

إسهامات التدريس بالمقاربة بالكفاءات على مهارة الثقة بالنفس

لدى تلاميذ الطور الثانوي

بحث مسحي يعني التربية البدنية البدنية اجري على تلاميذ الطور الثانوي بولاية وهران

الطالب الباحث: زمالي محمد

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية جامعة مستغانم

ملخص

يهدف البحث إلى معرفة مدى مساهمة تدريس المقاربة بالكفاءات على مهارة الثقة بالنفس، وافترض الباحث وجود تأثير لهذا النمط من التدريس على مهارة الثقة بالنفس لدى تلاميذ المرحلة الثانوية من خلال ممارسة التربية البدنية والرياضية. وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي نظرا لطبيعة البحث، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (320) تلميذ من مؤسستين مختلفتين، وقد تم اختيارهم عشوائيا من المستويات الثلاث، وتم جمع البيانات من خلال الاختبار المطبق وذلك لغرض تقويم الثقة بالنفس لدى التلاميذ قيد الدراسة واستخدام اختبار الثقة بالنفس، وتمت المعالجة الإحصائية باستخدام معادلة الارتباط البسيط (Pearson) لمعرفة العلاقة الارتباطية.

وأُسفرت النتائج على وجود علاقة ارتباط إيجابية بين التدريس بالمقاربة بالكفاءات والثقة بالنفس، ويؤكده الباحث في الأخير على دراسة إسهامات النمط المدروس على مهارات نفسية أخرى.

الكلمات المفتاحية: التدريس بالمقاربة بالكفاءات، الثقة بالنفس، التربية البدنية والرياضية.

**"Proactive approach of teaching competencies and skill of his
contribution to the development of self-confidence of students
of secondary phase"**

**Search screening means of physical education physical count amounted
to make secondary phase state of Oran**

Summary

The research aims to determine the competencies approach contribute to teaching on the skill of self-confidence

The researcher assumed that the effect of this mode of teaching the skill of self-confidence count amounted to the secondary level through the practice of physical education and sports. The researcher used the descriptive survey due to the nature of the research, and applied to the study on a sample of (320) pupil from two different institutions, has been selected at random from the three levels, were collected females through the test applied for the purpose of evaluating self-confidence of his students under study and the use of test self-confidence, and has the statistical treatment using the equation of simple correlation (Pearson) to determine correlation.

The results of a concrete and positive correlation between approach of teaching competencies and self-confidence, and recommends a researcher at the recent posts on the study of pattern studied the psychological skills of the other.

Key words: approach of teaching competencies, self-esteem, physical education and sports

1- مقدمة البحث:

تعتبر التربية البدنية والرياضية عاملا حاسما في تكوين الفرد من الناحية البدنية والصحية والاجتماعية والنفسية، وذلك ليساعد نفسه ويخدم مجتمعه، ويحسن من قدراته الفكرية والنفسية والوجدانية ويزود نفسه بالمعارف الرياضية.

وبما أن التربية الرياضية هي جزء من النظام العام الذي يعمل على انتقاء وإعداد أبطال المستقبل، لزم علينا أن نحيط بهذا الجانب الذي لا يزال يكتنفه الغموض. ويتطلب تحسين القدرات البدنية والنفسية والفكرية للفرد، ضرورة استخدام هذا الأخير لقدراته البدنية والنفسية لأقصى حد وأقصى درجة وذلك لمحاولة الحصول على أحسن النتائج الممكنة. (b.cyffers, 1992, p. 45)

ولقد أبحاث التربية البدنية والرياضية اليوم حاجة ماسة وضرورية في مختلف أطوار التعليم، حيث سهرت لها إطارات مؤهلة علميا وتربويا، وكذا المرافق والمنشآت والإمكانات المادية لتنفيذها بشكل ملائم. ولذلك كان لزاما على المدرسين في مجال التربية البدنية والرياضية التخطيط لتنمية المهارات النفسية لدى التلاميذ، حتى يمكنهم من إحراز أفضل النتائج الرياضية. (h.cox, 2005, p. 12)

وقد استخلص إبراهيم عبد ربه أهم مكونات المهارات النفسية، وذلك من خلال دراسة تاريخية تحليلية لأكثر من 69 دراسة وبحث عربي وأجنبي، واستخلص منها إن أكثر المهارات النفسية دراستا في المجال الرياضي وعلى مدى 30 عاما هي كالتالي: الاسترخاء، التصور، الثقة بالنفس، تركيز الانتباه، بناء الأهداف، إدارة الضغوط النفسية، الطاقة النفسية. (راتب، 2000، صفحة 22)، وقد تم اختيار مهارة الثقة بالنفس وذلك لاحتياج التلميذ إليها أكثر من باقي المهارات. وعليه تكمن أهمية البحث في معرفة العلاقة التي تربط بين ممارسة التربية البدنية والرياضية والثقة بالنفس في ظل التدريس بالمقاربة بالكفاءات، وتم اختيار هذه العلاقة بالذات لكي تكون التربية البدنية والرياضية في مقدمة التطور الحالي على المنظومة التربوية، ولا تكون على هامش هذه العصرية وإظهار غاياتها في الجانب النفسي وبالخصوص في تطوير المهارة النفسية التي تتمثل في الثقة بالنفس، التي يحتاج إليها المراهق في هذه المرحلة من التعليم.

إن دور التربية البدنية والرياضية لا يكمن في ذلك الجانب البدني، وإنما يتعداه إلى الجانب النفسي التربوي، فهي تلعب الدور الحاسم والمهم في العملية التربوية والتي من خلالها تنمي للمتمدرسين جوانب عدة منها الجانب البدني، الجانب المهاري، والجانب النفسي الاجتماعي، ومع الحاجة الماسة اليوم إلى الاهتمام بالنواحي النفسية والاجتماعية، أضحت من الضروري والمهم التركيز أكثر على نقل الجوانب النفسية التي توجه سلوك الفرد في الحياة العامة، إذ يكتمل نمو الفرد باكتمال نموه النفسي والوجداني.

ويشير محمد العربي شمعون (1996م) أن تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في الاسترخاء - الثقة بالنفس - تركيز الانتباه - التصور العقلي - الاسترجاع العقلي - يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى، ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة. (شمعون، 1996، [فحة 27]

ويضيف محمد حسن أبو عيبة (1986م) أن الفرد الرياضي الذي يفتقر إلى السمات النفسية، لن يستطيع مهما بلغت قدراته ومستوياته البدنية والفنية من تحقيق أعلى المستويات، نظراً لأن هذه السمات تؤثر مباشرة في مستوى الشخصية. (محمود، 1993، [فحة 13]

وتشير نبيلة أحمد محمود نقلاً عن أسامة راتب (2000م) إلى أن الثقة بالنفس من المهارات الهامة في المجال الرياضي نظراً لتأثيرها على أداء اللاعبين، وأن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدراً إيجابياً هاماً لتحقيق الطاقة النفسية الإيجابية. (الدين، علم نفس الرياضة " المفاهيم النظرية - التوجيه والإرشاد - المقياس، 2004، [فحة 20].

إن تنمية الثقة بالنفس للتلاميذ المتمدرسين، يعمل على ضبط مختلف السلوكات، وكذا إعطاء أكثر استقلالية في التفكير وثقة أكبر. (النبيل، 1987، [فحة 78].

ومن خلال ما تقدم جاءت ضرورة دراسة هذا الموضوع والمتمثل في " إسهامات التدريس بالمقاربة بالكفاءات على مهارة الثقة بالنفس لدى تلاميذ الطور الثانوي "

2- مشكلة البحث:

من خلال ما تقدم سالفاً، جاءت ضرورة دراسة الثقة بالنفس لدى التلاميذ المتدربين للطور الثانوي بقصد الإجابة عن التساؤلات التالية:

السؤال الرئيسي: هل يؤثر التدريس بالمقاربة بالكفاءات على تنمية الثقة بالنفس لدى التلاميذ المتدربين للطور الثانوي الممارسين وغير الممارسين للتربية البدنية والرياضية ؟

الأسئلة الفرعية:

1- هل هناك تباين في أبعاد الثقة بالنفس لدى التلاميذ المتدربين للطور الثانوي (أولى ثانوي - ثانية - ثالثة) فيما بينهم ؟

2- هل هناك فروق جوهريّة بين الذكور و الإناث الممارسين فيما بينهم في أبعاد الثقة بالنفس ؟

3- أهداف البحث:

- يهدف البحث إلى معرفة دور التدريس بالمقاربة بالكفاءات في تنمية مهارة الثقة بالنفس لدى تلاميذ الطور الثانوي (15-18 سنة) ، وذلك من خلال:

3-1- الهدف الرئيسي:

- معرفة ما مدى مساهمة التدريس بالمقاربة بالكفاءات في تنمية مهارة الثقة بالنفس لدى تلاميذ الطور الثانوي (15-18 سنة) الممارسين وغير الممارسين.

3-2- الأهداف الفرعية:

3-1-2- دراسة التباين في أبعاد مهارة الثقة بالنفس لدى التلاميذ المتدربين للطور الثانوي للسنوات الثلاثة فيما بينهم.

3-2-2- دراسة الفروق في أبعاد مهارة الثقة بالنفس بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات فيما بينهم.

4- فرضيات البحث:

4-1- الفرضية الرئيسية:

- التدريس بالمقاربة بالكفاءات المجسم عملياً يؤثر في تنمية مهارة الثقة بالنفس لدى التلاميذ المتدربين في الطور الثانوي الممارسين وغير الممارسين.

4-2- الفرضيات الفرعية:

4-2-1- يوجد تباين في أبعاد مهارة الثقة بالنفس بين تلاميذ الطور الثانوي للسنوات الثلاثة (الأولى - الثانية - الثالثة) فيما بينهم.

4-2-2- لا توجد فروق معنوية في أبعاد مهارة الثقة بالنفس بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات للتربية البدنية والرياضية بنمط المقاربة بالكفاءات.

6- المصطلحات الأساسية للبحث:

6-1- المقاربة بالكفاءات:

تعتبر المقاربة بالكفاءات أو المدخل بالكفاءات امتدادا للمقاربة بالأهداف، وتمحيصا لإطارها المنهجي والعلمي، وتعني الانتقال من منطق التعليم والتلقين إلى منطق التعلم عن طريق الممارسة، والوقوف على مدلول المعارف ومدى أهميتها ولزوميتها في الحياة اليومية للفرد. وبذلك فهي تجعل من المتعلم محورا أساسيا لها، وتعمل على إشراكه في مسؤوليات القيادة وتنفيذ عملية التعلم.

التعريف الالطلاحي: هي اختيار وضعيات تعليمية مستقاة من الحياة في بيئة مشكلات، ترمي عملية التعلم إلى حلها باستعمال المعارف والأدوات الفكرية، وبتسخير المهارات الحركية الضرورية. وبذلك يصبح حل المشكلات (الوضعيات / المشكلة) الأسلوب المعتمد للتعلم الفعال، إذ أنه يتيح الفرصة للمتعليم لبناء معارفه (بالمفهوم الواسع) بإدماج المعطيات والحلول الجديدة في مكتسباته وتعلماته، كما أنها تحدد أدوارا متكاملة لكل من المعلم والمتعلم فالمعلم: منشط، ومنظم، ومشجع، ومحفز. والمتعلم: شريك مسؤول عن التعلم ذاته، بحيث يبادر ويساهم في تحديد مساره التعليمي عن طريق الممارسة الفعالة خلال حل المشكلات المطروحة أمامه.

6-2- الثقة بالنفس:

اهتمت " روبين فيالي-Robin Sivealy " في بناء نموذجها للثقة بالنفس في المجال الرياضي على عدة نظريات، وفي ضوء هذه النظريات عرفت الثقة (Confiance en Soi) بأنها «درجة التأكد أو الاعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة». (الدين، 2004، صفحة 31)

التعريف الاطلاحي: تعرف بأنها «خا»ية ثابتة نسبيا ومكونة من درجة مرتفعة من التفكير الإيجابي، والتفاؤل، والاعتقاد بأنك في تحكم وسيطرة، وتحكم مدرك مع امتلاك المهارات والقدرات للنجاح، وكفاءة مدركة». (bohain, 1985, p. 29)

6-3- التربية البدنية والرياضية:

لقد كثرت المفاهيم حول التربية البدنية والرياضية وتعددت، لكن أكثر هذه المفاهيم تداولاً نوجزها فيما يلي: إن فهم التربية البدنية على أنها جسم قوي فقط، أو مهارة رياضية، أو ما شابه ذلك هو اتجاه خاطئ، فهي فن من فنون التربية العامة، تهدف إلى إعداد المواطن الصالح جسماً وعقلاً وخلقاً، وجعله قادراً على الإنتاج والقيام بواجبه نحو مجتمعه ووطنه. (مهنأ، 1987، [فحة 46])

وتعرف أيضاً بأنها «جزء متكامل من التربية العامة، تهدف إلى إعداد المواطن اللائق من الجوانب البدنية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وذلك عن طريق ألوان النشاط الرياضي المختارة بغرض تحقيق هذه الحصائل». (الحولى، 1990، [فحة 18])

التعريف الاطلاحي: التربية البدنية والرياضية [إ]لاحاً أوسع، وهو في مفهومه أقرب إلى مفهوم حقل التربية الواسع، وجزء متمم له، لأن التربية البدنية تهدف إلى بناء الفرد بصورة شاملة وليس بناء البدن فقط، وتهدف أيضاً للو[ول إلى التربية العامة عن طريق استعمال البدن لأداء الفعاليات الرياضية المختلفة، ومعنى هذا تربية الفرد بدنياً وعقلياً واجتماعياً ونفسياً عن طريق نشاط رياضي منظم.

7- الدراسات المشابهة:

7-1- دراسات تناولت التدريس بالمقاربة بالكفاءات:

7-1-1- دراسة عبد القادر بن يونس 2010: بحيث أسفرت الدراسة أن للمقاربة بالكفاءات دور في تنمية مختلف الصفات النفسية والتخلص من بعض المشكلات النفسية، وهذا من خلال المستويات الثلاث التي تركز عليها وهي الجانب المعرفي والجانب الوجداني والجانب الحسي الحركي، كما استنتج أن هذه التطورات التي تحدث للمراهق تظهر بعد الكفاءة الختامية لكل مستوى. (يونس، 2010)

7-1-2- دراسة زين الدين بوعامر 2008: والتي تهدف إلى إظهار أهمية التدريس بالمقاربة بالكفاءات في عدة جوانب نفسية وحركية ومعرفية عند مختلف الأطوار التعليمية، وخلصت هذه الدراسة إلى وجوب التركيز على تطوير هذا النمط من التدريس، وهذا لما له من أهمية بالغة في تكوين التلميذ وإعداده للحياة، كما أوضح الباحث بضرورة دراسة أهمية التدريس بالمقاربة بالكفاءات في مختلف النواحي النفسية والوجدانية والحسية الحركية. (بوعامر، 2008)

7-2- دراسات تناولت مهارة الثقة بالنفس:

7-1-2- دراسة محمد العربي شمعون 1996: بحيث أسفرت نتيجتها أن تنمية المهارات النفسية والتي تتمثل في الاسترخاء - الثقة بالنفس - تركيز الانتباه - التصور العقلي - الاسترجاع العقلي - يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى، ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة. (بوعلاق، 1999، صفحة 27)

7-2-2- دراسة محمد حسن أبو عيبة 1987: بحيث استنتجت أن الفرد الرياضي الذي يفتقر إلى السمات النفسية، لن يستطيع مهما بلغت قدراته ومستوياته البدنية والفنية من تحقيق المستويات، نظراً لأن هذه السمات تؤثر مباشرة في مستوى الشخصية. (مهنا، 1987، صفحة 32)

7-2-3- دراسة نبيلة احمد محمود 2000: كانت أهم ما استنتجت أن الثقة بالنفس من المهارات الهامة في المجال الرياضي، نظراً لتأثيرها على أداء اللاعبين وأن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدراً إيجابياً هاماً لتحقيق الطاقة النفسية الإيجابية. (محمود، 1993، صفحة 112). إن تنمية الثقة بالنفس للتلاميذ المتدربين يعمل على ضبط مختلف السلوكيات، وكذا إعطاء أكثر استقلالية في التفكير وبثقة أكبر. (النبيل، 1987، صفحة 78)

7-3- التعليق على الدراسات المشابهة :

من خلال الدراسات السابقة والبحوث المشابهة، توصل الباحث إلى معرفة جوانب أخرى من المواضيع المأخوذة في هذه الدراسات، ونظراً لقلة الدراسات التي تناولت التدريس بالمقاربة بالكفاءات في المجال الرياضي مقارنة بالدراسات التي تناولت البعض من أنماط التدريس الأخرى.

كما تم الاستفادة من الدراسات التي تناولت الثقة بالنفس بشكل مباشر أو غير مباشر، قام الباحث بتصنيف هذه الدراسات إلى قسمين:
أولاً: دراسات تناولت التدريس بالمقاربة بالكفاءات.
ثانياً: دراسات تناولت الثقة بالنفس.

ولقد استفاد الباحث من هذه الدراسات في عدة جوانب منها بناء الأدوات، المعالجة الإحصائية المستعملة، المنهج المستعمل وأهم النتائج التي أسفرت عنها هذه الدراسات.... كانت الدراسات التي تناولت التدريس بالمقاربة بالكفاءات ومهارة الثقة بالنفس عند تلاميذ الطور الثانوي شبه منعدمة، مع العلم أن مرحلة التعليم الثانوي مرحلة جد حساسة في بناء وتكوين شخصية التلميذ المراهق، إرتقى الباحث أولية دراسة علاقة التدريس بالمقاربة بالكفاءات بالثقة بالنفس عند التلاميذ المتمدرسين في الطور الثانوي بمستوياته الثلاثة (أولى - ثانية - ثالثة ثانوي).

8- منهج البحث:

- لقد انتهج الباحث في دراسته المنهج الوصفي (دراسة مسحية)، وهذا لملائمته لنوع الدراسة ونوع المشكل المطروح.

8-1- مجتمع البحث:

- يتكون مجتمع البحث الألي من 1271 تلميذ وتلميذة من تلاميذ المرحلة الثانوية.

8-2- عينة البحث:

- تتألف عينة البحث من 150 تلميذ و120 تلميذة من الممارسين، وتمثلت في تلاميذ الطور الثانوي للمستويات الثلاثة (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة)، كما شملت العينة أيضا على 25 تلميذ و25 تلميذة من غير الممارسين (المعفيين) وتم اختيارها بالطريقة العشوائية وبنسبة سير بلغت 25.17 % من المجتمع الألي.

جدول رقم (1) يوضح عينة البحث و موا فاته (ممارسين وغير ممارسين)

المؤسسة	المستوى	ذكور	إناث	المجموع
ثانوية قا مدي مرباح وهران	سنة أولى ممارسين	25	20	45
	سنة ثانية ممارسين	25	20	45
	سنة ثالثة ممارسين	25	20	45
	غير ممارسين	25		25
	المجموع			160
ثانوية وادي تليلات وهران	سنة أولى ممارسين	25	20	45
	سنة ثانية ممارسين	25	20	45
	سنة ثالثة ممارسين	25	20	45
	غير ممارسين	25		25
	المجموع			160
المجموع الكلي				320

8-3- مجالات البحث:

8-3-1- المجال المكاني:

- أجري الاختبار في قاعات الثانويات، قاعة مدي مرباح و ثانوية وادي تليلات.

8-3-2- المجال الزمني:

- استمرت فترة العمل من يوم 2010/11/14 حتى يوم 2010/11/28 وهو تاريخ إجراء التجربة الاستطلاعية، وتلتها الاختبارات الرئيسية بتاريخ: من 2011/01/02 إلى 2011/06/05. ثم شرع الباحث في جدولة النتائج وجمعها وتبويبها وتحليلها واستخلاص النتائج النهائية.

8-3-3- المجال البشري:

- اشتمل مجتمع عينة البحث على 320 تلميذ وتلميذة، 270 من الممارسين و 50 من غير الممارسين (المعفيين) يمثلون الثانويتين التاليتين:

* ثانوية قاصدي مرباح: 75 تلميذ و 60 تلميذة من الممارسين و 25 من المعفين يمثلون الجنسين.

* ثانوية وادي تليلات: 75 تلميذ و 60 تلميذة من الممارسين و 25 من المعفين يمثلون الجنسين.

8-4- أدوات البحث:

- لغرض دراسة موضوع إسهامات التدريس بالمقاربة بالكفاءات على مهارة الثقة بالنفس، استخدم الباحث مقياس أو اختبار الثقة بالنفس هذا الاختبار الممته "كاريسيا لوفينيش" (karicia lo vinich) في كتابها "متى نثق بأنفسنا" (1996) لقياس الثقة بالنفس (جابر، 1996، صفحة 112)

جدول رقم (2) يوضح توزيع العبارات الإيجابية والسلبية حسب أبعاد المقياس

الأبعاد	أرقام العبارات الإيجابية	أرقام العبارات السلبية	المجموع
الثقة بالنفس في الحياة اليومية والدراسية بصفة عامة	19 - 7 - 1	13	4
إسهام تدريس المقاربة بالكفاءات في مهارة الثقة بالنفس	20 - 14 - 2	8	4
الثقة بالنفس في ميدان التربية البدنية والرياضية	15 - 9 - 3	21	4
علاقة المستوى الدراسي بالثقة بالنفس	- 16 - 10 - 4 22	—	4
مدى تأثير الجنس في الثقة بالنفس	17 - 5	23 - 11	4
واقعية الانجاز الرياضي	18 - 12	24 - 6	4

ويتضمن الاختبار 24 عبارة، وكل عبارة وكل بعد من الأبعاد الستة (6) تمثله أربع (4) عبارات، ويقوم التلميذ بالإجابة على عبارات الاختبار على مقياس سداسي الدرجات (تنطبق

علي بدرجة كبيرا جدا - تنطبق علي بدرجة كبيرة - درجة متوسطة - بدرجة قليلة -
بدرجة قليلة جدا - لا تنطبق علي تماما).

جدول رقم (3) يوضح درجات العبارات الموجهة والسالبة

الأداء	العبارات الموجهة	العبارات السالبة
تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا	6	1
تنطبق علي بدرجة كبيرة	5	2
تنطبق علي بدرجة متوسطة	4	3
تنطبق علي بدرجة قليلة	3	4
تنطبق علي بدرجة قليلة جدا	2	5
لا تنطبق علي تماما	1	6

ويتم جمع درجات كل بعد على حدا، وكلما اقتربت درجة التلميذ من الدرجة العظمى وقدرها 24 درجة في كل بعد، كلما دل ذلك على تميزه بالخاوية التي يقيسها هذا البعد، وكلما قلت درجات اللاعب كلما دل ذلك على حاجته لاكتساب المزيد من التدريب على الخاوية التي يقيسها هذا البعد.

8-5- المعاملات العلمية للاختبار:

لغرض التأكد من مصداقية مقياس الثقة بالنفس، قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية كدراسة أولية على عينة مقدارها 20 تلميذ، وبعد أسبوعين أعيد تطبيق مقياس الثقة بالنفس على نفس أفراد العينة الأولى، وكان هدف الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

- معرفة مدى تناسب مقياس الثقة بالنفس لعينة البحث.
- التدريب على طرق القياس والتسجيل والتصحيح وتفريع البيانات.
- معرفة الصعوبات التي يمكن مواجهتها ميدانيا لتفاديها وتجنبها.
- إبراز الأسس العلمية للاختيار ومدى صلاحيته (الصدق، الثبات، الموضوعية) بحيث أنه كانت النتائج كالآتي:

8-6- الأسس العلمية للاختبار:

1- الثبات: وقد قام الباحث بإجراء الاختبار الأول على عينة من مجتمع البحث وقوامها 20 تلميذا. بتاريخ 2010/11/14 وأعيد نفس الاختبار وتحت نفس الظروف يوم 2010/11/28، كما قام الباحث باستخدام معامل الارتباط " لسبيرمان " (الرتب)، وقد دلت النتائج أن الاختبار يتمتع بدرجات ثبات عالية من الأبعاد التي يحتويها الاختبار، وتراوح هذه المعاملات بين 0,65 و 0,91 عند تطبيقه على عينات متعددة من تلاميذ المرحلة الثانوية.

2- الصدق: يعد الصدق أهم شروط الاختبار الجيد، ويقصد بالصدق أن يقيس الاختبار فعلا القدرة أو السمة التي وضع الاختبار لقياسها، ولغرض التأكد من [دق اختبار المهارات النفسية استخدام الباحث طريقتين: [دق المحتوى - الصدق الذاتي.

أ- [دق المحتوى: وذلك بعرضه على عدة أساتذة ودكاترة متخصصين في التدريس، والبحث العلمي وفي علم النفس

ب- الصدق الذاتي: والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات (بوحوش، 1955، [فحة 45)، وتبين أن اختبار الثقة بالنفس بعد النتائج المتحصل عليها يمتاز بصدق ذاتي عالي. تم التأكد من الصدق المرتبط بالمحك عند تطبيق الاستخبار بالتلازم مع بعض المقاييس التي تقيس بعض الأبعاد المتشابهة (جابر، 1996، [فحة 112)

3- الموضوعية: يتمتع اختبار الثقة بالنفس بالسهولة والوضوح، كما انه غير قابل للتخمين أو التقويم الذاتي، كما استخدم هذا الاختبار في العديد من الدول العربية على عينات متعددة من الرياضيين في سن يتراوح ما بين 15-18 وفي أنشطة رياضية متعددة.

جدول رقم (4) يوضح [دق وثبات اختبار الثقة بالنفس

الأبعاد	حجم العينة	معامل الصدق	معامل الثبات
1- الثقة بالنفس في الحياة اليومية والدراسية بصفة عامة	20	0.86	0.74

0,81	0,90	20	2- إسهام تدريس المقاربة بالكفاءات في مهارة الثقة بالنفس
0,89	0,94	20	3- الثقة بالنفس في ميدان التربية البدنية والرياضية
0,94	0,96	20	4- علاقة المستوى الدراسي بالثقة بالنفس
0,86	0,88	20	5- مدى تأثير الجنس في الثقة بالنفس
0,90	0,94	20	6- إسهام البيئة في بناء الثقة بالنفس

8-7- متغيرات البحث: المتغير المستقل: التدريس بالمقاربة بالكفاءات المتغير التابع: الثقة بالنفس

8-8- المعالجات الإحصائية المستعملة: (رضوان، 2002، □ فحة 225) تتضمن خطة المعالجات الإحصائية مايلي:

- 1- المتوسط الحسابي: $\bar{x}$ (السيد، 1979، صفحة 683)
- 2- الانحراف المعياري: σ (عدس، 1999، صفحة 145)
- 3- اختبار تحليل التباين (F) (حلمي، 1993، صفحة 112)
- 4- تحليل ستيودنت "T.test de student"

9- عرض ومناقشة النتائج:

- 1- الفرضية الأولى: التدريس بالمقاربة بالكفاءات الجسم عمليا يؤثر في تنمية مهارة الثقة بالنفس لدى التلاميذ المتمدرسين في الطور الثانوي الممارسين وغير الممارسين. واعتمدت الوسائل الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري- تحليل ستيودنت.

1-1- تحليل نتائج

الجدول رقم (5) أعلاه، والذي يبين المقارنة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدى التلاميذ الذكور الممارسين وغير الممارسين في بعد الثقة بالنفس

ذكور غير ممارسين	ذكور ممارسين	
15.16	17.46	س
375	2612	مج س
25	150	ن
4.18	3.98	ع
2.64		ت. الحسوية
1.96		ت. الجذولية
0.05		مستوى الدلالة

ما يبرز لنا من خلال المعالجة الإحصائية لمحتويات الجدول (5) أن هناك فرق دال إحصائيا بين العينتين في بعد الثقة بالنفس لصالح الذكور الممارسين، وهذه النتيجة يعزوها الباحث إلى أن ممارسة التربية البدنية بنمط المقاربة بالكفاءات تساعد على تطور الأداء وتميز حركات التلاميذ بالانسيابية والقوة والسرعة، وبدل الكثير من الجهد والمثابرة والعطاء، وبالتالي تزداد مهارة الثقة بالنفس عند هؤلاء التلاميذ.

الجدول رقم (06) أعلاه، والذي يبين المقارنة في المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدى التلميذات الممارسات وغير الممارسات في بعد الثقة بالنفس

إناث غير ممارسات	إناث ممارسات	
15.16	16.95	س
367	2035	مج س
25	120	ن
4.18	3.75	ع
2.12		ت. الحسوية

1.96	ت. الجدولية
0.05	مستوى الدلالة

ما يبرز لنا أن هناك فرق دال إحصائيا بين العينتين لصالح الإناث الممارسات للتربية البدنية والرياضية، وهذه النتيجة يعزوها الباحث إلى أن ممارسة التربية البدنية بنمط المقاربة بالكفاءات تساعد على تطور الأداء وتميز حركات التلميذات بالانسيابية والقوة والسرعة، وبدل الكثير من الجهد والمثابرة والعطاء، وبالتالي تزداد مهارة الثقة بالنفس عند التلميذات وهنا يظهر أثر ممارسة التربية البدنية بنمط المقاربة بالكفاءات في تنمية الثقة بالنفس عند الممارسات مقارنة بالمعفيات.

2- الفرضية الثانية: يوجد تباين في أبعاد مهارة الثقة بالنفس بين تلاميذ الطور الثانوي للسنوات الثلاثة (الأولى - الثانية - الثالثة) فيما بينهم. وقد اعتمد الباحث على الوسائل الإحصائية الآتية: المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - اختبار تحليل التباين.

الجدول رقم (7) يبين دلالة الفروق في المتوسطات لدى المستويات الثلاثة (أولى - ثانية - ثالثة) ذكور في بعد الثقة بالنفس (علاقة المستوى الدراسي بالثقة بالنفس - ذكور -)

السنة الأولى	السنة الثانية	السنة الثالثة	
50	50	50	ن
864	867	881	مج س
17,28	17,34	17,76	س'
15852	15565	16542	مج س ²
150			مج ن
3,42			التباين بين المجموعات
15,13			التباين داخل المجموعات
4,42			ف. المحسوبة
3,06			ف. الجدولية
0,05			مستوى الدلالة

يتضح من خلال الجدول أعلاه، والذي يمثل علاقة المستوى الدراسي لدى تلاميذ الطور الثانوي ذكور (الأول- الثاني- الثالث) في بعد الثقة بالنفس ما يلي:

من خلال المعالجة الإحصائية يبرز لنا أن هناك فروق جوهرية دالة إحصائية في بعد الثقة بالنفس لدى التلاميذ، وهذا لصالح تلاميذ المستوى النهائي (السنة الثالثة)، مما يدل على أن تلاميذ السنة الثالثة متفوقين على تلاميذ السنة الأولى وعلى تلاميذ السنة الثانية وذلك في بعد الثقة بالنفس، وهذا ما يعزیه الباحث إلى أن سنوات الممارسة المستمرة تعمل على تطوير مهارة الثقة بالنفس وذلك من خلال تعرض تلاميذ المستوى النهائي إلى المواقف الحرجة والمقلقة في المنافسات الرياضية والتدريبات وهذا ما جعلهم أكثر ثقة في أنفسهم مقارنة بالآخرين.

3- الفرضية الثالثة: لا توجد فروق معنوية في أبعاد مهارة الثقة بالنفس بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات للتربية البدنية والرياضية بنمط المقارنة بالكفاءات.

بحيث تم الاعتماد على الوسائل الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - تحليل ستيودنت

الجدول رقم (8) يبين دلالة الفروق بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات في بعد الثقة بالنفس.

إناث ممارسات	ذكور ممارسين	
120	150	ن
16,95	17,46	س
3,75	3,98	ع
1,06		ت. المحسوبة
1,96		ت. الجدولية
0,05		مستوى الدلالة

يتضح من الجدول رقم (8) أعلاه، والذي يبين المقارنة في المتوسط الحسابي والانحراف

المعياري لدى التلاميذ الذكور الممارسين والإناث الممارسات في بعد الثقة بالنفس ما يلي:

من خلال المعالجة الإحصائية تبين انه لا يوجد فرق بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات في بعد الثقة بالنفس، وهذا ما يعزیه الباحث إلى أن بعد الثقة بالنفس يتأثر أكثر بعامل الممارسة والتجربة و سنوات النجاح والتدريب، أما الجنس فلا يؤثر في ذلك وإلا لكان كل الإناث الممارسين للتربية البدنية بنمط المقاربة بالكفاءات لا يملكون الثقة اللازمة.

10- الاستنتاجات:

في حدود ما أمكن التوصل إليه من نتائج أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

1- هناك فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين من الجنسين في بعد الثقة بالنفس لصالح التلاميذ الممارسين. وهذا يتضح من خلال تفوق التلاميذ المتمدرسين الممارسين للتربية البدنية والرياضة بنمط المقاربة بالكفاءات (من الجنسين) على التلاميذ غير الممارسين في بعد الثقة بالنفس.

2- هناك فروق دالة إحصائية في بعد الثقة بالنفس بين التلاميذ الذكور الممارسين للمستويات الثلاثة (أولى - ثانية - ثالثة ثانوي)، وهذا يتضح من خلال تفوق تلاميذ المستوى الثالث على تلاميذ المستوى الثاني والمستوى الأول في بعد الثقة بالنفس، أي أن هناك تباين في البعد السالف الذكر لصالح السنة الثالثة ثانوي، ومن خلال المعالجة الإحصائية للجدول (7) تم تأكيد أن الفرضية الثانية تحققت.

3- لا يوجد فروق دالة إحصائية بين الذكور الممارسين والإناث الممارسين في بعد الثقة بالنفس.

11- مناقشة الفرضيات:

أولا : فيما يتعلق بالفرضية الأولى والتي توقع الباحث من خلالها أن التدريس بالمقاربة بالكفاءات الجسم عمليا يؤثر في تنمية مهارة الثقة بالنفس لدى التلاميذ المتمدرسين في الطور الثانوي الممارسين وغير الممارسين.

ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية، والتي تؤكد على وجود فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين والتلاميذ غير الممارسين من الجنسين في مهارة الثقة بالنفس لصالح التلاميذ الممارسين من الجنسين. نستنتج أن التلاميذ الممارسين للتربية البدنية والرياضة في الطور الثانوي يتميزون بدرجة عالية في أبعاد مهارة الثقة بالنفس.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة عبد القادر بن يونس 2010، بحيث أسفرت الدراسة أن للمقاربة بالكفاءات دور في تنمية مختلف الصفات النفسية والتخلص من بعض المشكلات النفسية، وبذلك تعزيز لدور ممارسة التربة البدنية والرياضية بالمقاربة بالكفاءات ودورها في تنمية الثقة بالنفس وهذا من خلال المستويات الثلاث التي تركز عليها وهي الجانب المعرفي والجانب الوجداني والجانب الحسي الحركي، كما استنتج أن هذه التطورات التي تحدث للمراهق تظهر بعد الكفاءة الختامية لكل مستوى. (يونس، 2010)

كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكرته دراسة زين الدين بوعامر 2008، والتي تشير إلى أهمية التدريس بالمقاربة بالكفاءات في عدة جوانب نفسية وحركية ومعرفية عند مختلف الأطوار التعليمية ومنها الثقة بالنفس في الشق النفسي. (بوعامر، 2008)

ومن خلال المناقشة السابقة، يتضح لنا تفسير الفرضية الأولى للبحث والتي تنص على أن التدريس بالمقاربة بالكفاءات المجسم عمليا يؤثر في تنمية مهارة الثقة بالنفس لدى تلاميذ الطور الثانوي. وبالتالي تحقق الفرضية الأولى التي يثبتها الجدول (5) الذي يبين دلالة الفروق لدى الذكور الممارسين وغير الممارسين في مهارة الثقة في النفس، والجدول (6) الذي يبين دلالة الفروق لدى الإناث الممارسات و غير الممارسات في مهارة الثقة بالنفس.

ومن خلال المناقشة السابقة يتضح لنا تفسير الفرضية الأولى للبحث، والتي تنص على أن التدريس بالمقاربة بالكفاءات المجسم عمليا يؤثر في تنمية مهارة الثقة بالنفس لدى التلاميذ المتمدرسين في الطور الثانوي الممارسين وغير الممارسين.

ثانيا: فيما يتعلق بالفرضية الثانية والتي توقع الباحث من خلالها وجود تباين في أبعاد مهارة الثقة بالنفس بين تلاميذ الطور الثانوي للسنوات الثلاثة (الأولى - الثانية - الثالثة) فيما بينهم. ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية. والتي تشير إلى وجود تباين في أبعاد الثقة بالنفس بين تلاميذ المستويات الثلاثة.

هناك تباين في أبعاد الثقة بالنفس بين تلاميذ المستويات الثلاثة (الأولى - الثانية - الثالثة).

وتتوافق هذه النتائج مع دراسة نبيلة أحمد محمود 2000 حيث تشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المستويات الثلاثة لتلاميذ المرحلة الثانوية في أبعاد الثقة بالنفس (محمود،

(1993). ودراسة محمد حسن أبو عبية 1987 حيث يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المستويات الثلاثة لتلاميذ المرحلة الثانوية في أبعاد الثقة بالنفس (مهنا، 1987).

بحيث توصل كلا منهما إلى نتيجة مشتركة ألا وهي: وجود فروق دالة إحصائية بين المستويات الثلاثة للتلاميذ في أبعاد الثقة بالنفس.

ويرجع تفسير هذه النتائج إلى عامل الخبرة السابقة، فتلاميذ السنة الثالثة أكثر ممارسة للتربية البدنية بمنهج المقاربة بالكفاءات وأكثر خبرة من غيرهم مما أكسبهم ثقة بأنفسهم، وكذلك من خلال تعرض تلاميذ المستوى النهائي إلى المواقف الحرجة والمقلقة في المنافسات الرياضية والتدريبات، وهذا ما جعلهم أكثر ثقة في أنفسهم مقارنة بالآخرين.

ومن خلال المناقشة السابقة يتضح لنا أن الفرضية الثانية التي تنص على "وجود تباين في أبعاد الثقة بالنفس بين تلاميذ المستويات الثلاثة فيما بينهم وتلميذات المستويات الثلاثة فيما بينهم" قد تحققت وهذا ما تثبته المعالجة الإحصائية للجدول (7).

ثالثاً: فيما يتعلق بالفرضية الثالثة والتي توقع من خلالها الباحث أنه لا يوجد فروق معنوية في أبعاد الثقة بالنفس بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات. ومن خلال نتائج البحث التي توصلنا إليها في دراستنا الميدانية - الجدول (8) - نستنتج أنه لا يوجد فروق معنوية بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات، وهذا يتوافق مع دراسة نبيلة أحمد محمود (محمود، 1993) الذي أرجعته إلى أن ممارستهم للتربية البدنية والرياضية أكسبتهم الثقة بالنفس ولم يؤثر الجنس في مختلف أبعاد الثقة بالنفس.

أما دراسة محمد العربي شمعون 1996 الذي لم يجد الفرق بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات في مختلف المهارات النفسية و التي من بينها الثقة بالنفس. (شمعون، 1996)

أما ما يعزيه الباحث إلى أن بعد الثقة بالنفس يتأثر أكثر بعامل الممارسة والتجربة وسنوات النجاح والتدريب، أما الجنس فلا يؤثر في ذلك وإلا لكان كل الإناث الممارسين للتربية البدنية بنمط المقاربة بالكفاءات لا يملكون الثقة اللازمة. وعلى أساس ذلك فإن الفرضية الثالثة التي توقع الباحث أنه لا يوجد فروق معنوية في أبعاد الثقة بالنفس بين الذكور الممارسين والإناث الممارسات يمكننا القول أنها تحققت.

12- التوصيات:

في حدود ما أمكن التوصل إليه من استنتاجات يمكن التوصلية بما يلي:

- 1- زيادة اهتمام الباحثين والأساتذة بدراسة الثقة بالنفس وأهمية التأكيد انه كلما أمكن التدريب على هذه المهارة النفسية كلما كان ذلك أفضل.
- 2- اعتماد "استخبار الثقة بالنفس" لقياس هذه المهارة النفسية في المجال التربوي والرياضي.
- 3- زيادة اهتمام المسؤولين في الثانويات بالممارسة الرياضية و خاصة عند الإناث.
- 4- ضرورة الاهتمام بتطبيق المقاربة بالكفاءات أثناء تسطير برامج التربية البدنية والرياضية.
- 5- ضرورة قيام مدرس التربية البدنية بتنمية وتطوير الثقة بالنفس عند تلاميذ الطور الثانوي، بما يتناسب مع أعمارهم ومستوياتهم لاعتبارها احد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية.
- 6- إجراء دراسات أخرى مشابهة لدى تلاميذ الأطوار التعليمية الأخرى.

قائمة المراجع باللغة العربية

- 1- أسامة كامل راتب. (2000). تدريب المهارات النفسية - تطبيقات ف المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 2- حمد نصر الدين رضوان. (2002). الإحصاء الواسع في التربية البدنية والرياضة. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 3- دقي نور الدين. (2004). علم النفس الرياضية المفاهيم النظرية - التوجيه الإرشاد - المقياس. الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- 4- عبد الرحمن عدس. (1999). مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس. تونس: دار الهدى للنشر والتوزيع.
- 5- عبد القادر حلمي. (1993). مدخل إلى الإحصاء. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
- 6- فؤاد البهي السيد. (1979). علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 7- فايز مهنا. (1987). التربية الرياضية الحديثة . دمشق سوريا: دار طلاس للدراسات والترجمة والنشر.
- 8- كاريسيا لوفينيش (ترجمة احمد عبد العزيز سلامة و د. جابر عبد الحميد جابر). (1996). متى نثق بانفسنا . القاهرة : دار النهضة العربية.
- 9- محمد الحمامي وأمين الخولي. (1990). أسس بناء برامج التربية الرياضية . القاهرة: دار الفكر العربي.
- 10- محمد العربي شمعون. (1996). التدريب العقلي في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي
- 11- محمد بوعلاق. (1999). الهدف الإجرائي تميزه ولباغته . البليدة : قصر الكتاب.
- 12- محمد محمود الزنياب عمار بوحوش. (1955). مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

13- محمود السيد ابو النبيل. (1987). الاحصاء النفسي والاجتماعي والتربوي. بيروت: دار النهضة العربية.

14- نبيلة احمد محمود. (1993). المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية. القاهرة: المجلة العلمية للتربية البدنية.

قائمة المراجع باللغة الأجنبية

15-b.cyffers, p. e. (1992). *statistiques appliquées aux activités physiques et sportives*. paris: publication inseep.

16- bohain, y. v. (1985). *Initiation à la course du 100 m au 100 km* . paris: edition vigot.

17- h.cox, r. (2005). *psychologie du sport*. bruxelles: eition deboeck université.