

السلوك الخامل وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الرابع الاعدادي في مدينة الموصل

محمد ايثار عبدالكريم
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
mohammed.21ssp19@student.uomosul.edu.iq

ناظم شاكر الوتار
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
nadhimalwattar@uomosul.edu.iq

تاريخ قبول النشر (٢٠٢٣/٦/٢٢)

تاريخ تسليم البحث (٢٠٢٣/٥/١)

الملخص

هدف البحث الى ما يأتي:

- التعرف على مستوى السلوك الخامل لدى اعدادية الابداع في مدينة الموصل.
- التعرف على العلاقة بين السلوك الخامل والتحصيل الدراسي لدى طلاب اعدادية الابداع في مدينة الموصل.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبيه المسحي والارتباطي لملائتهما وطبيعة البحث، فيما حدد مجتمع البحث بطلاب اعدادية الابداع للبنين في مدينة الموصل للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣) والبالغ عددهم (٢٦٣) طالباً، في حين تكونت عينة البحث من (٦٤) طالباً من طلاب الصف الرابع الاعدادي وهم يمثلون مايقارب (٢٤%) من مجتمع البحث. واشتملت عينة الثبات على (٣٠) طالباً بينما اشتملت عينة التجربة الاستطلاعية للمقياس على (١٠) طلاب من مجتمع البحث وقد استخدم الباحثان المقياس كأداة لجمع البيانات.

إعتمد الباحثان (مقياس النشاط البدني للأطفال الأكبر سناً) (PAQ-C)(السلوك الخامل) ل(Kowalski et al., 2004) والمعد الى العربية من قبل (محمد شريف سراج الدين واخرون، ٢٠٢٢) ثم قام الباحثان بعرض المقياس على الخبراء من اجل تكييفه ليكون مناسباً لبيئة طلاب المرحلة الاعدادية في مدينة الموصل. واقتصرت الوسائل الاحصائية على (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط، واختبارات للعينات المستقلة، والنسبة المئوية) والتي تم حسابها بواسطة البرنامج الاحصائي (SPSS) تحقيقاً لاغراض البحث . وقد توصل الباحثان الى الاستنتاجات الآتية: عدم وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين السلوك الخامل والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الرابع الاعدادي في مدينة الموصل.

الكلمات المفتاحية : السلوك الخامل، التحصيل الدراسي..

Sedentary behavior and physical activity and their relationship to academic achievement

Mohammed Ethar Abd-Kareem College of Physical Education & Sports Sciences /
University of Mosul

mohammed.21ssp19@student.uomosul.edu.iq

Nadhim Shaker Al-Wattar College of Physical Education & Sports Sciences /
University of Mosul

ABSTRACT

The study aimed to:

-Identify the level of sedentary behavior

-Identifying the relationship between sedentary behavior and academic achievement

The researchers used the descriptive method in both its survey and correlation styles due to their suitability and the nature of the research, while the research community was identified by the Creativity High School students for boys in the city of Mosul for the academic year (2022-2023), whose number is (263) students, while the research sample consisted of (64) students from the fourth-grade Middle school students, and they represent approximately (24%) of the research community. The sample of stability included (30) students, while the sample of the exploratory experiment for the questionnaire included (10) students from the research community. The two researchers used the questionnaire as a tool for data collection.

The two researchers adopted the (Physical Activity Questionnaire for Older Children) (PAQ-C) (sedentary Behavior) by (Kowalski et al., 2004) which was translated to Arabic by (Mohamed Sharif Serageldin et al., 2022). Then the researchers presented the questionnaire to experts To adapt it to be suitable for the environment of high school students in the city of Mosul. The statistical means were limited to (the arithmetic mean, the standard deviation, the simple correlation coefficient, the t-test for independent samples, and the percentage), which were calculated by the statistical program (SPSS) for the research.

The researchers reached the following conclusions:

There is no statistically significant relationship between sedentary behavior and academic achievement among fourth-grade high school students in the city of Mosul.

Keywords : sedentary behavior, academic achievement.

١ - التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

حظي السلوك الخامل باهتمام كبير من العاملين في مجال التربية والتعليم إذ أن السلوكيات الخاملة هي المصطلح الواسع المطبق على مجموعة من الأنشطة التي يتم القيام بها في أثناء الجلوس في المدرسة (Ainsworth et al., 2000). وقد ازدادت السلوكيات الخاملة بين الطلاب في الآونة الأخيرة، ويرجع ذلك جزئياً إلى التطور التكنولوجي لأجهزة الترفيه المنزلية المسلية والمستويات العالية من عدم الحركة مع أجهزة الكمبيوتر أو بدونها ولذلك يقضي معظم الطلاب أوقاتهم جالسين ويمارسون ألعاب الفيديو والكمبيوتر في أثناء اوقات فراغهم ويهملون واجباتهم الدراسية ويتخلون عن ممارسة النشاط البدني.

وقد أظهرت الدراسات الحديثة أن المستويات العالية من السلوك الخامل لدى الشباب لها تأثير سلبي على صحتهم فقد ساهمت المستويات العالية من السلوك الخامل في زيادة الأمراض المزمنة مثل السمنة ومرض السكري من النوع الثاني ومشاكل القلب بين المراهقين (Edwardson et al., 2012)

كما تشير بعض الأبحاث أيضًا أن الوقت الذي يتم فيه الانضمام في السلوكيات الخاملة المرتبطة بالتكنولوجيا الحديثة يؤثر سلبًا على الأداء الأكاديمي للأطفال والمراهقين والطلاب على حد سواء والتي تشمل مجموعة من المهارات المعرفية والمواقف والسلوكيات الأكاديمية والإنجازات. علاوة على ذلك فإن استخدام التلفاز والعباب الفيديو والكمبيوتر لأكثر ساعتين من الاستهلاك اليومي يتعارض مع الواجبات المدرسية عند المراهقين وخاصة الطلاب، وقد اشارت دراسات اخرى الى ان أنواع مختلفة من استخدام التكنولوجيا ومن ضمنها الهاتف المحمول ترتبط بشكل كبير بدرجات عالية من التشتت عن المهام الأكاديمية (Sharif et al., 2010) ومع ذلك فقد أشارت دراسات أخرى الى أن السلوكيات الخاملة المرتبطة بالتكنولوجيا كان لها أثرا ايجابيا على الأداء الأكاديمي للمراهقين، اذ أشارت تلك الدراسات بأن استخدام الإنترنت قد يرتبط بشكل إيجابي بمهارات القراءة والأداء المدرسي كما ساهمت ممارسة الألعاب في تطوير بعض المهارات المعرفية بين الأطفال والمراهقين (Subrahmanyam et al., 2001; Jackson et al., 2011)

وتتجلى أهمية البحث في تسليط الضوء على السلوكيات الخاملة التي تؤثر على الطلاب وتحصيلهم وذلك من خلال ابراز المشكلات السلوكية بالنسبة للمهتمين والقائمين على التربية وكذلك بالنسبة للمربين وأولياء الامور من أجل التركيز عليها وايجاد حلول علاجية لها واعتبار هذا المتغير على درجة عالية من الأهمية من اجل زيادة التحصيل العلمي لطلاب المدارس، ويمكن ان تقدم الدراسة الحالية اضافة علمية جديدة في مجال التربية والتعليم من خلال تناولها لمتغيرات ذات اهمية في الدراسات النفسية والتربوية في وقت واحد.

١- مشكلة البحث :

تعد المشكلات السلوكية من أكثر المشكلات في درس التربية الرياضية التي تعاني منها المنظومة التربوية وخاصة المربي، و هذا ما استدعى اهتمام القائمين على التربية والتعليم والباحثين في هذا المجال بغية إيجاد حلول علاجية لتلك المشكلة وذلك كونها تؤرق المربين من جهة وتعيق العملية التعليمية داخل درس التربية الرياضية من جهة أخرى كما تؤدي إلى انخفاض مستوى المشاركة في النشاط الرياضي لدى الكثير من الطلاب لذا نجد العديد من طلاب مراحل المرحلة الثانوية يعانون من مشكلات نفسية واجتماعية وسلوكية وتحصيلية ومنها السلوك الخامل بسبب طبيعة الحياة العصرية وانتشار التكنولوجيا وهذا ما لاحظته اولياء الامور والمدرسين والتي تؤدي بهم إلى عدم التوافق مع أنفسهم ومع الآخرين وينعكس ذلك على المحيطين بهم من أولياء الأمور والمعلمين لدرجة تجعلهم لا يستطيعون التعامل مع هذه المشكلات إلا من خلال متخصص مؤهل للقيام بهذا الدور.

على الرغم من الأدلة البحثية التي تشير لتأثيرات السلوكيات الصحية المختلفة للمراهقين على التحصيل الدراسي فقد لوحظ وعلى حد علم الباحثان غياب الأدلة التي تشير لتأثير السلوكيات الخاملة المختلفة على الأداء الأكاديمي لهذا اعتبر الباحثان ان غموض العلاقة بين السلوك الخامل والتحصيل الدراسي

هي مشكلة تستحق التقصي والبحث وذلك من أجل الوصول الى نتائج ممكن أن تقدم خدمة للعاملين في مجال التربية والتعليم.

أهداف البحث :

١-٣-١ التعرف على مستوى السلوك الخامل لدى طلاب اعدادية الابداع في مدينة الموصل.

٢-٣-١ التعرف على العلاقة بين السلوك الخامل والتحصيل الدراسي لدى طلاب اعدادية الابداع في مدينة الموصل.

٢-١ فرضيات البحث :

١-٤-١ وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين السلوك الخامل والتحصيل الدراسي لدى طلاب اعدادية الابداع في مدينة الموصل.

٣-١ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري : طلاب اعدادية الابداع للبنين في مدينة الموصل.

٢-٥-١ المجال الزمني: ابتداءً من ١/١٠/٢٠٢٢ الى ١/١٠/٢٠٢٣.

٣-٥-١ المجال المكاني: اعدادية الابداع للبنين في مدينة الموصل.

٤-١ المصطلحات :

١-٦-١ السلوك الخامل: عرفه (Pate et al., 2008) بأنه "الأنشطة التي لا تزيد من إنفاق الطاقة بشكل كبير فوق مستوى الراحة ويتضمن أنشطة مثل النوم والجلوس والاستلقاء ومشاهدة التلفزيون وأشكال أخرى من الترفيه على الأجهزة الحديثة" (Pate et al., 2008).

ويعرفه الباحث اجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال اجابته على مقياس النشاط البدني (PAQ-C) اذ تشير الدرجة العليا الى ان الطالب يمتلك مستوى منخفض من السلوك الخامل وتشير الدرجة المنخفضة الى ان الطالب يمتلك مستوى مرتفع من السلوك الخامل ويعتبر غير ممارس للنشاط البدني.

٢-٦-١ التحصيل الدراسي: عرفه (شعلان، ٢٠٠٦) "كل أداء يقوم به الطالب في الموضوعات المدرسية المختلفة والذي يمكن إخضاعه للقياس عن طريق درجات اختبار وتقديرات المدرسين" (شعلان، ٢٠٠٦)

ويعرفه الباحث اجرائياً بأنه معدل الدرجات التي تحصل عليها الطالب في امتحانات الفصل الاول ونصف السنة في المواد المقرر في المنهاج الدراسي للصف الرابع الاعدادي.

١- الدراسات السابقة :

١-٢ دراسة (Maher et al., 2016)

"الارتباط بين النشاط البدني والسلوك الخامل والأداء الأكاديمي"

هدفت الدراسة الى:

- التعرف على العلاقة بين النشاط البدني للأطفال والسلوكيات الخاملة والأداء الأكاديمي.

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي والارتباطي لملائمتها وطبيعة البحث. فيما حدد مجتمع البحث بتلاميذ المدارس الابتدائية في استراليا وقد تألفت عينة البحث من (٢٨٥) تلميذا استراليا تراوحت اعمارهم بين (٩-١١) سنة تم اختيار مدارسهم بطريقة عشوائية. تم استخدام جهاز مقياس التسارع (accelerometer) لقياس النشاط البدني والسلوك الخامل للاطفال، اما الاداء الاكاديمي (التحصيل الدراسي) فكان الحصول على بياناته من التقييم الموحد على مستوى البلاد كما تم قياس مؤشر كتلة الجسم وتم جمع المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية في مسح أبلغ عنه الوالدان وبعدها تم فحص العلاقات بين النشاط البدني والسلوك الخامل والأداء الأكاديمي وتمت الاستعانة بالارتباط كوسيلة احصائي تحقيقا لاهداف البحث. وقد تم التوصل للنتائج الاتية: كان الأداء الأكاديمي العالي مرتبطاً بقوة وثباتاً بمعدلات الجلوس المرتفعة في المقابل كان الأداء الأكاديمي العالي مرتبطاً فقط بالنشاط البدني العالي في مجالين أكاديميين (الكتابة والحساب) ولم يكن مرتبطاً بأداء اللغة والقراءة والتهجئ وبناءً على تلك النتائج استنتج الباحثان ما يأتي:

تسلط النتائج الضوء على أن السلوك الخامل يمكن أن يكون له علاقات إيجابية مع نتائج غير جسدية إذ تشير العلاقات الإيجابية بين النشاط البدني والكتابة والحساب إلى أنها تحتل مكانة مهمة في حياة الأطفال داخل المدرسة وخارجها بالإضافة إلى الفوائد الموثقة جيداً للنشاط البدني على الصحة البدنية والاجتماعية.

٢- إجراءات البحث :

٣-١ منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي والارتباطي لملاءمتها وطبيعة البحث .

٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث على طلاب اعدادية الابداع للبنين للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣) والبالغ عددهم (٢٦٣) طالبا، وقد تم اختيار عينة البحث من طلاب الصف الرابع الاعدادي بالطريقة العمدية وذلك لكون العينة متيسرة بالإضافة لتوفر الظروف الملائمة في المدرسة ومن ساحات وادوات تسهل مهمة الباحثان في تطبيق البرنامج ولكون المدرسة تولي اهتماما كبيرا بدرس التربية الرياضية، كما ان الصف الرابع الاعدادي يأخذ حصة التربية الرياضية بواقع حصتين في الأسبوع وحسب المنهج المقرر والجدول الدراسي للمدرسة. وبلغ عددهم (٦٤) طالباً والتي تمثل نسبة (٢٤.٣٣%) من مجتمع البحث. واشتملت عينة الثبات على (٣٠) طالباً يمثلون نسبة (١١,٤٠%) بينما اشتملت عينة التجربة الاستطلاعية للمقياس على (١٠) طلاب يمثلون نسبة (٣,٨%) من مجتمع البحث والجدول (١) يبين تفاصيل ذلك.

الجدول (١) يبين معلومات عن العدد الكلي لمجتمع البحث وعينته والنسبة المئوية

المتغيرات	العدد	النسبة المئوية
عينة التطبيق	٦٤	٢٤,٣٣%
عينة الثبات	٣٠	١١,٤٠%
عينة التجربة الاستطلاعية	١٠	٣,٨%
مجتمع البحث	٢٦٣	١٠٠%

٣-٣ أدوات البحث :

٣-٣-١ مقياس النشاط البدني (PAQ-C)

اعتمد الباحثان (مقياس النشاط البدني للأطفال الأكبر عمراً) (PAQ-C) (السلوك الخامل) ل (Kowalski et al., 2004) والمعد الى العربية من قبل (محمد شريف سراج الدين واخرون، ٢٠٢٢) ثم قام الباحثان بعرض المقياس على الخبراء من اجل تكييفه ليكون مناسباً لبيئة طلاب المرحلة الاعدادية في مدينة الموصل.

تم قياس السلوك الخامل للمشاركين باستخدام (مقياس النشاط البدني للأطفال الأكبر عمراً) (PAQ-C) ، والذي يتألف من عشرة عناصر، تسعة منها تم تسجيلها على مقياس تقييم من خمس نقاط حيث تشير الدرجات الأعلى إلى مستوى أعلى من النشاط. يتكون العنصر الأول من مقياس النشاط البدني (PAQ-C) من ١٣ نشاطاً رياضياً وترفيهياً مشتركاً حيث يختار المشاركون النتيجة بناءً على تكرار النشاط الذي تم إجراؤه خلال الأيام السبعة السابقة على مقياس تصنيف من خمس نقاط (١ = لا يوجد نشاط على الإطلاق ، ٢ = ١-٢ مرات ، ٣ = ٣-٤ مرات ، ٤ = ٥-٦ مرات و ٥ = ٧ مرات أو أكثر) ، وبعد ذلك تم حساب متوسط الدرجة المركبة (Kowalski et al., 2004)

تتناول العناصر الثمانية المتبقية الأنشطة البدنية التي يتم إجراؤها خلال اليوم على سبيل المثال دروس التربية البدنية ووقت الراحة ووقت الغدا بالإضافة إلى أنشطة ما بعد المدرسة في أمسيات أيام الأسبوع وعطلات نهاية الأسبوع وأخيراً ملخصاً لجميع أيام الأسبوع. ويعتبر متوسط الدرجة للعناصر التسعة الأولى هو الدرجة النهائية للمقياس بينما يستقر العنصر العاشر عن أي ظروف غير عادية (مثل المرض) أثرت أو منعت النشاط البدني للطالب في الأيام السبعة التي تسبق التقييم.

من بين الأنشطة المدرجة في الفقرة الاولى تم حذف الأنشطة التي لا يتم إجراؤها عادة في مدينة الموصل على سبيل المثال (لعبة المسافة والهوكي والتزلج بالبورق والرقص) بناءً على آراء الخبراء بالإضافة إلى ذلكم اضافة بعض الأنشطة البدنية مثل تمارين الانتقال وكرة الطاولة لكونها تمتلك شعبية في بيئة مدينة الموصل مع وجود اقبال على هذه الانشطة من قبل الفئة العمرية التي استهدفها الباحثان في دراستهما ونتيجة لهذه التغييرات تكونت الفقرة الاولى من مقياس النشاط البدني (PAQ-C) من قائمة من ١٣ نشاطاً بدنياً بدلاً من ١٦ نشاطاً.

٣-٣-١-١ صدق المقياس :

٣-٣-١-١-١ صدق الخبراء

تم التأكد من صدق اداة البحث من خلال عرضها لجنة خبراء تتألف من (١١) عضواً من اساتذة جامعة الموصل والمختصين في علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي كما موضح في ملحق (١) من اجل إجراء التكييف الثقافي لـ (PAQ-C) ليناسب طلاب الاعدادية في مدينة الموصل إذ طلب منهم إبداء الرأي حول ملائمة فقرات المقياس للإغراض التي وضعت لأجلها، من حيث وضوح فقراتها ومضمونها والصياغة واللغة، ومناسبة الفقرات، وكذلك إضافة أو حذف أو تعديل اي فقره، أو وضع اي اقتراحات أخرى يرونها مناسبة، حيث تم اعتماد نسبة اتفاق (٧٥%) لصدق الخبراء فأكثر لصلاحية الفقرات وحذف الفقرات التي لم تحقق هذا النسبة، إذ يشير بلوم وآخرون إلى أنه "يمكن الاعتماد على موافقة آراء الخبراء بنسبة (٧٥%) فأكثر في مثل هذا النوع من الصدق" (بلوم وآخرون، ١٩٨٣، ١٢٦). والجدول (٢) يبين نسب اتفاق الخبراء على الفقرات:

الجدول (٢) يبين نسب اتفاق الخبراء على المقياس

ت	الفقرات	موافق	النسبة المئوية
١	النشاط البدني في وقت فراغك: هل قمت بأي من الأنشطة التالية خلال ال ٧ أيام الماضية	٩	%٨١
٢	الأسبوع الماضي؟ إذا كان الجواب نعم، كم مرة؟ (ضح علامة صح لكل صف)	١١	%١٠٠
٣	أثناء درس التربية الرياضية، كم عدد المرات التي كنت فيها نشيطا للغاية (اللعب بقوة، القفز، الركض)؟	١١	%١٠٠
٤	ماذا فعلت معظم الوقت في ايام العطلة؟	٩	%٨١
٥	ماذا كنت تفعل بعد تناول الغداء؟	٩	%٨١
٦	كم عدد الأيام بعد المدرسة مباشرةً قمت بممارسة الرياضة او ممارسة الالعاب التي كنت فيها نشيطا للغاية؟	١١	%١٠٠
٧	كم عدد المرات التي مارست فيها الرياضة في المساء او مارست الالعاب التي كنت فيها نشيطا للغاية؟	١٠	%٩٠
٨	في عطلة نهاية الأسبوع كم عدد المرات التي مارست فيها الرياضة او مارست الالعاب التي كنت فيها نشيطا للغاية؟	١٠	%٩٠
٩	أي مما يلي يصف لك أفضل شيء خلال الأيام السبعة الماضية؟ إقرأ جميع العبارات الخمس قل أن تقرر الإجابة الوحيدة التي تصفك.	٩	%٨١
١٠	أوصف عدد المرات التي مارست فيها النشاط البدني (مثل ممارسة الألعاب الرياضية أو أي نشاط بدني آخر) لكل يوم في الأسبوع الماضي.	١٠	%٩٠

٣-٣-١-١-٢ التحليل الاحصائي للفقرات : القوة التمييزية للفقرات

أسلوب المجموعتين المتطرفتين:

يعد الهدف من هذا الاجراء هو للتأكد من كفاءة فقرات المقياس في تحقيقها لمبدأ الفروق الفردية حيث يقوم على أساسه المقياس فيتم تقدير القوة التمييزية لفقرات المقياس من اجل إبقاء الفقرات المميزة، واستبعاد الفقرات غير المميزة حيث بلغ حجم عينة التمييز (٦٤) طالباً وبعد اكمال اعداد التعليمات المقياس تم تطبيقه على عينة التمييز، وبعد جمع الاستمارات من العينة، اذ تم الحصول على الدرجات الخاصة بكل فقرة ليتم على ضوءها حساب الدرجة الكلية لكل استمارة.

وقد اتبع الباحثان الخطوات الاتية في استخراج القوة التمييزية:

١- ترتيب الاستمارات تصاعديا على وفق المجموع الكلي لكل استمارة.

٢- تم تحديد حجم المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا وبواقع (٥٠%) لكل منهما، وبذلك بلغت استمارات المجموعة الدنيا (٣٢) استمارة، والمجموعة العليا (٣٢) استمارة. حيث يمكن تقسيم العينة بعد ترتيب الدرجات تنازلياً الى نصفين النصف الأول يمثل المجموعة الدنيا، والنصف الأخير يمثل المجموعة العليا، اما اذا كانت العينات كبيرة فانه بالإمكان اخذ نسبة (٢٧%) من المجموعتين العليا والدنيا. هذا وان نتائج القوة التمييزية على الفقرات المحسوبة بنسبة مئوية (٥٠%) لا تختلف عن تلك المحسوبة بنسبة (٢٧%) او (٣٣%) عندما يكون المفحوصين بواقع (١٠٠) مفحوص او أكثر. (العبيسي، ٢٠١٠، ٢٠٦).

٣- إيجاد الفروق بين المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس على حدة. وكما هو مبين في الجدول (٣)

الجدول (٣) يبين صدق المجموعات المتطرفة للمقياس

القدرة التمييزية	مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		الفقرة
			ع	س	ع	س	
مميزة	.004	3.098-	.385	1.887	.404	1.608	١
مميزة	.003	3.172-	.803	4.250	1.157	3.375	٢
مميزة	.036	2.198-	.983	4.250	1.084	3.718	٣
مميزة	.006	2.952-	1.310	2.656	1.070	1.857	٤
مميزة	.000	6.284-	1.019	3.843	.802	2.468	٥
مميزة	.000	5.409-	.883	3.156	1.060	1.812	٦
مميزة	.000	6.976-	.865	3.656	.965	2.187	٧
مميزة	.007	2.864-	1.058	3.093	1.008	2.375	٨
مميزة	.000	6.352-	.773	3.474	.840	2.265	٩
مميزة	.000	56.483	2.853	30.268	3.378	21.686	مجموع الفقرات

معنوي عند مستوى دلالة ≥ 0.05 .

من الجدول (٣) والذي يبين قيم اختبار (ت) بين المجموعة الدنيا و المجموعة العليا ويظهر من الجدول ان جميع القيم كانت معنوية، وعند مستوى معنوية (٠.٠٥) وهذا يعني قدرة فقرات المقياس على التمييز بين افراد العينة.

الإتساق الداخلي

يقدم لنا هذا الأسلوب مقياساً متجانساً في فقراته، اذ تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس مجتمعاً، فضلاً عن قدرته على ابراز ترابط فقرات المقياس، فضلاً عن ذلك يؤدي فحص الاتساق الداخلي للاختبار او معامل تجانسه الى إمكانية الحصول على تقدير صدقه التكويني (باهي، ١٩٩٩، ٣٥) حيث يمكن ايجاده عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للفرد التي تعد معياراً لصدق الاختبار (الزوبعي وآخرون، ١٩٨١، ٤٣) حيث كلما وجد معامل الارتباط لدرجات الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس عالياً دل ذلك على توافر التناسق الداخلي للمقياس ككل (علاوي ورضوان، ٢٠٠٨، ٣٧١) ومن اجل استخراج معامل الاتساق استخدم الباحثان معامل الارتباط البسيط لبيرسون لقياس درجة ارتباط كل فقرة مع درجة الفقرات الكلية للمقياس على عينة قوامها (٦٤) طالباً من مجتمع البحث باستخدام برنامج (SPSS) على الحاسوب الآلي وكما مبين في الجدول (٤).

الجدول (٤) يبين صدق الإتساق الداخلي للمقياس

الفقرة	معامل الارتباط	Sig	الفقرة	معامل الارتباط	Sig	الفقرة	معامل الارتباط	Sig
١	.٥٣٨	٠,٠٠٠	٤	.٤١٩	٠,٠٠٠	٧	.٧٤٩	٠,٠٠٠
٢	.٤٤٨	٠,٠٠٠	٥	.٧٢٦	٠,٠٠٠	٨	.٥١٨	٠,٠٠٠
٣	.٤٩٥	٠,٠٠٠	٦	.٦٨٦	٠,٠٠٠	٩	.٧٠٧	٠,٠٠٠

معنوي عند مستوى دلالة $\geq ٠,٠٥$

من الجدول (٤) والذي يبين معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ويلاحظ ان جميع قيم معاملات الارتباط معنوية وعند مستوى معنوية (٠.٠٥) وهذا يعني تمتع فقرات المقياس بصدق الاتساق الداخلي.

٣-١-٢ ثبات المقياس :

طريقة الاختبار - اعادة الاختبار:

يشير الثبات "إلى مدى الدقة والإتقان أو الاتساق الذي يقيس به المقياس الظاهرة التي وضع من اجلها" (رضوان، ٢٠٠٦، ٩٨)، أو هو "الانسجام أو الاتساق في النتائج" (Cronbach , 1970 , 126) ويعني " الدقة في تقدير العلامة الحقيقية للفرد على السمة التي يقيسها المقياس" (عودة وملكاوي ، ١٩٩٢ ، ١٩٤) ولغرض ايجاد الثبات استخدم الباحثان طريقة اعادة الاختبار على عينة قوامها (٣٠) طالباً، وراعى الباحثان احداث فجوة زمنية بين التطبيقين لمدة (٢١) يوم ، إذ يشير (Adams , 1964)

إلى " أن المدة بين التطبيق الأول للأداة، والتطبيق الثاني لها ينبغي أن لا تتجاوز أسبوعين أو ثلاثة أسابيع " (Adams , 1964)، وبعد التحليل الاحصائي من خلال استخدام معامل الارتباط البسيط تبين ان المقياس يتمتع بمعامل استقرار عالي بلغ (٠.٨٤) مما يؤكد ثبات المقياس.

معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)

استخدم الباحثان طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha) احد طرائق حساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات الاستبيان، والكشف عن مدى ثبات فقرات الاستبيان ووجود الاتساق الداخلي بينها، على عينة الثبات (٣٠) طالباً، حيث حصلت على قيمة معامل ألفا كرونباخ للاستبيان بكامله . والجدول (٥) يبين ذلك:

الجدول (٥) يبين معاملات الثبات لاستبيان النشاط البدني (PAQ-C) بطريقة معامل ألفا كرونباخ

الفقرات	الوسط الحسابي	التباين	الانحراف المعياري	قيمة ألفا كرونباخ
٩	٢.٨٧٥	٠.٤١٤	٠.٦٤٣	٠,٧٦٣

يتبين من الجدول (٥) ان قيمة معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ هي (0.763) وهذا يدل على ان الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٣-٣-٢ التحصيل الدراسي :

قام الباحثان بالتواصل مع ادارة المدرسة وبموجب كتاب تسهيل المهمة من أجل الحصول على بيانات التحصيل الدراسي في عينة البحث والمتمثلة في درجات الامتحانات (الفصل الاول، نصف السنة).

٣-٤ اجراءات البحث :

٣-٤-١ التجربة الاستطلاعية :

شاركت عينة من (١٠) طلاب تقترب أعمارهم بين (١٤-١٥) عاماً في التجربة الاستطلاعية للمقياس في يوم الخميس الموافق (٢٠٢٣/٢/١٥) للتحقق من قابلية فهم النسخة المكيفة من مقياس النشاط البدني (PAQ-C). اتفق أعضاء لجنة الخبراء والمشاركون في التجربة الاستطلاعية على أن الكلمات المستخدمة في النسخة المكيفة من (PAQ-C) بسيطة وسهلة الفهم للطلاب من الفئة العمرية المستهدفة. وكان الوقت الذي يستغرقه الطالب خلال اجابته عن المقياس يقترب ما بين (٥-١٠) دقيقة.

٣-٤-٢ التجربة الرئيسية :

قام الباحثان بتوزيع مقياس النشاط البدني على عينة البحث والبالغ عددهم (٦٤) طالباً من طلاب الصف الرابع الاعدادي في اعدادية الابداع للبنين بتاريخ (٢٠٢٢/٢/٢١) وذلك من اجل التعرف على مستويات النشاط البدني والسلوك الخامل لديهم واحتساب درجات التحصيل الدراسي للفصل الاول ونصف السنة لغرض جمع البيانات وتحليلها ومناقشتها.

٣-٥ الوسائل الاحصائية :

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون.
- معامل ثبات الفا كرونباخ.
- اختبار (ت) للعينات المستقلة.

٤- عرض ومناقشة النتائج :

الجدول (٦) يبين يظهر الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمتغيرات ومعامل الارتباط بينهما ومستوى المعنوية

Sig	معامل الارتباط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغير
.615	-.064	.٥٩١٣٦	٢.٨٨٦٤	السلوك الخامل
		١٣.٧٤٣١٧	٦٢.١٧١٩	التحصيل الدراسي

يتبين من الجدول (٦) عدم وجود علاقة ارتباط بين السلوك الخامل والتحصيل الدراسي ويعزو الباحثان النتيجة الحالية الى ان السلوك الخامل يتضمن انتظام مواقف متعددة يتطلب من الطالب الجلوس او الاستلقاء في أثناء مراجعة الدروس النظرية. اذ يشير (Esteban-Cornejo et al., 2015) اذا كان السلوك الخامل يرتبط بنشاطات ترفيهية فان ذلك يؤدي الى انخفاض مستوى التحصيل لدى الطلاب وذلك يتفق مع نتائج الدراسة الحالية التي تشير الى ان وجود السلوك الخامل لدى الطلاب يؤثر على النواحي المعرفية لديهم ويقلل من الزمن المطلوب لاغراض التحضير الدراسي وان الطلاب الذين يؤدون امتحاناتهم المدرسية بشكل افضل يكونون في الغالب اقل مشاركة من اقرانهم في النشاطات الاجتماعية الخاملة، اذ ان ذلك قد يتعدى على اوقات التحضير المدرسي ويؤثر على نتائجهم المدرسية وتحصيلهم الدراسي. وبما ان السلوك الخامل متعدد الابعاد بسبب وجود اكثر من نشاط يعيق الاداء الدراسي مثل وسائل التواصل الاجتماعي وتكنولوجيا المعلومات والانترنت ومشاهدة التلفاز فان ذلك بالتأكيد يؤثر على جوانب اخرى اهمها ذات علاقه بالحالة الصحية للطلاب وضعف المستوى الدراسي وذلك يعد بمثابة تأكيدات مهمة على دور المدرسة في مساعدة الطالب على جدولة واجباته المدرسية داخل المدرسة وخارجها. وتشير دراسة (Manohar m. et al. 2019) الى ان (59.6%) من الطلاب يخسرون يوميا مايقارب الساعتين في الجلوس على الانترنت ووسائل التواصل وبالتالي فان ذلك قد يسبب لهم المتعة الاجتماعية وينمي بعض الجوانب المعرفية لكنه في التالي يؤثر على تحصيلهم الدراسي.

٣- الاستنتاجات والتوصيات :

١-٥ الاستنتاجات :

- يمتلك افراد عينة البحث مستوى مرتفع من السلوك الخامل.
- ان السلوك الخامل في حدود عينة البحث لا يرتبط مع نتائج التحصيل الدراسي لانه من الممكن ان تساعد شبكات الانترنت وبعض وسائل التواصل الاجتماعي على التحصيل الدراسي بطريقة او باخرى لكنها لا ترتبط به.

٢-٥ التوصيات

- ١- تكثيف دروس التربية الرياضية في الجدول الدراسي الاسبوعي من اجل القضاء على السلوك الخامل.
- ٢- التعاون بين ادارة المدرسة والاباء على خفض استخدام وسائل التواصل الاجتماعية داخل المنزل وتوجيه الطلبة بانتظام الى متابعة واجباتهم الدراسي داخل المنزل.
- ٣- توصية مدرسي التربية الرياضية بتنوع اساليب التدريس واستخدام فقرات ترويحوية غير تقليدية لتشجيع الطلاب على ممارسة النشاط الرياضي داخل المدرسة وخارجها.
- ٤- ضم الطلاب الذين لديهم السلوك الخامل الى الفرق المدرسية وزجهم في اجواء المنافسة لتغيير سلوكهم واندفاعهم نحو النشاط الرياضي المدرسي مقارنة باستخدام الاجهزة الذكية.

المصادر

١. باهي ، مصطفى حسين .(١٩٩٩). المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
٢. بلوم، بنيامين واخرون : (١٩٨٣) تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد امين المفتي واخرون، دار ماكرو هيل، القاهرة.
٣. رضوان، محمد نصر الدين : (٢٠٠٦) المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضة، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
٤. سراج الدين، محمد شريف : (٢٠٢٢) استبيان النشاط البدني للأطفال الأكبر سناً (PAQC): الترجمة العربية ، والتكيف عبر الثقافات ، والتحقق من صحة القياس النفسي للأطفال في سن المدرسة في المملكة العربية السعودية
٥. شعلان، هادي : (٢٠٠٦) المرشد التربوي ودوره الفاعل في حل مشكلات الطلبة، دار عالم الثقافة، الأردن.
٦. العبيسي، محمد مصطفى: (٢٠١٠) التقويم الواقعي في العملية التدريسية ، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن.
٧. علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين : (٢٠٠٨) القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

٨. عودة، احمد سليمان وملكاوي، فتحي حسن (١٩٩٢) أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الاجتماعية، كلية التربية، جامعة اليرموك، دار الأمل.
9. Ainsworth BE, Haskell WL, Whitt MC, et al. Compendium of physical activities: an update of activity codes and MET intensities. *Med Sci Sports Exerc.* 2000;32(9 Suppl):
 10. Manohar M, Uma SK, Rajendran J (2019) Sedentary behavior and their association with academic performance among high school students in South Tamil Nadu
 11. Edwardson CL, Gorely T, Davies MJ, Gray LJ, Khunti K, Wilmot EG, et al. (2012) Association of sedentary behavior with metabolic syndrome: a meta-analysis. *PloS One.*;7(4):e34916.
 12. Cronbach, L. J. (1970). *Essentials of Psychological Testing*. New York: Harper & Row.
 13. Esteban-Cornejo I, Martinez-Gomez D, Sallis JF, et al. Objectively measured and self-reported leisure-time sedentary behavior and academic performance in youth: The UP&DOWN Study. *Prev Med.* 2015;77:106-111. doi:10.1016/j.ypmed.2015.05.013
 14. Sharif I, Wills TA, Sargent JD. Effect of visual media use on school performance: a prospective study. *J Adolescent Health.* 2010; 46: 52–61.
 15. Jackson, L. A., von Eye, A., Witt, E. A., Zhao, Y., & Fitzgerald, H. E. (2011). A longitudinal study of the effects of internet use and videogame playing on academic performance and the roles of gender, race, and income in these relationships. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 228–239.
 16. Lizandra, J., Devís-Devís, J., Pérez-Gimeno, E., Valencia-Peris, A., & Peiró-Velert, C. (2016). Does Sedentary Behavior Predict Academic Performance in Adolescents or the Other Way Round? A Longitudinal Path Analysis. *PloS one*, 11(4), e0153272.
 17. Subrahmanyam K, Greenfield P, Kraut R, Gross E. The impact of computer use on children's and adolescents' development. *J Appl Dev Psychol.* 2001;
 18. Maher, C., Lewis, L., Katzmarzyk, P. T., Dumuid, D., Cassidy, L., & Olds, T. (2016). The associations between physical activity, sedentary behavior, and academic performance.
 19. Pate, R. R., O'Neill, J. R., & Lobelo, F. (2008). The evolving definition of "sedentary". *Exercise and sport sciences reviews*, 36(4), 173–178.

الملاحق

ملحق (١)

السادة الخبراء والمتخصصين بمجال علم النفس الرياضي الذين تم عرض المقياس عليهم

مجلة الرافدين للعلوم الرياضية - المجلد (٢٦) - العدد (٨٢) خاص - ٢٠٢٣

السلوك الخامل وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الرابع الاعدادي في مدينة الموصل

الاختصاص	مكان العمل	اللقب العلمي	أسماء الخبراء	ت
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	استاذ	د. عكلة سليمان الحوري	١
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية للبنات / قسم الرياضة	استاذ	د. نبراس يونس محمد	٢
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	استاذ	د. عصام محمد رضا	٤
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	استاذ	د. مؤيد عبدالرزاق الحسو	٤
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	استاذ	د. نغم محمود العبيدي	٥
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	استاذ	د. ثامر محمود ذنون	٦
علم النفس	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الانسانية	أستاذ	د. احمد يونس البجاري	٧
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	استاذ	د. نغم خالد الخفاف	٨
علم النفس	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الانسانية	أستاذ مساعد	د. ياسر محفوظ حامد	٩
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	أستاذ مساعد	د. وليد ذنون يونس	١٠
علم النفس الرياضي	جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	أستاذ مساعد	د. محمد خيرالدين صالح	١١