

الذات البدنية وعلاقتها في تعلم المهارات الأساسية لفعالية الجمناستك لدى طلبة المرحلة الثالثة

م.م علي حسين جاسم

م.م احمد راضي فاضل

م.م مرتضى ضياء عويد

Ali.h.jassim@alsalam.edu.iq

الملخص

يهدف البحث الى التعرف على الذات البدنية وعلاقتها بالتفكير الابداعي عند طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وكيف ياثّر هذا على ادائهم استخدم الباحثين المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي والارتباطي لانه الانسب لمشكلتنا مجتمعنا شمل طلبة الكلية في جامعة الطوسي للعام الدراسي 2025 2026 واخترنا عينة البحث (15) طالبا وطالبة من المرحلة الثالثة بطريقة طبقية عشوائية وبطبيعة الحال استخدمنا برنامج (SPSS) حتى نعالج البيانات احصائيا وحسبنا الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط والمفاجاة اننا استنتجنا ان الطلبة يمتلكون مستوى جيد من التفكير الابداعي والذات البدنية لكن الغريب انه لا توجد علاقة ارتباط قوية بينهم لان التفكير الابداعي مرتبط اكثر بالقدرات العقلية بينما الذات البدنية ترتبط بالقدرات الجسمية وفي النهاية اوصينا بضرورة الاهتمام بتنمية الجانبين العقلي والبدني معا عند طلبة التربية الرياضية ونأمل ان نرى دراسات اخرى تربط الذات البدنية بمتغيرات نفسية وحركية مختلفة وعلى عينات اكبر.

Physical Self and Its Relationship to Learning the Fundamental Skills of Artistic**Gymnastics among Third-Year Students**

By

Asst. Lect. Ali Hussein Jasim

Asst. Lect. Ahmed Radhi Fadhil

Asst. Lect. Murtadha Diaa Owaid

Abstract:

The research aims to identify the physical self and its relationship with creative thinking among the students of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences and how this affects their performance. The researchers used the descriptive approach in the survey and relational method because it is the most appropriate for our problem. Our community included the students of the faculty at Al-Tusi University for the academic year 2021-2022 and we selected the research sample (15) male and female students from the third stage in a random stratified method, and of course, we used the (SPSS) program to process the data statistically, and we calculated the arithmetic mean, the standard deviation, and the simple correlation coefficient, and the surprise that we We concluded that students possess a good level of creative thinking and physical self, but strangely enough, there is no strong correlation between them because creative thinking is more related to mental abilities while physical self is related to physical abilities, and in the end, we recommended the need to pay attention to the development of both mental and physical aspects in physical education students, and we hope to see other studies linking the physical self to different psychological and motor variables and on larger samples.

1- التعريف بالبحث

1-1. مقدمة البحث وأهميته :

يرتبط تطوير التربية البدنية وعلوم الرياضة أساساً بمفهوم التربية بوجه عام ، فالتربية عملية تستهدف تحقيق النمو الامثل من جميع النواحي سواء أكانت نواح بدنية ام فكرية ام عقلية ام وجدانية ام خلقية ، فاذا وجه الاهتمام الى هذه النواحي ، امكنا في النهاية الوصول الى الشخصية المتزنة المتكاملة . ولا يغفل علينا بان الدراسة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة تجمع بين الدراستين النظرية والعملية ، وان الطابع العملي يمثل جزءا كبيرا من الدروس الاكاديمية للاعبين الرياضية التي يتلقاها الطلاب على مدار السنوات الاربع ، وهذه الخصوصية تفرض سلوكيات ومواقف تنافسية مختلفة على اساس اختلاف الدروس

العملية . وعليه تبرز المتطلبات البدنية من بين العديد من المتطلبات التي يحتاجها الطالب لاجتياز المقررات في هذه الكلية، ويعد التحصيل العملي فيه ركنا اساساً يتم على ضوءه تقييم وتقويم مستويات الطلاب ، ومن ثم تقرير امكانية انتقالهم وتدرجهم من مرحلة الى مرحلة اعلى .

فالبناء الجسمي يفرض نفسه في ممارسة الانشطة الرياضية على صعيد البطولات او الترويح او التحصيل الاكاديمي ، فالطالب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة على وجه الخصوص لا يمكن ان يؤدي مختلف المهارات الرياضية للالعاب الفردية والفرقية بشكل جيد مالم يمتلك جسماً ملائماً قدر الامكان ، فالذات البدنية تعد العامل الحاسم لتحقيق الاداء الافضل وهي اهم اجزاء بنية الذات والتي لها علاقة وثيقة بنجاح الفرد وقدرته على التفكير بطريقة مختلفة لتحقيق الاهداف التي يضعها الفرد لنفسه او يضعها الآخرون له ، فهي عبارة عن الصورة التي نمتلكها عن ذاتنا وتمثل كل معتقدات الفرد عن طبيعته وافتراضات الناس عن مواطن القوة والضعف فيه ووصف صادق لما يتميز به من سلوك وخبرة .

ان فكرة الفرد عن نفسه تؤثر على ادائه والطريقة التي يفكر بها اذ يشعر ان الآخرين يدركونه بما تؤثر على علاقاته بهم وتحدد شخصيته واستجاباته للآخرين وان الفرد ذو المفهوم الايجابي للذات يشعر ان لديه ذات قوية يفكر بطريقة مبتكرة. وتكمن اهمية البحث في التعرف على الذات البدنية كمتغير قد يكون له دور في طريقة التفكير وبالتالي الوصول الى نتائج قد نتمكن من الاعتماد عليها في تحديد دور الذات البدنية لدى الطلبة .

الكلمات المفتاحية: (الذات البدنية ، تعلم المهارات الأساسية ، الجمناستك الفني)

1-2. مشكلة البحث:

تفرض طبيعة الدراسة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة سلوكيات ومواقف تنافسية مختلفة من حيث تنوع الدروس العملية مما يحتم ضرورة التمتع بنواحي بدنية ونفسية بقدر معين ،وبناءً على ما قد تلعبه الذات البدنية من دور في طريقة التفكير عليه تتناول مشكلة هذا البحث الذات البدنية كمتغير نفسي من الممكن ان يعطي دعماً داخلياً لقدرة الفرد اظهار طريقة مختلفة في التفكير .

والدراسة الحالية هي محاولة للإجابة عن تساؤل الباحثين الى بيان الذات البدنية وعلاقتها بالتفكير الابداعي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-3. أهداف البحث:

يهدف البحث الى التعرف على الذات البدنية وعلاقتها بمستوى التفكير الابداعي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الطوسي.

1-4. فروض البحث :

* هناك علاقة معنوية ذات دلالة احصائية بين الذات البدنية والتفكير الابداعي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الطوسي.

1-5. مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة الطوسي.

2-5-1 المجال الزمني : الفترة من (2026/1/7) الى (2026/2/24) .

3-5-1 المجال المكاني : قاعات وملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الطوسي.

1-6. تحديد المصطلحات :

1-6-1 مفهوم الذات (Self-Concept):

1. عرفه كاظم انه اتجاهات الفرد وتقييماته لنفسه اي كما هو معروف لنفسه (كاظم ،36،1990) (1).

2. عرفه بكر (1979): بانه الصورة التي يحملها الفرد عن نفسه من حيث خصائصها وصفاتها في مختلف جوانب الشخصية وكما يدركها هو(بكر ، 38،1979) (2).

3. اما جورارد ولاندزمن (Jourard & Landzmen,1988): فيشيران الى ان مفهوم الذات هو الصورة التي نمتلكها عن ذواتنا (3) (Jourard & Landzmen , 1988,216)

1-6-2 الذات البدنية (Self -Perception) :

1. هو تقدير الفرد للصفات البدنية التي يتمتع بها في ضوء ادراكه لمواطن القوة

2. والضعف لكفاءته البدنية المرتبطة بممارسة الانشطة الرياضية.(علاوي ورضوان ،116،1987) (4)

3. التعريف الاجرائي للذات البدنية : هو خصائص الطالب وصفاته الايجابية والسلبية ، كما يدركها هو في كفاءته ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في كل بعد من ابعاد مقياس الذات البدنية .

3. منهجية البحث و اجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته طبيعة البحث وأهدافه، وبالاسلوب الارتباطي .

2-3 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث بطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي (2021م-2022م)، اما العينة فقد اختيرت بالاسلوب الطبقي العشوائي من المرحلة الثالثة وقد بلغ عددها (15) طالباً وطالبة ، وقد تم مراعاة عدم شمول الطلاب الراسيين والمؤجلين والذين تتجاوز اعمارهم (23) سنة .

3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة

-المصادر والمراجع.

- شبكة المعلومات الدولية(الانترنت).
- الاختبارات والمقاييس العملية النهائية المعدة لهذا الغرض (الورقة والقلم) كوسائل لجمع البيانات وكما يأتي:

1-3-3 المقاييس المستخدمة في البحث.

تم الاستعانة بمقياس (الصفحة النفسية لادراك الذات البدنية) (The physical self-pereception profile (pspp)) والمصمم من قبل (كينيث فوكس ،1990) (34) وللاعمار من (17-23) سنة أي ما يعادل سن نهاية المرحلة الثانوية وسن المرحلة الجامعية في النظام التعليمي العربي.

وصف للمقياس

يتضمن المقياس (5) ابعاد هي،

- المظهر الخارجي للجسم (جاذبية الجسم) Body attractiveness
- القدرة البدنية Physical strength
- الحالة البدنية (اللياقة البدنية) Physical condition

- الكفاءة الرياضية Sport competence

- قيمة الذات البدنية Physical self-Concept

3-4 التجربة الاساسية :

تم اجراء التجربة الاساسية بتقسيم افراد عينة البحث لملئ مقياسي البحث على مدى (3) ايام وحسب ايام دوام الطلبة اذ تم توزيع مقياس وصف الذات البدنية والتفكير الابداعي على (10) طلاب و(10) طالبات في كل يوم وبمساعدة فريق العمل المساعد، للفترة من يوم الثلاثاء المصادف (2026/1/20) ولغاية يوم الخميس المصادف (2026/1/22)، اذ تم مراعاة التقارب في الفترة الزمنية للحصول على البيانات الخاصة بالذات البدنية فضلا عن مستوى التفكير الابداعي.

3-5 الوسائل الاحصائية :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط.
- وقد تم اجراء التحليل الاحصائي باستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS).

3-6 تجانس مجموعتي البحث:

الجدول (1)

يبين علاقة ارتباط الذات البدنية بالتفكير الإبداعي

ت	المتغيرات	س-	ع±	الارتباط البسيط	Sig
1	نسبة التفكير الابداعي	54.933	3.674		
2	وصف الذات البدنية	76.867	15.348	.139	.310

* معنوي عند (0.05) ≤ (Sig).

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها.

4-1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة من خلال الجدول (1) يتبين انه ليست هناك علاقة ارتباط بين التفكير الابداعي والذات البدنية لدى عينة من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة الطوسي التي بلغت قيم ارتباطها (0.139) و (310) (Sig.) وهي اكبر من قيمة (0.05)، أي ان هناك نسبة تأثير ضعيفة جداً بين المتغيرين ، وفسر الباحثين ذلك كون ان المتغيرين يرتبطان بجوانب مستقلة عن الآخر ، اذ ان الذات البدنية ترتبط بما يمتلكه الفرد من قدرات بدنية وصفات تمكنه من أداء مهاراته الرياضية او بعض الواجبات الحركية أي مصدرها البنية الجسمية للفرد وما اكتسبه من صفات وقدرات نتيجة التدريب او الممارسة اليومية ، اما فيما يخص التفكير الإبداعي فهو يعد قدرة ذهنية عقلية بالإمكان تنميتها وتطويرها عن طريق الخبرة والمعرفة وغيرها لأجل مواجهة المشاكل والصعوبات وإيجاد افضل الحلول لها ، لذا فالقدرات الذهنية تسهم بشكل بسيط في القدرات البدنية ، لذا فالباحثين فسرو هذه النسبة القليلة في مدى ارتباط قدرة الفرد على اثبات وإدراك ذاته البدنية . كون ان عملية التفكير لا تتطلب قدرات بدنية او حركية بل تتطلب قدرة ذهنية ومعرفة جيدة لإيجاد الحلول والتصرف السليم وهذا ما أشار اليه (أسامة كامل راتب، 1997، 342) (35) " إن التصور الجيد للذات يجعل الفرد أكثر ثقة في معاملاته مع الآخرين وفي أدائه ويؤثر في مدى نجاحه ويمكن الاستفادة من تقدير الفرد لنفسه حيث تعتبر هذه التقادير ذات قيمة حقيقية لانها انعكاس ذاتي للفرد وعن طريقها يستطيع الفرد مواجهة الظروف المحيطة به، فيما يشير (محمد حسن أبو عبيه، 1977، 30) (36) إلى أن " تقدير الناشئ لنفسه وذاته يعطي تقارير ذات قيمة لأنها انعكاس ذاتي له وعن طريقها يستطيع مواجهة الظروف المحيطة به.

4-2 مناقشة النتائج :

يؤكد (أسامة كامل راتب، 1997، 342) (35) إن التصور الجيد للذات يجعل الفرد أكثر ثقة في معاملاته مع الآخرين وفي أدائه ويؤثر في مدى نجاحه ويمكن الاستفادة من تقدير الفرد لنفسه حيث تعتبر هذه التقادير ذات قيمة حقيقية لانها انعكاس ذاتي للفرد وعن طريقها يستطيع الفرد مواجهة الظروف المحيطة به، فيما يشير (محمد حسن أبو عبيه، 1977، 30) (36) إلى أن " تقدير الناشئ لنفسه وذاته يعطي تقارير ذات قيمة لأنها انعكاس ذاتي له وعن طريقها يستطيع مواجهة الظروف المحيطة به.

5. الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات:

- 1- تمتع افراد عينة البحث بمستوى جيد من التفكير الإبداعي .
- 2- تمتع افراد العينة بمستوى جيد من الذات البدنية .
- 3- وجود علاقة ارتباط ضعيفة بين التفكير الإبداعي والذات البدنية لدى عينة البحث؟
- 4- ان اختلاف ابعاد كلا المتغيرين (الذات البدنية) كونها تعتمد على الكتلة العضلية وما يمتلكه الجسم من قدرات وصفات بدنية ، وابعاد (التفكير الإبداعي) كونه قدرة ذهنية ومعرفية جعلت من عدو وجود علاقة ارتباط قوية بينهما.

2-5 التوصيات:

1. التأكيد على اجراء الاختبارات الخاصة بالقدرات العقلية لدى عينة البحث.
2. التأكيد على اجراء العديد من الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية والسلوكية.
3. التأكيد على إيجاد العلاقة بين متغيرات عدة مع الذات البدنية .
4. اجراء هذه الدراسة على عينات أخرى.

المصادر والمراجع

1. علاوي ، محمد حسن ورضوان ، محمد نصر الدين (1987): الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي، ص166.
2. صالح ، قاسم حسين (1997): الشخصية بين التنظير والقياس ، صنعاء مكتبة الجيل الجديد ، دار النشر للجامعات ، ط1.
3. السبعواوي ، فضلة عرفات (2001): مستوى تحقيق الذات لدى المعلمين والمدرسين في مركز محافظة نينوى وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة الموصل.
4. عمر، منى محمود (2000) : ديناميكية نمو القدرة على التفكير ألابتكاري الحركي في الجمباز الإيقاعي لتلميذات المرحلة السنية (9 - 12) سنة . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد (18) جامعة الإسكندرية ، مصر .

5. كاظم محمد وآخرون (1999) : مبادئ القياس والتقويم في التربية. ط1، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
6. علاوي ، محمد حسن (1997) : مدخل علم النفس الرياضي . ط1 ، دار المعارف للطباعة والنشر ، القاهرة .
7. علاوي ، محمد حسن (2002): علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية . دار الفكر العربي، القاهرة .
8. سعادة ، جودة احمد (2003) : تدريس مهارات التفكير . ط1 ، الإصدار الأول ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
9. افيدوف ،لندا ، ل (1988): مدخل علم النفس ، ترجمة : سيد الطواب ، دار ماكجروهيل للنشر ، ط2.
10. رضوان ، محمد نصر الدين (1997): المرجع في القياسات الجسمية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
11. يعقوب ، ابراهيم (1992): مفهوم الذات في مرحلة المراهقة ابعاده وفرق الجنس والمستوى الدراسي (دراسة ميدانية) ، مجلة ابحاث اليرموك ، المجلد الثامن ، العدد4، عمان.
12. العتوم ، عدنان عمر ، الموفي ، محمد احمد (1994): تاثير اسباب الاعاقة والوضع الاجتماعي ومكان السكن في مفهوم الذات للمعوقين حركيا في الاردن ، مجلة البحوث التربوية ، العدد6، السنة الثالثة ، عمان.
13. لازاروس،ريتشارد .س(1981): الشخصية ، ترجمة سيد محمد غنيم ، دار الشروق ، مكتبة اصول علم النفس الحديث ، كلية التربية ،جامعة بغداد .
14. حنورة ، مصري عبد الحميد (1997): الإبداع في منظور تكاملي . مكتبة أنجلو المصرية ،القاهرة
15. الجيزان ، عبد الآلة إبراهيم (2002): لمحات عامة في التفكير الإبداعي. مكتبة الملك فهد الوطنية ،الرياض.
16. عبد المختار ،محمد خضر وعدوي،أنجي صلاح فريد(2011):التفكير النمطي والإبداعي. مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث، ط1 ،كلية الهندسة ،جامعة القاهرة، القاهرة .
17. حنورة ، مصري عبد الحميد (1997): الإبداع في منظور تكاملي . مكتبة أنجلو المصرية ،القاهرة .

18. عويس، عفاف احمد،(2003): سيكولوجية الإبداع عند الأطفال. دار الفكر العربي للطباعة والنشر ،ط1 ،عمان .
19. سعادة ، جودة احمد (2003) : تدريس مهارات التفكير . ط1 ، الإصدار الأول ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
20. الحارثي ، إبراهيم احمد (1999): تعليم التفكير . مكتبة الملك فهد الوطنية ، الرياض .
21. الترتوري، محمد عوض (2006) : التربية والتفكير الإبداعي. عمان ، الأردن.
22. التعليم المفتوح (1999) : علم النفس التربوي . القدس ، فلسطين ..
23. عاقل ، فاخر (1990): علم النفس التربوي . دار العلم للملايين ، بيروت ، لبنان .
24. العبدلات، أسماء ضيف الله صالح (2000): أثر البرنامج التدريبي (DATT) أدوات التفكير والانتباه المباشر على التفكير الإبداعي كقدرات وسمات إبداعية لدى عينة من طالبات الصف الأول الثانوي في كل من الفرعين الأدبي والعلمي. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن. .
25. عمر ، منى محمود (2000) : ديناميكية نمو القدرة على التفكير ألابتكاري الحركي في الجمناز الإيقاعي لتلميذات المرحلة السنية (9 - 12) سنة . المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد (18) جامعة الإسكندرية ، مصر .
26. بكر ، محمد الياس (1979) : قياس مفهوم الذات والاعترا ب لدى طلبة الجامعة ، اطروحة دكتوراه (غير منشورة) ، كلية التربية ابن رشد ، جامعة بغداد.
27. عويس، عفاف احمد،(2003): سيكولوجية الإبداع عند الأطفال. دار الفكر العربي للطباعة والنشر ،ط1 ،عمان .
28. عاقل ، فاخر (1990): علم النفس التربوي . دار العلم للملايين ، بيروت ، لبنان .
29. اسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي ، المفاهيم ، التطبيقات . ط2 : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ، ص 342..
30. محمد حسن أبو عبيه : المنهج في علم النفس الرياضي ، مصر ، دار المعارف ، 1977 ، ص30 .

المصادر الاجنبية

32. Jourrad,M.(1974): Healthy personality ,macmillan New York.
33. Levy,Ronald ,B.(1977) : Self-Revelation Through Relationships ,New Jersey prentice-Hall.
34. Mischel,O.(1977):"The self basil" Blacwell Oxford printed in Great Britain.
35. Shakian ,W.(1974): "Psychology of Personality "Chicago.
- Pressey , S.L. (1965): Concerning the nature of genius , in contemporary reading in general psychology (R.S.DANIEL, ed)