

تأثير الانحرافات القوامية علي الخجل للمرحلة الإعدادية

• أ. د / مختار أمين عبد الغنى

•• د / محمد حسين احمد

••• أ / محمد عمر كامل

أولاً: مقدمة البحث :

يعد القوام الجيد من العوامل المساعدة العامة في التربية الحركية عن طريق تيسير أداء الحركات والمهارات المختلفة دون عوائق قواميه والاهتمام بالقوام أمر حيوي وفي غاية الأهمية بالنسبة لأطفالنا فالطفل ذو القوام الجيد يعتبر فرداً نافعا في المجتمع ، بينما الطفل ذو القوام الرديء، يتأثر بقوامه ويصبح منطويا علي نفسه وربما يؤدي ذلك إلي إصابته ببعض الأمراض، وقد يصبح عضو غير منتج في المجتمع.

وأشار كل من "عباس الرملي وزينب عبد الحميد" (٢٠٠٠م) ان القوام السليم انعكاس لصورة الفرد المتكاملة من النواحي البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية ، فالقوام من اهم المؤشرات الهامة الدالة علي صحة وسلامة جسم الانسان ولذلك اهتمت الدول بسلامة القوام لجميع افرادها في جميع مراحل العمر فالقوام الجيد يزيد من شعور الانسان بالثقة بالنفس والحماس والمبادرة بالعمل بينما علي النقيض من ذلك فان القوام الضعيف قد يشعر الفرد بنقص الثقة بالنفس والاكتئاب فينعكس ذلك في صورة معاملته واتصالاته بالأفراد واتجاهاته نحو المجتمع الذي يعيش فيه.(٥١:٤)

ويشير " محمد صبحى حسنين ومحمد عبد السلام راغب " (٢٠٠٣م) ان الخجل وضعف الثقة بالنفس قد يجعل المراهق حريصا على خفض راسه لأسفل مما يعرضه للإصابة بسقوط الراس اماما، والشئ الغريب اننا نصف المراهق الدائم النظر لا أسفل بانه مهذب ولا يرفع عينه الى من يخاطبه. (١٥٤:١٨)

• استاذ علم النفس الرياضي - وعميد كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.

•• مدرس بقسم علوم الصحة - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف

••• باحث بقسم علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بني سويف.

وتشير "سناء الجبوري" (٢٠٠٢م) أن الخجل يعمل على تجنب الأفراد المشاركة في المحيط الاجتماعي الموجودين فيه وقد يكون ذلك نتيجة الخوف أو الفرض أو الفشل من الانتقاد أو من الارتباك أو الخزي وقد يكون نتيجة لصعوبات جسدية تولد لدى الأشخاص مشاعر النقص ويكون الشخص تقديره لذاته منخفض ويفتقد إلى الثقة بالذات. (١٩:١٤)

وتشير "حنان بنت أسعد" نقلاً عن "الدريني" (٢٠٠٢م) أن الخجل هو ميل إلى تجنب التفاعل الاجتماعي مع المشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير مناسبة. (٨:٨)

وترى "ناهد عبد الرحيم" (٢٠٠٧م) أن الانحراف القوامي هو حالة من عدم التوازن الواضح بين أجهزة الجسم المختلفة وتؤدي ذلك لبذل طاقة زائدة أثناء الحركة والثبات (١٣:٢٠)

وأشارت "ناهد عبد الرحيم" (٢٠٠٣م) إلى أن القوام الرديء هو الشكل الخارجي لجسم الإنسان حيث تكون هناك زيادة أو نقص في الانحناءات الطبيعية للجسم أو أي شكل غير طبيعي لأي جزء من الجسم ومظهر ذلك عدم حفظ الاتزان. (٦:٢١)

وأشار "صالح محمد سعد" (٢٠١٣م) أن أكثر المناطق تأثراً بالانحرافات القوامية هو العمود الفقري، الذي يصيب بالعديد من التشوهات كالانحناء الجانبي، الذي يحدث في العمود الفقري كله أو في بعض فقراته، والذي يمكن ملاحظته من خلال ارتفاع إحدى الكتفين عن الآخر عند وضع الذراعين بجانب الجسم. (٣٤:١٥)

ومن المعروف أن مرحلة المراهقة مرحلة حرجة في حياة الفرد وهي فترة غامضة بالنسبة للمراهق بحيث يسيطر عليه الارتباك لعدم تحديد أدواره التي يجب عليه القيام بها مما يؤدي إلى نشوء تلك الحالة الانفعالية. (٣٧٢:١٣)

ويوضح "منذر عبد الحميد الضامن" (٢٠٠٥م) أن مرحلة المراهقة هي مرحلة نضج جسمي يشوبها بعض الاضطرابات لا تلبث أن تنتهي بانتهاء المرحلة،

وبعض هذه الاضطرابات يمكن ان تعزي الى التغيرات الجسمية السريعة والنمو العقلي الذي بأخذ مجراه في هذه المرحلة . (١٩:١٧٧)

ثانياً: مشكلة البحث :

ومن خلال عمل الباحث في مهنة التدريس للتربية الرياضية لاحظ عزوف بعض الطلاب الذين لديهم انحرافات قواميه ظاهرة عن ممارسة الانشطة الرياضية ، كما لاحظ الباحث من خلال الاطلاع علي الدراسات المرجعية وجود علاقة بين الانحرافات القوامية لتلك المرحلة العمرية المهمة في مراحل نمو الفرد وبين الخجل والتي من خلالها تظهر الشخصية النفسية للفرد مما دفع الباحث الي اجراء تلك الدراسة لمحاولة التعرف علي العلاقة بين الخجل وبعض الانحرافات القواميه في المرحلة الاعدادية (مرحلة المراهقة المبكرة) .

ثالثاً: هدف البحث:

تهدف هذه الدراسة الى التعرف على :

- العلاقة بين الانحرافات القوامية والخجل لطلاب المرحلة الاعدادية المصابون بانحرافات قوامية ترى بالعين المجردة بمحافظة بني سويف.
- الفروق في درجة الخجل بين الطلاب معتدلي القامة والطلاب المصابون بانحرافات قوامية التي ترى بالعين المجرة بالمرحلة الاعدادية بمحافظة بني سويف.

رابعاً: فروض البحث:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين كل من الخجل والانحرافات القوامية لدى طلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة بني سويف التي ترى بالعين المجردة؟
- تؤثر الانحرافات القوامية التي ترى بالعين المجردة لدى طلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة بني سويف على درجات الخجل؟

خامساً: مصطلحات البحث:

الخجل : يشير " فاخر عاقل" (٢٠٠٢م) إلى أن الخجل هو حالة من حالات العجز عن التكيف مع المحيط الاجتماعي.(٨:١٢)

القوام: وتشير رشا محمود محمد دويدار إلى ان القوام هو المظهر او الشكل الذي يتخذه الجسم ويتحدد بأوضاع المفاصل المختلفة التي يمكن ان يتحكم فيها نغمة الجهاز العضلي. (٧:١٢)

القوام المعتدل: تعرفه إقبال رسمي نقلا عن عباس الرملي بأنه وجود كل جزء من أجزاء الجسم في الوضع الطبيعي المتناسق مع الجزء الآخر المسلم به تشريحيا بحيث تبذل العضلات أقل جهد ممكن على نغمتها العضلية للاحتفاظ بالأوضاع القوامية السليمة. (١٣:١٦)

الانحراف القوامي: ويشير محسن يس الدروي إلى ان الانحراف القوامي هو شذوذ في شكل عضو من أعضاء الجسم أو جزء منه، وانحرافه عن الوضع الطبيعي المسلم به تشريحيا مما ينتج عنه تغير في علاقة هذا العضو بسائر الأعضاء الأخرى. (٣١:١٧)

سادساً: الدراسات المرجعية :

أولاً الدراسات العربية :

- دراسة رشا عبد الرزاق عبد سهيل (٢٠١٧م) (١١): " تأثير منهج تأهيلي (بدني - نفسي) في تحذب الظهر والرجل النفسي لطالبات المرحلة الإعدادية "، وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الخجل لدى طالبات المرحلة الإعدادية والتعرف على درجة تحذب الظهر لدى طالبات المرحلة الإعدادية والتعرف على العلاقة بين الخجل وتحذب الظهر، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتألفت عينة الدراسة من (٤٠٠) طالبة من طالبات المرحلة الإعدادية في مركز بعقوبة في محافظة ديالى تم اختيارهن عشوائياً، وكانت أهم النتائج وجود علاقة بين الخجل وتحذب الظهر وإن الخجل من أهم المتغيرات النفسية التي تؤثر سلباً على الصحة النفسية والبدنية للأفراد.

- دراسة إيمان ربيع حسن خليل (٢٠١٦م) (٦): "الانحرافات القوامية للعمود الفقري الأكثر انتشاراً للمرحلة السنية من ١٢-١٥ سنة بمحافظة الدقهلية"، هدفت الدراسة إلى التعرف على الانحرافات القوامية بالعمود الفقري للمرحلة السنية من ١٢-١٥ سنة، وكانت عينة الدراسة ٤٠٠ تلميذ من تلاميذ المرحلة الإعدادية ببعض إدارات محافظة الدقهلية واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي

باستخدام لأسلوب المسحي، وكانت اهم النتائج انحراف تجنح عظمتي اللوح ٦،٧٥%، انحراف الانحناء الجانبي ١،٧٥%، انحراف سقوط إحدى الكتفين ٣٢،٢٥%، انحراف استدارة الكتفين ٣٢%، انحراف التقعر القطني ٢١،٥٠%، انحراف اندفاع الرأس للأمام ١٤،٧٥%، انحراف تحذب الظهر ١٣،٢٥%، انحراف الميل الجانبي للرأس ٤%، انحراف الظهر المسطح ٣%.

- دراسة ايهاب محمد عماد الدين ابراهيم (٢٠١١م) (٥): " الانحرافات القوامية الشائعة ومسبباتها لتلاميذ المرحلة الاعدادية بمحافظة القليوبية "، واستهدفت الدراسة التعرف على الانحرافات القوامية الشائعة لتلاميذ المرحلة الاعدادية بمحافظة القليوبية ومسبباتها، واستخدم الباحث المنهج الوصفي (الاسلوب المسحي) لملاعمته طبيعة الدراسة، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية بواقع (١٦٣٠) تلميذاً من تلاميذ المرحلة الاعدادية بمحافظة القليوبية، واستخدم الباحث الادوات الآتية لجمع البيانات (شاشة القوام - اختبار ولاية نيويورك — كاميرا ديجتال رقمية) ، وقد اشارت اهم نتائج الدراسة أن تلاميذ المرحلة الاعدادية يعانون من الانحرافات المركبة بشكل كبير وانحراف تسطح الصدر اكثر انحرافات الطرف العلوى شيوعا بين تلاميذ المرحلة الاعدادية قيد البحث.

- دراسة أشرف محمد حلمي (٢٠١٠م) (٣) : " تأثير برنامج تأهيلي بدني لبعض العمود لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية بدور رعاية الايتام والحالات الملحة بالفيوم " ، وتهدف الرسالة الى التعرف على انحرافات العمود الفقري وتحديد نسبة انتشارها لدى عينة البحث والتعرف على تأثير البرنامج التأهيلي البدني المقترح لعلاج انحرافات العمود الفقري لدى عينة البحث واستخدام الباحث المنهج الوصفي والتجريبي وكانت عينة البحث ٧١ تلميذ وكانت اهم النتائج انتشار انحرافي تحذب الظهر والانحناء الجانبي لدى عينة البحث وان البرنامج التأهيلي البدني المقترح له تأثير إيجابي على تناقص درجة تحذب الظهر وتناقص درجة الانحناء الجانبي.

- دراسة اسماعيل صالح (٢٠٠٩م) (٢) : " بعض الانحرافات القوامية وعلاقتها بمكونات الجسم الداخلية لدى تلاميذ المرحلة العمرية من (١٢-١٥) "، وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الانحرافات القوامية ومكونات الجسم، وقد

استخدام الباحث المنهج الوصفي" وكانت اهم النتائج انتشار الانحرافات القوامية بين تلاميذ هذه المرحلة العمرية وخاصة انحراف التقعر القطني واستدارة الكتفين وهناك اختلاف في مكونات الجسم الداخلية بين عينات البحث وحدود الانحرافات القوامية ويمكن الاعتماد على جهاز تحليل مكونات الجسم الداخلية في اكتشاف الانحرافات القوامية.

- دراسة دلال صلاح عبد النعيم محمد (٢٠٠٦م) (٩) : " تأثير برنامج ترمينات مقترح علي بعض الانحرافات القوامية الناتجة عن حمل الحقيبة المدرسية لتلميذات المرحلة الابتدائية " ، وهدفت الدراسة الي اجراء الكشف القومي علي انحناات العمود الفقري لدي تلميذات المرحلة الابتدائية و حصر الانحرافات القوامية الاكثر شيوعا لدي تلميذات المرحلة الابتدائية الناتجة عن حمل الحقيبة المدرسية و تصميم برنامج مقترح لعلاج انحرافات العمود الفقري لدي تلميذات المرحلة الابتدائية الناتجة عن حمل الحقيبة المدرسية ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي و تم اختيار العينة بالطريقة العمدية العشوائية من تلميذات الصفوف الثلاثة (الرابع والخامس والسادس)الابتدائي لمعهد فتيات ١٥مايو الزهري و توصلت الدراسة الي وجود بعض من الانحرافات القوامية و اكثر الانحرافات بمنطقة الظهر والكتفين الناتجة عن حمل الحقيبة المدرسية.

- دراسة اسماء طاهر عبد الحكيم نوفل (٢٠٠٥م) (١) : " دراسة الانحرافات القوامية الشائعة في الطرف العلوي لدي تلميذات المرحلة الابتدائية بمحافظة الغربية وعلاقتها بمدى توافر الاشتراطات الصحية المدرسية ، وهدفت الدراسة الي التعرف علي الانحرافات القوامية الشائعة في الطرف العلوي ونسبة تواجدها في عينة البحث والتعرف توافر الاشتراطات الصحية بالمدارس الابتدائية و التعرف علي مدى تواجد الانحرافات القوامية الشائعة في الطرف العلوي بدلالة مستوى الاشتراطات الصحية المدرسية و استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وكان عدد العينة (٥٨٥) طالبة و (٦٠) من الموظفين العاملين بالمدارس و اسفرت النتائج عن انتشار الانحرافات القوامية الشائعة في الطرف العلوي لدي تلميذات عينة الدراسة و ارتفاع نسبة الانحرافات القوامية في الصف السادس الابتدائي عن باقي الصفوف الأخرى و توافر بعض الاشتراطات

الصحية المدرسية في بعض المدارس ووجود قصور في الاشتراطات الصحية المدرسية في المدارس الأخرى.

- دراسة بلال عبدالحميد محمد رزق (٢٠٠٢م) (٧): " دراسة مكونات الجسم لبعض التشوهات القوامية والتشوهات المصاحبة لها لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالريف " ، والتي هدفت إلى دراسة مكونات الجسم لبعض التشوهات القوامية والتشوهات المصاحبة لها لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالريف، واشتملت عينة البحث على ٣٠٢ طالب بالمرحلة الإعدادية واستخدام الباحث المنهج الوصفي وكان من أهم النتائج تنتشر التشوهات القوامية بصورة عامة بين تلاميذ البيئة الريفية بالمرحلة السنية ١٢ — ١٥ سنة وخاصة تشوهات العمود الفقري.

ثانياً الدراسات الأجنبية :

- دراسة نادر شاكان NADER SHAYGAN، ويوكسيل سافوكو YUKSEL SAVUCU (٢٠١٤م) (٢٣): بعنوان العلاقة بين اضطرابات الموقف لدى طلاب المدارس الثانوية والخجل، وهدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين اضطرابات الموقف والخجل لدى طلاب المدارس المتوسطة ، واستخدام الباحثون المنهج الوصفي، وكانت عينة الدراسة تتكون من ٣٧٨ طالباً من الطلاب الذكور الذين يدرسون في المدرسة المتوسطة في مدينة أربيل، وتروحت اعمارهم بين ١١ و ١٦ عاماً، وكانت اهم النتائج وجود علاقة كبيرة بين تشوهات العمود الفقري والخجل لدى الطلاب.

- دراسة ستراكلر، وسوليفان وآخرون and, Sulivan, Straker Other (٢٠٠٩م) (٢٢): العلاقة بين البنين والبنات المراهقين في الحالة القوامية والام الرقبة والكتف، وهدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين البنين والبنات المراهقين في الحالة القوامية للعمود الفقري والام الرقبة والكتف واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالطريقة العشوائية وشملت عينة الدراسة على ١٥٩٣ من أطفال ١٤ سنة بوقع ٧٧٩ فتيات و ٨١٤ ذكور وكانت أهم النتائج وجود اختلاف بين الجنسين في قوام العمود الفقري أثناء استقامة العمود الفقري وخاصة حين النظر للأمام ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في قياسات زوايا القوام على العمود الفقري والرقبة والرأس والكتف بين الطول المتوسط والعالي.

سابعاً: إجراءات البحث:

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي (أسلوب الدراسات المسحية) بخطواته وإجراءاته وذلك لمناسبته لأهداف البحث.

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث

بلغ مجتمع البحث (١٧٤٧١ تلميذ) وهم عدد تلاميذ المرحلة الإعدادية بنين بالإدارة التعليمية لمركز ناصر بمحافظة بني سويف المسجلين بالعام الدراسي (٢٠١٨ / ٢٠١٩) وتم إنتقاء الذين لديهم انحرافات قوامية تري بالعين المجردة، حيث سيتم عمل مسح شامل لعدد (١٧٤٧١) تلميذ لمعرفة الذين لديهم انحرافات قوامية تري بالعين المجردة موزعين على ٤٩ مدرسة إعدادية بالإدارة التعليمية لمركز ناصر بمحافظة بني سويف.

- تم تطبيق البحث على (١٥) مدرسة من مدارس المرحلة الإعدادية التابعة للإدارة التعليمية لمركز ناصر بمحافظة بني سويف.
- تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية.
- بلغت النسبة المئوية للعينة من المجتمع الأصلي ٢٧% من مجتمع البحث المصابين ببعض الانحرافات القوامية الظاهرة والملاحظة بالعين المجردة دون اصابات اخري.
- بلغت النسبة المئوية من المصابين بانحرافات قوامية ترى بالعين المجردة من عينة البحث ٦%.

جدول (١)

توصيف أفراد مجتمع وعينة البحث الأساسية

م	المدرسة	عدد تلاميذ الصف الأول الإعدادي	عدد تلاميذ الصف الثاني الإعدادي	عدد تلاميذ الصف الثالث الإعدادي	عدد التلاميذ في المدرسة (المجموع الكلي)	عدد العينة الأساسية
١	مدرسة بوش ع بنين القديمة	٢٥٦	١١٨	١٠٦	٤٨٠	٢٩
٢	مدرسة كمال طه المعاصري	٢٣٧	١٩٢	١٨٠	٦٠٩	٣٨
٣	مدرسة أبو بكر الصديق ع بنين	١٩٣	٨١	٦٦	٣٤٠	٢١

٩	٨٨	٢٤	٢٧	٣٧	مدرسة الدعوة الإسلامية ع. م.	٤
٣٥	٥٩٧	١٧٤	١٧٤	٢٤٩	مدرسة علي بن أبي طالب ع بنين	٥
٣٢	٥٨٥	١٥٤	١٧٩	٢٥٢	مدرسة اشمنت ع بنين	٦
٦	٦٦	١٤	١٤	٣٨	مدرسة منشأة الشركة ع. م.	٧
٩	١٦٨	٣٤	٥١	٨٣	مدرسة كفر الجزيرة ع. م.	٨
٦	٦٣	١٥	٢١	٢٧	مدرسة الجزيرة ع. م.	٩
١١	١٣٣	٣٦	٣٠	٦٧	مدرسة نجع العرب ع. م.	١٠
١٣	١١٥	٥٨	--	٥٧	مدرسة اسامة بن زيد ع. م.	١١
٢٤	٤٣٨	١٣٢	١٣٠	١٧٦	مدرسة دلاص بنين	١٢
٢٠	٢٥٧	٧٩	٨٦	٩٢	الشهيد اسامة فراج محمد ع	١٣
٢٥٣	٣٩٣٩	١٠٧٢	١١٠٣	١٧٦٤	المجموع	

يوضح جدول (١) ما يلي :

- عدد مدارس البحث الأساسية (١٣) مدرسة
- المجموع الكلي لعدد البنين في مدارس العينة الأساسية (٣٩٣٩ تلميذ)
- عدد العينة الأساسية (٢٥٣) تلميذ).

جدول (٢)

توصيف أفراد مجتمع وعينة البحث الاستطلاعية

م	المدرسة	عدد تلاميذ الصف الأول الإعدادي (البنين)	عدد تلاميذ الصف الثاني الإعدادي (البنين)	عدد تلاميذ الصف الثالث الإعدادي (البنين)	عدد التلاميذ في المدرسة (المجموع الكلي)	عدد العينة الاستطلاعية
١	مدرسة بني عدى ع بنين	١٧١	١٤٩	٧٥	٣٩٥	٢٣
٢	مدرسة الرياض ع بنين	١٩٧	١٤١	١٢٨	٤٦٦	٢٥
	المجموع	٣٦٨	٢٩٠	٢٠٣	٨٦١	٤٨

يوضح جدول (٢) ما يلي :

- عدد مدارس البحث الاستطلاعية (٢) مدرسة.
- المجموع الكلي لعدد البنين في مدارس العينة الاستطلاعية (٨٦١) تلميذ)
- وعدد العينة الاستطلاعية (٤٨) تلميذ).

مجالات البحث :

المجال الجغرافي : أجريت الدراسة على المدارس الإعدادية التابعة لإدارة ناصر التعليمية بمحافظة بني سويف.

المجال البشرى : أجريت الدراسة على طلاب المرحلة الإعدادية المسجلين بالإدارة التعليمية بناصر بمحافظة بني سويف للعام الدراسي ٢٠١٨ / ٢٠١٩ .

المجال الزمني : أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الواقعة ما بين ٢٠١٩/٣/١٧ إلى ٢٠١٩/٣/٢٧ .

أدوات جمع البيانات:

تم استخدام العديد من الأدوات لجمع المعلومات عن الدراسة قيد البحث وسيتم عرضها فيما يلي:

تحليل المراجع والدراسات:

تم تحليل المراجع والدراسات السابقة التي تناولت الخجل والاحترافات القوامية والمراعاة ومنها دراسات محمد صبحى حسانين ومحمد عبد السلام راغب (٢٠٠٣م) (١٨) ، ناهد عبد الرحيم (٢٠٠٧م) (٢٠)، رشاش عبد الرزاق عبد سهيل (٢٠١٧م) (١١).

مقياس الخجل الرياضي من تصميم كل من رامي صالح حلاوة ، تيسير المنسي ، عبد السلام جابر (٢٠١٣م) (١٠) وقد تضمنت القائمة على (٤٢) عبارة للإجابة على عبارات القائمة على مقياس خماسي التدرج (بدرجة كبيرة جدا - بدرجة كبيرة - بدرجة متوسطة - بدرجة قليلة - بدرجة قليلة جدا) وذلك في ضوء تعليمات المقياس، والدرجات العالية في المقياس تشير إلى ان الطالب يغلب عليه طابع الخجل بدرجة كبيرة، ويتم تصحيح المقياس كما يلي:

بدرجة كبيرة جداً = ٥ درجات ، بدرجة كبيرة = ٤ درجات ، بدرجة متوسطة = ٣ درجات ، بدرجة = ٢ درجة ، بدرجة قليلة جداً = درجة واحدة.

صدق الاتساق الداخلي:

تم تطبيق مقياس الخجل الرياضي على عينة استطلاعية قوامها (٤٨) تلميذ من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية ، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبيان والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه طبقا للتالي :

جدول (٣)

صدق الاتساق الداخلي بين العبارة

والمجموع الكلي لعبارات مقياس (الخجل الرياضي) ن = ٤٨

مقياس الخجل ٤٢							
قيمة (ر)	م	قيمة (ر)	م	قيمة (ر)	م	قيمة (ر)	م
٠,٨٦	٣٤	٠,٨٣	٢٣	٠,٨٩	١٢	٠,٨٧	١
٠,٨٤	٣٥	٠,٨٩	٢٤	٠,٨٣	١٣	٠,٨٦	٢
٠,٨٨	٣٦	٠,٨٦	٢٥	٠,٨١	١٤	٠,٨٩	٣
٠,٨٦	٣٧	٠,٨٢	٢٦	٠,٨٨	١٥	٠,٨١	٤
٠,٨٤	٣٨	٠,٨٠	٢٧	٠,٨٧	١٦	٠,٩٣	٥
٠,٨٢	٣٩	٠,٨٨	٢٨	٠,٧٧	١٧	٠,٨٤	٦
٠,٨٣	٤٠	٠,٨٥	٢٩	٠,٩٠	١٨	٠,٨١	٧
٠,٨٥	٤١	٠,٩٠	٣٠	٠,٨٤	١٩	٠,٧٩	٨
٠,٨١	٤٢	٠,٨٨	٣١	٠,٨٧	٢٠	٠,٨٩	٩
		٠,٨٧	٣٢	٠,٨٥	٢١	٠,٨٨	١٠
		٠,٩٣	٣٣	٠,٨٠	٢٢	٠,٨٦	١١

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٢٨٨

يوضح جدول (٣) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ بين العبارة والمجموع الكلي مما يشير الى صدق الاتساق الداخلي لمقاييس (الخجل) قيد البحث .

حساب الثبات:

لحساب ثبات الاستبيان تم استخدام معامل ألفا كرونباخ وذلك بالتطبيق على عينة قوامها (٤٨) تلميذا من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية، وذلك طبقا للجدول التالي :

جدول (٤)

معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لمقياس (الخجل الرياضي) ن = ٤٨

Cronbach's Alpha	
مقياس	الخجل
	*٠,٧٨

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٢٨٨

يوضح جدول (٤) أن معامل ألفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات

لمقياس (الخجل) قيد البحث ويتضح دلالة معامل ألفا لمقياس الخجل قيد البحث مما يدل على ثبات المقياس في قياس الخجل .

ثامنا: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

جدول (٥)

التكرارات والنسب المئوية وقيمة كا٢

والوزن النسبي والأهمية النسبية لمقياس الخجل الرياضي

م	قليل جدا	%	كا٢	%	متوسط	%	كا٢	%	كبير	%	كا٢	%	كبير جدا	%	الوزن النسبي	الأهمية النسبية	كا٢ الكلية
1	17	6.719	22.3	5	1.976	41.094	25.3	3.549	59	23.3	1.39	108	42.7	65.11	1.39	958	75.7
2	19	7.51	19.7	11	4.348	30.991	24.9	3.039	59	23.3	1.39	101	39.9	50.2	1.39	937	74.1
3	48	18.97	0.13	47	18.58	0.2561	15.8	2.221	52	20.6	0.04	66	26.1	4.687	0.04	787	62.2
4	17	6.719	22.3	7	2.767	37.568	22.1	0.576	63	24.9	3.04	110	43.5	69.73	3.04	964	76.2
5	30	11.86	8.39	15	5.929	25.047	24.5	2.568	55	21.7	0.38	91	36	32.26	0.38	900	71.1
6	13	5.138	27.9	8	3.162	35.865	23.3	1.394	63	24.9	3.04	110	43.5	69.73	3.04	966	76.4
7	16	6.324	23.7	12	4.743	29.446	22.5	0.809	65	25.7	4.1	103	40.7	54.26	4.1	952	75.3
8	18	7.115	21	3	1.186	44.778	28.9	9.916	55	21.7	0.38	104	41.1	56.35	0.38	949	75
9	39	15.42	2.66	16	6.324	23.659	25.7	4.098	52	20.6	0.04	81	32	18.26	0.04	873	69
10	19	7.51	19.7	7	2.767	37.568	22.9	1.082	66	26.1	0.04	103	40.7	54.26	4.69	961	76
11	48	18.97	0.13	26	10.28	11.96	33.6	23.39	30	11.9	8.39	64	25.3	3.549	8.39	783	61.9
12	11	4.348	31	2	0.791	46.679	23.7	1.746	72	28.5	9.05	108	42.7	65.11	9.05	996	78.7
13	22	8.696	16.2	7	2.767	37.568	25.3	3.549	59	23.3	1.39	101	39.9	50.2	1.39	942	74.5
14	51	20.16	0	38	15.02	3.1375	21.7	0.383	55	21.7	0.38	91	36	32.26	1.14	784	62
15	15	5.929	25	5	1.976	41.094	21.3	0.228	69	27.3	6.69	110	43.5	69.73	6.69	982	77.6
16	22	8.696	16.2	11	4.348	30.991	21.7	0.383	65	25.7	4.1	100	39.5	48.23	4.1	945	74.7
17	21	8.3	17.3	9	3.557	34.201	23.7	1.746	61	24.1	2.14	102	40.3	52.21	2.14	944	74.6
18	20	7.905	18.5	6	2.372	39.311	24.9	3.039	62	24.5	2.57	102	40.3	52.21	2.57	953	75.3
19	16	6.324	23.7	5	1.976	41.094	26.5	5.315	53	20.9	0.11	112	44.3	74.51	0.11	951	75.2
20	19	7.51	19.7	15	5.929	25.047	22.9	1.082	61	24.1	2.14	100	39.5	48.23	2.14	932	73.7

جدول (٥)

تابع التكرارات والنسب المئوية

وقيمة كا ٢ والوزن النسبي والأهمية النسبية لمقياس الخجل الرياضي

م	قليل جدا	%	٢كا	قليل	%	٢كا	متوسط	%	٢كا	كبير	%	٢كا	كبير جدا	%	٢كا	الوزن النسبي	الأهمية النسبية	٢كا الكلية
21	17	6.719	22.3	5	1.976	41.094	62	24.5	2.568	66	26.1	4.69	103	40.7	54.26	4.69	967	76.4
22	17	6.719	22.3	7	2.767	37.568	56	22.1	0.576	70	27.7	7.44	103	40.7	54.26	7.44	971	76.8
23	45	17.79	0.62	30	11.86	8.3866	53	20.9	0.114	48	19	0.13	77	30.4	13.77	0.13	827	65.4
24	51	20.16	0	38	15.02	3.1375	55	21.7	0.383	43	17	1.14	66	26.1	4.687	1.14	784	62
25	15	5.929	25	5	1.976	41.094	54	21.3	0.228	69	27.3	6.69	110	43.5	69.73	6.69	982	77.6
26	22	8.696	16.2	11	4.348	30.991	55	21.7	0.383	65	25.7	4.1	100	39.5	48.23	4.1	945	74.7
27	17	6.719	22.3	9	3.557	34.201	60	23.7	1.746	61	24.1	2.14	106	41.9	60.66	2.14	952	75.3
28	18	7.115	21	6	2.372	39.311	58	22.9	1.082	68	26.9	5.98	103	40.7	54.26	5.98	968	76.5
29	21	8.3	17.3	7	2.767	37.568	69	27.3	6.691	55	21.7	0.38	101	39.9	50.2	0.38	935	73.9
30	17	6.719	22.3	5	1.976	41.094	62	24.5	2.568	66	26.1	4.69	103	40.7	54.26	4.69	967	76.4
31	17	6.719	22.3	7	2.767	37.568	56	22.1	0.576	70	27.7	7.44	103	40.7	54.26	7.44	971	76.8
32	45	17.79	0.62	30	11.86	8.3866	53	20.9	0.114	48	19	0.13	77	30.4	13.77	0.13	827	65.4
33	37	14.62	3.66	19	7.51	19.734	69	27.3	6.691	47	18.6	0.26	81	32	18.26	0.26	859	67.9
34	6	2.372	39.3	7	2.767	41.728	42	16.6	1.462	91	36	32.3	107	42.3	62.86	32.3	1028	81.3
35	10	3.953	32.6	2	0.791	46.679	69	27.3	6.691	77	30.4	7.44	95	39.5	38.96	13.8	994	78.6
36	9	3.557	34.2	2	0.791	46.679	55	21.7	0.383	88	34.8	27.6	99	39.1	46.3	27.6	1021	80.7

جدول (٥)

تابع التكرارات والنسب المئوية

وقيمة كا ٢ والوزن النسبي والأهمية النسبية لمقياس الخجل

م	قليل جدا	%	٢كا	قليل	%	٢كا	متوسط	%	٢كا	كبير	%	٢كا	كبير جدا	%	٢كا	الوزن النسبي	الأهمية النسبية	٢كا الكلية
37	23	9.091	15.1	8	3.162	35.865	66	26.1	4.687	63	24.9	3.04	93	36.8	35.53	3.04	939	74.2
38	22	8.696	16.2	8	3.162	35.865	62	24.5	2.568	63	24.9	3.04	98	38.7	44.4	3.04	945	74.7
39	16	6.324	23.7	7	2.767	37.568	65	25.7	4.098	63	24.9	3.04	102	40.3	52.21	3.04	957	75.7
40	16	6.324	23.7	12	4.743	29.446	57	22.5	0.809	65	25.7	4.1	103	40.7	54.26	4.1	952	75.3
41	29	11.46	9.22	13	5.138	27.94	63	24.9	3.039	53	20.9	0.11	95	37.5	38.96	0.11	905	71.5
42	12	4.743	29.4	6	2.372	39.311	62	24.5	2.568	63	24.9	3.04	110	43.5	69.73	3.04	971	76.8

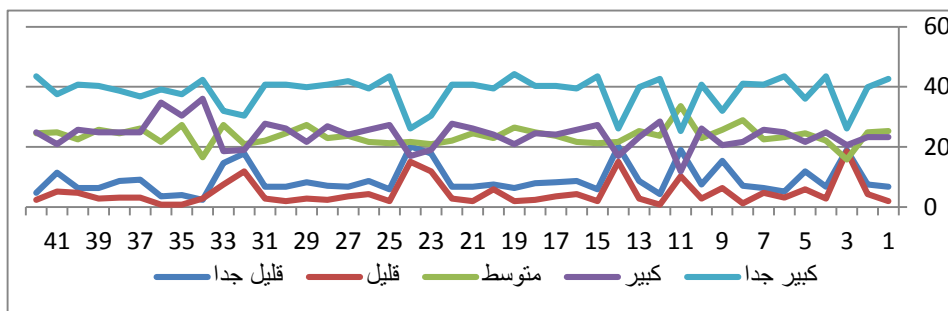
قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٩,٤٩

يوضح جدول (٥) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية للذين اختاروا

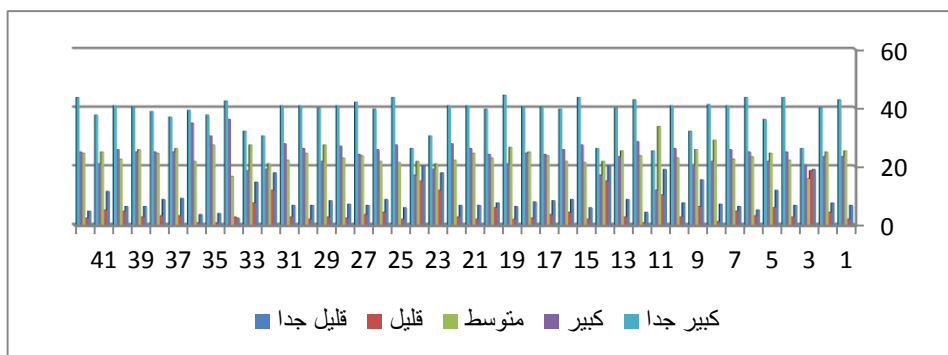
(بدرجة كبيرة ، درجة كبيرة جدا) وذلك لأن قيمة كا ٢ المحسوبة كانت أكبر من

قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير الى انه هناك ارتفاع في

مستوى الخجل لدي عينة البحث.



شكل (1) النسب المئوية لاختيارات عينة البحث على مقياس الخجل



شكل (2) النسب المئوية لاختيارات عينة البحث على مقياس الخجل

تاسعا مناقشة النتائج:

أوضحت النتائج إلي وجود علاقة إيجابية طردية ذات دلالة إحصائية بين الانحرافات القوامية والخجل أي أنه كلما زاد درجة الانحراف القوامي ارتفاع نسبة الخجل منه.

مناقشة نتائج الفرض الأول :

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين كل من الخجل والانحرافات القوامية لدى طلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة بني سويف التي تري بالعين المجردة. حيث توضح نتائج عينة البحث علي مقياس الخجل الرياضي إلي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية للذين اختاروا (بدرجة كبيرة ، درجة كبيرة جدا) وذلك لأن قيمة كا² المحسوبة كانت أكبر من قيمة كا² الجدولية عند مستوى معنوية 0,05 مما يشير الي انه هناك ارتفاع في مستوى الخجل لدي عينة البحث

وهذا يتفق مع نتائج دراسة رشا عبد الرزاق عبد سهيل (٢٠١٧م) (١١) بأن الانحرافات القوامية تؤثر على الخجل .

ويتفق ذلك أيضاً مع ما ذكرته "سناء الجبوري" (٢٠٠٢م) أن الخجل يعمل على تجنب الأفراد المشاركة في المحيط الاجتماعي الموجودين فيه وقد يكون ذلك نتيجة الخوف أو الفرض أو الفشل من الانتقاد أو من الارتباك أو الخزي وقد يكون نتيجة لصعوبات جسدية تولد لدى الأشخاص مشاعر النقص ويكون الشخص تقديره لذاته منخفض ويفتقد إلى الثقة بالذات. (١٩:١٤)

مناقشة نتائج الفرض الثاني :

الفروق في درجة الخجل بين الطلاب معتدلي القامة والطلاب المصابون بانحرافات قوامية التي ترى بالعين المجرة بالمرحلة الاعدادية بمحافظة بني سويف.

حيث توضح نتائج عينة البحث علي مقياس الخجل الرياضي إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية للذين اختاروا (بدرجة كبيرة ، درجة كبيرة جدا) وذلك لأن قيمة كا ٢ المحسوبة كانت أكبر من قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ مما يشير الى انه هناك ارتفاع في مستوى الخجل لدي عينة البحث.

واتفقت دراسة نادر شاكان NADERSHAYGAN، ويوكسيل سافوكو YUKSELSAVUCU (٢٠١٤م) (٢٣) على وجود علاقة بين الانحرافات القوامية والخجل .

ويتفق ذلك أيضاً مع ما ذكره كل من "عباس الرملي وزينب عبد الحميد" (٢٠٠٠م) أن القوام الضعيف قد يشعر الفرد بنقص الثقة بالنفس والاكنتاب فينعكس ذلك في صورة معاملاته واتصالاته بالأفراد واتجاهاته نحو المجتمع الذي يعيش فيه . (٥١:٤)

عاشراً الاستخلاصات:

- توجد علاقة إيجابية ذات دالة إحصائية بين الانحرافات القوامية والخجل عند مستوى معنوية ٠,٠٥ لدى عينة البحث أي أنه كلما زاد نسبة ودرجة الانحراف القوامي زاد وارتفع الخجل منه.

أحد عشر: التوصيات :

في ضوء نتائج هذه الدراسة وفي حدود المجالات التي نفذ فيها هذه الدراسة يتقدم الباحث بالتوصيات التالية :

- ضرورة الاهتمام ببطاقات الطلاب الصحية وتسجيل الحالة القوامية لكل طالب ببطاقتها منذ المراحل الأولى للتعليم وتتبعها حتى المرحلة الجامعية.
- يوصى الباحث بأجراء دراسات مماثلة على المراحل السنية والتعليمية المختلفة من الجنسين حتى يمكن التعرف على تأثير الانحرافات القوامية بالمراحل المختلفة على الصحة النفسية للطلاب .

المراجع العلمية:

١. أسماء طاهر عبد الحكيم دراسة الانحرافات القوامية الشائعة في الطرف العلوي لدي تلميذات المرحلة الابتدائية بمحافظة الغربية وعلاقتها بمدى توافر الاشتراطات الصحية المدرسية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالغربية ، جامعة طنطا.
٢. اسماعيل صالح (٢٠٠٩م) بعض الانحرافات القوامية وعلاقتها بمكونات الجسم الداخلية لدى تلاميذ المرحلة العمرية من (١٢ - ١٥) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية ، جامعة الزاوية، ليبيا.
٣. أشرف محمد حلمي تائير برنامج تأهيلي بدني لبعض انحرافات العمود الفقري لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية بدور الايتام والحالات الملحة بالفيوم ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة بنها.

٤. اقبال رسمي محمد، امال ذكي محمود (٢٠٠٠م) تحديد العلاقة بين الانحرافات القوامية وكل من التوافق النفسي واللياقة البدنية لطلبة المرحلة الاعدادية لمحافظة القاهرة، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، العدد ٣٣، القاهرة.
٥. ايهاب محمد عماد الدين (٢٠١١م) : اعداد وحدة عن الصحة والقوام لتلاميذ المدرسة الاعدادية ودراسة أثرها على تنمية مفاهيمهم عنها واتجاهاتهم نحوها، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان.
٦. إيمان ربيع حسن على خليل (٢٠١٦) العلاقة بين بعض القياسات المورفولوجية وتشوهات العمود الفقري للمرحلة من ١٢ — ١٥ سنة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بالمنصورة، جامعة المنصورة.
٧. بلال عبد الحميد محمد رزق (٢٠٠٢م) دراسة مكونات الجسم لبعض التشوهات القوامية والتشوهات المصاحبة لها لتلاميذ المرحلة الإعدادية بالريف ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإسكندرية.
٨. حنان بنت أسعد محمد خوج (٢٠٠٢م) الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية واساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

٩. دلال صلاح عبد النعيم
محمد (٢٠٠٦م)
تأثير برنامج تدريبات مقترح علي بعض الانحرافات القوامية الناتجة عن حمل الحقيبة المدرسية لتلميذات المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان.
- ١٠.رامي صالح حلوة،
تيسير المنسي، عبد السلام جابر (٢٠١٣م)
علاقة الخجل بمستوى التعلم في بعض المسافات العلمية المختلطة لدى طلبة كلية التربية الرياضية الجامعة الأردنية ، موة للبحوث والدراسات ، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، المجلد الثامن والعشرون ، العدد الخامس ، كلية التربية الرياضية ، الجامعة الأردنية ، ص ٢٤١ : ٢٧٢.
- ١١.رشا عبد الرزاق عبد سهيل (٢٠١٧م)
تأثير منهج تأهيلي (بدني — نفسي) في تحذب الظهر والخجل النفسي لطالبات المرحلة الإعدادية، رسالة دكتوراه، غير منشورة، جامعة ديالى، العراق.
- ١٢.رشا محمود محمد دويدار (٢٠٠٨م)
دراسة مقارنة للسلوك الصحي بين تلاميذ الريف والحضر وأثره على الحالة القوامية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.
- ١٣.رمضان محمد القذافي (٢٠٠٠م)
علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)، المكتبة الجامعية، الاسكندرية.
- ١٤.سناء لطيف حسون الجبوري (٢٠٠٢م)
مستوي الطموح وعلاقته بقوة تحمل الشخصية لدي طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية.
- ١٥.صالح بشير سعد (٢٠١٣م)
القوام البشري وسبل المحافظة عليه ، الطبعة الاولى ، دار زهران للنشر والتوزيع ، الاردن.
- ١٦.صفاء الدين الخربوطلى (٢٠٠٠م)
اثر برنامج علاجي مقترح لبعض الانحرافات القوامية على الانماط الجسمية بالمرحلة السنية ٩ — ١٢ سنة، المؤتمر العلمي الثالث للاستثمار والتنمية البشرية في الوطن العربي من المنظور الرياضي، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنات القاهرة.

- ١٧.١٧) محسن يس الدروي، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة
حمدي عبدالرحيم حلوان، القاهرة.
(٢٠٠٥م) :
١٨. محمد صبحي حسانين القوام السليم للجميع، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي
ومحمد عبد السلام راغب، القاهرة.
(٢٠٠٣م)
١٩. منذر عبد الحميد الضامن علم نفس النمو الطفولة والمراهقة ، مكتبة الفلاح،
الكويت.
(٢٠٠٥م)
٢٠. ناهد احمد عبد الرحيم التمرينات التأهيلية لتربية القوام ،مذكرة غير منشورة
كلية التربية الرياضية للبنات ،جامعة حلوان.
(٢٠٠٧م)
٢١. ناهد احمد عبد الرحيم التمرينات التأهيلية لتربية القوام ، مذكرة غير منشورة
الطبعة الاولى، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة
(٢٠٠٣م):
جامعة حلوان ،القاهرة.

22) Straker, Sullivan,
and Other(2009)
:

" Relationships between pand Shoulder pain
and Sitting Spinal Posture in male and
Female" adolescents, manual therapy
Journal, austral.

23) NADER
SHAYGAN,
YUKSEL SAVUCU
(2014) :

The relationship between secondary school
students' posture disorders and Shyness,
Journal of Physical Education and
Sport,14(2), pp.271 – 276.

ملخص البحث

" تأثير الانحرافات القوامية علي الخجل للمرحلة الإعدادية "

تهدف الدراسة إلي معرفة العلاقة بين كل من الخجل والانحرافات القوامية لمرحلة المراهقة المبكرة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية على عينة تم اختيارها بالطريقة العشوائية لعدد (٣٠١) طالب في المرحلة الإعدادية (ذكور) المسجلين بالإدارة التعليمية بناصر بمحافظة بني سويف للعام الدراسي ٢٠١٨ / ٢٠١٩م، واشارات أهم النتائج إلى وجود علاقة ذات دالة إحصائية إيجابية بين الخجل والانحرافات القوامية، أي أنه كلما زاد نسبة الانحراف القوامي ارتفع الخجل منه .

Abstract

" Effect of Physical Deviations on the shyness of the preparatory stage "

The study aims at finding out the relationship between both shyness and compulsive delusions of the early stage of exhaustion, The researcher also used the descriptive method in the survey method on a randomly selected sample of (301) students in the preparatory stage (males) enrolled in the educational administration in Nassr in Beni Suef for the academic year 2018/2019, The most important results indicate that there is a relationship with a positive statistical function between the shyness and the temporal deviations, ie, the higher the percentage of the deviation, the higher the shyness