

بناء مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة بيشة

أ.د. وليد حسين حسن محمد

أستاذ التربية البدنية المشارك بقسم علوم الرياضة والنشاط البدني بكلية التربية جامعة الباحة

أستاذ الإصابات الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا

ريان عبد الرحمن صالح الغامدي

معلم تربية بدنية

مستخلص البحث

هدف البحث الحالي الى بناء مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وقام الباحثان بالاطلاع على الدراسات السابقة وتم بناء ادة البحث الحالي التي تكونت من (22) عبارة مقسمة على محورين وعرضة الباحثان المقياس على المحكمين واستخرج الباحثان الصدق والثبات، وتم تحديد عينة البحث من تلاميذ بالصف السادس المرحلة الابتدائية بمحافظة بيشة وبلغ مجتمع البحث (251) تلميذ وتم تحديد عينة البحث من (36) تلميذ، وقد تمت الإستعانة ببرنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم النفسية والإجتماعية (SPSS) في معالجة البيانات واطهرت نتائج البحث ان بناء مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية تم وفق المنهجية العلمية وطبقاً للنتيجة التي توصل إليها البحث الحالي، فقد تبلورت بعض التوصيات والمقترحات.
كلمات مفتاحية: القوام - الوعي القوامي.

Research abstract

The aim of the current research is to build a measure of grammatical awareness among primary school students. The researcher reviewed previous studies and built the current research instrument, which consisted of (22) statements divided into two axes. The researcher presented the measure to the arbitrators. The researcher extracted validity and reliability, and the research sample was selected from students in the grade.The sixth primary stage in Bisha Governorate. The research population reached (251) students, and the research sample was determined from (36) students. The Statistical Portfolio for Psychological and Social Sciences (SPSS) program was used in processing the data. The results of the research showed that building a measure of grammatical awareness among primary school students was completed. According to the scientific methodology and according to the results reached by the current research, some recommendations and proposals have been crystallized.

Keywords: texture – texture awareness.

مقدمة البحث:

تُعد مرحلة الطفولة من أهم المراحل في حياة الفرد، ففيها يكتسب المعلومات والمعارف والقيم والمبادئ والسلوكيات؛ مما يجعلها مرحلة حرجة وحاسمة في حياة الفرد، فاكتسابه للعادات الصحية السليمة سوف يسير معه في مختلف مراحل حياته؛ لذلك يجب على المؤسسات التعليمية والتربوية العناية والاهتمام بهذه المرحلة؛ لأنها سوف تشكل مستقبل الفرد بشكل كبير (عبد الجواد وعلي، 2011).

ويُعد موضوع القوام من أهم المحاور التي تدعمه رؤية المملكة العربية السعودية 2030، والتي من أهم أهدافها أن يتمتع السعوديون كافة بصحة جيدة، وأن يستطيعوا ممارسة الأنشطة الترويحية والتنافسية في بيئة مثالية؛ حيث إن القوام الجيد يمنح الفرد فرصاً أفضل في المشاركة الفعالة في الأنشطة الرياضية المختلفة، وامتلاكه للصحة الجيدة؛ ولذلك يجب على المؤسسات التعليمية والتربوية زيادة الاهتمام بثقافة القوام السليم؛ حتى تكون لدينا أجيال بقوام سليم، والجدير بالذكر أن من سمات عصرنا الحاضر التقدم التكنولوجي والمعرفي الكبير في جميع مجالات الحياة (مراد، 2022).

أن العناية بقوام الأفراد أصبحت من الحاجات الضرورية والملحة في المجتمع، لا سيما أن القوام يؤثر على الكفاءة البدنية والوظيفية والنفسية والميكانيكية؛ ولذلك يجب العناية والاهتمام بقوام الأفراد في مختلف مراحلهم العمرية؛ وذلك من أجل فرد متكامل النمو يتميز بقوام سليم خالي من العيوب والانحرافات القوامية (جبر، 2013)؛ لذا فإن ممارسة العادات والسلوكيات القوامية في مراحل مبكرة من العمر سوف يساهم في تحسين قوام الفرد وزيادة وعيه بأهمية القوام وكيفية المحافظة عليه في مختلف مراحل عمره (جبر، 2013) (قابيل، 2005).

وتشير دراسة جبر (2013) إلى أنه يجب على المجتمع العناية بقوام أفرادها في مختلف مراحلهم السنية؛ حيث إن القوام من المقومات الصحية للصحة الجيدة، حيث سوف يساعده ذلك في أداء الحركات الرياضية المختلفة بصورة صحيحة؛ لذلك فقد ساعد التطور العلمي والتكنولوجي في المجال الصحي في تغيير شكل المتطلبات الصحية في العصر الحالي، فامتلاك الأفراد للثقافة الصحية يعد من أهم الأركان؛ لما لها من دور في تنمية شخصيته وسلوكه وتغيير عاداته؛ حيث إنها تساعده على اتخاذ القرارات وحل المشكلات الصحية التي تواجهه، وبناء على ذلك فهي تحقق التنمية الشاملة لأفراد المجتمع، ووسيلة لتحقيق الصحة المجتمعية للمجتمع (أبو العيون، 2013).

أن زيادة الوعي القوامي سوف يساهم في الوقاية من حدوث التشوهات القوامية، كما أنه من العناصر الفعالة التي تساعد الفرد في التخلص من هذه التشوهات التي لم تصل إلى المرحلة التركيبية؛ لذا فإن

ارتفاع مستوى الثقافة القوامية لدى الأفراد سوف يؤدي إلى قوام سليم للتلميذ من خلال تطبيق العادات القوامية الصحيحة في حياته اليومية (أبو العيون، 2013)

حيث إن الثقافة الرياضية الصحية للفرد ليس معناها المعرفة لبعض المعلومات الصحية فقط، بل هي تغير في عادات وسلوكيات الفرد الصحية، مما يساعده في حل المشكلات الصحية التي قد تواجهه، مما سوف يساهم في تحسين صحته (النهار وآخرون، 2010). ومن هنا نشير إلى أن التثقيف الرياضي الصحي من أهم علوم المعرفة التي يجب اكتسابها من خلال استخدام التقنيات والوسائل التربوية الحديثة؛ لتزويد الأفراد بالمعلومات والمعارف الصحية؛ حيث إن امتلاك الفرد لمستوى ثقافة رياضية صحية جيدة سوف يساعده في حل مشكلاته الصحية واتخاذ قرارات أفضل إزاء صحته، مما يساعده في رفع مستوى الصحة العامة للفرد والمجتمع (سلامة، 2007).

فقد يحدث لبعض الأفراد بعض التشوهات القوامية نتيجة للأوضاع الخاطئة التي يتخذونها خلال الحياة اليومية، ومن هنا يبرز دور معلم التربية البدنية في استخدام الوسائل الحديثة في درس التربية البدنية، والتي تساهم وبصورة فعالة في نشر الثقافة القوامية واكتساب الأطفال العادات القوامية الصحيحة وتطبيقها في حياتهم اليومية (البنيان؛ 2019).

كما ان للوعي القوامي دورًا كبيرًا في نشر وتنمية لدى التلاميذ في المدارس، وذلك من خلال مراعاة العادات والسلوكيات القوامية التي يقوم بها التلميذ خلال اليوم المدرسي من وقوف ومشى وجري، وتصحيح العادات القوامية الخاطئة التي تؤدي بالتلاميذ للتشوهات القوامية في المستقبل (روفائيل والخربوطلي، 1995)

يُعد الوعي القوامي من أهم الأهداف السامية في مناهج التربية البدنية، حيث تحرص المؤسسات التعليمية في رفع الوعي القوامي لدى أفرادها؛ ليتمتعوا بالقوام السليم الذي يساعدهم على الأداء، ويكونوا منتجين في مجتمعاتهم، وكذلك موضوع العناية بالقوام السليم هدفًا رئيسيًا في العملية التربوية، فهو لا يقتصر على الجانب المعرفي فقط، بل يتعدى ذلك حتى يصل التأثير إلى تطبيقهم للعادات والسلوكيات القوامية الصحيحة التي تمكنهم من الحفاظ على قوامهم ورغبتهم في امتلاك قوام سليم" (قابيل، 2005، ص 296)

تعد "المدرسة من المؤسسات الاجتماعية المهمة في المجتمع، حيث إن الطفل يقضي معظم وقته في المدرسة؛ ولذلك من المهم إكسابهم العادات والسلوكيات القوامية الصحيحة من الصغر، حيث إن ذلك سوف يساهم وبصورة كبيرة في الوقاية من الانحرافات القوامية؛ فالقوام الجيد من الركائز الأساسية التي

تساهم في إشباع الحاجات الاجتماعية للتلاميذ وقدرتهم على التفاعل مع أقرانهم" (الشيشاني، 2005، ص 23)

مشكلة البحث:

أن دول العالم المتقدمة تسعى للاهتمام بمواطنيها من خلال توفير سبل الرعاية الصحية لهم، والاهتمام بسلامة قوامهم في مراحل العمر المختلفة، من خلال تقديم برامج ثقافية رياضية صحية مختلفة؛ لكي يكتسبوا السلوكيات والعادات القوامية الجيدة (السيد، 2020)، حيث يعتبر القوام السليم من متطلبات الحياة العصرية التي نعيشها، لكن الإنسان أفرط في استخدام الوسائل التقنية الحديثة؛ لذلك كان معرضاً وبدرجة كبيرة للأمراض والانحرافات القوامية (إبراهيم، 2021). ومن الجدير بالذكر أن الفرد يقضي الكثير من وقته داخل المؤسسات التعليمية؛ لذلك فهو بحاجة دائمة لتزويده بالثقافة القوامية الجيدة؛ حتى يمارس العادات الصحية في حياته اليومية (Warnick et al, 2019) (Lee, 2020).

لذلك حرصت الدول المتقدمة على العناية بسلامة القوام لجميع أفرادها؛ لأنه من المؤشرات الدالة على صحة وسلامة جسم الإنسان، وهو انعكاس لصورة الفرد المتكاملة من النواحي البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية (محمد والذكي، 2000). ولكي تقوم المدرسة بالدور المنوطة بها يجب أن يمتلك معلم التربية البدنية الثقافة القوامية اللازمة، والذي من دوره نقل المعارف والمعلومات الصحية وغرس السلوكيات والعادات الصحية الجيدة؛ لتحقيق الأهداف التعليمية والتربوية الصحية (سليمان وعطية، 2019).

نبعت مشكلة الدراسة من عمل الباحثان ؛ حيث لاحظ انتشار بعض السلوكيات والعادات القوامية الخاطئة بين التلاميذ؛ والتي قد تؤدي إلى ظهور مشكلات قوامية، مما سوف يؤثر بشكل مباشر عليهم. وبدراسة وتحليل منهج التربية البدنية في المرحلة الابتدائية، وجد الباحثان أن التلميذ يحدث له تنمية للمعلومات القوامية خلال الصف الأول والثاني فقط؛ أما الصفوف من الثالث للسادس فيحدث تركيز على تنمية اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة والاهتمام بالتركيب الجسمي، أنه بالرغم من وجود شروط القوام السليم عند تلاميذ المرحلة الابتدائية، إلا أن المظهر الخارجي لقوامهم في تغير أثناء الدراسة، كما أن هناك صعوبة في فباس مستوى الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، فضلا عن معرفة اللياقة القوامية لديهم خلال دراستهم في حصة التربية البدنية والرياضية،

ومن هنا تكمن مشكلة البحث في بناء مقياس للوعي القوامي وتحديد أبعاده أو مكوناته، ويرى الباحثان أن تحديد وتقييم درجة مستوى الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية كجانب تشخيصي وتقييمي يُعد جانباً هاماً من جوانب الإعداد الصحي للتلاميذ، وإن هذا التشخيص والتقييم يحتاج إلى

وسيلة قياس علمية يستطيع معلمين تربية بدنية استخدامها بأسلوب علمي، مما دفع الباحثان إلى بناء مقياس مقياس للوعي القوامي.

أهمية البحث:

تتضح أهمية البحث من خلال الأهمية النظرية والتطبيقية كالتالي:

- الأهمية النظرية:

1- يُسهم البحث في تنمية الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية؛ حيث إنها من الدراسات القليلة حسب علم الباحثان التي درست أهمية تنمية الوعي القوامي.

2- توجيه انتباه القائمين على تخطيط وتطوير المناهج بالاهتمام بالوعي القوامي في المنهج الدراسي.

3- لفت انتباه أولياء الأمور والمربين والمدرسين إلى أهمية إكساب التلاميذ المعلومات الثقافية التي تهتم بقوامهم.

- الأهمية التطبيقية:

يُسهم البحث في توفير مقياس لوعي القوامي والذي تتحقق فيه الخصائص السيكمترية للقياس - الصدق والثبات - ويناسب طبيعة البيئة السعودية؛ مما يساعد معلمي التربية البدنية والباحثين في المجال لاستخدامه في قياس تنمية الوعي القوامي.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى بناء أو تصميم أداة علمية تستخدم لقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية والكشف عن أبعاده أو مكوناته، والبحث في إمكانية التنبؤ به من خلال محكات حقيقة يمكن الاعتماد عليها من خلال استخدام معدلات تنبؤيه بعد التطبيق.

فروض البحث:

1- لمقياس الوعي القوامي (المعرفي - الحركي) مؤشرات توزيع طبيعي معتدلة مع خصائص المقياس الجيد على عينة من التلاميذ المرحلة الابتدائية.

2- لمقياس الوعي القوامي (المعرفي - الحركي) معايير ومستويات تقدر نتائج خاصة بمجتمع البحث.

مصطلحات الدراسة:

أولاً: القوام:

التعريف الاصطلاحي: هو العلاقة الميكانيكية بين مختلف أجهزة الجسم الهيكلية والعظمية والحيوية، والعصبية وهو مجموعة العظام والعضلات وباقي أجهزة الجسم التي تبني مظهره (يونس وعادل، 2022)

ثانياً: القوام الجيد:

الوضع العمودي الذي يمر به خط الجاذبية من مفصل الرسغ الى الركبة الى مفصل الفخذ الى مفصل الكتف حتى الأذن واى خروج عن هذا الخط يعتبر انحراف. (الرملي، 1990)

ثالثاً: الوعي القوامي:

عرفه إبراهيم (2014، ص20) بأنه "إلمام التلاميذ بالمعارف والمعلومات والحقائق المتعلقة بالقوام السليم، واتباعهم السلوكيات الصحية والقوامية والغذائية السليمة، وأيضاً إحساسهم بالمسؤولية نحو قوامهم".

ويُعرّفه الباحثان إجرائياً بأنه "المعلومات المعرفية والحركية الخاصة بالقوام التي يتم تزويدها للمتعلم بطريقة سلسلة تساعده على تطبيقها في حياته اليومية، فينجح في الوقاية من الانحرافات القوامية" الدراسات السابقة:

وقام متولي (2017) بدراسة بهدف التعرف على الثقافة الصحية وعلاقتها بالحالة القوامية ومكونات الجسم لدى طلاب الجامعة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة قوامها 200 من طلاب الجامعة. وكانت أهم النتائج أن انخفاض مستوى الثقافة الصحية يؤثر سلبياً على الانحرافات القوامية قيد الدراسة. وقد أوصى الباحث بنشر الوعي القوامي بين طلاب الجامعة، وتعليمهم الأوضاع القوامية الصحيحة.

قام الزواغي والفتحي (2018) بدراسة بهدف التعرف على دور معلم التربية البدنية في نشر الوعي القوامي والصحي داخل المدرسة، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، على عينة قوامها 20 معلماً ومعلمة. وكانت أهم النتائج وجود نقص في البرامج الصحية المدرسية بحيث تتضمن الثقافة الصحية بالنسبة لتلاميذ الصفوف الأولى. وقد أوصى الباحثان بضرورة الاهتمام بنشر الوعي القوامي بين التلاميذ في المدرسة واتباعهم للعادات القوامية الصحيحة.

قام قابيل وعثمان (2019) بدراسة بهدف تنمية الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي والتجريبي، على عينة الدراسة المسحية 300 طالب، وكان عدد عينة الدراسة التجريبية 44. وكانت أهم النتائج أن الوحدة التعليمية المقترحة لتنمية الوعي القوامي قد أدت إلى تحسين درجة انحرافي تحذب الظهر واستدارة الكتفين لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية الذين طبقت عليهم هذه الوحدة التعليمية. وقد أوصى الباحثان بضرورة نشر الوعي القوامي بين التلاميذ في المدرسة من خلال تزويدهم بالمعارف والمعلومات المتعلقة بالقوام.

قام سراج (2019) بدراسة بهدف التعرف على مستوى الثقافة الصحية وعلاقتها بالحالة القوامية للرياضيين وغير الرياضيين من الأفراد ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة قوامها 40 تلميذاً من ذوي الإعاقة الذهنية. وكانت أهم النتائج وجود علاقة ارتباط عكسية بين محاور الثقافة الصحية للرياضيين وغير الرياضيين من الأفراد ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة وبين الحالة

القوامية للفئة نفسها. وقد أوصى الباحث بضرورة رفع مستوى الثقافة الصحية وعلاقتها بالحالة القوامية للرياضيين وغير الرياضيين من الأفراد ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة

قام إسماعيل آخرون (2020) بدراسة بهدف بناء برنامج واعي قوامي باستخدام الوسائط الفائقة على الثقافة القوامية للأطفال رياض الأطفال، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي، على عينة قوامها 15 طالبًا. وكانت أهم النتائج أن استخدام البرنامج الإرشادي والبرنامج القوامي المقترح باستخدام تكنولوجيا التعليم ساهم بصورة إيجابية في خلق بيئة تعليمية تشجع الطلاب على التفكير العلمي واستثارة دافعيتهم نحو التعلم. وقد أوصى الباحثون بإنشاء برامج تكنولوجية لرياض الأطفال في الإدارات التعليمية المختلفة.

قام مصطفى (2021) بدراسة للتعرف على دور معلم التربية البدنية في نشر الثقافة القوامية للتلاميذ بالمرحلة المتوسطة بدولة الكويت، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي على عينة قوامها 515 تلميذا إضافة إلى 50 معلم تربية بدنية، وكانت أهم النتائج عدم وجود تأثير للمعلمين على مستوى الصحة القوامية للتلاميذ. وقد أوصى الباحث بأهمية تثقيف طلاب المرحلة المتوسطة عن العادات والسلوكيات القوامية.

قام العباني (2021) بدراسة بهدف التعرف على مدى مساهمة الرسوم الكاريكاتيرية في تنمية الوعي القوامي لتلاميذ الصم وضعاف السمع، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، على عينة قوامها 20 معلما ووكنت أهم النتائج أن الرسوم الكاريكاتيرية ساهمت في تطوير قدرات الطفل المعرفية المتعلقة بالقوام. وقد أوصى الباحث بضرورة نشر الوعي القوامي بين التلاميذ، والعمل على إكسابهم العادات والسلوكيات القوامية الصحيحة.

قام الحداد وآخرين (2022) بدراسة بهدف التعرف على أثر برنامج السلوك الحركي في زيادة الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الأساسية في الأردن، واستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة بلغت 14 تلميذة، تبلغ أعمارهن من (9-12 سنة)، طُبِّق عليهن برنامج سلوكي حركي للتثقيف والتوعية عن الانحرافات القوامية لمدة شهرين بواقع وحدة واحدة كل أسبوع. وكانت أهم النتائج وجود فروقات بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي في زيادة الوعي القوامي بين أفراد العينة. وقد أوصى الباحث بضرورة استخدام البرنامج المقترح للأطفال المرحلة المتأخرة المصابين بالانحرافات القوامية كتحدب الظهر واستدارة الكتفين؛ لما له من أثر إيجابي في زيادة الوعي القوامي.

اجراءات البحث

أولاً: منهج الدراسة:

أستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية لملاءمته لطبيعة الدراسة.

ثانياً: مجتمع الدراسة:

تكوّن مجتمع الدراسة الحالية من تلاميذ الصف السادس الابتدائي محافظة بيشة بالمملكة العربية السعودية المسجلين لدى إدارة التعليم بمحافظة بيشة، والذين يبلغ عددهم (251) تلميذ موزعين على (11) مدرسة ابتدائية.

ثالثاً: عينة الدراسة:

قام الباحثان باختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية من مجتمع الدراسة الذي يتمثل في تلاميذ الصف السادس الابتدائي بمدرتي الجليات الابتدائية ومدرسة حنين الابتدائية بنين بمحافظة بيشة التابعين لإدارة التعليم بمحافظة بيشة بالمملكة العربية السعودية، وقد اختار الباحثان هذه المدارس للأسباب الآتية:

- 1- توفر العينة المطلوبة لإجراءات الدراسة.
- 2- عمل أحد الباحثين بمدرسة الجليات الابتدائية كمعلم للتربية البدنية للصف الابتدائي.
- 3- توفر الأيدي المساعدة في تنفيذ اجراءات الدراسة.
- 4- توفر المكان والأدوات اللازمة لإجراء الدراسة.

وبلغت العينة (44) تلميذاً، وقام الباحثان باختيار تلاميذ الصف السادس؛ نظراً لأنهم أكثر استيعاباً من تلاميذ الصفوف من الصف الأول إلى الصف الخامس؛ وقد قام الباحثان بتقسيم عينة الدراسة إلى مجموعة الدراسة الأساسية والتي يبلغ عددها (36) تلميذاً، بالإضافة إلى عينة الدراسة الاستطلاعية (8) تلميذ، جرى اختيارهم من داخل مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الأساسية، والجدول التالي يوضح توصيف لمجتمع البحث والعينة التي تم اختيارها والتطبيق عليها.

جدول (1) توصيف مجتمع وعينة الدراسة

تلاميذ المرحلة الإبتدائية بمحافظة بيشة بالمملكة العربية السعودية						المنطقة	
عينة التطبيق		عينة استطلاعية		عينة الدراسة		مجتمع البحث	المجتمع والعينة
النسبة	العدد	النسبة	العدد	النسبة	العدد	251	الطلاب
80.18%	36	18,2%	8	100%	44	100%	%

يتضح من جدول (1) توصيف مجتمع وعينة البحث، حيث تمثل تعداد مجتمع البحث تلاميذ المرحلة الإبتدائية بمحافظة بيشة بالمملكة العربية السعودية وعينة البحث التي تم اختيارها من قبل الباحثان بالطريقة العشوائية.

رابعاً: مقياس الوعي القوامي ملحق:

هي إحدى وسائل جمع البيانات والمعلومات الرئيسية في جمع المعلومات، وقد قام الباحثان انطلاقاً من مشكلة الدراسة بتصميم مقياس للوعي القوامي للوقوف على مستوى تلاميذ المرحلة الابتدائية معتمداً في بنائها على طبيعة الإجراءات التطبيقية للبحث، والتي تمثلت في:

- خطوات بناء مقياس الوعي القوامي:

1- هدف المقياس:

قياس مستوى الوعي القوامي الخاص بطلاب المرحلة الابتدائية بمنطقة بيشة.

2- تحديد المحاور الأساسية للمقياس :

بعد الاطلاع على المقاييس السابقة في مجال الوعي القوامي، ومن خلال المسح الشامل لبعض المراجع العلمية والدراسات السابقة، وجد الباحثان أن جميع تلك المقاييس والدراسات كانت لتلاميذ بمراحل التعليم المختلفة، أو لطلاب جامعيون، ولم تراعى تلك المقاييس الطبيعة الخاصة لتلاميذ المرحلة الابتدائية بالمملكة العربية السعودية والتي تختلف عن باقي مرحلة المتوسطة أو الثانوية وكذلك لتكوين أداة تساعد في تقييم طلاب المرحلة الابتدائية في مجال الوعي القوامي ، وتم تحديد المحاور الأساسية للمقياس من خلال المسح الشامل للمقاييس والدراسات السابق ذكرها، وبعد عرض تلك المحاور المختارة على مجموعة من الخبراء المتخصصين والبالغ عددهم عشرة خبراء وذلك لتحديد مدى صلاحيتها من عدمه ولترتيب تلك المحاور وتحديد الأهمية النسبية لها مرفق (2)، وإمكانية حذف أو إضافة محاور أخرى جدول رقم (4)، وقد ارتضى الباحثان موافقة الخبراء بنسبة (80%) وذلك لقبول المحور، وقد أسفر ذلك عن تحديد (2) محاور تمثل المحاور المقترحة لمقياس الوعي القوامي لطلاب المرحلة الابتدائية ، ولم يتم إضافة محاور جديدة، وتلك المحاور هي :

(1) الوعي المعرفي

(2) الوعي الحركي

جدول رقم (2) نسبة الموافقة والأهمية النسبية وترتيب محاور مقياس دافعية الانجاز الأكاديمي

لطلاب المرحلة الثانوية

م	المحور	الموافقين		متوسط الترتيح	الأهمية النسبية	ترتيب المحاور
		n	%			
1	الوعي المعرفي	10	100	9,8	24	1
2	الوعي الحركي	10	100	9,6	23	2

3- تحديد العبارات المكونة لمقياس الوعي القوامي وصياغتها:

قام الباحثان بصياغة العبارات الخاصة بكل محور من خلال الاطلاع على الإطار النظري والدراسات المرتبطة، وما جاءت به بعض المراجع المتخصصة، وكذلك الاستعانة بشبكة المعلومات الدولية (الإنترنت)، وجرى اختيار المعايير الآتية لوضع العبارات:

- أن تكون للعبارة معنى واحداً محدداً أو تتبنى فكرة واحدة فقط لتعبر عنها.
- استقلاله كل عبارة عن غيرها من العبارات؛ بمعنى ألا تكون مبنية على غيرها من العبارات.
- صياغة العبارات بطريقة تقريرية والابتعاد عن استخدام أسلوب النفي.
- تمثيل العبارة لموقف مثير يتحدى المفحوص؛ حتى تكون استجابته معبرة.
- استبعاد المفردات البديهية والمفردات المعقدة.
- استبعاد المفردات التي تواجه صعوبة في تحديد اتجاهها بدقة.

ثم قام الباحثان بتصميم الاختبار في صورته الأولية، وجرى عرضهما على مجموعة من الخبراء بلغ عددهم (10) خبراء (ملحق 1)؛ وذلك لاستطلاع رأيهم العلمي حول مدى مناسبة العبارات الموضوعية لكل محور، وكذلك مدى مناسبة ميزان التقدير المقترح، وكذلك اقتراح ميزان آخر أكثر مناسبة، وكانت استجابة الخبراء لميزان التقدير المقترح (100%). لآراء الخبراء على محاور وعبارات استمارة المقياس المقترحة نحو الصور المبدئية للعبارات المقترحة والتي كانت تتضمن (30) عبارة في صورته الأولية، وجرى حذف (7) عبارات من محور الجانب الحركي وعبارة واحدة من محور الجانب المعرفي، حصلوا على نسبة مئوية أقل من (80%) من آراء الخبراء، ليصبح إجمالي عبارات استمارة مقياس الوعي القوامي بعد صدق المحكمين (22) عبارة.

جدول (3) توصيف المقياس في صورته الأولية

م	المحاور	عدد العبارات	النسبة المئوية %
2	المحور الاول: الجانب المعرفي	11	36,7%
1	المحور الثاني: الجانب الحركي	19	63,3%
	المجموع الكلي	30	100%

بعد تحديد الفقرات وصياغتها، قام الباحثان بتنسيقه، وتضمن في الصفحة الأولى التعليمات الخاصة به وكيفية الإجابة عليه، والتأكيد على ضرورة الإجابة عن جميع الأسئلة، وعدم ترك أي سؤال دون إجابة، وقد راعى الباحثان أن تكون التعليمات سهلة وواضحة ومختصرة ومباشرة؛ حتى يسهل على المتعلم اتباعها.

4- مفتاح تصحيح المقياس.

تم وضع مفتاح تصحيح للمقياس عن طريق استجابات التلاميذ باختيار إجابة من اثنتين (نعم - لا) فتعطي الإجابة (نعم) درجتين، وتعطي الإجابة (لا) درجة واحدة إذا كانت العبارة موجبة، وإذا كانت العبارة سالبة فيتم عكس تقدير الدرجات.

خامساً: المعاملات العلمية للمقياس:

أولاً: معامل الصدق:

1- صدق المحكمين (المحتوى):

قام الباحثان بعرض المحاور والعبارات على مجموعة من الخبراء بلغ عددهم (10) خبراء (ملحق 1) وذلك

لاستطلاع رأيهم العلمي حول مدى مناسبة المحاور والعبارات الموضوعية لكل محور؛ بغرض حساب درجة اتفاقهم على المحاور والعبارات، وبهذا تحقق الباحثان من صدق ومضمون المحاور والعبارات وفقاً لآراء الخبراء، حيث ارتضى الباحثان نسبة (80%) فأكثر للموافقة على المحاور والعبارات، ويوضح ذلك جداول (4):

جدول (4) النسبة المئوية لآراء الخبراء حول المحاور والعبارات (ن = 10)

النسبة المئوية	التكرار		العبارات	م
	غير مناسب	مناسب		
%100	0	10	المحور الأول: الجانب المعرفي	
%100	1	9	1	أتناول الخضراوات لتمدني بالفيتامينات والمعادن الضرورية للقوام السليم
%100	1	9	2	أشرب الحليب لاحتوائه على الكالسيوم حتى أحافظ على عظامي
%100	0	10	3	أحرص على زيادة الوعي بأجزاء الجسم عند أداء التمرينات الرياضية
%100	1	9	4	أبعد جسمي عن أشعة الشمس بشكل يومي
%100	1	9	5	أعمل فحوصات طبية سنوية للتأكد من سلامه القوام
%100	0	10	6	أحرص على التفاعل الاجتماعي وعدم الخجل حتى لا يؤثر على قوامي
%100	1	9	7	أبتعد عن الأنشطة القوامية التي تعزز قوامي
%40	6	4	8	أحرص على زيادة ثقافتي المعرفية المتعلقة بالقوام
%100	0	10	9	المعرفة القوامية ضرورية أثناء ممارستها عملياً
%100	1	9	10	تزيد المعرفة القوامية عبر استخدام التقنيات التكنولوجية
%80	2	8	11	أراعي وزني المثالي الضروري لتوازني القوامي
المحور الثاني: الجانب الحركي				
%100	0	10	1	الجلسة الصحيحة في الفصل هي الجلوس ساندًا ظهري على الكرسي
%100	0	10	2	أصفح جوالي ورأسي مائل للأمام

النسبة المئوية	التكرار		العبارات	م
	غير مناسب	مناسب		
80%	2	8	الوقوف الصحيح يكون على كلتا القدمين باتزان	3
60%	4	6	أبتعد عن وضع إحدى الرجلين فوق الأخرى	4
80%	2	8	المشي بطريقة صحيحة يتضمن استقامة الجسم والنظر للأمام	5
80%	2	8	أثني الركبتين عند رفع الأشياء من على الأرض	6
70%	3	7	أتجنب الميل برأسي مائلاً للأمام عند المذاكرة	7
100%	0	10	أعمل تمارين تقوية على أجزاء الجسم دون أجزاء	8
50%	5	5	أنفذ تعليمات معلم التربية البدنية تجاه الحفاظ على القوام	9
60%	4	6	أمارس الرياضة تحت إشراف المتخصصين	10
100%	1	9	عند ممارسة الرياضة بشكل صحيح يتحسن قوامي	11
40%	6	4	أصعد السلالم بطريقة صحيحة	12
100%	1	9	الطريقة السليمة لحمل الحقيبة المدرسية بوضع ذراعي الحقيبة على الظهر	13
100%	1	9	أرتدي المقاس المناسب من الأحذية تجنباً لتشوّهات القدمين	14
30%	7	3	أرتدي الملابس الواسعة التي لا تؤثر على القوام	15
100%	1	9	أحافظ على وزني حتى لا يؤثر على قوامي	16
60%	4	6	أتجنب الاستكثار على المكتب ورأسي مائل للأمام	17
100%	1	9	أنام على وسائد غير صحية للحفاظ على قوامي	18
100%	1	9	أجلس في أي مكان في الفصل لا يراعي حالتي الصحية	19

يتضح من جدول (4) النسب المئوية لآراء الخبراء على محاور وعبارات استمارة المقياس المقترحة نحو الصور المبدئية للعبارات المقترحة (30) عبارة ، وجرى حذف (7) عبارات من محور الجانب الحركي وعبارة واحدة من محور الجانب المعرفي، حصلوا على نسبة مئوية أقل من (80%) من آراء الخبراء، ليصبح إجمالي عبارات استمارة مقياس الوعي القوامي بعد صدق المحكمين (22) عبارة.

2- صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحثان بإجراء دراسة استطلاعية من خلال تطبيق المقياس بعد رأي الخبراء على العينة الاستطلاعية التي بلغ قوامها (8) تلاميذ، والتي جرى تحديدها مسبقاً؛ وذلك لحساب صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط بطريقة (بيرسون) بين عبارات كل محور والمجموع الكلي للمحور التي تنتمي إليه العبارة؛ وجرى إجراء التطبيق على العينة الاستطلاعية لإجراء صدق الاتساق الداخلي في الفترة من الأحد (2022/11/13م) الموافق (1444/04/19هـ) إلى الخميس (2022/11/17م) الموافق (1444/04/23هـ)، وهذا يتضح في جدول (5).

جدول (5) معامل الارتباط بين درجات عبارات المقياس والمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه (ن=8)

م	العبارات	معامل الارتباط (ر)
المحور الأول: الجانب المعرفي		
1	أتناول الخضراوات لتمدني بالفيتامينات والمعادن الضرورية للقوام السليم	*0,938
2	أشرب الحليب لاحتوائه على الكالسيوم حتى أحافظ على عظامي	*0,923
3	أحرص على زيادة الوعي بأجزاء الجسم عند أداء التمرينات الرياضية	*0,951
4	أبعد جسمي عن أشعة الشمس بشكل يومي	*0,827
5	أعمل فحوصات طبية سنوية للتأكد من سلامة القوام	*0,914
6	أحرص على التفاعل الاجتماعي وعدم الخجل حتى لا يؤثر على قوامي	*0,944
7	أبتعد عن الأنشطة القوامية التي تعزز قوامي	*0,775
8	المعرفة القوامية ضرورية أثناء ممارستها عملياً	*0,845
9	تزيد المعرفة القوامية عبر استخدام التقنيات التكنولوجية	*0,752
10	أتناول الخضراوات لتمدني بالفيتامينات والمعادن الضرورية للقوام السليم	*0,861
المحور الثاني: الجانب الحركي		
1	الجلسة الصحيحة في الفصل هي الجلوس سائداً ظهري على الكرسي	*0,965
2	أنتفح جوالي ورأسي مائل للأمام	*0,948
3	الوقوف الصحيح يكون على كلتا القدمين بائزان	*0,870
4	المشي بطريقه صحيحة يتضمن استقامة الجسم والنظر للأمام	*0,922
5	أنتي الركبتين عند رفع الأشياء من على الأرض	*0,743
6	أعمل تمرينات تقوية على أجزاء من الجسم دون أجزاء	*0,721
7	عند ممارسة الرياضة بشكل صحيح يتحسن قوامي	*0,889
8	الطريقة السليمة لحمل الحقيبة المدرسية بوضع ذراعي الحقيبة على الظهر	*0,850
9	أرتدي المقاس المناسب من الأحذية تجنباً لتشوهات القدمين	*0,870
10	أحافظ على وزني حتى لا يؤثر على قوامي	*0,938
11	أنام على وسائد غير صحية للحفاظ على قوامي	*0,901
12	أجلس في أي مكان في الفصل لا يراعي حالتي الصحية	*0,754

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (0,05) = 0,706

يتضح من جدول (5) أن جميع عبارات استمارة المقياس جاءت دالة إحصائياً عند مستوى (0,05)، حيث إن قيم معاملات الارتباط المحسوبة أكبر من قيم معاملات الارتباط الجدولية، مما يدل على أن

عبارات محاور مقياس الوعي القوامي على درجة مقبولة من الصدق، وبذلك أصبح عدد عبارات استمارة المقياس (22) عبارة بعد إجراء صدق الاتساق الداخلي.

3- صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

تم استخدام صدق المقارنة الطرفية للكشف عن المواقف المميزة في بناء مقياس الوعي القوامي، ويتضمن هذا الأسلوب تقسيم افراد العينة الى مجموعتين متطرفتين، ولتحقيق ذلك نرتب درجات التلاميذ ترتيباً تنازلياً (من الاعلى الى الادنى) ثم نقسمها الى مجموعتين متساويتين، واعتمدت قيمة اختبار (ت) المحتسبة لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات اجابات المجموعتين لكل عبارة من محاور المقياس، والجدول (6) يبين ذلك.

جدول (6) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا في الجانب المعرفي

للمقياس ونتائج الاختبار التائي لحساب التمييز

رقم العبارة	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	قيمة "ت"	الدلالة
		±ع	س	±ع	س			
1	الدرجة	±ع	س	±ع	س	0.8	3.23	دال
2	الدرجة	±ع	س	±ع	س	1.2	4.56	دال
3	الدرجة	±ع	س	±ع	س	1.2	5.17	دال
4	الدرجة	±ع	س	±ع	س	1.3	5.18	دال
5	الدرجة	±ع	س	±ع	س	0.9	4.22	دال
6	الدرجة	±ع	س	±ع	س	1.2	6.63	دال
7	الدرجة	±ع	س	±ع	س	1.1	5.24	دال
8	الدرجة	±ع	س	±ع	س	1.3	4.99	دال
9	الدرجة	±ع	س	±ع	س	1	3.23	دال
10	الدرجة	±ع	س	±ع	س	1.2	5.65	دال
المجموع الكلي للمحور	الدرجة	±ع	س	±ع	س	11.2	9.31	دال

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0,05 = 2,447$

يبين الجدول رقم (6) ان القيم التائية لعبارات الجانب المعرفي للمقياس تراوحت بين (3.23-6.63) وعند الرجوع الى قيمة (ت) الجدولية وامام مستوى معنوية (0.05) نجد انها تساوي (2.447)، وفي ضوء ذلك يتضح ان (10) عبارات اثبتت قدرة تمييزية.

جدول (7) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا في الجانب الحركي للمقياس ونتائج الاختبار التائي لحساب التمييز

رقم العبارة	وحدة القياس	القياس القبلي		القياس البعدي		فروق المتوسطات	قيمة "ت"	الدلالة
		س	ع±	س	ع±			
1	الدرجة	1.8	0.22	2.5	0.57	0.7	3.03	دال
2	الدرجة	1.5	0.14	2.6	0.68	1.1	4.19	دال
3	الدرجة	1.9	0.27	2.5	0.49	0.6	2.84	دال
4	الدرجة	2.0	0.32	2.7	0.68	0.7	2.46	دال
5	الدرجة	1.6	0.66	2.6	0.71	1.0	2.73	دال
6	الدرجة	1.5	0.04	2.4	0.78	0.9	3.05	دال
7	الدرجة	1.5	0.21	2.3	0.59	0.8	3.38	دال
8	الدرجة	1.6	0.40	2.4	0.85	0.8	3.25	دال
9	الدرجة	1.7	0.24	2.6	0.68	0.9	3.30	دال
10	الدرجة	2.0	0.35	2.7	0.73	0.7	3.29	دال
11	الدرجة	1.9	0.27	2.6	0.69	0.7	6.50	دال
12	الدرجة	1.5	0.32	2.7	0.88	1.2	3.39	دال
المجموع الكلي للمحور	الدرجة	20.5	3.44	30.6	8.33	10.1	8.29	دال

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى $0,05 = 2,447$

يبين الجدول رقم (7) ان القيم التائية لعبارات الجانب الحركي للمقياس تراوحت بين (2.46-6.5) وعند الرجوع الى قيمة (ت) الجدولية وامام مستوى معنوية (0.05) نجد انها تساوي (2.447)، وفي ضوء ذلك يتضح ان (12) عبارة اثبتت قدرة تمييزية.

ثانياً: معامل الثبات:

ولتحقيق ثبات مقياس الوعي القوامي ، قام الباحثان باستخدام معامل (الفكرونيباخ)، وكانت نتيجة حساب معاملات الثبات على النحو الآتي:

جدول (8) قيم معامل ألفا Alpha لمحاور المقياس

م	المحاور	وحدة القياس	معامل ألفا Alpha
1	المحور الأول: الجانب المعرفي	الدرجة	*0,965
2	المحور الثاني: الجانب الحركي	الدرجة	*0,914

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $(0,05) = 0,706$

يتضح من جدول (8) أن قيم معاملات الارتباط تتراوح بين التطبيقين الأول والثاني في المحاور قيد الدراسة ما بين (0,91، 0,96)، وهي معاملات ثبات عالية.

خامساً: وصف مقياس الوعي القوامي وتصحيحه بصيغته النهائية:

مقياس مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية محافظة بيشة بالمملكة العربية السعودية والذي يهدف الى توفير اداة قياس صادقة وثابتة لدراسة مستوى الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وتألّف المقياس بصورته النهائية من (22) عبارة، (10) عبارات للجانب المعرفي و (12) عبارة للجانب الحركي، وتتم الاجابة على عبارات المقياس من خلال بدائل تحمل اوزان بين (1-2) درجة ، اذ يقدم التلميذ بتحديد اجابته باختيار البديل الاكثر اهمية (بالنسبة له) من بين البديلان، ويتم تصحيح المقياس بوساطة مفتاح التصحيح، حسب درجة البديل الذي يختاره التلميذ في كل عبارة ، ونتيجة لاختياره البديل الاكثر أهمية ، نجد ان درجة بدائل كل موقف تكون عشوائية ، وتكون الدرجة الكلية العليا للمقياس هي (44) درجة، اما الدرجة الكلية الدنيا للمقياس فهي (22) درجة.

سادساً: التطبيق النهائي لمقياس الوعي القوامي:

بعد اجراء المستلزمات المطلوبة لاعداد مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بصيغته النهائية، تم تطبيقه على عينة التطبيق البالغة (36) تلميذ، في يوم الثلاثاء 2022/11/28م الموافق 1444/04/22هـ إلى يوم الثلاثاء 2023/01/10م الموافق 1444/06/05هـ ، وزعت على التلاميذ المقياس ، وتم شرح طريقة الاجابة على المقياس مع توضيح الرموز المستخدمة في العبارات وكيفية إجرائه وكيفية الاجابة عليه وذلك بوضع علامة (√) داخل مربع البديل الذي يدل على الاجابة الاكثر أهمية بالنسبة للتلميذ، وتم التأكيد عليهم للاجابة على جميع عبارات المقياس بكل دقة وامانة ، علما ان الاجابة تكون على كراسة المقياس نفسه ، ثم تم جمع كراسات المقياس من التلاميذ وتصحيحها بوساطة مفتاح التصحيح، وبهذا تكون درجة التلميذ على المقياس هي مجموع درجاته على عبارات المقياس جميعها .

سابعاً: الوسائل الإحصائية:

- الوسط الحسابي .
- الوسيط .
- الانحراف المعياري .
- معادلة معامل الالتواء لـ (كارل بيرسون) .
- الدرجة المعيارية والدرجة المعيارية المعدلة(التائية)والدرجة المعيارية المعدلة (المئوية)
- معامل الارتباط البسيط لـ (بيرسون) .
- اختبار (ت) (التمييزي).

النسبة المئوية.

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض نتائج الفرض الأول:

الذي ينص على أن لمقياس الوعي القوامي (المعرفي - الحركي) مؤشرات توزيع طبيعي معتدلة مع خصائص المقياس الجيد على عينة من التلاميذ المرحلة الابتدائية.

بعد ان تأكد الباحثان من صلاحية مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية محافظة ببشة والذي تم تطبيقه على عينة البحث (التطبيق) تم التأكد من ملائمة المقياس لعينة البحث وان التوزيع طبيعي (معتدل) عن طريق، معادلة معامل الالتواء ل (كارل بيرسون) ومنحنى التوزيع الطبيعي (الاعتدالي) ، والجدول رقم (9) يبين ذلك.

جدول (9) اعتدالية توزيع اجابات عينة البحث في مقياس الوعي القوامي للجانب المعرفي (ن=36)

م	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	الدالة المعنوية
1	أتناول الخضراوات لتمدني بالفيتامينات والمعادن الضرورية للقوام السليم	1.6	0.24	1,5	1.25	معتدل
2	أشرب الحليب لاحتوائه على الكالسيوم حتى أحافظ على عظامي	1.4	0.42	1	2.85	معتدل
3	أحرص على زيادة الوعي بأجزاء الجسم عند أداء التمرينات الرياضية	1.5	0.17	1,5	0.00	معتدل
4	أبعد جسمي عن أشعة الشمس بشكل يومي	1.5	0.54	2	2.77-	معتدل
5	أعمل فحوصات طبية سنوية للتأكد من سلامة القوام	1.6	0.66	1	2.72	معتدل
6	أحرص على التفاعل الاجتماعي وعدم الخجل حتى لا يؤثر على قوامي	1.5	0.74	1	2.02	معتدل
7	أبتعد عن الأنشطة القوامية التي تعزز قوامي	1.4	0.22	1,5	1.36-	معتدل
8	المعرفة القوامية ضرورية أثناء ممارستها عملياً	1.7	0.81	2	1.11-	معتدل
9	تزيد المعرفة القوامية عبر استخدام التقنيات التكنولوجية	1.7	0.41	1,5	1.71	معتدل
10	أتناول الخضراوات لتمدني بالفيتامينات والمعادن الضرورية للقوام السليم	1.4	0.69	2	2.60-	معتدل
	المجموع الكلي للجانب المعرفي لمستوى الوعي القوامي	15.5	2.53	16.0	1.77-	معتدل

يتضح من جدول (9) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في مقياس الوعي القوامي للجانب المعرفي قد انحصرت ما بين $(3 \pm)$ ، مما يدل على أن الجانب المعرفي لمقياس الوعي القوامي ذو اعتدالية طبيعية في جميع عباراته وملائمة لعينة البحث.

كما نلاحظ ان الوسط الحسابي الذي أظهره تطبيق الجانب المعرفي لمقياس الوعي القوامي على عينة البحث (التطبيق) بلغ (15.5) وهي قيمة تفوق المتوسط الفرضي (*) للمقياس والبالغة (15)، مما يدل على ان التلاميذ بصورة عامة يتمتعون بمستوى وعي قوامي ايجابي قد يعطيهم الدافع للداء والعطاء في الجانب المعرفي.

جدول (10) اعتدالية توزيع اجابات عينة البحث في مقياس الوعي القوامي للجانب الحركي (ن=36)

م	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	الدلالة المعنوية
1	الجلسة الصحيحة في الفصل هي الجلوس سائداً ظهري على الكرسي	1.8	0.22	2	2.73-	معتدل
2	أتصفح جوالي ورأسي مائل للأمام	1.5	0.14	1.5	0.00	معتدل
3	الوقوف الصحيح يكون على كلتا القدمين باتزان	1.3	0.37	1	2.43	معتدل
4	المشي بطريقه صحيحة يتضمن استقامة الجسم والنظر للأمام	1.7	0.32	2	2.81-	معتدل
5	أثني الركبتين عند رفع الأشياء من على الأرض	1.6	0.66	1.5	0.45	معتدل
6	أعمل تمارينات تقوية على أجزاء من الجسم دون أجزاء	1.5	0.54	1	2.78	معتدل
7	عند ممارسة الرياضة بشكل صحيح يتحسن قوامي	1.5	0.61	2	2.46-	معتدل
8	الطريقة السليمة لحمل الحقيبة المدرسية بوضع ذراعي الحقيبة على الظهر	1.6	0.40	1.5	0.75	معتدل
9	أرتدي المقاس المناسب من الأحذية تجنباً لتشوّهات القدمين	1.7	0.34	2	2.65-	معتدل
10	أحافظ على وزني حتى لا يؤثر على قوامي	1.6	0.35	1.5	0.86	معتدل
11	أنام على وسائد غير صحية للحفاظ على قوامي	1.4	0.47	1	2.55	معتدل
12	أجلس في أي مكان في الفصل لا يراعي حالتي الصحية	1.5	0.52	2	2.88-	معتدل
	المجموع الكلي للجانب الحركي لمستوى الوعي القوامي	18.7	3.44	19	0.26-	معتدل

يتضح من جدول (10) أن معاملات الالتواء لعينة البحث في مقياس الوعي القوامي للجانب الحركي قد انحصرت ما بين $(3 \pm)$ ، مما يدل على أن الجانب الحركي لمقياس الوعي القوامي ذو اعتدالية طبيعية في جميع عباراته وملائمة لعينة البحث.

كما نلاحظ ان الوسط الحسابي الذي أظهره تطبيق الجانب الحركي لمقياس الوعي القوامي على عينة البحث (التطبيق) بلغ (18.7) وهي قيمة تفوق المتوسط الفرضي (*) للمقياس والبالغة (13.5) ، مما

يدل على ان التلاميذ بصورة عامة يتمتعون بمستوى وعي قوامي ايجابي قد يعطيهم الدافع للاداء والعتاء في الجانب الحركى.

ثانياً: عرض نتائج الفرض الثانى:

الذى ينص على أن لمقياس الوعى القوامى (المعرفى - الحركى) معايير ومستويات تفسر نتائج خاصة بمجتمع البحث.

استكمالاً لاهداف البحث ونتيجة لعدم وضوح الرؤيا من خلال الدرجات الخام قام الباحثان بوضع درجات ومستويات معيارية لتلاميذ المرحلة الابتدائية في مقياس الوعى القوامى، اذ تساعد هذه المستويات في تفسير الدرجات الخام وتعطيها معنى له دلالة، مما يجعلها اكثر موضوعية اثناء استخدامها في عملية التقويم.

تم استخراج الدرجات التائية T.Scores أو ما يعرف بالدرجات المعيارية المعدلة Derived Standard Scores وذلك لحساب المعايير من الدرجات الخام، وهذا الإجراء يتيح إمكانية تفسير الدرجة على المقياس بصورة دقيقة، والجدول التالي توضح الدرجات الخام لأفراد عينة التقنين للمقياس ومقابلتها التائية أو المعيارية.

الجدول رقم (11) يبين الدرجات الخام والدرجات المعيارية والدرجات التائية (المعدلة) والدرجات المئوية لعينة البحث في مقياس الوعى القوامى

الدرجة المئوية	الدرجة التائية (المعدلة)	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	ت
100	74.00	2.40	44	1
95.45	71.48	2.15	43	2
90.9	68.95	1.89	42	3
86.35	66.42	1.64	41	4
81.8	63.90	1.39	40	5
77.25	61.37	1.14	39	6
72.7	58.84	0.88	38	7
68.15	56.32	0.63	37	8
63.6	53.79	0.38	36	9
59.06	51.26	0.13	35	10
54.5	48.74	-0.13	34	11
49.95	46.21	-0.38	33	12
45.4	43.68	-0.63	32	13
41.85	41.16	-0.88	31	14
38.3	38.63	-1.14	30	15

34.75	36.10	-1.39	29	16
31.2	33.58	-1.64	28	17
27.65	31.05	-1.89	27	18
24.1	28.52	-2.15	26	19
20.55	26.00	-2.40	25	20
18.05	23.47	-2.65	24	21
15.55	20.94	-2.91	23	22
13.05	18.42	-3.16	22	23
			ع = 3.958	س = 34.5

الجدول رقم(12)

يبين المستويات المعيارية وعينة البحث والنسبة المئوية في مقياس الوعي القوامي

النسبة المئوية	عينة البحث	المستوى المعياري	الدرجة الخام
% 5.55	2	جيد جدا	41 فاكثر
% 27.77	10	جيد	40 - 36
% 36.11	13	متوسط	35 - 31
% 22.22	8	ضعيف	30 - 26
% 8.33	3	ضعيف جدا	25 فاقل
% 100	36	ع ± 3.958	س = 34.5

ومن الجدول رقم (12) تبين ما يأتي :

حصل المستوى (جيد جدا) على (2) تكرار، وبنسبة مئوية مقدارها (5.55%) ، اما المستوى (جيد) فقد حصل على (10) تكرار، وبنسبة مئوية مقدارها (27.77%)، وحصل المستوى (متوسط) على (13) تكرار، وبنسبة مئوية مقدارها (36.11%)، وحصل المستوى (ضعيف) على (8) تكرار، وبنسبة مئوية مقدارها (22.22%)، واخيرا حصل المستوى (ضعيف جدا) على (3) تكرار ، وبنسبة مئوية مقدارها (8.33%)، وذلك من مجموع العينة المتكونة من (36) تلميذ يمثلون النسبة المئوية (100%) .

كما يتضح من جدول (12) أن المستويات التقديرية لدرجات عينة البحث على مقياس الوعي القوامي لدى التلاميذ المرحلة الابتدائية عينة البحث والذي تضمن (5) مستويات تقديرية وبمقارنة متوسط درجة المقياس والذي بلغ (34.5) درجة بالمستويات السابقة اتضح انه يقع عند الدرجة (35 - 31) وامام المستوى " متوسط "

ويرى الباحثان أن وجود المعايير يسمح للتلميذ أن يتعرف على مركزه النسبي في المجموعة وهذا يُعد إجراءً مهماً وضرورياً لتحقيق شروط التقويم المثلى، كما يجب ملاحظة أن المعايير ليست مستويات مثلى نسعى إليها وإنما هي قيم تحدد مركز الفرد النسبي وتساهم أيضاً في وضع درجات كلية لوحدة مختلفة لوحدة قياسها.

أن عملية اشتقاق المعايير تُعد آخر الخطوات التجريبية التي يمر بها مقياس الوعي القوامي في صورتها النهائية من خلال تطبيقه على عينات مستقلة للمجتمع الذي يعد له المقياس، لأن المعايير مستويات تحدد من القياس التي يحصل عليها التلميذ في (Raw-score) نرجع إليها لفهم دلالة الدرجة الخام لمقياس الوعي القوامي.

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات:

أولاً: الاستنتاجات:

- من خلال ما تم عرضه لنتائج البحث الحالي استنتج الباحثان ما يأتي :
- التوصل لبناء مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحاظة بيئية.
- وجود مؤشرات توزيع طبيعي معتدلة مع خصائص المقياس الجيد على عينة من التلاميذ المرحلة الابتدائية لمقياس الوعي القوامي (المعرفي - الحركي).
- وضع درجات ومستويات معيارية لاداء عينة البحث بمقياس الوعي القوامي.

ثانياً: التوصيات

- 1- امكانية استخدام مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من قبل المدارس لمعرفة درجات ومستويات التلاميذ، وذلك باستعانتهم بالمستويات والدرجات المعيارية التي وضعها الباحثان.
- 2- ضرورة الاهتمام بتطبيق مقياس الوعي القوامي بشكل دوري على تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- 3- التأكيد على تطوير خبرة تلاميذ المرحلة الابتدائية النظري والعملي فالمعارف والمعلومات التي يكتسبها تلميذ والشرح والتحليل للمواقف المعرفية والحركية واستيعابها نظرياً وتطبيقها عملياً تساهم في اكتساب التلاميذ خبرات ومعارف معرفية وحركية جيدة تؤهلهم بتنمية مستوى الوعي القوامي.
- 4- الاهتمام بعمل دورات تدريبية خاصة بالجانب المعرفي والحركي مقياس الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية وكيفية التعامل الصحي مع التلميذ في المواقف التنافسية المختلفة.
- 5- إعداد مشروع قومي في المدارس يتضمن قياس الوعي القوامي للتلاميذ بصفه عامه.
- 6- إجراء العديد من الدراسات التي تتناول العلاقة بين الوعي القوامي ومستوى أداء التلاميذ الصحي والنفسي والرياضي والاجتماعي.

ثالثاً: المقترحات :

بناءً على النتائج التي تم التوصل إليها من البحث الحالي، وفي ضوء التوصيات السابقة، فإنه يمكن تقديم بعض المقترحات، والتي نأمل أيضاً أن تُسهم مع البحث في إثراء مجال المحافظة على التلاميذ وتتمثل هذه المقترحات في الآتي:

- 1- تأثير الوعي القوامي في تعديل السلوك الصحي للتلاميذ.
- 2- أثر الوعي القوامي لإكساب السلوك الصحي لتلاميذ المرحلة المتوسطة.
- 3- تأثير الوعي القوامي على طلاب مراحل تعليم أخرى.

المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية:

- إبراهيم، إيهاب محمد عماد الدين. (2014). القوام المثالي للجميع. مؤسسة عالم الرياضة للنشر.
- إبراهيم، منة الله محمود. (2021). تصميم بعض القصص الحركية لنشر الوعي القوامي لتلاميذ المرحلة الابتدائية. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية المتخصصة، 10(7)، 228-249.
- أبو العيون، سمير أحمد. (2013). الثقافة الصحية. دار المسيرة للنشر والتوزيع، القاهرة، ص. 160.
- إسماعيل، محمد سعد، علي، إيمان السيد محمد، السيد، محمود السيد إبراهيم، وشلبي، رضا مصطفى هلال. (2020). تأثير برنامج وعي قوامي باستخدام الوسائط الفائقة على الثقافة القوامية للأطفال رياض الأطفال. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، 26(3)، 35-52.
- البنيان، ابتسام بخيت ناصر. (2019). أثر استخدام الموديولات التعليمية في تنمية مفاهيم التعلم النشط لدى معلمات التربية الأسرية في المرحلة المتوسطة بمدينة جدة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، 27(4)، 256-279.
- جبر، نجلاء إبراهيم. (2013). القوام والتدليك الرياضي (ط.3) (ص ص. 130-140). مكتبة المعارف الحديثة.
- الحداد، نجلاء محمد علي، عرابي، سميرة محمد، الكيلاني، هاشم عدنان، وإرميلي، زياد محمد حسين. (2022). أثر برنامج سلوكي حركي على زيادة الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة الأساسية في الأردن. المجلة الأوروبية لتكنولوجيا علوم الرياضة، 39(3)، 34-65.
- الرملي. عباس عبد الفتاح (1990). تربية القوام، دار الفكر العربي، القاهرة.
- روفائيل، حياة الدين، والخربوطلي، صفاء الدين. (1995). اللياقة القوامية والتدليك الرياضي (ص. 33). منشأة المعارف بالإسكندرية.
- الزواغي، هشام محمد، والفتطي، نوال عبد الله. (2018). دور مدرس التربية البدنية في نشر الوعي القوامي والصحي داخل المدرسة. مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم الأخرى، 3(3)، 59-70.

- سراج، أحمد سعيد عبد السلام. (2019). الثقافة الصحية وعلاقتها بالحالة القوامية للرياضيين وغير الرياضيين من الأفراد ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة حلوان.
- سلامة، بهاء الدين إبراهيم. (2007). الصحة والتربية الصحية (ص. 125). دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
- السيد، أحمد محمد عبد الرحمن. (2020). تأثير برنامج للثقافة القوامية وأثره على المعارف القوامية لتلاميذ المرحلة الابتدائي. نظريات وتطبيقات التربية البدنية وعلوم الرياضة، (2)33، 248-234.
- الشيشاني، أحمد موسى. (2005). القوام والتمرينات العلاجية (ص. 23). دار ورد للنشر والتوزيع.
- العباني، عادل أحمد. (2021). مدى مساهمة الرسوم الكاريكاتيرية في تنمية الوعي القوامي للتلاميذ الصم وضعاف السمع. مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم الأخرى، (7)، 36-29.
- عبد الجواد، سها بنت هاشم، وعلي، أماني عبد الفتاح. (2011). الثقافة الصحية لدى طفل الروضة وعلاقتها بمستويات قراءة الصور. مجلة القراءة والمعرفة، (121)، 172-135.
- قابيل، إبراهيم البرعي السيد. (2005). أثر تدريس وحدة مقترحة عن سلامة القوام في تنمية المفاهيم والوعي القوامي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي. مجلة كلية التربية، (34)، 349-296.
- قابيل، إبراهيم البرعي السيد، وعثمان، محمود علي. (2019). تأثير وحدة تعليمية مقترحة لتنمية الوعي القوامي في علاج بعض الانحرافات القوامية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية. مجلة سوهاج لعلوم وفنون التربية البدنية والرياضية، (3)، 180-160.
- متولي، طه سعد علي. (2017). الثقافة الصحية وعلاقتها بالحالة القوامية ومكونات الجسم لدى طلاب الجامعة. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، (81)، 32-1.
- مراد، سهام السيد صالح. (2022). فاعلية برنامج تدريبي إلكتروني إثرائي لتنمية مفاهيم وتطبيقات المعلوماتية الكيميائية لدى مرحلة الثانوية بمدينة حائل. مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع، (77)، 51.
- مصطفى، ناصر مصطفى بوعباس. (2021). تأثير معلم التربية البدنية في نشر الثقافة القوامية وعلاقتها بالصحة القوامية لتلاميذ المرحلة المتوسطة بدولة الكويت. المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، (66)66، 383-366.
- النهار، حازم، الشنطاوي، معتصم، الهياجنة، أحمد، طه، معين، الشرمان، عبد الباسط، الخصاونة، أمان، والخطيبة، أكرم زكي. (2010). الرياضة والصحة في حياتنا. دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.

- يونس. سعدي محمد، عادل. طرية (2022). الوعي القوامي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة خلال
- حصة التربية البدنية والرياضية. معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. جامعة محمد خيضر -
بسكرة.

ثانيا: المراجع باللغة الاجنبية:

- Lee, S. (2020). Factors affecting health behaviors in late school-aged children from multicultural families. *Child Health Nursing Research*, (1), .23-1.
- Warnick, J. L., Pfammatter, A., Champion, K., Galluzzi, T., & Spring, B. (2019). Perceptions of health behaviors and mobile health applications in an academically elite college population to inform a targeted health promotion program. *International journal of behavioral medicine*, 26, 165-174.