

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
قسم نشاطات التربية البدنية والرياضية
شعبة النشاط البدني الرياضي التربوي



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي

بعنوان:

دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة المصحوب
بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي

" دراسة ميدانية ببعض ابتدائيات مدينة تقرت "

✓ إعداد الطالب:

يوسف برينوبة

نوقشت و أجزت بتاريخ:...../...../.....بالقاعة / المدرج :.....

أمام اللجنة المكونة من السادة:

- جرمون علي (أستاذ محاضر):..... جامعة قاصدي مرباح - (ورقلة) - رئيسا.
- نور الدين غندير (أستاذ محاضر)..... جامعة قاصدي مرباح - (ورقلة) - مشرفا.
- بن عبد الواحد عبد الكريم (أستاذ محاضر):..... جامعة قاصدي مرباح - (ورقلة) - مناقشا.

السنة الجامعية: 2020/2019

جامعة قاصدي مرباح - ورقلة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم نشاطات التربية البدنية والرياضية

شعبة النشاط البدني الرياضي التربوي



مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمي في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي

بعنوان:

دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة المصحوب

بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي

" دراسة ميدانية ببعض ابتدائيات مدينة تقرت "

✓ إعداد الطالب:

يوسف برينوبة

نوقشت و أجزيت بتاريخ:...../...../.....بالقاعة / المدرج :.....

أمام اللجنة المكونة من السادة:

- الأستاذ:.....جامعة قاصدي مرباح - (ورقلة) - رئيسا.

- نور الدين غندير(أستاذ محاضر).....جامعة قاصدي مرباح - (ورقلة) - مشرفا.

- الأستاذ :.....جامعة قاصدي مرباح - (ورقلة) - مناقشا.

السنة الجامعية: 2020/2019

كلمة شكر

أيماناً بقول الله تعالى في كتابه الكريم (وَإِذِ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ)
(سورة إبراهيم الآية 07).

وقوله صلى الله عليه وسلم (من لا يشكر الناس لا يشكر الله).
نحمد الله على آلائه حمدا كثيرا ونشكره شكرا عظيما ونذكره ذكرا لا يغادر في القلب استكبارا ولا نفورا، نشكره إذ جعل الليل والنهار خلفة لمن أراد أن يذكر أو أراد شكورا الحمد لله عدد ما كان وعدد ما يكون وعدد الحركات والسكون.
والصلاة والسلام على اظهر البشر، الذي تعلمنا منه أسمى العبر الذي بعثه الله رحمة للبشر بشيرا ونذيرا وعلى كافة الأنبياء ومرسلين.
ونخط أسمى العبارات الشكر والعرفان فالشكر والتقدير أولا لأستاذنا الفاضل "تور الدين غندير" الذي رغم انشغالاته الكثيرة أبى إلا أن يكون صاحب الفضل من خلال توجيهاته القيمة في تسيير خطوات هذا العمل والشكر موصول لكل أساتذتنا الكرام بمعهد علوم تقنيات والنشاطات البدنية ورياضية
كما لا أنسى الأستاذ المحترم " قوقي الهاشمي" الذي ساعدني هو الآخر في إضاءة جوانب هذا العمل، والى كل زملائي ثانية ماستر بالفوج 2

الأهداء

أهدي ثمره جهدي وما خطته أناملي إلى من وفقتي إلى طريق الرشاد إلى الرحيم بالعباد خالقي ورازقي
إلى خير الأنام حبيبنا المصطفى عليه الصلاة والسلام.

إلى الشمعة التي تنير دربي إلى أعلى هدية وهبها لي ربي إلى نبع العطاء والصفاء إلى فيض الحنان
ونبع الأمان

إليك يا أول من أبصرت في هذا الوجود، يا من سقيتني لبن التوحيد من الفطرة، إليك يا رب الحياة
وقارب النجاة

إليك يا أمي الغالية "سهام" رعاك الله وحفظك وشفاك من كل ما أذاك.

إلى الذي مهما وصفته فلن أوفيه حقه إلى الذي رباني على الفضيلة والأخلاق يا من علمتني معنى
الحياة والصبر والمثابرة والتضحيات وتكبدت عناء الدنيا وقسوتها يا من كبرت بين ذراعيه ووضعني
نصب عينيه أبي العزيز "محمد الصالح" أدام الله عليك بالصحة والعافية.

إلى أمي الثانية جدتي الغالية "أم الخير" أطل الله في عمرك.

وإلى من تقاسمت معهم مرارة الشقاء وطعم الهناء إلى رمز الوفاء وصدق الإخاء إلى من وجودهم
سبيل للكفاح والبقاء أخوتي وأخواتي "طارق" "ريان" "اشرف" رتاج" حفظكم الله وأدامكم الله سندا
لي في الحياة.

وإلى أختي التي لم تلدها أمي "خيرة" وزوجها "حسان" وابنيهما "إياد ورقية"

وإلى من تقاسمت معها متاعب هذا العمل، إلى رفيقة دربي "وردة" وإلى كل أفراد عائلتها، حفظكم
الله ورعاكم.

إلى كل باقي أفراد عائلتي من خالاتي وأخوالي وأعمامي وعماتي وأبنائهم

وإلى كل الأصدقاء وكل من في ذاكرتي ولم أذكرهم في مذكرتي

إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل.

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي ببعض ابتدائيات مدينة تقرت ، كما تهدف إلى محاولة الكشف عن الفرق بين الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي باختلاف متغيرات الدراسة (الاندفاعية، فرط الحركة، تشتت الانتباه، الأعراض الثانوية).

وقد تم إتباع المنهج الوصفي الذي يلائم موضوع الدراسة، والذي يعتمد على وصف الظاهرة وتصويرها كما في الواقع، وقد اعتمدت الدراسة في جمع البيانات على مقياس النشاط الحركي الزائد ل " كونرز" "G.KCONNERS" تم اعتماده من طرف الطالب، والذي طبق على عينة الدراسة، باستخدام عينة عشوائية تكونت من (120) تلميذ السنة الخامسة ابتدائي من كلا الجنسين يزاولون دراستهم ببعض ابتدائيات مدينة تقرت. وذلك بعد التأكد من بعض خصائصه السيكومترية (الصدق- الثبات)، وللتحقق من ذلك تمت معالجة البيانات باستخدام مجموعة من الأساليب الإحصائية، حيث أسفرت الدراسة على النتائج الآتية:

توجد فروق دالة إحصائية في أبعاد الأربعة للمقياس (الاندفاعية، فرط الحركة، تشتت الانتباه أعراض الثانوية) بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي ولصالح التلاميذ الممارسين .

وعليه استنتجنا الفرضية العامة والتي مفادها أن لنشاط البدني الرياضي دورا هاما وفعالا في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

وقد تم تفسير النتائج في ضوء المعطيات النظرية وبعض الدراسات السابقة واحتتمت بتقديم بعض المقترحات.

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني الرياضي، فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه، تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

Résumé de l'étude :

Résumé.

L' études actuelle a pour but de connaitre le rôle de l' activité physique sportive dans l allégement de l' excès du mouvement suivie de la dispersion de l' intention chez les élèves de la 5AP, soi pour les pratiquants ou non pratiquants de l' activité sportive dans quelques écoles primaires au niveau de Touggourt.

Comme elle vise à essayer de détecter la déférence entre ceux qui pratiquent et ceux qui ne pratiquent pas dans la diversité des changements, impulsif, (l'excès du mouvement, la diversité de l'intention et les effets secondaires).

On a suivie la méthode descriptive qui accompagne le sujet de l'étude et qui se base sur la description du phénomène et la présenter tel qu'il est. L'étude est basée sur la collecte des donnes sur la mesure de l'excès de l'activité physique, pour G.KCONNERS. Ensuite, la pratique par l'étudiant qui est appliquée par l'echantionnage de l'étude aléatoire sur 120 élèves de la 5AP des deux sexes qui poursuivent leurs études dans quelques établissements au niveau de Touggourt après avoir s assumer de quelques spécificités sycometrie l'honnêteté et la persistance .Et pour être sur de tout ca, on a analysé les donnes en utilisant un ensemble de méthodes statistiques aboutissant a des résultats suivants.

Il ya une divergence significative statistiquement dans les quartes dimensions, l'impulsivité, l'excès du mouvement, la diversité de l'intention et les effets secondaires),entre les élèves qui pratiquent le sport les non pratiquants et cela est a l'intérêt des pratiquants.

On conclusion, on a aboutit a l'hypothèse générale ,l'activité physique et sportive a un rôle très important et efficace dans l'allégement de l'excès de mouvements accompagné par la dispersion de l'intention chez les apprenants de la 5AP.

On a expliqué les résultats suivant les donnes théoriques et quelque étude ultérieure qui aboutissent par donner quelques propositions.

MOTS CLES :L'impulsivité, L'activité physique et sportive, L'excès du mouvement accompagne par la dispersion de l'intention chez les élèves de la 5AP.

I	الإهداء
II	كلمة شكر وتقدير
III	ملخص الدراسة:
IV	الفهرس
VII	قائمة الجداول:
VIII	قائمة الملاحق
أ	مقدمة :

لجانب النظرى

الفصل الأول : مدخل الدراسة

03	1. الإشكالية
06	2. أهداف الدراسة:
06	3. فرضيات الدراسة:
07	4. أهمية الدراسة:
08	5. مصطلحات الدراسة:
09	6. النظريات المفسرة

الفصل الثانى : عرض الدراسات السابقة

12	1. الدراسات التى تناولت النشاط البدنى الرياضى
13	2. الدراسات التى تناولت اضطراب فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه

3. تحليل نتائج الدراسات السابقة : 14

جانب الميداني

الفصل الثالث : الإجراءات المنهجية للدراسة

1. المنهج المستخدم في الدراسة: 17

2. الدراسة الاستطلاعية: 17

3. مجتمع و عينة الدراسة : 18

4. حدود الدراسة : 20

5. أداة الدراسة : 20

6. الخصائص السيكمترية للأداة : 22

7. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية: 26

الفصل الرابع : عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

1. عرض وتحليل نتائج الفرضيات الجزئية: 28

عرض نتيجة الفرضية الجزئية الأولى: 28

عرض وتحليل نتيجة الفرضية الجزئية الثانية: 28

عرض نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة: 29

عرض نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة: 30

عرض وتحليل نتيجة الفرضية العامة: 31

2. مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات: 33

مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الجزئية الأولى: 33

مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثانية: 33

مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الجزئية 33

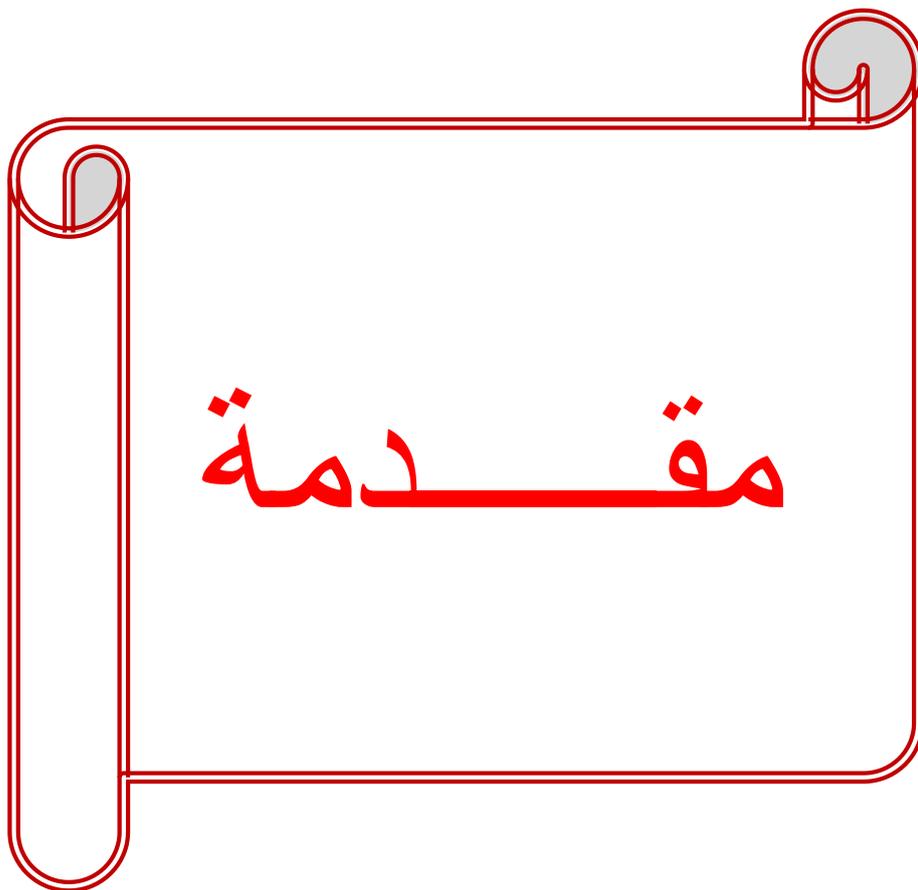
34	تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة:
34	تفسير نتيجة الفرضية العامة:
36	الاستنتاج:
39	المقترحات:
41	الخاتمة:
43	قائمة المراجع
46	الملاحق

قائمة الجداول:

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
18	يوضح كل تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي المتمدرسين بالإبتدئيات موضوع الدراسة بمدينة تقرت.	01
19	يوضح توزيع أفراد العينة الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.	02
21	يوضح أبعاد وفقرات مقياس النشاط الحركي الزائد	03
22	يمثل بدائل عبارات المقياس وفق التدرج الرباعي	04
23	يوضح العبارات التي اجمع الأساتذة المحكمين على حذفها	05
24	يوضح العبارات التي أعيدت صياغتها بناء على رأي الأساتذة المحكمين	06
24	يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه.	07
25	معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية	08
28	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين على بعد الاندفاعية	09
29	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين على بعد فرط الحركة	10
30	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين على بعد تشتت الانتباه	11
31	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين على بعد الأعراض الثانوية	12
31	نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين لأبعاد المقياس	13

قائمة الملاحق

الصفحة	العنوان:	الرقم
46	الملحق رقم 1: مقياس النشاط الحركي الزائد	01
48	الملحق رقم 2: قائمه الأساتذة المحكمين	02
49	spss الملحق رقم 3: نتائج الدراسة الاستطلاعية بـ	03
52	spss الملحق رقم 4: نتائج الدراسة الأساسية بـ	04



مقدمة :

يعد النشاط البدني الرياضي على انه ميدان من التربية عموما وتربية البدنية خصوصا ويعد عنصر فعالا في إعداد الفرد من خلال تزويد بخبرات ومهارات حركية تؤدي إلى توجيه النمو النفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الإيجابية لخدمة الفرد نفسه من خلال خدمة المجتمع (1).

وقد أدرجت التربية البدنية والرياضة في مجال المدرسي ووجدت نفسها ضمن البرامج التربوية ، والجزائر كغيرها من الدول التي خطت خطوة فعالة في هذا المجال وفي الوقت التي ترى فيه الكثير من الدول طموحات أكثر وارقى لخدمة التربية البدنية والرياضة لازالت هذه المادة في منظومتنا التربوية لا تحظى باهتمام الكثير من طرف الطاقم التربوي وخاصة المرحلة الابتدائية التي تتميز ببدء انطلاق الطفل خارج المنزل فيصبح إرضاء أصدقائه اهم في إرضاء والديه ونظرا لطاقة النشاط التي يتميز بها أطفال هذه المرحلة نجد ان الطفل يصرف جل وقته خارج المنزل في اللعب ويصعب على الاسرة وعلى الكبار انتزاعه من بين أصدقائه في اللعب (2).

هذا الملف يتوقف عليه التطور التربوي على ما يقدمه الباحثون من جهود لإعداد البرامج من اجل الارتقاء بالمعلم وحل مشكلاته وعلاجها ضرورة تربوية ونفسية يجب مراعاتها والاهتمام بها حيث يعتبر اضطراب فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه من بين الاضطرابات التي لم يتم تحديد معالمها بشكل دقيق كونها مازالت في خانة البحوث والدراسات الجديدة فهو بعيد من الاضطرابات النفسية المنتشرة في أوساط التلاميذ في مرحلة التعليمية الابتدائية.

فهي حركات تفوق الحد الطبيعي المعقول، كما يعرف بأنه سلوك نظامي مفرط وغير ملائم للموقف وليس له هدف مباشر وينمو بشكل غير ملائم لعمر الطفل ويؤثر سلبا على سلوكه وتحصيله ويزداد عند الذكور أكثر منه عند الاناث (3).

ومن هنا تم تسليط الضوء على دور النشاط البدني الرياضي والتخفيف من نشاط فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي ببعض إبتدائيات مدينة تقرت.

1: يوسف شكري فرحات ، المعجم العربي للطلاب ، ط1، دار الكتب العلمية بيروت ، لبنان ، 2001 ، ص236-211.

2: سعد جلال، الطفولة و المراهقة ، ط2، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1991، ص 198.

3: حاتم الجعافرة ، اضطرابات الحركة عند الطفل، ط 1 ، دار أسامة للنشر والتوزيع، 2008 ص 09.

مقدمة

وهذا ما استدعى الى تقسيم دراستنا إلى جوانب وفصول ابتداءا بمقدمة الدراسة الجانب النظري ويحتوي على فصلين، الفصل الأول: مدخل الدراسة، الأهداف، الفرضيات، الأهمية، المصطلحات، النظريات المفسرة.

الفصل الثاني: عرض الدراسات السابقة، تحليل نتائج الدراسات السابقة

الجانب التطبيقي، ويحتوي على فصلين، الفصل الأول: الإجراءات المنهجية لدراسة: المنهج المستخدم في الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، مجتمع وعينة الدراسة، حدود الدراسة، أداة الدراسة، الخصائص السيكومترية، الأساليب الاحصائية المستخدمة.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة: عرض وتحليل نتائج الفرضيات مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات، ومن ثم الاستنتاج العام والاقتراحات، وصولا الى الخاتمة.

الجانب النظري

الفصل الأول

مدخل الدراسة

1. الإشكالية
2. أهداف الدراسة
3. الفرضيات
4. أهمية الدراسة
5. مصطلحات الدراسة
6. النظريات المفسرة

1. الإشكالية

تسعي حصة التربية البدنية والرياضية إلى تحقيق البرنامج الدراسي للتربية البدنية والرياضية فالخطة الشاملة لمنهاج التربية البدنية والرياضية في المدرسة تشكل كل أوجه النشاطات التي يريد الأستاذ أن يمارسها للتلاميذ في هذه المدرسة وان يكتسبوا المهارات التي تتضمنها هذه الأنشطة بالإضافة إلى ما يصاحب ذلك من تعلم مباشر ويحدد احمد خاطر أهمية حصة التربية البدنية والرياضية في اكتساب التلاميذ القدرات الحركية وينطلقون بكل قواهم لتحقيق حياة أفضل ومستقبل أكثر حضا من غيرهم⁽¹⁾.

وحصة التربية البدنية والرياضية تتجلى عند كمال عبد الحميد في المنهاج الدراسي هي توفير العديد من الخبرات التي تعمل على تحقيق المطالب في المجتمع فيما يتعلق بهذا البعد ومن الضروري تقويم التكيف البدني والمهارة وتطوير المعلومات والفهم⁽²⁾.

وعلى هذا الضوء بالخصوص تعتبر مرحلة الطفولة من أهم وأبرز المراحل في حياة الإنسان فيها يتم بناء وتكوين شخصية الفرد خاصة مرحلة الطفولة فمرور الطفل بهذه المرحلة بشكل سليم متوازن يوفر له الراحة النفسية والصحة والجسمية والانفعالية والعقلية.

أما إذا لم يتلقي الرعاية والاهتمام فقد يواجه العديد من المشكلات التي تلازمه طوال فترة حياته كون ما يتلقاه في هذه المرحلة تبقي أثارها إلى المرحلة اللاحقة ومن بين الاضطرابات الأكثر شيوعا خاصة بين التلاميذ والمؤكد عليها من طرف المربين والمعلمين في الحقل التربوي هو فرط الحركة وتشتت الانتباه.

إن هذا السلوك الذي يقوم به الأطفال سواء ذكر أو أنثي غالبا ما يعاب عليه خصوصا في مجتمعنا الذي نعتقده بجهله الكثير، ومن اثر مسببات هذا الاضطراب والذي للأسف لا يصنف عند الأولياء وحتى عند المعلمين بأنه اضطراب بل يعزي إلى سوء التنشئة وسلبية المحيط ونمط التربية في نعت الطفل بالقبح والوقاحة وقلة الأدب..... الخ من صفات سلبية هذا داخل حيز العائلي، غير إن الطفل وتبعاً لنمائيته فانه ينتقل إلى بيئة أخرى هي المدرسة كبيئة تعليمية من المفروض تستوعب الطفل بإشكالاته وتسعي لإيجاد الحل، قد ينظر للطفل تقريبا بنفس

1 : احمد خاطر، القياس في المجال الرياضي، ط1، بغداد، 1988م ، ص18
2: كمال عبد الحميد، مقدمة التقويم في التربية البدنية، د ط، القاهرة، 1994م ، ص177

الرأي العائلي وبحكم أن الصف الدراسي يضم عدد معتبر من التلاميذ مع اختلاف سعة الاستيعاب لعدد التلاميذ فإن الطفل تظهر عليه أعراض هذا الاضطراب بشكل كبير جدا وتؤثر عي استيعابه للمعلومات وعلى قدرته على التخزين وثمة على الاكتساب الذي يبدو في العديد من المهارات التعليمية كالقراءة والحساب.... الخ

وإن الأطفال الذين يشتكون اضطراب فرط النشاط المصاحب لخفض الانتباه يعانون من سوء التأقلم مع البيئة سواء المدرسية أو العائلية ويشكلون مصدر أرق وتعب للأولياء والمعلمين وهم غير محظوظين اجتماعيا بالصدقات والعلاقات التواصلية⁽¹⁾.

رغم كل الدراسات أصبحت محطة اهتمام العديد من الباحثين مما دفع بهم لإجراء العديد من الدراسات بحيث حدد من خلالها عدد من خصائص وسمات مميزة للأطفال المضطربين في مرحلة المدرسة كما وردت في تعريفات كل من جور دان 1988 وبركلي 1998 وحامد 2002 واحمد بدر 2004 والتي تتمثل في ضعف الانتباه والإنصات والتركيز سهولة تشتت الانتباه والنشاط الزائد (نايف 2007) وقدرت نسبة المصابين بقصور الانتباه والحركة المفرطة ما بين 4% إلى 20% من جملة أطفال المدارس في سن 6 إلى 12 سنة كما أوضح الدليل أن الاضطراب الأكثر شيوعا عند الذكور منه عند الإناث (خليفة 2008)⁽²⁾

ولعل في هذا التدخل أيضا في تحديد نمط الاضطراب فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه تناولت أساليب وحلول أخرى للتقليل من هذا النشاط ومن بينها دراسة فورد جان (Ford gène 1993) .

التقليل من فرط النشاط والحركة المصاحب للقراءة والحساب لدى الأطفال باستخدام برامج متنوعة SofWori في التقليل من فرط النشاط و الحركة المصاحب للقراءة والحساب لدى الأطفال تكونت عينة الدراسة من خمسة أطفال من ذوي اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد تتراوح أعمارهم من 6 إلى 8 سنوات واستعملوا في هذه المدرسة برامج متنوعة من الكمبيوتر التي تتضمن نماذج مختلفة من الرسوم المتحركة.

1 :د.نور عامر، مجلة العلوم الإنسانية العدد السادس، ديسمبر 2016م، جامعة أم البواقي، الجزائر.
2 : محمد وزاني، د.قمر اوي محمد، مجلة التنمية البشرية، العدد 08 ، نوفمبر 2017م، جامعة وهران.

اختبار الذكاء قائمة كونزر لتقدير السلوك وجاءت النتائج بان انتباه الطفل يزداد عند استخدام برامج العاب الكمبيوتر التي تتضمن الكثير من الرسوم المتحركة إلا أن مثل هذه البرامج يصعب تكوينها وتصميمها⁽¹⁾

ولكن رغم كل هذه التدخلات التي طرحت حلول كل حسب وجهة نظره دفع بنا إلى الولوج نحو اتجاه مغاير لم يفكر فيه الباحثون في مجال تشخيص دقيق لهذا الاضطراب المتمثل في فرط الحركة وتشتت الانتباه ذلك من وجهة نظر ممارسة النشاط البدني الرياضي ودوره في الحد من هذا الاضطراب.

حيث جاءت أوجه النشاط البدني الرياضي في الأطوار التعليمية المتمثلة في درس التربية البدنية والرياضية بهدف تكوين المدرسين من مختلف الجوانب الصحية والبدنية والنفسية والاجتماعية وغيرها .

مما تعدده الرياضة من فوائد عامة للأطفال أنها تعتبر سلامة للقلب والرئتين أما هاما لا يجب إغفاله فاستمرارية اللعب المنتظم توحد إلى تقوية عضلات القلب وتحسين كفاءة التنفس كما يقودنا إلى محاربة السمنة

أما من فوائدها الخاصة تظهر في تشخيص وعلاج الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال خاصة لما تمارس داخل المدرسة لما لها من أهمية في مساعدة المعلم في التعامل مع هذه الفئة والتكليف بها من وراء فهم وتفسير السلوكيات التي تؤثر علي عملية التعلم في مؤسستنا التربوية الأمر الذي دفع بنا لطرح مجموعة التساؤلات عن هذا الموضوع من منطلقات هذه التصورات، حيث جاء تساؤلنا العام كالاتي:

- ما هو دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

ومنه انبثق عن تساؤلنا العام تساؤلات جزئية:

1. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الاندفاعية بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟

1 : محمد علي قاسم، تأثير الكمبيوتر على العلاقات الاجتماعية للطفل، ط 1، دار انيا، مركز الإسكندرية للكتاب (2009).

2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد فرط الحركة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد تشتت الانتباه بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الأعراض الثانوية المصاحبة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي؟

2. أهداف الدراسة:

1. معرفة دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في التخفيف من الاندفاعية لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.
2. معرفة دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.
3. معرفة دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في التخفيف من تشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.
4. معرفة دور ممارسة النشاط البدني الرياضي في التخفيف من الأعراض الثانوية المصاحبة لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

3. فرضيات الدراسة:

انطلاقا من التساؤلات السابقة الذكر تم صياغة الفرضيات كالتالي:

● الفرضية العامة:

لنشاط البدني الرياضي دورا هاما وفعالا في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

• الفرضيات الجزئية:

- 1) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الاندفاعية بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.
- 2) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد فرط الحركة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.
- 3) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد تشتت الانتباه بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.
- 4) توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الأغراض الثانوية المصاحبة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

4. أهمية الدراسة:

تبرز أهمية هذه الدراسة في:

- 1- التطرق إلى النشاط الحركي الزائد المصحوب بتشتت الانتباه وكيفية التقليل منه من خلال ممارسة النشاط البدني الرياضي.
 - 2- التأكيد على أن ممارسة النشاط البدني الرياضي يلعب دور تشخيصي علاجي في الحد أو التخفيف من هذه الاضطرابات .
 - 3- إعطاء صورة تقييمية المتحصل عليها في جانب النظري وتطبيقها في أرضية الميدان وفق المنهاج العلمي .
 - 4- التعرف على الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة وتوقفها مع عينة المدرسة .
 - 5- الكشف عن دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من نشاط فرط الحركة .
- الدراسات السابقة في تنظيم الجانب النظري للبحث .

5. مصطلحات الدراسة:

1. تعريف النشاط البدني الرياضي

اصطلاحاً: يعرفه مات فينا بأنه نشاط ذو شكل خاص وجوهر المنافسة المنظمة من اجل قياس القدرات وضمان أقصى تحديد لها وذلك فعلا ما يميز النشاط البدني بأنه التدريب البدني بهدف تحقيق أفضل نتيجة ممكنة في المنافسة لا من اجل الفرد الرياضي وإنما من اجل النشاط في حد ذاته (1).

إجرائياً: هو تلك الأنشطة أو التمارين البدنية والرياضية التي يمارسها تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي من إعداد وإشراف وتنفيذ أستاذ التعليم الابتدائي لمادة اللغة العربية وفق مدة ساعة أسبوعياً حسب توقيت البرنامج الزمني للمدرسة الابتدائية، والمفروض تقيده ببرنامج وفق المنهاج المعد من قبل وزارة التربية الوطنية.

2. تعريف فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه:

اصطلاحاً: هي حركات جسمية تفوق الحد الطبيعي المقبول، عدم القدرة على الانتباه للمهام لفترة مناسبة طويلة، الاندفاع في أداء الأعمال قبل التفكير في نتائجها، النشاط الجسمي الحركي الزائد ينتقل من نشاط لآخر، صعوبة في ترتيب أعماله، محل لنظام عند إلقاء المعلم لدرس، صعوبة في انتظار دوره في اللعب أو في المواقف الاجتماعية، عدم القدرة على التركيز، عدم ضبط النفس والاندفاعية القبلية للتشتت إلى المتغيرات الجديدة اندفاع الطفل دون تفكير في تصرفاته زيادة كمية الحركة ونشاط الحركات العضلية الغير هادفة (2).

إجرائياً: هي الأعراض السلوكية التي تظهر لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي عينة الدراسة كمحل الدراسة بعض ابتدائيات مدينة تقرت أثناء قيامهم بمختلف الأنشطة التعليمية التي تكون ظاهرة لديهم على شكل اندفاعية، فرط الحركة، ... والتي نحكم عليها من خلال الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ على مقياس فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه المعتمد في الدراسة .

1 : أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع ، المجلس الوطني للثقافة والأدب والفنون، الكويت، 199صفحة32

2: محمد وزاني و د. قمرأوي محمد، مجلة التنمية البشرية ، العدد 8 ، نوفمبر 2017 ، جامعة وهران

6. النظريات المفسرة

(1) نظرية الاجتماعية: أن الطفل يكتسب سلوكياته من خلال التعلم الاجتماعي من المحيط ونبه في إطار مجاله التفاعلي بدء من المحيط الأسري أولاً (الوالدين - الإخوة - الأقارب - الجيران) ثم من المحيط المدرسي (الزملاء في الدراسة - المعلمون - إدارة المدرسة) ولذا يعتمد على التقليد والمحاكاة للسلوكيات التي يشهدها وأيضا الضغوط التي يتعرض لها في هذا المجال المعاش والتفاعلي بالنسبة له وتوسع التيارات بأن لها دورا في النظرية التي تشمل التعلم السلوكي والإدراكي التي تجمع بين العوامل البيئية والنفسية، يتطلب تعلم وتقليد سلوك معين لثلاثة أمور التذكر (تذكر ما يلاحظه الشخص)، الإنتاج (القدرة على قيام بسلوك معين)، والدفاع (السبب الكافي الذي يرغبك في تبني سلوك معين⁽¹⁾).

(2) نظرية التحليل النفسي: إن التحليل النفسي يرجع نشأة سلوك الطفل للولدان اللذان قد يوجهان سلوكه إلى شيء بناء وطاقة موجهة بإيجابية ومن ثم تحويل الكثير من المشاعر والإحباط التي تعترضه إلى تنفيس وتفرغ في شيء إيجابي إذ أن الآنا قد تكون لديه قاصرة ويتسم ذلك بتلقيه أسلوب خاطئ في التربية أو خبرة مؤلمة ولذا فهناك أهمية للجهاز النفسي وتوازنه لدى الطفل، للنظرية جانبيين جانب تطوري وجانب ديناميكي تنظر هذه المدرسة إلى أن عدم ملائمة السلوك عائد لصراع بين مكونات الشخصية (أهو - الآنا - الآنا الأعلى) وأسباب الاضطراب تعود إلى :

-خبرات الأطفال في الفترات المبكرة من الحياة .

- نتيجة ألم أو صدمة أو علاقة سيئة مع الوالدين أو عوامل تكوينية

- نتيجة عدم التوازن بين نزاعات الطفل ونظام الضبط لديه⁽²⁾.

(3) نظرية السلوكية: إن الطفل ابن بيئته وسلوكياته عبارة عن ردود أفعال للتيارات والخبرات البيئية التي تعرض لها ومن ثم تظهر استجاباته إما في صورة سلوكيات مضطربة أو سلوكيات مرغوبة، فالسلوك بالنسبة لفريدريك سيكر أنه مجموعة استجابات ناتجة عن مثيرات المحيط الخارجي القريب وهو إما إن يتم دعمه

1 : عبد الرحمان عيسوي، معلم علم نفس، ط 1، دار النهضة العربية، 1984 صفحة 57.

2: عبد الرحمان عيسوي، اتجاهات جديدة في علم النفس الحديث، ط 1، دار النهضة العربية، 1982 صفحة 151

وتعزيزه فيتقوى حدوثه في المستقبل أو لا يتلقى دعماً فيقل حدوثه في المستقبل وهذا ما يفسر السلوكيات الغير مرغوب فيها اجتماعياً والتي تصبح فيما بعد تترجم كاضطرابات سلوكية⁽¹⁾.

(4) النظرية البيولوجية: أن الخلل البيولوجي لدى الطفل يقود اتجاهاته السلوكية بل و يميلها عليه فينتجها الطفل تلقائياً نحو الإتيان بسلوكيات غير مرغوبة كمرجع للتغيرات الكيميائية الحادثة في المخ وقد تؤدي لإحداث زيادة في النشاط الكهربائي للمخ ومن ثم تنطلق سلوكيات ذلك الطفل لا ادرياً.⁽²⁾

(5) نظرية التفكك : 1960 أن التلاميذ الذين لديهم إثارة زائدة أو مفرطة (dabrozski) يعتقد دابر وسكي مبالغون في ردود أفعالهم بالنسبة للجوانب الحركية و النفسية والعقلية و الذهنية اتجاه العلاقات العميقة والحميمة و الإزعاج من الموت وتقدير الذات وهي من العلامات المميزة للذين يعانون النشاط الزائد المصحوب بتشتت الانتباه⁽³⁾.

1: نفس مرجع، عبد الرحمان عيسوي، 1984 صفحة 192.

2: عبد التواب فاخر عاقل، اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركي، ط8، دار العلم للملايين، 1992.

3 : مهدي ضيف الله، اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه عند طلاب المدارس، رسالة ماجستير كلية التربية جامعة ام القرى 2002 م ، ص 176.

الفصل الثاني :عرض الدراسات السابقة

1. الدراسات التي تناولت النشاط البدني الرياضي

2. الدراسات التي تناولت اضطراب فرط الحركة

المصحوب بتشتت الانتباه

3. تحليل نتائج الدراسات السابقة

1. الدراسات التي تناولت النشاط البدني الرياضي

1) دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد 1996 والتي هدفت إلى معرفة أثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية على التوافق النفسي والاجتماعي لدى الأطفال المتخلفين عقليا واستخدم الباحث المنهج التجريبي وتكونت العينة من 30 مفحوصا وتم اختيارهم بالطريقة العمدية وتم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين 15 طفلا وطفلة مجموعة ضابطة و 15 طفلا وطفلة مجموعة تجريبية وكانت أعمارهم من 8-10 سنوات ونسبة ذكائهم 50-70 تمثلت أدوات جمع البيانات في مقياس السلوك التكيفي مقياس جود ناف هارس للدكاء برنامج بعض الأنشطة الحركية وكانت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين درجتى عينة الدراسة على مقياس نشاط السلوك التكيفي لصالح العينة التجريبية قبل وبعد الممارسة النشاط الحركي وتوصي النتائج بالاهتمام بالأنشطة الرياضية والموسيقية للمتخلفين عقليا⁽¹⁾.

2) دراسة قام بها سحواج محمد بن السعيد مراد جامعة قسنطينة 2002 تحت عنوان دور التربية البدنية والرياضية في الضبط الانفعالي لدى تلاميذ ثانوية من 15-18 سنة حيث أظهرت النتائج التالية.

أن ممارسة ألعاب الأنشطة الرياضية المتعددة أثناء حصة التربية البدنية والرياضية يشعر بالارتياح النفسي، حالاتها الانفعالية جد ايجابية كما تكون حالته الانفعالية سلبية نتيجة إخلال لا يناسب سيكولوجية المراهق⁽²⁾.

3) مذكرة ماجستير من إعداد الطالب رضوان بن جدو بغيط 2003 بجامعة الجزائر حيث تناولت موضوع الممارسة الرياضية في وقت الفراغ وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي⁽³⁾.

أهداف الدراسة

- التركيز على أن ممارسة الرياضة في الوقت الفراغ أسلوب جديد من أساليب التربية الحديثة
- دور ممارسة الرياضة في وقت الفراغ في تنمية الجانب الاجتماعي
- أهمية الممارسة الرياضية في وقت الفراغ في إنشاء جيل صالح

1: محمد إبراهيم عبد الحميد، العلاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي، رسالة ماجستير جامعة عين شمس معهد الدراسات للطفولة 1996

2: محمد بن السعيد، دور التربية البدنية والرياضية في الضبط الانفعالي لدى تلاميذ الثانوية من 15-18 سنة، جامعة قسنطينة 2002

3: رضوان بن جدو بغيط، الممارسة الرياضية في وقت الفراغ وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ مرحلة الثانوي، جامعة الجزائر 2000.

- التعرف على حجم الممارسة في وقت الفراغ وأنواع الأنشطة الرياضية التي يمارسها التلاميذ والتلميذات

نتائج الدراسة

- التلاميذ الأكثر ممارسة الرياضة بشتى أنواعها أكثر اندماجا في التلاميذ اقل ممارسة للرياضة.
- للألعاب الرياضية الجماعية دور في إثراء العلاقات الاجتماعية أكثر من الألعاب الرياضية الفردية.
- يعتبر تأثير أستاذ التربية البدنية والرياضية والوالدين من العوامل التي تشجع التلاميذ على ممارسة النشاط البدني الرياضي في وقت الفراغ.

2. الدراسات التي تناولت اضطراب فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه

دراسة جمال حامد 1993: أجريت هذه الدراسة في عشر مدارس ابتدائية باستخدام قياس addes لدراسة سلوك التلاميذ وبلغت عينة الدراسة 1287 تلميذ وأوضحت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار اضطراب المركز النشاط الزائد وضعف الانتباه 17.7 نقص الانتباه منفردا 16.5 نشاط زائد اندفاعية 12.6⁽¹⁾.

دراسة خالد الفخراي سنة 1995: والتي أوضحت الفرق بين أداء الأطفال مضطربي الانتباه من ناحية أخرى وكانت العينة تشمل 30 طفل مضطربي الانتباه مع النشاط الزائد و30 طفلا عاديين وأظهرت النتائج التالية:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أداء الأطفال العاديين والأطفال مضطربي الانتباه مع النشاط الزائد ودونه
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال مضطربي الانتباه مع النشاط الزائد ودونه
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأطفال مضطربي الانتباه دون نشاط الزائد والعاديين وأطفال مضطربي الانتباه مع النشاط الزائد لصالح مجموعة الثانية⁽²⁾.

دراسة رياض العاسمي نايل العاسمي 2001: ركز هذا الباحث على دراسة النشاط الزائد عند الأطفال وعلاقته ببعض التغييرات وهي الاكتئاب التحصيل الدراسي التوافق النفسي بالبعد الاجتماعي والشخصي وقد

1: حاتم الجعافرة، اضطرابات الحركة عند الأطفال، طبعة 2008 دار أسامة للنشر والتوزيع، 2008

2: سريّة عصام نور، سيكولوجية الطفل، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية

بلغت عينة الدراسة 33 طفلاً ممن يعانون من نشاط زائد بواقع 29 تلميذ و 4 تلميذات وطبقت عليهم مجموعة من المقاييس النفسية يهدف الحصول على المعلومات سواء استبيانات شخصية أو اختبارات اسقاطية وتوصلت أحر الدراسة إلى وجود فروق بين الأطفال مفرطي الحركة والعادين في تلك التغيرات كالاكتئاب، التحصيل الدراسي، التوافق النفسي، وهذا لصالح الأطفال مفرطي النشاط بمعنى أن الأطفال ذو النشاط الزائد هم أكثر اكتئاباً وتحصيل دراسي ضعيف وهم غير متوافقين اجتماعياً وشخصياً⁽¹⁾.

3. تحليل نتائج الدراسات السابقة :

أظهرت معظم الدراسات السابقة والتي أبدت بدور النشاط البدني الرياضي في معالجة بعض الاضطرابات النفسية كدراسة محمد إبراهيم عبد الحميد 1996 ودراسة سحواج محمد بن السعيد مراد ودراسة رضوان بن جدو بغيظ 2003 بينما يوجد دراسات أخرى في صدر دراستنا وهي ضبط النشاط الزائد لفرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى الأطفال وهذا ما أكدته دراسة حامد 1993 ودراسة خالد الفخراي سنة 1995 ودراسة رياض العاسمي نايل العاسمي 2001 وجدت أن لكل تقنية مقياسها في ضبط الاضطراب والأهمية البالغة في الأداء الحركي الذي يمارسها الأطفال وفي دراستنا هذه نحاول استكمال الجوانب النقص في الدراسات السابقة حيث لحظنا في حدود علم البحث قلة الدراسات والأبحاث التي تطرقت لموضوع دور النشاط البدني الرياضي في ضبط النشاط الحركي الزائد المصحوب بتشتت الانتباه والتقليل منه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي وهذا لاقتراح بعض البرامج والمقاييس على تلاميذ الخامسة الابتدائي الذين يعانون من هذا الاضطراب كما ساهمت بعض الدراسات السابقة في تنظيم الجانب النظري للدراسة.

¹: نايل العاسمي، اضطراب النشاط الزائد وعلاقته ببعض المتغيرات، ط 1، دار البشير للنشر والتوزيع، عمان، 2008.

الجانب الميداني

الفصل الثالث:

الإجراءات المنهجية لدراسة

1- المنهج المستخدم في الدراسة

2- الدراسة الاستطلاعية

3- مجتمع وعينة الدراسة

4- حدود الدراسة

5- أداة الدراسة

6- الخصائص السيكومترية

7- الأساليب الإحصائية

1. المنهج المستخدم في الدراسة:

اعتمدنا في دراستنا المنهج الوصفي لأنه يناسب موضوع بحثنا وكان من الأجدر لو استخدمنا المنهج التجريبي لهذه الدراسة، بسبب ضيق الوقت وعدم وجود إمكانيات مناسبة لدراسة هذه العينة ارتقمنا لاستخدام المنهج الوصفي لكي نسعى لقياس دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي من أجل جمع المعلومات بالاعتماد على خطوات المنهج، ويسهل تصوير ما هو كائن في هذه الظاهرة.

حيث أن هذا المنهج هو أحد مناهج البحث، والذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا، ويعبر عنها تعبيراً كئفياً أو تعبيراً كئفياً.

2. الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة تتكون من (30) تلميذ يدرس بقسم السنة الخامسة ابتدائي، منهم 24 تلميذ يمارس نشاط البدني الرياضي، و6 تلميذ غير يمارس نشاط البدني الرياضي. وقد اختيرت هذه العينة بطريقة عشوائية بسيطة من مجتمع الدراسة.

أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية أمر جد مهم في بناء البحث العلمي و الخطوة الأولى للإلمام بكل جوانب البحث من خلال تحديد متغيرات الدراسة وصياغة فرضياتها، أي الدراسة الأولية له ، إذ أن إهمالها يفقد البحث أحد عناصره الأساسية.

وتعرف أنها أول خطوة يلجا إليها الباحث للتعرف على ميدان بحثه وعلى الظروف والإمكانيات المتوفرة بالإضافة إلى أنها تسمح بالتعرف على المشكلات التي يمكن أن تظهر قبل القيام بالدراسة التطبيقية في ما يمكن من حل هذه المشكلات الغير المتوقعة في هذه المرحلة من الدراسة فيما بعد⁽¹⁾.

1 : رجاء محمود، منهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، الطبعة الأولى، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2006. ص 92

قبل الشروع في العمل الميداني تم القيام بالبحث الاستطلاعي حيث تقرنا من بعض إبتدائيات مدينة تقرت - بعد إجراء مقابلة مع معلمي السنة الخامسة بهدف جمع البيانات الخاصة بموضوع الدراسة ومعلومات عن العينة والتحقق منها، والوقوف على التقنية المستعملة وعلى نوعية وعدد المجتمع وعينة التطبيق، التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة للوصول إلى نتيجة خاضعة لإمكانية التطبيق والقياس .

3.مجتمع و عينة الدراسة :

أ. مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي المتمدرسين بابتدائيات مدينة تقرت (2019 _ 2020) والذي بلغ عددهم 4553 كما هو موضح في الجدول أدناه.

الجدول رقم (01) يوضح كل تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي المتمدرسين بالإبتدائيات موضوع الدراسة بمدينة تقرت.

البلديات	عدد المؤسسات	عدد أقسام السنة الخامسة ابتدائي	عدد تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي
تقرت	23	45	1470
نزلة	25	44	1478
تسبست	14	32	936
الزاوية العابدية	11	21	669
المجموع	73	142	4553

وعلى ضوء هذه المعطيات يمكننا تحديد عينة الدراسة.

ب. عينة الدراسة :

قمنا بتوزيع (120) استبيان فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي لكلا الجنسين، بكل من ابتدائيات بلدية الزاوية العابدية، بلدية تسبست، بلدية النزلة، بلدية تقرت.

وكانت حصيلة التوزيع كالتالي:

(95) تلميذ ممارس للنشاط البدني الرياضي موزعة كالتالي:

- ابتدائيات بلدية الزاوية العابدية (27) ممارس للنشاط البدني الرياضي.
- ابتدائيات بلدية تسبيست (25) ممارس للنشاط البدني الرياضي.
- ابتدائيات بلدية النزلة (23) ممارس للنشاط البدني الرياضي.
- ابتدائيات بلدية تقرت (20) ممارس للنشاط البدني الرياضي.

(25) تلميذ غير ممارس للنشاط البدني الرياضي موزعة كالتالي:

- ابتدائيات بلدية الزاوية العابدية (03) غير ممارسين للنشاط البدني الرياضي.
- ابتدائيات بلدية تسبيست (05) غير ممارسين للنشاط البدني الرياضي.
- ابتدائيات بلدية النزلة (07) غير ممارسين للنشاط البدني الرياضي.
- ابتدائيات بلدية تقرت (10) غير ممارسين للنشاط البدني الرياضي.
- وبذلك نكون قد جمعنا (120) استبيان، بمعنى أن حجم عينة الدراسة الإجمالي بلغ 120 تلميذ وتلميذة على مستوى الابتدائيات المختارة في مدينة تقرت، كما هو موضح في الجدول الأتي:

الجدول رقم (02) يوضح توزيع أفراد العينة الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

البلدية	الممارسين	غير الممارسين
تقرت	27	10
النزلة	25	70
تسبيست	23	05
الزاوية العابدية	20	03
المجموع	95	25
	120	

وقد تم التطبيق خلال الفصل الثاني من الموسم الجامعي 2019 / 2020 على مجموعة من الإبتدائيات بمدينة تڤرت وقد تضمنت الدراسة متغيرات وسطية مختلفة تمثلت في: الاندفاعية، فرط الحركة، تشتت الانتباه، الأعراض الثانوية.

4. حدود الدراسة :

- أ- الحدود البشرية: تم تطبيق الدراسة الحالية على عينة ببعض ابتدائيات مدينة تڤرت من تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي ، البالغ عددهم (120) تلميذ من كلا الجنسين.
- ب- الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة الحالية زمانيا في الفصل الثاني من الموسم الجامعي 2020/2019.
- ج- الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة الحالية مكانيا ببعض ابتدائيات مدينة تڤرت.

5. أداة الدراسة :

بناء على طبيعة المشكلة والهدف الأساسي للدراسة، وبعد الاطلاع على العديد من الأدوات التي استخدمتها الدراسات السابقة لقياس الفرق بين بعض المتغيرات الشخصية، وقع اختيارنا على مقياس فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه، وهذا لملاءمته لطبيعة المشكلة وكذا لضيق الوقت.

والمقاييس عبارة عن مجموعة المثيرات التي تقدم للفرد لاستثارة استجابات، تكون أساسا لإعطاء الفرد درجة رقمية، والتي تعتبر مؤشر للقدر الذي يمتلكه الفرد من الخاصية التي يقيسها المقياس.

استخدمنا لجمع بيانات هذه الدراسة مقياس يتكلم عن درو النشاط البدني الرياضي في ضبط النشاط الزائد لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بتشتت الانتباه: وصف أبعاد وفقرات مقياس النشاط الحركي الزائد المصحوب بتشتت الانتباه:

اشتمل المقياس على (40) فقرة موزعة على (04) محاور (أبعاد)، وهي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (03) يوضح أبعاد فقرات مقياس النشاط الحركي الزائد

البعد	الفقرات
الاندفاعية	11
الحركة المفرطة	06
ضعف الانتباه	13
الأعراض الثانوية المصاحبة	10

- مفتاح التصحيح:

بالنسبة لطريقة التصحيح فقد اعتمدنا على:

✓ إذا كانت العبارة إيجابية تعطى:

قليلًا: درجة واحدة (01)

كثيرًا: درجتين (02)

نادرًا: ثلاث درجات (03)

نادرًا جدًا: أربع درجات (04)

✓ إذا كانت العبارة سلبية تعطى:

قليلًا: أربع درجات (04)

كثيرًا: ثلاث درجات (03)

نادرًا: درجتين (02)

نادرًا جدًا: درجة واحدة (01)

والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (04) يمثل بدائل عبارات المقياس وفق التدرج الرباعي

الإجابة	كثيرا	قليلا	نادرا	نادرا جدا
درجة العبارة الموجبة	1	2	3	4
درجة العبارة السالبة	4	3	2	1

6. الخصائص السيكمترية للأداة :

ولتحقق من الخصائص السيكمترية للأداة تم الاعتماد على حساب معامل الصدق، معامل الثبات، معامل ألفا كرومباخ كما يلي:

1. الصدق: أن يقيس الاختبار بالفعل ما وضع لقياسه. أي قدرة الاستبيان على قياس السمة المراد قياسها، والتنبؤ الدقيق من خلال الدرجة التي يحصل عليها الفرد في الاختبار⁽¹⁾.

ويتضمن صدق المقياس ما يلي :

أ- صدق المحكمين: يعرض الباحث اختبار الذي صممه على عدد من المحكمين المتخصصين في نفس المجال، ويختلف عدد المحكمين باختلاف الهدف من الاختبار، وما إذا كان هذا الاختبار سيستخدم كأداة جمع بيانات في بحث أو دراسة ما.

وتعد نسخة خاصة بالمحكمين تعرض عليهم لإبداء الرأي فيها، وإجراء التعديلات الأزمة على بنود أسئلة الاختبار، سواء بالحذف أو الإضافة أو التعديل⁽²⁾.

حيث قمنا بعرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة والمختصين في التربية البدنية و الرياضية، حيث كان العدد الكلي للمحكمين (05) محكما بهدف الكشف عن مدى صدق فقرات الأداة وملائمتها لقياس ما وضعت لقياسه من حيث :

- مدى ملائمة الفقرة للبعد الذي وضعت فيه.

- مدى مناسبة العبارة للسمة التي تقيسها .

1: د.سعد أحمد جلال، مبادئ القياس النفسي، ط1، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ش.م.م، القاهرة، 2008.ص67
2: نفس المرجع السابق ص 76

- سلامة و وضوح الصياغة اللغوية للفقرات.

وفي ضوء آراء المحكمين وملاحظتهم التي أبدوها أجريت بعض التعديلات ، حيث قمنا بحذف (08) عبارات من أصل (48) عبارة ، وكانت نسبة اتفاق المحكمين (50%) فأكثرها على حذفها، بسبب عدم توافقها مع المحور، أو بكونها تحمل معاني متكررة بصيغ مختلفة، ومن خلال ملاحظات المحكمين فقد تم حذف العبارات التي أجمع المحكمين على حذفها، وهي موضحة في الجدول التالي :

جدول رقم: (05) يوضح العبارات التي اجمع الأساتذة المحكمين على حذفها

رقم العبارة	العبارة المحذوفة
11	تتميز كتابته بكتابة السطر فوق الأخر.
13	ينظر إلى بداية الجمل ونهايتها ويهمل الكلمات التي تتوسط الجمل.
30	يخرج من مقعده ويتجول في القسم.
31	يقفز على أحد رجليه أثناء تجوله في ساحة المدرسة أو عند خروجه من الفصل.
35	يشاكس زملاؤه في القسم.
36	يصدر أصوات عالية داخل حجرة الفصل.
37	يتلمل في مكانه إذا أجبر على الجلوس.
40	يرفض التعاون مع زملاؤه في القسم أثناء تأدية بعض الأنشطة المدرسية.

كما تم تعديل بعض العبارات بسبب الصياغة الخاطئة لها، وقد أعيدت صياغتها بناء على آراء الأساتذة

المحكمين، وهو ما يوضحه الجدول الموالي:

جدول رقم (06) يوضح العبارات التي أعيدت صياغتها بناء على رأي الأساتذة المحكمين

العبارة	صياغتها الجديدة
06	ينفذ صبره أثناء انتظاره لدوره في الألعاب الجماعية. ينفذ صبره في انتظار دوره في الألعاب الجماعية.
09	يرفض إتباع تعليمات المعلمين والمعلمات و النظام المدرسي. يرفض إتباع تعليمات الأستاذ و النظام المدرسي.

ب- صدق المقارنة الطرفية :

وهي مقارنة متوسط تحصيل المجموعة القوية ذات التحصيل العالي على درجات ضعيفة فإذا ثبتت من المقارنة الطرفية أن الأقوياء في الميزان والاختبار معا قيل درجة صدق الاختبار كبيرة⁽¹⁾ بعد ترتيب درجات المقياس تنازليا من الأكبر إلى الأصغر تمت المقارنة بين 33% من المستوى العلوي مع 33% من المستوى السفلي ثم طبق بعد ذلك اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول الموالي.

الجدول رقم (07): يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه.

التقنية الإحصائية / الدرجات	ن	المتوسط	الانحراف	"ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدرجات الدنيا	9	99.22	10.91	10.335	16	0.000
الدرجات العليا	9	141.22	5.42			

استنادا إلى الجدول السابق يتضح أن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (10.335) عند درجة الحرية (16) بمستوى الدلالة 0,000 الأمر الذي يدل على القدرة التمييزية للأداة وبالتالي الأداة تقيس ما وضعت لأجله.

¹: رمزية الغريب، التقويم والقياس النفسي والتربوي، ط1، مكتبة الجامعة الحديثة، الإسكندرية، 1996، ص689.

ج - صدق الارتباط الداخلي بين أبعاد أداة الدراسة:

هو من أحد أنواع صدق البناء، حيث يتم حساب ارتباط أبعاد الأداة بالدرجة الكلية مما يفيد في صدق الاختبار، إذ أن الارتباطات الداخلية يمكن استخدامها كدلالة على صدق البناء، وارتباط أبعاد الاختبار بالدرجة الكلية من المؤشرات القوية للصدق⁽¹⁾

جدول رقم (08) معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية

الأبعاد	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية	مستوى الدلالة
البعد الأول	0.852	0.000
البعد الثاني	0.742	0.000
البعد الثالث	0.858	0.000
البعد الرابع	0.833	0.000

ومن خلال النتائج المبينة يتبين أن كل معاملات الارتباط المستخرجة بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية دالة وموجبة، إذ تراوحت بين 0.742 و0.858، حيث ارتبطت الأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس، وهو ما يؤكد صدق المقياس.

د- الثبات: الثبات يشير إلى الاستقرار في درجات الفرد الواحد على نفس الاختبار وهذا يعني إلى أي مدى يعطي اختبار معين نفس النتائج في إجراءات متكررة لنفس الأفراد (يعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقه عدة مرات متتالية)⁽²⁾.

الثبات بالتجزئة النصفية:

تم إيجاد معامل الثبات بين نصف المقياس، بين النصف الحامل للعبارات الفردية والنصف الثاني الخاص بالعبارات الزوجية، وبعد حسابنا لمعامل الثبات وتصحيحنا له بمعادلة سبيرمان براون وجدناها (0.90).

و- طريقة ألفا كرونباخ:

¹: د.سعد أحمد جلال ، مرجع السابق ص76.

²: فيصل عباس، الاختبارات النفسية تقنياتها وإجراءاتها، ط1، دار الفكر العربي، بيروت، 1996، ص22

معامل ألفا (α) والبناء الداخلي للاختبار: يمثل معامل ألفا متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار إلى أجزاء بطريقة مختلفة، وبذلك فإنه يمثل معامل الارتباط بين أي جزئين من أجزاء الاختبار⁽¹⁾.
وقد تم حساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وقد بلغ (0.93) وهي قيمة مرتفعة تدل على اتساق عالي بين البنود وبالتالي تجانس الأداة، مما يؤكد ثبات المقياس.

7. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الأساسية:

قمنا في معالجة بيانات هذه الدراسة باستخدام الأساليب الإحصائية التالية:

. المتوسط الحسابي:

. اختبار " ت " : لحساب الفروق بين عينتين مستقلتين.

. معامل الارتباط.

. الانحراف المعياري:

. ألفا كرونباخ

ولقد تمت المعالجة الإحصائية باستعمال الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية نظام spss نسخة 21.

¹: سعد عبد الرحمن، القياس النفسي النظرية والتطبيق، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998، ص172

الفصل الرابع:

عرض وتحليل ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

1- عرض وتحليل نتائج الفرضيات الجزئية

عرض وتحليل نتيجة الفرضية الجزئية الأولى

عرض وتحليل نتيجة الفرضية الجزئية الثانية

عرض وتحليل نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة

عرض وتحليل نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة

عرض وتحليل نتيجة الفرضية العامة

2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة

مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة

1. عرض وتحليل نتائج الفرضيات الجزئية:

عرض نتيجة الفرضية الجزئية الأولى:

تنص الفرضية الجزئية الأولى على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الاندفاعية بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي"، لاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (09) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين والغير ممارسين على بعد الاندفاعية

المؤشر الإحصائي القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ممارس	95	35.54	4.72	7.807	118	0.000
غير ممارس	25	27.48	4.04			

يتبين من الجدول (09) أن المتوسط الحسابي للممارسين المقدر بـ(35.54) بانحراف معياري(4.72) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسين المقدر بـ(27.48) بانحراف معياري(4.04) كما يلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ(7.807) عند درجة الحرية 118 وبمستوى دلالة قدره (0.000) وهي قيمة أقل من (0.05) ومنه نستنتج أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين في بعد الاندفاعية لصالح الممارسين. أي الفرضية الأولى محققة.

عرض وتحليل نتيجة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد فرط الحركة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي " ولحساب هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (10) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير الممارسين على بعد فرط الحركة

المؤشر الإحصائي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ممارس	95	19.27	2.80	7.268	118	0.000
غير ممارس	25	14.52	3.28			

يتبين من الجدول رقم (10) أن المتوسط الحسابي للممارسين المقدر بـ(19.27) بانحراف معياري (2.80) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسين المقدر بـ(14.52) بانحراف معياري (28.3) كما يلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ(7.268) عند درجة الحرية 118 وبمستوى دلالة قدره (0.000) وهي قيمة أقل من (0.05) ومنه نستنتج أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين في بعد فرط الحركة ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي. أي الفرضية الثانية محققة.

عرض نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة:

تنص الفرضية على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد تشتت الانتباه بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي "، ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (11) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين على بعد تشتت الانتباه

المؤشر الإحصائي القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ممارس	95	41.49	5.60	10.431	118	0.000
غير ممارس	25	28.20	5.91			

يتبين من الجدول أن المتوسط الحسابي للممارسين المقدر بـ(41.49) بانحراف معياري (5.60) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسين المقدر بـ(28.20) بانحراف معياري (5.91)، كما يلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ(10.431) عند درجة الحرية 118 وبمستوى دلالة قدره (0.000) وهي قيمة أقل من (0.05) ومنه نستنتج أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين في بعد تشتت الانتباه لصالح الممارسين. أي الفرضية الثالثة محققة.

عرض نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة:

تنص الفرضية على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الأعراض الثانوية المصاحبة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي"، ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وجاءت النتائج على النحو التالي:

جدول (12) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين وغير ممارسين على بعد الأعراس الثانوية

المؤشر الإحصائي القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ممارس	95	29.93	5.74	7.914	118	0.000
غير ممارس	25	19.84	5.39			

يتبين من الجدول أن المتوسط الحسابي للممارسين المقدر بـ(29.93) بانحراف معياري (5.74) وهو أكبر من المتوسط الحسابي لغير الممارسين المقدر بـ(19.84) بانحراف معياري (5.39)، كما يلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ(7.914) عند درجة الحرية 118 وبمستوى دلالة قدره (0.000) وهي قيمة أقل من (0.05) ومنه نستنتج أنه توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين في بعد الأعراس الثانوية لصالح التلاميذ الممارسين. أي الفرضية الرابعة محققة.

عرض وتحليل نتيجة الفرضية العامة:

لنشاط البدني الرياضي دورا هاما وفعالا في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي ولاختبار هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (13) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الممارسين والغير ممارسين على أبعاد المقياس

المؤشر الإحصائي / القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ممارس	95	127.27	13.51	13.909	118	0.000
غير ممارس	25	86.16	11.59			

يتبين من الجدول أن المتوسط الحسابي للممارسين المقدر بـ(127.27) أكبر من المتوسط الحسابي للغير ممارسين المقدر بـ(86.16) ، كما يلاحظ أن قيمة "ت" المحسوبة تقدر بـ(13.909) عند درجة الحرية 118 وبمستوى دلالة قدره (0.000) وهي قيمة أقل من (0.05) ومنه نستنتج أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين الممارسين و غير الممارسين في أبعاد المقياس الأربعة و لصالح الممارسين. وبعد عرض وتحليل الفرضيات الجزئية الأربعة للدراسة تبين أن:

في البعد الأول (بعد الاندفاعية): المتوسط الحسابي للممارسين أكبر منه لدى غير الممارسين، حيث قدر عند الفئة الأولى بـ(35.54) ، وعند الفئة الثانية بـ(27.48) ، وهو ما يؤكد وجود فروق دالة إحصائياً في بعد الاندفاعية ولصالح فئة الممارسين.

كما أن في البعد الثاني (بعد فرط الحركة): المتوسط الحسابي للممارسين أكبر منه لدى غير الممارسين، حيث قدر عند الفئة الأولى بـ(19.27) ، وعند الفئة الثانية بـ(14.52) ، وهو ما يؤكد وجود فروق دالة إحصائياً في بعد فرط الحركة ولصالح فئة الممارسين.

وأن في البعد الثالث (بعد تشتت الانتباه): المتوسط الحسابي للممارسين أكبر منه لدى غير الممارسين، حيث قدر عند الفئة الأولى بـ(41.49) ، وعند الفئة الثانية بـ(28.20) ، وهو ما يؤكد وجود فروق دالة إحصائياً في بعد تشتت الانتباه ولصالح فئة الممارسين كذلك.

كما أن في البعد الرابع (بعد الأعراض الثانوية): المتوسط الحسابي للممارسين أكبر منه لدى غير الممارسين، حيث قدر عند الفئة الأولى بـ(29.93) ، وعند الفئة الثانية بـ(19.84) ، وهو ما يؤكد وجود فروق دالة إحصائياً في بعد الأعراض الثانوية ولصالح فئة الممارسين أيضاً.

ومنه وبناءً على هذه النتائج استنتجنا الفرضية العامة والتي مفادها أن لنشاط البدني الرياضي دوراً هاماً وفعالاً في التخفيف من فرط النشاط المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

2. مناقشة وتفسير نتائج الفرضيات:

مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الجزئية الأولى:

بينت الفرضية الجزئية الأولى أنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الاندفاعية بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي. ولصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي على مقياس النشاط الحركي الزائد.

جاءت نتائج الفرضية الجزئية الأولى بإظهار فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي لصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي بحيث أن الاندفاعية لديهم أقل بكثير مقارنةً بغير الممارسين وهذا من خلال ما أظهرته قيمة t المحسوبة، أي أنهم أصبحوا يجدون المتنفس من الحصص العادية الأخرى في ممارستهم لمختلف الأنشطة الرياضية ويفرغون كل ما لديهم من مكبوتات فيها، وهو ما أبعدهم عن التسرع والتهور في إجاباتهم، بحيث أكسبتهم التأني في الإدلاء أثناء الدرس وإتباع تعليمات المدرسين، وجنبتهم المواقف المخرجة أمام زملائهم.

مناقشة وتفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثانية:

بينت نتيجة الفرضية الجزئية الثانية أنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في بعد فرط الحركة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي. ولصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي على مقياس النشاط الحركي الزائد.

جاءت نتيجة الفرضية الجزئية الثانية بإظهار فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ولصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي، بحيث أن فرط الحركة لديهم أقل بكثير مقارنةً بغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي، وهذا من خلال ما أظهرته قيمة t المحسوبة، أي أن ممارستهم لمختلف الأنشطة الرياضية البدنية أكسبتهم القدرة على التحكم في الحركات والتصرفات العشوائية وغير المقبولة مع

الزملاء وحتى الأساتذة من: ردود أفعال سيئة، وإصدار أصوات عالية ومزعجة، وتنقل من مكان إلى آخر دون إذن وغير ذلك من الحركات والتصرفات.

تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة:

بينت نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة أنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في بعد تشتت الانتباه بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي. ولصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي على مقياس النشاط الحركي الزائد.

جاءت نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة بإظهار فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ولصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي، بحيث أن تشتت الانتباه لديهم أقل بكثير مقارنة بغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي، وهذا من خلال ما أظهرته قيمة "ت" المحسوبة، أي أن ممارستهم لمختلف الأنشطة الرياضية أكسبهم التركيز والاهتمام فيما هو مهم ومطلوب وإهمال كل ما هو غير مهم وغير مطلوب، وهو ما عزز لديهم إمكانية التعامل مع الأمور، والأوامر الموجهة لهم من طرف المدرسين، وساعدهم على إكمال الواجبات المقدمة لهم.

تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة:

بينت نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة أنه هناك فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الأعراض الثانوية بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي. ولصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي على مقياس النشاط الحركي الزائد.

جاءت نتيجة الفرضية الجزئية الثانية بإظهار فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي ولصالح التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي، بحيث أن الأعراض الثانوية لديهم أقل بكثير مقارنة بغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي، وهذا من خلال ما أظهرته قيمة "ت" المحسوبة، أي أن شهدنا لديهم اختفاء لبعض التصرفات والسلوكيات الفوضوية والتقليل من البعض الأخرى، والاختلاط بالزملاء أثناء إنجازهم للواجبات الجماعية أو الألعاب الجماعية، وتحمل النقد وتقبل النصح من المدرسين والزملاء.

تفسير نتيجة الفرضية العامة:

بينت نتائج الفرضيات الجزئية الأربعة أنه هناك فروق دالة إحصائية في الأبعاد الأربعة المدروسة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي، الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي، وكلها كانت لصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي، وهو ما يؤكد على أن لنشاط البدني الرياضي دورا هاما وفعالا في التخفيف من فرط النشاط المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.

بمعنى آخر أن فئة التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي هم الأقل اندفاعية وحركية وذو تشتت أقل في الانتباه وتحتفي لديهم الأعراض الثانوية، على عكس فئة غير الممارسين له إذ تكثر لديهم الاندفاعية والحركية وذو تشتت انتباه كثير ودائم كما تكثر لديهم الأعراض الثانوية المصاحبة. بحيث أن التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي أصبحوا يجدون المنتفس من الحصص العادية الأخرى في ممارستهم لمختلف الأنشطة الرياضية ويفرغون كل ما لديهم من مكبوتات فعلية وقولية فيها، وهو ما أبعدهم عن التسرع والتهور في إجاباتهم، بحيث أكسبتهم التأني في الإدلاء بأراءهم والتركيز أثناء الدرس وإتباع تعليمات المدرسين، وجنبتهم المواقف المخرجة أمام زملائهم.

كما أن ممارستهم لمختلف الأنشطة الرياضية البدنية أكسبتهم القدرة على التحكم في الحركات والتصرفات العشوائية وغير المقبولة مع الزملاء وحتى الأساتذة من ردود أفعال سيئة، وإصدار أصوات عالية ومزعجة، وتنقل من مكان إلى آخر دون إذن وغير ذلك من الحركات والتصرفات.

الاستنتاج:

من خلال ما تطرقنا له في الدراسة النظرية و التطبيقية والذي تندرج تحت دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي والهدف منه هو التقليل من هذه الظاهرة السلوكية.

إذ أننا قمنا بتباعد المنهجية اللازمة وبدراسة استطلاعية لجمع كل ما يلزم من متطلبات تخص موضوعنا وقد وفقنا إلى المنهج ومقياس الذي ينطبق مع هذه الدراسة ومن خلال مناقشة الفرضيات وتحليل النتائج تبين لنا أن هناك دور إيجابي لممارسة النشاط البدني الرياضي في لتخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي وهذا من خلال برامج والالعاب والتمارين المتبعة من قبل النشاط البدني الرياضي التي تمارس في الحصة والتي توزع روح التعاون والمنافسة وتكافئ الأخلاق والفرص والتقليل من الحركات الزائدة وتشتت الانتباه وسلوكيات المضطربة والتي اهتمت نحو الأبعاد التالي(الاندفاعية، فرط الحركة، تشتت الانتباه، الأعراض الثانوية المصاحبة)

وقد نصت الفرضية الجزئية الأولى على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الاندفاعية بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي".
وبعد حساب كل من المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قيمة "ت" المحسوبة، استنتجنا أن الفرضية سابقة الذكر محققة ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.

- نصت الفرضية الجزئية الثانية على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد فرط الحركة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين والغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي "
وبعد حساب كل من المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قيمة "ت" المحسوبة، استنتجنا أن الفرضية سابقة الذكر محققة ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.

-نصت الفرضية الجزئية الثالثة على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد تشتت الانتباه بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين و غير الممارسين للنشاط البدني الرياضي "
وبعد حساب كل من المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قيمة "ت" المحسوبة، استنتجنا أن الفرضية سابقة الذكر محققة ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.

-نصت الفرضية الجزئية الرابعة على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الأعراض الثانوية المصاحبة بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي الممارسين وغير الممارسين للنشاط البدني الرياضي "

وبعد حساب كل من المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قيمة "ت" المحسوبة، استنتجنا أن الفرضية سابقة الذكر محققة ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.

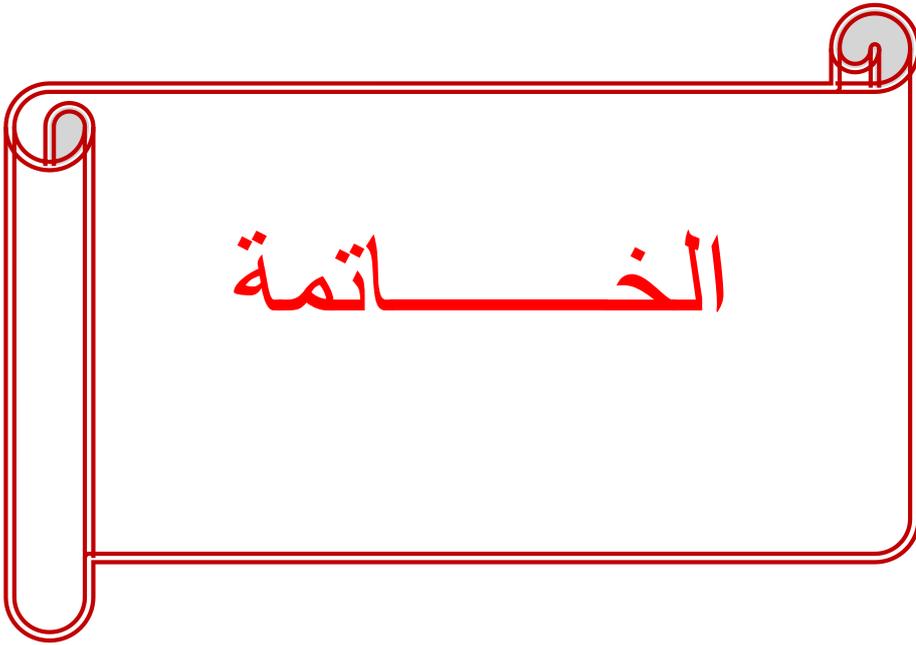
ومنه فقد تحققت الفرضية العامة لهذه الدراسة أي أن لنشاط البدني الرياضي دور فعال في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه لدى تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي.



المقترحات:

على ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية، ولكي نتمكن من معالجة مشكلة أو بالأحرى اضطراب فرط النشاط الحركي الزائد المصحوب بتشتت الانتباه، سنقدم بعض المقترحات، التي إذا تم الأخذ بها قد نتمكن من التغلب على انتشار هذا الاضطراب السلوكي بين التلاميذ والتي سنعرضها في النقاط التالية:

- تهيئة الظروف الملائم (المادية والنفسية) للتلاميذ داخل أقسام الدراسة وفي المراحل التعليمية المختلفة.
- إدراج الأخصائيين النفسانيين داخل المؤسسات التربوية للكشف عن الحالات النفسية للتلاميذ ونخص مشكلة فرط النشاط الحركي لأنه الأكثر انتشار في المدارس ويعرقل السير الحسن للحصص التعليمية ولتعلم التلميذ في حد ذاته ومساعدتهم على تحطيم مشكلاتهم النفسية.
- يجب أن يهتم القائمون على العملية التعليمية كالكشف على مستويات النشاط الحركي الزائد لدى تلاميذ في المراحل التعليمية المختلفة لتوجيه التلاميذ الذين لديهم إفراط حركي وتشتت انتباه.
- إجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية في مختلف المراحل التعليمية من أجل دراسة فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه وكذا إثراء الحقل العلمي بمثل هذه البحوث.
- ضرورة التدخل المبكر ووضع البرامج التشخيصية والتدريبية المناسبة لمشكلات فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه.
- ضرورة اعتماد برنامج علاجي متكامل مع الأبعاد العلاجية: معرفي، سلوكي، بدني، حركي،... الخ نظرا لوجود الاضطرابات النفسية المصاحبة.



الخاتمة:

بعد عرض ومناقشة نتائج الدراسة الحالية، وتبعاً لمتغيرات الدراسة (الاندفاعية، فرط الحركة، تشتت الانتباه، الأعراض الثانوية)، يمكن القول أن النشاط البدني الرياضي يلعب دوراً هاماً وفعالاً في ضبط النشاط الحركي الزائد لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (الخامسة ابتدائي).

ولقد توصلت الدراسة الحالية إلى ما يلي:

وجود فروق دالة إحصائية بين تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي، الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي، في الأبعاد الأربعة المدروسة، وكلها كانت لصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.

ومنه نستنتج من هذه الدراسة ما يلي:

✓ توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي في بعد الاندفاعية ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.

✓ توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي في بعد فرط الحركة ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.

✓ توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي في بعد تشتت الانتباه ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.

✓ توجد فروق دالة إحصائية بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين لنشاط البدني الرياضي في بعد الأعراض الثانوية ولصالح التلاميذ الممارسين لنشاط البدني الرياضي.



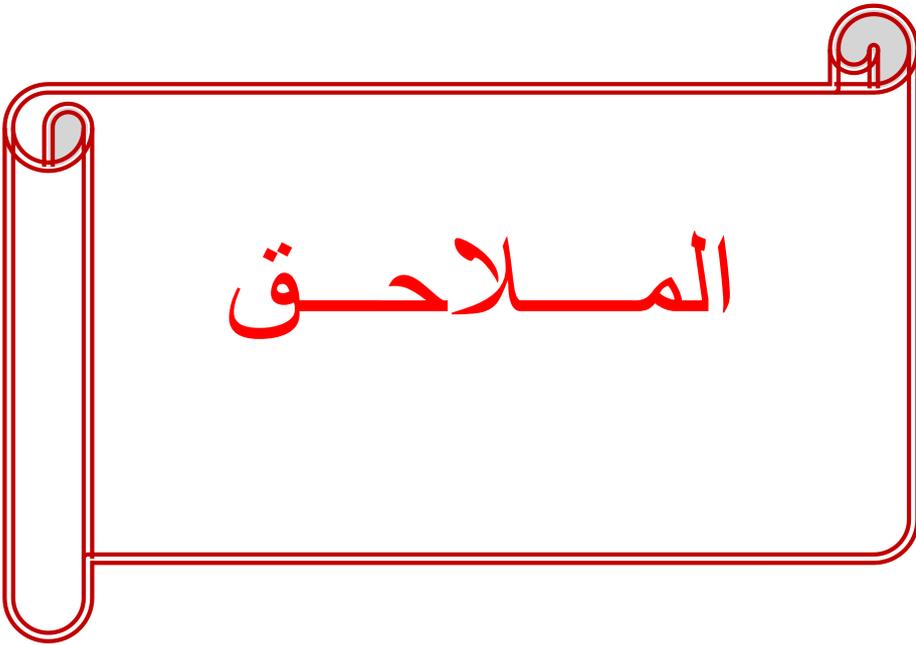
قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1. احمد خاطر، القياس في المجال الرياضي، ط1، بغداد، 1988
2. أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني للثقافة والأدب و الفنون الكويت، 1996
3. حاتم الجعافرة، اضطرابات الحركة عند الأطفال، طبعة 2008، دار أسامة للنشر والتوزيع، 2008.
4. رنجي مصطفى، مناهج وأساليب البحث العلمي، النظرية والتطبيق ط 1 عمان دار الصفاء للنشر والتوزيع 2000.
5. رمزية الغريب، التقويم والقياس النفسي والتربوي، ط1، مكتبة الجامعة الحديثة، الإسكندرية، 1996.
6. رجاء محمود أبو علام منهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، الطبعة الأولى، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، 2006 .
7. رجاء محمود أبو علام، مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط5، دار النشر للجامعات، القاهرة، 2006.
8. رضوان بن جدو بغيظ، الممارسة الرياضية في وقت الفراغ وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي لتلاميذ مرحلة الثانوي، جامعة الجزائر، 2000.
9. سعد عبد الرحمن، القياس النفسي النظرية والتطبيق، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998.
10. سعد أحمد جلال، الطفولة والمراهقة، ط2، دار الفكر العربي ، القاهرة، 1991.
11. سعد أحمد جلال، مبادئ القياس النفسي، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية، ش.م.م، ط1، القاهرة، 2008
12. سرية عصام نور، سيكولوجية الطفل، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية
13. عبد الرحمان العيسوي، معلم علم النفس، الطبعة الأولى، دار النهضة العربية، 1984.
14. عبد الرحمان العيسوي، اتجاهات جديدة في علم النفس الحديث، الطبعة الأولى، دار النهضة العربية، 1982.
15. عبد التواب فاخر عاقل، اضطراب قصور الانتباه المصحوب بفرط النشاط الحركي، الطبعة الثامنة، دار العلم للملايين، 1992.
16. فيصل عباس، الاختبارات النفسية تقنياتها وإجراءاتها، ط1، دار الفكر العربي، بيروت، 1996.

قائمة المراجع

17. كمال عبد الحميد، مقدمة التقويم في التربية البدنية، د ط، القاهرة، 1994
18. محي محمد سعد، كيفية كتابة الأبحاث والإعداد للمحاضرات ط 3. الإسكندرية مصر، المكتب العربي الحديث 2003.
19. محمد إبراهيم عبد الحميد علاقة بين ممارسة بعض الأنشطة وتنمية التوافق النفسي والاجتماعي، رسالة ماجستير، جامعة عين شمس معهد الدراسات للطفولة، 1996.
20. محمد علي قاسم، تأثير الكمبيوتر علي العلاقات الاجتماعية للطفل، الطبعة الأولى، دار أنيا مركز الإسكندرية للكتاب، 2009.
21. مهدي ضيف الله، اضطراب فرط النشاط ونقص الانتباه عند طلاب المدارس، رسالة ماجستير، كلية التربية جامعة أم القرى، 2002.
22. محمد بن السعيد، دور التربية البدنية والرياضية في ضبط الانفعالي لدى تلاميذ ثانوية من 15-18 سنة، جامعة قسنطينة، 2002.
23. محمد وزاني، د. قمرآوي محمد، مجلة التنمية البشرية العدد 08، جامعة وهران، نوفمبر 2017.
24. نائل العاسمي، اضطراب النشاط الزائد وعلاقته ببعض المتغيرات، الطبعة الأولى، دار البشير للنشر والتوزيع عمان، 2008.
25. نور عامر، مجلة العلوم الإنسانية العدد السادس ديسمبر 2016، جامعة أم البواقي، الجزائر.
26. يوسف شكري فرحات، المعجم العربي للطلاب، ط 1، دار الكتب العلمية بيروت ، لبنان 2001.



الملحق رقم (01): مقياس النشاط الحركي الزائد:



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة قاصدي مرباح ورقلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



التعليمة:

سيدي المعلم سيديتي المعلمة نحن بصدد التحضير لنيل شهادة الماستر بهدف انجاز دراسة حول دور النشاط البدني الرياضي في التخفيف من فرط الحركة المصحوب بتشتت الانتباه في مرحلة الطفولة المتوسطة (تلاميذ السنة الخامسة ابتدائي) نتقدم إليكم بمجموعة من الأسئلة ونرجو منكم قراءة كل فقرة بدقة و الإجابة عنها بصدق وموضوعية على سلوكيات الطفل أو المشاكل التي قد يعاني منها بوضع علامة (x) داخل الخانة الخاصة بالإجابة التي تناسب سلوك الطفل، علما بأن إجاباتكم ستكون سرية للغاية ولن تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي فقط وشكرا.

ملاحظة: لا تضع أكثر من جواب لعبارة واحدة.

رقم	الفقرات	كثيرا	قليلا	نادرا	نادرا جدا
المحور الأول " الاندفاعية "					
01	يجيب عن الأسئلة بسرعة دون تفكير				
02	يفكر كثيرا في البدائل لوال حلولا لأخرى عند اتخاذ قراراته				
03	غالب اما تكون استجاباته خاطئة				
04	يصعب عليه ضبط سلوكه في كثير من المواقف التي يتعرض لها				
05	يحصل على حاجاته بطريقة سريعة ومتهورة				
06	ينفذ صبره في انتظار دوره في الألعاب الجماعية				
07	يصعب عليه التركيز على التفاصيل والكلمات الدقيقة				
08	ينتق لم نشاط إلى آخر باستمرار				
09	يرفض إتباع تعليمات المعلمين والمعلمات والنظام المدرسي				
10	يصعب عليه الاستمرار في شيء واحد لفترة طويلة في الألعاب الجماعية				
11	يستهيئ بقوانين ونظام الألعاب				
الحركة المفرطة "المحور الثاني"					
12	يقوم بحركات عشوائية غير مقبولة				
13	يهز جسم هو وأرجح قدميه أثناء جلوسه				
14	ينتقل من مكان إلى آخر دون كلل أو ملل				
15	يصعب عليه أن يلعب أو يقضي أوقات فراغه بهدوء				
16	عندما يتعرض لمواقف جديدة تمر عليه يكون سلوكه عاد يحيا له				
17	يصعب عليه البقاء هادئا لفترة طويلة				
المحور الثالث "ضعف الانتباه"					
18	يتميز بفترة انتباه قصيرة				
19	يعجز عن ضبط انتباهه وتوجيهه بصورة مرضية				
20	يعاني من ضعف القدرة على التذكر للمعلومات السابقة				
21	يصعب عليه الانتباه لمثير محدد				
22	يصعب عليه التمييز بين المثيرات الأساسية وغير الأساسية				

				23	يتميز بشروود الذهن في الفصل وخاصة أثناء الدروس النظرية
				24	يركز انتباه على ما هو مطلوب
				25	يطلب الإعادة عند إصدار التعليمات إليه
				26	يصعب عليه تطبيق ما تعلمه في موقف سابق على المواقف الجديدة المشابهة له
				27	يعاني صعوبة التعامل في الأمور المختصرة
				28	يعاني صعوبة في عمليات تطبيق الأشياء
				29	يرفض التعرض للمهام والواجبات كثيرة التعقيد
				30	يفشل في إكمال المهام والواجبات كثيرة التعقيد
المحور الرابع "الأعراض الثانوية المصاحبة"					
				31	"دائمون" يفتقد لوجود أصدقاء
				32	يميل إلى السلوك الفوضوي
				33	تنقصه اللياقة الأدبية وطاعة الأوامر
				34	يستجيب بسلوك عدواني بدني أو لفظي عند تعرضه لموقف محبط
				35	يغفل عن التفكير في عواقب السلوك العدواني الذي ارتكبه مع الآخرين
				36	يعصي الأوامر التي تصدر له من المدرسين
				37	يعاني من انخفاض في الوزن مقارنة بزملائه من هم في نفس سنه
				38	يتميز بالحساسية الزائدة حيث لا يتحمل أي نقد (لوم) يوجه إليه
				39	يتميز بالثرثرة (كثرة كلام)
				40	يبدو أنه متقلب المزاج

الملحق رقم (02): قائمة الأساتذة المحكمين:

اسم ولقب المحكم	الدرجة العلمية	الملاحظة	التوقيع
تقيق جمال	دكتور		
بكاى إسماعيل	دكتور		
عبابسة نجيب	دكتور		
غندير نور الدين	دكتور		
قوقي الهاشمي	دكتور		

الملحق رقم (03): نتائج الدراسة الاستطلاعية بـ spss:

. نتيجة صدق المقارنة الطرفية:

Statistiques de groupe

المجموعة	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
المجموعة العليا المتغير. المقاس	9	141.2222	5.42627	1.80876
المجموعة الدنيا	9	99.2222	10.91762	3.63921

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	T	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart- type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
Hypothèse de variances égales المتغير. المقاس	4.099	.060	10.335	16	.000	42.00000	4.06392	33.38488	50.61512
Hypothèse de variances inégales			10.335	11.725	.000	42.00000	4.06392	33.12241	50.87759

صدق الارتباط الداخلي:

Corrélations

		البعد1	البعد2	البعد3	البعد4	الكلية.المجموع
البعد1	Corrélation de Pearson	1	.578**	.718**	.558**	.852**
	Sig. (bilatérale)		.001	.000	.001	.000
	N	30	30	30	30	30
البعد2	Corrélation de Pearson	.578**	1	.428*	.748**	.743**
	Sig. (bilatérale)	.001		.018	.000	.000
	N	30	30	30	30	30
البعد3	Corrélation de Pearson	.718**	.428*	1	.495**	.858**
	Sig. (bilatérale)	.000	.018		.005	.000
	N	30	30	30	30	30
البعد4	Corrélation de Pearson	.558**	.748**	.495**	1	.833**
	Sig. (bilatérale)	.001	.000	.005		.000
	N	30	30	30	30	30
الكلية.المجموع	Corrélation de Pearson	.852**	.743**	.858**	.833**	1
	Sig. (bilatérale)	.000	.000	.000	.000	
	N	30	30	30	30	30

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

. نتيجة الثبات بالتجزئة النصفية:

Statistiques de fiabilité

Partie 1	Valeur	.827
	Nombre d'éléments	20 ^a
Alpha de Cronbach	Valeur	.907
	Nombre d'éléments	20 ^b
Nombre total d'éléments		40
Corrélacion entre les sous-échelles		.833
Coefficient de Spearman- Brown	Longueur égale	.909
	Longueur inégale	.909
Coefficient de Guttman split-half		.876

الملاحق

a. Les éléments sont : VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018, VAR00019, VAR00020.

b. Les éléments sont : VAR00021, VAR00022, VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00030, VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00036, VAR00037, VAR00038, VAR00039, VAR00040.

.نتيجة الثبات بمعامل الف كرونباخ:

Statistiques de fiabilité

OOOOAlpha de Cronbach	Nombre d'éléments
.932	40

. الملحق رقم (04): نتائج الدراسة الأساسية بـ spss:

. الفرضية 1

Statistiques de groupe

	الممارسة	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الاندفاعية	ممارس	95	35.5474	4.72830	.48511
	غيرممارس	25	27.4800	4.04269	.80854

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes							
	F	Sig.	T	Ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart- type	Intervalle de confiance 95% de la différence		
								Inférieure	Supérieure	
الاندفاعية	Hypothèse de variances égales	1.092	.298	7.807	118	.000	8.06737	1.03335	6.02106	10.11368
	Hypothèse de variances inégales			8.556	42.968	.000	8.06737	.94290	6.16578	9.96896

. الفرضية 2

Statistiques de groupe

	الممارسة	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الحركة. فرط	ممارس	95	19.2737	2.80744	.28804
	غيرممارس	25	14.5200	3.28024	.65605

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
Hypothèse de variances égales الحركة.فرط	.653	.421	7.268	118	.000	4.75368	.65408	3.45844	6.04893
Hypothèse de variances inégales			6.635	33.824	.000	4.75368	.71650	3.29731	6.21006

.الفرضية 3

Statistiques de groupe

	الممارسة	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الانتباه.تشتت	ممارس	95	41.4947	5.60561	.57512
	غيرممارس	25	28.2000	5.91608	1.18322

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	Ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
Hypothèse de variances égales الانتباه.تشتت	.348	.556	10.431	118	.000	13.29474	1.27454	10.77081	15.81866
Hypothèse de variances inégales			10.106	36.165	.000	13.29474	1.31559	10.62703	15.96245

4 . الفرضية

Statistiques de groupe

	الممارسة	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
الثانوية. الأعراض	ممارس	95	29.9368	5.74606	.58953
	غيرممارس	25	19.8400	5.39042	1.07808

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart- type	Intervalle de confiance 95% de la différence	
								Inférieure	Supérieure
Hypothèse de variances égales	.758	.386	7.914	118	.000	10.09684	1.27575	7.57051	12.62317
الثانوية. الأعراض Hypothèse de variances inégales			8.217	39.595	.000	10.09684	1.22875	7.61266	12.58102

5 . الفرضية

Statistiques de groupe

	VAR00002	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00001	ممارس	95	127.2737	13.51787	1.38690
	ممارس غير	25	86.1600	11.59626	2.31925

Test d'échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour égalité des moyennes							
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Différence écart-type	Intervalle de confiance 95% de la différence		
								Inférieure	Supérieure	
VAR00001	1.660	.200	Hypothèse de variances égales	13.909	118	.000	41.11368	2.95582	35.26035	46.96701
			Hypothèse de variances inégales	15.214	42.835	.000	41.11368	2.70230	35.66337	46.56400