

ISSN: 2392-5442, ESSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 09 العدد: 03 السنة: 2022		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة الجزائر
الصفحات : 942-953		تاريخ الإرسال: 19-07-2022 : تاريخ القبول: 10-08-2022

معيار جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كأحد عوامل الاستقرار المجتمعي

## Standard of quality of life for pupils practicing physical sports activities as a factor of community stability

سي طيب جمال<sup>1\*</sup>، طاهر طاهر<sup>2</sup>، مناد فضيل<sup>3</sup>

<sup>1</sup>جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم (الجزائر)، djamel.siteyeb.etu@univ-mosta.dz

<sup>2</sup>جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم (الجزائر)، tahar.tahar@univ-mosta.dz

<sup>3</sup>جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم (الجزائر)، menfod27000@hotmail.fr

مخبر تقويم برامج النشاطات البدنية والرياضية-معهد التربية البدنية والرياضية جامعة مستغانم

### ملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى أبعاد جودة حياة التلاميذ في ظل بعض المتغيرات (الجنس، البيئة والتوجه الدراسي) عند ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية معيارا للاستقرار المجتمعي، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وشملت العينة (80) تلميذا وتلميذة من أقسام التعليم الثانوي، اختيروا بالطريقة العشوائية المنتظمة، وتم اعتماد مقياس جودة الحياة لمنظمة الصحة العالمية WHO وأسفرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق معنوية في أبعاد جودة حياة التلاميذ الممارسين للنشاط البدني الرياضي في ظل بعض المتغيرات (الجنس-البيئة-التوجه الدراسي) عند اعتبارها كمعيار للاستقرار المجتمعي.

كلمات مفتاحية: جودة الحياة، التلميذ، الأنشطة البدنية والرياضية، الاستقرار المجتمعي.

### Abstract:

The current study aims to know the level of dimensions of the quality of life of pupils under certain variables (sex, environment and academic orientation) when engaging in physical and sports activities as a criterion for community stability. The researchers used the descriptive curriculum in the survey method. The sample included (80) pupils from secondary education departments, selected in a regular random manner, and the who quality of life measure was adopted and the results of the study resulted in moral differences in the dimensions of the quality of life of pupils practicing physical sports activity under some Variables (gender- environment- school orientation) when considered as a criterion for community stability.

**Key words:** quality of life, pupil, physical and sports activities, community stability.

\*المؤلف المرسل

1. مقدمة :

اعتبارا لكون التربية البدنية والرياضية تهدف في جوهرها إلى جعل الفعل التربوي بمضامينه العلمية والثقافية يتلاءم والمتغيرات المتلاحقة ليعد مواطن الغد ويجعله إيجابيا التفكير والفعل (شامخ، فيروز، 2019، صفحة 255) في ت بالمؤسسات التربوية تمثل أحد المفاتيح الفاعلة لتنمية الجوانب النفسية والمعرفية والوجدانية والانفعالية والاجتماعية والتي تؤدي بالنهاية إلى خلق مواطن فاعل مع من حوله وفي مجتمعه، وهذا ما ينطبق على تلاميذ المرحلة الثانوية الذين يمرون بمشكلات عديدة مرتبطة بالمراهقة منها عدم القدرة على التكيف الشخصي والاجتماعي وعدم القدرة على الاستمتاع بالحياة وضمان استقرار مجتمعي؛ ومع استشراف المستقبل وتطلعاته يطرح العالم مفاهيم جديدة وتوجهات جادة وتحديات ضاغطة في إطار ما يعرف بالجودة، حيث يتم تحويل كل ما لدى الفرد من معلومات واتجاهات وقيم ومعتقدات إلى سلوكيات تحقق فاعليته وشعوره بالرضا والتوافق والنجاح في الحياة في إطار ما يطلق عليه جودة الحياة.(مشري، 2014، صفحة 223)

إن معيار جودة حياة (منظمة الصحة العالمية WHOQOL، 1998)- (الصحة العامة، الحياة الأسرية والاجتماعية، الدراسة والتعليم، الحياة العاطفية، الصحة النفسية، شغل الوقت وإدارته) لتلاميذ المرحلة الثانوية خلال ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية. اعتبارا لكون ممارسة النشاط البدني الرياضي أصبحت منافعه لا تقتصر على الجانب الصحي والبدني فقط، بل تخطتها وأصبح للنشاط البدني الرياضي تأثيرات هامة وإيجابية على الجوانب الأخرى كالفنية والاجتماعية والعقلية والمعرفية وغيرها فتسهم في تشكيل شخصية شاملة ومتناسقة ومتكاملة تمنح الفرد شعورا بالرضا والسعادة والقدرة على إشباع حاجاته والتوافق مع تغيرات وتحديات الحياة والاستمتاع بها في إطار ما يطلق عليه بمفهوم جودة الحياة.:

في الرهانات الحديثة للمجتمعات تعتبر جودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لآخر، وتوسع مختلف المؤسسات لتحقيقه من خلال الوصول بالفرد إلى الاتزان والاستقرار النفسي الاجتماعي إذ يعتبر الاتجاه السائد في مجتمعات الدول النامية والمتقدمة على أن المتدريس يعتبر أحد أهم مخرجات العملية التعليمية والعنصر الأساسي فيها، وطالما أن التدريس بجميع جوانبه يهدف إلى خدمته والارتقاء بمستواه العلمي والإسهام في نمو شخصيته ليمثل ذلك جوهر جودة حياة التلميذ التي تتأثر دوما بعدد من المتغيرات كمستوى الدخل والمستوى التعليمي ودرجة توفر مستلزمات الحياة المادية الأساسية والمستوى الصحي؛ وبالتالي فهي خلاصة تقييم التلميذ لمدى قدرته على إشباع حاجاته المختلفة الفطرية والمكتسبة ومدى استمتاعه بالظروف المحيطة به، وتبينه لمنظور التحسن المستمر للأداء كأسلوب للحياة ونوع استقرار مجتمعي؛ وقد شهدت السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام من العلماء والمختصين بممارسة الأنشطة البدنية كنوع من الوقاية والعلاج من الأمراض والتأثيرات السلبية والأضرار النفسية والاجتماعية والصحية وغيرها والنتيجة عن قلة الحركة(عقران، 2020، صفحة 137)، واعتبارا لكون الأنشطة البدنية والرياضية بالمؤسسات التربوية تمثل أحد المفاتيح الفاعلة لتنمية الجوانب النفسية والمعرفية والوجدانية والانفعالية والاجتماعية والتي تؤدي بالنهاية إلى خلق مواطن فاعل مع من حوله وفي مجتمعه، وهذا ما ينطبق على تلاميذ المرحلة الثانوية الذين يمرون بمشكلات عديدة مرتبطة بالمراهقة منها عدم القدرة على التكيف الشخصي والاجتماعي وعدم القدرة على الاستمتاع بالحياة؛ ومع استشراف المستقبل وتطلعاته يطرح العالم

مفاهيم جديدة وتوجهات جادة وتحديات ضاغطة في إطار ما يعرف بالجودة، حيث يتم تحويل كل ما لدى الفرد من معلومات واتجاهات وقيم ومعتقدات إلى سلوكيات تحقق فاعليته وشعوره بالرضا والتوافق والنجاح في الحياة في إطار ما يطلق عليه جودة الحياة.

وعند استعراض الأدبيات التي تناولت مثل هذه المواضيع برزت دراسات عديدة سابقة ومشابهة وكدراسات عربية جاءت في هذا المجال نذكر: دراسة "مريم دحماني" (2020) بعنوان جودة الحياة لدى تلاميذ الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات، هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي، ومعرفة دلالة الفروق في جودة الحياة بحسب متغيرات (النوع، التخصص). وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وتكونت العينة من 131 تلميذ وتلميذة، وأشارت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة لدى التلاميذ متوسط ولا توجد علاقة بين جودة الحياة والتحصيل الدراسي وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تبعاً لمعظم المتغيرات التي تناولها البحث. (دحماني مريم، 2020)

دراسة حسيني ع، خلاف أ (2019) بعنوان تأثير الرياضة على جودة الحياة لدى عينة من الطلاب الممارسين وغير الممارسين لها. هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية الممارسين للرياضة، والتعرف عما إذا كانت هناك فروق في مستوى جودة الحياة بين الطلبة الممارسين ونظرائهم من غير الممارسين لها. استخدم الباحثون المنهج الوصفي للملاءمة طبيعة البحث وتمثل مجتمع الدراسة في تلاميذ المرحلة الثانوية، في حين تكونت عينة الدراسة من (32) تلميذ ممارس للرياضة و (36) تلميذ غير ممارس للرياضة. وتم استخدام مقياس جودة الحياة. وقد توصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوى جودة الحياة لدى عينة التلاميذ الممارسين للرياضة. ووجود فروق دالة إحصائية في مستوى جودة الحياة لدى عينة التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضة. (خلاف، 2019)

دراسة "زقاوة أحمد" (2018) بعنوان جودة الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية لدى تلاميذ التعليم الثانوي، تهدف الدراسة إلى الكشف عن إدراك تلاميذ التعليم الثانوي لجودة الحياة على ضوء الجنس والتخصص الدراسي والبيئة الجغرافية. استخدم الباحث المنهج الوصفي وبلغت عينة البحث 120 تلميذ وتلميذة، حيث خلص إلى أن التلاميذ يتمتعون بمستوى جودة حياة مرتفع، كما وجدت فروق دالة تعزى إلى الجنس، أما في متغير التخصص الدراسي فلم تكن هناك فروق دالة، بينما وجدت فروق تعزى إلى البيئة الجغرافية لصالح بيئة شبه حضرية. (زقاوة أحمد، 2018)

دراسة مازن أ، حسين ع، حردان م (2011) بعنوان دراسة مقارنة في جودة الحياة بين الممارسين للرياضة وغير الممارسين لطلبة كليات جامعة كربلاء؛ هدفت الدراسة إلى التعرف على مقياس جودة الحياة لدى طلبة كليات جامعة كربلاء، والتعرف على الفروق بين الطلبة الممارسين للرياضة وغير الممارسين في أبعاد مقياس جودة الحياة لدى طلبة الجامعة. استخدم الباحثون المنهج الوصفي للملاءمة طبيعة البحث. وقد اختار البحث عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من طلبة كليات جامعة كربلاء (كلية التربية، كلية العلوم، كلية الهندسة، كلية التربية الرياضية، كلية القانون، كلية الطب، كلية الإدارة والاقتصاد) بواقع 100 طالباً ينتمون إلى كليات جامعة كربلاء. إذ تم اعتماد مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة وأظهرت النتائج أن هناك فروق معنوية في مقياس جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين ولصالح الطلبة الممارسين للرياضة.

هناك فروق معنوية بين أبعاد مقياس جودة الحياة للطلبة الممارسين وغير الممارسين وذلك من خلال الدلالات المعنوية. (حردان وأخرون، 2011)

وفي مجال الدراسات الأجنبية نجد: دراسة "جانكا بيراشكوف، باقول بيراتشك" (2019) تحت عنوان الرياضة للأبعاد الذاتية لجودة الحياة **Sport for the Subjective Dimensions of Quality of Life** هدفت الدراسة إلى توسيع المعرفة فيما يتعلق بآثار الرياضة على الأبعاد الذاتية لجودة الحياة. باستخدام المنهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من 345 رياضي، 196 رياضي نشط و149 رياضي غير نشط. (مراهقين) باستخدام استبيان مكون من بعدين (بعد لجودة الحياة والاستمتاع بها، بعد الرضا العالمي عن الحياة بين المراهقين) ومن أهم النتائج: النشاط الرياضي يؤثر بشكل إيجابي على إدراك أبعاد الاستمتاع بجودة الحياة والرضا عنها- المراهقين النشطين في الرياضة أكثر ارتياحا بشكل ملحوظ إحصائيا عن نوعية مجال الاستمتاع بالحياة والرضا مقارنة بالمراهقين غير النشطين في الرياضة. (بيراشكوف، ج، بيرتشاك، ب، 2019) ومن هنا تبرز أهمية هذه الدراسة من حيث حداثة المفهوم المتناول داخل المؤسسات التربوية عامة وخلال درس التربية البدنية والرياضية خاصة. كما تتبع الأهمية من خلال دراسة أبعاد جودة حياة تلاميذ المرحلة الثانوية خلال درس التربية البدنية والرياضية. هذا ما يقود بالضرورة الجادة للبحث على تأكيد الاهتمام العلمي والعملية بمتغيري درس التربية البدنية والرياضية وجودة الحياة والعمل على تعزيز هذه الأخيرة عند تلاميذ المرحلة الثانوية كون جودة الحياة من المفاهيم الحديثة والإيجابية. وأردنا بذلك طرح التساؤل التالي:

ما مستوى أبعاد جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية في ظل بعض المتغيرات (الجنس، البيئة والتوجه الدراسي) كمعيار للاستقرار المجتمعي؟

-الفرضيات:

-الفرضية العامة:

- يبقى مستوى أبعاد جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية باعتبارها معيارا للاستقرار المجتمعي مرتبطا بما تفرزه معايير متغيرات الجنس، البيئة والتوجه الدراسي.

-الفرضيات الجزئية:

1- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك مفهوم جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كأسلوب للاستقرار المجتمعي تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

2- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك مفهوم جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كأسلوب للاستقرار المجتمعي تعزى لمتغير البيئة (حضري، شبه حضري).

3- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك مفهوم جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كأسلوب للاستقرار المجتمعي تعزى لمتغير التوجه الدراسي (العلميين، الأدبيين).

-أهمية الدراسة: تتجلى الأهمية في دراسة مثل هذه المواضيع باعتبار ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد التلميذ على تفهم القواعد الاجتماعية وروح المسؤولية، الوعي بالمجموعة. وتحسين العلاقات بين الآخرين وبالتالي يزداد لدى المراهق إدراكه

لمفهوم جودة الحياة، إذ أن التلميذ في معظم حصص اليوم الدراسي يكون مستقرا منتها لدروسه، وأبحاثه مما يجعل ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية متنفسا له ووسيلة لتخفيف حدة التوتر واسترخاء الأعضاء. وأنه بفضل النشاط الرياضي يحقق المراهق عن طريقه كل أشكال التفاعل والتعاون والتماسك الاجتماعي، مما يجعله يعطي صورة حسنة لكيونة الشخصية واستقراره الاجتماعي.

- أهداف الدراسة: نسعى من خلال دراستنا هذه إلى:

- معرفة ما إذا كان لتغيير الجنس دلالة لجودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كميّار للاستقرار المجتمعي.

- التعرف على ما إذا كان لمعيّار البيئة دلالة لجودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كميّار للاستقرار المجتمعي

- التعرف عما إذا كان مستوى التخصص الدراسي دلالة لجودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كميّار للاستقرار المجتمعي

- التحديد الإجرائي للمتغيرات الواردة في الدراسة:

- مصطلح جودة الحياة: يقصد بجودة الحياة عموما، جودة خصائص الإنسان، من حيث تكوينه الجسدي والنفسي والمعرفي، وتكوينه الاجتماعي، والأخلاقي، ودرجة توافقه مع ذاته ومع الآخرين. (معمرية، 2020، صفحة 16)

- هي استمتاع الفرد بحياته وشعوره بالسعادة والتفاؤل والتمتع بالصحة الجسمية والنفسية الإيجابية ورضاه عن حياته في جوانبها المختلفة الجسمية والصحية والبيئية والاقتدار على الزمن مما يجعل حياته مليئة بالمعاني الإيجابية. (حسن، صفحة 8)

- جودة الحياة إجرائيا: هي الدرجة التي يحصل عليها الشخص على مقياس جودة الحياة، وتتمثل بشعور الأشخاص بالرضا والسعادة وقدرتهم على إشباع حاجاتهم من خلال ما يتوافر لديهم من قدرات وإمكانات، وما يقدم لهم من خدمات في المجالات الصحية والاجتماعية والتعليمية والنفسية مع حسن إدارتهم للوقت والاستفادة منه.

- تلميذ المرحلة الثانوية: يعني التلميذ الثانوي كما يستخدم في علم النفس مرحلة النضج والرشد، فالتلميذ الثانوي مرحلة تأهب لمرحلة الرشد.

- يعرفها ستانلي هول (1956) بأنها الفترة من العمر التي تتميز فيها التصرفات السلوكية للفرد بالعواصف والانفعالات الحادة والتوترات العنيفة، كما أنه يعتبر مولد جديد للفرد وفترة عواصف وتوتر وشدة ولذلك سميت نظرية هول بالعاصفة أو الأزمة لأنها تتضمن في رأيه تغيرات ضخمة في الحياة وهي نوع جديد من الميلاد مصحوب بتوترات ومشاكل لا يمكن تجنب أزماتها وضغوطها. (ميخائيل، 1994، صفحة 20)

- يتضح للدراسة إلى أن مرحلة الثانوية من أهم المراحل التي ينظر إليها بقدر كبير من الأهمية حيث تخرج قادة المجتمع، وتعد تلاميذها للعمل والإنتاج ومواصلة تعليمهم الجامعي، ومن واجب المدرسة أن تدرك أهمية العناية بتلميذ المرحلة الثانوية، وتعدّه إعدادا جيدا.

- الأنشطة البدنية والرياضية: هو عبارة عن نشاط تعليمي تربوي أو ما يسمى بدرس التربية البدنية والرياضية بالإضافة للنشاط البدني الرياضي التربوي التدريبي التنافسي هو مجموع الأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية المكملة لبعضها البعض (غالي إيمان، 2016، صفحة 181)

- التعريف الإجرائي: هو مجموعة من الحركات والمواقف التمارين البدنية والرياضية التي يؤديها الطالب داخل المؤسسة في شكل نشاطات صفية أو لاصفية أو خارج المؤسسة قصد تنمية مختلف الجوانب الحسية الحركية والمعرفية والوجدانية.

- الاستقرار المجتمعي: هو " حالة الهدوء والسكينة التي تنتاب المجتمع وتجعله قادرا على تحقيق طموحاته وأهدافه نتيجة للحالة السليمة التي يمر بها نتيجة للتوازن الاجتماعي بين القوى والأحزاب والحركات السياسية والاجتماعية والدينية في المجتمع.

وهناك تعريف آخر حيث يعرف بانه " المجال الذي يستطيع فيه المجتمع ان يعمل ويتفاعل مع المجتمعات الأخرى دون وجود أية معوقات أو قوى تحول دون ذلك أي قدرة المجتمع على العمل والفاعلية دون وجود معوقات خارجية أو داخلية تمنع المجتمع من اداء المهام المطلوبة على عاتقه أو المطلوبة منه. (عادل ياسر، 2014، صفحة 2)

- التعريف الإجرائي: هو نوع من التساند والترابط بين مجموعة من الظواهر تؤدي إلى الاستقرار والتوازن الاجتماعي لأفراد المجتمع دون وجود معوقات تعيق أداء مهامه.

## 2- منهجية البحث وإجراءاتها الميدانية:

### 1-2 المنهج المتبع:

إن المنهج في البحث العلمي يعني تلك الأسس والقواعد والتدابير التي يتم رسمها من أجل بلوغ حقيقة، يقول عمار بوحوش ومحمد الذنبيات أنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة. (عمار بوحوش، الذنبيات، 2014) ونظرا لطبيعة موضوعنا ارتأينا الاعتماد على المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية الذي يعد من أهم وأحسن المناهج في البحث إذ يتسم بالموضوعية ويجعل المستجوبين يجدون الحرية التامة في التعبير عن آرائهم.

فالمنهج الوصفي هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما، يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كمياً عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها واخضاعها للدراسة. (عثماني وآخرون، 2022، صفحة 714)

### 2-2 مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع البحث من تلاميذ المرحلة الثانوية فئة الذكور والإناث والبالغ عددهم 1128 تلميذ موزعين على ثانويتين بولاية تيارت 18 فوج فرعيلسنوات الأولى ثانوي 15 فوج فرعيلسنوات الثانية ثانوي، 11 فوج فرعيلسنوات الثالثة ثانوي.

### 3-2 عينة الدراسة:

وشملت عينة بحثنا 80 تلميذا وتلميذة من الطور الثانوي وتم اختيارها بطريقة عشوائية منتظمة، والجدول رقم (01) يبين ذلك.

- جدول رقم 01: يمثل مواصفات عينة الدراسة

النسبة المئوية	الأدبيين	العلميين	الذكور	الإناث	العدد	العينة
50%	20	20	20	20	40	ثانوية بوشارب الناصر (بيئة حضرية)
50%	20	20	20	20	40	الثانوية الجديدة (بيئة شبه حضرية)
100%	40	40	40	40	80	المجموع

2-4 مجالات الدراسة:

- المجال المكاني: تمت الدراسة الميدانية لبحثنا في مؤسستين من ولاية تيارت وهما ثانوية بوشارب ناصر بدائرة السوقر والثانوية الجديدة ببلدية سي عبد الغني.

- المجال الزمني: تمت الدراسة الميدانية لهذا البحث من مارس 2022 إلى غاية جوان 2022. أدوات الدراسة: تم الاعتماد على مقياس جودة الحياة الصادر من منظمة الصحة العالمية (1996) والمعرب للدكتور بشري إسماعيل (2008) والمتكون من 26 عبارة، منها عبارتين لبعدها جودة الحياة العامة والصحة العامة، و 24 بند موزعة على أربعة أبعاد فرعية للمقياس: (07 عبارات لجودة الصحة الجسمية، 06 عبارات لجودة الصحة النفسية، 03 عبارات لجودة العلاقات الاجتماعية، 08 عبارات لجودة البيئة)، واعتمد الباحث على سلم ليكارت خماسي التدرج بالنسبة للإجابة على عبارات المقياس، وهو سلم ترتيبي يتراوح بين 1 و 5 من 1-5 في البنود الإيجابية وتعكس في البنود السلبية، وتشير الدرجة العليا إلى ارتفاع جودة الحياة.

2-15 الأسس العلمية للمقياس المقنن (سيكو متري مقياس جودة الحياة):

2-1-5 صدق وثبات المقياس :

- الصدق : تكون وسيلة القياس صادقة إذا كانت تقيس ما تدعي قياسه، والحاجة إلى هذه الصفة الواضحة، ولما كان الصدق ذا أهمية قصوى، فإن الباحثين يقدمون من البراهين ما يدعم ادعاءاتهم، فيما يتعلق بالصفات التي تقيسها اختباراتهم. (سعودي وآخرون، 2021، صفحة 187)

- الصدق الظاهري: تم عرض أداة الدراسة والتي تتمثل في مقياس جودة الحياة الصادر من منظمة الصحة العالمية والمعرب للدكتور بشري إسماعيل أحمد على سبعة (07) أساتذة ذوي كفاءة عالية ومؤهلات علمية وموثوق بتحكيمهم يشهد لهم في ميدان ومجال هذه الدراسة، وفي ضوء التوجهات التي ابداهها المحكمون قمنا بإجراء التعديلات المتفق عليها. ليصبح المقياس في صورته النهائية الموجهة للمستجوبين.

- صدق معامل الاختبار: من أجل التأكد من صدق الاختبار استعملنا معامل الصدق الذاتي والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات المقياس.

- ثبات الاختبار: لحساب ثبات المقياس لجأنا لتطبيق وإعادة تطبيق الاختبار بعد اسبوعين من التطبيق الأول وقد استخدمنا معامل الارتباط بيرسون البسيط وهذا من خلال تطبيق طريقة الانحراف عن المتوسط وبالتعويض في المعادلة الخاصة بمعامل الارتباط بيرسون توصلنا إلى أن  $r=0.77$  أما الصدق وهو الجذر التربيعي لمعامل الثبات كانت النتيجة  $=0.87$  للمقياس ككل.

2-16 المعالجة الإحصائية: تمت المعالجة الإحصائية بواسطة حزمة البرامج الإحصائية SPSS وذلك للحصول على نتائج دقيقة.

- المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار "ت"، معامل الارتباط البسيط، الصدق الذاتي

3- عرض، تحليل، مناقشة النتائج وتفسيرها :

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك مفهوم جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كأسلوب للاستقرار المجتمعي تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

جدول رقم 02: يمثل قيم المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم "ت" المحسوبة و الجدولية لمتغير الجنس

مستوى الدلالة	"ت" المحسوبة	إناث (ن = 40)		ذكور (ن = 40)		العينة	البعد
		ع	س	ع	س		
غير دال	0.22	2.10	24.97	2.13	25.44	80	جودة الصحة العامة
دال	5.99	2.00	14.94	2.28	27.83	80	جودة الصحة الجسمية
دال	-5.32	2.31	29.11	2.22	17.02	80	جودة الصحة النفسية
دال	5.33	2.09	15.12	2.26	26.80	80	جودة العلاقات الاجتماعية
دال	3.85	2.05	20.10	2.32	28.59	80	جودة البيئة
دال	2.29	2.11	20.84	2.24	25.85	80	الدرجة الكلية
قيمة "ت" الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة الحرية (79) = 2,02							

المصدر: من إعداد الباحث بالنظر لمخرجات الحزم الإحصائية.

من خلال الجدول أعلاه يتضح وجود دلالة إحصائية لمتغير الجنس، حيث بلغت "ت" المحسوبة الكلية (2.29) وهي أكبر من "ت" الجدولية (2.02) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (79). ونجد أن أبعاد جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية دالة إحصائياً مع متغير الجنس عدا بعد جودة الصحة العامة حيث كان غير دال إحصائياً، كما نجد بعد الصحة الجسمية الأكثر تأثيراً لصالح الذكور يليه بعد جودة العلاقات الاجتماعية لصالح الذكور ثم بعد جودة الصحة النفسية لصالح الإناث وأخيراً بعد جودة البيئة لصالح الذكور.

ويعزو الباحث ظهور هذه النتائج إلى تمتع الذكور بالقوة وقابلية الحركة والتنقل والقدرة على العمل وكذا العلاقات الشخصية والمساندة الاجتماعية والحرية والفرص المتاحة لاكتساب المعارف وتعلم المهارات والإبداع، في حين تتمتع الإناث بالمشاعر الإيجابية والمظهر العام والمعتقدات الدينية والروحية والتفكير السليم. وهذا ما أكدته دراسة زقاوة (2018) والتي توصلت إلى أن التلاميذ يتمتعون بمستوى جودة حياة مرتفع، ووجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير الجنس.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك مفهوم جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كأسلوب للاستقرار المجتمعي تعزى لمتغير البيئة (حضري، شبه حضري).

جدول رقم 03: يمثل قيم المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم "ت" المحسوبة والجدولية لمتغير البيئة

مستوى الدلالة	"ت" المحسوبة	بيئة شبه حضرية (ن = 40)		بيئة حضرية (ن = 40)		العينة	البعد
		ع	س	ع	س		
غير دال	- 0.13	2.32	26.15	2.24	25.84	80	جودة الصحة العامة
دال	- 3.11	2.46	26.91	2.01	19.87	80	جودة الصحة الجسمية
دال	2.14	2.21	25.18	2.82	30.65	80	جودة الصحة النفسية
دال	2.14	2.13	23.73	2.63	28.92	80	جودة العلاقات الاجتماعية
دال	2.94	2.09	22.21	2.77	29.45	80	جودة البيئة
غير دال	0.88	2.24	24.83	2.49	26.94	80	الدرجة الكلية
قيمة "ت" الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة الحرية (79) = 2,02							

المصدر: من إعداد الباحث بالنظر لمخرجات الحزم الإحصائية.

من خلال الجدول أعلاه يمكن القول أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير البيئة (حضرية، شبه حضرية)، حيث بلغت "ت" المحسوبة الكلية (0.88) وهي أقل من "ت" الجدولية (2.02) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (79). حيث نجد بعد الصحة الجسمية الأكثر تأثيراً لصالح البيئة شبه حضرية ثم بعد جودة البيئة لصالح البيئة الحضرية يليهكل من بعد جودة العلاقات الاجتماعية وبعد جودة الصحة النفسية لصالح البيئة الحضرية وأخيراً بعد جودة الصحة العامة غير دال إحصائياً.

ويعزو الباحث ظهور هذه النتائج إلى أن التلاميذ في البيئة الحضرية أكثر بناء للعلاقات التشاركية وارتياح نفسي لما يلقونه من ظروف معيشية ودعم وامكانيات داخل وخارج الأسرة وما توفره البيئة من أمن ورعاية واكتساب للمعارف والنشاطات ووسائل النقل، في حين أن تلاميذ البيئة شبه حضرية يمتازون بالقوة والإجهاد جراء الأنشطة الحياتية اليومية والقدرة على العمل والعناء الذي ينتج عنه النوم والراحة وعدم الاعتماد على العقاقير وهذا ما جاء في بعد الصحة الجسمية. ولم تتفق هذه النتائج المتوصل إليها مع نتائج دراسة زقاوة (2018) والتي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير البيئة الجغرافية لصالح البيئة شبه حضرية.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

هناك فروق ذات دلالة إحصائية في إدراك مفهوم جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية كأسلوب للاستقرار المجتمعي تعزى لمتغير التوجه الدراسي (العلميين، الأدبيين).

جدول رقم 06: يمثل قيم المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم "ت" المحسوبة والجدولية لمُتغير التخصص الدراسي

مستوى الدلالة	"ت" المحسوبة	الأدبيين (ن = 40)		العلميين (ن = 40)		العينة	البعد
		ع	س	ع	س		
غير دال	0.56	2.23	25.76	2.49	27.11	80	جودة الصحة العامة
غير دال	1.28	2.16	24.98	2.64	28.09	80	جودة الصحة الجسمية
غير دال	0.80	2.55	27.82	2.86	30.02	80	جودة الصحة النفسية
غير دال	0.29	2.70	28.33	2.81	29.14	80	جودة العلاقات الاجتماعية
غير دال	-0.32	2.41	27.08	2.37	26.29	80	جودة البيئة
غير دال	0.52	2.41	26.79	2.63	28.13	80	الدرجة الكلية
قيمة "ت" الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) ودرجة الحرية (79) = 2,02							

المصدر: من إعداد الباحث بالنظر لمخرجات الحزم الاحصائية.

من خلال الجدول أعلاه يتبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمُتغير التوجه الدراسي (علميين، أدبيين)، حيث بلغت "ت" المحسوبة الكلية (0.52) وهي أقل من "ت" الجدولية (2.02) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (79). ونجد أن كلاً بعد جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية جاءت غير دالة إحصائياً مع مُتغير التوجه الدراسي، حيث جاءت مرتبة كالتالي: (بعد جودة الصحة الجسمية، بعد جودة الصحة النفسية، بعد جودة الصحة العامة، بعد جودة البيئة، بعد جودة العلاقات الاجتماعية).

ويعزو الباحث ظهور هذه النتائج في عدم وجود فروق في أبعاد جودة الحياة تعزى لمُتغير التوجه الدراسي كون الخصائص النفسية والعلاقات الاجتماعية للتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية لا تختلف باختلاف توجههم علمي أو أدبي فالنشاطات الرياضية والخدمات المدرسية موحدة لجميع التلاميذ والمجهودات متكافئة في جميع التخصصات والبيئة المدرسية واحدة، وبالتالي فالتوجه الدراسي لا يؤثر بشكل كبير في إدراك التلاميذ لجودة الحياة وهذا ما يوضحه التقارب الكبير في المتوسطات الحسابية بين العلميين والأدبيين. فالتلميذ له قابلية الحركة والتنقل والقدرة على العمل والمشاعر الإيجابية والمساندة الاجتماعية والدعم الأسري وفرص اكتساب المعارف وتعلم المهارات والمشاركة في النشاطات بغض النظر عن توجههم الدراسي.

وهذا ما أكدته دراسة مريم دحماني (2020) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة تبعاً لمعظم المتغيرات التي تناولها البحث (النوع، التخصص).

- تعقيب عام على نتائج الدراسة:

من خلال الدراسة التي قمنا بها والنتائج التي توصلنا إليها استخلصنا عدة نقاط أهمها أن معيار جودة حياة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية مقبول وهذا من خلال ما أفرزته متغيرات الجنس، البيئة والتوجه الدراسي، نتيجة الكثير من الصعوبات التي يواجهها التلميذ سعياً منه لتحقيق استقرار مجتمعي، كما أشارت النتائج السابقة إلى الأهمية الكبرى لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في تجويد جوانب حياة التلميذ / المراهق من خلال تعزيز علاقاته الاجتماعية وصحته النفسية والجسمية بين التلاميذ المحيطين به والبيئة التي يعيش فيها. وهذا ما أكدته نتائج دراسة كل من حسيني

وخلاف (2019) والتي أشارت إلى ارتفاع مستوى جودة الحياة لدى عينة التلاميذ الممارسين للرياضة، ووجود فروق بين التلاميذ الممارسين وغير الممارسين للرياضة، ودراسة جانكا بيراشكوف، بافول بيراتشك (2019) والتي أشارت أن النشاط الرياضي يؤثر بشكل إيجابي على إدراك أبعاد الاستمتاع بجودة الحياة والرضا عنها، ودراسة مازن أ، حسين ع، حردان م (2011) والتي أشارت إلى وجود فروق معنوية في مقياس جودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين ولصالح الطلبة الممارسين للرياضة.

#### 4- خاتمة الدراسة و اقتراحاتها:

من خلال ما سبق توصلنا إلى أن تبني نظام جودة الحياة في المؤسسات التعليمية يؤدي إلى إحداث تغيرات إيجابية داخل المؤسسة للوصول إلى أهدافها؛ وهذا ما يظهر جليا من خلال ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية التي تلعب دورا هاما ومحوريا في بناء شخصية التلميذ واستقراره المجتمعي من جميع النواحي "الصحية والجسمية والنفسية والاجتماعية"، وأحد الممارسات الإيجابية في حياة الأفراد باختلاف أعمارهم وهي بالنسبة للتلاميذ/المراهقين ذات أهمية أكبر ذلك كونها أهم طرق الوقاية ودافع نحو تحسين جودة حياتهم.

استكمالاً للدراسة الحالية نقترح بعض الاقتراحات منها:

- العمل على الاهتمام بالمفاهيم الإيجابية وتعزيزها في المجتمع عموما وبالمدراس والثانويات على وجه التحديد.

- العمل على دعم مفهوم جودة الحياة لدى التلاميذ من خلال ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية.

- تبني إستراتيجيات فعالة قائمة على تنمية مختلف جوانب حياة التلميذ وذلك لرفع مستوى جودة الحياة.

- توفير خدمات الإرشاد النفسي والتربوي لتحسين مستوى مفهوم جودة الحياة.

- زيادة إثارة دوافع التلاميذ وتحفيزهم حتى يتمكن من الوصول إلى استقرار مجتمعي.

- ادخال مفهوم جودة الحياة في بعض المقررات الدراسية.

- بناء مقياس خاص بجودة الحياة لفئة التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية والرياضية.

#### 5. قائمة المراجع:

- 1) أريج أحمد سعيد آل عقران. (2020). ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة. (12)، صفحة 137.
- 2) بشير معمريه. (2020). جودة الحياة تعريفها محدداتها مظاهرها أبعادها. (جامعة محمد الأمين دباغين، 01)، صفحة 16.
- 3) بيراشكوف ج، بيرتشاك ب. (2019). الرياضة للأبعاد الذاتية لجودة الحياة. (قسم التربية الرياضية -كومنيوس)
- 4) حردان وأخرون. (2011). دراسة مقارنة في جودة الحياة بين الممارسين للرياضة وغير الممارسين. (كلية التربية الرياضية)، طلبة كلية جامعة كربلاء.
- 5) دحماني مريم. (2020). جودة الحياة لدى تلاميذ الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات. (مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية)
- 6) زقاوة أحمد. (2018). جودة الحياة وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية لدى تلاميذ التعليم الثانوي. (معهد العلوم الاجتماعية والانسانية المركز الجامعي أحمد زبانه) (5).
- 7) سعودي ج، مهدي ع سعودي ح. (2021). اسهامات التربية العملية في تكوين أساتذة التربية البدنية والرياضة. (مجلة المنظومة الرياضية)، 8(3).

- 8) سلاف مشري. (2014). جودة الحياة من منظور علم النفس الإيجابي. (مجلة الدراسات والبحوث الإجتماعية)، (دراسة تحليلية)(08)، صفحة 223.
- 9) شامخ، فيروز. (2019). بيداغوجيا المقاربة بالكفاءات وأثرها على ديناميكية الجماعة في حصة التربية البدنية في المرحلة الثانوية (المجلد 06). الجلفة، الجزائر: مجلة المنظومة الرياضية.
- 10) عادل ياسر. (2014). أزمات ومرتكزات الإستقرار في المجتمعات العربية. (المجلة السياسية والدولية) (25)، صفحة 02.
- 11) عثمانى ح، بركات حزناني ب. (2022). اسهامات بعض المهارات الحياتية لدى أساتذة التربية البدنية في تحقيق أهداف حصة التربية البدنية والرياضية. (مجلة المنظومة الرياضية) (2)9.
- 12) عمر حسيني، أسماء خلاف. (2019). تأثير الرياضة على جودة الحياة لدى عينة من الطلاب الممارسين وغير الممارسين لها. (مجلة الإبراهيمي للدراسات النفسية والتربوية) دراسة ميدانية مقارنة على تلاميذ المرحلة الثانوية(01).
- 13) غالمي إيمان. (2016). معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المراهقات المتمدرسات وفقا للمحيط الثقافي والاجتماعي(16-19 سنة) (المجلد 3). الجلفة، جامعة زيان عاشور، الجزائر: مجلة المنظومة الرياضية.
- 14) مارياف فازليو. (2014). تعزيز جودة الحياة من خلال ممارسة الرياضة. (الجامعة الوطنية للتربية البدنية والرياضية)
- 15) محمد المتوكل على الله حسن. (بلا تاريخ). بناء مقياس جودة الحياة للطلبة الجامعيين. صفحة 8.
- 16) معوض، خليل ميخائيل. (1994). سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة (المجلد ط3). الإسكندرية: دار الفكر الجامعي.
- 17) نانسي كمال صالح عيد. (2018). مقياس جودة الحياة للمراهقين ضعاف السمع. (09)، صفحة 62.