعض المتغيرات الديموغرافية وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية في محافظتي جنين ونابلس ، جامعة النجاح الوطنية ، كلية الدراسات العليا ، رسالة ماجستير ، 2003، ص 28.

(3) محمد يحيوي :تقدير الذات عند استاذ التربية البدنية، الجزائر : 2001، ص 59-60.

(4) سيد محمد غنيم : النمو النفسي من الطفل الى الراشد ، الكويت : مجلة عالم الفكر وزارة الاعلام ، المجلة السابعة ، 1976، ص 91 .

(1) محمد سليمان البلوي : التمكين الإداري وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى معلمي المدارس الحكومية في محافظة الوجه-المملكة العربية السعودية من وجهة نظرهم ، جامعة مؤتة: رسالة ماجستير ، 2008، ص 27.

(2) علي السليمي : ادارة السلوك التنظيمي ، القاهرة : دار غريب ، 2004، ص 27.

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

## 2-6-1-1 مفهوم الأداء الوظيفي :

يعد مفهوم الأداء الوظيفي من المفاهيم التي أثارت جدلاً ونقاشاً واسعاً بين الباحثين، وذلك لأنها حظيت باهتمام كثير من الباحثين في تخصصات مختلفة مما أدى على اختلافهم في وضع تعريف محدد له، فقد عُرف الأداء " بأنه بلوغ الفرد أو فريق العمل أو المؤسسة للأهداف المخططة بكفاءة وفاعلية، وعُرف كذلك بأنه القيام بأعباء الوظيفة ومسؤولياتها وواجباتها وفقاً للمعدل المفروض أدائه للعامل الكفاء المتدرب".<sup>(3)</sup> ويعرف الأداء الوظيفي بأنه "الأثر الصافي لجهود الفرد التي تبدأ بالقدرات وإدراك الدور أو المهام الذي يشير إلى درجة تحقيق وإتمام المهام المكونة لوظيفة الفرد".<sup>(4)</sup>

## 2-6-1-2 عناصر الأداء الوظيفي :<sup>(5)</sup>

- 1- المعرفة بمتطلبات الوظيفة : وتشمل المعارف العامة والمهارات الفنية والمهنية والخلفية العامة عن الوظيفة والمجالات المرتبطة بها .
- 2- نوعية العمل : وتتمثل في مدى ما يدركه الفرد عن عمله الذي يقوم به وما يمتلكه من رغبة ومهارات فنية وبراعة وقدرة على التنظيم وتنفيذ العمل دون الوقوع في الأخطاء .
- 3- كمية العمل المنجز : أي مقدار العمل الذي يستطيع الموظف انجازه في الظروف العادية للعمل ، ومقدار سرعة الانجاز .
- 4- المثابرة والثوق : وتشمل الجدية والتفاني في العمل ، وقدرة الموظف على تحمل المسؤولية وانجاز الأعمال في أوقاتها المحددة .
- 5- كفايات الموظف : تعني ما لدى الموظف من مهارات واتجاهات وقيم ، وهي تمثل خصائصه الأساسية التي تنتج اداءً فعالاً يقوم به ذلك الموظف .
- 6- متطلبات العمل الوظيفية : وتتمثل بالمهام والمسؤوليات والأدوار والمهارات والخبرات التي تتطلبها أي وظيفة .
- 7- بيئة التنظيم : وتتكون من عوامل داخلية وخارجية .

## الفصل الثالث

### 3- منهج البحث وإجراءات الميدانية :

#### 3.1 منهج البحث :

تستخدم في البحث العلمي مناهج عدة ، إذ أن لكل بحث منهج خاص به يتبع لحل مشكلته ولما كان المنهج يعني، "إتباع خطوات منطقية معينة في تناول المشكلات أو الظواهر أو معالجة القضايا العلمية للوصول إلى اكتشاف الحقيقة،" <sup>(1)</sup> فإن هذا يعني أن لكل بحث منهاجاً خاصاً يتبع لحل مشكلته، وتم استخدام المنهج الوصفي بالنسبة للمقاييس التي تم استخدامها على عينة البحث .

<sup>(3)</sup> مصطفى أحمد : إدارة السلوك التنظيمي: نظرة معاصرة لسلوك الناس في العمل، القاهرة : مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع. 2002، ص415.

<sup>(4)</sup> محمد سعيد أنور سلطان : السلوك التنظيمي ، الإسكندرية: دار الجامعة الجديدة ، 2004، ص 219.

<sup>(5)</sup> اسعد احمد عكاشة : اثر الثقافة التنظيمية على مستوى الأداء الوظيفي ، رسالة ماجستير في ادارة الاعمال ،الجامعة الإسلامية بغزة ، فلسطين : 2008، ص34.

(1) عبد الله عبد الرحمن الكندري ومحمد عبد الدايم: مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم، الكويت :

ط2 ، مطبعة الفلاح، 1999، ص107.

**تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي**

**2-3 مجتمع البحث وعينته :**

يعرفه مروان عبد الحميد العينة بأنها " جميع الأفراد الذين يعملون بيانات الظاهرة المقصودة بالدراسة " (2) وكذلك هي الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل " فهي دراسة حالة جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي ثم ينتهي ذلك بتعميم نتائجه على المجتمع ككل " (3) وقد إختار الباحث مجتمع وعينة البحث من مدرسي التربية الرياضية العاملين في مدارس محافظة ( واسط/ قضاء الصويرة ) والبالغ عددهم (87) مدرساً ، إذ تكونت عينة التطبيق الرئيسة التجريبية من (15) مدرساً للتربية الرياضية وعينة التجربة الاستطلاعية (12) مدرساً وبهذا بلغ عدد العينة الكلي مع عينة التجربة الاستطلاعية ( 27 ) مدرساً وبنسبة 31,03% الى المجتمع الأصلي ، وان الغاية او الهدف من دراسة عينة ما هو الا تعميم نتائجها على المجتمع الأصلي الذي اشتقت منه والجدول ( 1 ) يوضح ذلك.

**جدول ( 1 )**

**يبين توزيع العينة من المدرسين**

ت	نوع العينة	عدد المدرسين	النسبة المئوية
1	العينة الاستطلاعية للاختبارات والمقاييس	12	13,79%
2	عينة التطبيق (التجريبية)	15	17,24%
	مجموع العينة الكلي	27	31,03%

**3-3 تجانس العينة :**

لغرض التحقق من تجانس العينة لجأت إلى استخراج معامل الالتواء للمتغيرات وظهرت جميع النتائج محصورة ما بين + 3 وكما موضح في الجدول (2) .

**جدول (2)**

**تجانس العينة في بعض متغيرات البحث**

المتغيرات	وحدة القياس	ن	الوسط الحسابي	الوسيط	لأنحراف المعياري	معامل الالتواء
الذات الجسمية	درجة	15	86.40	83	10.301	0.578
الأداء الوظيفي	درجة	15	93.866	93	9.303	0.005

(2) مروان عبد الحميد إبراهيم : طرق ومناهج البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، عمان ،الدار العلمية للنشر والتوزيع، 2002 ، ص 89 .

(3) وجيه محجوب : البحث العلمي ومناهجه ، بغداد : دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002 ، ص 81.

تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

3-4 الأدوات والأجهزة المستخدمة

من أجل الحصول على البيانات الصحيحة لحل مشكلة البحث استخدم الباحث العديد من الوسائل والأدوات البحثية ، التي تعد الوسيلة الصادقة والمعيرة تعبيراً أميناً عن أساليب حل مشكلة البحث واجراءاته<sup>(1)</sup> ومن بينها :- الوسائل والأدوات والأجهزة وهي :

3-4-1 الوسائل :

- ❖ المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- ❖ استمارة إستبانة لمقياس ( الذات الجسمية )
- ❖ استمارة إستبانة لمقياس ( الأداء الوظيفي )
- ❖ الملاحظة والتجريب .

3-4-2 الأدوات والأجهزة :

- ❖ جهاز حاسوب شخصي نوعه (DELL)
- ❖ آلة تصوير فيديو
- ❖ ميزان طبي معيّر .
- ❖ شريط قياس جلدي بطول ( 30 م ) .
- ❖ شريط قياس معدني بطول ( 3 م ) .
- ❖ ساعة توقيت نوع ( Casio )
- ❖ ساحة ملعب خماسي
- ❖ مسطرة
- ❖ شواخص
- ❖ كرات قدم
- ❖ كرات طائرة
- ❖ صافرة
- ❖ حبال

3-5 إعداد المقاييس الخاصة بالبحث :

يشير مصطلح "قياس" Measurement في مجال العلوم الإنسانية والاجتماعية إلى عملية تقدير رقمية أو كمية لمقدار ما يملكه فرد معين من صفة أو خاصية من الخصائص بمقياس معين ووفقاً لقواعد معينة<sup>(1)</sup> فالباحث في مجال علوم التربية والنفس والاجتماع يطبق مقياساً ما على عدد من الأشخاص لإعطاء كل منهم درجة تدل على مدى تحصيله أو مدى اتصافه بصفة نفسية خاصة، أو درجة اقتناعه برأي اجتماعي معين أو درجة تعصبه لجهة من الجهات ، ويتضح مما سبق أن للمقاييس في حقل التربية وعلم النفس والاجتماع والخدمة الاجتماعية دوراً هاماً كأدوات بحثية يعتمد عليها في عدة مجالات كالتقويم، والاختيار الوظيفي والتعليمي، والتوجيه والتصنيف، والتشخيص الإكلينيكي، وفحص الاتجاهات والرأي العام... الخ، فضلاً عن استخدامها بشكل واسع في التحقق من الفروض العلمية ، وواقع الأمر قد يصطدم الأخصائي النفسي أو الاجتماعي أو الباحث بوجه عام في كثير من الأحيان بعدم وجود مقياساً مناسباً للصفة أو السمة أو الخاصية المراد قياسها، أو حتى لا يناسب أفراد عينته، ومن ثم يصبح لزاماً عليه أن يقوم بأعداد مقياساً يقيس تلك السمة أو الصفة أو الخاصية ويناسب

(1) وجيه محجوب : طرق البحث العلمي ومناهجه بغداد: ط2، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1993م ، ص197.

(1) سمير، سامية شحاتة ، قدرة بعض الاختبارات النفسية على التشخيص، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية

الآداب، جامعة المنيا، 2000، ص17.

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

أفراد عينته، وتعتمد عملية إعداد المقاييس في المقام الأول على القيام بعدة خطوات متسلسلة تؤدي في النهاية إلى تجنب كثير من الأخطاء وتتيح إمكانية إعداد مقياساً جيداً يعتمد عليه في المجال المعني، وهي تحتاج تدريباً خاصاً نظراً لما تستوجبه من توافر أساس نظري وعملي يعين على القيام بها على الوجه الأمثل.<sup>(2)</sup> وفيما يلي نستعرض هذه الخطوات مع ضرورة مراعاة القيام بها بنفس التسلسل.

## 3-5-1 خطوات إعداد المقاييس

أولاً: تحديد فكرة المقياس ومبررات إعداده :

تعد خطوة تحديد فكرة المقياس ومبررات إعداده من أهم الخطوات وأولها نظراً لأنها تتيح للقائم بأعداد المقياس الوصول للمداخل والأفكار الرئيسية التي سوف يستند إليها في إعداده،<sup>(3)</sup> وقد حدد الباحثان أهمية المقاييس المعدين ( مفهوم الذات الجسمية ) و ( الاداء الوظيفي ) ولعدم ملائمة المقاييس المتوفرة مع عينة البحث ولمدى ضرورة معرفة النتائج التي يتوصل إليها بعد اتمام عملية اعدادهما .

## ثانياً: تحديد هدف المقياس:

تقوم هذه الخطوة بدور الموجه الذي يعين معد المقياس خلال الخطوات التالية على إعداد مقياساً يفي بالغرض المطلوب، ويقصد بتلك الخطوة تحديد الخدمة المطلوب من المقياس أن يقدمها، أو الهدف المراد تحقيقه من وراء المقياس، وتنقسم تلك الأهداف إلى نوعين هما:

أ- أهداف عامة مثل:

(1) سد عجز في الأدوات التي تنصدي لقياس الخاصية المراد قياسها.

(2) التأكد من مدى فعالية نظرية ما.

(3) التعرف على درجة امتلاك الأفراد لخاصية ما.

ب- أهداف خاصة مثل:

(1) الاستخدام بغرض الاختيار أو التوجيه الوظيفي أو التعليمي.

(2) الاستخدام بغرض التشخيص.

(3) الاستخدام بغرض التقويم.

(4) الاستخدام بغرض اختبار الفروض العلمية كما يحدث في البحوث.

وقد قام الباحثان بأعداد المقاييس ( مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي ) لعدم ملائمة المقاييس المتوفرة مع عينة البحث .

## ثالثاً: تحديد الإطار النظري للمتغيرات المعنية بالمقياس:

لابد للخاصية المقاسة أن تستند إلى أساس نظري يبرر مشروعيتها تناولها ويعرفها، وقد يكون المقياس معد في الأصل للتأكد من مدى جدوى النظرية التي تفسر السمة أو الخاصية المقاسة، والنتيجة المستخلصة قد تفيد النظرية أو تعدلها، كما هو الحال بالنسبة لمقاييس مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي التي أعدت لهذا الغرض، فضلاً عن أن الاطلاع على الأطر النظرية للخاصية المستهدفة بالمقياس قد يزود الباحثان بالأهمية النسبية للعناصر الفرعية المكونة للخاصية، ومن ثم تمثل العناصر في بنود المقياس فيما بعد وفقاً لتلك الأهمية.

(2) صديق محمد أحمد و سمير سامية : دليل إعداد وتصميم الاختبارات والمقاييس النفسية، مكتبة جامعة

المنيا، 2005، ص82.

(3) لطفى محسن : قياس الشخصية المصرية ، الدولية للطباعة والنشر، القاهرة: 2006، ص114.



# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

## رابعاً: تحديد طبيعة وخصائص الأفراد :

تتعلق هذه الخطوة بضرورة تحديد طبيعة الأفراد الذين سوف يطبق عليهم المقياس، ونعني بطبيعة الأفراد أبرز الخصائص التي تميزهم، كالسن والجنس والتعليم والمستوى الاقتصادي والاجتماعي... الخ، ويستوجب الأمر توضيح مبررات اختيار الأفراد المستهدفين بالمقياس، وقد اختار الباحثان مدرسو التربية البدنية في قضاء الصويرة التابعة لمحافظة واسط .

## خامساً: تحديد الأبعاد الفرعية للخاصية المقاسة:

قد تنقسم الخاصية المراد قياسها إلى مجموعة من الأبعاد الفرعية التي تشكل في مجموعها العام الدرجة الكلية للخاصية المقاسة، وتحديد هذه الأبعاد الفرعية تساعد الباحثان على وضع البنود وفقاً للأهمية لكل بعد من هذه الأبعاد .

## سادساً: تحديد الشكل الأمثل للمقياس وطرق التطبيق:

بعد أن ينتهي الباحثان من كل ما سبق عليه أن يختار الشكل الذي يراه مناسباً لمقياسه، بمعنى أن يحدد ما إذا كان الأنسب لمقياسه أن يكون من مقاييس أو اختبارات الورقة والقلم، أو المقاييس العملية،... الخ، ويؤخذ في الاعتبار أيضاً ما إذا كان المقياس سيطبق بصورة فردية أم جماعية.

## سابعاً: حصر المقاييس المتاحة التي تستهدف قياس الخاصية نفسها:

وهي خطوة هامة من شأنها أن تحقق عديد من الفوائد الإجرائية:

(1) توضيح الشكل المعتاد لقياس الخاصية أو السمة، كأسلوب صياغة البنود، وطريقة التطبيق، وأسلوب التقدير... الخ.

(2) توضيح الأبعاد الفرعية للخاصية المقاسة.

(3) إمكانية اقتباس بعض البنود.

## ثامناً: الصياغة الفعلية للوحدات:

أن أي مقياس يتم اعداده يتكون في نهاية الأمر من مجموعة من الوحدات أو الفقرات أو العبارات، والواقع أنه ينبغي أن تختار كل وحدة بناء على دراسات نظرية وميدانية وتجريبية وإحصائية تثبت صلاحية الوحدة للقياس المقصود وتسمى هذه الدراسات التي تجرى على الوحدة بتحليل الوحدات Item Analysis، بحيث تصبح من حيث شكلها وتكوينها وصعوبتها وصدقها وترتيبها في المقياس مناسبة وصالحة.

## تاسعاً: تحديد شكل الاستجابة:

توجد أشكال عدة للاستجابة على العبارات أو الوحدات التي يتكون منها المقياس ويتوقف اختيار أي منها على هدف المقياس، ويمكن لمعد المقياس أن يختار من بين هذه الأشكال كيفما يشاء لتحقيق الغرض من القياس، كما يستطيع أن يستخدم أكثر من شكل في نفس المقياس، ومن بين هذه الأشكال:

1-اختيار إجابة واحدة من بين إجابتين، مثل: (نعم) أو (لا).

2-الاختيار بين بدائل على متصل، مثل: ( قليلاً جداً- قليلاً- نادراً ما- كثيراً- كثيراً جداً ).

## عاشراً : صياغة تعليمات المقياس:

تنقسم تعليمات المقياس إلى قسمين رئيسيين هما:

أ-تعليمات المطبقين: وهم الذين يقومون بتطبيق المقياس، وتتضمن شرحاً وافياً للمقياس والخاصية التي يتم قياسها، وإجراءات التطبيق بالتفصيل، والزمن، وطريقة تسجيل الاستجابات، والمواقف التي يحتمل مواجهتها أثناء التطبيق، وحدود الشرح والتوضيح المسموح به للمفحوصين.

ب-تعليمات المفحوصين: وتتضمن عدة محاور منها:

1-فكرة مبسطة عن المقياس والهدف من وراء تطبيقه.

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

2-طريقة الاستجابة والزمن المحدد إن وجد.

3-تقديم بعض النماذج المحلولة إن تتطلب الأمر.

إحدى عشر: التدقيق اللغوي للبنود والتعليمات:

قد تؤدي الأخطاء اللغوية إلى فقد بعض العبارات للهدف المراد قياسه، وربما يصل الأمر إلى الفهم العكسي من قبل المفحوص، وقد قام الباحثان بمراجعة اللغة والتدقيق في ذلك لتجنب مثل هذه المشكلات التي قد لا يستطيع التغلب عليها بعض عملية التطبيق .

الثاني عشر: عرض المقياس على المتخصصين في المجال:

يعد عرض المقياس على المتخصصين والخبراء في المجال خطوة هامة تحقق عديد من الفوائد من أهمها مدى مناسبة البنود وقدرتها على قياس الخاصية أو السمة طبقا للتعريف الإجرائي والهدف من المقياس والإطار النظري الخاص بالسمة أو الخاصية موضوع القياس والفئة المستهدفة، وقد قام الباحثان بعرض المقياسين على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي والإدارة الرياضية .

الثالث عشر: التجربة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحثان في هذه الخطوة بتطبيق المقياسين على عينة مبدئية وذلك لعدة أهداف منها:

1-التأكد من صلاحية التعليمات للمفحوصين.

2-التوصل إلى تقدير للزمن الذي يستغرقه المقياس.

3-الاستقرار على الترتيب الأمثل للعبارات.

وقد حدد زمن الإجابة على العبارات الخاصة بكل مقياس بين (20-3) دقيقة وبمعدل (25) دقيقة لإجابة الشخص، وقد خصصت هذه التجربة لمقياس الأداء الوظيفي إذ تم توزيعه على مدرّاء المدارس التي تم اختيار عينة البحث من مدرسي التربية البدنية .

الرابع عشر: التجربة الاستطلاعية الثانية :

إذ قام الباحثان بتوزيع مقياس مفهوم الذات الجسمية بعد يوم من إجراء التجربة الاستطلاعية الأولى الخاصة بتوزيع مقياس الأداء الوظيفي على مدرّاء المدارس الخاصة بعينة البحث ، وقد تضمنت هذه التجربة أيضا الاختبارات الخاصة بالقدرات الحركية .

الخامس عشر: عينة التطبيق الأساسية :

قام الباحثان بمساعدة فريق العمل المساعد بتطبيق المقياسين على عينة التجربة الأساسية ( عينة البحث) ، وهي عينة ينبغي أن تكون صادقة التمثيل للفئة التي يعد المقياس من أجلها، فهي العينة التي يتم من خلالها الاطمئنان إلى صلاحية المقياس من كافة الوجوه، وهي التي تستخدم في التجربة الرئيسية Standardization للمقياس إذ يستخلص من خلالها الثبات Reliability والصدق Validity والمعايير Norms ، ويقصد بثبات المقياس أو الاختبار مدى إعطاء المقياس نفس الدرجات لنفس الأفراد عند إعادة تطبيقه عليهم، فالمقياس الثابت هو الذي إذا طبقت على فرد ثم أعدت تطبيقه على نفس الفرد بعد فترة مناسبة يعطيك تقريبا الدرجة التي أعطاها في المرة الأولى، وتوجد عدة طرق لحساب ثبات المقياس أو الاختبار من بينها (ثبات إعادة الاختبار) وفيها يتم إعادة تطبيق المقياس أو الاختبار على نفس الأفراد بعد مدة مناسبة، ثم يحسب معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وكلما كان معامل الارتباط موجبا ومرتفعا دل ذلك على ثبات المقياس، كما توجد طرقا أخرى مثل ( ثبات الصور المتكافئة – الثبات النصفي – ثبات معادلة كودر ريتشاردسون – طريقة معامل الفايرونيباخ ).

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

أما الصدق فيقصد به مدى قدرة المقياس أو الاختبار على قياس السمة التي أعد لقياسها أو بمعنى آخر هل يقيس الاختبار أو المقياس فعلا ما أعد لقياسه؟. ومن الواضح أن المقياس الذي ينقصه الصدق لا يمكن الاعتماد عليه حتى ولو كان مرتفع الثبات، وتتعدد أساليب التأكد من صدق المقياس ومن بينها ( الصدق الظاهري - صدق المحتوى - الصدق التنبؤي - الصدق التلازمي - الصدق العاملي).

أما المعايير فيقصد بها الدرجات المحولة كمقابل للدرجات الخام وهي التي تعطي الدرجة معنى ودلالة مثل ( الدرجة المعيارية - الدرجة التائية - المئينات )<sup>(1)</sup>.

## السادس عشر: الصعوبات التي واجهت الباحث عند إعداد المقياسين :

قام الباحثان بتشخيص الصعوبات التي واجهته في المراحل المختلفة لإعداد المقياسين وكيفية تغلبه عليها حتى يتسنى للباحثين التاليين الذين يريدون إعداد مقاييس تقادي تلك الصعوبات وهكذا أصبح المقياسين بعد هذه الخطوات جاهزين للاستخدام.

## 6-3 المقاييس المستخدمة في البحث :

### 1-مقياس ( مفهوم الذات الجسمية )

بعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة في مجال علم النفس الرياضي و من خلال تحليل المراجع والبحوث النظرية المرتبطة بمشكلة البحث قام الباحث بتوجيه استبيان استطلاعي تضمن (28) عبارة ، وقد صيغت لغويا في صورتها الأولية وعرضت على مجموعة من الخبراء من ذوي الاختصاص في علم النفس الرياضي والإدارة الرياضية للتعرف على مدى صلاحية العبارات وصدقها الظاهري وملائمتها للعينة ، وبعد اتفاق الخبراء على جميع العبارات بصيغتها الأولية ، وبعد ذلك عُرضت بصيغته النهائية على عينة التجربة الاستطلاعية وعددها (12) مدرسا للتربية الرياضية ،ومن ثم على عينة البحث، والجدول(3) الذي يوضح عبارات المقياس بصيغته الأولية .

### جدول رقم (3) يبين مقياس مفهوم الذات الجسمية بصورته الأولية

ت	العبارات	يصلح	لا يصلح
1	أتمتع بصحة جيدة.		
2	أسرتي تمدح جسمي وهيئتي.		
3	أشعر باهتمام الآخرين وتقديرهم لي .		
4	أقوم بأعمالي بأقصى ما لدي من جهد		
5	نشاطاتي ضعيفة بالكلية		
6	أشعر أنني أستطيع أن أحقق أهدافي المنشودة		
7	اشعر بانني شخص له قيمة او على الأقل مساو لمستوى الآخرين .		
8	في المجمل انا راض حول نفسي		
9	اهتم كثيرا بجسمي .		
10	يعجبني جسمي وهيئتي كما يبدوان في المرآة.		
11	علاقاتي مع الآخرين مستقرة دائما		
12	أشعر بالرضا عن حياتي الاجتماعية		
13	ارغب ان امتلك احترام اكثر مع نفسي		

(1) لطفى محسن :أسس الإحصاء الاجتماعي، مكتبة التعليم المفتوح، جامعة عين شمس، القاهرة:2006،ص158.

**تأثير برنامج ترويجي (نفس - حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية**  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري      م.م علاء هادي علي

14	نشاطاتي ضعيفة بالكلية
15	تؤدي أعضاء جسمي وظائفها بكفاءة.
16	يرى الأشخاص الآخرون أن جسمي متناسق.
17	يشعرني جسمي بالثقة في نفسي.
18	اعتقد أحياناً أنني جيد في كل شيء.
19	أرى أن الآخرين أجسامهم أفضل مني.
20	كنت أتمنى أن تكون هيتي وجسمي أفضل من الآن.
21	أشعر بأنني لدي عدد من الأمور ذات النوعية الجيدة
22	هيتي الجيدة وجسمي متناسق يساعدني على إقامة صداقات كثيرة .
23	أشعر بأنني بدين وأحاول تخفيف وزني.
24	أميل إلى التفكير في الإصلاح من شأني معظم الوقت .
25	لا أميل إلى دراستي الحالية .
26	يشغلني - كثيراً - شكلي وجسمي.
27	أشعر أنني قادر على جذب انتباه الآخرين .
28	في المجمل أنا راض حول نفسي.

**- طريقة (معامل الفا- كرونباخ)**

تعد طريقة (الفا - كرونباخ) من أكثر مقاييس الثبات استخداماً لكونها تعتمد على اتساق أداء الأفراد من فقرة إلى أخرى، (1) ومدى قيام العبارات الواردة في المقياس بقياس الشيء نفسه، وإذا كانت جميع العبارات تقيس فعلاً السمة نفسها، فيجب أن تترابط مع بعضها، (2) وهذا النوع من الثبات يسمى التجانس الداخلي ويشير إلى قوة الارتباطات بين الفقرات في الاختبار، (3) ولحساب الثبات بمعامل الفا كرونباخ لمقياس الذات الجسمية اعتمدت على عينة إعداد المقياس نفسها البالغ عددها (42) مدرساً للتربية الرياضية ، وعند احتساب قيمة معامل الثبات اتضح أنها تبلغ (0,789) ومستوى خطأ (0,05) وهو معامل ثبات عال يمكن الاعتماد عليه.

**2- مقياس الأداء الوظيفي**

بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة في مجال علم الإدارة الرياضية وعلم النفس الرياضي ومن خلال تحليل المراجع والبحوث النظرية المرتبطة بمشكلة البحث قام الباحث بتوجيه استبيان استطلاعي تضمن (28) عبارة ، وقد طبق على عينة عشوائية وقد تم إعادة الصياغة اللغوية للعبارات في صورتها الأولية وعرضت على مجموعة من الخبراء من ذوي الاختصاص في علم

(1) روبرت ثورندايك والزايث هيجن : القياس والتقويم في علم النفس والتربية ، الأردن : ترجمة ، عبد الله الكيلاني وعبد الرحمن عدس ، ط 4 ، مركز الكتب الأردني للطباعة ، 1989م ، ص 79.

(2) محمد سعود الشمري : الخصائص الشخصية لذوي قوة التحمل النفسي العالي والواطي وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة الجامعة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، 2001م ، ص 141.

(3) احمد سليمان عودة وفتحي حسن ملكاوي : أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، عمان : مكتبة المنار للطباعة ، 1987م ، ص 161.

تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

الإدارة الرياضية وعلم النفس الرياضي للتعرف على مدى صلاحيتها وصدقها الظاهري وملائمتها للبيئة، والجدول (4) يوضح المقياس بصيغته الأولية .

جدول (4) يوضح مقياس الأداء الوظيفي بصورته الأولية

ت	العبارات	يصلح	لا يصلح
1	أفضل التفرغ بشكل تام لمهنة التعليم .		
2	أحس بأني أقوم بمواصلة دوري التربوي خارج أسوار المدرسة.		
3	القدرة على تطوير أساليب العمل		
4	أشارك في إقامة الأنشطة التربوية المختلفة		
5	اشعر بأني أقدم كل مساعدة ممكنة يحتاجها زملائي المعلمين.		
6	أبذل مجهوداً أكبر في سبيل نجاح العملية التربوية.		
7	أقوم طلابي بطريقة موضوعية.		
8	أطالب بدورات تدريبية لتطوير إمكاناتي التعليمية.		
9	أعمل على تقوية وعي أولياء الأمور بالقيم التربوية.		
10	أحس أن توجهي للعمل في هذه المهنة توجه مفيد.		
11	أنمي لدى التلاميذ الشعور بالمسؤولية.		
12	أتبادل الخبرات مع المعلمين داخل وخارج المدرسة.		
13	أحافظ على مواعيد العمل.		
14	تسود الألفة والمحبة بيني وبين التلاميذ		
15	أشارك الزملاء في تحمل مسؤولية المدرسة.		
16	أبذل قصارى جهدي في إعداد خطتي الدراسية.		
17	أحرص على إثارة وتعزيز دافعية الطلاب.		
18	أنفذ ما ألتزم به أمام أولياء أمور الطلبة.		
19	أبلغ مديري عن أية مخالفات تسيء إلى سمعة المدرسة.		
20	أعمل على إثارة التفكير الناقد لدى الطلاب.		
21	أتابع الأحداث الجارية في المجتمع المحلي .		
22	أتعاون مع الزملاء في حل المشكلات التي تواجه المدرسة.		
23	أعمل جاهداً للتقدم في عملي .		
24	أقبل الاقتراحات الجيدة .		
25	أقدر دور أولياء الأمور في العملية التربوية.		
26	المعرفة بنظم وإجراءات العمل .		
27	المحافظة على اوقات الدوام .		
28	إمكانية تحمل مسؤوليات أعلى		

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

## - طريقة (معامل الفا-كرونباخ)

ولحساب الثبات بمعامل الفا كرونباخ لمقياس الأداء الوظيفي اعتمد الباحث على عينة إعداد المقياس البالغ عددها (42) الموزعة على مدرء المدارس ، وعند احتساب قيمة معامل الثبات اتضح أنها تبلغ (0,842) وهو معامل ثبات عال يمكن الاعتماد عليه.

## 7-3 التجارب الاستطلاعية:

-**التجربة الاستطلاعية الأولى :** وتضمنت توزيع مقياس الأداء الوظيفي على مدرء المدارس التي تخص عينة البحث وعددهم (12) في يوم الجمعة الموافق 2018/12/28 وفي تمام الساعة الثالثة عصراً ، وبمساعدة فريق العمل المساعد .

-**التجربة الاستطلاعية الثانية :** وقد قام الباحث بتوزيع مقياس مفهوم الذات الجسمية على عينة مكونة من (12) مدرساً للتربية الرياضية، في يوم السبت الموافق 2018/12/29 في تمام الساعة الثالثة عصراً ، وكان الغرض من هذه التجربة:

- 1- التعرف على وضوح وفهم عبارات المقياس .
- 2- التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث وفريق العمل .
- 3- التعرف على الزمن الكلي لتطبيق المقياس .

وقد حدد في هذه التجربة الزمن المستغرق لأداء الاختبار والإجابة على عبارات المقياس، وقد طلب الباحث من المدرسين ومدرء المدارس قراءة التعليمات والعبارات والاستفسار عن أي غموض وذكر الصعوبات التي قد تواجههم في أثناء الإجابة، وقد أفرزت الإجابات وضوح التعليمات والعبارات، وقد أوضحت التجربة أن أمد الوقت المستغرق للإجابة على المقياس بين (20 — 30) دقيقة وبمعدل (25) دقيقة لإجابة الشخص.

## 9-3 التجربة الرئيسية:

### 3-9-1 الاختبار القبلي لعينة البحث :

تم إجراء الاختبار لإفراد عينة البحث قبل البدء بتنفيذ البرنامج الترويجي (نفس\_حركي) في يوم الجمعة المصادف 2018/12/28 في ملعب كرة قدم في قضاء الصويرة في الساعة الثالثة عصراً إذ قام الباحث بتوزيع استمارات مقياس الذات الجسمية على مدرسي التربية الرياضية المشاركين في البرنامج وتقبلها استمارات مقياس الأداء الوظيفي تم توزيعها على مدرء المدارس قبل يوم من الاختبار القبلي ،بمساعدة فريق العمل المساعد وبعد تطبيقه على المدرسين، تم تسجيل النتائج طبقاً للمواصفات والشروط المحددة لكل اختبار، وقام الباحث بتثبيت الظروف الخاصة بالاختبار من حيث المكان والزمان وفريق العمل المساعد من أجل تحقيق الظروف نفسها عند إجراء الاختبار البعدي لمجموعة البحث .

### 3-9-2 البرنامج الترويجي (نفس\_حركي) :

اعد الباحث برنامج يتضمن الأنشطة الرياضية الترويجية و تمارين متنوعة ومجموعة من الألعاب الترويجية وكذلك سفرات متعددة والمشي في المدينة ، وذلك لتحقيق هدف الوصول إلى تطوير المتغيرات المبحوثة لكل من مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمجموعة البحث من مدرسي التربية الرياضية، فقد اعد الباحث البرنامج على استخدام أسلوب تدريبي تشويقي حديث من الطرق الأساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم من خلال مجموعة من الألعاب الجماعية التي تعمل على الاتصال والمشاركة الوجدانية ، وقد استثمر الباحث كل الامكانيات الموجودة والمتاحة ومشاركة وبمشاركة فريق عمل مساعد لديه خبره في هكذا برامج بالاضافة الى استناد الباحث في إعدادها إلى بعض المصادر والمراجع العلمية وقد اخذ الباحث بالاعتبار مستوى القابلية البدنية لعينة

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

البحث و الألعاب المقدمة وطريقة التنفيذ والظروف الاقتصادية لهم ، وتم الاهتمام بشكل كبير بالأداء الوظيفي والعمل على الارتقاء به مما يعكس بشكل كبير على مستوى المخرجات النهائية للعملية التعليمية وتحقيق اهداف التربية الرياضية في المدرسة من اعداد الطلبة اعداداً شاملاً متنزلاً ويتناسب مع مستوى التطور الحاصل في كافة المجالات ومنها النفسية ومستوى الاداء الوظيفي لدى مدرسو التربية الرياضية ، اذ تعد الألعاب الترويجية من الأنشطة البدنية المحببة إلى النفس، والتي يقبل عليها بشوق وحماس، وهي من أنجح الوسائل لإضفاء السرور والمرح والمنافسة على درس التربية الرياضية عند تطبيقها بعد البرنامج في المدارس لما تحققه من أهداف تربوية وتعليمية إضافة إلى الارتقاء بالوظيفية لمختلف أجزاء الجسم. وهذا هو هدف الباحث في تحسين مفهوم الذات الجسمية وتطوير القدرات الحركية والأداء الوظيفي والذي وضعه ضمن البرنامج المعد من قبله ، إذ ابتداء البرنامج في يوم الثلاثاء الموافق 1 / 1 / 2019 إلى يوم الجمعة الموافق 1 / 3 / 2019 وأستغرق (8) أسابيع بواقع ثلاث وحدات (الجمعة ، السبت ، الثلاثاء ) ، بواقع(24) وحدة تستغرق الوحدة الواحدة (80-90)دقيقة، وكان وقت الوحدة الترويجية(نفس\_حركية) الساعة الثالثة مساءً ، أما بالنسبة إلى الألعاب والوسائل الترويجية(نفس\_حركية) المستخدمة في البرنامج المعد، فقد تم تقسيمها على الوحدات بشكل منظم يتناسب والمرحلة العمرية لمدرسي التربية الرياضية ومدى قدرتهم على تطبيق وممارسة الوسائل والألعاب التي تحتويها الوحدة الواحدة ، أعتد الباحث عند تطبيق البرنامج أسلوب الألعاب الجماعية التي تعزز من الجوانب النفسية الايجابية والحركية لديهم، واعتمد البرنامج على أسلوب المنافسة، وتضمن البرنامج الترويجي نفس\_ حركي على تحسين الحركات البنائية الأساسية والقدرات الإدراكية والبدنية والمهارات الحركية من خلال الحركات البنائية هي التي تشمل على الحركات الانتقالية كالمشي والجري والحجل ، وكذلك الحركات غير الانتقالية كالمد والثني والشد والدفع والميل ، وكذلك الحركات اليدوية كالركل والضرب والرمي، وتم استخدام التمرينات المتنوعة بدلاً من التمرينات الشكلية المملة للمدرسين في صورة منافسة مشوقة مع اختيار الألعاب التي تخدم الغرض من التمرينات مثل القوة أو السرعة أو المرونة والقدرات الحركية الأخرى واستخدام في ذلك عادة الألعاب التي لا تتطلب أداء مجهود كبير ومنها ألعاب الكرات والعصي، والألعاب الهادئة البسيطة..

وأصبح استخدام البرامج الترويجية نفس\_حركية التي تتضمن الألعاب الصغيرة والمتنوعة وسيلة فعالة ومؤثرة و مادة أساسية في البرنامج الدراسي ، وفي الأنشطة المختلفة للمؤسسات التربوية والاجتماعية ، فهي نشاط حركي أو تمرينات أو ألعاب يشترك فيها فرد أو أكثر، ويغلب عليها الطابع الترويجي والتنافسي، ويصحب السرور والبهجة في الأداء، ويمكن أن تمارس في أي مساحة من الأرض ، ومن الأنشطة المسلية المفيدة بدنياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً ، وقد نفذ البرنامج المعد من قبل فريق العمل المساعد وبإشراف الباحث في ساحة ملعب كرة قدم في قضاء الصويرة ، وبعد الاطلاع واللقاء بأصحاب الاختصاص والخبرة قام الباحث بتقسيم الوحدة الترويجية (نفس\_حركية) على وفق أقسام الوحدة الثلاثة وهي :

أولاً : القسم الإعدادي (10) دقائق وأشتمل على جزئين الأول الإعداد العام الذي يتضمن تمارين بدنية وحركية عامة ومختلفة والجزء الثاني الذي يتضمن تمارين للقدرات البدنية والحركية الخاصة بنوع الألعاب والوسائل المستخدمة ، كان الهدف منها تهيئة الجسم بجميع أجزائه للوصول إلى الاستعداد المناسب لتنفيذ مفردات البرنامج والوحدة المطبقة .

ثانياً : القسم الرئيسي (60-70) دقيقة ، ويهدف هذا الجزء إلى التأثير على القدرات البدنية والحركية لمدرسي التربية البدنية باستخدام الألعاب الترويجية التنافسية المتنوعة .

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

ثالثاً : القسم الختامي (10-15) دقائق الذي يتضمن بعض تمارين التهدئة التي تخدم هدف الوحدة المنفذة فضلاً عن تمارين الاسترخاء .

## 3-9-3 الاختبارات البعدية :

تم إجراء الاختبار البعدية لإفراد عينة البحث بعد تنفيذ البرنامج الترويجي \_ نفس حركي في يوم السبت المصادف 2019/3/2 في ملعب كرة القدم في قضاء الصويرة ، إذ قام الباحث بتوزيع استمارات مقياس الذات الجسمية على مدرسي التربية الرياضية المشاركين في البرنامج وتقابلها استمارات مقياس الأداء الوظيفي تم توزيعها على مدراء المدارس قبل الاختبارات البعدية بيوم واحد وبتاريخ 2019/3/1 ، وبعد تطبيقه على المدرسين وفي قوائم أعدت لهذا الغرض، طبقاً للمواصفات والشروط المحددة لكل اختبار .

## 10-3 الوسائل الإحصائية :

تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج الجاهز (SPSS) واستخرج ما يلي:-

- الوسط الحسابي
- الوسيط
- الانحراف المعياري
- خطأ الانحرافات
- الارتباط البسيط بيرسون
- ارتباط سبيرمان
- اختبار (t) للعينات غير المتناظر
- معادلة سبيرمان براون
- معامل الفا كرونباخ
- النسبة المئوية

## الفصل الرابع

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها على وفق معالجة البيانات الخام التي تم الحصول عليها من إجراء الاختبارات على عينة البحث قبل وبعد تطبيق البرنامج المعد، وقد تم عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لعينة البحث ، من خلال عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في جداول توضيحية بعد إجراء العمليات الإحصائية اللازمة لها ، وذلك لسهولة ملاحظة النتائج ، فضلاً عن إجراء المقارنة بين الاختبارات القبليّة و البعدية لعينة البحث و تحليل وتفسير نتائج كل القياسات لمعرفة واقع الفروق ودلالاتها الإحصائية ، على وفق المنظور العلمي الدقيق ، من أجل تحقيق أهداف البحث وفرضياته و التعرف على تأثير البرنامج الترويجي \_ نفس حركي المعد في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية الرياضية في محافظة واسط / قضاء الصويرة.



## تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

### 1-4 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبدي لمتغير مفهوم الذات الجسمية :

الجدول ( 5 )

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث لمتغير مفهوم الذات الجسمية في  
الاختبارات القبلية والبدي

الاختبار البدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعلومات الإحصائية
2ع	س2	ع 1	س1		المتغيرات
11.429	92.933	10.301	86.40	درجة	الذات الجسمية

من الجدول (5) يتبين إن الوسط الحسابي لمتغير الذات الجسمية في الاختبار القبلي كان (86,40)، والانحراف المعياري هو (10,301)، أما في الاختبار البدي فكان الوسط الحسابي للمتغير نفسه (92,933) والانحراف المعياري (11,429).

الجدول ( 6 )

يبين فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) لعينة البحث

الدلالة الإحصائية	مستوى الخطأ	قيمة (T) * المحتسبة	ع س ق	ع ف	ف	وحدة القياس	المعلومات الإحصائية
معنوي	0.000	5.543	1.178	4.564	6.533	د	الذات الجسمية

\*- عند درجة حرية ( 14 ) ومستوى معنوية (0.05)

عند المعالجة الإحصائية للحصول على النتائج في اختبار مفهوم الذات الجسمية بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبدي (6,533) وبانحرافات معيارية للفروق قدرها (4,564) ، وخطأ تقدير معاينة الفروق (1,178) وبلغت قيم (t) المحسوبة (5,543) ، عند مستوى خطأ بلغ (0,000) وأمام درجة حرية (1)

### 1-1-4 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبدي لمتغير مفهوم الذات الجسمية :

من خلال عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبدي لمتغير مفهوم الذات الجسمية تبين لنا ان هناك فروق معنوية لصالح الاختبارات البدي ويعزو الباحث سبب هذه الفروق الى تأثير البرنامج الترويجي \_ نفس حركي الترويجي المعد لعينة البحث والذي ظهر تأثيره الواضح على نتائج متغير مفهوم الذات الجسمية ، فقد تم ممارسة مجموعة من الألعاب والفعاليات البدنية بطريقة المنافسة والترويج والذي يحرك فيه المدرس جميع اجزاء جسمه ، مما يبين تحسنه اكتساب بعض الاتجاهات السلوكية الصحية للجسم عن طريق مزيج من الأهداف والنشاطات البدنية والإجراءات الواجب القيام بها، وتحديد الموارد اللازمة لإنجاز عمل ونشاط معين والتي يتم من خلاله تقييم مستوى الأداء البدني والجسمي للمدرس مما يسمح له بتقييم ذاتي حقيقي لما يشعر به عن قدراته وقابليته الكامنة ، كون استخدام الوسائل والألعاب التي تم استخدامها لها بدايات ونهايات واضحة، وقوانين وأنشطة تترجم إلى واقع عملي من قبل المدرس وتتطلب المنافسة وتحقيق الذات مما تسهم الى بذل اكبر الجهود من قبل المدرسين، وهنا يبين الباحث إن هذه البرامج توضع وفق أهداف محددة وخطط زمنية وفئات معينة مستهدفة، ونتائج يمكن توقعها تناسب الإمكانيات والجهود المبذولة ، وللترويج داخل البرامج النفس حركية الترويجية أهمية كبيرة ، كما إن أي نشاط يقوم به المدرس داخل هذا البرنامج ما هو إلا تعبير عن مستوى الفرد ككل، أي مقياس لقدراته، وينطبق هذا القول أيضا على الألعاب أو الأنشطة الرياضية على حداسواء، إلا أن وسيلة التعبير عن شخصية الفرد تتمثل في النواحي النفس حركية

## تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

لذلك كان لهذا البرنامج النفس حركي الترويجي الأثر الفعال على تطور تقدير الذات الجسمية لدى المدرسين، وهنا يؤكد (سيد محمد غنيم ) الى إن الذات الجسمية هي " القدرة والتوقع عن القدرات الكامنة من خلال فهمه الايجابي لذاته وتقديره لنقاط ضعفه وقوته بما يخدم تعزيز وتطوير شخصيته وثقته بنفسه، ويأتي ذلك نتيجة التدريب المبرمج المبني على الأسس العلمية المعززة بالاختبارات الدورية التي تمكن من الوقوف على حقيقة مستواه بما لديه من تصورات عن قدراته البدنية من سرعة وقوة ومرونة " (1) لذلك فمن المنطقي أن يكون هناك تطور في الاختبار البعدي .

3-4 عرض وتحليل نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمتغير الأداء الوظيفي :

### الجدول (15)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث في الاختبار القبلي والبعدي لمتغير الأداء الوظيفي

الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعلومات الإحصائية المتغيرات
ع2	س2	ع1	س1		
9.563	97.800	9.303	93.866	درجة	الأداء الوظيفي

من الجدول (15) يتبين إن الوسط الحسابي في اختبار الأداء الوظيفي في الاختبار القبلي كان (93,866)، والانحراف المعياري هو (9,303)، أما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي للمتغير نفسه (97,800) والانحراف المعياري (9,563).

### الجدول (16)

يبين فرق الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) لعينة البحث

المعلومات الإحصائية	وحدة القياس	ف	ع ف	ع س	قيمة (T) المحتسبة*	مستوى الخطأ	الدلالة الإحصائية
الأداء الوظيفي	درجة	3.933	3.673	0.948	4.147	0.001	معنوي

\*- عند درجة حرية (14) ومستوى معنوية (0.05)

وعند المعالجة الإحصائية للحصول على النتائج في اختبار الأداء الوظيفي بلغ فرق الأوساط الحسابية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي (3,933) وبانحرافات معيارية للفروق قدرها (3.673) ، وخطأ تقدير معاينة الفروق (0,948) وبلغت قيم (t) المحسوبة (4,147) ، عند مستوى خطأ بلغ (0,001) وأمام درجة حرية (14).

3-4 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي لمتغير الأداء الوظيفي :

يتبين لنا من خلال ما تم عرضه ان هناك فروق ذات دلالة احصائية في متغير الاداء الوظيفي ولصالح الاختبار البعدي، اذ إن للأداء الوظيفي علاقة باستعداد المدرس ودرجة تدريبه على العمل، وتوافر الأداة والوسيلة المناسبة للقيام بالعمل، و توافر الرغبة وإثارة السلوك المناسب الذي يحفز مدرس التربية الرياضية للقيام بهذا العمل، أي إن للأداء الوظيفي علاقة بكفاءة أداء المدرس لعمله فهو يعد مقياساً لقدرة الفرد على أداء عمله وهذا يتطلب منه قدرات حركية ونفسية من اجل القيام بواجباته خلال الدرس ،وهنا يبين (ناصر بن علي الصامل) "بأنه العلاقة بين الجهد والإمكانات وإدراك

(1) سيد محمد غنيم : النمو النفسي من الطفل الى الراشد، الكويت : مجلة عالم الفكر وزارة الاعلام ، المجلة السابعة، 1976، ص91.

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

الأدوار الواجب القيام بها وبالتالي يعد توصيف أداء الوظيفة بأنه نتيجة جهد الفرد المتأثر بإمكانياته وسماته وإدراكه بشكل عام،<sup>(1)</sup> ويرى الباحث إن السبب في ذلك يعود الى البرنامج الترويجي نفس\_حركي المقترح وما احتواه من مسابقات والعباب تم تطبيقها على عينة البحث والذي عمل على رفع مستوى القدرات الحركية للمدرسين من خلال ما أظهرته نتائج الاختبارات للقدرات البدنية المبحوثة وما تقدم من نتائج وبالتالي انعكاسه على قدراته أثناء تقديم الدرس لان واحدة من محددات الأداء الوظيفي هو القابلية أو القدرة والطاقة الجسمانية و العقلية التي يبذلها المدرس لأداء مهمته أو وظيفته وذلك للوصول إلى أعلى معدلات عطائه في مجال عمله ، وهنا تشير (راويه محمد حسن) " بأن محددات الأداء الوظيفي هي الجهد الذي يشير إلى الطاقة الجسمية والعقلية التي يبذلها الفرد لأداء مهمته أو وظيفته وذلك للوصول إلى أعلى معدلات عطائه في مجال عمله " (2) لذلك فمن الطبيعي أن يكون التطور في مستوى الأداء الوظيفي خلال درس التربية الرياضية نتيجة تعرض المدرسين إلى البرنامج الترويجي نفس\_حركي ، وهنا يؤكد (كمال علوان محيسن العائدي) " أن مفهوم الأداء الوظيفي يعتمد على الجهد مقدار الإسهام الذي يقدمه الفرد في انجاز المهمة، وهذا الإسهام الجهد يكون على شكل طاقة فكرية أو بدنية، أما الإمكانيات فتعني مقدار ما يتمتع به الشخص من صفات لغرض انجاز الوظيفة"<sup>(1)</sup> وهذا ما أظهرته نتائج الاختبارات البعدية كما عمل هذا البرنامج النفس حركي الترويجي على رفع الحالة المعنوية للمدرسين واندفاعهم نحو العمل لان هذا البرنامج كان يدفع المدرسين لتحقيق ذاتهم من خلال تحقيق الفوز فالنشاطات التي يعتبرها المدرسين مهمة لإنجاز أعمالهم هي التي تحدد طبيعة إدراكهم للأدوار الواجب القيام بها، فالجهد إذن يمثل الطاقة التي يبذلها المدرس في المسابقات والمنافسات والبرامج المتنوعة، وهنا يبين(صلاح الدين محمد عبد الباقي) " أهمية تحفيز العاملين ورفع روحهم المعنوية بما يحقق رضاهم عن العمل وزيادة إنتاجيتهم " (2) ، وكذلك كان لتأثير مفهوم الذات الجسمية وارتباطها بمستوى الاداء الاثر الكبير في تحسينه لدى افراد عينة البحث، ومن خلال تفاعل هذه العوامل فيما بينها يتحدد مستوى الأداء من خلال توافر الدافعية الفردية لكل مدرس و رفع مستوى القدرات الحركية ومدى قوتها كلها عوامل ساهمت على تطور الأداء الوظيفي ولذلك كانت النتائج منطقية.

## المصادر

- 1- إبراهيم محمد الخليفي: الإرشاد النفسي كمقدمة لتحقيق نوعية الحياة من منظور التعامل مع الذات ، مجلة كلية التربية ، بنها ، 2000 .
- 2- أحمد أبو أسعد: دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية ، مركز ديونو للتربية والتفكير ، الجزء الأول ، الأردن: عمان ، 2011 .
- أحمد سليمان عودة وفتح حسن ملكاوي: أساسيات البحث العلمي في التربية والإنسانيات ، عمان: مكتبة المنار للطباعة ، 1987 .

(1) ناصر بن علي الصامل: تنمية المهارات القيادية للعاملين وعلاقتها بالأداء الوظيفي في مجلس الشورى

السعودي ، رسالة ماجستير جامعة نايف، الرياض، 2011، ص 28.

(2) راويه محمد حسن : إدارة الموارد البشرية ، رؤيا مستقبلية ، مصر: دار الجامعة للنشر والتوزيع ، 2003 ، ص215.

(1) كمال علوان محيسن العائدي: أثر الحوافز على الأداء في المنشآت العامة للصناعات القطنية في العراق، رسالة ماجستير، الأردن، 2000، ص35.

(2) صلاح الدين محمد عبد الباقي: إدارة الموارد البشرية.مدخل تطبيقي معاصر، الإسكندرية: الدار الجامعية للنشر، 2004، ص20.

# تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء الوظيفي لمدرسي التربية البدنية

أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م. علاء هادي علي

- 4- أسعد أحمد عكاشة: أثر الثقافة التنظيمية على مستوى الأداء الوظيفي ، رسالة ماجستير في إدارة الأعمال ، الجامعة الإسلامية في غزة ، فلسطين: 2008.
- 5- تهاني عبد السلام: أسس الترويج والتعليم الترويجي ، القاهرة: دار المعارف ، 1992.
- 6- راوية محمد حسن: إدارة الموارد البشرية ، رؤية مستقبلية ، مصر: دار الجامع للنشر والتوزيع ، 2003.
- 7- روبرت ثورنديك وإليزابيث هيغن: القياس والتقويم في علم النفس والتعليم ، الأردن: الترجمة ، عبد الله الكيلاني و عبد الرحمن عدس ، الطبعة الرابعة ، مركز الكتاب الأردني للطباعة ، 1989.
- 8- سمير ، سامية شحاتة ، قدرة بعض الاختبارات النفسية على تشخيص رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة المنيا ، 2000.
- 9- سيد محمد غنيم: التطور النفسي والاجتماعي من الطفل إلى الكبار ، الكويت: مجلة عالم الفكر ، وزارة الإعلام ، المجلة السابعة ، 1976.
- 10- صديق محمد أحمد وسمير سامسما: دليل لإعداد وتصميم الاختبارات والقياسات النفسية ، مكتبة جامعة المنيا ، 2005.
- 11- صلاح الدين محمد عبد الباقي: إدارة الموارد البشرية ، منهج تطبيقي معاصر ، الإسكندرية: دار النشر الجامعي ، 2004.
- 12- عبد الله عبد الرحمن الكندري ومحمد عبد الدايم: مقدمة لأساليب البحث العلمي في التعليم والعلوم ، الكويت: طبعة 1999.2 ، مطبعة الفلاح ،
- 13- علي السليمي: إدارة السلوك التنظيمي ، القاهرة: دار غريب ، 2004.
- 14- كمال علوان محيسن العيدي: أثر الحوافز على الأداء في المؤسسات العامة لصناعات القطن في العراق ، رسالة ماجستير ، الأردن ، 2000.
- 15- لطفي محسن: قياس الشخصية المصرية ، الدولية للطباعة والنشر ، القاهرة: 2006. 2006.
- 16- لطفي محسن: أسس الإحصاء الاجتماعي ، مكتبة التعليم المفتوح ، جامعة عين شمس ، القاهرة: 2006.
- 17- محمد سعود الشمري: الخصائص الشخصية للأشخاص ذوي التحمل النفسي الشديد وضعف وعلاقتهم بطرق الأبوة والأمومة لطلاب الجامعة ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، 2001.
- 18- محمد سعيد أنور سلطان: السلوك التنظيمي ، الإسكندرية: دار الجامعة الجديدة ، 2004.
- 19- محمد سليمان البلوي: التمكين الإداري وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى معلمي المدارس العامة في محافظة الوجه - المملكة العربية السعودية من وجهة نظرهم ، جامعة مؤتة ، رسالة ماجستير ، 2008.
- 20- محمد عثمان: تعليم قيادة السيارات والتدريب الرياضي ، الكويت: دار القلم ، 1987.
- 21- محمد محمد الحمادي ، عابدة عبد العزيز مصطفى: الترفيه بين النظرية والتطبيق ، الطبعة الثانية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة: 1998.
- 22- محمد يحيوي: تقدير الذات ، أستاذ التربية الرياضية ، الجزائر: 2001.
- 23- مروان عبد الحميد إبراهيم: طرق وأساليب البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية ، عمان ، دار النشر العلمي والتوزيع ، 2002.
- 24- مصطفى أحمد: إدارة السلوك التنظيمي: رؤية معاصرة لسلوك الناس في العمل ، القاهرة: مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع ، 2002.

تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

- 25- مهند عبد سالم عبد العلي: مفهوم الذات وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية وعلاقتها بظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في محافظتي جنين ونابلس ، جامعة النجاح الوطنية ، كلية دراسات عليا ، رسالة ماجستير ، 2003.
- 26- ناصر بن علي السامل: تطوير المهارات القيادية للموظفين وعلاقتهم بالأداء الوظيفي في مجلس الشورى السعودي ، رسالة ماجستير ، جامعة نايف ، الرياض ، 2011.
- 27- وجيه محجوب: البحث العلمي وأساليبه ، بغداد: دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002.
- 28- وجيه محجوب: مناهج البحث العلمي وأساليبه بغداد: الطابق الأول ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، 1993 م.
- 29- وجيه محجوب: برامج تعليمية وتدريبية وحركية ، عمان: الشروق ، 2002.
- 1- Ibrahim Muhammad Al-Khulaifi: Psychological counseling as an introduction to achieving quality of life from the perspective of dealing with the self, Journal of the Faculty of Education, Benha,2000.
- 2- Ahmad Abu Asaad: Guide to Metrology and Psychological and Educational Tests, DeBono Center for Education and Thinking, Part One, Jordan: Amman, 2011.
- 3-Ahmad Suleiman Odeh and Fathi Hassan Malkawi: Fundamentals of Scientific Research in Education and Humanities, Amman: Al-Manar Library for Printing,1987.
- 4- Asad Ahmad Okasha: The Impact of Organizational Culture on the Level of Job Performance, Master Thesis in Business Administration, Islamic University of Gaza, Palestine:2008.
- 5- Tahani Abdel Salam: Foundations of Recreation and Recreational Education, Cairo: Dar Al-Maaref,1992.
- 6- Rawia Muhammad Hassan: Human Resources Management, a future vision, Egypt: Dar Al-Jame'a for Publishing and Distribution, 2003.
- 7- Robert Thorndike and Elizabeth Hegen: Measurement and Evaluation in Psychology and Education, Jordan: Translation, Abdullah Al-Kilani and Abdel-Rahman Adass,1989. 4th Edition, Jordan Book Center for Printing,
- 8- Samir, Samia Shehata, the ability of some psychological tests to diagnose, unpublished Master Thesis, Faculty of Arts, Minia University, 2000.
- 9- Syed Muhammad Ghunaim: Psychosocial Development from Child to Adult, Kuwait: World of Thought Magazine, Ministry of Information, Seventh Magazine,1976.
- 10- Siddig Muhammad Ahmad and Samir Samsamia: A guide to preparing and designing psychological tests and measurements, Minia University Library,2005.

تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

- 11- Salah El-Din Mohamed Abdel-Baqi: Human Resources Management, a contemporary applied approach, Alexandria: University Publishing House, 2004.
- 12- Abd Allah Abd Al-Rahman Al-Kandari and Muhammad Abd Al-Dayem: An Introduction to Scientific Research Methods in Education and Science, Kuwait: 1999.2 edition, Al-Falah Press,
- 13- Ali Al-Sulaimi: Organizational Behavior Management, Cairo: Dar Gharib, 2004.
- 14- Kamal Alwan Muheisen Al-Aidi: The Impact of Incentives on Performance in General Establishments for Cotton Industries in Iraq, Master Thesis, Jordan,2000.
- 15- Lotfi Mohsen: Measuring the Egyptian Personality, International Printing and Publishing, Cairo:2006. .2006
- 16- Lotfi Mohsen: Foundations of Social Statistics, Open Education Library, Ain Shams University, Cairo:2006.
- 17- Muhammad Saud Al-Shammari: Personal Characteristics of People with High Psychological Endurance and Impairment and their Relationship with Parenting Methods of University Students, PhD Thesis, College of Education, Al-Mustansiriya University,2001.
- 18- Muhammad Saeed Anwar Sultan: Organizational Behavior, Alexandria: New University House, 2004.
- 19- Muhammad Sulaiman Al-Balawi: Administrative Empowerment and its Relationship with Job Performance among Teachers of Public Schools in Al-Wajh Governorate - Kingdom of Saudi Arabia from their viewpoint, Mu'tah University, Master Thesis,2008.
- 20- Muhammad Othman: Motor Learning and Sports Training, Kuwait: Dar Al-Qalam,1987.
- 21- Mohamed Mohamed El Hamami, Aida Abdel Aziz Mostafa: Recreation between theory and practice, 2nd edition, The Book Center for Publishing, Cairo: 1998.
- 22- Mohamed Yahyaoui: Self-esteem by Professor of Physical Education, Algeria: 2001.
- 23- Marwan Abdul Hamid Ibrahim: Methods and Methods of Scientific Research in Physical and Sports Education, Amman, Scientific Publishing and Distribution House,2002.

تأثير برنامج ترويجي (نفس\_حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

- 
- 
- 24- Mustafa Ahmed: Organizational Behavior Management: A Contemporary View of People Behavior at Work, Cairo: Dar Al Thaqafa Library for Publishing and Distribution, 2002.
- 25- Muhannad Abd Salim Abd Al-Ali: Self-concept and the effect of some demographic variables and its relationship to the phenomenon of psychological combustion among governmental secondary school teachers in the governorates of Jenin and Nablus, An-Najah National University, College of Graduate Studies, Master Thesis, 2003.
- 26- Nasser bin Ali Al-Samel: developing leadership skills of employees and their relationship to job performance in the Saudi Shura Council, Master Thesis, Naif University, Riyadh, 2011.
- 27- Wajih Mahjoub: Scientific Research and its Methods, Baghdad: Dar Al Kutub for Printing and Publishing, 2002.
- 28- Wajih Mahjoub: Scientific Research Methods and Methods Baghdad: 1nd floor, Dar Al-Hekma for Printing and Publishing, 1993. AD.
- 29- Wajih Mahjoub: Learning, Teaching, and Kinetic Programs, Amman: Al-Shorouk, 2002.

تأثير برنامج ترويحي (نفس - حركي) في مفهوم الذات الجسمية والأداء  
الوظيفي لمدرسي التربية البدنية  
أ. د. إيمان حمد شهاب الجبوري م.م علاء هادي علي

**The effect of a recreational program (psychological - motor) on the  
concept of physical self and the functional performance of physical  
education teachers**

**Prof. Iman Hamad Shihab      Assistant teacher Alaa Hadi Ali**  
**University of Mustansiriya / Faculty of Basic Education**

**Abstract**

The problem of the research is that there is a lack of proper understanding of the importance of the concept of physical self in physical education teachers and thus cause a decrease in the level of functional performance below the required level due to the lack of recreational programs (the same \_ kinetics), which causes lack of physical activity for them, so the researchers prepared a program For teachers of physical education includes the use of many means and recreational games, which lead to increased knowledge of the concept of their physical self as well as help them to increase their activity and physical abilities and thus improve the level of performance. The objectives of the research were: the preparation of a recreational program (the same \_ dynamic) for teachers of physical education as well as the preparation of measures for each of (the concept of physical self and functional performance) for teachers of physical education. And to identify the effect of recreational program (self \_ motor) prepared on the body self. The research hypotheses included: There are statistically significant differences between the results of tests (tribal and dimensional) in the concept of physical self and functional performance of teachers of physical education. There are also statistically significant differences between the results of tests (pre and post) in the physical self and the performance of teachers of physical education. The second chapter dealt with several theoretical studies related to the subject of research as well as similar studies. The third chapter included the research community ( 87 teachers) and its sample of (27) teachers for the exploratory and main experience. The third chapter contains the homogeneity of the sample and the means and tools used in the research, and the tests used in the research were presented in detail, as well as the exploratory experiment and tribal tests and the main experiment and its details down to the post-tests and statistical methods used in the research. The fourth chapter contains the presentation of the results that emerged through the use of statistical methods and the processing of raw data obtained from the tests, and presented and analyzed the results and discussed. The researchers concluded in Part V several conclusions, including: The recreational program (the same \_ dynamic) worked to develop the concept of physical self and functional performance of teachers of physical education. The researchers also recommended several recommendations, including: Adoption of the recreational program (the same \_ dynamic) prepared by the researcher On other samples from physical education teachers and from other regions and governorates.