

العنوان:	أثر برنامج تعليمي في السباحة على تطوير مفهوم الذات والمستوى المهاري لدى الأفراد ذوي التحديات الحركية
المؤلف الرئيسي:	أبو عيد، فالح سلطان فالح
مؤلفين آخرين:	أبو الرز، حسين(مشرف)
التاريخ الميلادي:	2004
موقع:	إربد
الصفحات:	1 - 100
رقم MD:	567803
نوع المحتوى:	رسائل جامعية
اللغة:	Arabic
الدرجة العلمية:	رسالة ماجستير
الجامعة:	جامعة اليرموك
الكلية:	كلية التربية الرياضية
الدولة:	الاردن
قواعد المعلومات:	Dissertations
مواضيع:	السباحة، السباحون، المستوى المهاري، المهارات الرياضية، التدريب الرياضي
رابط:	<a href="https://search.mandumah.com/Record/567803">https://search.mandumah.com/Record/567803</a>

ملحق ( ١ )

قائمة بأسماء المحكمين للبرنامج التعليمي للسباحة

- |                    |                         |
|--------------------|-------------------------|
| جامعة اليرموك      | ١- د. هاني الربضي       |
| الجامعة الأردنية   | ٢- د. سميرة عرابي       |
| الجامعة الأردنية   | ٣- د. سهى أديب          |
| جامعة مؤتة         | ٤- د. علي أبو زمع       |
| الجامعة الهاشمية   | ٥- د. فداء مهيار        |
| الجامعة الهاشمية   | ٦- د. غازي الكيلاني     |
| جامعة اليرموك      | ٧- د. حسن الوديان       |
| الجامعة الأردنية   | ٨- د. صادق الحايك       |
| الجامعة الهاشمية   | ٩- د. عمر هنداوي        |
| الجامعة الهاشمية   | ١٠- السيد عمر الكيلاني  |
| جامعة اليرموك      | ١١- السيد وليد صبا بحة  |
| مدينة الحسن للشباب | ١٢- السيد فيصل الحوراني |

## ملحق ( ٤ )

### مقياس مفهوم الذات

#### أخي المستجيب / اختي المستجيبة

تهدف هذه الأداة إلى قياس مفهوم الذات لذوي الإعاقات الحركية . ويتكون المقياس

من ٧٠ فقرة تعبر عن شعورك . يرجى قراءة كل عبارة بعناية وتمعن و الإجابة عنها بكل

صراحة وصدق بوضع إشارة X في الخانة المخصصة امام كل عبارة بما يتفق مع شخصيتك

و المثال الآتي يوضح ذلك :-

مثال :-

الرقم	الفقرة	موافق بشدة	موافق	غير متأكد	غير موافق	غير موافق بشدة
١	يسبب شكلي ازعاجا لي	X				

أرجو إن تكون أجايبك صريحة علما بأن المعلومات لا تستخدم الا لأغراض البحث

العلمي فقط.

شاكرا ومقدرا حسن تعاونكم

معلومات عامة :-

العمر :-

المستوى التعليمي :-

مكان الإقامة :-  قرية  مدينة  مخيم

العمل :-  اعمل  لا اعمل

الحالة الاجتماعية :-  اعزب  متزوج

الباحث

فالح سلطان أبو عيد

## مقياس مفهوم الذات

الرقم	الفقرة	موافق بشدة	موافق	متأكد	غير موافق	غير موافق بشدة
١	اجد صعوبة في المحافظة على توازني اثناء المشي					
٢	اعمل أشياء سيئة كثيرا					
٣	اسبب المتاعب لعائلتي					
٤	أتصرف بطريقة غير مقبولة في البيت					
٥	تساعدني أسرتي عندما أتعرض لأي مشكلة					
٦	اوجه النقد لآخوتي و أخواني					
٧	غالبا ما أقع في مشكلة أو اضطراب					
٨	غالبا ما أقحم نفسي في المشاجرات والعراك مع الآخرين					
٩	أنا شخص مهذب وصادق					
١٠	إن الطريقة التي اعمل بها تجعل الآخرين يسيئون فهمها					
١١	يجد الناس سهوله في التعامل معي رغم إعاقتي					
١٢	افضل طريقتي الخاصة في الأعمال التي أقوم بها					
١٣	تخطر على بالي أفكار سيئة					
١٤	استحق ثقة الناس على إخلاصي في عملي					
١٥	يسبب شكلي إزعاجا لي					
١٦	عندي جسم سليم صحيا					
١٧	أتمنى أن أغير بعض الأعضاء في جسمي					

				أنا لست طويلا ولا قصيرا اكثر من اللازم	١٨
				إعاقتي تحول دون ظهوري بمظهر أنيق و جميل	١٩
				احب أن أكون اكثر جاذبيه عند أفراد الجنس الآخر	٢٠
				احب أن اظهر أنيقا في جميع الأوقات	٢١
				اعتني بجسمي جيدا	٢٢
				أتمنى لو كانت شخصيتي غير ما هي عليه	٢٣
				ينحصر دوري في الألعاب الرياضية الخاصة بلذوي الاحتياجات الخاصة حركيا بالمشاهدة فقط	٢٤
				أنا لست مفرطا في البدانة أو النحافة	٢٥
				اشعر بضعف عام في جسمي	٢٦
				أنا خجول من إعاقتي	٢٧
				ارتبك عندما يسألني شخص لا اعرفه	٢٨
				اعتبر نفسي عصبي المزاج الى حد ما	٢٩
				انزعج كثيرا عندما يذكرني أحد بإعاقتي	٣٠
				إعاقتي تجعلني استسلم و اضعف في متابعة الأمور	٣١
				اشعر بان إعاقتي تجعلني مستثنى و مستبعد من بعض المواقف و المناسبات الاجتماعية	٣٢
				أنام جيدا في الليل	٣٣
				الفكرة التي ترعجني أن الناس يراقبونني في الشارع	٣٤
				ابكي بسهولة عندما لا أتمكن من	٣٥

					إعالة نفسي
					إعاقتي تسبب لي الإزعاج
					أجد صعوبة في التحدث إلى معظم الناس
					اشعر بالحرج عندما ينظر إلي الآخرون
					أتمنى لو لم اكن خجولا لهذه الدرجة
					اشعر بان الآخرين يسخرون مني بسبب إعاقتي
					يصعب على تكوين الأصدقاء لأنني معاق
					اشعر بأنني غير معروف عند الآخرين
					إنني آخر من يقع عليه الاختيار في الألعاب الخاصة بلذوي الاحتياجات الخاصة حركيا
					أنا شخص لطيف مع الآخرين
					أتجنب أن أكون مجهولا من الناس ما أمكنني ذلك
					أتمتع بشهرة وشعبية بين الناس
					ينتقدني الناس كثيرا بسبب إعاقتي
					أنا لا اكثرث بالآخرين
					أستطيع أن أحقق نجاحا في نشاطاتي الاجتماعية في مستوى ما يحققه الشخص العادي
					أنا من الأشخاص الذين تصعب مسايرتهم
					أنا إنسان سعيد
					احب نفسي كما هي
					أنا إنسان محظوظ

					يتوقع أهلي مني عمل أشياء كثيرة	٥٤
					إنني مرح و بشوش	٥٥
					لقد خاب رجاء أهلي بي لأنني معاق	٥٦
					أنا ساخط على العالم بأجمعه	٥٧
					اشعر بأنني مكروه عند الأشخاص العاديين	٥٨
					إنني عضو مهم في عائلتي	٥٩
					اشعر بأنني مكروه عند لذوي الاحتياجات الخاصة حركيا	٦٠
					يبدو لي أن ذاكرتي في حالة جيدة	٦١
					أجد صعوبة في أن اركز تفكيري في عمل أو مهمة معينة	٦٢
					لا أجد صعوبة في التعبير عن أفكارني أمام الآخرين	٦٣
					لا يمكنني أن استوعب ما أقرأ بالشكل الذي كنت عليه سابقا	٦٤
					اشعر بان أفكارني مقبولة لدى الآخرين	٦٥
					اشعر بأنني إنسان ذكي	٦٦
					أغير رأيي كثيرا	٦٧
					أنا لا اعرف الكثير من الأشياء	٦٨
					تمر بي أفكار غريبة وغير طبيعية	٦٩
					أقرأ و أطالع بعض المجلات و الكتب الثقافية	٧٠