

رقم:.....

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي

تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي

(دراسة ميدانية على مستوى بعض ثانويات بولاية الوادي)

تحت إشراف:

- د / أحمد بن شعيب

من إعداد:

- قمولة سعد

- موساوي طه

السنة الجامعية: 2025/2024

رقم:.....

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

تخصص نشاط بدني رياضي مدرسي

تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي

(دراسة ميدانية على مستوى بعض ثانويات بولاية الوادي)

تحت إشراف:

- د / أحمد بن شعيب

من إعداد:

- قمولة سعد

- موساوي طه

السنة الجامعية: 2025/2024

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر وعرفان

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات، وبعد ...

أتقدم بجزيل الشكر والتقدير والعرفان إلى كل من مد لي يد العون وساهم في إنجاز هذا

العمل، وأخص بالذكر:

أستاذي المشرف بن شعيب أحمد، على ما بذله من جهد وتوجيهات سديدة، وصبره

ودعمه المتواصل طيلة فترة إعداد هذه المذكرة.

كما لا يفوتني أن أشكر كافة الأساتذة الذين درسوني وقدموا لي العلم والمعرفة، ولكل من

شجعني وكان سنداً لي.

ولا أنسى أن أتوجه بخالص الامتنان لعائتي الكريمة على دعائهم المستمر وتشجيعهم

الدائم، فلهم مني كل الحب والتقدير.

الاهداء

إلى من غرست في نفسي حب العلم والمعرفة،

إلى من كانت قدوتي وسندي في الحياة . . .

إلى والديّ العزيزين،

أهدي هذه المذكرة عربون محبة ووفاء، وتقديراً لتضحياتكما ودعائكما المستمر.

إلى أساتذتي الكرام،

إلى كل من علّمني حرفاً وأسهم في تكويني العلمي،

كل الاحترام والتقدير.

إلى زملائي وأصدقائي الذين شاركوني رحلة الدراسة،

ذكراكم ستظل خالدة في ذهني.

إلى كل من دعمني وشجعني،

لكم مني أصدق عبارات الشكر والعرفان.

الملخص:

تتناول هذه المذكرة تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وتحصيلهم الدراسي. افترضت الدراسة أن النشاط البدني يؤثر إيجابيًا على انتباه التلاميذ ويعزز تحصيلهم الدراسي. اعتمدت المنهجية على توزيع 33 استمارة استبيان على أساتذة ثانويات ولاية الوادي، حيث تم تحليل البيانات باستخدام برنامج Excel و SPSS v.25.

أظهرت النتائج ما يلي:

- بينت النظريات السلوكية والمعرفية أن الانتباه يمكن تحسينه من خلال الممارسات البدنية التي تتطلب التركيز، والتنسيق، والاستجابة السريعة.
- أظهرت النتائج أن التلاميذ المشاركين في النشاط البدني يتمتعون بقدرة أكبر على التركيز والانتباه خلال الحصص الدراسية، مما انعكس إيجابيًا على تحصيلهم الأكاديمي.
- تبين أن العلاقة بين النشاط البدني والتحصيل الدراسي تمر عبر وساطة مستوى الانتباه، مما يؤكد على أهمية التركيز على هذا الجانب في البرامج التربوية.

ABSTRACT

This thesis examines the impact of practicing physical education activities on the attention of final-year students and their academic performance. The study hypothesized that physical activity positively affects students' attention and enhances their academic achievement. The methodology involved distributing 33 questionnaires to teachers in secondary schools in the Wilaya of El Oued, with data analyzed using Excel and SPSS v.25.

The results showed the following:

Behavioral and cognitive theories indicated that attention can be improved through physical practices that require focus, coordination, and quick responses.

The results demonstrated that students participating in physical activities have a greater ability to concentrate and pay attention during class, which positively reflects on their academic performance.

It was found that the relationship between physical activity and academic achievement is mediated by the level of attention, emphasizing the importance of focusing on this aspect in educational programs.

قائمة المحتويات

أ.....	شكر وعرفان
ب.....	الاهداء
ج.....	الملخص:
ه.....	قائمة المحتويات
ح.....	قائمة الجدول
ط.....	فهرس الاشكال
1.....	المقدمة

الجانب التمهيدي

التعريف بالبحث

5.....	تمهيد:
5.....	1- إشكالية الدراسة:
6.....	2- تساؤلات الدراسة
6.....	3- أهداف الدراسة:
6.....	4- أهمية الدراسة
7.....	5- المفاهيم والمصطلحات الأساسية المرتبطة بالدراسة
9.....	6- الدراسات السابقة:

الجانب النظري

الفصل الأول:

النشاط البدني الرياضي التربوي

18	1- النشاط البدني الرياضي
18	1-1- مفهوم النشاط البدني والرياضي:
22	1-2- أنواع النشاط البدني الرياضي:
25	1-3- خصائص وأهداف النشاط الرياضي:
28	2- النشاط البدني الرياضي التربوي
28	2-1- مفهوم النشاط البدني الرياضي التربوي:

28	2-2- دوافع وخصائص ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي:
30	2-3- أهمية النشاط البدني والرياضي التربوي:
30	2-4- أنواع وأقسام النشاط البدني الرياضي التربوي:
33	2-5- وظائف النشاط البدني الرياضي التربوي:
36	خلاصة الفصل:

الفصل الثاني:

الانتباه والتحصيل الدراسي

38	تمهيد:
38	1- الانتباه:
38	1-1- تعريف الانتباه:
39	1-2- خصائص الانتباه:
41	1-3- مراحل الانتباه:
42	1-4- أنواع الانتباه:
45	2- التحصيل الدراسي:
45	2-1- تعريف التحصيل الدراسي:
46	2-2- العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي:
49	2-3- أنواع التحصيل الدراسي:
50	2-4- أهمية التحصيل الدراسي:
50	2-5- وسائل قياس التحصيل الدراسي:
50	2-6- وسائل قياس التحصيل الدراسي:
52	خلاصة الفصل:

الجانب الميداني

الفصل الثالث:

الطرق المنهجية للدراسة

55	تمهيد:
55	1- منهج الدراسة الميدانية:
55	2- مجتمع الدراسة:

3-	عينة الدراسة.....	55
4-	بناء أداة الدراسة.....	58
5-	الأدوات المستخدمة في تحليل نتائج الاستبيان.....	59
6-	الأساليب الإحصائية للدراسة.....	60
7-	اختبار صدق وثبات الاستبيان.....	61

الفصل الرابع:

عرض وتحليل النتائج

1-	عرض نتائج محاور الاستبيان:.....	66
1-1-	عرض وتحليل نتائج الفرضية الاولى:.....	67
1-2-	عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:.....	69

الفصل الخامس:

مناقشة النتائج في ظل الفرضيات

	تمهيد:.....	72
1-	مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:.....	72
2-	مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:.....	73
	خلاصة الفصل:.....	75
	الخاتمة العامة:.....	76
	اقتراحات وتوصيات.....	77
	قائمة المصادر والمراجع.....	78
	الملاحق.....	78

قائمة الجدول

- الجدول رقم (01): النتائج الإحصائية للاستمارات الإستبيان الموزعة. 56
- الجدول رقم (02): توزيع العينة حسب متغير الجنس..... 57
- الجدول رقم (03): توزيع العينة حسب متغير عدد سنوات العمل 57
- الجدول رقم (04): توزيع العينة حسب متغير الشعبة..... 58
- الجدول رقم (05): درجة الارتباط الكلية للمحور الأول 62
- الجدول رقم (06): درجة الارتباط الكلية للمحور الثاني..... 63
- الجدول رقم (07): نتائج معامل الثبات ألفا كرونباخ..... 64
- الجدول رقم (08): أداة جمع البيانات وفق مقياس ليكرت الخماسي..... 66
- الجدول رقم (09): معيار مقياس التصحيح وفقا لمقياس ليكرت الخماسي..... 66
- الجدول رقم (10): عرض البيانات المتعلقة بتأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على
انتباه التلاميذ..... 67
- الجدول رقم (11): عرض البيانات المتعلقة علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي
والتحصيل الدراسي..... 69

فهرس الاشكال

- الشكل رقم (01): يوضح التأثيرات الايجابية لممارسة النشاط الرياضي. بتصرف 23
- الشكل رقم (02): يوضح واجبات النشاط الرياضي البدني. تصرف..... 27

المقدمة

المقدمة:

تعتبر المدرسة من المؤسسات الحيوية التي تلعب دوراً أساسياً في تشكيل شخصية التلاميذ وتطوير مهاراتهم، فهي ليست مجرد مكان لتلقي المعرفة، بل هي بيئة تفاعلية تعزز القيم الاجتماعية وتساعد التلاميذ على النمو والتطور، تلعب الأنشطة الرياضية في هذه البيئة دوراً محورياً، حيث تؤثر بشكل مباشر على الصحة البدنية والنفسية للتلاميذ، أما فيما يخص النشاط البدني الرياضي التربوي الذي يعتبر نوعاً من أنواع النشاط البدني والرياضي، والذي يعتبر جزءاً لا يتجزأ من المنهج الدراسي، حيث يساهم في بناء شخصية التلميذ وتنمية مهاراته الاجتماعية، من خلال المشاركة في الأنشطة الرياضية، يتعلم التلاميذ كيفية العمل الجماعي والتعاون، مما يعزز من روح الفريق والانضباط الذاتي، هذه الأنشطة لا تعمل فقط على تحسين اللياقة البدنية، بل تساهم أيضاً في تعزيز الثقة بالنفس وتخفيف الضغوط النفسية، إن الحاجة إلى ممارسة الرياضة أصبحت أكثر إلحاحاً في عصر التكنولوجيا، حيث تزداد الأنشطة السلبية مثل الجلوس لفترات طويلة أمام الشاشات.

تتجلى أهمية النشاط البدني في تأثيره على الصحة العقلية والنفسية، فالتوتر والقلق يمكن أن يؤثران سلباً على قدرة التلاميذ على التعلم، من خلال ممارسة الرياضة، يتمكن التلاميذ من تخفيف مستويات التوتر، مما يتيح لهم التركيز بشكل أفضل على دراستهم، لذا، فإن الربط بين النشاط البدني والانتباه والتحصيل الدراسي يعكس أهمية الدمج بين التربية البدنية والمناهج الأكاديمية، علاوة على ذلك، تُعتبر الأنشطة الرياضية فرصة لتطوير مهارات الحياة الأساسية، من خلال الرياضة، يتعلم التلاميذ كيفية التعامل مع النجاح والفشل، مما يُعزز من قدرتهم على التكيف مع التحديات الأكاديمية، هذه المهارات تساهم في بناء شخصية متكاملة، حيث يستطيع التلميذ مواجهة الضغوط الأكاديمية بثقة،

ومن أحد العوامل الأساسية التي تُعتبر ضرورية للتعلم الفعال نجد الانتباه، فكلما كانت قدرة التلميذ على التركيز أكبر، زادت فرصه في فهم واستيعاب المواد الدراسية، يتطلب النجاح الأكاديمي مستوى عالٍ من الانتباه، خاصة في الأقسام النهائية حيث تكون التحديات

الأكاديمية أكثر حدة، لذا، فإن تحسين مستوى الانتباه لدى التلاميذ يُعد مسألة مهمة، إن الانتباه ليس مجرد قدرة على التركيز لفترات طويلة، بل هو عملية معقدة تشمل التوجيه الواعي للجهود العقلية، وتتضح العلاقة بين النشاط البدني والانتباه من خلال تأثير النشاط على الحالة النفسية والعقلية، فعندما يمارس التلميذ النشاط البدني، تُحفز الدورة الدموية، مما يساهم في تحسين وظائف المخ، هذا التحسين في الأداء العقلي يمكن أن يكون له تأثير على قدرة التلاميذ على التركيز خلال الحصص الدراسية، كما أن ممارسة الرياضة تُسهم في إفراز هرمونات مثل الإندورفين، التي تعزز من الشعور بالسعادة والراحة النفسية، مما يؤدي إلى تحسين التركيز والانتباه،

وتعتبر البيئة المدرسية عاملاً مؤثراً في عملية التعلم، فكلما كانت البيئة التعليمية مشجعة على ممارسة الأنشطة الرياضية، زادت قدرة التلاميذ على التركيز وتحقيق نتائج إيجابية، إن التفاعل الاجتماعي الذي يحدث خلال الأنشطة الرياضية يعزز من روح الفريق والتعاون بين التلاميذ، مما يساهم في تحسين علاقاتهم الاجتماعية، البيئة التي تشجع على الرياضة تخلق أيضاً ثقافة تعزز من الدافعية للتعلم، مما يكون له تأثير إيجابي على الأداء الأكاديمي، فعتبر التحصيل الدراسي مؤشراً هاماً على نجاح العملية التعليمية، إن تحسين الانتباه من خلال النشاط البدني يمكن أن يُسهم في تعزيز نتائج التلاميذ في مختلف المواد الدراسية، لذا، فإن دمج النشاط البدني ضمن الجدول الدراسي يُعتبر خطوة مهمة لتحقيق الأهداف التعليمية، يُظهر التلاميذ الذين يمارسون الرياضة بانتظام قدرة أكبر على فهم واستيعاب المواد، مما يؤثر بشكل إيجابي على تحصيلهم الدراسي.

ولتعزيز هذه العلاقة بين النشاط البدني والانتباه والتحصيل الدراسي، يجب أن تكون هناك استراتيجيات واضحة تتبناها المؤسسات التعليمية، ينبغي أن تُعزز المدارس من برامج النشاط البدني وتوفر الفرص المناسبة للتلاميذ لممارسة الرياضة، هذه البرامج يجب أن تكون متنوعة ومتاحة لجميع التلاميذ، بحيث تناسب اهتماماتهم وقدراتهم.

الجانِب التمهيدِي

التعريف بالبحث

تمهيد:

يمثل النشاط البدني الرياضي التربوي جزءاً أساسياً من التعليم، حيث يسهم في تطوير الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية للتلاميذ، تتناول الإشكالية المطروحة كيف يؤثر النشاط البدني على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي. تهدف الدراسة إلى فهم هذا التأثير وتقديم توصيات لتضمين الأنشطة الرياضية في المناهج الدراسية لتعزيز الأداء الأكاديمي.

1- إشكالية الدراسة:

تُعتبر قضايا الانتباه والتحصيل الدراسي من التحديات الأساسية التي تواجه التلاميذ في مرحلة الأقسام النهائية. في هذه المرحلة، يواجه التلاميذ ضغطاً أكاديمياً متزايداً يتطلب منهم مستوى عالٍ من التركيز والقدرة على استيعاب كميات كبيرة من المعلومات المعقدة، ومع تزايد الاعتماد على التكنولوجيا ووسائل الترفيه الرقمية، تزداد مشكلات الانتباه بشكل ملحوظ، مما يؤثر سلباً على الأداء الأكاديمي.

والانتباه يعتبر حجر الزاوية في عملية التعلم الفعّالة، فكلما زاد مستوى التركيز لدى التلميذ، زادت فرصه في فهم واستيعاب المحتوى الدراسي، ومع ذلك تعاني العديد من المدارس من مشكلات تتعلق بتشتت انتباه التلاميذ، مما يؤدي إلى تراجع مستوى التحصيل الدراسي.

تتمحور مشكلة الدراسة حول الحاجة إلى فهم العلاقة بين النشاط البدني الرياضي التربوي والانتباه والتحصيل الدراسي. إذ يُعتبر تحسين مستوى الانتباه لدى التلاميذ أمراً ضرورياً لتعزيز قدراتهم التعليمية، وبالتالي فإن استكشاف كيفية تأثير ممارسة النشاط البدني على انتباه التلاميذ قد يوفر رؤية قيمة تساعد في تطوير استراتيجيات تعليمية فعّالة.

ومما سبق يمكننا طرح الإشكالية التالية:

- تأثير ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية

وتحصيلهم الدراسي؟

ومن الاشكالية السابقة تبرز لنا الإشكاليات الفرعية التالية:

- يؤثر النشاط البدني الرياضي التربوي على إنتباه التلاميذ الأقسام النهائية خلال تدريس المواد النظرية داخل القاعة
- توجد علاقة وثيقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في المواد الأخرى

2- تساؤلات الدراسة

- التساؤل العام:

- ❖ هل يؤثر النشاط البدني الرياضي التربوي على الانتباه والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية؟

- التساؤلات الجزئية:

- هل يؤثر النشاط البدني الرياضي التربوي على إنتباه التلاميذ الأقسام النهائية خلال تدريس المواد النظرية داخل القاعة؟
- هل توجد علاقة بين النشاط البدني الرياضي التربوي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في المواد الأخرى؟

3- أهداف الدراسة:

- التعرف على مدى تأثير النشاط البدني الرياضي في إنتباه التلاميذ الأقسام النهائية خلال تدريس المواد النظرية داخل القاعة،
- معرفة إن كان يوجد علاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في المواد الأخرى.

4- أهمية الدراسة

- فهم العلاقة بين النشاط البدني والانتباه يمكن أن يسهم في تحسين النتائج الأكاديمية للتلاميذ، مما يعزز من قدرتهم على استيعاب المعلومات في المواد الدراسية.

- يُمكن أن يساعد النشاط البدني في تحسين مستوى التركيز والانتباه لدى التلاميذ، مما يؤدي إلى زيادة فعالية التعلم والتفاعل في الفصول الدراسية.
- من خلال الأنشطة الرياضية، يتعلم التلاميذ كيفية العمل كفريق، مما يُعزز من مهاراتهم الاجتماعية ويُساعدهم على بناء علاقات إيجابية مع أقرانهم.
- النشاط البدني يُساهم في تخفيف التوتر والقلق، مما يُساعد التلاميذ على التركيز بشكل أفضل، وبالتالي تحسين أدائهم الأكاديمي.
- التركيز على النشاط البدني يُعزز من أهمية الصحة الجسدية والنفسية، مما يُساهم في إعداد جيل قادر على مواجهة التحديات الأكاديمية والاجتماعية.

5- المفاهيم والمصطلحات الأساسية المرتبطة بالدراسة

1- النشاط البدني الرياضي التربوي

عرف على أنه مجموع السلوكيات الحركية التي تربط اللعب الممكن استغلالها في المنافسات الفردية الجماعية. (بدوي، 1987 ص8)

وعرفه أيضا قاسم حسن بأنه ميدان من ميادين التربية عموما والتربية البدنية خصوصا ويعد عنصرا فعالا في اعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي الى توجيه نموه البدني ولنفسه والاجتماعي والخلقي للوجهة الإيجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع. (هطال، 2022، ص17)

- التعريف الاجرائي:

النشاط البدني الرياضي التربوي هو مجموعة من الأنشطة الحركية التي تُمارس في إطار تعليمي، تهدف إلى تعزيز اللياقة البدنية وتطوير المهارات الاجتماعية والنفسية للتلاميذ. يشمل التمارين الرياضية، والألعاب الرياضية، والأنشطة الترفيهية. يُعتبر هذا النشاط أساسيًا لتحسين التركيز والانتباه، ويسهم في رفع مستوى التحصيل الدراسي وتعزيز الثقة بالنفس والعلاقات الاجتماعية.

2- الإنتباه

- لغة: جاء في لسان العرب فصل النون، نبه: النبّه: القيام والانتباه من النوم، وقد نبهه وأنبهه من النوم فتنبه وانتبه، وانتبه من نومه: استيقظ، والتنبيه مثله.

- اصطلاحاً: الانتباه هو قدرة الفرد على تركيز حواسه في مثير داخلي (فكرة/إحساس) أو في مثير خارجي (شئ/ شخص/ موقف/.....)(محمد صبحي، 2009، ص27).

- التعريف الاجرائي:

الانتباه هو العملية النفسية التي تُتيح للفرد تركيز تفكيره وموارده الذهنية على معلومات أو مهام معينة، مع تجاهل المشتتات. يُعتبر الانتباه عنصراً أساسياً في التعلم، حيث يُساعد في استقبال المعلومات يسمح للدماغ بمعالجة المعلومات الواردة.

3- التحصيل الدراسي:

- لغة: جاء في معجم لسان العرب " التحصيل من فعل حصل: الحاصل من كل شيء: ما بقي وثبت وذَهَبَ ما سواه، يكون من الحساب والأعمال ونحوها؛ حَصَلَ الشيء يحصلُ حصولاً، والتحصيل: تميز ما يَحْصُلُ، والاسم الحصيلة.

- " وتحصّل الشيء: تجمع وثبت والمحصول: الحاصل وهو أحد المصادر التي جاءت على مفعول كالمعقول والميسور والمعسور، وتحصيل الكلام: رُدُّه إلى محصوله. (ابن منظور، ص153)

- اصطلاحاً: يعرف التحصيل الدراسي بأنه: " درجة الاكتساب التي يحققها الفرد أو مستوى النجاح الذي يحرزه أو يصل إليه في مادة دراسية أو مجال تعليمي " كما يشير التحصيل الدراسي إلى " الإنجاز التحصيلي للطالب في مادة دراسية أو مجموعة المواد مقدراً بالدرجات طبقاً للامتحانات المحلية التي تجريها المدرسة آخر العام أو نهاية الفصل الدراسي (سميرة ونجن، 2014، ص 52)

- التعريف الاجرائي:

التحصيل الدراسي هو مقياس لمدى نجاح الطالب في تحقيق الأهداف الأكاديمية المطلوبة في مختلف المواد الدراسية. يُعبر عنه عادةً من خلال العلامات أو الدرجات التي يحصل عليها التلميذ في الامتحانات والتقييمات.

6- الدراسات السابقة:

6-1- دراسة معتز يونس ذنون ونجاة سعيد علي (2007)

بعنوان "قياس حدة الانتباه بعد الجهد الهوائي واللاهوائي والعلاقة بينهما وفترة عودته لدى لاعبي كرة القدم، من جامعة الموصل كلية التربية الأساسية بالعراق.

وقد هدف هذا البحث إلى التعرف على حدة الانتباه بعد تأثير الجهد الهوائي واللاهوائي والتعرف على الفترة الزمنية لعودة درجة حدة الانتباه بعد الجهد اللاهوائي والتعرف على العلاقة بين الجهد الهوائي واللاهوائي وحدة الانتباه لدى لاعبي كرة القدم، فاعتمد الباحثان على المنهج الوصفي بطريقة المسح في بحثهما كما استعملتا أدوات لجمع البيانات تتمثل في: اختبار الجهد الهوائي (المطاولة العامة)، اختبار الجهد اللاهوائي (مطاولة السرعة)، اختبار لقياس حدة الانتباه اختبار) بوردن (انفيموف)، وقد أسفرت نتائج هذا البحث على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين اختبار حدة الانتباه أثناء الراحة والجهد (الهوائي واللاهوائي)، وكذلك وجود علاقة ارتباط عكسية بين اختبار الجهد (الهوائي واللاهوائي) واختبار حدة الانتباه بعد الجهد مباشرة كما أن هذه النتائج بينت بأنه التأثير المباشر للجهد البدني على حدة الانتباه يكون سلبي حيث يحدث هناك انخفاض في درجاتها.

- دراسة EMMA Brouillette (2008)

بعنوان الدراسة "تأثير رياضة اليوغا على الانتباه والمردود الدراسي لدى أطفال 5-6 سنوات"، جامعة كيبيك -مونيال الكندية

فكان هدف دراستها هو معرفة تأثير برنامج مقترح لرياضة اليوغا على الانتباه وسلوك عدم الانتباه وفرط الحركة إضافة إلى تأثيره على قدرات أطفال ما قبل المدرسة، حيث اعتمدت الباحثة في دراستها على المنهج التجريبي وذلك باستخدام عدة اختبارات خاصة لقياس الانتباه (اختبار الانتباه الانتقائي البصري، اختبار الانتباه المستمر ، اختبار المقال للانتباه الانتقائي)، وإضافة إلى هذه الاختبارات استعملت كذلك الباحثة استبيانين (استبيان خاص بسلوك التلميذ، استبيان خاص بقدرات فئة ما قبل المدرسة، كما أنها قامت باختيار عينة بحث تتكون من 38 طفلا في عمر 5-6 سنوات ما قبل المدرسة، حيث قسمت على شكل مجموعتين متجانستين كل واحدة تحتوي على 19 طفلا من الجنسين، فالأولى تجريبية والثانية ضابطة، وفي آخر الدراسة لم تتوصل الباحثة إلى إثبات فعالية البرنامج المقترح على العمليات المعرفية الانتباه المستمر، الانتباه الانتقائي، قدرات التثبيط وعلى سلوك فرط الحركة. فالنتيجة التي توصلت إليها بينت أن المجموعة التجريبية قد حققت تقدما ملحوظا مقارنة بالمجموعة الضابطة فيما يخص القدرات العامة المدرسية التصرف بفعالية في مختلف المواقف على المستوى الحسي الحركي، التواصل باستعمال مصادر اللغة، بناء مفهومه للعالم)

- دراسة بن عيسى رضا (2009)

بعنوان تأثير النشاط البدني والرياضي في تنمية تركيز الانتباه عند تلاميذ المرحلة المتوسطة" من جامعة الشلف بالجزائر دراسة

هدفت إلى التعرف على تأثير النشاط البدني والرياضي في تنمية تركيز الانتباه عند تلاميذ المرحلة المتوسطة وإبراز مدى أهميته، وبعد الاعتماد على المنهج الوصفي وتطبيق اختبار لقياس الانتباه على عينة عشوائية تتكون من 532 تلميذ من المدارس الإكمالية

الموجودة في مدينة الشلف، توصل الباحث إلى الكشف على أنه حقيقة النشاط البدني والرياضي يؤثر وبصفة إيجابية على تركيز الانتباه، حيث لاحظ أن ممارسة النشاط البدني والرياضي من طرف الجنسين أدى إلى تطوير مستوى تركيز انتباههم وأن التلاميذ الممارسين للنشاط البدني والرياضي متقدمين على الغير ممارسين في قدرة تركيز الانتباه.

- دراسة هطال سمير (2010)

والتي كان عنوانها: "تأثير النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية على انتباه التلاميذ خلال دروس المواد التعليمية الأخرى الموائية لهذه الحصة" من جامعة الجزائر 3 بالجزائر

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على التأثير المباشر للنشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية على انتباه التلاميذ خلال دروس المواد التعليمية الأخرى الموائية لهذه الحصة، فاستعمل فيها المنهج الوصفي حيث اعتمد على الاستبيان واختبار بوردون أنفيموف لقياس الانتباه كأدوات بحث أساسية، فقام بتوزيع الاستبيان على عينة عشوائية تتكون من 20 أستاذًا تابعون للثانوية المتعددة الاختصاصات بمعاققة تيزي وزو وتطبيق اختبار قياس الانتباه على عينة من 24 تلميذاً اختيرت بصفة عشوائية من نفس المؤسسة كذلك، وبعد إجراء الدراسة الميدانية والقيام بالمعالجة الإحصائية للنتائج، توصل الباحث إلى أن النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية يؤثر مباشرة بعد الحصة على الحالة الذهنية للتلاميذ بصفة عامة وعلى انتباههم بصفة خاصة، بحيث هذا التأثير يكون تأثير سلبي خلال حصص المواد التعليمية الأخرى الموائية لحصة التربية البدنية والرياضية.

- دراسة هطال سمير (2021/2022)

تأثير النشاط البدني والرياضي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية للمرحلة الثانوية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي.

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة التأثير المباشر للنشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية للمرحلة الثانوية خلال حصص المواد التعليمية الأخرى الموائية لهذه الحصة وعلاقته بتحصيلهم الدراسي.

فقطلبت معالجة الإشكالية المطروحة وضع التساؤلات الرئيسية التالية:

❖ هل النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية يؤثر وبصفة مباشرة على انتباه التلاميذ في حصص المواد التعليمية الأخرى الموائية لحصة التربية البدنية والرياضية؟

❖ هل النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية يؤثر على تحصيل التلاميذ في حصص المواد التعليمية الأخرى الموائية لحصة التربية البدنية والرياضية؟

أولاً : الفرضيات الرئيسية

1- النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية يؤثر وبصفة مباشرة على انتباه التلاميذ في حصص المواد التعليمية الأخرى الموائية لحصة التربية البدنية والرياضية.

2 النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية يؤثر على تحصيل التلاميذ في حصص المواد التعليمية الأخرى الموائية لحصة التربية البدنية والرياضية. 3- لا توجد هناك علاقة ارتباط بين الانتباه والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية.

ولتحقيق الأهداف استخدم الباحث المنهج الوصفي معتمداً على اختبار "بوردن انفيوموف" لقياس مظاهر الانتباه الثلاثة وهي شدة الانتباه تركيز الانتباه وتحويل الانتباه إضافة إلى

اختبار تحصيلي لمادة الرياضيات، حيث قام بتطبيقه قبل وبعد ممارسة النشاط البدني والرياضي على عينة مقصودة مكونة من 14 تلميذا ينتمون إلى قسم السنة الثالثة تخصص تقني رياضي للثانوية المتعددة الاختصاصات بدائرة معاتقة ولاية تيزي وزو. فبعد المعالجة الإحصائية للبيانات المحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية، أسفرت النتائج النهائية عن:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات شدة انتباه أفراد العينة قبل وبعد ممارستهم للنشاط البدني والرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات تركيز انتباه أفراد العينة قبل وبعد ممارستهم للنشاط البدني والرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات تحويل انتباه أفراد العينة قبل وبعد ممارستهم للنشاط البدني والرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات التحصيل الدراسي لأفراد العينة قبل وبعد ممارستهم للنشاط البدني والرياضي خلال حصة التربية البدنية والرياضية.
- توجد علاقة بين شدة الانتباه والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة قبل ممارستهم للنشاط البدني والرياضي.
- توجد علاقة بين تحويل الانتباه والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة قبل ممارستهم للنشاط البدني والرياضي.
- توجد علاقة بين شدة الانتباه والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة بعد ممارستهم للنشاط البدني والرياضي.
- توجد علاقة بين تركيز الانتباه والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة بعد ممارستهم للنشاط البدني والرياضي.
- توجد علاقة بين تحويل الانتباه والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة بعد ممارستهم للنشاط البدني والرياضي.

7- التعقيب على الدراسات السابقة

الدراسة	التوافق	الاختلاف	الاستفادة
معتر يونس ذنون ونجاة سعيد علي (2007)	تركز على تأثير الجهد البدني على الانتباه.	تركز على لاعبي كرة القدم، بينما تركز دراستنا على تلاميذ الأقسام النهائية.	تدعم فرضية تأثير الجهد البدني على الانتباه، مما يبرز أهمية نوعية النشاط البدني.
	تعتمد المنهج الوصفي، مما يعكس أهمية القياسات الكمية.	بينما نستخدم المنهج الوصفي مع أدوات قياس مختلفة مثل اختبار "بوربون".	نتائج الدراسة توضح العلاقة بين الجهد البدني والانتباه.
EMMA Brouillette (2008)	تستكشف تأثير النشاط البدني على الانتباه.	تركز على رياضة اليوغا للأطفال، بينما تركز دراستنا على تلاميذ الثانوية.	تسهم في فهم تأثير أنواع مختلفة من النشاط البدني على الانتباه.
	تعتمد المنهج التجريبي، مما يعزز من دقة النتائج.	بينما نستخدم المنهج الوصفي الذي يركز على التقييمات الكمية.	نتائج الدراسة تقدم رؤى حول تأثير الأنشطة المختلفة على الانتباه.
بن عيسى رضا (2009)	تبرز تأثير النشاط البدني على تركيز الانتباه.	تركز على مرحلة التعليم المتوسط، بينما ندرس نحن تأثيره على المرحلة الثانوية.	تدعم فرضيتنا حول تأثير النشاط البدني على الانتباه.
	تعتمد المنهج الوصفي، مما يسمح بجمع بيانات شاملة.	بينما نستخدم أدوات قياس مختلفة مثل الاختبارات التحصيلية.	نتائج الدراسة تعزز من أهمية النشاط البدني في تحسين التركيز.
هطال سمير (2010)	تُظهر تأثير النشاط البدني على الانتباه خلال حصص المواد التعليمية الأخرى.	تركز على تأثير النشاط البدني خلال الحصص، بينما ندرس نحن العلاقة بين النشاط البدني والتحصيل الدراسي.	تعزز فهمنا للعلاقة بين النشاط البدني والانتباه، مما يساعد في تطوير استراتيجيات تعليمية فعالة.
	تعتمد المنهج الوصفي مع أدوات مثل الاستبيانات،	بينما نستخدم اختبار "بوربون" لقياس الانتباه بشكل أكثر	نتائج الدراسة تدعم أهمية النشاط البدني في تحسين

الدراسة	التوافق	الاختلاف	الاستفادة
	مما يعكس تفاعل المعلمين مع العملية التعليمية.	دقة.	الأداء الأكاديمي.
هطال سمير (2022/2021)	تتناول تأثير النشاط البدني على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي.	تركز على التأثير المباشر للنشاط البدني، بينما قد تُعطي دراستنا نظرة شاملة تشمل عوامل أخرى.	النتائج تدعم فرضياتنا، حيث تظهر العلاقة بين الانتباه والتحصيل الدراسي بشكل واضح.
	تعتمد المنهج الوصفي، مما يعزز من قابلية النتائج للتطبيق.	بينما نستخدم أدوات قياس متعددة لزيادة دقة النتائج.	تقدم الدراسة رؤية قيمة حول كيفية تعزيز الانتباه من خلال النشاط البدني.

الجانب النظري

الفصل الأول:

النشاط البدني الرياضي التربوي

1- النشاط البدني الرياضي

1-1- مفهوم النشاط البدني والرياضي:

تعريف النشاط: هو وسيلة تربوية تتضمن ممارسات موجهة يتم من خلالها إشباع حاجات الفرد ودوافعه وذلك من خلال تهيئة المرافق التي يقابلها الفرد في حياته اليومية. (الحماحي، 1990، ص29)

1-1- تعريف النشاط البدني:

- تعريفه أدبيا: تستخدم كلمة النشاط البدني كتعبير يقصد به المجال الكلي والإجمالي لحركة الإنسان وكذلك عملية التدريب والتشيط والتربص في مقابل الكسل والوهن والخمول.

- تعريفه الأنثربولوجي: وفي الواقع فإن النشاط البدني بمفهومه العريض هو تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البدنية التي يقوم بها الإنسان، والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام، وهو مفهوم أنثربولوجي أكثر منه إجتماعي، لأنه جزء مكمل ومظهر رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية والنفسية والاجتماعية لبني الإنسان.

- تعريف لارسون: ولقد استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على إعتبار أنه النشاط الرئيسي المشمل على ألوان وأشكال وأثر الثقافة البدنية للإنسان، ومن بين هؤلاء العلماء يبرز "لارسون" الذي إعتبر النشاط البدني بمنزله على الإطلاق في مؤلفاته وإعتبر المجال البدني التعبير المتطور تاريخيا، ومن التغيرات الأخرى كالتدريب البدني الثقافة البدنية، وهي تعبيرات مازالت تستخدم حتى الآن ولكن المضامين مختلفة. (الحماحي، 1990، ص29)

من خلال هذا التعريف يتضح لنا أن النشاط البدني عبارة عن مجموعة من الأنشطة والحركات البدنية التي يقوم بها الإنسان في حياته اليومية وهو عبارة عن مفهوم أنثربولوجي أكثر منه إجتماعي، ومن هذا المفهوم الواسع للنشاط البدني وعبر العصور إنبتقت منه مختلف التنظيمات الفرعية الأخرى وأهمها الثقافة البدنية والتدريب البدني... إلخ.

1-2- تعريف النشاط البدني والرياضي:

يعتبر النشاط البدني أحد الأشكال الراقية للظاهرة الحركة لدى الإنسان، وهو الأكثر مهارة من الأشكال الأخرى للنشاط البدني، ويعرفه "ماتيف" matfif أنه: "نشاط شكل خاص جوهره المنافسة المنظمة من أجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها" وبذلك فلأن ما يميز النشاط البدني الرياضي بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة ليس من أجل الفرد الرياضي فقط وإنما من أجل النشاط الرياضي في حد ذاته وتضيف طابعا إجتماعيا ضروريا وذلك لأن النشاط البدني نتاج ثقافي للطبيعة التنافسية للإنسان من حيث أنه كائن إجتماعي ثقافي.

ويشير "كوشين وسيج" إلى أن النشاط البدني الرياضي يمكن أن يعرف بأنه مفعم باللعب التنافسي والداخلي والخارجي، المردود والعائد يتضمن أفرادا أو فرقا تشترك في مسابقة وتقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط. (الخولي، 1993، ص 390)

ويعرفه "Clark.w.hethrvington" أنه "جانب التربية الذي يهتم بتنظيم وقيادة الفرد- من خلال أنشطة العضلات- لاكتساب التنمية والتكيف في كل المستويات، وإتاحة الظروف الملائمة للنمو الطبيعي." (المليجي، 2000، ص 68)

كما عرفه "تشارلز بيوكر" Bucher T بأنه "نوع من النشاط المنمي لقدرة الإنسان الجسمية عن طريق الأجهزة العضوية المختلفة وينتج عنها القدرة على الشفاء ومقاومة التعب".

(بدران، 2012)

1-3- النشاط الرياضي:

1-3-1- مفهوم النشاط الرياضي:

يعتبر النشاط الرياضي من أهم وسائل التعبير عن الذات بالنسبة للتلاميذ داخل المدرسة فبواسطته يعبر التلاميذ عن رغباتهم وميولهم وكذلك مواهبهم عن طريق اللعب كما يعمل على تنشيطهم من الناحية الفيزيولوجية والنفسية فيرفع من مردودهم البدني والذهني مما يؤدي إلى إخراجهم من روتين الحصص النظرية الأخرى.

- إن النشاط خارج الفصل ليس بأقل أهمية مما يحدث في الفصل إذ أنه مجال تربوي تتحقق فيه أغراض هامة من بينها:
- النشاط مجال لتعبير التلاميذ عن ميولهم وإشباع حاجاتهم التي إذ لم تشبع كان ذلك من عوامل جنوح التلاميذ وميولهم للتمرد عن وظيفتهم عن المدرسة.
- النشاط وسيلة لتنمية ميول التلاميذ ومواهبهم وفرصة للكشف عن المواهب مما يساعد على توجيههم التوجيه التعليمي المهني والصحيح.
- والنشاط الرياضي يعتبر أحد فروع هذا النشاط حيث يسعى المربي الرياضي من خلاله إلى تحقيق أهداف التربية البدنية والرياضية. (الخولي، 1996، ص 22)

1-3-2- أهداف النشاط الرياضي:

من بين أهداف النشاط الرياضي ما يلي:

- زيادة قدرة الفرد على تركيز الانتباه والإدراك والملاحظة والتصور والتخيل والإبتكار.
- رفع كفاءة الأجهزة الحيوية للفرد كالجهاز الدوري التنفسي، ذلك لأن النشاط الرياضي يقوي عضلات القلب والرئتين ويزيد من كفاءتها الوظيفية.
- إكتساب الصحة العامة للجسم والتمتع بها فقد يتمتع البعض بصحة طبية دون ممارسة لونها من ألوان النشاط الرياضي، إلا أن الأفراد الذين يمارسون هذا النشاط يشعرون ببهجة الحياة.

- إكتساب اللياقة البدنية والقوام المعتدل، ويعرف البعض اللياقة البدنية على أنها القدرة على أداء عمل الفرد في حياته اليومية بكفاءة دون سرعة الشعور بالإرهاق أو التعب مع بقاء البعض من الطاقة التي تلزمه للتمتع بوقت الفراغ.
- تحقيق التكيف الاجتماعي والنفسي للفرد داخل أسرته ومجتمعه ووطنه.
- إكتساب القيم الاجتماعية والإتجاهات المرغوب فيها. (عوف، 1978، ص 193)
- يسعى النشاط الرياضي إلى الإسهام في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية في مراحل التعليم من خلال ما يلي:
- تقدير أهمية استثمار وقت الفراغ ببعض النشاطات الرياضية المفيدة.
- إكساب التلاميذ المهارات والقدرات الحركية التي تستند إلى القواعد الرياضية والصحية، لبناء الجسم السليم.
- نشر الوعي الرياضي الموجه الداعي إلى ممارسة الرياضة لكسب اللياقة البدنية والنشاط الدائم وتقوية الجسم.
- رفع مستوى الكفاءة البدنية للطلاب بإعطائهم جرعات مناسبة من التمرينات المنمية الجسم، والمحافظة على القوام السلي
- إتاحة فرص المتعة والبهجة وتخفيف الضغوطات بفتح أجواء التعبير عن النفس والمكنونات الداخلية للطفل.
- التخلص من التوتر النفسي وتفرغ الانفعالات واستنفاد الطاقة الزائدة وإشباع الحاجات النفسية والتكيف الاجتماعي وتحقيق الذات.
- اكتساب مستوى رفيع من الكفاية النفسية المرغوبة، مثل الثقة بالنفس الاتزان الانفعالي للتحكم في النفس والتوتر وخفض التغيرات العدوانية.
- تنمية الجوانب الاجتماعية في الشخصية بمساعدة الفرد على التطبيع والتكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعايير الاجتماعية والأخلاقية، وإكسابه روح التعاون والروح الرياضية لتقبل الآخرين بغض النظر عن الفروق الفردية.

1-2- أنوع النشاط البدني الرياضي:

1-2-1- من الناحية الإجتماعية:

ويقسم إلى:

- أ. فردي: هو ذلك النشاط الذي يمارسه دون الإستهانة بالآخرين في تأديته ومن بين أنوع هذا النشاط الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة، المبارزة، ألعاب القوى السباحة...إلخ.
- ب. الجماعي: وهو النشاط الذي يمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى "بنشاط الفرق" مثل كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد... إلخ.

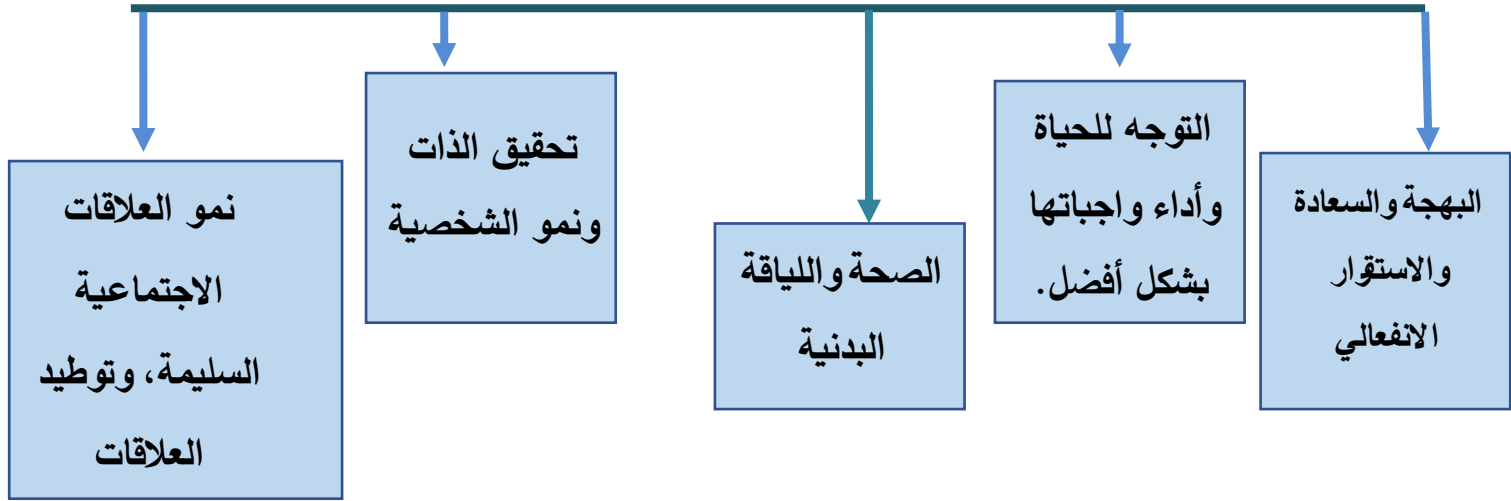
1-2-2- حسب طريقة الأداء:

- أ. ألعاب هادئة: لا تحتاج الى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادئ ومكانه محدود كقاعة الألعاب الداخلية أو إحدى الفرق وأغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم "تنس الطاولة".
 - ب. الألعاب البسيطة: ترجع بساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقرونة ببعض الحركات البسيطة التي تتناسب مع الأطفال.
 - ج. ألعاب المنافسة: تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب يتنافس فيها الأفراد فردي أو جماعي. (خطاب 1965، ص 70)
- وفيما يخص النشاط الرياضي، المرتبط بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط للتربية البدنية فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكمل لبرنامج التربية البدنية ويحقق نفس أهدافها.

1-2-3- النشاط الرياضي الترويحي:

تعد الممارسة الرياضية أبرز الوسائل الترويحية البدنية الهادفة؛ المساهمة في تحقيق حياة متوازنة، وهو الهدف من اكتساب المهارات الحركية والرياضية والمعلومات المتصلة بها.

وعليه يصبح النشاط الرياضي نشاط تروحي يستثمره الفرد في وقت فراغه، ما يعود عليه بالصحة الجيدة والارتياح النفسي والانسجام الاجتماعي، وتتمثل التأثيرات الإيجابية لهذا لنشاط الرياضي في: (عبد الخالق، 2012)



الشكل رقم (01): يوضح التأثيرات الايجابية لممارسة النشاط الرياضي. بتصرف

1-2-4- النشاط الرياضي التنافسي:

موقف نزال حركي مشروط بقواعد تحدد الأداء، يتسم عادة بالاستثارة الانفعالية التي تدفع الرياضي إلى تعبئة وتوظيف طاقاته البدنية، لتحقيق ذاته الرياضية وتأكيدا وتمييزها على من ينافسه. وإذا تم التنافس الرياضي في إطار الأسس التربوية المؤكدة على ضرورة الالتزام بقواعد الشرف الرياضي، قبول قرارات الحكام، اللعب النظيف، التواضع عند الفوز....، يصبح من أهم القوى التي تدفع الأفراد لممارسة النشاط الرياضي، والمحفزة للرياضي للوصول لأعلى المستويات الرياضية.

تتطلب المنافسة الرياضية استخدام الرياضي لأقصى قدراته وعملياته العقلية والبدنية، لمحاولة تسجيل أفضل مستوى ممكن، مما يسهم في الارتقاء بالانتباه، الإدراك، التذكر، التصور والتخيل لدى الرياضي. (الغامدي، 2012)

1-2-5- النشاط الرياضي التربوي:

النشاط الرياضي هو نشاط تربوي يعمل على تربية النشء تربية متزنة ومتكاملة من النواحي: الوجدانية والاجتماعية والبدنية والعقلية، عن طريق برامج ومجالات رياضية متعددة، تحت إشراف قيادة متخصصة تعمل على تحقيق أهداف النشاط الرياضي بما يسهم في تحقيق الأهداف العامة للتربية البدنية في مراحل التعليم العام.

يعرف " وست بوشتر " النشاط البدني التربوي بأنه " العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة".

ويرى "كوبسكي وكوزليك" أن التربية البدنية جزء من التربية العامة، هدفها تكوين الفرد بدنيا، عقليا انفعاليا واجتماعيا، بواسطة عدة ألوان للنشاط البدني المختارة لتحقيق ذلك)).

أما "بيتر أرتلود" فيرى أنها ((ذلك الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تثري وتوافق الجوانب البدنية والعقلية والاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عبر النشاط البدني المباشر))

وعلى هذا فالنشاط البدني التربوي عبارة عن نظام متكامل وشامل لا يهدف إلى إعداد الطفل بدنيا أو تلقينه بعض المهارات الحركية، وإيجاد فرص للترويح فحسب، بل هو تعليم الفرد الخلق الحسن والتربية المثلى، في إطار اجتماعي نظيف لإعداده بذلك لمستقبل زاهر، وناجح وفعال.

1-3-3- خصائص واهداف النشاط الرياضي:

1-3-1- خصائص النشاط الرياضي

- النشاط الرياضي عبارة عن نشاط إجتماعي وهو تعبير عن تلاق متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- من خلال النشاط الرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الرئيسي.
- أوضح الصور التي يتسم بها النشاط الرياضي هو التدريب ثم المنافسة.
- يحتاج التدريب للمنافسة الرياضية، وهو أهم أركان النشاط الرياضي، كما يحتاج إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، ويؤثر المجهود الكبير على سير العمليات النفسية للفرد لأنه يتطلب درجة عالية من الإنتباه والتركيز.
- لا يسود في أي نوع من أنواع النشاط الإنساني، كأثر واضح للفوز والهزيمة أو للنجاح والفشل ولما يرتبط بكل منهم من نواحي سلوكية معينة، وصورة واضحة مباشرة مثل ما يظهره النشاط الرياضي.
- يتميز النشاط الرياضي بجودته في جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كثير من فروع الحياة. (عبد الخالق، 1972، ص 14-15)

1-3-2- أهداف النشاط البدني من الناحية الصحية:

أهداف النشاط البدني من الناحية الصحية يكون على الشكل التالي:

- إن النشاط البدني اليومي يؤدي إلى تطوير الهيكل العظمي للطفل، حيث أن 80% من آلام الظهر ناتجة عن نقص التمرينات الرياضية، كما أن الدراسات تبين أن التمرين يلعب دورا هام وفعال أكثر من إستهلاك الحليب في تطوير الهيكل التنظيمي (هوستن Houston)، أمام عند المراهق فالممارسة اليومية للنشاط البدني تساعد على تقوية حجم العضلة والعظم وتلعب دورا هاما في الحد من خطر Osteoporose بيل مارتين Marten Bill كما أن المراهقين النشطين لديهم هيكل عظمي جيد مقارنة مع غير النشطين (سليس وبترك Sallis Patryek 1994).

- إن النشاط البدني اليومي مع الحمل وكذا الممارسة عند المراهقين يلعب دورا هاما في تطوير الهيكل العظمي والعناية به على مدى الحياة، وبما أن ممارسة النشاط البدني يؤدي إلى إرتفاع الصحة العقلية للطفل ويطور نموها، حيث أن النشاط له علاقة مع تحسين قدرات الذات ويخفف من القلق (كليفت وتايلور Calfast taylor) له علاقة مع تعيين قدرات الذات ويخفف من القلق (كليفت وتايلور Calfast.Taylor 1994).
- وإذ يعمل النشاط البدني على تخفيف الإضطرابات والقلق ورفع المعنويات للطفل وقوة إدراك قدراته البدنية (دوماركو سيدن Domarco Syden).
- كما أن إكثار النشاط البدني يقوم برفع المردود والفعالية، حيث نلاحظ أن الساعتين التي تلي حصة التمرينات أن للأطفال قدرة كبرى في التركيز والتعلم والإستطاعة في حل المشاكل بفاعلية جيدة (تايلور 1998).
- (بوزيان، م.، وآخرون. (1999). النشاط البدني ودوره في تهذيب السلوك العدواني لدى المراهق. الجزائر: جامعة الجزائر)
- وتعلم الطفل الحركات متعلق بتطوره الذكائي والفكري والحسي والنفسي والبدني من جهة ومن جهة أخرى تعتبر التربية والنشاط البدني عنصر فعال في التطور التام للطفل "غيش وبرون وهيسلام 1992 " إن الممارسة العادية للنشاط البدني والرياضي لها مفعول إيجابي على سلوك وطريقة عيش الطفل حيث أن المشاركة في النشاطات الابتعاد عن الجرائم.

1-3-33- واجبات النشاط الرياضي: من أهم الواجبات التي يحققها النشاط الرياضي

نلخص ما يلي:



الشكل رقم (02): يوضح واجبات النشاط الرياضي البدني. تصرف

2- النشاط البدني الرياضي التربوي

2-1- مفهوم النشاط البدني الرياضي التربوي:

نشاط يقصد به العملية والشق الثاني طبيعة ووسائل النشاط فهو بدني فهو بدني من خلال الرياضة ونشاطها، وبالرغم من موجود بعض التباين بين الأنشطة البدنية والأنشطة الرياضية إلا أن الظاهرة التي تجمع بينهما في الأصل هي ظاهرة حركة الإنسان بشكل عام. ويتصل الشق الثالث من الأسهم (التربية) أكثر من مفهوم ومعنى، التربية تعني نقل التراث الثقافي من جهة قديم إلى جيل الجديد بعد تعديله وتثقيته وقد تكون عملية نقل التراث مقننة كما في الوضع المدرسي حيث تستلزم وضع خبرات التراث الثقافي في إطار تنظيمي كالمنهاج. (الخولي، 1994، ص 29)

2-2- دوافع وخصائص ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي:

2-2-1- دوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي:

تتميز الممارسة المرتبطة بالنشاط البدني الرياضي التربوي بالطابع المركب نظراً لتعدد أنواع الأنشطة الرياضية ومجالاتها، ومن الأهمية القصوى معرفة المربي لأهم الدوافع التي تحفز التلاميذ على ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة وأهمية ذلك بالنسبة للفرد الرياضي أو المجتمع الذي يعيش فيه.

ويقسم روديك Rudik الدوافع إلى:

- دوافع مباشرة:

- الاحساس بالرضا والاشباع بسبب النشاط العضلي المستخدم.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارات الحركات الذاتية.
- محاوله التغلب على تلك التدريبات والتي تتسم بالصعوبة وتتطلب الشجاعة والجرأة.
- الاشتراك في المنافسات او المباريات التي تعتبر ركنا هاما بالنسبة للنشاط الرياضي.

- دوافع غير مباشرة:

- محاولة الوصول الى القوة والصحة عن طريق ممارسة الرياضة.
 - السعي عن طريق الممارسة الى الاستعداد الى العمل الجدي المنتج.
 - الوعي بالدور الاجتماعي الذي تقوم به الممارسة الرياضية. (جلال، 1998.
- ص188)

2-2-2- خصائص النشاط البدني الرياضي التربوي

يتميز النشاط البدني الرياضي التربوي بعدة خصائص متنوعة منها:

(عبد الخالق، ع. (1982). التدريب الرياضي: نظريات وتطبيقات. مصر: دار المكتبة الجامعية. ص 19)

- النشاط البدني عبارة عن نشاط اجتماعي وهو يعبر عن تلاقي كل متطلبات الفرد مع متطلبات المجتمع.
- خلال النشاط البدني والرياضي يلعب البدن وحركاته الدور الأساسي.
- أصبحت الصور التي يتسم بها النشاط هو تدريب ثم تنافس.
- يحتاج التدريب والمنافسة الرياضية وأركان النشاط الرياضي إلى درجة كبيرة من المتطلبات والأعباء البدنية، يؤثر المجهود الكبير على سير العمليات النفسية للفرد لأنها تتطلب درجة عالية من الانتباه والتركيز.
- لا يوجد لأي نوع من أنواع النشاط الإنساني أثر واضح للفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل بصورة واضحة ومباشرة مثلما يظهره النشاط الرياضي باستقطاب جمهور غفير من المشاهدين الأمر الذي لا يحدث في كل فروع الحياة، كما أنه يحتوي على مزايا عديدة ومفيدة تساعد الفرد على التكيف مع محيطه ومجتمعه، حتى يستطيع إخراج العبء الداخلي والاستراحة من عدة حالات عالقة في ذهنه.

2-3- أهمية النشاط البدني والرياضي التربوي:

- الأهمية الجسميّة:

- تنمية الكفاية البدنية والمحافظة عليها.
- تنمية الدهارات البدنية في الحياة.
- لشارسة العادات الصحيّة السليمة.

- الأهمية العقلية: تنمية الحواس وتنمية القدرة على دقة التفكير. (سيدي، بلغري،

د.ت، ص 15)

- الأهمية الخلقية:

- تنمية الصفات الخلقية والاجتماعية المنشورة.
- تنمية صفات القيادة الرشيدة والتبعية الصالحة.

- الأهمية الاجتماعية:

- تهيئة الجو الملائم الذي يمكن التلميذ من إظهار التعاون وإنكار الذات والأخوة والصداقة.
- إعداد التلاميذ للتكيف بنجاح في المجتمع الصالح.
- إتاحة الفرصة للتعبّن عن النفس والإبتكار وإشباع الرغبة في المخاطر حتى ينمو التلميذ نموا نفسيا واجتماعيا سليما.

2-4- أنواع وأقسام النشاط البدني الرياضي التربوي

2-4-1- أنواع النشاط البدني الرياضي التربوي

إذا أردنا أن نتكلم عن نواحي النشاط والتربية الرياضية، كان من الواجب معرفة أن هنا نشاط ممارسة الفرد وحده وهو ذلا النشاط الذي يمارسه دون الاستعانة بالآخرين، في تأديته ومن بين أنواع هذا النشاط: الملاكمة، ركوب الخيل، المصارعة المبارزة، السباحة، ألعاب القوى، رمي الرمح رمي القرص، تمرينات الجمباز. وأما النشاط الآخر فيمارسه الفرد داخل الجماعة وهو ما يسمى بنشاط الفرق ومن أمثلته كرة السلة كرة اليد، كرة الطائرة، فرق التتابع في السباحة والجري، ورياضة الهوكي. هذا التقييم من الناحية الاجتماعية لكن يمكننا تقسيمه

حسب أوجه النشاط وتبعاً للطريقة التي يلادي بها هذا النشاط فمن النشاط ما يحتاج إلى كرات وأدوات خاصة وبعضها لا يحتاج إلى ذلك ومنها:

- **ألعاب هادئة:** لا تحتاج إلى مجهود جسماني يقوم به الفرد وحده أو مع أقرانه في جو هادي ومكان محدود كقاعة الألعاب الداخلية، أو إحدى الغرف وأغلب ما تكون هذه الألعاب للراحة بعد الجهد المبذول طوال اليوم.

- **ألعاب بسيطة:** ترجع ببساطتها إلى خلوها من التفاصيل وكثرة القواعد وتتمثل في شكل أناشيد وقصص مقروئة ببع الحركات البسيطة التي تتناسب الأطفال.

- **ألعاب المنافسة:** تحتاج إلى مهارة وتوافق عضلي عصبي، ومجهود جسماني يتناسب ونوع هذه الألعاب، يتنافس فيها الأفراد فردياً وجماعياً.

إذن بما أن المنافسة يشترط توفر خصمين أو متنافسين فلا بد من توفير جميع الشروط من قبل أحد المتنافسين من أجل تحقيق الفوز.

وفيما يخص النشاط الرياضي المرتبط بالمدرسة والذي يدعى بالنشاط اللاصفي للتربية البدنية، فإنه يعتبر أحد الأجزاء المكمل لبرنامج التربية البدنية ومحقق نفس أهدافها، وينقسم بدوره إلى نشاط داخلي ونشاط خارجي. (ذيب، د.ت، ص 15)

2-4-2- أقسام الأنشطة البدنية الرياضية التربوية:

تنقسم الأنشطة البدنية الرياضية التربوية إلى عدة أنواع وفقاً لأهدافها ومجالاتها التربوية، ويمكن تصنيفها على النحو التالي: (غير مذكور. ص 917)

- **الأنشطة البدنية التعليمية (أو التمهيدية):**

- تهدف إلى تعليم المهارات الحركية الأساسية والتقنيات الرياضية.
- تُمارس غالباً في المدارس والنوادي التربوية.
- تشمل ألعاباً وتمارين تساعد في تطوير التوازن، والتنسيق، والسرعة، والقوة.

– الأنشطة البدنية الترويحية:

- تهدف إلى التسلية والاستمتاع، وتحقيق الراحة النفسية.
- تُمارس بشكل حر أو جماعي خارج الإطار التنافسي.
- مثل: لعب كرة القدم مع الأصدقاء، التنزه، ركوب الدراجة.

– الأنشطة البدنية التنافسية:

- تُركّز على المنافسة والبطولات.
- تتطلب تدريبات مكثفة، وتُمارس في الأندية أو المؤسسات الرياضية.
- مثل: الألعاب الأولمبية، بطولات كرة القدم، السباحة، ألعاب القوى.

– الأنشطة البدنية العلاجية:

- تُستخدم كوسيلة للعلاج الجسدي أو النفسي.
- يشرف عليها مختصون في العلاج الطبيعي أو العلاج بالحركة.
- مثل: التمارين الخاصة لإعادة التأهيل بعد الإصابات، أو للمساعدة في علاج أمراض مثل التوحد.

– الأنشطة البدنية الوظيفية أو المهنية:

- تُربط بالمهن التي تتطلب مجهودًا بدنيًا معينًا.
- تساعد في تنمية الكفاءة الجسدية المطلوبة لأداء مهام وظيفية محددة.
- مثال: تدريبات رجال الإطفاء، أو الشرطة، أو العاملين في المجال العسكري.

– الأنشطة البدنية الاجتماعية والثقافية:

- تُمارس في إطار مجتمعي لتعزيز الروابط والعلاقات الاجتماعية.
- تشمل الرياضات التقليدية أو الألعاب الشعبية.
- تساهم في نقل القيم والعادات الاجتماعية والثقافية.

2-5- وظائف النشاط البدني الرياضي التربوي:

2-5-1- النشاط البدني الرياضي لشغل أوقات الفراغ:

إذا أردنا أن يكون قويا وسليما في بنيته وعاملا للخير متطلعا لغد أفضل فلا بد ان نعمل على استغلال أوقات الفراغ وتحويله من وقت ضائع إلى وقت نافع ومفيد تنعكس فوائده على كل أفراد المجتمع.

قد يكون النشاط البدني الرياضي أحسن مصدر لكل الناس الذين يودون الاستفادة من على الأقل من وقت فراغهم من نشاط بناء يعود عليهم بالصحة والعافية رغم وجود الكثير من الأنشطة المفيدة، كالرسم والنحت وقيادة السيارات وغيرها، إلا أنه يجب أن تكون بديلة للنشاط الرياضي، والوسيلة الوحيدة لتنمية الكفاءة البدنية والحركية اللازمة للحياة والمتدفقة ولكن أن تكون هذه الأنشطة وسائل مساعدة لشغل أوقات الفراغ بطريقة مفيدة وهكذا يساهم النشاط البدني الرياضي في حسن استغلال وقت الفراغ.

2-5-2- النشاط البدني الرياضي لتنشيط الذهن:

إن الفرد الذي يقبل على النشاط البدني بحيوية، وصدق، ويكون في حالة تهیی عقلي أفضل من الإنسان الذي يركن إلى الكسل والخمول من حيث تكافؤ العوامل الأخرى المؤثرة على النشاط الذهني مثل الثقافة الجنس، السن، كما يبدو منطقيا أن الممارسين للأنشطة الرياضية فإن القدرة العقلية لديهم في المجالات الرياضية زاخرة بالمواقف التي تتطلب إدراكا بصريا للحركة، الأمر الذي يؤدي إلى تنمية وتطوير القدرة، وبالتالي تطوير التفكير والذكاء العام، وهذا يعني بوضوح عام ان النشاط الرياضي يساهم في إنعاش الذهن واستخدامه استخداما أكثر فائدة وتأثير بل يصاحبها اكتساب كثير من المعلومات والمعارف ذات الأهمية البالغة في تنمية الثقافة العامة. (الخولي 2001، ص 42-43)

2-5-3- النشاط البدني الرياضي لتنمية الفكر:

إن للأداء الرياضي جانبين جانب فكري يتمثل في التفكير في الحركة قبل أدائها وتحديد غرضها ومسارها: "القوة، السرعة "الاتجاه" وهذا التحديد العقلي ما يسمى بالتوقع الحركي إلى المداومة الفكرية والرياضية وجاني آخر عملي وهو يتعلق بتطبيق الحركة فعليا كما فكر الفرد وصاغها عقليا على ضوء اقتصاره المسبق للعلاقات الكائنة بين الوسيلة والهدف وهو ما يسمى بالإيقاع الحركي.

والمؤكد أن التفكير المسبق للحركة ومدى صياغة العقل وأبعادها هو الذي يتوقف عليها ناجحة، فكلما كان التفكير سليم كان الأداء محقق ناجح لأغراضه وأهدافه والعكس صحيح، فالأداء الرياضي لا يتم بصورة آلية ولكنه يتأسس على التفكير الذي يؤثر فيه ويتبين الأثر به، وهنا تكمن أهمية الأنشطة الرياضية في تنمية التفكير.

2-5-4- النشاط البدني لدعم مقومات الإنسان لمتابعة الحياة الحديثة:

يحتل النشاط الرياضي مكانة بارزة بين الوسائل الترويحية والبريئة الهادفة التي تساهم بدرجة كبيرة نفي تحقيق الحياة المتوازنة والتخلص من حدة التوتر العصبي، ذلك ان الفرد حينما يستغرق في الأداء الرياضي الذي يكون يمارسه أو يتراخى تباعا من قبضة التوتر الذي يشد أعصابه، ويرى "ريدون أن السرعة المتزايدة للحياة الحديثة يمكن أن تخفف وطأتها عن طريق النشاط البدني وأن الملاعب والساحات والشواطئ بمثابة معامل ممتازة يستطيع ان يمارس فيها التحكم في عواطفه ويطرح القلق جانبا ويشعر بالثقة النابعة من قلبه.

(الخولي، 2001، ص 43)

2-5-5- النشاط البدني الرياضي لإثراء العلاقات الاجتماعية:

النشاط البدني الرياضي هو الذي يتخذ مركبة العناية في مجالها للفرد نطاق العضلات البارزة والمنافسة المستعصية، والفرد الذي يعرف من خلال الرياضة ذاتها ويتحكم فيها ويتغلب فيها ويطوعها في خدمة الآخرين والنشاط الرياضي لا يقتصر على تقديم وسائل تتيح للشباب فرص الاقتراب من بعضهم فقط ولكنهم يساعد هؤلاء الشباب على التكيف الاجتماعي وإثراء العلاقات الاجتماعية والروح الرياضية ليست في المجال الرياضي فحسب، بل في مجال الحياة داخل المجتمع.

2-5-6- النشاط البدني الرياضي لصيانة الصحة وتحسينها:

إن المجهود البدني الذي كان يقوم به الإنسان وحتى المجهودات البدنية الاعتيادية فهي محدودة ومتكررة وهذا جعلها تفقد الإنسان مرونته وحساسيته وقدرته على مقاومته للأمراض. مثل السمنة ويشتكى من أمراض لم يكن يشتكى منها من قبل مثل أمراض الدورة الدموية، الجهاز العصبي، الأمراض النفسية، لقد استطاع الطب أن يسيطر على معظم العضلات، ولكنه وقف حائراً أمام الكثير منها والراجعة من انتقال الإنسان من حياة النشاط والحركة إلى حياة الكسل والخمول، مما جعله يتجه إلى المزيد من التحليل البدني وبالتالي عدم القدرة على النهوض بواجباته الأساسية لأن ذلك يتطلب منه قدراً كبيراً من اللياقة البدنية التي تمكنه من القيام بهذه الواجبات. (بقدي، 2010-2011. ص 24)

خلاصة الفصل:

يعتبر النشاط البدني الرياضي التربوي عنصراً أساسياً في تطوير صحة التلاميذ ورفاهيتهم يسهم في تعزيز اللياقة البدنية والمرونة، بالإضافة إلى تنمية مهارات التعاون والعمل الجماعي. كما يُعزز النشاط البدني من الروح الرياضية ويُساعد في بناء الثقة بالنفس. علاوة على ذلك، يعتبر النشاط البدني وسيلة فعالة لتخفيف التوتر وتحسين المزاج، مما يُساهم في خلق بيئة تعليمية إيجابية. لذلك، يُعد إدماج النشاط البدني في المناهج الدراسية أمراً ضرورياً لتعزيز الصحة العامة ورفاهية التلاميذ.

الفصل الثاني:

الانتباه والتحصيل الدراسي

تمهيد:

نحن في العادة لا ندرك كل التأثيرات الصادرة عن المثيرات البيئية المختلفة، بسبب محدودية قدراتنا العصبية على متابعة تلك المثيرات بأكملها، وهذه المسألة يلعب فيها الانتباه دورًا هامًا. لذلك في هذا الفصل سوف نتطرق إلى الانتباه وتفسير مراحله التي تستوفي هذه العملية المعرفية بصفة كاملة.

1- الانتباه

1-1- تعريف الانتباه

وهو من أهم العمليات العقلية التي تلعب دورًا هامًا في النمو المعرفي لدى الفرد حيث إنه يستطيع من خلاله أن ينتقي المنبهات الحسية المختلفة التي تساعد على اكتساب المهارات وتكوين العادات السلوكية الصحيحة بما يحقق له التكيف مع البيئة المحيطة به. (السيد علي وفائقة بدر، 1999، ص15).

والانتباه هو تركيز الشعور في شيء، وهو يسبق الإدراك ويمهّد له، فأنا أنتبه لهذا الصوت المفاجئ فأدرك أنه صوت الباب يقفل. (أحمد عزت راجح، 1968، ص150). والانتباه هو اختيار وتعيين ذهني، أو هو توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعدادًا لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه. (أحمد عزت راجح، 1968، ص150).

وينظر إلى الانتباه على أنه عملية اختيار تنفيذية لحدث أو مثير والتركيز فيه، وليس باعتباره أحد مكونات الذاكرة الفعلية؛ فهو يمثل العملية التي يتم من خلالها اختيار بعض الخبرات الحسية الخارجية أو الداخلية والتركيز فيها من أجل معالجتها في نظام معالجة المعلومات. (رافع الزغمول وعماد الزغمول، 2003، ص97).

ويرى أيضًا أن الانتباه عملية شعورية في الأصل تتمثل في تركيز الوعي أو الشعور في مثير معين دون غيره من المثيرات الأخرى، والانتباه إليه على نحو تلقائي ريثما تتم معالجته، ويمكن لعملية الانتباه أن تصبح عملية لا شعورية "آلية" في حالة الممارسة المكثفة لبعض

المثيرات والمواقف أو في حالة المثيرات أو العمليات المألوفة. (رافع الزغمول وعماد الزغمول، 2003، ص97).

الانتباه هو الاهتمام بمنبهات محددة أو جوانب معينة من البيئة، وهو عملية انتقائية تتحدد البؤرة فيها بعوامل خاصة. (أحمد عبد الخالق وعبد الفتاح دويدار، 1999، ص148).

الانتباه هو توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه. أو أنه مصفاة لتصفية المعلومات عند نقاط مختلفة في عملية الإدراك. (صالح الدايري ووجيه الكبيسي، د.ت، ص144).

هو تركيز الشعور في شيء معين، ويشير الانتباه إلى الكيفية التي يتم فيها اختيار المثيرات الجزئية المكونة للمثير الأكثر أهمية وإثارة للانتباه. (جودت بني جابر وآخرون، 2002، ص142).

والانتباه مصطلح يشير إلى مستوى عام من التيقظ والتنبه وحالة عامة من الإثارة والتوجه نحو المثيرات، مقابل التعود والقدرة على التركيز أو توزيع أو إدامة النشاط، والقدرة على تركيز وتوجيه المعالجة أو التحميل لمدخلات من حاسة معينة مثل الانتباه البصري أو الانتباه السمعي. (محمد الشقيرات، د.س، ص210).

1-2- خصائص الانتباه:

إن طبيعة الانتباه هي الحركة والتغير وعدم الثبات، ونظرًا لأن الأشياء التي تجذب انتباهنا تكون في معظمها إما متحركة أو معقدة، لذلك سنعرض بعض خصائص الانتباه التي تمكن الشخص من الانتباه للمنبهات المختلفة فيما يلي:

- الانتباه عملية إدراكية مبكرة: يتم الإحساس بالمثيرات الخام، بينما يتم الإدراك بإعطاء هذه المثيرات تفسيرات ومعاني مختلفة، أما الانتباه فإنه يقع في منزلة بين الإحساس والإدراك، ولذلك يطلق على الانتباه بأنه عملية إدراكية مبكرة.

- الإصغاء: وهو الخطوة الأولى في عملية تكوين وتنظيم المعلومات، حيث إن استكشاف البيئة المحيطة يتطلب من الفرد الإصغاء لبعض الأحاديث أو الأفعال وتركيز الانتباه عليها.

- الاختيار والانتقاء: إن الفرد لا يستطيع أن ينتبه لجميع المنبهات المتباينة دفعة واحدة، ولكنه ينتقي ويختار منها ما يناسب حاجاته وحالته النفسية، أي أن الانتباه هو اختيار لأحد أو لبعض المنبهات الحسية من بين المنبهات الأخرى سواء كانت في البيئة الخارجية أو الداخلية.

- الإحاطة: وهي العملية ذات الأساس الحسي والتي قد تكون سمعية أو بصرية، والتي تتمثل إما في تحركات العينين معاً عبر المكان أو الصور التي تواجههما، أو الأذن لكل ما يصل إليها من أصوات ومحاولة جمع شتاتها. أي أن الإحاطة تعتبر عملية مسح للعناصر التي توجد في هذا المكان، وللأصوات التي تصدر الآن.

- التركيز: يتمثل التركيز في اتجاه الشخص بفاعلية أو إيجابية واهتمام إلى إشارات أو تنبيهات حسية معينة، وإهمال إشارات أخرى، ويكون دائماً قصدياً وبؤرياً، وقد يكون مركزاً على منبه واحد من المنبهات التي تقع في مجال إدراك الفرد، أو منتشراً بحيث يستطيع الشخص الاحتفاظ بمشاهدة مبعثرة عبر كل شيء يحدث حوله، أو أن يتبنى الشخص موقفاً وسطاً. (أحمد السيد وفائقة بدر، 1999، ص22).

- التعقب: وهو الانتباه المتصل "غير المتقطع" لمنبه ما، أو التركيز على تسلسل موجود لفكر عبر فترة زمنية، والمستوى المعقد فيه يبدو في القدرة على التفكير في فكرتين أو أكثر، أو نمطين من المنبهات أو أكثر في وقت واحد وعلى نحو متتابع دون خلط بينهما أو فقدان لإحدهما، وهذا البعد ضروري في حل المشكلات التي تقتضي تداعياً متسلسلاً مثل الحساب المركب أو نسج خيوط قصة معقدة، أو رسم اتجاهات في خريطة طرق.

- التموج: وهو يعني أن المثير مصدر التنبيه رغم استمرار وجوده، فإن تأثيره يتلاشى إذا ظهر مثير دخيل، ثم يعود المثير الرئيسي للظهور مرة أخرى عندما ينتهي وجود المثير الدخيل.

- التذبذب: وهو يعني أن مستوى شدة المثير مصدر التنبيه يتذبذب، ولعلنا نلاحظ ذلك أثناء متابعة الفرد لفيلم سينمائي، حيث إن انتباهه يتذبذب بين الشدة والضعف وفقاً لاختلاف قوة أحداث الفيلم. (أحمد السيد وفائقة بدر، 1999، ص23).

- استجابة حسية وعقلية
- في الانتباه: تركيز عقلي ومقاومة لمشتت
- فيه توجيه للمشعور نحو مثير معين
- فيه استخدام للطاقة العقلية
- يرتبط بما يهتم الفرد المنتبه. (مريم سميم، 539، 2003).

1-3- مراحل الانتباه:

إن تتبع عملية الانتباه يشير إلى حدوث ثلاث مراحل للانتباه كعملية معرفية، وهذه المراحل هي: مثيرات بيئية مرحلة الكشف (الحواس) مرحلة التعرف مرحلة الاستجابة للمثير الاستجابة.

1-3-1- مرحلة الكشف أو الإحساس:

وفي هذه المرحلة يحاول الفرد أن يكشف عن وجود أية مثيرات حسية في البيئة المحيطة به من خلال حواسه الخمسة، وتكاد تُعد هذه المرحلة غير معرفية لأنها لا تتطوي على أية عمليات معرفية سوى الوعي بوجود المثيرات.

1-3-2- مرحلة التعرف:

وعُرفت هذه المرحلة في أدبيات الموضوع بالانتباه الموجه، ويحاول الفرد التعرف على طبيعة المثيرات من حيث شدتها ونوعها وحجمها أو عددها وأهميتها للفرد، والتعرف هنا هو نشاط معرفي أولي يتطلب تفحصاً ومعالجة بدائية للمثيرات لتحديد مدى الحاجة إليها، أو الاستمرار في استقبالها لاستكمال عمليات الإدراك اللاحقة.

1-3-3- مرحلة الاستجابة للمثير الحسي:

وتتمثل باختيار الفرد لمثير معين من بين عدة مثيرات حسية على نفس القناة الحسية، وتهيئة هذا المثير للمعالجة المعرفية الموسعة التي غالبًا ما تحدث في الذاكرة القصيرة أو الفاعلة ضمن عملية الإدراك. (عدنان يوسف العتوم، 2004، ص 76).

1-4- أنواع الانتباه:

1-4-1- الانتباه اللاإرادي:

وهو ذلك النوع الذي يوجه فيه الشخص انتباهه إلى الشيء رغماً عنه. (صالح الدايري ووجيه الكبيسي، د.ت، ص 144).

يحدث هذا النوع من الانتباه عندما تفرض بعض المنبهات الداخلية والخارجية ذاتيًا على الشخص مثل سماع صوت انفجار عالٍ، وهذا النوع لا يتطلب مجهودًا ذهنيًا لأن المنبه هنا يفرض نفسه على الفرد ويرغمه على اختياره والتركيز عليه دون سواه من المنبهات الأخرى. (أحمد السيد وفائقة بدر، 1999، ص 21).

فيه يتجه الانتباه إلى المثير رغم إرادة الفرد، كالانتباه إلى طلقة مسدس أو ضوء خاطف أو صدمة كهربائية عنيفة أو ألم واخز مفاجئ في بعض أجزاء الجسم. هنا يفرض المثير نفسه فرضًا فيرغمنا على اختياره دون غيره من المثيرات. (أحمد عزت راجح، 1968، ص 151).

هنا ننتبه إلى بعض المثيرات دون غيرها رغماً عنا مثل الانتباه إلى صدمة كهربائية أو الانتباه لانفجارات والأصوات العالية. (جودت بني جابر وآخرون، 2002، ص 143).

1-4-2- الانتباه التلقائي:

هو ذلك النوع من الانتباه الذي يحدث من تلقاء نفسه وبدافع فطري مثل الانتباه إلى الطعام. (صالح الدايري ووجيه الكبيسي، د.ت، ص 144).

ويسمى أيضًا بالاعتيادي، وهو التركيز المعتاد والتلقائي لوعي الفرد على مثير ما أو عدة مثيرات، وهذا النوع لا يتطلب جهدًا من الفرد لأن الفرد ينتبه إلى الأشياء التي اعتاد

على الاهتمام بها من قبل، والتي تتفق مع ميوله واهتماماته. (أحمد السيد وفائقة بدر، 1999، ص 21).

وهو انتباه الفرد إلى شيء يهتم به ويميل إليه، وهو انتباه لا يبذل الفرد في سبيله جهداً، بل يمضي سبلاً طيعاً. (أحمد عزت راجح، 1968، ص 151).

بمعنى أننا ننتبه إلى الأشياء التي نميل إليها ونهتم بها، فعند النظر إلى مجموعة من الكتب فإن كل فرد يتناول الكتاب الذي يميل إليه. (جودت بني جابر وآخرون، 2002، ص 143).

1-4-3- الانتباه الإرادي:

وهو ذلك النوع من الانتباه الذي يعتمد على الإرادة ويحقق الأهداف والمثل العليا ويحتاج إلى نوع من الجهد. (صالح الدايري ووجيه الكبيسي، د.ت، ص 144).

يحدث هذا النوع من الانتباه عندما نقصد توجيه انتباهنا بإرادتنا إلى شيء محدد، وهذا النوع يتطلب مجهوداً ذهنياً من الفرد لأن استمراره مدة طويلة يتطلب وجود دافع قوي لدى الفرد يدفعه للاستمرار ببذل الجهد الذهني. (أحمد السيد وفائقة بدر، 1999، ص 21).

هو الانتباه الذي يقتضي من المنتبه بذل جهد قد يكون كبيراً، كأن ينتبه إلى محاضرة أو إلى حديث جاف أو ممل، في هذه الحال يشعر الفرد بما يبذله من جهد في حمل نفسه على الانتباه. وهو جهد ينجم عن محاولة الفرد التغلب على ما يعترضه من سأم أو شرود ذهني، إذ لا بد له أن ينتبه بحكم الحاجة أو الضرورة أو التأديب، ويتوقف مقدار الجهد المبذول على شدة الدافع إلى الانتباه وعلى وضوح الهدف من الانتباه.

وهذا النوع من الانتباه لا يقدر عليه الأطفال في العادة إذ ليس لديهم من قوة الإرادة والصبر والقدرة على بذل الجهد واحتمال المشقة الوقتية في سبيل هدف أبعد ما يمكنهم منه، لذا يجب أن تكون الدروس التي تقدم إليهم قصيرة شائقة أو ممزوجة بروح اللعب. (أحمد عزت راجح، 1968، ص 151).

بمعنى أن الإنسان حر في أن ينتبه أو لا ينتبه، مثل الانتباه إلى محاضرة أو حديث جاف. ويتوقف الجهد المبذول على شدة الدافع إلى الانتباه وعلى وضوح الهدف من الانتباه. (جودت بني جابر وآخرون، 2002، ص 143).

1-4-4- الانتباه الحسي:

ويتمثل في توجيه الذهن إلى حد المدركات الحسية كالمرئيات والمسموعات... فإذا ما انتبه الشخص إلى صور مختلفة أو روائح كان انتباهه مرئياً، وإذا ما انتبه إلى نغمات موسيقية كان انتباهه سمعياً. (صالح الدايري ووجيه الكبيسي، د.ت، ص 144).

1-4-5- الانتباه العقلي:

ويتمثل في توجيه العقل إلى إحدى المعقولات كالتفكير والتذكر، مثل الانتباه إلى حل مسألة رياضية، أو تذكر رحلة قام بها شخص. (صالح الدايري ووجيه الكبيسي، د.ت، ص 144).

2- التحصيل الدراسي

يعد التحصيل الدراسي معياراً يتم على ضوئه قياس مستوى تحصيل التلميذ سواء أكان مرتفعاً أم منخفضاً وفي كلتا الحالتين علينا تقديم تعزيز إيجابي للتلميذ يساعده في تحسن المستوى.

2-1- تعريف التحصيل الدراسي:

تعددت تعاريف التحصيل الدراسي منها:

يعرفه **صلاح الدين علام**: أنه مدى استيعاب التلاميذ لما تعلموه من خبرات معينة في مادة دراسية مقررة وتقاس بالدرجات التي يحصل عليها التلميذ في الاختبارات التحصيلية. (رشاد صالح الدمنهوري، 2006، ص 85).

ويعرفه **عبد الرحمن العيسوي**: التحصيل هو مقدار المعرفة أو المهارات التي حصلها الفرد نتيجة التدريب والمرور بخبرات سابقة.

(عبد الرحمن العيسوي، ب ت، ص 129).

ويحدده **أديب الخالدي** بأنه: نشاط عقلي معرفي للتلميذ، يستدل عليه من مجموع الدرجات التي يحصل عليها في أدائه لمتطلبات الدراسة. (أديب الخالدي، 2003، ص 92).

ويعرفه **روير لافون**: هو المعرفة التي يتحصل عليها الطفل من خلال برنامج مدرسي قصد تكييفه مع الوسط والعمل المدرسي. (محمد قريشي، 2002، ص 65).

وتعرف الموسوعة النفسية التحصيل بأنه: أن يحقق المرء لنفسه مستويات أعلى من العلم والمعرفة والذي يقرن عادة بالدراسة فنقول مستوى التحصيل الدراسي ونعني به الدرجة التي يتحصل عليها المرء في امتحان مقنن. (أميمة محمد ضاهر، 2005، ص 19).

2-2- العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي:

2-2-1- العوامل الداخلية (الذاتية أو الشخصية):

وهي العوامل التي تتعلق بشخصية التلميذ وهي:

أ. **العوامل العقلية:** من العوامل التي لها تأثير فعال على التحصيل الدراسي حيث أنه كلما زاد مستوى الذكاء زاد تحصيل المعارف والعكس صحيح وذلك ما أشار إليه أحمد زكي صالح حين أكد على أن هناك علاقة هامة بين القدرة على التحصيل والقدرات العقلية للطلاب ولقد أوضحت معظم الدراسات المختلفة ومن أهمها دراسات بيرت في إنجلترا وبوند وتيرمان في أمريكا أن هناك ارتباطا موجبا بين اختبارات الذكاء والتحصيل المدرسي بالإضافة إلى تأثير عامل القدرات الخاصة كالقدرة اللغوية والعديدية وعامل ضعف وقوة الذاكرة. (فني غنية 2005، ص 99).

ب. **العوامل الجسمية:** إن التلاميذ الذين يعانون من اضطرابات صحية متكررة أو عيوب بالنظر أو السمع أو النطق أو حتى عاهات جسمية كل هذه العوامل بإمكانها التأثير على التحصيل الدراسي نظرا لتأثيرها السلبي على الشخص من تعب وعدم القدرة على بذل الجهد والاستمرار. (عبله بساط جمعة، 2002، ص 331).

ج. **العوامل النفسية:** إن التحصيل الدراسي يتأثر بعوامل انفعالية مثل ضعف الثقة بالنفس والقلق أو الخوف الذي يمنعه من المشاركة الايجابية والفعالة في القسم ذلك لأن هذا العامل يؤثر على طبيعة العلاقات البيداغوجية التربوية التي يعقدها التلميذ مع محتوى المادة الدراسية أو مع المعلم أو مع زملائه وهذا كله ينعكس على تحصيله بالسلب أو بالإيجاب فكلما تحسنت الحالة النفسية للتلميذ يمكنه الحصول على نتائج إيجابية والعكس صحيح حيث أنه لا فائدة ترجى من تلميذ لا يشعر بالارتياح مع طريقة التدريس التي يقدم بها الأستاذ المعلومات المدرسية أو لا يتأقلم مع محتوى المادة لأن هذا يؤدي إلى التقليل من الدافعية للتعلم من هذه المادة وبالتالي تنقص درجة تحصيله فيها. (محمد مصطفى زيدان، ب ت، ص 89).

2-2-2- العوامل الخارجية: وتشمل الأسرة والمدرسة:

أ. الأسرة: وتتضمن ما يلي:

❖ **العامل الأسري الاجتماعي:** يقصد بالجو المنزلي كل العلاقات التي تسود المنزل ويكون لها تأثير في حياة الطفل، كسوء التوافق الأسري وأساليب التربية الخاطئة والعلاقات الأسرية المضطربة والمفككة ككثرة المشاجرات، التي تؤثر على الاستقرار النفسي للتلميذ مما ينعكس على إقباله على الدراسة وبالتالي على التحصيل المعرفي، على أساس أنه ينشغل بهذه المشاكل فيتأثر تبعاً لذلك مردوده المدرسي لأنه في هذه الحالة لا يجد الراحة النفسية للمذاكرة ولا توجيه من قبل الوالدين بسبب انشغالهما بتلك المشاكل في حياتهما. (محمد حودي رضا، 1966، ص101).

❖ **المستوى الثقافي للأسرة:**

لما كانت الخبرات والمعارف والقيم هي مضمون التعليم المدرسي بمختلف مراحله، فإن التلميذ الذي ينتمي إلى الفئات الاجتماعية المتعلمة يكون على قدر كاف من المعلومات والمعارف التي تساعد على استيعاب البرنامج المدرسي مما يتيح له فرصة التحصيل الجيد، على عكس التلميذ الذي ينتمي إلى الفئات الاجتماعية الأمية فإنه يكون أمام صعوبات مختلفة سواء من الاستيعاب للبرنامج المدرسي أو في التحصيل الدراسي الجيد، بسبب جهل الوالدين للأمور المرتبطة بالتلميذ النفسية منها أو الاجتماعية أو المدرسية.

(سناء الخولي، 1984، ص287).

❖ **المستوى الاجتماعي الاقتصادي للأسرة:**

ويقصد بها مستوى التعلم الداخلي، نوعية السكن وموقعه حجم الأسر بحيث تؤثر ذلك على تكوين الشخصية العلمية للأبناء. (مدحت عبد الحميد، 1999، ص121).

ب- المدرسة:

❖ المعلم:

يعد المعلم عنصرا فعالا في العملية التعليمية والتربوية ومن أهم مدخلات النظام المدرسي فبدونه لا يحدث تعلم وإن حدث فهو ضعيف، ولكي يقوم بوظائفه لابد أن يكون قادرا ومعدا إعدادا جيدا.

وأشار علي أحمد لمين إلى بعض الصفات التي يجب أن يتصف بها المعلم هي:

✚ الصفات الشخصية:

ومن هذه الصفات أن يكون محبا للأطفال ولمهنته يتمتع بصحة جسمية ونفسية سليمة، لديه حس النطق له دراية بالخصائص الجسمية والنفسية والاجتماعية للتلاميذ.

✚ الصفات المهنية:

ومنها احترام العمل على تشجيعهم بالإسهام في النشاطات المدرسية ويراعي الظروف الفردية للتلاميذ، وأن يكون وسطيا في معاقبته للتلاميذ ويشجع على الأدب وسمو الأخلاق والاجتهاد في الدراسة. (محمد قلايشي، ص72). لكي ينجح المعلم في أداء رسالته فعليه أن يكون مرنا في التعامل مع التلاميذ ولديه القدرة على تأدية مهامه بأفضل الطرق.

❖ المنهج الدراسي:

المنهج هو عبارة عن خطة واضحة للعمل يحدد فيها الأهداف والغايات التي تنشدها تحقيقها والوسائل التي يصل بها إلى تحقيق هذه الأهداف والغايات، والمعايير التي نحكم بها على مدى تحقق هذه الأهداف. (محمد منير مرسى، 1993، ص24). فيعتبر المنهج الدراسي عامل مهم في العملية التربوية بعد المعلم الذي يسعى إلى تحقيق المنهج الذي يتضمن الكم المعرفي لمحتوى معين إضافة إلى كيفية توصيل هذه المعرفة بواسطة طرائق معينة للوصول إلى الأهداف المرجوة منها وتنظيم تقويم هذه العملية، وأي خلل في المنهج الدراسي لا يؤدي الهدف المنشود منه وهو الوصول إلى مستوى معين في التحصيل. (محمد منير مرسى، ص73).

❖ الجو المدرسي العام:

وهو الجو الاجتماعي للمدرسة وتتمثل في العلاقات الاجتماعية والمعاملات بين أفراد المجتمع المدرسي، وهي العلاقات بين الإداريين والمعلمين والتلاميذ. (كريمة بن خدة، 2002، ص39)، والجو السليم يحقق علاقات طيبة فيما بينهم ويحقق الهدف المراد وصوله وهو النجاح وأي تعكر في الجو المدرسي يؤدي إلى الفشل والكسل وانتشار ظاهرة الهروب من المدرسة. (محمد قريشي، 2002، ص73).

❖ علاقة التلميذ بأقرانه:

إن علاقة التلاميذ مع بعضهم البعض سواء كانت داخل غرفة الصف أو خارجه تنعكس بصورة واضحة في تفاعلهم وتعاملهم مع بعضهم أثناء القيام بالأنشطة التعليمية التربوية، فقد يكون التفاعل تفاعلا ايجابيا يأخذ مظاهر الحب... والمنافسة الشريفة وقد يكون سلبيا يأخذ مظاهر الكراهية... والمنافسة الهدامة، وفي كلتا الحالتين فإن العلاقات التي تنشأ بين التلاميذ يكون لها الأثر الأكبر على مستوى تحصيلهم وتعليمهم الذي يؤثر بصورة واضحة في تحديد مستقبلهم، حيث من الممكن أنه تؤدي هذه العلاقات إلى الرفع من مستوى تحصيلهم الدراسي لأن التلاميذ يستفيدون ويتعلمون من بعضهم البعض، إذا كان توجههم في الأساس ايجابيا ومن الممكن أن يحدث العكس إذا كان توجههم سلبيا وتكون المنافسة بينهم هدامة. (عمر عبد الرحيم نصرالله، 2004، ص110).

2-3- أنواع التحصيل الدراسي:

يوجد نوعان للتحصيل الدراسي هما التحصيل الدراسي الجيد والتحصيل الدراسي الضعيف.

2-3-1- التحصيل الدراسي الجيد:

يعرفه كل من كف وفنك 1964 استطاعة الشخص على سرعة تبويب معلوماته أي يحللها إلى مختصر منظم يسهل عليه تذكره وهو الدافع القوي لدى الشخص لتنظيم أعماله والربط باستمرار بين المعلومات، فهو لكفاءة ذات الفعالية المقترنة بالسرعة والمثابرة والتحفظ وليس الابتكار أو التجديد. (رشاد صالح الدمنهوري وآخر، 1995، ص189).

2-3-2- التحصيل الدراسي الضعيف:

هو التقصير الملحوظ عن بلوغ مستوى معين من التحصيل الذي تعمل المدرسة من أجله وهذا ما يعرفه نعيم الرفاعي بالتأخر الدراسي. (نعيم الرفاعي، 1972، ص 439).

2-4- أهمية التحصيل الدراسي:

يعد التحصيل الدراسي ذا أهمية للفرد والأسرة مما ينعكس على المجتمع ككل فالتحصيل العلمي يقود إلى تحقيق التقدم في مختلف المجالات، فالتطور الذي وصل إليه الغرب نتيجة ما أنجزه من مخرجات تعليمية في ميادين مختلفة حيث أصبح التحصيل الدراسي هو مقياس التقدم التكنولوجي.

فالنتائج التحصيلية التي يحرزها الفرد تساعده على معرفة نقاط قوته وضعفه مما يجعله يحاول للحصول على نتائج أعلى، وعلى المعلمين تغيير نظرة التلاميذ لمعنى التحصيل الدراسي حتى نصل إلى ركب الدول المتقدمة.

إن أهمية التعليم والتحصيل الدراسي مسألة لم تعد اليوم محل شك أو ريب في أي منطقة من العالم، فالتجارب الدولية المعاصرة أثبتت بما لا يدع مجالاً للشك أن بداية التقدم الحقيقية بل والوحيدة هي التعليم وإن كل الدول التي أحرزت شوطاً كبيراً في التقدم تقدمت من بوابة التعليم، بل أن الدول المتقدمة تضع التعليم في أولوية برامجها وسياساتها. (عنتر عبد العال، ب ت، www.almualem.net)

2-5- وسائل قياس التحصيل الدراسي:

هناك عدة أساليب نقيس بها التحصيل الدراسي وهي:

2-5-1- العلامات الدراسية اليومية:

أثناء إلقاء المعلم للدرس على تلاميذه داخل القسم فإنه يسجل العلامات اليومية التي يتحصل عليها كل تلميذ في كل درس إذا جرى سؤاله فيه، فهو يعتبرها أحد الأسس التي تبنى عليها تقويم أعمال التلميذ. (محمد صالح وآخرون، 1974، ص 639).

2-5-2- الاختبارات الشفوية:

وهي اختبارات غير مكتوبة تقدم للتلاميذ في صورة أسئلة لفظية شفوية ويطلب منهم الإجابة عليها شفويا. (صلاح وأمين علي، 2000، ص84).

2-5-3- اختبارات المقال:

يسمى هذا النوع باختبارات المقال لأن التلميذ يكتب فيه مقالا كاستجابة للموضوع أو المشكلة التي يطرحها السؤال. (مروان وإبراهيم، 2002، ص86).

2-5-4- الاختبارات الموضوعية:

تعتبر الاختبارات الموضوعية من أهم الوسائل لقياس التحصيل الدراسي لذلك تعتني دول كثيرة بتصميمها لقياس مختلف الخبرات الدراسية. (أحمد حسين اللقائي، 1998، ص255). وقد ظهرت كردة فعل على الانتقادات الموجهة لاختبارات المقال لضعف تمثيلها للمقرر الدراسي وعدم ثبات التصحيح وغيرها، وسميت بالموضوعية لأن تصحيحها لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمصحح وهي عادة ما تكون محدودة حيث يمكن تقدير صحتها أو خطئها بدرجة عالية من الدقة. (مذكور، 1998، ص273). ومن أمثلة هذه الاختبارات:

- الاختبار المتعدد من إجابات متعدّدة.
- الصواب والخطأ.
- المزوجة والتوفيق.
- تكملة الجملة الناقصة.
- الربط.
- إعادة الترتيب (العيسوي، ب ت، ص63).

خلاصة الفصل:

يُعتبر الانتباه عنصراً أساسياً في عملية التعلم، هو القدرة على تركيز الفكر والموارد الذهنية على مهام معينة، مما يسهم في تعزيز الفهم والاستيعاب، ويرتبط الانتباه ارتباطاً وثيقاً بالتحصيل الدراسي، حيث أن زيادة مستوى التركيز يُحسن من الأداء الأكاديمي.

الجانب الميداني

الفصل الثالث:

الطرق المنهجية للدراسة

تمهيد:

نوضح في هذا المبحث المنهجية التي سنتبعها في هذه الدراسة من خلال إبراز مجتمع وعينة الدراسة، كما نتطرق إلى طرق وجمع البيانات، إلى الأساليب الإحصائية المستعملة في تحليل البيانات الخاصة بالإستبيان.

1- منهج الدراسة الميدانية.

إن المنهج يمكننا من تبسيط موضوع البحث والكشف على الحقائق العلمية وتحديد الأسباب والنتائج المترتبة عنها، نظرا لطبيعة موضوع بحثنا المتمثل في تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي، كما أن طبيعة الدراسة الميدانية التي يتطلبها موضوع بحثنا تركز على الإستبيان، لذلك سنعتمد على المنهج التحليلي للبيانات والمعلومات التي تم جمعها عن طريق الإستبيان.

2- مجتمع الدراسة.

بكوننا نسعى من خلال دراستنا إلى معرفة تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي، لهذا تم حصر مجتمع الدراسة على ثانويات ولاية الوادي الذين بلغ عددهم حوالي 53 ثانوي موزعة على كل أرجاء الولاية

3- عينة الدراسة.

رغم الصعوبات التي واجهتنا في تحديد مجتمع الدراسة، إلا أننا سعينا قدر الإمكان لجمع أكبر عدد ممكن من الاستبيانات مع مراعاة توفر أفراد العينة إلى الكفاءة المعرفية والعلمية لكي تمكنهم للإجابة على الإستبيان.

لقد قمنا بتوزيع 33 استمارة استبيان حيث اعتمدنا على تسليم المباشر للاستمارات لأساتذة ثانويات ولاية الوادي وهذا ما مكننا من جمع استمارة استبيان بأقصى وقت ممكن.

بعد استرجاع استمارات الموزعة تم حصر عدد الاستمارات الملغاة ومنها الاستمارات التي لم تسترجع، والجدول يوضح لنا الإحصائيات الخاصة بالاستمارات الإستبيان الموزعة وهي كما يلي:

الجدول رقم (01): النتائج الإحصائية للاستمارات الإستبيان الموزعة.

النسبة المئوية	التكرارات	البيان
100%	33	الاستمارات الموزعة
3%	1	الاستمارات الملغاة
6%	2	الاستمارات غير مسترجعة
91%	30	الاستمارات الصالحة للتحليل

المصدر: من إعداد الطالبة بالاعتماد على استمارات الاستبيان الموزعة.

نلاحظ من خلال الجدول أن عدد الاستمارات الموزعة بلغ 33 استمارة منها 30 استمارة اعتبرت صالحة للتحليل أي ما يعادل نسبة 91%. أما الاستمارات الباقية عددها 3 استمارة بين ملغاة ولم تسترجع أي ما يعادل نسبة 3%، يعود السبب إلى عدم فهم الموضوع من جهة أولاً ومبالاة من جهة أخرى.

❖ الخصائص العامة لعينة الدراسة.

يخص هذا الجزء للاستبيان المعلومات الشخصية للمجيب على الإستبيان وقد خصصت هذه الأسئلة إلى كل من الجنس، العمر، المؤهل العلمي، الخبرة المهنية، الوضعية المهنية وكانت النتائج كما يلي:

الجنس: كان توزيع عينة الدراسة وفق متغير الجنس كمايلي:

الجدول رقم (02): توزيع العينة حسب متغير الجنس.

العمر	التكرارات	النسبة المئوية
ذكر	21	70%
أنثى	9	30%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات نظام SPSS V.25

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن غالب أفراد العينة من الذكور بنسبة 70 % وبتعداد

21 فردا أما نسبة أفراد العينة الاناث بنسبة 30% وبتعداد 9 أفراد

عدد سنوات العمل:

تم تقسيم عينة الدراسة حسب متغير سنوات العمل إلى 4 فئات وفق ما يتلاءم وأفراد

العينة موضوع الدراسة وقد توصلنا إلى نتائج التي سيتم توضيحها وفق الجدول التالي:

الجدول رقم (03): توزيع العينة حسب متغير عدد سنوات العمل .

الخبرة المهنية	التكرارات	النسب المئوية
أقل من 5 سنوات	9	30%
من 5 الى 10 سنوات	13	43%
من 11 إلى 15 سنة	5	17%
أكثر من 15 سنة	3	10%
المجموع	30	100%

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات نظام SPSS V.25.

من خلال الجدول نلاحظ أن أغلب المستجوبين تتراوح خبرتهم المهنية من 5 إلى 10

سنوات بنسبة 43% ثم تليها الفئة أقل من 5 سنوات بنسبة 30% وتعداد 9 أفراد ثم الفئة

أقل من 11 الى 15 سنة بنسبة 17% بتعداد 5 أفراد ثم الفئة أكثر من 15 سنة بنسبة

10% وتعداد 3 أفراد.

الشعبة:

قمنا بتقسيم أفراد العينة حسب متغير الشعبة إلى أربعة شعب، وكان توزيع أفراد العينة كما يلي:

الجدول رقم (04): توزيع العينة حسب متغير الشعبة

النسبة المئوية	التكرارات	الشعبة
37%	11	العلوم التجريبية
20%	6	الرياضيات
30%	9	آداب وفلسفة
13%	4	تسيير واقتصاد
100%	30	المجموع

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات نظام SPSS V.25.

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أغلب أفراد العينة من من شعبة علوم تجريبية بنسبة 37% وتتكون من 11 فرد أما الفئة الثانية فهي من شعبة آداب وفلسفة بنسبة 30% وتتكون من 9 أفراد، أما باقي أفراد العينة فهي من شعبتي رياضيات وتسيير واقتصاد بنسبة 20% و13% بعدد أفراد 6 و4 أفراد على الترتيب.

4- بناء أداة الدراسة.

بغرض الوصول إلى الأهداف المرجوة لهذه الدراسة والإجابة على الإشكالية المطروحة واثبات صحة أو عدم صحة الفرضيات، أعدنا استمارة الإستبيان وتم توزيعها على عينة الدراسة، ولكي تكون الدراسة منظمة في شكل علمي قمنا بتصنيف استمارة الإستبيان معتمدين على الإشكالية المطروحة والجوانب التي تطرقنا إليها في الفصل الأول مع مراعاة عدة نقط نذكر منها ما يلي:

- أن تكون عبارات الأسئلة تمت صياغتها بطريقة بسيطة وواضحة لتفادي الغموض أو سوء الفهم.

- تجنب الأخطاء الإملائية قدر المستطاع لتكون لغة الإستبيان سليمة.
- الاعتماد على ترتيب الأسئلة وربطها بموضوع الدراسة الميدانية لتحقيق الأهداف المرجوة.

بعد الانتهاء من تصميم الإستبيان تم اللجوء إلى أساتذة مختصين للتأكد من الجانب الشكلي والتقني للاستمارة والتأكد من موضوعية الأسئلة وتغطيتها لجميع جوانب موضوع الدراسة.

ينقسم الإستبيان إلى جزئين:

- **الجزء الأول:** يحتوي على 3 أسئلة تتعلق بمعلومات عامة حول عينة الدراسة وهي (الجنس، عدد سنوات العمل، الشعبة).

- **الجزء الثاني:** يتكون من محورين وهما كما يلي:

- ❖ **المحور الأول:** يتعلق تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه.
- ❖ **المحور الثاني:** يتعلق علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي.

5- الأدوات المستخدمة في تحليل نتائج الإستبيان.

من أجل تحقيق أهداف هذه الدراسة قمنا باستخدام المنهج الوصفي التحليلي، والذي يعرف "بأنه طريقة للبحث تتناول أحداث وظواهر وممارسات موجودة ولملموسة ومتاحة للدراسة والقياس وسهلة الحصول عليها من خلال منهجية علمية صحيحة وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها، حيث يعتبر من أنسب الأساليب وأكثرها استخداما في دراسة وقياس الظواهر، ويتسم المنهج الوصفي التحليلي بالواقعية لأنه يدرس الظاهرة كما هي في الواقع، ويستخدم مختلف الأساليب المناسبة من كمية وكيفية للتعبير عن الظاهرة وتفسيرها من أجل التوصل إلى فهم وتحليل الظاهرة محل الدراسة، ويهدف البحث إلى دراسة تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي.

حيث اعتمد هذا البحث على نوعين أساسيين من البيانات:

1. **البيانات الثانوية:** تم الحصول عليها من خلال مراجعتنا للكتب والدوريات والمنشورات الورقية والإلكترونية والرسائل الجامعية والمقالات المتعلقة بالموضوع قيد البحث سواء بشكل مباشر أو غير مباشر، والتي ساعدتنا في جميع مراحل البحث، والهدف من خلال اللجوء للمصادر الثانوية في هذا البحث، هو التعرف على الأسس والطرق السليمة في كتابة الدراسات، وكذلك أخذ تصور عام عن آخر المستجدات التي حدثت وتحديث في مجال بحثنا الحالي.

2. **البيانات الأولية:** تم الحصول عليها من خلال تصميم استبانة وتوزيعها على عينة من مجتمع الدراسة، ومن ثم تفرغها وتحليلها باستخدام برنامج "spss v.25" وباستخدام الاختبارات الإحصائية المناسبة بهدف الوصول إلى الدلالات ذات قيمة، ومؤشرات تدعم موضوع محل الدراسة.

6- الأساليب الإحصائية للدراسة

بعد الجمع النهائي للاستبيان من خلال الاستمارات القابلة للتحليل، اعتمدنا في عرض المعطيات وتحليلها على برنامج *Excel*، لكي نتمكن من معالجة المعطيات وتحويلها بشكل جداول وترجمتها إلى رسومات بيانية بهدف تسهيل عملية الملاحظة والتحليل للوصول إلى النتائج المرجوة كما اعتمدنا على مجموعة من أساليب المتاحة في برنامج spss v.25، كما يمكننا اختصار الأساليب التي تم استخدامها فيما يلي:

- اختبار بيرسون لقياس ارتباط العبارات والمحاور؛
- اختبار ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha) لقياس الثبات؛
- استخراج التكرارات والنسب المئوية لكل عبارة من الاستبيان؛
- قياس الوسط الحسابي المرجح لكل عبارة في الاستبيان بالاختبار إلى إيجابيات فرض العينة؛
- قياس الانحراف المعياري لكل عبارة في الاستبيان؛

7- اختبار صدق وثبات الاستبيان.

يتم التحقق من صدق وثبات الاستبيان من خلال:

أ- صدق الاستبيان:

يقصد بصدق أداة الدراسة مدى قدرة الاستبيان على قياس المتغيرات التي وضعت من أجلها، ولهذا الغرض قمنا بالتأكد من صدق الاستبيان بطريقتين:

❖ الصدق الظاهري:

قمنا بعرض الاستبيان على نخبة من الأساتذة المحكمين من أعضاء هيئة التدريس في التربية الرياضية والبدنية بجامعة محمد خيضر بسكرة تألفت من استاذين (02) محكمين، وقد استجبنا لآرائهم وقمنا بإجراء ما يلزم من تعديل وحذف في ضوء المقترحات المقدمة، ليخرج الاستبيان في صورته النهائية. (انظر الملحق رقم)

❖ صدق المقياس: تقاس درجة صدق المقياس من اختبار بيرسون، خلال قياس كل

من:

✓ الاتساق الداخلي Internal Validity:

يقصد بصدق الاتساق الداخلي مدى اتساق كل عبارة من عبارات الاستبيان مع المحور الذي تنتمي إليه هذه العبارة، حيث قمنا بحساب الاتساق الداخلي للاستبيان من خلال حساب معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات محاور الاستبيان.

الجدول رقم (05): درجة الارتباط الكلية للمحور الأول

المكون	المحاور	معامل بيرسون	(Sig)
محور تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه التلاميذ	عدد مرات مشاركة التلاميذ في نشاط بدني رياضي تربوي في المدرسة يؤثر إيجاباً على مستوى انتباههم في الحصص النظرية.	0.539	0.004
	مدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي النموذجية كافية لتحسين انتباه التلاميذ.	0.787	0.001
	النشاط البدني الرياضي التربوي يساهم بشكل ملحوظ في تحسين قدرة التلاميذ على التركيز خلال الحصص الدراسية.	0.542	0.028
	ألاحظ فرقاً واضحاً في مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية التي تلي حصة النشاط البدني الرياضي التربوي مباشرة.	0.649	0.008
	أرى أن التلاميذ يستطيعون التركيز لفترة أطول في الحصة الدراسية بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي.	0.405	0.042
	ألاحظ أن التلاميذ يظهرون سلوكاً أقل تشتتاً في الانتباه خلال الحصص الدراسية بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي.	0.376	0.004
	نوع النشاط البدني الرياضي التربوي الممارس يؤثر بشكل ملموس على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية.	0.733	0.000
	أعتقد أن التلاميذ يستفيدون أكثر من ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي قبل الحصص الدراسية النظرية.	0.561	0.007
	زيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية.	0.695	0.003
	النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد التلاميذ على الاستعداد بشكل أفضل للحصص الدراسية، من الناحية الذهنية والجسدية.	0.635	0.001

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات برنامج (SPSS.v25)

يوضح لنا الجدول رقم (05) أن معاملات الارتباط بين جميع عبارات المحور الأول الخاص بتأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه التلاميذ جاءت قيمه مقبولة ذات دالة إحصائية، عند مستوى معنوية (0.05)، وبذلك يعتبر المحور الخاص بتأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه التلاميذ صادقاً إلى حد بعيد لما وضع لقياسه.

الجدول رقم (06): درجة الارتباط الكلية للمحور الثاني

المكون	المحاور	معامل بيرسون	(Sig)
علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي	عدد الساعات التي يقضيها التلاميذ في ممارسة النشاط البدني الرياضي أسبوعياً خارج المدرسة يؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.	0.637	0.001
	أرى أن مستوى التلاميذ في النشاط البدني الرياضي له علاقة إيجابية بتحصيلهم الدراسي في المواد الأخرى.	0.745	0.000
	ممارسة النشاط البدني الرياضي تؤثر بشكل إيجابي على قدرة التلاميذ على استيعاب المعلومات في المواد الدراسية الأخرى.	0.862	0.000
	ألاحظ أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تساعد التلاميذ على تنظيم وقتهم بشكل أفضل للدراسة.	0.691	0.002
	أرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تقلل من مستوى التوتر والقلق لدى التلاميذ، مما ينعكس إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.	0.567	0.006
	أعتقد أن مشاركة التلاميذ في الأنشطة الرياضية التنافسية تؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي، من خلال تعزيز روح الفريق والمثابرة.	0.212	0.053
	أرى أن الانضباط الذي يكتسبه التلاميذ من ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعد في الدراسة وفي الالتزام بواجباتهم المدرسية.	0.586	0.000
	بشكل عام، أرى أن التلاميذ يحصلون على دعم وتشجيع كافيين من عائلاتهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.	0.498	0.001
	أعتقد أن المدرسة توفر فرصاً كافية للتلاميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي.	0.169	0.076
	أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد التلاميذ على تحسين أدائهم الأكاديمي بشكل عام.	0.756	0.000

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات برنامج (SPSS.v25)

يوضح لنا الجدول رقم (06) أن معاملات الارتباط بين جميع عبارات المحور الثاني الخاص علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي ذات دالة إحصائية وقوية، عند مستوى معنوية (0.05)، ما عدا العبارة. أعتقد أن المدرسة توفر فرصاً كافية للتلاميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي فقد جاءت غير دالة وبذلك يعتبر المحور الخاص التنافس الشريف صادقاً إلى حد بعيد لما وضع لقياسه.

ب- ثبات الاستبيان: اختبار ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha).

يقصد بثبات أداة الدراسة أن يعطي الاستبيان نفس النتيجة لو تم إعادة توزيعه أكثر من مرة تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى أن ثبات الأداة يعني الاستقرار في نتائج الاستبيان وعدم تغييرها بشكل كبير فيما لو تم إعادة توزيعها على أفراد العينة عدة مرات خلال فترات زمنية معينة، وقد اعتمدنا على معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha). في حساب ثبات الاستبيان:

الجدول رقم (07): نتائج معامل الثبات ألفا كرونباخ

معامل الثبات ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	
0.785	10	المحور الأول
0.635	10	المحور الثاني
0.672	20	معامل الثبات الكلي

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات برنامج (SPSS.v25)

من خلال نتائج الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل ألفا كرونباخ أكبر من (0.6) بالنسبة للمحورين أما بالنسبة للاستبانة ككل قدر بـ 0.672 وبالتالي تتمتع أداة الدراسة بصورة عامة بمعامل ثبات عال يتيح لها تحقيق أهداف الدراسة وإمكانية ثبات النتائج التي تسفر عنها.

الفصل الرابع:

عرض وتحليل النتائج

1- عرض نتائج محاور الاستبيان:

لتحويل إجابات المبحوثين إلى بيانات كمية قمنا باستخدام مقياس لكرت الخماسي (Likert Scale) باعتباره يعطي مجالات أوسع للإجابة، كما يوضحه الجدول التالي:

الجدول رقم (08): أداة جمع البيانات وفق مقياس ليكرت الخماسي

التقييم	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
الدرجة	5	4	3	2	1

المصدر: من إعداد الطالبين.

❖ بعدها يتم حساب المتوسط الحسابي المرجح Weighted Mean، بإتباع الخطوات

التالية:

❖ حساب المدى والذي يساوي أكبر قيمة من هذا المقياس - أقل قيمة منه أي: 5-

$$4=1$$

❖ حساب طول الفئة من خلال تقسيم المدى على عدد الفئات، أي: $0.80 = 5/4$ ،

فتكون الفئة الأولى: من 1 إلى 1.8 أي: $1.8 = 0.8 + 1$ وهكذا ...؛

الجدول رقم (09): معيار مقياس التصحيح وفقا لمقياس ليكرت الخماسي

خيارات الموافقة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
فئة الوسط الحسابي	4.21 - 5	3.41 - 4.2	2.61 - 3.4	1.81 - 2.6	1 - 1.8
درجة الموافقة	مرتفعة جدا	مرتفعة	متوسطة	منخفضة	منخفضة جدا

المصدر: من إعداد الطلبة.

وعليه سوف يتم عرض نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل محور لهذه

الدراسة، ومن ثم تحديد الاتجاه العام لأفراد العينة محل الدراسة، كما توضحه الجداول

التالية:

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الاولى:

والتي كان مضمونها تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه التلاميذ

الجدول رقم (10): عرض البيانات المتعلقة بتأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه التلاميذ

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاتجاه العام	الترتيب
1	عدد مرات مشاركة التلاميذ في نشاط بدني رياضي تربوي في المدرسة يؤثر إيجاباً على مستوى انتباههم في الحصص النظرية.	4.45	.510	موافق بشدة	4
2	مدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي النموذجية كافية لتحسين انتباه التلاميذ.	4.86	.351	موافق بشدة	1
3	النشاط البدني الرياضي التربوي يساهم بشكل ملحوظ في تحسين قدرة التلاميذ على التركيز خلال الحصص الدراسية.	4.23	.429	موافق بشدة	7
4	ألاحظ فرقاً واضحاً في مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية التي تلي حصة النشاط البدني الرياضي التربوي مباشرة.	4.68	.477	موافق بشدة	3
5	أرى أن التلاميذ يستطيعون التركيز لفترة أطول في الحصة الدراسية بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي.	4.86	.351	موافق بشدة	1
6	ألاحظ أن التلاميذ يظهرون سلوكاً أقل تشتتاً في الانتباه خلال الحصص الدراسية بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي.	4.73	.456	موافق بشدة	2
7	نوع النشاط البدني الرياضي التربوي الممارس يؤثر بشكل ملموس على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية.	4.41	.503	موافق بشدة	5
8	أعتقد أن التلاميذ يستفيدون أكثر من ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي قبل الحصص الدراسية النظرية.	4.36	.492	موافق بشدة	6

9	زيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية.	4.68	.477	موافق بشدة	3
10	النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد التلاميذ على الاستعداد بشكل أفضل للحصص الدراسية، من الناحية الذهنية والجسدية.	4.36	.492	موافق بشدة	6

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات نظام SPSS V.25.

بالنظر إلى الجدول رقم (10) يتضح لنا أن المتوسط الحسابي بلغ أكبر قيمة له وهي 4.86 عند العبارتين مدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي النموذجية كافية لتحسين انتباه التلاميذ وزيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية بإنحراف معياري 0.351 وبلغ أصغر قيمة له وهي 4.23 عند العبارة النشاط البدني الرياضي التربوي يساهم بشكل ملحوظ في تحسين قدرة التلاميذ على التركيز خلال الحصص الدراسية.. بإنحراف معياري 0.429 أما الانحراف المعياري فقد بلغ أكبر قيمة له وهي 0.510 عند العبارة. عدد مرات مشاركة التلاميذ في نشاط بدني رياضي تربوي في المدرسة يؤثر إيجاباً على مستوى انتباههم في الحصص النظرية أما أصغر قيمة للانحراف المعياري فهي 0.351 عند العبارتين مدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي النموذجية كافية لتحسين انتباه التلاميذ وزيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية، كما أن 100% من عبارات المحور الأول حصلت على إتجاه عام موافق بشدة (10 عبارة).

1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

والتي كان مضمونها تأثير علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي
الجدول رقم (11): عرض البيانات المتعلقة علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي
والتحصيل الدراسي

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاتجاه العام	الترتيب
1	عدد الساعات التي يقضيها التلاميذ في ممارسة النشاط البدني الرياضي أسبوعياً خارج المدرسة يؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.	4.19	.802	موافق	7
2	أرى أن مستوى التلاميذ في النشاط البدني الرياضي له علاقة إيجابية بتحصيلهم الدراسي في المواد الأخرى.	4.47	.689	موافق بشدة	1
3	ممارسة النشاط البدني الرياضي تؤثر بشكل إيجابي على قدرة التلاميذ على استيعاب المعلومات في المواد الدراسية الأخرى.	4.23	.870	موافق بشدة	6
4	ألاحظ أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تساعد التلاميذ على تنظيم وقتهم بشكل أفضل للدراسة.	4.29	.735	موافق بشدة	4
5	أرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تقلل من مستوى التوتر والقلق لدى التلاميذ، مما ينعكس إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.	4.22	.881	موافق	8
6	أعتقد أن مشاركة التلاميذ في الأنشطة الرياضية التنافسية تؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي، من خلال تعزيز روح الفريق والمثابرة.	4.25	.739	موافق بشدة	5
7	أرى أن الانضباط الذي يكتسبه التلاميذ من ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعدهم في الدراسة وفي الالتزام بواجباتهم المدرسية.	4.25	.984	موافق بشدة	5

8	بشكل عام، أرى أن التلاميذ يحصلون على دعم وتشجيع كافيين من عائلاتهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.	4.35	1.058	موافق بشدة	3
9	أعتقد أن المدرسة توفر فرصاً كافية للتلاميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي.	4.40	1.154	موافق بشدة	2
10	أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد التلاميذ على تحسين أدائهم الأكاديمي بشكل عام.	3.58	1.184	موافق	8

المصدر: من إعداد الطلبة بالاعتماد على مخرجات نظام SPSS V.25.

بالنظر إلى الجدول رقم (11) يتضح لنا أن المتوسط الحسابي بلغ أكبر قيمة له وهي 4.47 عند العبارة أرى أن مستوى التلاميذ في النشاط البدني الرياضي له علاقة إيجابية بتحصيلهم الدراسي في المواد الأخرى. بإنحراف معياري 0.689 وهي أصغر قيمة له وبلغ أصغر قيمة له وهي 3.58 عند العبارة أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد التلاميذ على تحسين أدائهم الأكاديمي بشكل عام. بإنحراف معياري 1.184 وهي أكبر قيمة.

كما أن 80% من عبارات هذا المحور حصلت على إتجاه عام موافق بشدة (8 عبارات) و20% من العبارات حصلت على إتجاه عام موافق (2 عبارات).

الفصل الخامس:

مناقشة النتائج في ظل الفرضيات

تمهيد:

تم صياغة فرضية رئيسية وفرضيات فرعية لدراسة هذا الدراسة وسيتم اختبار هذه الفرضيات بالاعتماد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

ولقد تم صياغة الفرضيات كما يلي:

- الفرضية العامة:

تأثر ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وتحصيلهم الدراسي.

- الفرضيات الجزئية:

• يؤثر النشاط البدني الرياضي التربوي على إنتباه التلاميذ الأقسام النهائية خلال تدريس المواد النظرية داخل القاعة.

• توجد علاقة وثيقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في المواد الأخرى.

ولاختبار صحة هذه الفرضيات اعتمد التحليل على متوسطات حسابية وانحرافات معيارية للبيانات التي تم جمعها من عينة الدراسة، والتي تعكس تصورات التلاميذ حول مدى إسهام حصة التربية البدنية في غرس هذه القيم.

1- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

يؤثر النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه التلاميذ الأقسام النهائية خلال تدريس المواد النظرية داخل القاعة.

يظهر الجدول الأول المتعلق بـ "الأمانة" أن جميع العبارات حصلت على متوسطات حسابية مرتفعة تتراوح بين 4.23 و4.86، مما يشير إلى درجة "موافقة بشدة" من قبل أفراد عينة الدراسة على أن النشاط البدني الرياضي التربوي يؤثر على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية، وجاءت مدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي النموذجية كافية لتحسين انتباه التلاميذ وزيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على

مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية في المرتبة الأولى بمتوسط 4.86، مما يؤكد على أهمية الدور التأسيسي والبيئي لعدد ومدة حصص النشاط التربوي البدني في تعزيز انتباه التلاميذ في الحصص النظرية. كما حصدت العبارات التي تشير إلى زيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية، ألاحظ فرقاً واضحاً في مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية التي تلي حصة النشاط البدني الرياضي التربوي مباشرة، متوسطات عالية (4.68) محتلة المرتبة الثالثة. هذه النتائج تعكس قناعة قوية بأن عدد حصص النشاط البدني التربوي ليست مجرد نشاط بدني، بل هي بيئة تربوية تساهم بشكل مباشر في زيادة الانتباه لدى التلاميذ في الحصص الدراسية الأخرى

وبناءً على المتوسطات الحسابية المرتفعة، يمكن قبول الفرضية الجزئية الأولى التي تنص على أن النشاط البدني الرياضي التربوي يؤثر على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية خلال تدريس المواد النظرية داخل القاعة.

2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

توجد علاقة وثيقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في المواد الأخرى..

يُظهر الجدول الثاني الخاص بـ "علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي" أن غالبية العبارات حصلت على متوسطات حسابية تدل على "الموافقة بشدة" أو "الموافقة"، مما يشير إلى مساهمة النشاط البدني الرياضي التربوي في تعزيز التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في المواد الأخرى. برزت العبارة "أرى أن مستوى التلاميذ في النشاط البدني الرياضي له علاقة إيجابية بتحصيلهم الدراسي في المواد الأخرى." في المرتبة الأولى بمتوسط 4.47، مما يعكس دور النشاط البدني في زيادة تحصيلهم الدراسي. كما جاءت عبارة "أعتقد أن المدرسة توفر فرصاً كافية للتلاميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي." في المرتبة الثانية بمتوسط 4.40، وهو ما يؤكد على أهمية المدرسة في توفير الفرص

لممارسة النشاط البدني لتنمية تحصيلهم الدراسي، في المقابل، حصلت عبارة "عدد الساعات التي يقضيها التلاميذ في ممارسة النشاط البدني الرياضي أسبوعياً خارج المدرسة يؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي" على متوسطات أقل (4.19)، مع اتجاه "موافق" وليس "موافق بشدة"، مما قد يشير إلى أن التلاميذ ربما لا يدركون بأن عدد الساعات التي يقضونها في ممارسة النشاط البدني تؤثر إيجاباً على محصولهم الدراسي، عكس العبارة التي حصلت على أقل متوسط (3.58) هي "أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد التلاميذ على تحسين أدائهم الأكاديمي بشكل عام"، مما قد يشير إلى تحدد معين في غرس ثقافة الأنشطة البدنية لمساعدتهم على تحسين أدائهم الأكاديمي.

وعليه وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية العامة التي تميل نحو الموافقة، يمكن قبول الفرضية الجزئية الثانية التي تشير إلى أنه توجد علاقة وثيقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية في المواد الأخرى، مع الأخذ بعين الاعتبار بعض التحديات في جوانب محددة من هذا المفهوم.

خلاصة الفصل:

كان هذا الفصل محاولة منا لإسقاط الجانب النظري على تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي، من خلال المعلومات المستخلصة من الاستمارات المقدمة للأساتذة حسب مختلف رتبهم، وقد أظهرت الدراسة الحالية أن النشاط البدني الرياضي التربوي يملك إمكانات كبيرة في تعزيز التحصيل الدراسي لدى تلاميذ الأقسام النهائية. و لقد أثبتت النتائج أن النشاط البدني يساهم بوضوح في تنمية مهارة الانتباه لدى التلاميذ، وتعزيز التحصيل العلمي لديهم هذه المساهمة لا تقتصر على الجانب النظري، بل تتجسد في الممارسات والتفاعلات اليومية داخل القسم، مما يجعلها أداة تربوية فعالة في بناء شخصية متكاملة للطالب. لذلك، يوصى بالاستفادة القصوى من النشاط البدني لدى التلاميذ.

الخاتمة العامة:

لقد حاولنا في بحثنا هذا تحديد ودراسة تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بتحصيلهم الدراسي وذلك عن طريق معالجة إشكالية البحث ولإجابة عليها قمنا بتقسيم بحثنا إلى جزئين جزء نظري (الفصل 1 و2) والآخر تطبيقي. في الجزء النظري حاولنا الإحاطة بإشكالية البحث من وجهتها النظرية حيث تم التطرق في الفصل الأول والثاني إلى التعرف على النشاط البدني في الثانوي من خلال توضيح مفهومه، أهميته، أهدافه التعرف على مفهوم التحصيل العلمي وتعزيز الانتباه لدى تلاميذ الأقسام النهائية بالتطرق إلى بعض تعريفاته وتوضيح أهم محدداتها كما حاولنا أيضا إبراز أحدث الدراسات السابق المتعلقة بكل متغير بالإضافة إلى الدراسات التي شملت المتغيرين معا أما في الجزء التطبيقي فقد أردنا دعم فكرة هذا البحث والتعمق في الإشكالية والإحاطة بها من جوانبها المختلفة من خلال الدراسة الميدانية وقد إختارنا ثانويات ولاية الوادي لتكون ميدان الدراسة لإنجاز هذا البحث.

ففي البداية قمنا بوضع الإطار المنهجي للدراسة وتقديم إطار منهجي وإحصائي لاداة الدراسة وتولى الفصل الأخير عرض وتحليل نتائج الدراسة كما سبقه تحليل الخصائص الشخصية لأفراد العينة والوظيفية وأخيرا إختبار فرضيات الدراسة، وقد نتج عن هذه الدراسة مجموعة من **النتائج** تم حصرها فيما يلي:

- النتائج النظرية

- أظهرت المراجع والدراسات السابقة أن للنشاط البدني دورا إيجابيا في تنشيط العمليات المعرفية، لا سيما الانتباه، والذي يُعتبر عنصراً حيوياً في عملية التعلم.
- أثبتت الأطر النظرية أن الدمج المنتظم للنشاطات البدنية ضمن البرنامج الدراسي يسهم في خفض التوتر والقلق، مما يهيئ بيئة ذهنية ملائمة للتحصيل الدراسي الجيد.
- بينت النظريات السلوكية والمعرفية أن الانتباه يمكن تحسينه من خلال الممارسات البدنية التي تتطلب التركيز، التنسيق، والاستجابة السريعة.

النتائج التطبيقية

- أظهرت النتائج أن التلاميذ المشاركين في النشاط البدني يتمتعون بقدرة أكبر على التركيز والانتباه خلال الحصص الدراسية، مما انعكس إيجابياً على تحصيلهم الأكاديمي.
- تبين أن العلاقة بين النشاط البدني والتحصيل الدراسي تمر عبر وساطة مستوى الانتباه، مما يؤكد على أهمية التركيز على هذا الجانب في البرامج التربوية.

اقتراحات وتوصيات

- إدماج حصص رياضية إضافية في الأسبوع خاصة للأقسام النهائية، مع مراعاة التنوع والتحفيز.
- تكوين أساتذة التربية البدنية حول الأبعاد المعرفية والسلوكية للنشاط الرياضي التربوي.
- دعوة الإدارات التربوية إلى إعادة النظر في مكانة التربية البدنية ضمن منظومة التعليم، باعتبارها عاملاً مساعداً في تحسين جودة التعليم.
- تنظيم حملات توعوية للتلاميذ وأولياءهم حول فوائد النشاط البدني على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي.

آفاق الدراسة:

- تقترح هذه الدراسة فتح مجال البحث أمام دراسات مستقبلية تدمج أبعاداً أخرى مثل: القلق الامتحاني، تقدير الذات، أو الذاكرة العاملة، وعلاقتها بالنشاط البدني.
- يمكن إجراء دراسات مقارنة بين الجنسين أو بين مختلف المواد الدراسية لمعرفة مدى تأثير النشاط البدني على التحصيل في تخصصات معينة.
- كما يُقترح استخدام تقنيات القياس النفسوفيزيولوجي (مثل اختبارات الانتباه عبر الحاسوب أو قياس نبض القلب) لتعميق فهم العلاقة بين النشاط البدني والوظائف المعرفية.
- وبذلك تكون هذه الدراسة قد سلطت الضوء على جانب مهم من العملية التعليمية، يتمثل في الدور الفعال للنشاط البدني في تحسين القدرات المعرفية والتحصيل الدراسي، مما يستوجب من جميع الفاعلين التربويين إعطائه المكانة التي يستحقها في البرامج التكوينية والتعليمية.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

- (1) ابن عسيى رضا، تأثير النشاط الرياضي في تنمية تركيز الانتباه عند تلاميذ المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة حسية بن بوعلي الشلف، 2009م.
- (2) أحمد حسين اللقائي. تدريس المواد الاجتماعية. ط2، عالم الكتب، القاهرة، 1998.
- (3) أديب محمد الخالدي. سيكولوجية الفروق الفردية والتفوق العقلي. دار وائل للنشر، الأردن، 2003.
- (4) أميمة محمد ضاهر. التحصيل الدراسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى طلاب الثانوي الفني: دراسة ميدانية. 2005.
- (5) أمين أنور الخولي. أصول التربية البدنية والرياضية (المهنة والإعداد المهني والنظام الأكاديمي). الكويت، 1993.
- (6) أمين أنور الخولي. أصول التربية البدنية والرياضية. ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- (7) أمين أنور الخولي. الرياضة والمجتمع. المجلس الوطني الثقافي، الأدب والفنون، الكويت، سلسلة عالم المعرفة، 1996.
- (8) أمين أنور الخولي، محمود عبد الفتاح. التربية البدنية والرياضية المدرسية. دار الفكر العربي، القاهرة، 1994.
- (9) حلمي المليجي (2000). علم النفس الإكلينيكي. دار النهضة العربية.
- (10) ذيب إيمان. ممارسة النشاط البدني والرياضي التربوي ودوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة. جامعة محمد خيضر، بسكرة.
- (11) رشاد صالح الدمنهوري وآخرون. التنشئة الاجتماعية والتأخر الدراسي: دراسة في علم النفس الاجتماعي التربوي. دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2006.
- (12) سعد جلال، علاوي محمد. علم النفس التربوي. دار المعارف، مصر، 1998.

- (13) سميرة ونجن، التحصيل الدراسي بين التأثيرات الصفية ومتغيرات الوسط الاجتماعي، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، ع 04، جامعة الوادي، ص 52
- (14) سيدي يخلف محمد، بلغرزي محمد الأمين. دور النشاط البدني الرياضي التربوي في التنشئة الاجتماعية لدى مراهقي الطور الثانوي. جامعة عبد الحميد بن باديس، مستغانم.
- (15) صلاح أحمد مراد، أمين علي سليمان. الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية. دار الكتاب الحديث، القاهرة، 2000.
- (16) عبد الرحمن العيسوي. القياس والتجريب في علم النفس والتربية. دار النهضة العربية، بيروت.
- (17) عبد الله الغامدي. أنواع النشاط الرياضي والبدني. تم الاطلاع عليه بتاريخ 11-02-2012 من الموقع: <http://www.iraqocad.org/lib/nubras.htm>
- (18) عبلة بساط جمعة. مهارات في التربية النفسية. ط1، دار المعرفة، بيروت، 2002.
- (19) عصام عبد الخالق. التدريب الرياضي: نظريات وتطبيقات. دار المكتبة الجامعية، مصر، 1982.
- (20) عصام عبد الخالق. التدريب الرياضي: نظريات وتطبيقات. ط2، دار الكتب الجامعية، مصر، 1972.
- (21) عصام عبد الخالق. النشاط الرياضي في حياتنا. تم الاطلاع عليه بتاريخ 11-02-2012 من الموقع: <http://www.bdnia.com>
- (22) علي أحمد مذكور. مناهج التربية: أسسها وتطبيقاتها. ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
- (23) عمر عبد الرحيم نصر الله. تدني مستوى التحصيل والإنجاز المدرسي: أسبابه وعلاجه. ط1، دار وائل للنشر، الأردن، 2004.
- (24) عمرو بدران. أهمية النشاط البدني الرياضي. تم الاطلاع عليه بتاريخ 11-02-2012 من الموقع: <http://www.bdnia.com>

- (25) عنتر عبد العالي. أزمة التعليم في أمريكا: العلاقة الجدلية بين التعليم والاقتصاد. مجلة المعلم. www.almualem.net
- (26) فني غنية. التغيرات التنظيمية وأثرها على التحصيل الدراسي في الجامعة الجزائرية. ماجستير غير منشور، جامعة الحاج لخضر، باتنة، 2005.
- (27) كريمة بن خدة، فاطمة بن عباس. علاقة الوسائل التعليمية بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي. رسالة ليسانس غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2002/2001.
- (28) محمد الحماحي، أمين أنور الخولي. أسس بناء برنامج التربية البدنية والرياضية. دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
- (29) محمد بقدي. ممارسة النشاط البدني والرياضي ودوره في التحرر من الخجل لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. مذكرة ماستر، جامعة الشلف، 2010/2011.
- (30) محمد بوزيان وآخرون. النشاط البدني ودوره في تهذيب السلوك العدواني لدى المراهق. دفعة 1999، جامعة الجزائر.
- (31) محمد حودي رضا. التعليم الثانوي. مطبعة المعارف، بغداد، 1966.
- (32) محمد عادل خطاب، كمال الدين زكي. التربية الرياضية للخدمة الاجتماعية. دار النهضة العربية، القاهرة، مصر، 1965.
- (33) محمد عوف. المدرس في الجامعة والمجتمع. المكتبة الأنجلو مصرية، 1978.
- (34) محمد قريشي. القلق وعلاقته بالتوافق الدراسي والتحصيلي. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2002.
- (35) محمد مصطفى زيدان. دراسة سيكولوجية تربوية لتلاميذ التعليم الثانوي. ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- (36) محمد منير مرسى. المعلم وميادين التربية. المكتبة الأنجلو مصرية، مصر، 1993.

- 37) مدحت عبد الحميد عبد اللطيف. الصحة النفسية والتفوق الدراسي. دار المعرفة الجامعية، 1999.
- 38) مروان حويج، إبراهيم الحطب. القياس والتقويم في التربية وعلم النفس. ط1، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، الأردن، 2002.
- 39) معتز يونس ذنون ونجاة سعيد علي، قياس حدة الانتباه بعد الجهد الهوائي واللاهوائي والعلاقة بينهما وفترة عودته لدى لاعبي كرة القدم، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، المجلد 8 ، العدد 1، العراق، 2007م.
- 40) مكرم ابن منظور الإفريقي المصري، لسان العرب.
- 41) نعيم الرفاعي. الصحة النفسية. ط1، دار الطبعة، بيروت، 1972.
- 42) هطال سمير ، تأثير النشاط البدني والرياضي الممارس في حصة التربية البدنية والرياضية على انتباه التلاميذ خلال دروس المواد التعليمية الأخرى الموائية لهذه الحصة، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر 3،
- 43) EMMA_Brouillette، L'impact du yoga sur l'attention et le rendement scolaire d'enfants de 5-6 ans، mémoire présenté comme exigence partielle de la maitrise en kinanthropologie، université de Québec à Montréal، 2008 .

الملاحق

الملحق رقم 01: الاستبيان



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
الشعبة: تربية بدنية



إستبيان

أخي الفاضل ،، أختي الفاضلة،

السلام عليكم ورحمه الله،،، تحية طيبة وبعد،

يسرنا أن نتقدم إليكم بفائق الاحترام والتقدير وألفت عنايتكم الكريمة أن هذه الاستبانة، قد أعدت لتقديمها إليكم بهدف الحصول على البيانات المتعلقة بالجانب الميداني لمذكرة ماستر تخصص التربية الحركية تحت عنوان: "تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه تلاميذ الأقسام النهائية وعلاقته بالتحصيل الدراسي "

ونظرا لأهمية رأيكم في تحقيق الهدف العلمي من هذه الدراسة تأمل منك التكرم بالإجابة على أسئلة الاستبانة بكل موضوعية ودقة، كما نحيطكم علما ان إجاباتكم لن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي فقط،

شكرا لكم لحسن تعاونكم

وتفضلوا بقبول فائق التقدير والاحترام

إشراف الأستاذ:

د، بن شعيب احمد

من اعداد:

- طه موساوي
- قمولة سعد

المحور الأول: البيانات الشخصية

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐عدد سنوات العمل: - أقل من 05 سنوات ☐- من 5 الى 10 سنوات ☐- من 10 الى 15 سنة ☐- أكثر من 15 سنة ☐الشعبة: - العلوم التجريبية ☐- الرياضيات ☐- آداب وفلسفة ☐- تسيير واقتصاد ☐

المحور الثاني: الاستبيان

الرقم	العبارة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
01	عدد مرات مشاركة التلاميذ في نشاط بدني رياضي تربوي في المدرسة يؤثر إيجاباً على مستوى انتباههم في الحصص النظرية،					
02	مدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي النموذجية كافية لتحسين انتباه التلاميذ،					
03	النشاط البدني الرياضي التربوي يساهم بشكل ملحوظ في تحسين قدرة التلاميذ على التركيز خلال الحصص الدراسية،					
04	ألاحظ فرقاً واضحاً في مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية التي تلي حصة النشاط البدني الرياضي التربوي مباشرة،					
05	أرى أن التلاميذ يستطيعون التركيز لفترة أطول في الحصة الدراسية بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي،					
06	ألاحظ أن التلاميذ يظهرون سلوكاً أقل تشتتاً في الانتباه خلال الحصص الدراسية بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي،					

					نوع النشاط البدني الرياضي التربوي الممارس يؤثر بشكل ملموس على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية،		07
					أعتقد أن التلاميذ يستفيدون أكثر من ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي قبل الحصص الدراسية النظرية،		08
					زيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية،		09
					النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد التلاميذ على الاستعداد بشكل أفضل للحصص الدراسية، من الناحية الذهنية والجسدية،		10
					عدد الساعات التي يقضيها التلاميذ في ممارسة النشاط البدني الرياضي أسبوعياً خارج المدرسة يؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي،	علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي	11
					أرى أن مستوى التلاميذ في النشاط البدني الرياضي له علاقة إيجابية بتحصيلهم الدراسي في المواد الأخرى،		12
					ممارسة النشاط البدني الرياضي تؤثر بشكل إيجابي على قدرة التلاميذ على استيعاب المعلومات في المواد الدراسية الأخرى،		13
					ألاحظ أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تساعد التلاميذ على تنظيم وقتهم بشكل أفضل للدراسة،		14
					أرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تقلل من مستوى التوتر والقلق لدى التلاميذ، مما ينعكس إيجاباً على تحصيلهم الدراسي،		15
					أعتقد أن مشاركة التلاميذ في الأنشطة الرياضية التنافسية تؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي، من خلال تعزيز روح الفريق والمثابرة،		16
					أرى أن الانضباط الذي يكتسبه التلاميذ من ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعدهم في الدراسة وفي الالتزام بواجباتهم المدرسية،		17

					بشكل عام، أرى أن التلاميذ يحصلون على دعم وتشجيع كافيين من عائلاتهم لممارسة النشاط البدني الرياضي،	18
					أعتقد أن المدرسة توفر فرصاً كافية للتلاميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي،	19
					أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد التلاميذ على تحسين أدائهم الأكاديمي بشكل عام،	20

الملحق رقم 02: مخرجات برنامج spss

1- التكرارات والنسب المئوية :

		الجنس			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	21	70.0	70.0	70.0
	أنثى	9	30.0	30.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

		عدد سنوات العمل			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	أقل من 5 سنوات	9	30.0	30.0	30.0
	من 5 إلى 10 سنوات	13	43.3	43.3	73.3
	من 11 إلى 15 سنة	5	16.7	16.7	90.0
	أكثر من 15 سنة	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

		الشعبة			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	العلوم التجريبية	11	36.7	36.7	36.7
	الرياضيات	6	20.0	20.0	56.7
	أدب وفلسفة	9	30.0	30.0	86.7
	تسيير وإقتصاد	4	13.3	13.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

2- الاتساق الداخلي

Correlations

النشاط البدني الرياضي التربوي يساهم بشكل ملحوظ في تحسين قدرة التلاميذ على التركيز خلال الحصص الدراسية.	مدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي النموذجية كافية لتحسين انتباه التلاميذ.	عدد مرات مشاركة التلاميذ في نشاط بدني رياضي تربوي في المدرسة يؤثر إيجاباً على مستوى انتباههم في الحصص النظرية	تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه	
.645**	.585**	.328	1	Pearson Correlation
.000	.001	.077		Sig. (2-tailed)
30	30	30	30	N
.338	.126	1	.328	Pearson Correlation
.067	.507		.077	Sig. (2-tailed)
30	30	30	30	N
.237	1	.126	.585**	Pearson Correlation
.206		.507	.001	Sig. (2-tailed)
30	30	30	30	N
1	.237	.338	.645**	Pearson Correlation
	.206	.067	.000	Sig. (2-tailed)
30	30	30	30	N
.157	.427*	-.196-	.466**	Pearson Correlation
.406	.019	.298	.010	Sig. (2-tailed)
30	30	30	30	N
.304	.019	.017	.473**	Pearson Correlation
.102	.919	.929	.008	Sig. (2-tailed)
30	30	30	30	N
.000	.009	.024	.369*	Pearson Correlation
1.000	.964	.898	.045	Sig. (2-tailed)
30	30	30	30	N
-.218-	.183	.177	.144	Pearson Correlation
.248	.333	.350	.448	Sig. (2-tailed)

ملمس على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية.	N	30	30	30	30
أعتقد أن التلاميذ يستفيدون أكثر من ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي قبل الحصص الدراسية النظرية.	Pearson Correlation	.463*	.261	.303	.329
	Sig. (2-tailed)	.010	.164	.103	.076
	N	30	30	30	30
زيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية.	Pearson Correlation	.237	-.029-	-.040-	.192
	Sig. (2-tailed)	.206	.880	.832	.311
	N	30	30	30	30
النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد التلاميذ على الاستعداد بشكل أفضل للحصص الدراسية، من الناحية الذهنية والجسدية.	Pearson Correlation	.577**	.058	.283	.493**
	Sig. (2-tailed)	.001	.761	.130	.006
	N	30	30	30	30

Correlations

علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي	عدد الساعات التي يقضيها التلاميذ في ممارسة النشاط البدني الرياضي أسبوعياً خارج المدرسة يؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.	أرى أن مستوى التلاميذ في النشاط البدني الرياضي له علاقة إيجابية بتحصيلهم الدراسي في المواد الأخرى.	ممارسة النشاط البدني الرياضي تؤثر بشكل إيجابي على قدرة التلاميذ على استيعاب المعلومات في المواد الدراسية الأخرى.
Pearson Correlation	1	.607**	.562**
Sig. (2-tailed)		.000	.001
N	30	30	30
Pearson Correlation	.607**	1	.288
Sig. (2-tailed)	.000		.122
N	30	30	30
Pearson Correlation	.530**	.244	.376*
Sig. (2-tailed)	.003	.194	.040
N	30	30	30
Pearson Correlation	.562**	.288	1
Sig. (2-tailed)	.001	.122	.040

على استيعاب المعلومات في المواد الدراسية الأخرى.	N	30	30	30	30
ألاحظ أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تساعد التلاميذ على تنظيم وقتهم بشكل أفضل للدراسة.	Pearson Correlation	.562**	.086	.095	-.033-
	Sig. (2-tailed)	.001	.653	.617	.864
	N	30	30	30	30
أرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تقلل من مستوى التوتر والقلق لدى التلاميذ، مما يعكس إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.	Pearson Correlation	.398*	-.115-	-.209-	.392*
	Sig. (2-tailed)	.029	.546	.267	.032
	N	30	30	30	30
أعتقد أن مشاركة التلاميذ في الأنشطة الرياضية التنافسية تؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي، من خلال تعزيز روح الفريق والمثابرة.	Pearson Correlation	.538**	.111	.000	.106
	Sig. (2-tailed)	.002	.561	1.000	.577
	N	30	30	30	30
أرى أن الانضباط الذي يكتسبه التلاميذ من ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعدهم في الدراسة وفي الالتزام بواجباتهم المدرسية.	Pearson Correlation	.563**	.113	.186	.392*
	Sig. (2-tailed)	.001	.553	.325	.032
	N	30	30	30	30
بشكل عام، أرى أن التلاميذ يحصلون على دعم وتشجيع كافيين من عائلاتهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.	Pearson Correlation	.364*	.432*	.292	.090
	Sig. (2-tailed)	.048	.017	.118	.637
	N	30	30	30	30
أعتقد أن المدرسة توفر فرصاً كافية للتلاميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي.	Pearson Correlation	.167	.048	.073	-.024-
	Sig. (2-tailed)	.378	.801	.702	.901
	N	30	30	30	30
أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد التلاميذ على تحسين أدائهم الأكاديمي بشكل عام.	Pearson Correlation	.510**	.479**	.487**	.025
	Sig. (2-tailed)	.004	.007	.006	.895
	N	30	30	30	30

3- المتوسط والانحراف المعياري

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
عدد مرات مشاركة التلاميذ في نشاط بدني رياضي تربوي في المدرسة يؤثر إيجاباً على مستوى انتباههم في الحصص النظرية	30	2	5	4.13	.776

مدة حصة النشاط البدني الرياضي التربوي النموذجية كافية لتحسين انتباه التلاميذ.	30	2	5	3.47	1.106
النشاط البدني الرياضي التربوي يساهم بشكل ملحوظ في تحسين قدرة التلاميذ على التركيز خلال الحصص الدراسية.	30	2	5	4.00	1.050
ألاحظ فرقاً واضحاً في مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية التي تلي حصة النشاط البدني الرياضي التربوي مباشرة.	30	1	5	3.13	1.252
أرى أن التلاميذ يستطيعون التركيز لفترة أطول في الحصة الدراسية بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي.	30	1	5	3.37	1.402
ألاحظ أن التلاميذ يظهرون سلوكاً أقل تشتتاً في الانتباه خلال الحصص الدراسية بعد ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي.	30	1	5	3.33	1.213
نوع النشاط البدني الرياضي التربوي الممارس يؤثر بشكل ملموس على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية.	30	1	5	3.70	1.055
أعتقد أن التلاميذ يستفيدون أكثر من ممارسة النشاط البدني الرياضي التربوي قبل الحصص الدراسية النظرية.	30	1	5	3.10	1.296
زيادة عدد حصص النشاط البدني الرياضي التربوي في الأسبوع سيؤثر إيجاباً على مستوى انتباه التلاميذ في الحصص الدراسية.	30	2	5	3.67	1.028
النشاط البدني الرياضي التربوي يساعد التلاميذ على الاستعداد بشكل أفضل للحصص الدراسية، من الناحية الذهنية والجسدية.	30	1	5	3.57	1.331
تأثير النشاط البدني الرياضي التربوي على انتباه	30	2.30	4.40	3.5467	.50360
Valid N (listwise)	30				

Descriptive Statistics

N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
---	---------	---------	------	----------------

عدد الساعات التي يقضيها التلاميذ في ممارسة النشاط البدني الرياضي أسبوعياً خارج المدرسة يؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.	30	1	5	3.57	1.331
أرى أن مستوى التلاميذ في النشاط البدني الرياضي له علاقة إيجابية بتحصيلهم الدراسي في المواد الأخرى.	30	1	5	3.50	1.009
ممارسة النشاط البدني الرياضي تؤثر بشكل إيجابي على قدرة التلاميذ على استيعاب المعلومات في المواد الدراسية الأخرى.	30	1	5	3.43	1.135
ألاحظ أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تساعد التلاميذ على تنظيم وقتهم بشكل أفضل للدراسة.	30	2	5	3.77	.898
أرى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي تقلل من مستوى التوتر والقلق لدى التلاميذ، مما ينعكس إيجاباً على تحصيلهم الدراسي.	30	1	5	4.10	1.062
أعتقد أن مشاركة التلاميذ في الأنشطة الرياضية التنافسية تؤثر إيجاباً على تحصيلهم الدراسي، من خلال تعزيز روح الفريق والمثابرة.	30	1	5	3.80	1.031
أرى أن الانضباط الذي يكتسبه التلاميذ من ممارسة النشاط البدني الرياضي يساعدهم في الدراسة وفي الالتزام بواجباتهم المدرسية.	30	1	5	3.60	1.102
بشكل عام، أرى أن التلاميذ يحصلون على دعم وتشجيع كافيين من عائلاتهم لممارسة النشاط البدني الرياضي.	30	2	5	3.73	1.172
أعتقد أن المدرسة توفر فرصاً كافية للتلاميذ لممارسة النشاط البدني الرياضي.	30	2	5	3.13	.937
أرى أن النشاط البدني الرياضي يساعد التلاميذ على تحسين أدائهم الأكاديمي بشكل عام.	30	1	5	3.70	1.088
علاقة ممارسة النشاط البدني الرياضي والتحصيل الدراسي	30	2.60	4.80	3.6333	.52215
Valid N (listwise)	30				

4- ألفا كرونباخ

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.785	10

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.635	10