



مجلة علوم الرياضة الدولية International Sports Science Journal

مجلة علمية محكمة
تصدر عن
أكاديمية علوم الرياضة

رقم الإيداع: 4176 / 1441 هـ
رقم الردمد: 8452 - 1658

معامل التأثير العربي (.51)

info@issjksa.com



المحتويات	الصفحة
1- المحتويات.....	3
2- القيم الشخصية وعلاقتها بأداء لاعبي أندية الدوري الممتاز لكرة القدم	5
3- تأثير تمارين لتطوير المهارة الدفاعية الدرجة الجانبية للاعبين الكرة الطائرة الشباب	11
4- تأثير الغل الكهربائي والتمارين التأهيلية في بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمصابين بالتمزق الجزئي للأربطة الجانبية لمفصل الركبة	17
5- تأثير تمارين خاصة باستخدام وسائل مساعدة على وفق بعض المتغيرات البايوميكانيكية في دقة التهديف البعيد بكرة السلة للشباب	29
6- التكيف الأكاديمي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت ..	37
7- البنى المعرفية اللاتكيفية وعلاقتها في مستوى الأداء المهاري بالتنس الأرضي	49
8- تأثير تدريبات لمراقبة معدل القلب القصوى وفقا للأسلوب التدريبي للتتابع Paarlauf لتطوير تحمل السرعة والانجاز لعدائي ركض 10000 متر النخبة	59
9- المهارات القيادية التدريسية لمدرسي التربية الرياضية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص في وسط وجنوب العراق	65
10- الصمود النفسي وعلاقته بدافعية الانجاز بين رماة القوس والسهم فئة الناشئات بأعمار (14-15)	73
11- التمكين النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين	83
12- بناء مستويات معيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لطالبات المرحلة الأساس العليا في مديرية تربية جنين	99
13- بناء وتطبيق مقياس الإيحاء الذاتي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مدينة الموصل	109



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 5, issue 6, June 2023

ISSN: 1658- 8452



القيم الشخصية وعلاقتها بأداء لاعبي أندية الدوري الممتاز لكرة القدم

أ.د. سناريا جبار محمود¹ الباحث: حسين علاوي عبد²

جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

(¹ Sanariajabar8@gmail.com, ² hussainallawy502@gmail.com)

المستخلص: هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة (القيم الشخصية وعلاقتها بأداء لاعبي أندية الدوري الممتاز لكرة القدم) واستعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب (المسحي) لملائمتها وطبيعة المشكلة. وتكون مجتمع البحث من (183) لاعباً من لاعبي أندية الدوري الممتاز بالكرة القدم، أما عينة التطبيق ضمت (82) لاعباً من لاعبي الكرة القدم وذلك أصبح عينة التطبيق (82) لاعباً. وقام الباحثان ببناء مقياس القيم الشخصية . واستعمل الباحثين البيانات الإحصائية وتوصل الى الاستنتاجات الآتية:

1-يمتلك لاعبو أندية الدوري الممتاز بالكرة القدم مستوى جيداً من القيم الشخصية

2-يمتلك لاعبو أندية الدوري الممتاز بالكرة القدم مستوى جيداً في تشكيل الرؤية بمستوى جيد أيضاً.

وأوصى الباحثان بما يأتي:

1-دعم الأسلوب المتبع من قبل مربي الكرة القدم فيما يتعلق بالقيم الشخصية

2-تشجيع المربين على التمسك بمستوى تشكيل رؤية النادي للاعبين وتحديد الاتجاه وأهداف النادي، وتمكينهم ومنحهم الثقة الكاملة وتبني أفكارهم الإيجابية، والتركيز على احتياجاتهم التدريبية والاهتمام بهم، ومشاركتهم بتطوير أساليب الأداء، والتمسك بالقيم العالية في التعامل. والعمل على تقييم اللاعبين وفق رؤية النادي.

الكلمة المفتاحية: القيم الشخصية- لاعبي أندية الدوري الممتاز لكرة القدم.

1- المقدمة:

أن تطور المجتمعات والشعوب يتأثر ظاهرياً خلال التقدم العلمي والتقني وان هذا التقدم ينعكس على كل المستويات فيها، ويعد علم النفس من العلوم ذات الأهمية الكبرى على واقع المجتمع وعلى كافة الأنشطة والمجالات الرياضية المختلفة، إذ لابد من اللجوء إليها في معالجة وحل المشكلات التي تواجه الأفراد و المجتمعات . وقد أثار موضوع القيم الشخصية عناية الباحثين والمفكرين في مجال علم النفس، لان العامل البشري هو المحور الحقيقي له في جميع المؤسسات التربوية و الإدارية، كما انه يعد واحد من ابرز المؤشرات الدالة على مستوى كفاءة العاملين وبلوغهم مستوى الانجاز وتحقيق الأهداف المطلوب وفقاً للإمكانيات المتاحة، ولقد كان أداء الفرد وأهميته أجادته مبعث قلق دائم لمختلف التنظيمات لأنه المحدد الأساس لأداء وسلوك المؤسسة كلها والقيم الشخصية كمفهوم في المجال التربوي والتعليمي تعني العملية التي يمكن من خلالها رفع مستوى القائمين بالتدريب في ضوء توقعات اللاعبين من خلال عملية متقنة البناء لحل المشكلات، ويستطيع القائمون بالتدريب واللاعبين تطوير القيم الشخصية، كذلك تعرف أنها عملية تطبيق مجموعة من المعايير والمواصفات التربوية اللازمة لرفع مستوى جودة المنتج التعليمي والتربوي بواسطة كل فرد من العاملين بالمؤسسات وللأندية الرياضية وفي جميع جوانب العمل التربوي في المؤسسة (لمياء: 2009، ص5)، فقد اقر الباحثين باحتياج البلدان الى القيم الشخصية وفاعليتها من اجل الإسراع في العمل لتحقيق أهداف التنمية، على أن تكون اطر العمل مرنة وذات إبعاد إرشادية تتلاءم مع خصوصيات كل بلد تعتمد على اطر توضيحية لطبيعة أداء تقديم الخدمات التعليمية، فضلاً عن مواصفات المخرجات الفاعلة، فالتحديات العالمية المعاصرة تحتم على المؤسسات الاقتصادية انتهاز الأسلوب العلمي الداعي في مواجهة هذه التحديات واستثمار الطاقات الإنسانية الفاعلة في تقييم الأداء بمرونة أكثر كفاية وفاعلية من أكثر الجوانب الإدارية الهادفة، والتي أصبحت الآن وبفضل الكم الهائل من المعلومات وتقنيات الاتصال، سمة مميزة لمعطيات الفكر الإنساني الحديث ففي المجال التربوي يسعى القائمون عليه ومن خلال تطبيق مفهوم القيم الشخصية في التدريب الى أحداث تطوير نوعي لدورة العمل في الأندية، وبما يتلاءم مع المستجدات التربوية والتربوية والإدارية ولمواكبة التطورات الساعية لتحقيق التميز في كافة العمليات التي تقوم بها المؤسسات الرياضية .

مشكلة البحث:

أن مساهمة القيم الشخصية هي ليس عملية عشوائية وليست عملية لثبيت الأخطاء إنما هي عملية لبيان كافة المتطلبات المطلوبة لتحقيق الأهداف

من خلال السياسات المستخدمة والخطط المستقبلية الرياضية وربطها بالقيم الشخصية وهذه تتلاءم مع أهداف الدولة باعتماد كافة الأساليب الحديثة واتخاذ الوسائل والطرق الكفيلة بنجاح العملية التدريبية المستعملة في العمل التربوي . ومن هنا تتجلى مشكلة البحث في قلة وجود دراسات سابقة لمعرفة العلاقة بين القيم الشخصية ومستوى الأداء، لذلك ارتأى الباحثان الى معرفة علاقة القيم الشخصية بمستوى الأداء لدى لاعبي أندية الدوري الممتاز لكرة القدم .

هدف البحث

1- التعرف على العلاقة بين القيم الشخصية ومستوى الأداء الرياضي لدى لاعبي أندية الدوري الممتاز لكرة القدم .

مجالات البحث:

المجال البشري: أندية الدوري الممتاز لكرة القدم .

المجال الزمني: 2021/4/20 لغاية 2023/3/12

المجال المكاني: ملاعب القاعات الداخلية للأندية المشاركة في الدوري الممتاز لكرة القدم (قاعة الشعب)، (قاعة نادي الصناعة).

تحديد المصطلحات:

- القيم الشخصية: هي مركب يحتوي على المعرفة والعقيدة والأخلاق والفن والعادات والقانون والقيم ومختلف التقاليد (خليل عوض القيسي: 2020، 41).

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: أستعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب (المسحي) لملائمتها وطبيعة مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعيناته: يكون مجتمع البحث من لاعبي أندية كرة القدم للمتقدمين المشاركين في منافسات الدوري الممتاز للموسم الرياضي 2023/2022 في الأندية والبالغ عددها (13) نادياً وكان عدد اللاعبين في هذه الأندية (123) لاعباً.

2-3 مجتمع البحث وعيناته: يتمثل مجتمع البحث الأصلي بلاعبي الدوري الممتاز لكرة القدم والبالغ عددهم (123) لاعباً، أما عينة البحث تم اختيارها بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث إذ بلغت (82) لاعبا موزعين على (13) ناديا والجدول (1) يبين حجم العينات المستخدمة في البحث .

المحكمين للحكم على صلاحيته في قياس الخاصية المراد قياسها تعد أفضل طريقة في استخراج الصدق (Eabl,1972,p556) . كما يعد الاختبار صادقاً إذ تم عرضه على عدد من المختصين أو الخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار وحكمه بأنه يقيس ما وضع لقياسه بكفاءة (الزويد وعليان: 1992، ص184) . وقد تم عرض الاستبيان على عدد من المختصين بعلم النفس الرياضي واختبار والقياس وطرائق التدريس بصيغته الأصلية والمعدلة . وطلب منهم إبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى صلاحية الفقرات له . بالإضافة أو التعديل ما يروونه مناسباً وقد أبدى الخبراء ملاحظاتهم وآرائهم والتي أسفرت عن ملاحظات قيمة اقتضت الضرورة الى تعديل بعض الفقرات وحذف البعض الآخر . وقد اخذ الباحثان نسبة اتفاق الخبراء على (75%) من نسبة التعديل . إذ يشير (بلوم) على الباحث الحصول على نسبة اتفاق (75%) من آراء المحكمين في قياس صدق الاختبار . لذا أصبح مقياس القيم الشخصية من (54) فقرة بصيغته النهائية أيضاً .

2-7 ثبات المقياس: يعرف معامل ثبات الاختبار بأنه عبارة عن وجود معامل ارتباط بين نتائج الاختبار إذا ما أعيد أكثر من مرة على العينة نفسها . أو أنه الاتساق في النتائج أو الاستقرار في الإجابة عن المقياس (الزويبي واخرون: 1981، 126) . لذا تم الحصول على معامل ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية. ومن ثم إجراء معاملة سبيرمان براون التصحيحية للتحقق من الثبات ككل وكانت قيمة الثبات (0.85) وهي نسبة ثبات عالية يمكن الاستعانة بها .

2-8 التجربة الرئيسية: أجريت التجربة بتاريخ 7/20 ولغاية 2022/2/15 وتم توزيع استمارات المقياس على عينة البحث والبالغ عددهم (82) لاعبا . أما عدد الاستمارات التي تم توزيعها (90) استمارة إذ بلغت (82) استمارة للقيم الشخصية للاعبين، أما عدد الاستمارات التي أهملت والتي لم ترد فكانت (8) استمارات. لتصبح عدد الاستمارات الواردة (82) استمارة إذ قسمت على (79) للاعبين من المقياس وكانت الاستمارات مكتملة الإجابة .

2-9 الوسائل الإحصائية: تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) .

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 الوصف الإحصائي لمتغيرات البحث:

جدول (2) يبين الأوساط الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الحسابي	القيم الشخصية
5.241	78.00	76.665	

الجدول (1) النسبة المئوية لمجتمع الأصل وعينة البحث والتجربة الرئيسية والاستطلاعية

ت	مجتمع البحث والقيمة المستخدمة بالبحث	العدد	النسبة المئوية
1	مجتمع الأصل لاعبي الدوري الممتاز في محافظات العراق بكرة القدم	123	%100
2	عينة البحث بعض لاعبي أندية الدوري الممتاز بكرة القدم	82	%66,6
3	التجربة الاستطلاعية	10	%8,13
4	التجربة الرئيسية	72	%58,5

2-3 أدوات جمع المعلومات: (المقابلات الشخصية، المصادر العربية والأجنبية، الزيارات الميدانية، استمارة لجمع البيانات، تحليل المراجع والدراسات السابقة، شبكة المعلومات الدولية (INTERNET)، مقياس القيم الشخصية، الاستبيان، ساعة الكترونية OMEGA، حاسوب DELL، جهاز موبايل iPhone للتصوير، أقلام حبر PARKER، ورق A4.

2-4 خطوات إجراء البحث الميدانية: قام الباحثان بإجراء مسح ميداني على الدراسات السابقة والكتب والمراجع العلمية ذات العلاقة بنوع الدراسة الحالية في مقياس القيم الشخصية وقد إضافة هذه الخطوة في تحديد عوامل البحث . وهذا ما ساعد الباحثان على الاستعانة بمقياس القيم الشخصية . وقد أجرى الباحثان معامل الصدق والثبات للمقياسين من أجل الحصول على صدق وثبات عاليين . وكما يلي:

2-4-2 مقياس القيم الشخصية: قام الباحثان باستخدام القيم الشخصية الذي قام ببنائه وتقنيته (حسين علاوي عبد، 2021) على لاعبي أندية الدوري الممتاز في محافظات العراق وقد جرى له صدق وثبات وقام بعرضه على مجموعة من الخبراء من ذوي الاختصاص في مجال علم النفس وطرائق تدريس ويتكون المقياس من استمارة استبيان تتكون من (54) فقرة تتعلق بالقيم الشخصية الملحق (3) . وكان مفتاح الإجابة خماسي هو (أو أفق بدرجة كبيرة جداً ، أو أفق بدرجة كبيرة، أو أفق بدرجة متوسطة، أو أفق بدرجة قليلة، لا أو أفق) وتمثل مفتاح المقياس بإعطاء القيم (1، 2، 3، 4، 5) للبدائل وكانت أعلى درجة يحصل عليها المجيب (270) وأقل درجة يحصل عليها المجيب (54) .

2-5 التجربة الاستطلاعية: تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2021/10/13 على عينة مكونة من (10) لاعبين من عينة البحث وضمن مجتمع البحث .

3-6 صدق المقياس: يعكس هذا الصدق مدى انسجام فقرات المقياس مع موضوعه ومفاهيمه، أي مدى قياس الاستبيان لما وضع من أجله ويشير (ايبل، Eabl) إلا أن عرض الفقرات على مجموعة من

4- الخاتمة:

من خلال النتائج التي أظهرتها الدراسة توصل الباحثان الاستنتاجات التالية:

1- أن الأداء للاعبين في الأندية الرياضية له فاعلية في التأثير على القيم الشخصية لدى لاعبي أندية دوري الممتاز بكرة القدم .

في ضوء الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة خرج الباحثين بعدد من التوصيات التالية:

1- إقامة نوات ومؤتمرات لتطوير وتحديث القيم الشخصية للاعبين أندية دوري الممتاز بكرة القدم

2- ضرورة عناية وزارة الشباب والرياضة ومديرياتها بتوفير الوسائل اللازمة للاعبين الأندية الرياضية من أجل إيصال وإيضاح جميع الألعاب الرياضية للاعبين .

المصادر:

- [1] القرآن الكريم
- [2] إبراهيم عبد الكريم الحسين؛ من اللاعب التقليدية الى اللاعب الجدة: (مجلة الجمعية السعودية للعلوم التربوية تحت عنوان الجودة في التعليم العام، 2007).
- [3] جلال الدين بو عطيط؛ الاتصال التنظيمي وعلاقته بالقيم الشخصية، دراسة ميدانية على العمال المنفذين بمؤسسة سيونل غاز عناية: (رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية، جامعة منتسوري، القسطنطينية، 2009).
- [4] خليل إبراهيم العاني وآخرون؛ إدارة الجودة الشاملة ومتطلبات الإيزو: (مطبعة الاشقر، العراق، 2002).
- [5] دلال ملحق استيتية، عمر موسى سرحان: التجديدات التربوية: (الأردن، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، 2008).
- [6] عبد الله عبد الرحمن النيمان؛ الرقابة الإدارية وعلاقتها بالقيم الشخصية في الأجهزة الأمنية: (رسالة ماجستير منشورة، كلية العلوم الإدارية، أكاديمية نايف للعلوم الأمنية، 2006).
- [7] كمال علوان محسن العاندي؛ اثر الحوافز على الأداء في المنشآت العامة للصناعات القطنية في العراق: (رسالة ماجستير، الأردن، 2000).
- [8] لميا محمد احمد؛ نظم الجودة ومتطلبات تسويق الخدمات التعليمية: (المكتبة العصرية للنشر، مصر، القاهرة، 2009).
- [9] محسن علي عطية؛ الجودة الشاملة للمنهج: (دار المناهج للنشر، عمان، 2008).
- [10] محمد عوض الترتوري واغدير عرفات جويهان؛ إدارة الجودة الشاملة في مؤسسات التعليم العالي والمكتبات ومراكز المعلومات، ط2: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2009).
- [11] ناصر بن علي الصامل؛ تنمية المهارات القيادية للعاملين وعلاقتها بالقيم الشخصية في مجلس الشورى السعودي: (رسالة ماجستير جامعة نايف، الرياض، 2011).
- [12] Eble,R,Essential oy educayional measurement 2nd edition,newYork , prentice – Hill,1972.

يبين الجدول (2) أن الوسط الحسابي للقيم الشخصية (76.665)، إما الوسيط للقيم الشخصية (78.00) وبلغ الانحراف المعياري للقيم الشخصية (5.241) . من الجدول السابق يتبين أن الوسط الحسابي للقيم الشخصية كان عاليا.

الجدول (3) يبين معامل الالتواء والتفطح والخطأ المعياري

الخطأ المعياري	التفطح	معامل الالتواء	القيم الشخصية
0.721	0.586	0.404	

ومن خلال النظر الى الجدول أعلاه وعرض المتغيرات والمعالجات الاحصائية تبين أن معامل الالتواء للقيم الشخصية إذ بلغت معاملات الالتواء له (0.404) . أما التفطح في القيم الشخصية بلغ (0.586) أما الخطأ المعياري للقيم الشخصية فبلغ (0.271) .

الجدول (4) يبين معاملات الارتباط القيم الشخصية لدى أفراد عينة البحث

قيمة ر	قيمة ر	نسبة	الارتباط
المحتسبة	الجدولية	الخطأ	
0.750	0.281	0.00	معنوي

يبين الجدول (4) ومن خلال معالجة الباحثان للبيانات عن طريق استخدام قانون معامل الارتباط (بيرسون) . إذ تبين لنا أن معامل الارتباط لمتغير القيم الشخصية بلغ (0.750) وهو اكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (0.281) تحت درجة حرية (82-2) وعند مستوى دلالة (0.05) وبنسبة خطأ (0.00) مما يدل على معنوي الاختبار .

المناقشة: ويعزو الباحثان الى أن العمليات الاحصائية ومعاملات الارتباط لمقياس (القيم الشخصية) الى أن العلاقة بين المقياس هي علاقة معنوية إذ تبين أن القيم الشخصية للاعبين لها تأثير ايجابي على الأداء إذ أن الوسط الحسابي للقيم الشخصية كان عاليا، وهذا أن دل على شيء فيدل على أن اللاعب يتأثر بصورة مباشرة بالمدرّب وقيمه الأخلاقية إذ أن هذا التأثير يكون واضحا على مستوى القيم الشخصية للاعب وعلى طريقة أدائه . ويرى الباحثان أن تقدير كفاءة أداء اللاعبين يرتكز على أمرين: **الإول:** ويتمثل في قياس مدى كفاءة الفرد في أداء العامل لعمله، أي واجباته ومسؤولياته الوظيفية.

والثاني: يتمثل في صفات الفرد الشخصية ومدى ارتباطها، أو أثارها على مستوى أدائه لعمله ويدخل في هذا المعنى الأخير إمكاني الاعتماد على المدرّب وتفكيره العلمي والعملّي المتزن والاستعداد الشخصي له . ومن الطبيعي أن يتفاوت الأداء بين الأفراد تبعا للفروق الفردية بينهم، لذا فإن المصلحة العامة لأي مؤسسة تقتضي أن يعهد بوظائفها الى الأكفاء من الموظفين والقادرين على تحمل مسؤولياتهم وواجباتهم الوظيفية الحالية والمستقبلية من اجل الارتقاء بمستويات الأداء (ابو عطيط: 2009، 79).

الملاحق:

الملحق (1) يوضح مقياس القيم الشخصية

ت	الفقرة	دائما	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أرفض أي تدخل بخصوصيتي من قبل اللاعبين أو المدرب					
2	أغضب عندما يسلب حقى سواء كان معنوي أو مادي من قبل المدرب					
3	التغير المفاجئ في التدريب يسبب لي اضطرابات					
4	من السهل عليه أن اترب لعدة ساعات بدون ملل					
5	استطيع السيطرة على اعصابي في المواقف الحرجة					
6	أشعر بأنني قادر على تحمل مسؤولية وقتي في نادي الدوري الممتاز					
7	أشعر بأنني لاعب شجاع عند ادائي جميع ما طلبه مني المدرب من مهارات					
8	أغضب عندما يوجه لي كلام غير لائق بحقي كلاعب .					
9	أزعج عندما يعاملني زملائي اللاعبين بأسلوب غير أخلاقي					
10	أشعر بأنني إنسان ممتلئ بالطاقة والحيوية وأن اتعلم واترب على كرة القدم					
11	لا أحاول أن انتفض ببعض التهديدات للاعبين الذين يسعون لمضايقتي					
12	أحب أن ألعب بقوة حتى يخاف مني منافسي					
13	أشعر بالسعادة عندما يتقنون زملائي اللاعبين في الاداء في المباراة					
14	أصمت اذا أعطى الحكم انذار على الفريق الآخر					
15	أنحرج عندما يعاملني المدرب معاملة كلاعب محترف من بين زملائي					
16	أشعر بالسعادة عندما اتخذ القرار الصائب أثناء المباراة					
17	أبتعد عن كل سلوك وتصرف غير أخلاقي					
18	انضم الى النادي الذي يحترم حقوق الآخرين					
19	بضايقتي انتهاك وسلب حقوقي وحقوق زملائي اللاعبين					
20	تتفق نتائج قراراتتي مع توقعاتي لحل المشكلة					
21	أشعر بالفرح عند الحصول على نتائج مرضية لفريقي					
22	عندما تواجهني مشكلة الجأ الى الله بالدعاء والصلاة لمنحي القوة على حلها					
23	رفض الأندية لاستجابة الفريق لبعض الطلبات الفردية للاعب					
24	محاولة بعض وسائل الإعلام إلقاء مسؤولية هزائم الفريق على المدرب بمفرده					
25	الجاأ الى الاسترخاء واحسب حساب كل خطوة للمفاضلة بين الحلول					
26	إلوم نفسي على تصرفاتي الغير سليمة					
27	انتفض ببعض الالفاظ غير المناسبة عن الأشخاص الذين لا اميل اليهم					
34	أقدم المشورة بشكل مستمر لزملائي اللاعبين عند الحاجة اليها					
35	أتصرف بحكمة في المواقف المفاجئة					
36	أهتم بأخلاقيات المجتمع وعاداته وتقاليده					
37	لدي القدرة على مواجهة التحدي أثناء منافسة اللاعبين في التدريب					
38	عندما تسوء الامور بالتدريب اكون وثقا من نفسي في مواجهتها بنجاح					
39	أقبل النصائح من زملائي اللاعبين أثناء التدريب والمنافسة					
40	أتمتع بروح رياضية عالية عند ممارستي كرة القدم في النادي أو الدوري الممتاز					
41	لا يهمني منصبى أو نفوذى بين اللاعبين وأتصرف كلاعب عادي بين زملائي أثناء التدريب					
42	عندما تواجهني مشاكل مع المدرب أو أعضاء الفريق أستطيع أن أتصرف بحكمة وعقلانية عالية					
43	كلما أشارك في البطولة أنظر لها بين الخسارة والفوز لي وللفريق					
44	أتمتع بصفة التعاون والمساعدة لمن يطلب منى ومن أعضاء الفريق ذلك سواء على الصعيد الخاص أو العام					
45	أثق بمدربي في كل ما يخطط لي في المستقبل					
46	أتحلى بمبادئ الشخصية و ألوج بها لزملائي اللاعبين في العمل بالنادي					



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 5, issue 6, June 2023

ISSN: 1658- 8452



تأثير تمارينات لتطوير المهارة الدفاعية الدرجة الجانبية للاعبين الكرة الطائرة الشباب

بسام خليل إبراهيم¹ ا.م.د علي مناتي احمد²

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية¹

الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية²

(¹ bassamk021@gmail.com)

المستخلص: وأصبحت الكرة الطائرة تحتل مكانة بارزة بين سائر الألعاب الجماعية وعندما نشاهد مباريات الفرق العالمية بالكرة الطائرة والمستويات التي وصلت إليها (فنية ومهارية وخطية) عالية كانت في السابق من الخيال جاءت نتيجة تطور القدرات البدنية والمهارية وبسبب الترابط العلمي (فلسفة، علم نفس، تدريب، تعلم حركي، طب رياضي الخ) وتوفير الإمكانيات الضرورية من أجهزة وأدوات مساعدة لها أثر كبير في تطوير وتحسين مستوى الأداء الفني عند لاعبي الكرة الطائرة وتكمن أهمية البحث في تطوير مهارات الدفاع عن الملعب بجانب الجسم لتقليل الفوارق والوصول الى التكافؤ المهاري أثناء الأداء الفني للمهارات والوصول الى إعداد قاعدة بيانات علمية دقيقة يمكن أن تسهم في مساعدة المدربين واللاعبين والمهتمين في عملية إعداد فرق لعبة الكرة الطائرة والوقوف على بعض نقاط القوة والضعف لدى اللاعبين ومحاولة الوصول الى وضع الحلول المناسبة ومعالجتها بالطريقة التي تسهم في الارتقاء بمستوى اللعبة للفرق والأندية والمنتخبات الوطنية للفئات العمرية المختلفة وللجنسين الذكور والإناث.

الكلمات المفتاحية: تمارينات - مهارة الدرجة الجانبية - السرعة الحركية - الكرة الطائرة.

I . S . S . J

فرض البحث

1- هناك تأثير ايجابي باستخدام التمرينات لمهارة الدرجة الجانبية بين الاختبارات القبلية والبعدية ولصالح الاختبارات البعدية لدى أفراد عينة البحث.

مجالات البحث:

المجال البشري: لاعبي نادي الشرطة الرياضي بالكرة الطائرة الشباب.

المجال الزمني: 2022/7/10 لغاية 2022/9/15.

المجال المكاني: القاعة الداخلية في نادي الشرطة الرياضي.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2- 1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي ذات المجموعتين الضابطة والتجريبية لملائمة مشكلة البحث.

2- 2 مجتمع وعينة البحث: وتمثل مجتمع البحث اللاعبين الشباب في نادي الشرطة الرياضي للموسم 2022/2021. والبالغ عددهم (14 لاعباً) وتم اختيار المجتمع بأكمله بطريقة الحصر الشامل بحيث (10) لاعبين يمثلون العينة التجريبية و (4) يمثلون العينة الاستطلاعية.

2- 2- 1 تجانس عينة البحث: لاستكمال متطلبات التصميم التجريبي المتبع قام الباحثان بالتحقق من تجانس أفراد عينة البحث باستعمال معامل الالتواء في متغيرات (الطول، الكتلة، العمر الزمني، العمر التدريبي)، وكما مبين بالجدول (1).

الجدول (1) يبين تجانس عينة البحث في المتغيرات المبحوثة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س-	ع	المقارن	معامل الالتواء
1	الطول	سم	167.27	2.55	167	0.10
2	الكتلة	كغم	62.24	2.58	62	0.09
3	العمر الزمني	السنة	14.09	1.04	14	0.07
4	العمر التدريبي	السنة	2.06	0.6	2	0.01

يبين الجدول (1) أن قيم معامل الالتواء محصورة بين (1±) وهذا ما يدل على أن عينة البحث ضمن التوزيع الطبيعي في متغيرات (الطول، الكتلة، العمر الزمني، العمر التدريبي)، مما يدل على التجانس بين أفراد عينة البحث.

1- المقدمة:

إن التطور السريع في جميع مجالات الحياة أصبح مؤشراً لتطور الشعوب ويعد المجال الرياضي من أهم المجالات تعبيراً عن التطور لارتباطه بأنواع العلوم المختلفة ويعد علم التدريب الرياضي من الأسباب الرئيسية التي كانت وراء تطور الألعاب الرياضية إذ يعتمد على إمكانية المدربين ومواكبتهم والاختيار المناسب للوسائل والأساليب التدريبية الحديثة باستخدام الأجهزة والأدوات المساعدة التي يهدف من خلالها إلى تحقيق الانجاز الرياضي، الكرة الطائرة تطورت على مستوى المهارات واللعب والقانون والخطط الهجومية والدفاعية وعلى المختصين بذل جهود من خلال الدراسات العلمية التي تساعد المعلمين والمدربين للنهوض بواقع اللعبة، وتعد المهارات الأساسية ركيزة مهمة للعبة كرة اليد ويتوقف على إتقانها تحقيق أفضل النتائج مما يجعلها الأساس في اختيار اللاعبين الموهوبين وان العمل على أعداد لاعب كرة الطائرة والارتقاء بمستواه يهدف بالأساس إلى الارتقاء بأداء المهارات الأساسية لتحقيق أفضل النتائج . ومن هذه المهارات مهارة الدرجة الجانبية من المهارات الدفاعية في لعبة كرة الطائرة والمهمة جداً.

مشكلة البحث:

بالرغم من الجهود التي تبذل من قبل المدربين والمختصين لتطوير مهارة الدفاع عن الملعب ومحاولتهم للوصول إلى أداء مهاري جيد في مهارة الدرجة الجانبية إلا أن هناك خلل واضح في تدريب هذه المهارة بسبب عدم معرفتهم التمرينات المناسبة وعدم استخدامهم تمارين مشابهة تحاكي حالات اللعب ومن خلال مشاهدة الباحثان لوري الشباب وجد هناك ضعف في مهارة الدفاع عن الملعب لذا يجب وضع حلول مناسبة لمعالجة هذه المشكلة من خلال التمرينات لمهارة الدفاع عن الملعب

أهداف البحث:

- 1- إعداد تمرينات لتطوير مهارة الدرجة الجانبية لدى لاعبي الكرة الطائرة الشباب.
- 2- التعرف على تأثير التمرينات لتطوير مهارة الدرجة الجانبية لدى أفراد عينة البحث.

2- 3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة:

2- 3- 1 الوسائل البحثية: (المصادر العلمية العربية والأجنبية، شبكة المعلومات (الانترنت)، المقابلات الشخصية، الملاحظة العلمية، فريق العمل المساعد، الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث، استمارة لجمع البيانات).

2- 3- 2 الأدوات والأجهزة المستخدمة: (ملعب كرة طائرة قانوني، حاسبة الكترونية، حبل، صافرة، شريط قياس، شريط لاصق ملون، ساعة توقيت الكترونية، كرات طائرة قانونية، حاسبة يدوية نوع (Casio) عدد (1)، جهاز حاسوب نوع (Pentium 4) عدد (1)،

2- 4 إجراءات البحث الميدانية:

2- 4- 1 تحديد صلاحية اختبارات مهارة الكرة الجانبية بكرة الطائرة للشباب: لغرض تحديد اختبارات مهارة الكرة الجانبية بكرة الطائرة قام الباحث بمسح المصادر والمراجع والرسائل والاطاريح الخاصة بكرة الطائرة وتم الحصول على الاختبارات ووضعت باستمارة استبيان وعرضت على مجموعة من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (9) خبراء في مجال التدريب الرياضي وكرة الطائرة وبعد جمع الاستمارات استخدم الباحث اختبار الكرة الجانبية (1) والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2) يبين صلاحية اختبارات حائط الصد بكرة اليد

ت	الاختبارات	الصلاحية		الدالة
		لا يصلح	يصلح	
1	اختبار الكرة الجانبية بجانب واحد	9	0	معنوي
2	اختبار الكرة الجانبية بالجانب الآخر	9	0	معنوي

قيمة الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) تبلغ (3.84)

2- 4- 2 التجربة الاستطلاعية: لغرض الوقوف على

نتائج دقيقة وموثوق بها ولمعرفة المعوقات التي تواجه الباحثان عند تنفيذ التجربة الرئيسية أجرى الباحثان مع فريق العمل المساعد تجربة استطلاعية بتاريخ 2022/7/7 الساعة الرابعة عصرا على عينة وعددهم (4) لاعبين ومن مجتمع البحث نفسه وكان الهدف منها:

1- التعرف على صعوبة وسهولة الاختبار.

2- تصحيح الأخطاء أن وجدت أثناء تنفيذ المنهج التدريبي .

3- بعد إجراء الاختبارات لأداء العينة لمعرفة مدى ملائمتها.

4- تدريب فريق العمل المساعد ومعرفة مدى قدرته.

5- تحديد الوقت المستغرق للاختبارات المعنية بالبحث.

2- 5 الأسس العلمية للاختبارات:

2- 5- 1 صدق الاختبار:

يقصد بصدق الاختبار " هو قدرته " على قياس ما وضع من أجله أو ما يفترض الاختبار أن يقيسه سواء أكان تصفه ببنية أم مهارة أم نفسية أم سمة من السمات الشخصية " (وي غانم الصميدعي وآخرون: 2012، ص102)، وبعد الاختبار صادقاً إذ أكان " يقيس ما وضع لقياسه أي أنه يقيس الوظيفة التي يزعم انه يقيسه أو لا يقيس شيئاً آخر بدلاً منها أو بالإضافة إليها " (عبد الله الكنري و محمد احمد: 1999، ص154).

وقد اعتمد الباحثان في استخراج صدق الاختبار بطريقة الصدق الظاهري للاختبارات الخاصة بالسرعة الحركية لمهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة، وذلك من خلال عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين قبل تنفيذها للحكم على مدى صلاحيتها وقدرتها على قياس ما وضعت لأجله، ومدى ملائمتها المستوى أفراد العينة . وقام الباحث بإيجاد معامل الصدق عن طريق استخدام معامل الصدق الذاتي وهو " صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة الى الدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس " (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: 2000، ص275).

معامل الصدق الذاتي = الثبات وبعد تطبيق قانون الصدق الذاتي على الاختبارات، تبين بأن الاختبار تتمتع بدرجات صدق ذاتي عالية.

2- 5- 2 ثبات الاختبار: يتصف الاختبار الجيد بالثبات،

والاختبار الثابت هو الاختبار الذي إذا أعيد مرة ثانية في الظروف نفسها يعطي النتائج نفسها، ويشير (محمد صبحي، 1995) "إن معرفة ثبات الاختبار يعاد تطبيقه على العينة نفسها بعد مرور سبعة أيام على الاختبار الأول " (محمد صبحي حسانين: 1995، ص198)، إذ أجري الاختبار على عينة التجربة الاستطلاعية المكونة من (4) لاعبين إذ تم الاختبار الأول يوم السبت المصادف 2022/7/10، وأعيد الاختبار في

عينتي البحث التجريبية والضابطة في قاعة نادي الشرطة الرياضي في بغداد وبإشراف الباحثين وبمساعدة فريق العمل المساعد، وتم تثبيت الظروف وطريقة إجراء الاختبار من أجل تحقيق الظروف نفسها قدر الإمكان ومعالجة النتائج إحصائياً .

2-7 التجربة الرئيسية: تم تنفيذ التمرينات المعدة من قبل الباحث على المجموعة التجريبية من تاريخ 2022/7/15 ولغاية 2022/9/15 وقد تم مراعاة النقاط الذاتية عند تنفيذ التمرينات وهي:

-تبدأ كافة الوحدات التدريبية بالإحماء العام من أجل تهيئة جميع عضلات الجسم، يليه الإحماء الخاص وبما يخدم الجزء الرئيسي المستخدم .

-تم تنفيذ التمرينات في بداية الجزء الرئيس من كل وحدة تدريبية في زمن تراوح ما بين (30-35 دقيقة).

-استخدام طريقة التدريب التكراري في تنفيذ تمرينات المستخدمة في البحث .

-أن مستوى الشدة المستخدم تراوح بين 75%-90% .

-تم تنفيذ أسلوب تمرينات (8) أسابيع بواقع (3) وحدات تدريبية وبمجموع (24) وحدة تدريبية وتم إجراء الوحدات التدريبية في الأيام (السبت الاثنين الأربعاء).

-تم استخدام التحميل الترجي بتموج حركة الحمل في كل دورة متوسطة (3-1)

-إن التحكم بالحمل عن طريق التغيير بالشدة فقط مع تثبيت كل من الحجم والراحة .

-تم تحديد فترات الراحة بين التكرارات والمجاميع من خلال إجراء التجارب الاستطلاعية بعودة مؤشر النبض الى (120) ن/د بين التكرارات و(90) ن/د بين المجاميع وذلك لضمان عودة اللاعب الى الحالة شبه الطبيعية من خلال إعطاء فترات الراحة الكافية لاستعادة الشفاء في التمرينات.

-تم إنهاء الوحدات التدريبية بتمرينات التهدئة والاسترخاء ولذلك لعودة الجسم الى الحالة شبه الطبيعية.

2-8 الاختبارات البعيدة: بعد الانتهاء من تطبيق التمرينات بالظروف نفسها في الاختبارات القبلية إذ تم تطبيق الاختبارات البعيدة على عينتي البحث التجريبية والضابطة ولمدة (2) يوم .

نفس الظروف بعد مرور (7) أيام، 2022/7/17، على العينة نفسها، وبعد الحصول على نتائج الاختبار قام الباحثان بإيجاد معامل الارتباط بينهما باستخدام قانون الارتباط البسيط (بيرسون) كما يبين الجدول (5)، وتبين أن قيمة معامل الارتباط كان جيداً مما يدل على أن الاختبار تتمتع بدرجة ثبات عالية. الجدول (5) يبين قيم (الثبات والصدق والموضوعية)

ت	الاختبار	وحدة القياس	الثبات	الصدق	الموضوعية
1	السرعة الحركية لمهارة الدفاع عن الملعب	نقطة/ثانية	0.89	0.94	0.93

اسم الاختبار: الدرجة الجانبية (علي سلمان عبد الطرقي: 2013):

الهدف من الاختبار: استعادة الكرة البعيدة بالدرجة الجانبية.

الألوات اللازمة: ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة.

مواصفات الأداء: ترسم دائرتان بنصف قطر (50) سم في مركزين مع الإيعاز للمختبر داخل إحدى الدائرتين وعلى جانبي اللاعب. يتحرك اللاعب باتجاه الكرة لاستعادتها باستخدام النراع القريبة وبالدرجة الجانبية لمرور خمس كرات من اليمين وخمس من اليسار وبمدة زمنية قدرها (20 ثانية) بين محاولة وأخرى وكما في الشكل (3) .

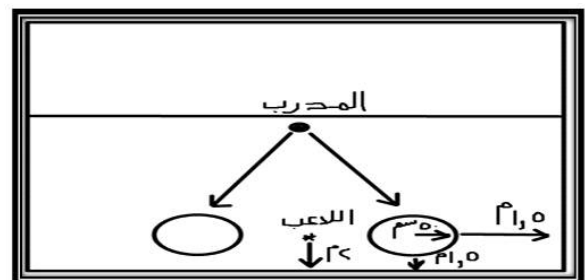
التسجيل:

(3) نقاط إذا ارتفعت الكرة بمستوى الحافة العليا للشبكة أو أكثر.
(2) نقطتين إذا ارتفعت الكرة بمستوى بين الحافتين العليا والسفلى للشبكة.

(1) نقطة واحدة إذا ارتفعت الكرة عن الأرض دون الحافة السفلى للشبكة.

(صفر) إذا فشل اللاعب في لمس الكرة بعد الدرجة الجانبية.

-الدرجة العظمى للاختبار (30) درجة.



الشكل (3) يوضح الدرجة الجانبية

2-6 الاختبارات القبلية: تم إجراء الاختبارات القبلية على

2-ساهمت الترتيبات المقترحة في رفع اللياقة البدنية للاعبين مما أدت الى تطور المهارة الدرجة الجانبية في ضوء الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة خرج الباحثين بعدد من التوصيات التالية:

1-اعتماد الترتيبات في تطوير مهارة الدرجة الجانبية للاعبين الشباب بكرة الطائرة لكونها ناجحة وفعالة.

2-إدخال ترتيبات الدرجة الجانبية بالوحدات التدريبية للمهارات الدفاعية بكرة الطائرة في الأندية والمدارس التخصصية.

المصادر:

- [1] علي سلمان عبد الطرقي؛ الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية ببنية حركية -مهارة: (بغداد، مكتب النور للطباعة والنشر والتوزيع، 2013).
- [2] احمد عبد الدايم وعلي مصطفى طه؛ دليل المدرب في الكرة الطائرة اختبارات-تخطيط -سجلات، ط1: (دار الفكر العربي، 1999).
- [3]نوري ابراهيم الشوك؛ بعض المحددات التخصصية الأساسية الشخصية لثنائي الكرة الطائرة في العراق بأعمار (14-16) سنة: (طروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، 1996).
- [4]محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان؛ الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1987).
- [5]محمد صبحي حسانين وحمد عبد المنعم؛ الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، ط1: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1997).
- [6] الشبكة العنكبوتية الانترنت .

الملاحق

- الملحق (1) التمرينات المستخدمة في تطوير مهارة الدرجة الجانبية
- 1-تمرين يقف المدرب خلف اللاعب ويرمي الكرة باتجاه المنطقة الأمامية فينطلق اللاعب باتجاه الكرة وإنقاذها بيد واحدة
- 2-تمرين يقوم اللاعب بالوقوف أمام الحائط وتمرير الكرة بيد واحدة يمينا ويسارا
- 3-تمرين يقوم المدرب بوضع حاجز بارتفاع 140 سم وعلى اللاعب الدخول من الجانب وعمل درجة جانبية وإنقاذ الكرة بعد سقوطها من الجهاز (يمينا-يسارا)
- 4-تمرين يقف اللاعب في مركز 6 ويقوم برفع الركبتين ويقوم المدرب برمي الكرة من مركز 3 الى مركز 2 أو 4 وعلى اللاعب إنقاذ الكرة .

2- 9 الوسائل الإحصائية: استعمل الباحثان الحقيبة الاحصائية (spss) .

ملاحظة: بخصوص إيجاد نسبة التطور تم استخدام القانون التالي (يعرب خيون: 2002، ص52):

الاختبار البعدي - الاختبار القبلي

$$100 \times \frac{\text{الاختبار البعدي} - \text{الاختبار القبلي}}{\text{الاختبار القبلي}}$$

أعلى رقم ممكن للاختبار - الاختبار القبلي

الاختبارات	وسط الفروق	انحراف	الخطأ المعياري للفروق	ت المحسوبة	درجة الحرية	Sig	الدالة معوي
الدرجة الجانبية	-7.333	2.250	0.918	-7.980	5	0.000	معوي

جدول (2) يبين نتائج أوساط الفروق والانحراف والخطأ المعياري للفروق و ت المحسوبة ودرجة الحرية و Sig ومستوى الدلالة للمتغيرات المهارية (الدرجة الجانبية)، من خلال التمرينات المتنوعة باستخدام وتغيير أماكن سقوط الكرة على جانبي الجسم يمينا ويسارا . والتركيز على تأثير التمرينات لجانبي الجسم على دقة أداء مهارة الدفاع عن الملعب والوصول بالوقت المناسب الى مكان سقوط الكرة وبما يضمن دفاع وتوصيل الكرة الى اللاعب المعد بالمكان والارتفاع المناسبين ليتسنى للأخير تهيأت الكرة الى اللاعبين المهاجمين لتنفيذ الخطط الهجومية وبالشكل المؤثر على الفريق المنافس.

ويعزو الباحثان التطور الحاصل والفروق المعنوية المتحققة وبالأخص الى اختبار الدرجة الجانبية الى التمرينات الخاصة باستخدام التمرينات التي أسهمت بشكل فاعل في تطوير هذه المهارة ذات الأهمية البالغة في تغيير نتائج الفرق وكذلك تكافؤ المهارات الدفاعية والهجومية بالشكل الذي يسمح بمشاهدة منافسات تتسم بالإثارة والمتعة والتشويق للرسميين والمهتمين وللمتابعين والجمهور ..

4- الخاتمة:

من خلال النتائج التي ظهرت توصل الباحثان الاستنتاجات التالية:

- 1-حققت الترتيبات التي نفذتها المجموعة التجريبية تطوراً إيجابياً في اختبارات الدرجة الجانبية بنوعيه للاعبين الشباب بكرة الطائرة.



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 5, issue 6, June 2023

ISSN: 1658- 8452



تأثير الغل الكهربائي والتمرينات التأهيلية في بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمصابين بالتمزق الجزئي للأربطة الجانبية لمفصل الركبة

رحيم محمد كربود النايلى¹ أ.د. علي بنوي طابور الفتلاوي²

جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

(¹ sp20.post38@qu.edu.iq ² ALI.TAPOOR@qu.edu.iq)

المستخلص: البحث يهدف للتعرف على تأثير الغل الكهربائي لمستحضر الدكلوفيناك (الفولتارين الموضعي) و التمرينات التأهيلية في بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمصابين بالتمزق الجزئي للأربطة الجانبية لمفصل الركبة، إذ أن الإصابة الرياضية هي مشكلة حقيقية تتطلب البحث للوصول الى أنجع السبل الكفيلة لعلاج وتأهيل الرياضيين وبالطابق الأقل تكلفة وأقل أثراً جانبياً، والغل الكهربائي هو احد المعززات الفيزيائية لأصال الدواء فضلاً عن مزايا التيار الكهربائي، والباحثان افترضاً أن للغل الكهربائي والتمرينات التأهيلية تأثير ايجابي في المتغيرات الفسيولوجية والبدنية قيد الدراسة، واستخدم أسلوب المجموعة التجريبية الواحدة من المنهج التجريبي وبالقياسين القبلي والبعدي، و تحدد مجتمع البحث بالرياضيين المصابين بالتمزق الجزئي للأربطة الجانبية لمفصل الركبة، إذ بلغت عينة البحث (4) مصابين بعد استبعاد احد المصابين لعدم التزامه، واستفاد الباحثان بما يتوفر من مصادر ومراجع علمية وأيضاً استشارة الخبراء والمختصين لتحديد المتغيرات الفسيولوجية والبدنية، وبعد إجراء القياس القبلي للمتغيرات الفسيولوجية (W.B.C, E.S.R) تم تطبيق جلسات الغل الكهربائي لمدة أسبوعين بواقع ثلاث جلسات أسبوعياً، وبعد إكمال الجلسات تم إجراء القياس البعدي للمتغيرات الفسيولوجية، لينتقل المصابين الى تطبيق التمرينات التأهيلية بعد إجراء القياس القبلي للمتغيرات البدنية (قوة العضلات العاملة على مفصل الركبة، درجة النثي لمفصل الركبة) إذ ضمت التمرينات أربعة أسابيع وكل أسبوع تضمن (6) وحدات منزلية و (6) وحدات في القاعة الرياضية، ومن ثم تم إجراء القياس البعدي للمتغيرات البدنية، وبعد تفرغ البيانات عولجت بالوسائل الاحصائية المناسبة، وكانت الاستنتاجات تشير الى أن استخدام الغل الكهربائي أدى الى تحسن واضح في المتغيرات الفسيولوجية والبدنية، إذ ساعدت في سرعة الشفاء وهذا انعكس إيجاباً على المتغيرات الفسيولوجية وبذلك هيأت المصابين الى أداء التمرينات التأهيلية والتي كانت ذات دور ايجابي في رفع مستوى القوة للعضلات العاملة على مفصل الركبة والوصول للمدى الكامل بالمفصل، وكانت أهم التوصيات استخدام الغل الكهربائي للدواء المناسب في معالجة الإصابات الرياضية لفعاليتها وما حققه من تأثير ايجابي في إصابة تمزق الأربطة الجانبية لمفصل الركبة ويفضل أن يكون مصحوباً أو متبوعاً بالتمرينات التأهيلية وحسب شدة الإصابة .

الكلمات المفتاحية: الغل الكهربائي - التمرينات التأهيلية - المتغيرات الفسيولوجية والبدنية - الأربطة الجانبية للركبة.

يهدف البحث:

1- التعرف على تأثير الغل الكهربائي لمستحضر الفولتارين والتمارين التأهيلية على بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية المصاحبة لإصابة تمزق أربطة الركبة الجانبية .

فرض البحث:

1- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعدية في المتغيرات الفسيولوجية والبدنية لعينة البحث ولصالح القياسات البعدية

2- إجراءات البحث :

2-1 مجتمع البحث وعينه: أن الأهداف التي يضعها

الباحثان لبحثه والإجراءات التي يستخدمها هي التي ستحدد طبيعة المجتمع أو العينة التي يختارها " (1: 217)، إذ عمد الباحثان على هذا الأساس الى تحديد مجتمع البحث بالرياضيين المصابين بالتمزق الجزئي (الدرجة المتوسطة) في الأربطة الجانبية لمفصل الركبة، وتم استخدام المنهج التجريبي لملائمة طبيعة البحث، إذ ضمت عينة البحث بعد استبعاد احد المصابين لعدم التزامه (4) مصابين، ومن خلال التعاون من قبل الطبيب المختص ينظر ملحق (1)، تم تشخيص الإصابة بواسطة الفحص البدني والرنين المغناطيسي، وبذلك تم اختيار الأفراد المناسبين للتجربة وتم التأكد من سلامتهم من الأمراض الأخرى التي قد تعيق العمل

2-2 تصميم الدراسة: الباحثان استخدمتا المنهج التجريبي

بأسلوب المجموعة الواحدة وبالقياسين القبلي والبعدي بما يتلائم مع طبيعة مشكلة البحث.

2-3 المتغيرات المدروسة: (الغل الكهربائي و التمرينات

التأهيلية) والمتغيرات الفسيولوجية تضمنت (كريات الدم البيضاء، معدل ترسيب كريات الدم) أما المتغيرات البدنية تضمنت (القوة للعضلات العاملة على مفصل الركبة، المدى الحركي الركبة) .

الغل الكهربائي: " وهو عملية إدخال الدواء الى الجسم بواسطة

التيار الكهربائي وان نرات محللول الأيونية الموضوعة تحت سطح الأقطاب يجرفها التيار الى اللف والدم، إذ أن تأثير مادة الدواء الداخل الى الجسم بواسطة الغل الكهربائي تظهر عند اقل تركيز ولكن بمدة أطول هذا إذا ما قورنت مع اخذ الدواء داخليا " (2 : 4) .

التمرينات التأهيلية: هي مجموعة مختارة من التمرينات يقصد به

تقويم أو علاج إصابة أو انحراف عن الحالة الطبيعية إذ تؤدي الى فقد أو إعاقة عند القيام بالوظيفة الكاملة لعضو ما بهدف مساعدة هذا العضو لرجوع الى حالته الطبيعية ليقوم بوظيفته كاملة " (3 : 172).

1- المقدمة:

الإصابات الرياضية من المعوقات التي تقف دون ارتقاء مستوى الرياضيين وتطور قدراتهم، إذ يفقد الفرد ما يفقده مما حصل عليه من تكيفات جسمية مقارنتاً بفترة ما قبل الإصابة، والأمر يزداد سوءاً كلما طالت فترة الابتعاد والانقطاع عن النشاط الحركي وممارسة التريب المنتظم، وان ما يلفت الأنظار ازدياد حالات الإصابة بمفصل الركبة وبشكل يدعو الى القلق على مستوى العالم أجمعه إذ أصبحت ظاهرة عالمية ولها أبعاد طبية وفنية، إذ أن اغلب إصابات مفصل الركبة تكون بسيطة لكنها في نفس الوقت قد تصبح إصابات جسيمة والتي من الممكن أن تؤدي إلى ضياع مستقبل الرياضي بشكل مبكر إذا ما تم علاجها بالوقت والشكل الملائمين، ومفصل الركبة هو من مفاصل الجسم الكبيرة ومعقدة التركيب وله أهمية في المشي وتحمل الوزن، كما أن الأربطة المحيطة بالمفصل هي الأساس الهام والمؤثر في ثبات المفصل إذ تعمل على حماية المفصل من الالتواءات والحركات الزائدة والفجائية فضلاً عن عامل الثبات الذي تضيفه قوة العضلات المحيطة بالمفصل، ولعلاج الرياضي المصاب بالتمزق الجزئي للأربطة الجانبية لمفصل الركبة نحتاج الى طرق علاجية تأهيلية تعمل على تأهيل المصاب وتساعد في سرعة عودته إلى الوضع الطبيعي قبل حدوث الإصابة ورجوعه الى الملاعب بالشكل والوقت المناسب، والغل الكهربائي كأحد طرق العلاج الفيزيائي يستخدم التيار الكهربائي لإدخال الدواء الى الجسم، إذ أن تأثير مادة الدواء الداخلة للجسم بواسطة الغل الكهربائي تظهر عند اقل تركيز ولكن بمدة أطول هذا إذا ما قورنت مع اخذ الدواء داخليا، ويساعد إعطاء الدواء بطريقة الغل الكهربائي على منع أو إضعاف التأثيرات والعوارض الجانبية للكثير من الأدوية فهي توجه الدواء الى جزء محدد من الجسم، فضلاً عن استخدام التمرينات التأهيلية والتي لها الدور المميز للمساعدة في تأهيل الإصابات، وان حدوث الإصابة الرياضية وشيوع تكرارها من المشكلات المهمة التي تحد من كفاءة وقرات الرياضي أو خسارة مستقبلهم الرياضي، إذ تؤدي الإصابة الى عدم انتظام تريب الرياضي و تحد من مشاركته في المنافسات، فضلاً عن التأثير في الجوانب النفسية للرياضي، وبذلك لا بد أن يكون هناك دور للقائمين بالعلاج والتأهيل من باحثين ومختصين و خبراء، وأهمية البحث تتجلى في استخدام الغل الكهربائي للدكوفينا كالتبلي الموضعي للمصابين بالتمزق الجزئي للأربطة الجانبية للركبة ومن ثم تطبيق التمرينات التأهيلية وبالتالي مساعدة المصابين في شفاء وتأهيل الإصابة والتقليل من الإضرار الجانبية التي تحدث نتيجة استخدام الطرق الأخرى .

الركبة .

2- 4 القياسات المستخدمة:

2- 4- 1 تحديد المتغيرات الفسيولوجية والبدنية: تم

تحديد المتغيرات الفسيولوجية (W.B.C , E.SR) والمتغيرات البدنية (القوة للعضلات العاملة على مفصل الركبة، والمدى الحركي للركبة) إذ استفاد الباحثان بما يتوفر من المصادر والمراجع العلمية والبحوث السابقة وكذلك الخبراء والمختصين ينظر ملحق (2)، عن طريق استمارة ينظر ملحق (3)، معدة لهذا الغرض .

2- 4- 2 قياس المتغيرات الفسيولوجية: تمت الاستعانة

بالمختبر الطبي المختص، إذ أن مراحل عملية القياس المختبري كانت كالتالي:

أولاً: اخذ عينات الدم، إذ تم اخذ عينة من الدم الوريدي للمصابين ووضعت عينات الدم هذه في الأنابيب المخصصة لهذا الغرض .

ثانياً : استخلاص القيم الرقمية للمتغيرات الفسيولوجية المراد دراستها من الدم، إذ تم هذا حسب الطريقة المعتمدة للعمل في المختبر الطبي والمتغيرات الفسيولوجية (كريات الدم البيضاء، معدل ترسيب الدم)، والتي تم تحديد المستويات الرقمية الطبيعية لها وفقاً للمصادر الطبية .

2- 4- 3 قياس المتغيرات البدنية:

أولاً: قياس المدى الحركي لمفصل الركبة: إذ تم القياس

بواسطة جهاز الجينوميتر (Goinometer) هو جهاز مصمم لقياس الزوايا المراد قياسها من خلال وجود قراءات مختلفة لهذا الجهاز بشكل يتلائم مع طبيعة أفراد العينة ونوع الإصابة "(4 : 43) .

الغرض من القياس: قياس المدى الحركي الإيجابي في مفصل الركبة المصابة عند الثني .

الأدوات المستخدمة: بساط لاستلقاء المختبر، جهاز الجينوميتر .

وصف طريقة إتمام القياس: يجلس القائم بالقياس بجانب المصاب في جهة الركبة المصابة، والمصاب في حالة الاستلقاء على البطن على البساط ويضع جهاز القياس (الجينوميتر) على جانب مفصل الركبة المصابة الوحشي، ويشكل مفصل الركبة زاوية (90) درجة، ومن ثم يطلب من الفرد المصاب ثني الرجل المصابة، وبذلك تتحرك ذراع الجهاز للداخل مع الرجل المصابة، وتبقى الأخرى في حالة الثبات، وتقرأ الزاوية الموجودة بين ذراعي الجينوميتر والتي تمثل زاوية الثني (5 : 9) .

ثانياً : قياس قوة العضلات التي تعمل على مفصل

الركبة (6 : 4): وتم هذا باستخدام جهاز الديناميتر .

الغرض من القياس: قياس قوة العضلات التي تعمل على مفصل

الأدوات المستخدمة: جهاز الديناميتر (Dynamometer) .

مواصفات الأداء: جهاز الديناميتر يثبت بالقاعدة، ويثبت بالجهاز من الأعلى سلسلة حديدية والتي تنتهي بحلقة ترتبط بالحزام الذي يلف حول خصر المختبر، ويلف حول وسط الفرد المختبر حزام عريض من الجلد ويكون أسفل حزام الجهاز للحماية والثبات، يقف المختبر على القاعدة، ثم ينزل بثني الركبتين (90) درجة ويتم ربط السلسلة بين الجهاز والحزام المربوط في وسط المختبر، وعندما تعطى إشارة البدء للمختبر يقوم بمد الرجلين للأعلى محاولاً إخراج أقصى قوة لديه .

تعليمات الاختبار: على المختبر المحافظة على استقامة الظهر وان يكون الدفع بالرجلين فقط، لا يسمح للمختبر بالميل بالرأس أو الظهر للخلف، يكون الشد ببطء على جهاز الديناميتر ودون الدفع مره واحدة أو الدفع فجأة يجب أن يكون إرجاع مؤشر الجهاز إلى نقطة صفر تدريجاً بعد كل محاولة، لكل لاعب تعطى محاولتين .

التسجيل: يسجل للاعب أفضل محاولة من المحاولتين .

2- 5 التجربة الاستطلاعية: " وهي تدريب عملي للباحث

للقوف على السليبات والايجابيات التي تقابله أثناء إجراء البحث لتفاديه " (7 : 107).

إذ تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2022/2/21 على احد المصابين خارج عينة البحث، إذ كانت أهداف التجربة هي التالية:

1-تعرف الباحثان على صلاحية عينة البحث ومدى استجابتها وتقبلها للتجربة والقياسات .

2-معرفة عدد الفريق المساعد الذي يحتاجه الباحثان لتنفيذ المهام .

3-يتعرف من خلالها فريق العمل على طبيعة العمل والانوار لكل فرد.

4-من خلال التجربة الاستطلاعية تم التأكد من كفاءة وسلامة ومناسبة الأدوات والأجهزة التي يتم استخدامها في مجريات البحث .

5-تعرف الباحثان من خلالها على الإجراءات الصحيحة والمطلوبة لتنفيذ القياسات .

6-تم التعرف على الأوضاع المناسبة للقياس التي يجب أن يتخذها المصاب عند إجراء قياس القوة والمدى الحركي لمفصل الركبة .

7-معرفة الوقت اللازم الذي يستغرقه تنفيذ كل مهمة وكذلك تفادي

المشكلات أو الصعوبات التي ربما تواجه سير العمل .

8-تم التأكد من أن هناك إمكانية وقدرة للمصاب لإتمام القياسات وتنفيذها بشكلها الصحيح.



الشكل (1) يوضح طريقة الغل الكهربائي



الشكل (2) يوضح جل الفولتارين المستخدم ودرجة تركيزه

2-6-3 القياسات البعيدة للمتغيرات الفسيولوجية: تم

إجراء القياس البعدي الأول للمتغيرات الفسيولوجية في يوم الاثنين المصادف 2022/3/14، إذ قام المختص بسحب عينة الدم الوريدي، إذ تم إجراء القياس بنفس الظروف القياسية القبلية، وتم وضع النتائج وتثبيتها بذات القوائم، وكان آخر قياس بعدي لمتغيرات البحث الفسيولوجية في يوم الأحد الموافق 2022/10/9.

2-6-4 القياسات القبلية للمتغيرات البدنية: تم إجراء

القياس القبلية الأول للمتغيرات البدنية في يوم الثلاثاء المصادف 2022/3/15 لعينة البحث وكان هذا قبل تطبيق التمرينات التأهيلية وبعد أتمام تطبيق الطريقة العلاجية التأهيلية والقياسات البعيدة للمتغيرات الفسيولوجية، إذ تم قياس القوة العضلية للعضلات العاملة على مفصل الركبة، وكذلك المدى الحركي لمفصل الركبة، وتم هذا في المركز التخصصي لتأهيل مرضى الشلل الدماغي وصعوبة المشي وتأخر النطق وتأهيل الإصابات الرياضية في محافظة القادسية وبإشراف مباشر من الباحثان، إذ تم تثبيت درجة المصاب بكل قياس في السجل الخاص بتفريغ النتائج، وقام الباحثان بتثبيت الظروف المكانية والرمانية وكذلك طريقة تنفيذ القياس وعدد المحاولات لتوحيدها لجميع أفراد عينة البحث في الاختبارات القبلية والبعيدة، وكان آخر اختبار قبلي للمتغيرات البدنية في يوم الاثنين الموافق 2022/10/10.

2-6-5 التمرينات التأهيلية: ينظر ملحق (4): تم تطبيق

التمرينات التأهيلية المستخدمة في البحث على عينة البحث بعد إجراء الاختبار القبلية للمتغيرات البدنية لعينة البحث، إذ كان الهدف من

2-6 التجربة الرئيسية: العينة في مثل هكذا بحوث غير

متوفرة، إذ يتم الحصول على عينة المصابين المناسبين للتجربة بحسب الحالات التي ترد إلى العيادات التخصصية والمستشفيات ومراكز التأهيل الرياضي والطبي، وبهذا كان إجراء القياسات مستمر للمتغيرات الفسيولوجية والمتغيرات البدنية وكذلك تطبيق الطريقة العلاجية التأهيلية بشكل دوري وعلى مدار مدة التجربة وبحسب الإصابات التي تم تشخيصها بمساعدة الطبيب المختص، إذ أن تطبيق المنهج التجريبي على أفراد العينة استمر خلال أوقات مختلفة وبشكل متفاوت وتحت إشراف مباشر من قبل الباحثان.

2-6-1 القياسات القبلية للمتغيرات الفسيولوجية: تم

إجراء القياس القبلية الأول للمتغيرات الفسيولوجية في يوم الأربعاء الموافق 2022/2/23 قبل تطبيق الطريقة العلاجية التجريبية على عينة البحث، إذ قام المختص بسحب عينة الدم الوريدي من نراع المصاب من وضع الجلوس وبمقدار (5 مل)، وتم حساب القيم الرقمية لمتغيرات البحث الفسيولوجية (W.B.C-E.S.R) في المختبر المختص، وعمد الباحثان إلى تثبيت الظروف المكانية والرمانية لتوحيدها، وتم وضع النتائج وتثبيتها بقوائم تفريغ النتائج، وكان آخر قياس قبلي لمتغيرات البحث الفسيولوجية في يوم الثلاثاء المصادف 2022/9/20.

2-6-2 طريقة المعالجة بالغل الكهربائي: طبقة طريقة

الغل الكهربائي على عينة البحث، إذ بعد إجراء القياسات القبلية لمتغيرات البحث الفسيولوجية، تم استخدام جهاز التحفيز الكهربائي ذي التيار الكهربائي المستمر (الجلفاني) لتوصيل دواء الفولتارين الموضعي إلى جسم المصاب وبواقع جلسة لكل ثلاثة أيام، إذ كانت هناك (6) جلسات لكل مصاب خلال (18) يوماً، وكل جلسة تكون لمدة (20 دقيقة) وبتيار (2مل/أمبير)، إذ بعد تنظيف منطقة الركبة المصابة بالماء الدافئ والصابون تجفف المنطقة بمنشفة جيداً ومن ثم توضع كمية (3 غم) من المادة الدوائية (الفولتارين جل) على مساحة تكون بالمتوسط (500 ملم²) على سطح الجلد للمنطقة المصابة، إذ توضع المادة الدوائية أسفل القطب السالب ويكون القطب الموجب في الجانب المقابل مع مراعاة عند الحاجة وضع قطع من المناشف الرطبة لمنع من اتصال القطب مباشرة مع الجلد لتلافي الحروق أو الاحمرار الذي قد يصيب الجلد عند عمل التيار المستمر، ويختار الشخص المصاب الوضع المريح له سواء الجلوس أو الاستلقاء أو أي وضع يناسبه، وتم هذا العمل بمساعدة مختصين نظر ملحق (1)، في العلاج الطبيعي في عيادة الدغارة للعلاج الطبيعي.

الاحصائية (spss) لمعالجة البيانات والتي تضمنت الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقانون (t) للعينات المترابطة .

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1 عرض نتائج قياس المتغيرات الفسيولوجية

القلبية والبعدية لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (1) يبين فروق الأوساط الحسابية بين القياسات القلبية والبعدية للمتغيرات الفسيولوجية لعينة البحث

ت	المتغيرات	الاختبار القلبي		الاختبار البعدي		قيمة t	الدلالة
		ع	س	ع	س		
1	WBC (k / ul)	9,4	0,779	6,875	0,538	10,706	0,002
3	ESR (mm / h)	25,500	4,123	10,750	1,708	9,879	0,002

من خلال البيانات المستخرجة لعينة البحث نجد في القياس لمعدل (WBC) أن قيمة الوسط الحسابي للقياس القلبي كانت (9.4)، وكانت قيمة الانحراف المعياري (0.779)، فيما كان الوسط الحسابي ل (WBC) في القياس البعدي (6.875) وانحراف معياري (0.538)، وبأستخدم الباحثان لاختبار (ت) للعينات المترابطة لغرض استخراج الفروق، إذ كانت هناك فروقاً معنوية بين القياسات القلبية والبعدية ولصالح القياسات البعدية، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت (10.706) وعند مستوى الدلالة البالغ (0.002)، إذ انخفض الوسط الحسابي لمعدل كريات الدم البيضاء وهذا يشير الى التحسن والشفاء من الالتهاب .

وأما في قياس معدل الترسيب (ESR) نجد أن قيمة الوسط الحسابي للقياس القلبي كانت (25.500)، وكانت قيمة الانحراف المعياري (4.123)، فيما كان الوسط الحسابي ل (ESR) في القياس البعدي (10.750) وانحراف معياري (1.708)، وبأستخدم الباحثان لأخبار (ت) للعينات المترابطة لغرض استخراج الفروق، إذ كانت هناك فروقاً معنوية بين القياسات القلبية والبعدية ولصالح القياسات البعدية، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت (9.879) وعند مستوى الدلالة البالغ (0.002)، إذ انخفض الوسط الحسابي لمعدل الراسب الدموي وهذا يشير الى التحسن والشفاء من الالتهاب .

3-2 مناقشة النتائج:

أن تأثير استخدام الغل الكهربائي لمستحضر الفولتارين على المتغيرات الفسيولوجية لعينة البحث كان بارزاً، ويتضح ذلك من خلال مقارنة الأوساط الحسابية للقياس القلبي والبعدي إذ كانت الفروق معنوية

التمرينات المعدة هو تحسين قوة مفصل الركبة والمدى الحركي له، وتم هذا من خلال العمل تحسين قوة العضلات التي تعمل على المفصل الركبة وكذلك تحسين المد والثني لمفصل الركبة للمساعدة في إعادة التأهيل لإصابة التمزق الجزئي لأربطة الركبة الجانبية والعودة بالمصابين الى الحالة الطبيعية قبل حدوث الإصابة من إذ قوة العضلات العاملة على المفصل والمدى الحركي .

مدة تنفيذ التمرينات التأهيلية استغرقت (4) أسابيع وبواقع (12) وحدة لكل أسبوع، إذ كانت (6) وحدات صباحية منزلية و(6) وحدات مسائية في القاعة الرياضية، وراعى الباحثان مدة التمرينات للوحدة التأهيلية بعدم استعمال التمرينات الطويلة، إذ كان هناك زيادة تدريجية في زمن الوحدات التأهيلية وفي المجل لا تزيد مدة الجزء الرئيس للوحدة عن (30) دقيقة، والتمرينات هي الأخرى شهدت تدرجاً بالصعوبة، إذ تم العمل على التدرج بالتمرينات التأهيلية لكل أسبوع، إذ تضمنت تمارين الثابتة بدون إضافة أوزان، تمرينات ثابتة بأوزان، تمرينات متحركة بدون أوزان، التمرينات المتحركة بإضافة أوزان مع تمرينات توازن وتوافق، إذ شملت التمرينات التأهيلية تمرينات القوة والمدى الحركي، وكان هناك زيادة متدرجة بالشدة والحجم من خلال الزيادة في المقاومة للتمرينات والتكرارات .



الشكل (14) يوضح بعض التمرينات التأهيلية

2-6-6 القياسات البعدية للمتغيرات البدنية: تم إجراء

القياس البعدي الأول للمتغيرات البدنية في يوم الخميس المصادف 2022/4/14 لعينة البحث وكان هذا بعد تطبيق التمرينات التأهيلية، إذ تم قياس القوة العضلية للعضلات التي تعمل على مفصل الركبة وكذلك درجة الثني الايجابي لمفصل الركبة في المركز التخصصي لتأهيل مرضى الشلل الدماغي وصعوبة المشي وتأخر النطق وتأهيل الإصابات الرياضية في محافظة القادسية وبإشراف مباشر من الباحثان، إذ تم القياس بصورة مشابهة للقياس القلبي من إذ الإجراءات أو الظروف المكانية الزمانية وكذلك الطريقة التي نفذ فيها القياس وبنفس الأجهزة والأدوات، وكان أخر قياس بعدي للمتغيرات البدنية في يوم الأربعاء الموافق 2022/11/9، واستخدم الباحثان الحقيقية

وعن معدل سرعة الراسب الدموي (ESR) في القياس القبلي نجد ارتفاع في معدل سرعة الترسيب، وهذا الارتفاع كان نتيجة طبيعية لرد فعل الجسم الدفاعي لتضرر أنسجته بسبب الإصابة التي حدثت للفرد (التمزق الجزئي للأربطة الجانبية للركبة) . إذ أن معدل سرعة الراسب الدموي يزيد في حالة وجود الالتهاب الحاد الناتجة عن الإصابات أو الالتهاب المزمن إذ يطرح الجسم بروتيناته الدفاعية في الدم لتصل للمناطق المتضررة والذي بدوره يؤدي الى تنقل الدم " (11 : 2) .

ومن خلال ملاحظة قيمة المتوسط الحسابي للقياسات القبلية لـ (معدل سرعة ترسيب الدم) نجد انه كان مرتفعاً كنتيجة لتعرض الجسم للإصابة، وهذا من الأمور الطبيعية والتي تكون مصاحبة للإصابة وتكون كمؤشر دقيق على حدة درجة الإصابة لكن عند مقارنتها بقيمة المتوسط الحسابي للقياس البعدي لمعدل سرعة الترسيب نجد انخفاض أو عودة درجة التهاب الدم الى المستوى الطبيعي، ويوضح هذا حالة المصابين ووصولهم لدرجة الشفاء بعد الفترة العلاجية بالغل الكهربائي كنتيجة لفعالية الطريقة العلاجية وتأثيرها الايجابي على المصابين . إذ أن ما يميز طريقة الغل الكهربائي أنها تعمل على إدخال عناصر الدواء إلى العضو المقصود للمريض وبالتركيز الدوائي المطلوب إلى مكانه المحدد من الجسم، إذ يختلف تأثير الدواء فيما لو استخدم في الطرق الأخرى (12 : 1) .

وبذلك يكون استخدام طريقة الغل الكهربائي للأدوية أسهمت في إيصال عناصر دواء الفولتارين جل الى عمق الأنسجة المصابة وبالتركيز المثالي مما ساعد في التغلب على الالتهاب والوصول الى مرحلة الشفاء، إذ يشير بيك ان لدى مضادات الالتهابات غير الستيرويدية ومن ضمنها الفولتارين مدى واسع الاستخدام وبشكل خاص في الحالات التي فيها المأ والتها، إذ اثبت هذا العلاج فعاليته وبشكل جيد جدا من خلال استخدامه اليومي في الكثير من الحالات التي يرافقها الألم والالتهاب (13 : 4) .

3-3 عرض نتائج قياس المتغيرات البدنية القبلية والبعدي لعينة البحث وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (2) يبين فروق الأوساط الحسابية بين القياسات القبلية والبعدي في المتغيرات البدنية لعينة البحث

ت	المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t المحسوبة	الدالة
		ع	س	ع	س		
1	القوة	73,5	8,347	135,25	14,080	16,370	0,000
2	الثني (الدرجة)	48,75	7,500	30	0,000	5,000	0,015

من خلال البيانات المستخرجة لعينة البحث في قياس قوة العضلات

ولصالح القياس البعدي، إذ أن انخفاض قيم المتغيرات الفسيولوجية وعودتها ضمن المستوى الطبيعي وبعد أن ارتفعت نتيجة الحالة الدفاعية للجسم بعد الإصابة، وبالتالي أن الطريقة العلاجية التأهيلية أسهمت في الوصول الى نتائج ايجابية .

ففي كريات الدم البيضاء (WBC) نلاحظ في القياس القبلي زيادة في معدل كريات الدم البيضاء ويكون هذا ناتجاً عن إصابة التمزق الجزئي لأربطة الركبة الجانبية مما يؤدي للالتهاب في الجسم، إذ يعمل الجسم على رفع قابلية الدفاعية والسيطرة على الالتهابات والعمل على إصلاح المتضرر من الأنسجة، إذ يشير عبد الوهاب الى أن كريات الدم البيضاء هي الجزء الخلوي (الحي) من الجهاز المناعي وتمتلك الأهمية الكبيرة في معالجة التهابات الجسم والإصابات التي يتعرض لها " (8 : 11) .

وعند المقارنة بالمتوسط الحسابي للقياس القبلي بالقياس البعدي بعد تطبيق الغل الكهربائي نلاحظ انخفاض في عدد الكريات البيضاء وعودتها ضمن المعدل الطبيعي وهذا ما يشير الى انخفاض نسبة الالتهاب وشفاء الإصابة وعودة الجسم الى حالته الطبيعية إذ تنتفي حاجة الجسم الى رفع مستوى حالته الدفاعية، ويعزو الباحثان هذا التحسن الى فعالية الطريقة العلاجية وتأثيرها الايجابي، إذ أسهم في عودة معدل الكريات البيضاء للدم الى مستواها الطبيعي لدى المصابين، إذ أن لهذه الطريقة ثلاث مزايا في أن واحد وهي الاستفادة من مزايا التيار الكهربائي المستمر وكذلك مزايا المستحضر الطبي الفولتارين جل ومزايا الالتهاب مع بوصول كمية دواء وبمدة زمنية مثالية .

إذ أن هناك مختلف الاستخدامات للغل الكهربائي للأدوية إذ يعمل تقليل التورم والوذمات، إدارة النسيج الندبي، التقليل من رواسب الكالسيوم في الجسم، التقليل من الالتهابات ومعالجتها، المساعدة في التئام الجروح، تقليل وتسكين الألم، التقليل من تشنج العضلات ويستخدم الغل الكهربائي كذلك في العلاج الطبيعي للتخدير الموضعي (9 : 3) .

كما أن الفولتارين جل كمستحضر طبي موضعي يستخدم كمضاد للالتهاب، إذ كان اختياره مناسباً ودقيقاً مع الطريقة العلاجية التأهيلية لما له من خصائص تساعد في القضاء على الالتهابات، إذ يشير اليساري الى أن الفولتارين يعمل على تثبيط نوعان من إنزيمات الأكسدة الحلقية إذ إن هذه الإنزيمات مهمة في تصنيع البروستاغلاندين وبذلك يعمل على الحد من إنتاج البروستاغلاندين الذي يرتبط بالألم والالتهاب فيكون تأثيرها العلاجي من خلال خفض التصنيع للبروستاغلاندين (10 : 14) .

وعند مقارنة الوسط الحسابي للقياسات القبلية بالوسط الحسابي للقياسات البعدية لقوة العضلات العاملة على مفصل الركبة نجد أن هناك تطور كبير في إنتاج القوة من العضلات العاملة على مفصل الركبة، ويعزو الباحثان هذا التطور الحاصل في القوة ناتج عن فعالية طريقة الغل الكهربائي، إذ أن لهذه الطريقة فعالية تأثير كبيرة ساهمت في شفاء الإصابات والقضاء على الالتهاب وعودة العضو المصاب الى الوضع الطبيعي، فضلاً عن فعالية التمرينات التأهيلية التي أعدها الباحثان والتي كانت موضوعة على أسس علمية والتي كان لها الدور الكبير في نمو القوة العضلية، إذ تنوعت التمرينات التأهيلية المستخدمة لتأهيل المصابين بالتمزق الجزئي للأربطة الجانبية للركبة بين تمرينات متحركة وثابتة ومختلطة وأرزن أو من دونها، وكان الهدف منها رفع قدرة العضلات على إنتاج القوة والوصول لمدى حركي كامل لمفصل الركبة، إذ راعت التمرينات التأهيلية التركيب التشريحي للمفصل ودرجتي المد والثني له، وهذا ما أشار له (جيفري) بأن استعمال التمرينات الثابتة و التمرينات المتحركة و التمرينات المختلطة يكون له الأثر الواضح في تطوير القوة، إذ إن القوة تزداد بزيادة استعمال التمرينات البدنية وتقل في حالة عدم تحريك الجزء (15 : 76) . فأن التمرينات التأهيلية تعمل على تعويض لما فقدته العضلات من لياقتها والذي حصل نتيجة التقصير أو الإهمال باستعمال العضلات أو الضعف فيها والذي قد يكون هو احد الأسباب الرئيسة لحدوث الإصابات، فضلاً عن تعويض المفقود من القوة للعضلات، إذ تعمل التمرينات التأهيلية على زيادة القوة التي يمكن إنتاجها من قبل العضلات العاملة .

وفي درجة الثني لمفصل الركبة يتبين من خلال الجدول (2) وجود الفروق المعنوية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى في درجة الثني لمفصل الركبة لدى عينة البحث .

ومن خلال ملاحظة القياسات القبلية للمصابين نجد أن هناك تحدد في درجة الثني لجميع المصابين وعدم قدرتهم على الثني الايجابي الكامل لمفصل الركبة، وهذا ناتج عن الإصابة بالتمزق الجزئي لأربطة الركبة الجانبية، وإن أي جزء بالجسم يتعرض لإصابة بطبيعة الحال تؤدي إلى عدم القدرة على تحريكه ومحدودية الحركة إذ أن إصابة أربطة الركبة الجانبية تحد من قدرة المفصل على أداء وظائفه بصورة تامة، إذ أن بمفهوم التأهيل أن " المدى هو الفترة على تحريك الجزء المصاب إلى أقصى مدى له بدون ألم و الفترة على أداء الحركات و المهارات الفنية، وأي نقصان في هذا المدى يكون لو تأثير سلبي على أداء النشاط والمهارات الحركية " (16 : 71) .

وعند مقارنة الوسط الحسابي للقياسات القبلية بالوسط الحسابي

التي تعمل على مفصل الركبة نجد أن قيمة الوسط الحسابي للقياس القبلي كانت (73.5)، وكانت قيمة الانحراف المعياري (8.347)، فيما كان الوسط الحسابي لقوة العضلات العاملة على مفصل الركبة في القياس البعدى (135.25) وكان انحرافها المعياري (14.080)، وباستخدام الباحثان لاختبار (ت) للعينات المترابطة لغرض استخراج الفروق، إذ كانت هناك فروقاً معنوية بين القياسات القبلية والبعدية ولصالح القياسات البعدية، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت (16.370) وعند مستوى الدلالة البالغ (0.000)، مما يشير الى التحسن في مقدار القوة التي تنتجها العضلات التي تعمل على مفصل الركبة وفعالية الطريقة العلاجية و التمرينات المستخدمة .

وفي قياس المدى الحركي لمفصل الركبة نجد أن قيمة الوسط الحسابي للقياس القبلي كانت (48.75)، وكانت قيمة الانحراف المعياري (7.500)، فيما كان الوسط الحسابي لدرجة الثني لمفصل الركبة في القياس البعدى (30) وبانحراف معياري بلغ (0.000)، وباستخدام الباحثان لاختبار (ت) للعينات المترابطة لغرض استخراج الفروق، إذ كانت هناك فروقاً معنوية بين القياسات القبلية والبعدية ولصالح القياسات البعدية، إذ أن قيمة (ت) المحسوبة بلغت (5.000) وعند مستوى الدلالة البالغ (0.015)، مما يشير الى التحسن في مقدار درجة الثني في مفصل الركبة وفعالية الطريقة العلاجية و التمرينات المستخدمة .

3- 4 مناقشة النتائج:

أن تأثير استخدام الغل الكهربائي و التمرينات التأهيلية على المتغيرات البدنية لعينة البحث كان مميزاً، ففي القوة للعضلات العاملة على مفصل الركبة يتبين من خلال الجدول (2) وجود الفروق المعنوية بين القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى في قوة العضلات التي تعمل على مفصل الركبة، إذ عند ملاحظة المتوسط الحسابي للقياسات القبلية نرى انخفاض في قدرة المصابين في إنتاج القوة وهذا يكون بسبب الانقطاع عن ممارسة الجهد البدني نتيجة لحدوث الإصابة وعدم قدرة المصاب على استخدام العضو، إذ يشير الصافي الى أن الانقطاع المؤقت عن التدريب المنتظم والذي يكون موجهاً لتنمية عناصر اللياقة البدنية أو بهدف المحافظة عليها والذي يحدث نتيجة الإصابة أو ما يحدث في نهاية الموسم التدريبي أو غيرها من الأسباب سيؤدي بالتأكيد الى نقصان في الصفات البدنية وفقدان التكيفات الفسيولوجية التي تكون نتاج العمل لعدة أشهر من التدريب ومن الممكن أن يضمحل في حال التوقف عن التدريب لمدة أسابيع (14 : 37) .

وما حققه من تأثير ايجابي في إصابة تمزق الأربطة الجانبية لمفصل الركبة ويفضل أن يكون مصحوباً أو متبوعاً بالتمارين التأهيلية وحسب شدة الإصابة .

2- عند استخدام الطرق العلاجية التأهيلية لإصابات المفاصل يجب اعتماد تمارين تأهيلية يكون مداها الحركي مشابه لتركيب المفصل التشريحي وبالتالي تساعد على تحسين المدى الحركي والقوة للعضلات العاملة بشكل أسرع .

3- وجوب الأخذ بنظر الاعتبار المؤشرات الفسيولوجية عند تقويم الطرق العلاجية التأهيلية للإصابات لما تعطيه من معلومات دقيقة عن شدة الإصابة ودرجة التحسن .

المصادر:

- [1] محمد حسن علوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2000).
- [2] ابو حميد، عباس حسين عبيد؛ حركة الاهتزاز: (جامعة بابل، كلية التربية الرياضية/قسم العلوم النظرية، 2012).
- [3] ارفائيل، حياة عباد؛ إصابات الملاعب، وقاية، إسعاف، علاج طبيعى: (مصر، الاسكندرية، منشأة المعارف، 2001).
- [4] الظالمي، رياض حسن صالح؛ أثر تمارين بالوسط المائي في تأهيل مفصلي الركبة والكاحل بدلالة المدى الحركي وبعض المتغيرات الكيميائية للمصابين بكسر عظم الساق البسيط للرياضيين: (أطروحة دكتوراه، جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2018).
- [5] صالح، سري كاطم، ومحمد، لؤي كاطم؛ منهج تأهيلي مقترح لمفصل الركبة بعد استئصال الرباط الصليبي الأمامي وتأثيره في بعض المتغيرات البدنية للاعبين كرة القدم: (جامعة البصرة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، مجلة بحوث ودراسات التربية الرياضية، 2019).
- [6] الداودي، تامر؛ اختبار قوة عضلات الرجلين: (المكتبة الرياضية الشاملة، 2019). (www.sport.ta4a.net).
- [7] حسين، قاسم حسن وآخرون؛ الاختبارات والقياس والتقييم في التربية الرياضية: (العراق، الموصل، مطابع التعليم العالي، 1990).
- [8] عبد الوهاب، فاروق؛ مبادئ فسيولوجيا الرياضة، ط1: (القاهرة، 1983).
- [9] سيرز، بريت؛ الرجلان الشاردي في العلاج الطبيعي: (2021)
- [10] <https://ar.approbty.com/%D8%A7%D9%84%D8%B1%D8%A7%D9%84%D8%A7%D9%86-%D8%A7%D9%84%D8%B4%D8%A7%D8%B1%D8%AF%D9%8A-%D9%81%D9%8A-%D8%A7%D9%84%D8%B9%D9%84%D8%A7%D8%AC-%D8%A7%D9%84%D8%B7%D8%A8%D9%8A%D8%B9%D9%8A/>
- [11] اليساري، علي ناظم محمد؛ مقارنة وظيفية، نسجية لأغتهاب المفاصل الروثوي المستحدث والمعالج بمستخلص جنور الزنجبيل وعقار الفولتارين: (رسالة ماجستير، جامعة كربلاء، علوم الحياة، 2013).
- [12] حسين، رجاء علي؛ تأثير درجة الحرارة على قيم معدل ترسيب كريات الدم

للفحاشات البعدية للمدى الحركي لمفصل الركبة نلاحظ عودة الشتي الايجابي الكامل لمفصل الركبة وعدم وجود أي تحدد أو الم عند أداء المفصل لوظيفته، ويعزو الباحثان عودة درجة الشتي الى المدى الطبيعى لفعالية طريقة الغل الكهربائي والتونينات التأهيلية، إذ أن الغل الكهربائي من طرق ذات الفعالية ونجاعة، إذ كان لها الأثر الكبير في شفاء الإصابة وتهئية الجسم لمرحلة التمرينات التأهيلية والتي هي الأخرى كان لها دوراً ايجابياً كبيراً في الوصول المدى الطبيعى للمفصل وعودته الى الوضع الطبيعى، إذ كانت التمرينات التأهيلية مشابهة لحركة مفصل الركبة ومدياته الحركية من الأسباب الرئيسة في تطور المدى الحركي للمصابين في أربطة مفصل الركبة، إذ ان التشابه بين التونينات التأهيلية المستخدمة والتي يصاحبها زيادة مرونة الحركة مع المدى الحركي وطبيعة حركة المفصل يعتبر من احد الأسباب الرئيسة التي تؤدي الى تحسين المدى الحركي في هذا المفصل، وان ما تم التوصل إليه من نتائج في درجة الشتي لمفصل الركبة كان للدور الايجابي للتمرينات التأهيلية المستخدمة إذ كانت تحتوي على تونينات سلبية وايجابية والمترجة في زيادة التكرارات وأيضاً التخرج من السهل الى الصعب وبالتالي لعبة دوراً كبيراً في إعادة السعة الحركية لمفصل الركبة، إذ ان تأدية التمرينات المعدة وبشكل منتظم ساهمت في استعادة الوظيفة الطبيعية للمفصل من الشتي والمد، إذ يشير سالم الى أن " التمرينات التأهيلية المنتظمة والمترجة ذات تأثير فعال في زوال الألم ومن ثم زيادة مرونة المفصل التي تؤدي الى زيادة المدى الحركي" (15 : 117) .

4- الخاتمة:

- 1- حقق استخدام الغل الكهربائي لمستحضر الفولتارين الطبي تحسن واضح في المتغيرات الفسيولوجية قيد الدراسة، إذ ساعد في سرعة شفاء الإصابة مما انعكس إيجاباً على المتغيرات الفسيولوجية وعودة قيمها الى المستوى الطبيعى .
- 2- حقق استخدام الغل الكهربائي والتونينات التأهيلية تحسن واضح في المتغيرات البدنية قيد الدراسة، إذ ساعدت المعالجة بالغل الكهربائي لمستحضر الفولتارين الطبي في سرعة شفاء الإصابة وبذلك هبأت المصابين الى أداء التمرينات التأهيلية والتي كانت ذات دور ايجابي في رفع مستوى القوة للعضلات العاملة على مفصل الركبة وكذلك الوصول بالمصابين الى المدى الكامل بالمفصل عند الشتي.

يوصي الباحثان بما يلي بناءً على نتائج البحث:

- 1- استخدام الغل الكهربائي في معالجة إصابات تمزق الأربطة لفعاليتها

الحمى في عينات دم مرضى واصحاء في محافظة البصرة: (مجلة الكوفة لعلوم
النمريض، 2015).

[13] سعد، محمد؛ المعالجة بالتشنج الدوائي: (2020)

[14] <https://www.facebook.com/mafa.yoo7/posts/pfbid02J91kQ9uYej83SaiujGRsYJeNvXyHLdju4AnPfx5re97QYNWHULnDvmhZm4xjNqmyl>

[15] Beck, A.; Salem, K.; Krischak. G.; Kinzl, L.; Bischoff, M.
& Schmelz, A. (2005). Nonsteroidal anti-inflammatory drugs
(NSAIDs) in the

[16] الصافي، أسعد عدنان عزيز؛ فسيولوجيا الانسان العامة وفسيولوجيا الرياضة:
(الديوانية، مركز صفر واحد للطباعة، 2016).

[17] Griffith H.W.M.D : sport Injuries : U.S.A , the body .
-15press,1986

[18] عبد الجواد، عبد الباسط صديق؛ الحديد في العلاج والتأهيل للإصابات الرياضية
برامج التأهيل والعلاج: (مصر، الاسكندرية، ماهي للنشر والتوزيع، 2016).

[19] سالم، ابراهيم وآخرون؛ موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار، ط1: (مركز
الكتاب للنشر، 1998).



الملاحق:

ملحق (1) يوضح الطبيب المختص لتشخيص الإصابة والمعالج الطبيعي

ت	الاسم	الاختصاص ومكان العمل
1	يحيى فالح محمد	دكتوراء جراحة العظام والمفصل والكسور / مستشفى النيوانية التعليمي
2	عدنان سلمان علي	بكلوريوس تمريض / أخصائي العلاج الطبيعي / مستشفى النيوانية التعليمي

ملحق (2) يبين أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية عليهم

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	احمد عبد الزهرة	أ.د.	فلسفه	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
2	ياسر عبد الستار احمد	أ.د.	تأهيل وإصابات	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى
3	عمار حمزة هادي	أ.د.	إصابات وتأهيل	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل
4	نبيل عبد الكاظم عذاب	أ.د.	إصابات وتأهيل	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل
5	بشير شاكر حسين	أ.م.د.	فلسفه	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية
6	احمد عطشان عبد الرضا	أ.م.د.	إصابات وتأهيل	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ذي قار
7	وسام شلال	أ.م.د.	طب رياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة المثنى
8	عمار مثنى جميل	أ.م.د.	تغذية وإصابات	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية

ملحق (3) يوضح استمارة تحديد المتغيرات الفسيولوجية والبدنية

الأستاذ الدكتور الفاضل المحترم .

تحية طيبة ...

يروم الباحثان إجراء البحث الموسوم (تأثير الغل الكهربائي والتمارين التأهيلية في بعض المتغيرات الفسيولوجية والبدنية للمصابين بالتمزق الجزئي للأربطة الجانبية لمفصل الركبة)

ولكونكم من ذوي الخبرة والاختصاص فقد حرص الباحثان على استشارتكم في معرفة أهم المتغيرات الفسيولوجية والبدنية والتي لها علاقة اكبر بموضوع البحث .

*ملاحظة التأشير بعلامة (√) على درجة المتغير الذي ترونه مناسباً.

*يمكن إضافة إي متغير آخر ترونه مناسباً

مع فائق الشكر والامتنان

الاسم:

اللقب:

مكان العمل:

الاختصاص الدقيق:

استمارة استبيان

ت	المتغيرات الفسلجية والبدنية	معنى المتغير	الدرجة					الملاحظات
			5	4	3	2	1	
1	LGg	بروتين						
2	WBC	كريات الدم البيضاء						
3	ESR	الروماتيزم (التهاب الدم)						
4	GH	هرمون النمو						
5	LGA	بروتين						

التمرينات البدنية	الشدة أو الأداء	التكرار	الراحة (ث)	المجموعات	الراحة بين المجموعات	هدف التمرين
هرولة	5 د	1	30 ث	1	---	التهيئة للقسم الرئيس
الدراسة الثابتة	5 د	1	30 ث	1	---	التهيئة للقسم الرئيس
عمل اطالات لعضلات الفخذ الامامية والخلفية	2 د	2	30 ث	1	---	تنمية المرونة وتقوية اربطة المفصل
نشر الرجل لأربع جهات باستخدام الجهاز المتقابل بوزن (30) كغم	---	10	10 ث	2	30 ث	تنمية العضلات الامامية والخلفية والمقربة والمبعدة للفخذ
دفع ماكينة ضيق بوزن (40) كغم	---	10	---	3	20 ث	تنمية المرونة وتقوية عضلات الرجلين

6	C.R.P	البروتينات التفاعلي							
7	القوة	القوة في المفصل							
8	السرعة	سرعة الحركة							
9	المطاولة	تحمل الاداء للمفصل							
10	المرونة	المدى الحركي للمفصل							

ملحق (4) يوضح نموذج لوحدة تأهيلية منزلية ووحدة تأهيلية في القاعة الرياضية

التمرينات البدنية	الشدة أو الأداء	التكرار	راحة (ث)	المجموعات	الراحة بين المجموعات	هدف التمرين
هرولة	5 د	---	30 ث	1	---	---
عمل اطالات خفيفة لعضلات الفخذ الامامية والخلفية	30 ث	4	20 ث	1	---	---
(الاستلقاء على الظهر) رفع الساق مستقيمة وسحب أصابع القدم في اتجاهك والقدم الأخرى ممدودة على الأرض	10 ث	5	---	2	20 ث	تنمية العضلات والمرونة وتقوية الأربطة
(الجلوس الطويل) وضع وسادة أسفل القدم وتحرك مفصل القدم للأمام والخلف ويمين ويسار	---	15	---	2	15 ث	تنمية العضلات والمرونة
(الوقوف) المشي على أطراف الأصابع (10 ثانية) ثم على كعب القدم (10 ثانية)	---	5	15 ث	2	20 ث	تقوية عضلات الساقين
تمرين الميزان	10 ث	10	---	1	---	تمدد وتقوية عضلات الفخذين+التوازن
(الوقوف، فتحة، الزراعان أماماً مد) ثني الركبتين وصولاً للجلوس ثم مدهما	---	30	---	2	30 ث	تنمية العضلات والمرونة
(الوقوف، الاستناد على الجدار) وضع حبل مطاطي حول الساقين وسحب الرجل لأربع جهات	---	15	---	2	30 ث	تنمية العضلات الامامية والخلفية والمبعدة للفخذ
(الوقوف على الجانب) رفع وخفض الرجل ممدودة مع وجود حبل مطاطي الساقين	---	10	---	2	20 ث	تنمية العضلات المبعدة والمقربة للفخذ
(الوقوف) الحجل بالتعاقب مع الثبات 5 ثانية لكل قدم لمسافة (10) متر	---	2	10	2	20 ث	تنمية العضلات والتوازن
مشي المصارع 5 متر في 5 متر	---	3	---	2	20 ث	تمدد وتقوية عضلات الفخذين

تمارين نصف ديني بوزن 60 كغم	—	3	15 ث	3	30 ث	تحسين المرونة والقوة في الرجلين
كولف واقف بوزن (40) كغم	—	15	—	2	20 ث	تنمية عضلات الساقين
كيرل سيقان امامي بوزن (40) كغم	—	10	—	3	30 ث	تنمية العضلة الرباعية والمرونة
كيرل سيقان خلفي بوزن (30) كغم	—	10	—	3	30 ث	تنمية العضلة الخلفية والمرونة
كولف جالس بوزن (40) كغم	—	10	—	2	20 ث	تنمية عضلات الساقين
دفع مائدة عريض بوزن (40) كغم	—	10	—	3	20 ث	تنمية المرونة وتقوية عضلات الرجلين



تأثير تمرينات خاصة باستخدام وسائل مساعدة على وفق بعض المتغيرات البايوميكانيكية في دقة

التهديف البعيد بكرة السلة للشباب

علي محمد خميس¹ أ.م.د. مشتاق عبد الرضا ماشي²

جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

(¹alijhasd1234@gmail.com, ² Mushtaq.mashi@qu.edu.iq)

المستخلص: يعد التهديف البعيد بالقفز من أهم أنواع التصويب بكرة السلة التي يعتمد عليها الفريق واللاعب طيلة المباراة، وأراد الباحثان أن يبحث عن مكانية معالجة الإخفاق الحاصل في أداء مهارة التهديف البعيد بعد استخدام تمرينات خاصة معززة بوسائل مساعدة وفقا للمواصفة البايوميكانيكية الكثير تأثير أو مساهمة في الأداء من اجل بيان هل تم تحسن الأفراد عينة البحث بعد تطبيق التمرينات والوسائل التي وضعها الباحثان. وتمكن أهمية البحث في إعداد تمرينات خاصة باستخدام وسائل مساعدة من اجل تعديل الأداء وذلك بعد التعرف على الأخطاء لدى اللاعبين إنشاء أداء مهارة التهديف البعيد بالقفز (المحسوبة بثلاث نقاط) بكرة السلة وفق الموائمة البايوميكانيكية ومؤشرات الأداء في مهارة التهديف ومعالجة هذه الإخفاق لتقليل ضياع نقاط المباراة وكذلك تعمل على تحسين المسار الحركي وتطوير مؤشر الأداء مهارة التهديف البعيد بالقفز الشباب.

مجالات البحث: المجال البشري: للاعبين نادي اليقظة للشباب بكرة السلة للموسم الرياضي 2023/2022

المجال المكاني: قاعة مركز شباب الحمزة الشرقي (المغلقة) والقاعة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. **المجال الزمني:** 2023/2/20-2022/2/16.

إما إجراءات البحث: اشتملت على تحليل الأداء اللاعبين باستخدام برنامجين ومن ثم بناء نموذج خاص لبيان مساهمة المتغيرات البايوميكانيكية في دقة التهديف البعيد بكرة السلة كما شملت على بناء وتصميم الأدوات وتمارين خاصة من اجل تطوير متغيرات الدراسة.

وتلخصت نتائج البحث: إن التمرينات مع الوسائل المساعدة التي تم اعتمادها في الوحدات التدريبية قد عملت على تطوير دقة التهديف البعيد بكرة السلة (المحتسب بثلاث نقاط) هذا ما أكدها الدلائل الإحصائية للاختبارات البعدية.

الكلمات المفتاحية: تمرينات خاصة - وسائل مساعدة - البايوميكانيكية - دقة التهديف البعيد - كرة السلة.

1- المقدمة:

أن التدريب الرياضي من أهم المجالات التي طرأت عليها الكثير من التطورات في السنوات الأخيرة بسبب التجارب والبحوث العلمية التي كانت وما زالت همها الوحيد رفع المستوى الفني للرياضة بشكل عام والوصول بمستوى الرياضيين إلى اعلي ما يمكن إذ لم يعد هناك حد للوصول إليه والتوقف عنده بل أصبح كل شيء ممكن الاستفادة منه لتطوير المستوى الرياضي.

وإن الهدف من التطور المستمر لطرائق التدريب وأساليبها من إذ التمرينات والأدوات المساعدة المستخدمة في التدريب، هو رفع مستوى الأداء الرياضي وصولاً لتحقيق مستويات جيدة في الألعاب الرياضية المختلفة وخاصة في لعبة كرة السلة لذلك تنوعت وتعددت الأساليب والوسائل التدريبية وتنوع تأثيرها مما يدفع المختصين والمعنيين بمجالات التدريب إلى اختيار أو انتقاء الوسائل والأدوات التدريبية المساعدة الأكثر فائدة للعمل على اختصار كل الوقت والجهد وبالتالي تحسن مستوى الأداء المهاري للاعبين، إذ أن الكثير من الفعاليات والألعاب الرياضية تتطلب الأداء المتميز لمختلف أوقات المباراة وبنفس المستوى والدقة أثناء تنفيذ عملية التهديف بكرة السلة بشكل عام و التهديف البعيد بشكل خاص.

كما وإن استخدام الأجهزة والأدوات المساعدة في عملية التدريب يسهم وبصورة فعالة في تطوير دقة مهارة التهديف البعيد إذ أن استعمال هذا الأدوات وإدخاله بالتمرينات المعطيات للاعب تساعد على تصحيح المسار الحركي والوصول بلاعب إلى مرحلة الثبات والإله في الأداء أثناء عملية التهديف. الأمر الذي دعاء الباحثان إلى أعداد تمرينات خاصة باستخدام وسائل مساعدة كوسيلة مساعدة في تصحيح أو معالجة لضبط المتغيرات البايو ميكانيكية التي يقع فيه اللاعب أثناء التهديف البعيد من القفز بكرة السلة، إذ تعد المتغيرات البايو ميكانيكية واحد من أهم العوامل المؤثرة في عملية التهديف بكرة السلة بشكل عام التهديف البعيد بالقفز بشكل خاص لما لها من إثر كبير في مؤشر دقة مهارة التهديف في كرة السلة وخصوصا في مهارة التهديف البعيد بالقفز (من خارج قوس

الثلاث نقاط).

مشكلة البحث:

أن أخطاء الأداء التي تحول دون نجاح محاوله التهديف البعيد بالقفز (المحتسب بثلاث نقاط) عند اللاعبين التي يصعب عليهم تحديدها بالعين المجردة لتداخل المتغيرات الحركية للمهارة من جهة وسرعة الأداء من جهة أخرى. تستوجب الاستفادة من البرامج تحليلية التي تمدنا بمعلومات عن دقائق أجزاء مراحل الحركة ومكان أخطائها موضوعيا. لذا لابد من تحليل الأداء الذي يعمل على تقييم الحركة موضوعيا لاعتماده على متغيرات كمية وظاهرية يمكن قياسها وأن إحراز النقاط أو عدمه خصوصا في دقة أداء مهارة التهديف البعيد بالقفز بكرة السلة للشباب قد يؤدي إلى تغير في نتيجة المباراة، لذلك يتوجب على كل فريق أن يكون مستعدا تماما لاستغلال كل رميه في التهديف البعيد بالقفز متاح له خلال المباراة، وأن تحقيق مستوى متقدم في مؤشر دقة مهارة التهديف البعيد بالقفز (المحتسب بالثلاث نقاط) يعتمد على تطبيق الأسس البايو ميكانيكية الصحيحة للتهديف التي يمكن كشفها خلال التحليل باستخدام برنامج تحليل وبناء نموذج لها من خلل برنامج تحليل المسار لكل لاعب للوقوف على أهم المتغيرات والعلاقات الميكانيكية المؤثرة في تحسين المستوى المهاري ودقة مهارة التهديف البعيد بالقفز بكرة السلة للشباب نادي اليقظة.

أهداف البحث:

- 1-أعداد تمرينات خاصة باستخدام وسائل مساعدة وفقا للمتغيرات البايو ميكانيكية وأثرها في دقة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة للشباب (نادي اليقظة) للمجموعة التجريبية.
- 2-التعرف على تأثير التمرينات الخاصة باستخدام وسائل مساعدة وفقا للمتغيرات البايو ميكانيكية في دقة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة للشباب (نادي اليقظة) للمجموعة التجريبية.

فرضيات البحث:

- 1-هناك إثر ايجابي للتمرينات الخاصة باستخدام وسائل مساعدة وفقا للمتغيرات البايو ميكانيكية في دقة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة للشباب (نادي اليقظة).

(الطول، الوزن، العمر التدريبي، العمر الزمني) وبعد ذلك جرت المعالجات الإحصائية لهذه المتغيرات، وذلك باستعمال معامل الالتواء، وبهذا كان أفراد المجموعة الواحدة متجانسين وكما مبين في الجدول (1) أدناه

الجدول (1) يبين تجانس أفراد المجموعة الضابطة والتجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط	الانحراف	معامل الالتواء	مستوى الدلالة
1	الطول	سم	178.5	7.45	-0.335	غير معنوي
2	الوزن	كغم	67	2.28	0.877	غير معنوي
3	العمر التدريبي	سنة	2.83	0.408	-0.408	غير معنوي
4	العمر الزمني	سنة	17.16	0.983	-0.847	غير معنوي

2-3-2 التكافؤ أفراد عينة البحث: قبل البدء بالإجراءات التجريبية والعمل الميداني لابد أن تكون مجموعتنا الدراسة متكافئتين، لكي يستطيع الباحثان فيما بعد من إرجاع الفروق إلى العامل التجريبي، " وبهذا يجب أن تكون المجموعتان متكافئتين تماماً في الظروف والمتغيرات جميعها عدا المتغير التجريبي الذي يؤثر في المجموعتين " (1:341).

الجدول (3) يبين قيم (ت) المحسوبة للمجموعتين (التجريبية، والضابطة) للمتغيرات البحث الأخرى لغرض التكافؤ

ت	الاختبارات	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (ت) المحسوبة*	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
			ع	س	ع	س			
1	زاوية انطلاق الكرة	درجة	37.466	4.683	39.691	6.690	0.667	0.520	عشوائي
2	سرعة انطلاق الكرة	م/ثا	3.490	0.439	3.793	0.111	1.642	0.132	عشوائي
3	أعلى ارتفاع الكرة للحظة الرمي	سم	208.683	59.250	208.748	8.379	0.003	0.998	عشوائي
4	أعلى ارتفاع للكرة في قوس	سم	372.231	35.131	405.156	54.161	1.246	0.241	عشوائي
5	الدقة (التهديف البعيد)	نقطة	2.000	0.632	2.000	0.633	0.000	1.000	عشوائي

2-4 الأجهزة المستعملة في البحث: كامرة تصوير فيديو نوع (Sony)، كامرة تصوير عادية نوع (Nikon)، موبايل نوع (إيفون 13 برو) عدد (3)، حاسوب نوع (Lenovo)، أقراص DVD

2-هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في دقة مهارة التهديف البعيد من القفز بكرة السلة للشباب (نادي اليقظة) في كرة السلة ولصالح الاختبار البعدي.

3-هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية.

مجالات البحث:

لمجال البشري: للاعبين نادي اليقظة للشباب بكرة السلة للموسم الرياضي 2023/2022.

المجال المكاني: قاعة مركز شباب الحمزة الشرقي (المغلقة)، والقاعة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

المجال الزمني: 2023/2/20-2022/2/16.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: استعمل الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته لطبيعة البحث ولكي يعطي نتائج دقيقة وحقيقية.

2-2 مجتمع وعينة البحث: حدد الباحثان مجتمع البحث هم للاعبين نادي الفرات الأوسط للموسم الرياضي 2023/2022، إما عينة البحث تم اختيارهم بالطريقة العمدية المتمثلة بلاعبين اليقظة الرياضي الشباب بكرة السلة والبالغ عددهم (12) لاعب وتم تقسيمهم الى مجموعتين بشكل متساوي بواقع (6) للاعبين في كل مجموعة. إذا تم تقسيم عينة البحث. إذ تكون المجموعات متكافئة تماماً في جميع الظروف ما عدا المتغيرات التي تؤثر في المجموعة التجريبية.

2-3 تجانس أفراد عينة البحث وتكافؤها:

2-3-1 تجانس أفراد عينة البحث: من اجل الوصول الحصول على عينة البحث متجانسة ولتجنب المتغيرات التي قد تؤثر في نتائج الدراسة من إذ الفروق الفردية الموجودة بين أفراد عينة البحث، عمد الباحثان بإجراء التجانس في بعض المتغيرات لأفراد المجموعتين الضابطة والتجريبية في كل من متغيرات

البحث ولكلاً المجموعتين الضابطة والتجريبية في يوم واحد ومكان واحد لاختبار دقة التصويب البعيد من القفز بكرة السلة (من خارج خط الثلاث نقاط) وذلك في يوم (الأحد) الموافق 2022/8/10 في تمام الساعة (10 صباحاً) وعلى القاعة المغلقة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية.

2- 8 للتمرينات الخاصة باستخدام وسائل مساعدة:

عمد الباحثان بإعداد التمرينات خاصة باستخدام وسائل المساعدة وأخرى بدون وسائل مساعدة، بعد إن عمده الباحثان بجمع البيانات الخاصة بالمتغيرات الميكانيكية والتي حصل عليه من خلال تحليل الحركي باستخدام برنامج التحليل وبرنامج المسار الحركي (amos) والذي تم من خلالها تحديد المتغيرات المؤثرة، إذ تم استبعاد العديد من المتغيرات لكونها أقل تأثيراً وأخرى معدومة التأثير وكذلك من خلال الدراسات السابقة، إذ تم أعداد التمرينات الخاصة وفقاً للمتغيرات البايو ميكانيكية والتي قيد الدراسة. تم تطبيق التمرينات على عينة البحث ويشكل التالي:

1- أن تكون التمرينات المستخدمة في مستوى قدرات لاعبي نادي اليقظة الشباب في كرة السلة.

2- استخدام مبدأ التنوع إذ يؤدي البعض منها بأدوات والأخر بدون أدوات.

3- توافر الأجهزة والأدوات المطلوبة لتنفيذ التمرينات المستخدمة في البرنامج والتأكد من صلاحيتها.

4- تتناسب درجات الحمل من إذ الشدة والحجم والكثافة.

5- تم تطبيق التمرينات في فترة الإعداد الخاص

6- مدة المنهج التريبي للتمرينات (8 أسبوعاً)

7- تكون شدة التمرينات بين (80-95).

2- 9 الاختبارات البعيدة: بعد انتهاء الباحثان من تطبيق

التمرينات المقترحة وبمساعدة المدرب والكادر المساعد عمده الباحثان بإجراء الاختبار البعدي لعينة البحث (التجريبية والضابطة) مع مراعاة نفس الظروف التجربة الأولى.

2- 10 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحثان الحقيبة

الإحصائية spss.

نوع (prince)، ميزان طبي، شريط قياس الطول، صافرة، ساعة توقيت، شواخص عدد (10) أدوات أخرى مساعدة استخدمه الباحثان)، وكما مبين في الملحق (2).

2- 5 إجراءات البحث الميدانية:

2- 5- 1 تحديد متغيرات المتغيرات التي تم تحليلها: بعد

مراجعة المصادر والدراسات العلمية المتوفرة والمقابلات الشخصية مع السادة أهل الاختصاص تم تحديد أهم المتغيرات البايو ميكانيكية الخاصة بمهارة التصويب البعيد بالقفز (المحسوبة بثلاث نقاط)، كما تم أيضاً تحديد هذا المتغيرات باستخدام برنامجين التحليل الحركي (kinovea و apas) إذ تم استبعاد بعض المتغيرات من خلال برنامج تحليل المسار (amos) التي أظهر بعدم وجود نتائج إحصائية وعلاقات ضعيفة إذ تم تقسيم مرحلة التحليل إلى ثلاث أقسام (1- لحظة أقصى انثناء، 2- لحظة رمي الكرة، 3- المتغيرات الخالصة بالكرة) ولكل قسم مجموعة من المتغيرات التي لها علاقة مؤثرة في دقة التهديد البعيد بكرة السلة بالقفز .

2- 5- 2 توصيف اختبار التهديد:

2- 5- 3 اختبار التصويب من القفز بكرة السلة (2:130-131):

الهدف من الاختبار: قياس القدرة على التحكم في الكرة من خلال سرعة ودقة التصويب.

الأدوات اللازمة: استمارة تقريب البيانات، ملعب كرة سلة، كرات، ساعة توقيت، كامرات تصوير فيديو.

زمن الاختبار: يحسب الوقت منذ استلام اللاعب المختبر الكرة حتى نهاية المحاولة الثامنة بعد أن تترك الكرة يد اللاعب المختبر.

2- 6 التجربة الاستطلاعية: أجرى الباحثان تجربة

استطلاعية على عينة البحث في نادي اليقظة في 2022/6/2 والغرض منها هو التعرف على القياسات الجسمية وأعمار اللاعبين كما وتم أجرى تجربة أخرى من أجل الوقوف على أهم المعوقات التي قد تواجه الباحثان أثناء عملية التصوير الاختبار.

2- 7 الاختبار القبلي: تم إجراء الاختبار القبلي على عينة

3-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبار بدقة التهديف البعيد ومتغيرات البايوميكانيكية للمجموعة التجريبية:

الجدول (7) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالتها للمجموعة التجريبية لمتغيرات البحث (متغيرات الكرة والدقة التهديف البعيد) بين الاختبارات القبلية والبعيدة

الاختبارات	وحدة قياس	القبلي		البعدي		قيمة (ت) المحسوبة*	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
		س	±ع	س	±ع			
زاوية انطلاق الكرة	درجة	37.466	4.683	45.383	0.957	3.797	0.013	معوي
سرعة انطلاق الكرة	م/ثا	3.490	0.439	4.893	0.440	3.986	0.010	معوي
أعلى ارتفاع للكرة للحظة الرمي	سم	208.683	59.250	263.226	57.072	1.355	0.233	معوي
أعلى ارتفاع للكرة في قوس	سم	372.231	35.131	432.440	14.706	4.134	0.009	معوي
الدقة (التهديف البعيد)	نقاط	2.000	0.632	8.166	0.752	20.066	0.000	معوي

تبين من خلال الجدول أعلاه أن هناك فروق معنوية بين المتغيرات البايوميكانيكية في متغيرات الكرة ودقة التهديف في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في التهديف البعيد بالقفز (المحتسب بثلاث نقاط) بكرة السلة إذ بلغت قيمة ت المحسوبة (3.797) بمستوى دلالة (0.013)، وبدلالة معنوية في زاوية انطلاق الكرة، إذ بلغت قيمة ت المحسوبة (3.986) وبمستوى دلالة (0.010) وبدلالة معنوية في سرعة الانطلاق للكرة، وبلغت قيمة ت المحسوبة (1.355) وبمستوى دلالة (0.233)، وبدلالة معنوية في أعلى ارتفاع للكرة لحظة الرمي، كما بلغت قيمة ت المحسوبة (4.134) وبمستوى دلالة (0.009) بدلالة معنوية في أعلى ارتفاع للكرة في قوس الرمي، وبلغت قيمة ت المحسوبة (20.066) وبمستوى دلالة (0.000) بدلالة معنوية في دقة التهديف، وهذا يعني أن مستوى ضبط المتغيرات البايوميكانيكية المتعلقة بالكرة والدقة التهديف البعيد بالقفز بكرة السلة للعينة التجريبية كان في تقدم بشكل واضح وكبير ويعزو الباحثان هذا التقدم والفرق الى التمرينات والأدوات المساعدة التي تم استخدامه خلال الوحدات التدريبية إذ كان إعداد هذا التمرينات والوسائل بالاعتماد على الأسس البايوميكانيكية التي حسنت من

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبار بدقة التهديف البعيد ومتغيرات البايوميكانيكية للمجموعة الضابطة:

الجدول (6) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى دلالتها للمجموعة الضابطة لمتغيرات البحث الكرة والدقة التهديف بين الاختبارات القبلية والبعيدة

الاختبارات	وحدة قياس	القبلي		البعدي		قيمة (ت) المحسوبة*	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
		س	±ع	س	±ع			
زاوية انطلاق الكرة	درجة	39.691	6.690	41.516	4.313	0.503	0.637	عشوائي
سرعة انطلاق الكرة	م/ثا	3.793	0.111	4.194	0.088	8.278	0.000	معوي
أعلى ارتفاع للكرة للحظة الرمي	سم	208.748	8.379	225.300	10.564	2.353	0.065	عشوائي
أعلى ارتفاع للكرة في قوس	سم	405.156	54.161	417.366	16.599	0.476	0.654	عشوائي
الدقة (التهديف البعيد)	نقاط	2.000	0.633	4.000	1.414	2.928	0.033	معوي

تبين من خلال الجدول أعلاه أن هناك فرق عشوائية ومعنوية بين المتغيرات البايوميكانيكية في متغيرات الكرة ودقة التهديف في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في التهديف البعيد بالقفز (المحتسب بثلاث نقاط) بكرة السلة إذ بلغت قيمة ت المحسوبة (0.503) بمستوى دلالة (0.637)، وبدلالة عشوائية في زاوية انطلاق الكرة، إذ بلغت قيمة ت المحسوبة (8.278) وبمستوى دلالة (0.000) وبدلالة معنوية في سرعة الانطلاق للكرة، وبلغت قيمة ت المحسوبة (2.353) وبمستوى دلالة (0.065)، وبدلالة عشوائية في أعلى ارتفاع للكرة لحظة الرمي، كما بلغت قيمة ت المحسوبة (0.476) وبمستوى دلالة (0.654) بدلالة عشوائية في أعلى ارتفاع للكرة في قوس الرمي، وبلغت قيمة ت المحسوبة (2.928) وبمستوى دلالة (0.033) بدلالة معنوية في دقة التهديف، وهذا يعني أن مستوى ضبط المتغيرات البايوميكانيكية المتعلقة بالكرة والدقة التهديف البعيد بالقفز بكرة السلة للعينة الضابطة في تقدم خلال فترة أداء لكن بشكل بسيط مقارنة مع القسم الثاني من عملية التهديف.

يتطرق إليه الباحثان في البحث، من اجل تطوير هذا المهارة بشكل أسرع ودقيق.

المصادر:

- [1] ديوبولد، ب، فان دالين؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس: (القاهرة، مكتبة الانجلو -المصرية، 1985).
- [2] محمد محمود النمر، الدائم ومحمد صبحي حسانين؛ الحديث في كرة السلة الأسس العلمية والتطبيقية، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، 1999).
- [3] ليلى السيد فرحات؛ القياس والاختبار في التربية الرياضية: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ط3، 2005).
- [4] محمد عبد الحليم حسين؛ الإحصاء والقياس في التربية وعلم النفس: (الإسكندرية، دار المعارف الجامعية، جامعة الإسكندرية، 1989).

مستوى الأداء والكشف عن هذا التقدم من خلال الاختبار المستخدم هذا من جانب ومن جانب آخر فان استخدام التمرينات التي يعتمد عليها المدربين في تحسين قدرات اللاعبين في مهارة التهديد البعيد بكرة السلة قد استخدم أيضا مع تركيز على استخدام القدرات البايو ميكانيكية المتعاملة مع الوحدات التدريبية ساهم بشكل كبير في تحسن أداء العينة التجريبية.

4- الخاتمة:

توصلت الدراسة للاستنتاجات التالية:

1-استخدام التمرينات له دور مهم وأساس في تحسين وتطوير مستوى دقة التهديد البعيد بالقفز (المحتسب بثلاث نقاط) بكرة السلة.

2-كما وقد أظهرت النتائج الاختبارات البعيدة تطور في متغيرات الخاصة بالكرة ودقة التهديد (أوية وسرعة انطلاق الكرة- أعلى ارتفاع للكرة لحظة الرمي وفي القوس الرمي-زاوية دخول الكرة-دقة التهديد)

3-إن التمرينات مع الوسائل المساعدة التي تم اعتمادها في الوحدات التدريبية قد عملت على تطوير دقة التهديد البعيد بكرة السلة (المحتسب بثلاث نقاط) هذا ما أكدها الدلائل الإحصائية للاختبارات البعيدة.

يوصي الباحثان ببعض التوصيات التي تسهم في تطبيق التمرينات الخاصة المستخدمة بالدراسة، ومن أهمها:

1-على المدرب استخدام الوسائل التدريب المبتكرة والحديثة مرعي فيها مبدأ السلامة والأمان ودمجها مع التمرينات التي من شأنها تطوير المتغيرات الخاصة بالأداء.

2-الاعتماد التمرينات مع الوسائل المساعدة على عينات مشابهة لعينة البحث من اجل تطوير مستوى أداء مهارة التهديد البعيد بالقفز بكرة السلة.

3-تصنيع الأدوات المقترحة محليا التي من شأنها تطوير مهارات التهديد مع الأخذ بالحسبان عند التصنيع الهدف الذي وضعت من اجله الأداة المصنعة.

4-إجراء دراسات مشابهة لمتغيرات البايو ميكانيكية الأخرى التي لم

الملاحق:

الملحق (1) يوضح نموذج التمرينات المستعملة في الوحدات التدريبية الأسبوعية

الأسبوع: الثامنة

اليوم: الجمعة/الأحد/الثلاثاء

التاريخ: 2022/11/8-6-4

الوحدة التدريبية: 24-23-22

زمن التمرينات: 37.83د

المكان: القاعة المغلقة في الحمزة

الهدف: زاوية الانطلاق والدخول الكرة/الطاقة للذراع

الملاحظات	الزمن الكلي للتمرين	الراحة		التمرين	معدل زمن التكرار	الشدة	التمرينات المستعملة	ت
		بين التكرارات	بين المجموعات					
تعطى تمرينات الخاصة بضبط الزوايا الكرة ثم تعطى تمرينات الطاقة للذراع	6.5د	3د	1د	15	10ث	85-95%	تمرين رقم (23)	1
مع التأكيد المستمر على اتخاذ اللاعب الزوايا المناسبة أثناء أداء التمرينات	5.5د	2د	1د	10	15ث		تمرين رقم (2)	2
	5.5د	2د	1د	15	10ث		تمرين رقم (22)	3
	6.5د	3د	1د	15	10ث		تمرين رقم (27)	4
	6.5د	3د	1د	15	10ث		تمرين رقم (18)	5
	7.33د	3د	1د	8	25ث		تمرين رقم (24)	6

الملحق (2) يوضح نموذج للوسائل المساعدة المستخدمة

1-الحلقة الفسفورية المائلة: وهي عبارة عن حلقة مصنوعة من الحديد تثبت على الحلقة الأصلية أو الحلقة بدون لوحة ويبلغ قطرها (45سم) مع العلم أن الحلقة القانونية قطرها (45سم) وتكون بزاوية مائلة (45درجة).

مميزات:

1-شكلها المائل يساعد اللاعب على رؤية مركز دائرة التهديد بشكل كامل مما يسهل على اللاعب تقدير قوس الكرة التي تحتاجه مهارة التهديد بصورة عامة وزيادة دقة في التهديد بصورة خاصة.

2-لونها الفسفوري المميز الذي يجعل نسبة التركيز على الحلقة أكبر مع إمكانية تدوير أكثر من زاوية تمكن اللاعب من التهديد بأكثر من اتجاه.

3-سهولة التثبيت والرفع.

4-إدارة بسيطة مما يجعل بإمكان أي مدرب الحصول عليها واستعمالها كما مبين في الصورة (1)



الصورة (1) توضح الحلقة الفسفورية بزاوية (45)

-منصة انطلاق الكرة بزاوية (45): هو عبارة عن حاجز مصنوع من الحديد بارتفاع مختلف قابل للتغير الارتفاع ويوجد في الأعلى مربع ناقص ضلع بعرض (40سم) وتكون بشكل مائل وبزاوية (45).

مميزاتها:

1-ميلان الحاجز وبزاوية (45) تجبر اللاعب على ضبط زاوية الانطلاق الكرة وبالتالي زيادة دقة التصويب.

2-زيادة صعوبة التدريب.

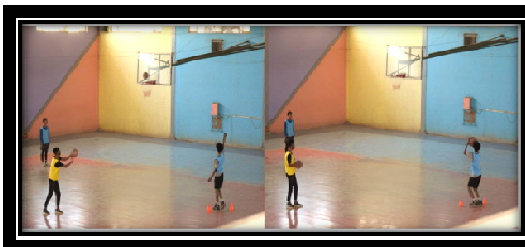
3- إمكانية نقلها من مكان الى آخر وتحتوي على قاعدة تساعد في التثبيت والنقل.

4- أداة بسيطة بإمكان أي مدرب الحصول عليها أو تصنيعها والاستفادة منها في عملية التدريب. كما هو موضح في الصورة (2)



الصورة (2) توضح منصة الانطلاق الكرة وبزاوية (45)

الملحق (3) يوضح نموذج للتمرينات المستخدمة

ت	محتوى التمرين	تطبيق التمرين
1	يقوم اللاعب بالتهديف البعيد بالقفز ويشكل متواصل من منطقة المحددة بالتهديف البعيد والموضحة بالعلامة الإمعة الموضوعة على الأرض ومن كلا الجانبين اليمين واليسار، ومن ثم التهديف على حلقة السلة بعد استلام الكرة من الزميل مجموعة على الجانب اليمين وأخرى على الجانب اليسار. التأكيد على ضبط زوايا الجسم ومتغيرات الكرة وكذلك سرعة الأداء للاعب. شدة التمرين: 90% تكرارات التمرين: 8- 0 لمرات المجاميع: 3- 2 عدد الوحدات: 3	
2	يقوم اللاعب بالتهديف البعيد بالقفز على الحلقة الرئيسية بعد وضع الوسيلة مساعدة لضبط زاوية انطلاق الكرة بزاوية 45 ذات الارتفاعات المتعددة، تعمل هذا الوسيلة على ضبط زاوية الانطلاق الكرة أثناء عملية التهديف، كما يجب التأكيد على ضبط المتغيرات الآخر أثناء أداء التمرين. شدة التمرين: 95% تكرارات التمرين: 8- 0 لمرات المجاميع: 2 عدد الوحدات: 3	

I . S . S . J

التكيف الأكاديمي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة

تكريت

أ.د. جاسم عباس علي المجمع¹ أكرم محمود فيصل²

جامعة تكريت/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

جامعة تكريت/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة²

(² akrammah1985@gmail.com)

المستخلص: قام الباحثان بإجراء الدراسة الحالية الموسومة بـ (التكيف الأكاديمي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة تكريت)، التي استهدفت مجتمع طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت، إذا ستعمل الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وتم اختيار العينة بصورة عشوائية والتي كان قوامها (125) طالباً من هذه الكلية، وقد قسمت العينة الى أقسام عدة (عينة استطلاع أولى، عينة بناء، عينة استطلاع ثانية، عينة التجربة الرئيسة) إذ تم تطبيق الاستبانة المستخدمة للدراسة عليهم، ومن خلال إجراءات البحث الميدانية وبعد إجابة عينة الدراسة على الاستبانة المذكورة أنفاً وبعد إجراء العمليات الاحصائية على البيانات المستنتجة من إجابات المفحوصين تم التوصل الى النتائج والاستنتاجات التي من ضمنها التالي:

1-إن المقياس المستخدم لقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة تكريت مناسب لقياس هذا المتغير وقد اثبت ذلك من خلال النتائج التي توصل إليها البحث .

2-وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين المرونة النفسية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت .

في ضوء النتائج والاستنتاجات التي توصل إليها الباحثان من خلال دراسته الحالية يوصي بما يلي:

1-تطبيق المقاييس على باقي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة للتعرف على مستويات طلبتهم في المتغيرات قيد الدراسة الحالية .

2-الإفادة من المقاييس للتعرف على مواطن القوة والضعف لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وباقي الطلبة في مختلف الأقسام والكليات .

الكلمات المفتاحية: التكيف الأكاديمي - المرونة النفسية .

1- المقدمة:

أن ما يحصل من تطور في مختلف الميادين ومجالات الحياة ما هو إلا حصيلة أبحاث ودراسات وعلوم مختلفة ساهمت في تقدم الجانب الإنساني والعلمي تقدماً واسعاً على جميع الأصعدة ومن تلك العلوم التي ساهمت في هذا التطور علم النفس الرياضي الذي له الأثر الكبير والواضح جنباً إلى جنب مع بقية العلوم النظرية والتطبيقية في اعتلاء الألعاب الرياضية ناصية التقدم في الميادين الرياضية كافة.

ومن خلال الدراسات والبحوث المتخصصة في هذا المجال والتي مازالت تبحث وتهتم في تهيئة أعداد طلبة الجامعات وبالأخص طلبة كليات وأقسام التربية البدنية بشكل جيد من كل الجوانب البدنية فضلاً عن الجانب النفسي والذي يدخل في عملية الأعداد المتكامل لجميع الطلبة ولاسيما من هم في المستويات العليا إذ يؤكد (عرب وكاظم، 2001) "أن الأعداد النفسية أحد الأعمدة التي ترتكز عليها العملية التدريبية فضلاً عن عناصر التدريب الأخرى" (عرب وكاظم، 2001، 35).

استحوذت دراسة التكيف الأكاديمي والمرونة النفسية على اهتمام بالغ من قبل الباحثين، نظراً لارتباط هاتين السمتين بالصحة النفسية للفرد، فقد أكدت مختلف النظريات على ارتباط التكيف بالسعادة والصحة والمثابرة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة. على حين ترتبط المرونة النفسية بإمكانية الفرد على التعايش مع

المجتمع بمختلف الظروف والتقلبات الحاصلة بصورة إيجابية وبرزت دراسة هذين المفهومين في العديد من دراسات علم النفس الإكلينيكي، وعلم نفس الصحة وعلم نفس الشخصية وعلم النفس الاجتماعي (Scheier and Carver, 1985) وحديثاً في علم النفس الحضاري المقارن . وتزايد الاهتمام بدراسة التكيف والمرونة النفسية بشكل لافت في أواخر السبعينيات، وبما أن النشاط الرياضي يعرض اللاعب بشكل عام إلى مواقف وضغوط نفسية عديدة تتباين في شدتها وتأثيرها على طالب التربية الرياضية من نشاط إلى آخر وخصوصاً عندما تتحول الممارسة إلى واجبات وقد لا يختلف اثنان في أن ممارسة الرياضة سواء في أثناء التعلم أو المنافسة تعرض الطالب إلى الكثير من تلك الظروف والحالات والمواقف النفسية المختلفة والتي غالباً ما

تكون مصحوبة بالإثارة والانفعال وخصوصاً في أثناء الدراسة لذا فإن الإعداد والتهيئة النفسية أصبحت عملية ضرورية وملحة بالنسبة للطالب وذلك ليتسنى له السيطرة على انفعالاته وضبط تصرفاته بما يساعد على زيادة ورفع كفاءة الأداء وذلك من خلال تعزيز ثقة الطالب بنفسه وزيادة شعوره بالأمن والاستقرار النفسي .

نتيجة لما تقدم فإن أهمية الدراسة تتجلى في العمل على إيجاد السبل الممكنة التي تساعد على تطوير مستوى الطالب الأكاديمي والثقافي وذلك بالتعرف على التكيف الأكاديمي والمرونة النفسية والعلاقة بينهما التي من الممكن أن تساعد الطالب في المحافظة على مستواه العلمي والنفسي الذي يمكنه من الاستفادة من دراسته في الجامعة وبما يساعده للوصول إلى المستوى الأفضل.

مشكلة البحث:

مما لا شك فيه أن شعور أي طالب جامعي بشكل عام وطالب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بشكل خاص الى انفعالات وتقلبات نفسية خلال سنوات الدراسة، قد تكون هذه الانفعالات لها انعكاسات ايجابية يمكن تساعد في زيادة كفاءة الأداء وزيادة العطاء والعكس هو الصحيح، نظراً لما للدراسة من ضغوط نفسية على الطلبة مما يؤدي إلى توترهم وانفعالهم وتهديدا منهم من لحظة لأخرى على وفق الظروف البيئية المحيطة وأهميتها، وعادة ما يؤدي ذلك إلى إثارة الطلبة وانفعالهم والذي قد يؤثر سلباً أو إيجاباً على أدائهم لذات وجب على الباحثين الخوض في ضمار هذه العوامل والتعرف على ماهي وما انعكاساتها، ويعد موضوع التكيف الأكاديمي من المواضيع التي مساس واضح بواقع الطلبة ويكاد تأثيره هو الأقوى على مستواهم الأكاديمي والعلمي ومن المفروض التركيز عليه من قبل الباحثين والمختصين . ونظر لعدم وجود دراسة تجد العلاقة بين التكيف الأكاديمي والمرونة النفسية لدى طلبة الجامعات المختلفة وبالأخص طلبة قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة لذا لجأ الباحث الى استخدام مقياس التكيف الأكاديمي وكذلك مقياس المرونة النفسية معد لفئة طلبة الجامعات ليتم تطبيقه على الطلبة في آن واحد وإيجاد العلاقة بينهما.

أهداف البحث:

1-بناء وتطبيق مقياس المرونة النفسية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت

2-التعرف على (التكيف الأكاديمي والمرونة النفسية) لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت .

2-إيجاد العلاقة بين التكيف الأكاديمي والمرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت .

مجالات البحث:

المجال البشري: طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة/ المرحلة الأولى.

المجال الزمني: 2022/9/15 الى 2023/3/3.

المجال المكاني: كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في (جامعة تكريت) .

تحديد المصطلحات:

التكيف الأكاديمي: هو مدى التوافق والانسجام في الحياة الجامعية فيما يتعلق بتقبل المادة الدراسية، والرغبة في الاختصاص، والتحسين للدراسة، واستثمار الوقت للدراسة وموقف الأساتذة وأسلوب تعاملهم (حنا وسعيد: 1993، 43).

المرونة النفسية: هي قدرة الفرد على التأقلم مع مصاعب الحياة في ظل الظروف الاجتماعية الصعبة، والمحن الشديدة المتمثلة في مشكلات عائلية أو عاطفية أو أزمات صحية أو متاعب مهنية أو اقتصادية (فحجان: 2010، 46) .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: يعتمد اختيار أي منهج على نوع وطبيعة الدراسة التي يروم الباحثين القيام بها إذ أن المنهج هو " عبارة عن أسلوب أو تنظيم أو إستراتيجية أو خطة عامة تعتمد على مجموعة من الأسس والقواعد والخطوط يفاد منها في تحقيق أهداف البحث أو العمل العلمي "(عويس: 2003، 151).

وقد استخدم الباحثان في دراسته الحالية المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية نظراً لملائمته طبيعة المشكلة التي يبحث فيها، وهو "يمثل تشخيصاً علمياً للمشكلات أو الظواهر بقدر ما يتوفر من أدوات موضوعية، ثم يعبر عن

هذا التشخيص برموز لغوية ورياضية مضبوطة على وفق تنظيم محكم "(الكندي والدايم: 1999، 113).

2-2 مجتمع البحث وعينته:

2-2-1 مجتمع البحث: من أولويات الباحثان قبل الشروع بتطبيق خطوات أو مفردات بحثه عملياً هو اختيار مجتمع البحث وعينته إذ إن الاختيار الصحيح لهما يعتمد عليه في تحقيقهم الأغراض الدراسة، وفي هذه الدراسة تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية والمتمثلة بطلبة المرحلة الأولى من كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية في جامعة تكريت إذ بلغ مجموع المجتمع الكلي (160) طالباً كمجتمع أصلي ليتم اختيار العينة منه بما يخدم أغراض وأهداف البحث .

2-2-2 عينة البحث: لأجل أن تمثل عينة البحث تمثيلاً حقيقياً للمجتمع المستهدف في هذه الدراسة اختار الباحثان عينة البحث اختياراً عشوائياً كطلبة المرحلة الأولى لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات (بغداد، المستنصرية، تكريت)، إذ بلغ عدد العينة (125) طالباً والتي تمثل نسبة (78.125%) من المجتمع الأصلي والذي كان عدده (160) طالباً، وبناءً على متطلبات الدراسة فقد قسمت العينة الى ثلاثة أقسام (عينة بناء بلغت (70) طالب وعينة الاستطلاع والتي بلغت (5) طلاب وعينة تطبيق المقاييس الرئيسة والتي بلغت (50) طالب) .

2-3 الأجهزة وأدوات البحث ووسائل جمع

المعلومات: استخدم الباحثان مجموعة من الوسائل والأدوات المناسبة لطبيعة البحث وإجراءاته من جمع المعلومات والبيانات وتبويبها أو إجراء العمليات العلمية لتحليلها والوسائل والأدوات هي:

2-3-1 وسائل وأدوات جمع المعلومات: (شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، المصادر العربية والأجنبية، المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء، استمارة تفرغ بيانات، مقياس للتكيف الأكاديمي، مقياس المرونة النفسية، فريق العمل المساعد

2-3-2 الأجهزة المستخدمة: (جهاز لابتوب نوع

الدراسات النظرية والبحوث السابقة ذات العلاقة بموضوع المرونة النفسية، تمكن الباحثان من اقتراح (7) مجالات وهي (البعد الانفعالي، الكفاءة الشخصية، فاعلية الذات، المواجهة الايجابية، حل المشكلات، التكيف الايجابي، اتخاذ القرار)، وتم تصميم استبانته خاصة بمجالات المرونة النفسية المقترحة من قبل الباحثين لغرض تحديد المجالات الصالحة، وقد تم توزيعها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي ومجال الاختبارات والقياس والذي كان عددهم (13) خبيراً، إذ طلب منهم ابداء آرائهم بمدى صلاحية هذه المجالات ومناسبتها لأهداف البحث، كذلك طلب إضافة إي مجال آخر يرونه مناسباً والإفادة من أكبر عدد من الأفكار والخبرات المتعلقة بموضوع البحث، وبعد جمع الاستبانين تبين أن الموافقة تمت على (6) مجالات من أصل (7)، والمجالات هي (البعد الانفعالي، الكفاءة الشخصية، فاعلية الذات، المواجهة الايجابية، حل المشكلات، اتخاذ القرار)، أما مجال (التكيف الايجابي) فلم يحصل على الموافقات الكافية من قبل السادة الخبراء لذا تم استبعاده من ضمن مجالات مقياس المرونة النفسية والجدول (1) يوضح بالتفصيل الإعداد والنسب المئوية لموافقة وعدم موافقة الخبراء والمختصين لمجالات مقياس المرونة النفسية .

الجدول (1) يبين رأي الخبراء والنسبة المئوية لموافقتهم على صلاحية مجالات المرونة النفسية

ت	المجال	عدد الخبراء		النسبة المئوية للموافقة	القرار
		يصلح	لا يصلح		
1	الانتران الانفعالي	12	1	92,3%	موافقة
2	الكفاءة الشخصية	12	1	92,3%	موافقة
3	فاعلية الذات	11	2	84,6%	موافقة
4	المواجهة الايجابية	13	0	100%	موافقة
5	حل المشكلات	13	0	100%	موافقة
6	التكيف الايجابي	6	7	46,6%	استبعاد
7	اتخاذ القرار	11	2	84,6%	موافقة

ثانياً : صياغة عبارات المقياس: بعد أن تم تحديد المجالات المناسبة لمقياس المرونة النفسية استناداً على ما اتفق عليه الخبراء ومن خلال موافقتهم على مقترحات الباحثان بصدد هذا الموضوع والتعديل فيه، قام الباحثان بصياغة عبارات المقياس بصورتها الأولية والبالغ عددها (46) عبارة موزعة على

(DELL) عدد (1)، حاسبة يدوية الكترونية نوع (SONY) عدد (1)، ساعة توقيت).

2- 4 إجراءات البحث الميدانية:

2- 4- 1 تحديد المقاييس الخاصة بالبحث: بما أن الدراسة الحالية تهدف الى التعرف على التكيف الأكاديمي لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، ومدى علاقته بالمرونة النفسية لديهم لذا توجب على الباحثان أن يحد المقاييس المطلوبة، وبما أن الدراسات حول موضوع المرونة تكاد أن تكون محدودة وقليلة لذا توجب عليه تصميم مقياس يناسب عينة البحث وأهدافه، إما متغير (التكيف الأكاديمي) فقد تبني الباحثين مقياس مستخدم لهذا المتغير قد استخدم سابقاً في دراسة أخرى على عينة مشابهة وبظروف متقاربة لظروف الدراسة الحالية، وبالاتفاق مع المشرف والخبراء .

2- 4- 1 مقياس التكيف الأكاديمي: تبني الباحثان في دراستهما الحالية مقياس التكيف الأكاديمي (إساسة ميادة عبد الله خزعل، 2019)، بعد أن تم عرضه على الخبراء والمختصين، واللذين أبدوا موافقتهم بالإجماع على المقياس المذكور أنفاً لقرب الدراسة مع الدراسة الحالية بتشابه مجتمع وعينة الدراستين وتقارب الظروف بينهما، وقد تكون مقياس التكيف الأكاديمي من (32) عبارة موزعة على (4) مجالات لكل مجال (8) عبارات وكانت المجالات هي (مجال الدافعية، المجال التطبيقي، مجال الأداء، مجال البيئة الأكاديمية)، وقد كانت بدائل الإجابة موزعة على خمسة بدائل حسب نظام ليكرت وهي (أو أفق بشدة، أو أفق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة) .

2- 4- 2 مقياس المرونة النفسية: لعدم توافر مقياس لمتغير المرونة النفسية بما يناسب الدراسة الحالية ارتأى الباحثان على بناء مقياس للتعرف على المرونة النفسية لدى عينة البحث، وقد قام الباحثان بإتباع الخطوات العلمية المطلوبة في بناء المقاييس النفسية والتربوية تتوافر فيه شروط الخصائص السيكومترية من صدق وثبات وموضوعية لاعتمادها كوسيلة رئيسة لجمع البيانات حول هذه الظاهرة لدى عينة البحث والخطوات هي:

أولاً: تحديد مجالات المقياس: بعد أن اطلع الباحثان على

التالية:

1- التعرف على مدى وضوح وفهم فقرات المقياس .

2- التعرف على ملائمة فقرات المقياس المعدة لهذا الغرض

3- التعرف على المشكلات والصعوبات التي قد تواجه الباحثان في توزيع المقياس وجمع الإجابات .

4- مدى استجابة العينة للاختبار وطريقة تفاعلهم .

2-4-1-3-2 المعاملات العلمية لمقياس المرونة

النفسية: " إن التحليل المنطقي لا يكفي للكشف عن صدق هذه الفقرات لكونه يعتمد على الفحص الظاهري لفقرات وان الكشف عن قدرة وكفاءة المقياس يتم من خلال تحليل فقراته "(احمد: 1981، ص200) .

2-4-1-3-2 صدق المقياس: يعد مفهوم الصدق

من أكثر المفاهيم الأساسية أهمية في مجال الاختبارات والمقاييس، فصدق الاختبار يعرف على انه " المدى الذي تكون به أداة القياس مفيدة لهدف معين " وقد استخدم الباحثان نوعين من أنواع الصدق وهما:

الصدق الظاهري (صدق المحكمين): إذ تم عرض

المقياس بمجالاته وعباراته على مجموعة من الخبراء والمحكمين لإقرار صلاحيتها ومناسبتها لقياس المتغير قيد الدراسة، وبذلك تم قبول العبارات التي حصلت على موافقة الخبراء وحذف العبارات التي لم تحصل على موافقتهم.

صدق البناء: يعد هذا النوع من أنواع الصدق المحكمة في

مجال الاختبارات والقياس إذ أن صدق البناء " يعتمد على التحقق التجريبي من مدى مطابقة درجات المقياس للمفاهيم أو الافتراضات التي اعتمد عليها الباحثان في بنائه والمقصود بهذا النوع من الصدق هو مدى قياس عبارات المقياس للسمة أو الظاهرة السلوكية المراد قياسها "(الخيواني: 2006، ص44)، وقد تحقق الباحثان من صدق البناء في مقياسه الحالي بالطرائق التالية:

القدرة التمييزية: تستخدم هذه الطريقة لتحقيق الصدق

لاختبار على أساس قدرته بالتمييز بين أصحاب الدرجات العليا وأصحاب الدرجات الدنيا في السمة التي يقيسها الاختبار، لذا ولغرض الكشف عن القدرة التمييزية للعبارات تم إفراغ جميع

(6) مجالات هي (الاتزان الانفعالي (8) عبارات، الكفاءة الشخصية (7) عبارات، فاعلية الذات (8) عبارات، المواجهة الايجابية (8) عبارات، حل المشكلات (8) عبارات، اتخاذ القرارات (7) عبارات) وقد تم عرض الفقرات على نفس الخبراء والمختصين لإبداء آرائهم فيها والتعديل عليها بما يناسب عينة البحث وأهدافه، وفي ضوء الآراء والملاحظات التي أبداه السادة الخبراء والمختصين في مدى مناسبة العبارات لمجالات المقياس، تم استبعاد عدد من العبارات لعدم حصولها على النسبة المئوية المطلوبة من موافقة السادة الخبراء والمختصين عليها إذ يشير (بلوم) الى " أن على الباحث الحصول على موافقة بنسبة (75%) فأكثر من آراء المحكمين على أنها صالحة ومناسبة "(بلوم بنيامين آخرون: 1983، ص126)، والعبارات المستبعدة التي لم تحصل على نسبة (75%) من موافقة الخبراء هي (عبارة (4) من المجال الأول البعد الانفعالي، والعبارة (1) من المجال الرابع المواجهة الايجابية).

ثالثاً : إعداد التعليمات الخاصة بالمقياس: قام الباحثان

بإعداد التعليمات الخاصة بالمقياس بما يضمن استجابة المفحوصين له وتطبيقه عليهم بصورة سهلة وسلسة، لأن ضمان الإجابة الصحيحة يتم بوضع تعليمات تسهل على المفحوصين الجواب الصحيح .

ربعاً : احتساب أوزان البدائل: اعتمد الباحثان طريقة

(ليكرت) في القياس لكونها تناسب مع طبيعتها لإجراء البحوث والاستبيانات المعتمدة، وكان الاحتساب باتجاه ايجابي من (5-1) على وفق البدائل وهي: (تتطبق علي دائماً، تتطبق علي غالباً ، تتطبق علي أحياناً، تتطبق علي نادرًا، لا تتطبق علي) وكما موضح في الجدول (2).

الجدول (2) يبين بدائل مقياس المرونة النفسية وأوزانها

البدائل	تتطبق علي دائماً	تتطبق علي غالباً	تتطبق علي أحياناً	تتطبق علي نادرًا	لا تتطبق علي
الوزن	5	4	3	2	1

2-4-1-3-1 التجربة الاستطلاعية الأولى لمقياس

المرونة النفسية: تم إجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأحد

الموافق 2022/9/25 من قبل الباحثان على عينة عشوائية مكونة من (5) طالباً من مجتمع الدراسة وذلك لتحقيق الأهداف

عبارات المقياس الـ (46) وقد أظهرت النتائج أن مستوى الخطأ المحتسب هي اصغر من القيمة مستوى الدلالة المعتمد (0.05) الأمر الذي يعني دلالة قيم (ت) المحتسبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية لأغلب العبارات باستثناء العبارات (2) من المجال الأول، العبارة 3 من المجال الثاني، العبارة 3 من المجال الثالث، العبارة 6 من المجال الخامس) وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس (42) عبارة وكما موضح في جدول (3) .

إجابات عينة البناء التي كان عددها (70) طالباً ، وبعدها تم تحديد الدرجة الكلية لكل استبانة، ورتبت الاستبيانات تنازلياً من أعلى الدرجات الى أنفائها، ثم اختيرت أعلى (27%) من الإجابات ذات الدرجات العليا والتي كانت (19) استبانة، ومثلها من الدرجات الدنيا واستبعاد مانسبته (46%) من الاستبيانات والتي بلغت (32) استبانة، ثم استخدم الباحثان اختبار (t.test) لغرض احتساب معامل التمييز لكل عبارة من

الجدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة لحساب القوة التمييزية لمقياس المرونة النفسية

المجال الأول: الاتزان الانفعالي							
العبارة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة ت المحتسبة	نسبة الخطأ	الدلالة
	ع	س-	ع	س-			
1	3.225	0.920	2.129	0.763	5.106	0.00	معنوي
2	2.548	1.150	2.096	1.044	1.619	0.111	غير معنوي
3	3.709	0.972	2.258	1.094	5.520	0.000	معنوي
4	3.354	1.170	2.096	1.044	4.466	0.000	معنوي
5	3.185	0.950	3.130	1.477	5.247	0.02	معنوي
6	3.322	1.045	2.161	0.778	4.961	0.000	معنوي
7	3.483	0.961	2.225	0.883	5.364	0.000	معنوي
8	3.612	0.989	2.387	1.145	4.510	0.000	معنوي
المجال الثاني : الكفاءة الشخصية							
1	3.988	1.337	2.333	1.628	7.065	0.000	معنوي
2	3.935	1.062	2.677	0.979	4.847	0.000	معنوي
3	2.536	1.144	2.087	1.044	1.597	0.111	غير معنوي
4	3.790	1.222	2.620	1.534	5.338	0.000	معنوي
5	3.815	1.141	2.926	1.618	4.039	0.000	معنوي
6	4.000	1.437	3.612	0.945	3.906	0.000	معنوي
7	3.515	1.268	2.438	1.261	3.188	0.002	معنوي
المجال الثالث : فاعلية الذات							
ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة ت المحسوبة	نسبة الخطأ	الدلالة
	ع	س-	ع	س-			
1	4.096	1.135	1.806	1.108	8.036	0.000	معنوي
2	3.343	1.087	2.320	1.72	3.755	0.000	معنوي
3	2.741	1.237	2.258	1.094	1.631	0.108	غير معنوي
4	3.499	1.207	2.318	0.995	3.907	0.000	معنوي
5	3.223	1.480	2.234	1.034	3.402	0.002	معنوي
6	3.580	1.204	2.483	0.995	3.907	0.000	معنوي
7	3.581	1.106	2.240	1.888	4.034	0.000	معنوي
8	3.612	1.174	2.064	1.209	5.115	0.000	معنوي
المجال الرابع : المواجهة الايجابية							
1	3.707	0.903	2.093	1.074	6.389	0.000	معنوي
2	3.290	1.295	2.348	1.018	3.160	0.002	معنوي
3	3.483	1.179	2.451	0.888	3.892	0.000	معنوي
4	3.387	1.305	2.103	0.650	3.811	0.000	معنوي
5	3.193	1.470	2.129	1.024	3.308	0.002	معنوي
6	3.709	1.070	2.838	1.128	3.118	0.003	معنوي

معنوي	0.000	4.467	1.063	2.741	0.921	3.871	7
معنوي	0.000	6.440	0.716	1.774	1.260	3.451	8
المجال الخامس : حل المشكلات							
الدلالة	نسبة الخطأ	قيمة ت المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
			ع	س -	ع	س -	
معنوي	0.000	2.674	1.315	2.741	1.148	3.580	1
معنوي	0.016	2.477	0.984	2.354	1.064	3.000	2
معنوي	0.000	6.957	0.795	1.967	1.081	3.645	3
معنوي	0.000	2.412	0.994	2.548	1.108	3.193	4
معنوي	0.000	3.798	1.132	2.033	1.081	3.543	5
غير معنوي	0.461	1.765	1.075	2.096	1.310	2.871	6
معنوي	0.0004	2.992	1.109	3.000	0.798	3.814	7
معنوي	0.000	3.501	0.296	2.296	0.992	3.296	8
المجال السادس: اتخاذ القرار							
معنوي	0.002	3.188	1.261	2.483	1.287	3.516	1
معنوي	0.000	3.906	0.945	3.612	1.437	4.000	2
معنوي	0.000	3.907	1.145	2.387	0.989	3.612	3
معنوي	0.000	6.868	0.995	2.483	1.204	3.580	4
معنوي	0.000	7.108	0.824	1.870	1.188	3.740	5
معنوي	0.000	8.544	1.045	2.222	0.812	4.016	6
معنوي	0.000	7.033	0.763	2.129	1.209	3.935	7

أصبحت قيمة معامل ثبات المقياس (0.881)، وهذا يدل على انه يمكن الاعتماد عليه لان معامل الثبات عال وكما موضح في الجدول (4) .

الجدول (4) يبين طريقة التجزئة النصفية لمقياس المرونة النفسية

المقياس	ر	مستوى الخطأ	سبيرمان	مستوى الخطأ	الدلالة
المرونة النفسية	0.788	0.000	0.881	0.000	معنوي

ثانياً : طريقة معامل (الفا -كرونباخ): استخدم الباحثان هذه الطريقة لحساب معامل الثبات لمقياس المرونة النفسية، إذ اعتمد على إجابات المفحوصين من عينة البناء وعند احتساب قيمة الثبات اتضح أنها تبلغ (0.891) عند مستوى خطأ (0.000) وهو معامل ثبات عال يمكن الاعتماد عليه وكما موضح في الجدول (5).

الجدول (5) يبين قيمة معامل (الفا - كرونباخ) لمقياس المرونة النفسية

المقياس	معامل الفا - كرونباخ	مستوى الخطأ	الدلالة
المرونة النفسية	0.891	0.000	معنوي

2-4-3-1-3 مقياس المرونة النفسية بصورته النهائية: بعد الإجراءات والخطوات العلمية التي عمل بها الباحثان في بناء مقياس المرونة النفسية، أصبح المقياس بصورته النهائية متكون من (41) عبارة موزعة على (6)

2-4-3-2 ثبات المقياس: " من خصائص المقياس الجيد هو ثباته لان الثبات يعني مؤشر اتساق فقرات القياس في قياس ما يفترض أن يقيسه من ظاهرة بدرجة مقبولة من الدقة " (الصميدعي وآخرون: 2010، 120)، وقد استخدم الباحثان طريقتين لحساب الثبات هما:

1- طريقة التجزئة النصفية:

2- طريقة معامل (الفا -كرونباخ):

أولاً: طريقة التجزئة النصفية: استخدم الباحثان في حساب ثبات مقياس المرونة النفسية لدى مدرسي التربية الرياضية طريقة التجزئة النصفية، وهذه الطريقة تقسم العبارات الى عبارات فردية وزوجية ثم تستخدم معامل الارتباط البسيط بيرسون بين هذين النصفين، إذ تم استخدام بيانات استبانات المرونة النفسية الموزعة على عينة البناء البالغ عددها (70) استبانته، وتم احتساب معامل الثبات بين مجموعي درجات العبارات لنصفي الاختبار باستخدام معامل الارتباط بيرسون، وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (0.788) عند مستوى خطأ بلغ (0.000)، وبما أن هذه القيمة تبين الثبات لنصف عبارات المقياس لذا استخدم الباحثان معادلة (سبيرمان-براون) لذلك

الوسيط، الانحراف المعياري، اختبار (T) للعينات المتناظرة، النسبة المئوية، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، الوسط الفرضي، معامل الفا- كرونباخ، معادلة سبيرمان- براون).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها: تحقيقاً لأهداف البحث في التعرف على واقع التكيف الأكاديمي والمرونة النفسية لطلبة بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة والعلاقة فيما بينهم يتناول هذا الفصل عرض النتائج التي توصل إليها الباحثان للنتائج من خلال جداول تفصيلية وتحليل هذه الجداول وتفسير هذه النتائج والتعرف على العلاقة بين التكيف الأكاديمي والمرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة تكريت وتحليلها وتفسيرها

3-1 عرض نتائج مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت:

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارات استبانة مقياس التكيف الأكاديمي وفقاً للمحاور الأربع (مجال الدافعية و المجال التطبيقي و مجال الأداء و مجال البيئة الأكاديمية)، وقد تم ترتيبها وفقاً للمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بطريقتي الساق والفرع والجدول (7) يبين ذلك:

الجدول (7) يبين نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة مستوى لمقياس التكيف الأكاديمي لعينة البحث

المرتبة	مجال	الدرجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ن	القيمة التائية	sig	الدلالة
4	مجال الدافعية	25.571	3.196	3.356	24	5.539	0.000	معنوي
1	المجال التطبيقي	27.921	3.490	2.908	24	15.951	0.000	معنوي
3	مجال الأداء	25.928	3.241	3.255	24	7.009	0.000	معنوي
2	مجال البيئة الأكاديمية	26.642	3.330	3.367	24	9.286	0.000	معنوي
	درجة المقياس	106.06	3.314	6.094	92	27.306	0.000	معنوي

عند مستوى دلالة (0.05)

يتضح من خلال الجدول (7) أن مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة تكريت، إذ تبين أن استجابات العينة ظهرت بمتوسط حسابي للدرجة الكلية (106.06) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.314) وانحراف معياري (6.094) وبمتوسط فرضي (92) وقيمة (t) بلغت (27.306) وأمام مستوى خطأ (0.000)، ما يشير الى رفض

مجالات والجدول (6) يوضح ذلك .

الجدول (6) يبين توزيع عبارات مقياس المرونة النفسية

ت	المجال	أرقام العبارات	المجموع الكلي
1	الانتران الانفعالي	1- 2- 3- 4- 5- 6	6 عبارات
2	الكفاءة الشخصية	7- 8- 9- 10- 11- 12	6 عبارات
3	فاعلية الذات	13- 14- 15- 16- 17- 18- 19	7 عبارات
4	المواجهة الايجابية	20- 21- 22- 23- 24- 25- 26- 27	8 عبارات
5	حل المشكلات	28- 29- 30- 31- 32- 33- 34	7 عبارات
6	اتخاذ القرار	35- 36- 37- 38- 39- 40- 41	7 عبارات

2-4-2 التجربة الاستطلاعية الثانية: بتاريخ

2022/11/1 قام الباحثان وبمساعدة الفريق المساعد له بإجراء التجربة الاستطلاعية الثانية، إذ تم توزيع المقاييس الاثنان (مقياس التكيف الأكاديمي، المرونة النفسية) على مجموعة من طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، والذي كان عددهم (5) طالبا تم اختيارهم بصورة عشوائية، وبعد إتمام إجابتهم عليها تم جمع الاستبيانات من قبل نفس الفريق، واعد الباحثان هذا الإجراء كتجربة استطلاعية ثانية كان الغرض منها ما يأتي:

1- التعرف على الصعوبات والمشكلات التي قد يواجهها الباحثين والفريق المساعد في إجراء التجربة الرئيسية .

2- التعرف على الصعوبات التي قد يواجهها الطلاب في الإجابة عن الأسئلة والاستبيانات .

3- معرفة الوقت المستغرق في الإجابة عن المقاييس من قبل الطلبة .

4- التخطيط وتنظيم عملية التوزيع من قبل الباحثين والفريق المساعد .

2-4-3 تطبيق المقاييس (التجربة الرئيسية): قام

الباحثان وبتاريخ 2022/11/12 بإجراء التجربة الرئيسية من خلال توزيع الاستبيانات الاثنان (التكيف الأكاديمي، المرونة النفسية) على عينة البحث الرئيسية والبالغة (50) طالبا . وقد تم هذا الإجراء بمساعدة فريق العمل المساعد وبعد وقت وجيز وكافي للإجابة قاموا بجمع الاستبيانات التي تمت الإجابة عليها من قبل المفحوصين ليتسنى لباحثين إجراء العمليات الاحصائية على البيانات المتحصلة والخروج بنتائج صحيحة للبحث .

2-4-4 الوسائل الاحصائية: استخدم الباحثان الحقيبة

الاحصائية (SPSS) لاستخراج ما يأتي: (الوسط الحسابي،

الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي.

3-3 عرض نتائج مقياس المرونة النفسية لدى طلبة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارات استبانة مقياس المرونة النفسية وفقاً للمحاور الست (مجال الاتزان الانفعالي، و المجال الكفاءة الشخصية، و مجال المواجهة الايجابية و مجال حل المشكلات و مجال اتخاذ القرار)، وقد تم ترتيبها وفقاً للمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بطريقتي الساق والفرع والجدول (8) يبين ذلك:

الجدول (8) يبين نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة مستوى لمقياس المرونة النفسية لعينة البحث

المرتبة	مجال	الدرجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	س الفرضي	القيمة التائية	sig	الدالة
6	التران الانفعالي	19.35	3.225	2.952	18	5.410	0.000	معوي
5	الكفاءة الشخصية	20.271	3.378	2.309	18	11.635	0.000	معوي
3	فاعلية الذات	23.235	3.319	2.624	21	10.08	0.000	معوي
1	المواجهة الايجابية	26.335	3.292	3.605	24	7.665	0.000	معوي
2	حل المشكلات	23.592	3.370	3.227	21	9.506	0.000	معوي
4	اتخاذ القرار	22.457	3.208	3.235	21	5.329	0.000	معوي
	درجة المقياس	135.24	3.298	6.980	123	20.751	0.000	معوي

يتضح من الجدول (8) أن مقياس المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت، إذ تبين أن استجابات للعينة ظهرت بمتوسط حسابي للدرجة الكلية (135.24) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.298) وانحراف معياري (6.980) وبمتوسط فرضي (123) وقيمة (t) بلغت (20.751) وإمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي وهو أكبر من المتوسط الفرضي، وأن المجال المواجهة الايجابية قد تصدر مجالات مقياس المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ جاء بالمرتبة الأولى، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (26.335) وبنسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (19.4%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.292) وانحراف معياري (3.605) وبمتوسط فرضي (24) وقيمة (t) بلغت (7.665)

فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي وهو أكبر من المتوسط الفرضي، وأن المجال التطبيقي قد تصدر مجالات مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت، إذ جاء بالمرتبة الأولى، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (27.921) وبنسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (26.3%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.490) وانحراف معياري (2.908) وبمتوسط فرضي (24) وقيمة (t) بلغت (15.951) وأمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير الى رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي، ويليه مجال البيئة الأكاديمية في مجالات مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ جاء بالمرتبة الثانية، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (26.642) وبنسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (25.1%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.330) وانحراف معياري (3.367) وبمتوسط فرضي (24) وقيمة (t) بلغت (9.286) وأمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير الى رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي، ويليه مجال الأداء في مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ جاء بالمرتبة الثالثة، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (25.928) وبنسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (24.4%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.241) وانحراف معياري (3.255) وبمتوسط فرضي (24) وقيمة (t) بلغت (7.009) وإمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي، ويليه مجال الدافعية في مقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ جاء بالمرتبة الرابعة، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (25.571) وبنسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (24.1%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.196) وانحراف معياري (3.356) وبمتوسط فرضي (24) وقيمة (t) بلغت (5.539) وإمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير الى رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن

بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي، ويليه مجال الارتان الانفعالي في مقياس المرونة النفسية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ جاء بالمرتبة الثالثة، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (19.35) ونسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (14.3%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.225) وانحراف معياري (2.952) وبمتوسط فرضي (18) وقيمة (t) بلغت (5.410) وأمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير إلى رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي.

3-5 عرض نتائج المرونة النفسية وعلاقته التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة جامعة تكريت: تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين المرونة النفسية وعلاقته التكيف الأكاديمي . الجدول (9) يبين علاقة الارتباط بين المرونة النفسية وعلاقته التكيف الأكاديمي

الرقم	محاور الإبداع الانفعالي	التكيف الأكاديمي	
		معامل الارتباط	مستوى الخطأ
1	الارتان الانفعالي	0.233	0.006
2	الكفاءة الشخصية	0.458	0.000
3	فاعلية الذات	0.122	0.153
4	المواجهة الايجابية	0.400	0.000
5	حل المشكلات	0.421	0.000
6	اتخاذ القرار	0.240	0.004
7	درجة المقياس	0.366	0.000

يبين الجدول (9) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين محاور المرونة النفسية وعلاقته التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة تكريت ودرجة المقياس الكلي المرونة النفسية مع التكيف الأكاديمي، إذ بلغ معامل الارتباط بين محور الارتان الانفعالي مع التكيف الأكاديمي (0.233) عند مستوى دلالة (0.006)، وبلغ معامل الارتباط بين محور الكفاءة الشخصية مع التكيف الأكاديمي (0.458) عند مستوى دلالة (0.000)، وبلغ معامل الارتباط فاعلية الذات مع التكيف الأكاديمي (0.122) عند مستوى دلالة (0.153)، وبلغ معامل الارتباط بين المواجهة الايجابية مع التكيف الأكاديمي (0.400) عند

وإمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير إلى رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي، ويليه مجال حل المشكلات في مجالات مقياس المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت، إذ جاء بالمرتبة الثانية، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (23.592) ونسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (17.4%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.370) وانحراف معياري (3.227) وبمتوسط فرضي (21) وقيمة (t) بلغت (9.506) وإمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير إلى رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي، ويليه مجال فاعلية الذات في مقياس المرونة النفسية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ جاء بالمرتبة الثالثة، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (23.235) ونسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (17.1%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.319) وانحراف معياري (2.624) وبمتوسط فرضي (21) وقيمة (t) بلغت (10.08) وأمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير إلى رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي، ويليه مجال اتخاذ القرار في مجالات مقياس المرونة النفسية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ جاء بالمرتبة الرابعة، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (22.457) ونسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (16.4%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.208) وانحراف معياري (3.235) وبمتوسط فرضي (21) وقيمة (t) بلغت (5.329) وإمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير إلى رفض فرضية العدم والقبول بالفرضية البديلة أي أن الوسط الحسابي للمحور يختلف معنويًا عن قيمة المتوسط الفرضي، ويليه مجال الكفاءة الشخصية في مقياس المرونة النفسية لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، إذ جاء بالمرتبة الثالثة، وبمتوسط حسابي للدرجة الكلية (20.271) ونسبة مساهمة لدرجة المقياس الكلية (14.9%) وبمتوسط حسابي للدرجة (3.378) وانحراف معياري (2.309) وبمتوسط فرضي (18) وقيمة (t) بلغت (11.635) وإمام مستوى خطأ (0.000) ما يشير إلى رفض فرضية العدم والقبول

4- الخاتمة:

في ضوء نتائج الدراسة التي أجراها الباحثان واستكمالاً لما قام به من إجراءات علمية في ذلك توصل الى الاستنتاجات التالية:

1-إن المقياس المستخدم لقياس التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة تكريت مناسب لقياس هذا المتغير وقد اثبت ذلك من خلال النتائج التي توصل إليها البحث .

2-بناء مقياس المرونة النفسية جاء مناسباً لما تتطلبه الدراسة الحالية وقد أدى الهدف منه من خلال تطبيقه والنتائج المستحصلة منه .

3-إن طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت يمتلكون مستوى جيد من التكيف الأكاديمي.

4-يتوفر لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت المرونة النفسية بمستوى جيد .

5-وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين المرونة النفسية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت .

في ضوء النتائج والاستنتاجات التي توصل إليها الباحثان من خلال دراسته الحالية يوصي بما يلي:

1-تطبيق المقاييس على باقي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة للتعرف على مستويات طلبتهم في المتغيرات قيد الدراسة الحالية .

العمل على تطبيق هذه المقاييس على باقي طلبة الكليات والأقسام الأخرى .

2-الإفادة من المقاييس للتعرف على مواطن القوة والضعف لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وباقي الطلبة في مختلف الأقسام والكليات .

3-العمل على وضع استراتيجيات مبنية على وفق أسس علمية من قبل القائمين على العملية التعليمية في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة من اجل تعزيز التكيف الأكاديمي لدى الطلبة .

4-إشراك الطلبة في نشاطات جماعية خارجية وداخلية بما يعزز وينمي التكيف الأكاديمي لديهم .

مستوى دلالة (0.000)، بلغ معامل الارتباط بين حل المشكلات مع التكيف الأكاديمي (0.421) عند مستوى دلالة (0.000)، وبلغ معامل الارتباط بين اتخاذ القرار مع التكيف الأكاديمي (0.240) عند مستوى دلالة (0.004)، وبلغ معامل الارتباط بين الاتزان الانفعالي مع التكيف الأكاديمي (0.366) عند مستوى دلالة (0.000)، وقد تبين أن أعلى معامل ارتباط كان بين متغيري محور الكفاءة الشخصية مع التكيف الأكاديمي، بينما اقل معامل ارتباط كان بين متغيري محور فاعلية الذات مع التكيف الأكاديمي والشكل (3) يوضح العلاقة بين المرونة النفسية مع التكيف الأكاديمي.

3-5-1 مناقشة نتائج المرونة النفسية وعلاقته التكيف الأكاديمي لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة:

أظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباط بين المرونة النفسية للمحاور الست مع التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجميع المحاور باستثناء محور فاعلية الذات مع التكيف الأكاديمي وبلغ أعلى معامل ارتباط كان بين متغيري محور الكفاءة الشخصية مع التكيف الأكاديمي، بينما اقل معامل ارتباط كان بين متغيري محور فاعلية الذات مع التكيف الأكاديمي وكما بينا سابقاً أن التكيف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة علاقة بقدرة الطالب على موازنة نفسه مع المحيط الأكاديمي إما المرونة فهي على علاقة بقدرة الطالب على الفهم والتعاطف مع الآخرين، والطلبة المرنين يظهرون كفاءات في الذكاء الانفعالي، والمستوى العالي للوعي الذاتي والاجتماعي والقدرة على استخدام ذلك لإدارة أنفسهم بفعالية وعلاقتهم مع الآخرين ويرى الباحثان أن نجاح التربية الرياضية في تحقيق أهدافه أو رسالتها مرتبط بالكيفية أو بالطريقة التي تتوافق مع بيئتها التعليمية، ويتأثر بمجموعة من العوامل، كأسلوب التدريس في التعامل مع الطلبة، وإيجاد جو من الثقة والصراحة بشكل يسمح بتبادل الآراء بين الطالب وأعضاء الهيئة التدريسية والإدارة وهذا يحتاج الى شخصية مرناً ومتكيفاً، تمكنه من الاستجابة بمرونة للمشاركة بالإحداث داخل الصف أو الجامعة .

المصادر:

- [1] إبراهيم يوسف حنا و جنان محمد سعيد؛ بناء مقياس التكيف الأكاديمي لطلبة الصفوف الأولى في جامعة الموصل: (مجلة التربية والعلم، كلية التربية/جامعة الموصل، العدد 15، 1993).
- [2] بلوم بنيامين آخرون؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، (ترجمة) محمد أمين المفتي وآخرون: (القاهرة، مطابع المكتب المصري الحديث، 1983)، ص126.
- [3] سامي فحجان؛ التوافق المهني والمسؤولية الاجتماعية وعلاقتهما بمرونة الأنا لدى معلمي التربية الخاصة: (سالة ماجستير، غزة: كلية التربية، الجامعة الإسلامية، 2010).
- [4] عبد الله عبد الرحمن الكندي، ومحمد أحمد عبد الدايم؛ مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية والعلم الإنساني، ط2: (الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 2006).
- [5] عرب، محمد جسام، موسى جواد كاظم؛ مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة: (مجلة كلية التربية الرياضية، العدد1، مطبعة دبالى، بعقوبة، 2001).
- [6] علاوي، محمد حسن؛ علم النفس الرياضي، ط9: (دار المعارف، القاهرة، 1994).
- [7] محمد عويس؛ البحث العلمي في الخدمة الاجتماعية (الدراسة والتشخيص في بحوث الممارسة)، ط3: (القاهرة، دار النهضة العربية، 2003).



البنى المعرفية اللاتكيفية وعلاقتها في مستوى الأداء المهاري بالتنس الأرضي

ا.د. حيدر مهدي سلمان¹ م.م. علاء عبد السادة محمد²

جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

وزارة التربية²

(¹ haider.alabdalh@qu.edu.iq, ² abuzarga335@gmail.com)

المستخلص: يهدف البحث الحالي التعرف على اثر البنى المعرفية اللاتكيفية في مستوى الأداء المهاري بالتنس الأرضي, إذ استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالعلاقات الارتباطية لعينة البحث البالغة (160) من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية من كلا الجنسين وهي عينة البناء، إذ قام الباحثان ببناء مقياس يقيس مستوى البنى المعرفية الغير متكيفة وتم تطبيقه على عينة التجربة الرئيسة البالغ عددهم (60) طالبا وطالبة ومن ثم تم إجراء اختبارات مستوى الأداء المهاري وبحضور (5) من الأخصائيين في هذا المجال، وكانت النتائج كالتالي.

- 1- أن للبنى المعرفية الغير متكيفة نسبة مساهمة عكسية بمستوى الأداء المهاري بالتنس الأرضي.
- 2- أن للبنى المعرفية الغير متكيفة علاقة عكسية بمستوى الأداء المهاري بالتنس الأرضي.
- 3- تركز اغلب أفراد العينة بالمستوى المتوسط في مستوى الأداء بالتنس الأرضي.

الكلمات المفتاحية: البنى المعرفية اللاتكيفية - مستوى الأداء المهاري.



1- المقدمة:

تعد فعاليات ألعاب المضرب من النشاطات الرياضية الأكثر انتشاراً في جميع أرجاء العالم لسهولة متطلباتها من حيث الأدوات والمساحات وتمارس من جميع الفئات العمرية من هواة ومحترفين لا سيما لعبة التنس الأرضي لأنها لعبة تتصف بالعديد من المزايا التي تجعلها محببة منها التعامل مع أداتين فقط هما (المضرب والكرة) ما يجعلها لعبة ذات إثارة وتشويق وبث روح المنافسة إثناء اللعب، ولأن علم النفس المعرفي أصبح ضرورة لا بد منها في تحقيق الانجاز الرياضي العالي بشتى الفعاليات ومنها لعبة التنس الأرضي إذ برز في السنوات الأخيرة الاهتمام بالجانب النفسي للرياضي، لقد برزت في الآونة الأخيرة توجهات في التركيز على أهمية الجوانب المعرفية في الشخصية في تقدير الأفراد لانفعالاتهم لأهميته في التوافق النفسي والاجتماعي، إذ استنتج (young) وجود بنى معرفية صلبة وصارمة عميقة تتوافق مع مشكلات نفسية مستمرة تشكل عائقاً أمام الشخص يجعله غير قادر على التوافق في جوانب الحياة المختلفة أطلق عليها (البنى المعرفية اللاتكيفية) وترجع هذه المشكلات الى أن الفرد يقوم بتحريف الواقع والحقائق بناء على مقدمات مغلوطة وافتراسات خاطئة وتتشا هذه الأوهام عن تعلم خاطئ في إحدى مراحل نموه المعرفي (3، 7). ومن هنا سيكون مدى نسبة توافر بنى معرفية لا تكيفية تأثير مباشر على مستوى الأداء للفرد ويحدد بشكل من الأشكال مدى نجاح أو فشل الإنسان فيما يمارس من فعاليات.

وهنا تم تحديد مشكلة البحث بالسؤال التالي:

ما هو اثر البنى المعرفية اللاتكيفية بمستوى الأداء المهاري بالتنس الأرضي وما هي طبيعة العلاقة التي تربط هذه المتغيرات.

وكانت أهداف الدراسة:

1- التعرف على نسبة البنى المعرفية اللاتكيفية لدى عينة البحث.

2- التعرف على اثر البنى المعرفية اللاتكيفية في مستوى الأداء المهاري بالتنس الأرضي.

3- التعرف على نسبة مساهمة البنى المعرفية اللاتكيفية بالأداء

لمهارات التنس الأرضي.

فروض البحث:

1- وجود مستوى معين من البنى المعرفية اللاتكيفية لدى عينة البحث.

2- أن المقياس المعد من قبل الباحثان قادر على قياس المتغيرات التي أعدت من أجلها.

3- أن البنى المعرفية اللاتكيفية تؤثر في مستوى الأداء لمهارات التنس الأرضي.

4- هناك نسبة مساهمة البنى المعرفية اللاتكيفية في أداء مهارات التنس الأرضي لدى عينة البحث.

مجالات البحث:

المجال البشري: طلبة المرحلة الثالثة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة القادسية للعام الدراسي 2021-2022 .

المجال الزمني: المدة من 2021/5/17 ولغاية 2022/5/29.

المجال المكاني: ملعب الريشة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة القادسية.

تعريف المصطلحات:

-البنى المعرفية اللاتكيفية: من خلال التعاريف الواردة بالمصادر والدراسات السابقة للبنى المعرفية اللاتكيفية توصل الباحثان الى التعريف النظري التالي:

هي مجموعة من الذكريات والانفعالات والادراكات والاحاسيس التي تتشكل وتتطور من خلال التطور المعرفي وتراكم الخبرات السيئة لديه وتتوسط ادراكاته وتوجه استجاباته بشكل خاطئ تجعله غير قادر التأقلم فهي تعيد الى السطح تلك الخبرات السابقة وفق نظامه النفسي السابق وبشكل لا واعي تجعله يجذب لتلك الخبرات محاولاً إثبات الادراكات الكامنة في نفسه.

أما التعريف الإجرائي للبنى المعرفية اللاتكيفية فيتمثل بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس البنى المعرفية اللاتكيفية الذي سيبينه الباحثان .

-الأداء المهاري: وهو نظام لأداء حركات عديدة في أن واحد أو بالتتابع مبنية على تنظيم التأثير المتبادل بين القوى الداخلية والخارجية في الرياضي لوضع القوى جميعها بصورة مفيدة للحصول على النتائج الأفضل وهي بشكل عام تعني (مستوى كفاءة الفرد في أداء واجبات معينة)(خليل: 2011، 26)، أما

بالحب والتقبل والتعاطف والمشاركة الانفعالية والأمن والسلامة لن يتم تحقيقها، ويسبب ذلك تطوير بنى معرفية لا تكيفية حول الحرمان العاطفي، الهجر وعدم الاستقرار، عدم الثقة والإساءة، العيب والنقص.

2-خلل الاستقلالية والأداء: توقعات الفرد بعدم قدرته على الإنجاز المستقل دون الاعتماد على الآخرين ويسبب ذلك تطوير بنى معرفية لا تكيفية حول الاعتمادية وعدم الكفاءة، والهشاشة النفسية، والذات غير المتطورة والتشابك، والفشل .

3-الحدود المختلة: وتعني صعوبة تحمل المسؤولية أو وضع أهداف طويلة المدى والعجز عن وضع أهداف واقعية، ويسبب ذلك تطوير بنى معرفية لا تكيفية حول التكبر والاستحقاق، وقلة الضبط الذاتي.

4-التوجه من الآخرين: ويعني التركيز على حاجات الآخرين بدل حاجاته لكسب حبهم أو تجنب انتقادهم، ويسبب ذلك تطوير بنى معرفية لا تكيفية حول نكران الذات، والخضوع للآخرين .

5-الترقب الزائد والكبح: المبالغة في كبت المشاعر العفوية، ويسبب ذلك تطوير بنى معرفية لا تكيفية حول الكبح الانفعالي، والمعايير الجامدة والانتقاد الزائد.

2-4-1-1-مجالات المقياس وفقراته: يتألف المقياس بصيغته النهائية من (70) فقرة، موزعة على خمس مجالات، إما بدائل الإجابة نحو مضمون الفقرات فهي (تتطبق عليّ تماماً، تتطبق عليّ غالباً، تتطبق عليّ أحياناً، تتطبق عليّ نادراً، لا تتطبق عليّ أبداً)، وأن أعلى درجة محتملة يمكن الحصول عليها عند الإجابة على المقياس هي (350) وأدنى درجة هي (70) والوسط الفرضي للمقياس هو (210) يقابلها سلم درجات وقد أعطيت أوزان تراوحت بين (5-1) على وفق تسلسل الإجابة بالنسبة للفقرات الإيجابية وأيضاً أعطيت أوزان تراوحت بين (1-5) للفقرات السلبية التي بلغ عددها (14) فقرة وهي الفقرة (5، 10، 15، 20) في كل من مجال الانفصال والرفض ومجال خلل الاستقلالية والأداء والفقرة (5، 10) في كل من مجال الحدود المختلة، ومجال التوجه من الآخرين، ومجال الترقب الزائد والكبح وأن جميع الفقرات المتبقية وعددها (56) فقرة تمثل الفقرات الإيجابية.

التعريف الإجرائي فيمثل الدرجة التي يحصل عليها الفرد في اختبارات مستوى الأداء المهاري بالتس الأراضي.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: لتحقيق أهداف الدراسة سيستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمتها وطبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينه: حدد الباحثان مجتمع بحثه والمتمثل بطلبة المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة القادسية والبالغ عددهم (276) مقسمين الى ذكور وعددهم (190) وإناث (81) وتم اختيار (160) طالبا وطالبة ليمثلوا عينة البناء، وتم اختيار العينة التطبيقية منهم بالطريقة العشوائية البسيطة والبالغ عددهم (30) طالب و (30) طالبة مقسمين بالتساوي وتمثل العينة ما نسبته (22%) من مجتمع البحث.

2-3 المتغيرات المدروسة:

2-3-1 البنى المعرفية اللاتكيفية: نمط أو مفهوم ينطوي على مجموعة من الذكريات والانفعالات والإدراكات والأحاسيس الجسدية، وتتعلق بالشخص نفسه وعلاقته مع الآخرين، وتتطور هذه البنى منذ مرحلة الطفولة وتستمر خلال مراحل حياته المختلفة.

2-3-2 الأداء المهاري: هو نظام لأداء حركات عديدة في آن واحد أو بالتتابع مبنية على تنظيم التأثير المتبادل بين القوى الداخلية والخارجية في الرياضي لوضع القوى جميعها بصورة مفيدة للحصول على نتائج أفضل.

2-4 الاختبارات المستخدمة:

2-4-1 مقياس البنى المعرفية الغير متكيفة: وفي أدناه وصف للمقياس وكيفية أيجاد خصائصه السايكومترية وكما يأتي:

1-وصف وتصحيح المقياس:

مجالات المقياس: وضع (يونغ) خمس مجالات للبنى المعرفية اللاتكيفية وكما نقلت عنه (5، 67):

1-الانفصال والرفض: يعني توقع الفرد بأن حاجاته المرتبطة

لتمييز الفقرات. وحسب الجدول (1).

جدول (1) يبين قيم (T) للمجموعتين الطرفيتين والدلالة الإحصائية لفقرات مقياس البنى المعرفية اللاتكيفية

ت	المجموعة العليا	س	ع	المجموعة الدنيا	س	ع	قيمة T المحسوبة	الدالة الإحصائية
1	4.30	0.60	2.05	0.79	14.98	مميزة		
2	4.23	0.68	2.00	0.87	13.20	مميزة		
3	4.33	0.61	2.26	0.82	13.32	مميزة		
4	4.23	0.61	2.12	0.76	14.20	مميزة		
5	3.88	0.88	1.95	0.79	10.74	مميزة		
6	4.21	0.74	1.77	0.81	14.56	مميزة		
7	14.56	14.56	1.93	0.74	13.16	مميزة		
8	3.98	0.91	1.77	0.81	11.86	مميزة		
9	4.14	0.89	1.95	0.69	12.75	مميزة		
10	4.02	0.77	1.81	0.66	14.24	مميزة		
11	3.67	0.68	1.81	0.82	11.42	مميزة		
12	3.84	0.84	1.95	0.84	10.35	مميزة		
13	3.81	0.70	1.93	0.67	12.77	مميزة		
14	3.70	0.86	1.91	0.75	10.29	مميزة		
15	3.79	0.80	1.84	0.81	11.20	مميزة		
16	3.77	0.72	1.98	0.83	10.69	مميزة		
17	3.86	0.77	1.93	0.67	12.37	مميزة		
18	3.53	0.74	1.84	0.65	11.33	مميزة		
19	3.65	0.84	1.88	0.59	11.30	مميزة		
20	3.53	0.83	1.72	0.63	11.45	مميزة		
21	4.40	0.66	2.44	0.88	11.64	مميزة		
22	4.49	0.74	2.40	0.90	11.78	مميزة		
23	4.21	0.71	2.28	1.08	9.82	مميزة		
24	4.14	0.80	2.28	0.83	10.58	مميزة		
25	4.14	0.71	2.09	0.97	11.15	مميزة		
26	4.23	0.78	2.23	0.95	10.68	مميزة		
27	3.88	0.85	2.00	0.85	10.30	مميزة		
28	4.12	0.66	2.16	0.90	11.48	مميزة		
29	4.02	0.80	2.35	0.90	9.13	مميزة		
30	4.19	0.70	2.28	0.83	11.56	مميزة		
31	4.19	0.93	2.21	0.74	10.88	مميزة		
32	3.93	0.77	2.12	0.85	10.37	مميزة		
33	3.93	0.91	2.07	0.83	9.92	مميزة		
34	3.77	0.87	2.12	0.93	8.50	مميزة		
35	3.81	1.03	2.19	0.88	7.88	مميزة		
36	3.72	0.98	2.00	0.82	8.83	مميزة		
37	3.81	0.82	2.16	0.90	8.88	مميزة		
38	3.65	0.95	2.00	0.72	9.08	مميزة		
39	3.77	0.97	2.12	0.70	9.05	مميزة		
40	3.49	1.05	1.77	0.68	8.97	مميزة		
41	4.58	0.79	1.95	0.97	13.71	مميزة		
42	4.21	0.74	1.72	0.80	14.99	مميزة		
43	3.88	0.79	2.00	0.72	11.50	مميزة		
44	4.23	0.78	1.95	0.75	13.75	مميزة		
45	4.09	0.81	1.77	0.72	14.08	مميزة		
46	4.05	0.90	1.77	0.78	12.55	مميزة		
47	4.12	0.79	1.84	0.61	14.90	مميزة		
48	4.05	0.75	1.91	0.65	14.11	مميزة		
49	4.05	0.62	1.88	0.85	13.50	مميزة		
50	4.07	0.77	1.86	0.60	14.85	مميزة		
51	4.05	0.58	2.40	0.88	10.33	مميزة		
52	4.12	0.73	2.37	0.87	10.04	مميزة		
53	4.37	0.87	2.19	0.96	11.06	مميزة		
54	3.91	0.92	2.14	0.97	8.69	مميزة		
55	4.00	0.85	2.05	0.84	10.73	مميزة		
56	3.93	0.86	2.16	0.92	9.20	مميزة		
57	3.58	0.98	2.23	0.78	7.05	مميزة		
58	3.86	1.01	2.26	1.00	7.38	مميزة		
59	3.65	1.02	2.12	0.73	8.02	مميزة		
60	3.84	0.97	2.05	0.87	8.98	مميزة		
61	4.14	0.64	2.14	1.19	9.73	مميزة		
62	4.02	0.77	2.35	0.87	9.45	مميزة		
63	4.51	0.70	2.14	0.83	14.27	مميزة		
64	4.09	0.75	2.02	0.89	11.69	مميزة		
65	3.98	0.94	2.09	0.87	9.66	مميزة		
66	3.81	1.05	1.93	0.86	9.10	مميزة		

2-4-1-2 صلاحية فقرات المقياس (التحليل

المنطقي للفقرات): لغرض التحقق من صلاحية فقرات المقياس ومدى ملائمتها لعينة البحث تم عرضه على مجموعة من الأساتذة في التربية وعلم النفس لبيان مدى صلاحيتها وبعد تحليل آرائهم تبين أن جميع فقرات المقياس صالحة ولم يطرأ أي تعديل على صياغة الفقرات و يتضح أن (70) فقرة حصلت على درجة أعلى من قيمة (كا2) الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (1).

2-4-1-3 التحليل الإحصائي لفقرات مقياس البنى

المعرفية اللاتكيفية: يهدف التحليل الإحصائي الى حساب القدرة التمييزية والاتساق الداخلي لفقرات المقياس، إذ تشير القدرة التمييزية الى القدرة على التفريق أو التمييز بين الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية والإفراد الذين يحصلون على درجات منخفضة في المقياس نفسه، في حين يشير الاتساق الداخلي الى مدى تجانس الفقرات في قياسها للصفة، أي أن تحليل الفقرات يعني الإبقاء على الفقرات الجيدة في الاختبار (6، 98)، وقد اتبع الباحث أسلوبين في تحليل فقرات المقياس إحصائياً وهذين الأسلوبين هما:

أولاً: المجموعتان الطرفيتان: للكشف عن القدرة التمييزية

لفقرات مقياس البنى المعرفية اللاتكيفية تم استعمال أسلوب المجموعتان الطرفيتان، إذ يعد هذا الأسلوب من الأساليب المناسبة لتمييز الفقرات، ويقصد بالقوة التمييزية هي قدرة صفات فقرات المقياس على التمييز بين الصفات التي تحصل على درجات عالية والتي تحصل على درجات منخفضة بالاختبار (رودفي: 1985، 125)، لذا رتبنا الدرجات الكلية التي حصل عليها المستجيبين بعد تصحيح المقياس تنازلياً، بعدها تم تعيين 27% من الدرجات العليا و 27% من الدرجات الدنيا وبذلك اختيرت (43) للمجموعة العليا و (43) للمجموعة الدنيا وبمجموع (86)، إذ أكدت أبحاث كيلى وميهرنز وليهمان على أن اعتماد نسبة (27%) تعطي اكبر تمايز (فرج: 1980، 149)، ولغرض حساب معامل تمييز كل فقرة من فقرات المقياس باستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين بواسطة برنامج (Excel) وعدت القيمة التائية الدالة إحصائياً مؤشراً

جدول (3) يبين معاملات ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه لمقياس البنى المعرفية اللاتكيفية.

المجال	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
الانفصال والرفض	1	0.80	5	0.76	9	0.77	13	0.73	17	0.75
	2	0.79	6	0.80	10	0.83	14	0.77	18	0.75
	3	0.78	7	0.75	11	0.79	15	0.78	19	0.74
	4	0.81	8	0.77	12	0.75	16	0.74	20	0.77
خلل الاستقلالية	21	0.76	25	0.71	29	0.70	33	0.72	37	0.66
	22	0.76	26	0.73	30	0.72	34	0.72	38	0.68
	23	0.67	27	0.74	31	0.73	35	0.72	39	0.66
	24	0.72	28	0.74	32	0.74	36	0.75	40	0.67
الحدود المخلطة	41	0.83	43	0.75	45	0.82	47	0.77	49	0.80
	42	0.83	44	0.83	46	0.77	48	0.80	50	0.81
	51	0.64	53	0.74	55	0.75	57	0.64	59	0.67
	52	0.69	54	0.69	56	0.71	58	0.69	60	0.76
التوجه من الآخرين	61	0.69	63	0.78	65	0.72	67	0.73	69	0.81
	62	0.67	64	0.74	66	0.76	68	0.75	70	0.73

2-4-1-5 الخصائص السايكومترية:

1- الصدق الظاهري: لقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي من خلال عرضه على مجموعة من الأساتذة المختصين في العلوم التربوية والنفسية وقد بينوا صلاحية المقياس باتفاق تام (100%) ولجميع فقراته وهذا ما ظهر جليا في تحديد صلاحية الفقرات.

2- صدق البناء (Construct Validity):

الباحثان في هذا النوع من الصنق من خلال المؤشرات التالية:

أ- القوى التمييزية للفقرات: استخرجت بطريقة المجموعتين الطرفيتين العليا والدنيا، إذ افترض الباحثان إن الفقرات الفقرة على التمييز بين الأفراد، وقد تحقق هذا من خلال قدرة الفقرات على ذلك.

ب- معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية للمقياس: أي من خلال الاتساق الداخلي للمقياس وقد ثبت إن درجات جميع الفقرات البالغة (70) فقرة لها ارتباط بالدرجة الكلية.

3- الثبات: لغرض التحقق من ثبات مقياس البنى المعرفية اللاتكيفية اعتمد الباحثان طريقة التجزئة النصفية:

والوقت، كونها تتطلب تطبيق الاختبار مرة واحد فقط، وهي من أكثر الطرائق المستعملة في الدراسات التربوية والنفسية لإيجاد معامل الثبات، وتعتمد هذه الطريقة على تجزئة الاختبار المطلوب تعيين معامل ثباته إلى نصفين متكافئين، إذ قام

ممنوعة	9.32	0.97	2.14	0.86	3.98	67
ممنوعة	8.33	0.97	2.16	1.07	4.00	68
ممنوعة	14.11	0.69	2.00	0.79	4.26	69
ممنوعة	8.65	0.83	2.02	1.18	3.93	70

2-4-1-4 معامل الاتساق الداخلي: يعد معامل

الاتساق الداخلي لتحديد مدى تجانس الفقرات في قياسها للظاهرة السلوكية المقاسة (8، 286).

أ: الاتساق الداخلي بين درجة الفقرة ودرجة المقياس

الكلية: لتحديد مدى اتساق الفقرات نحو الاتجاه الذي يقيسه المقياس عند السمة المقاسة، استخدم معامل الارتباط (بيرسون) بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية، مع مقارنة جميع القيم المستخلصة مع قيمتها الجدولية عند درجة حرية (158) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (0.138)، وبذلك نجد أن القيم

المستخلصة حققت دلالة معنوية نتيجة كبر قيمها المحسوبة عن قيمتها الجدولية. كما موضح بالجدول (2).

جدول (2) يبين معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس البنى المعرفية اللاتكيفية .

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0.61	67	0.62	56	0.74	45	0.63	34	0.65	23	0.72	12
0.61	68	0.54	57	0.69	46	0.62	35	0.69	24	0.71	13
0.74	69	0.56	58	0.72	47	0.69	36	0.68	25	0.72	14
0.60	70	0.56	59	0.72	48	0.60	37	0.66	26	0.73	15
		0.67	60	0.75	49	0.60	38	0.70	27	0.72	16
		0.62	61	0.76	50	0.62	39	0.71	28	0.72	17
		0.61	62	0.68	51	0.68	40	0.63	29	0.73	18
		0.72	63	0.67	52	0.77	41	0.69	30	0.71	19
		0.67	64	0.66	53	0.77	42	0.67	31	0.75	20
		0.59	65	0.64	54	0.71	43	0.69	32	0.72	21
		0.63	66	0.68	55	0.74	44	0.67	33	0.71	22

ب: الاتساق الداخلي بين درجة الفقرة ودرجة المجال:

وهي العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة ودرجة المجال الذي تنتمي إليه هذه الفقرة، ومن أجل تحديد قيم الاتساق في هذا الأسلوب استخدم معامل الارتباط (بيرسون)، وتم تحديد نوع الدلالة الإحصائية بعد مقارنة قيمة معامل الارتباط المحسوبة مع قيمته الجدولية والبالغة (0.138) عند درجة حرية (158) ومستوى دلالة (0.05)، إذ تشير الدلالة المعنوية إلى كبر القيم المحسوبة عن القيمة الجدولية، وهذا ما يشير إلى سير اتجاه معنى الفقرات في قياس السمة نفسها التي يقيسها المجال الذي تنتمي إليه.

المصادف 2022/5/29.

2- 7 الوسائل الاحصائية المستخدمة: (الوسط الحسابي،

الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) والمتعدد، اختبار (ت) للعينات المترابطة، اختبار (كا²)، معادلة التصحيح لمعمل الارتباط بالتجزئة النصفية لـ (سبيرمان براون)،

$$2 \times \text{قيمة الارتباط للتجزئة}$$

معامل التصحيح لسبيرمان براون =

$$1 + \text{قيمة الارتباط للتجزئة}$$

معادلة الفا كرونباخ، معادلات الانحدار المتعدد).

3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

3- 1 عرض وتحليل نتائج البنى المعرفية اللاتكيفية

ومستوى الأداء:

الجدول (1) يبين القيم التي حصلت عليها العينة لكل متغير

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أقل قيمة	الالتواء
1	البنى المعرفية اللاتكيفية	208.18	72.45	317.00	102.00	-0.164
2	مستوى الأداء	6.64	1.14	9.20	4.40	0.288

من خلال الجدول (1) تبين أن قيمة الوسط الحسابي لكل من (البنى المعرفية اللاتكيفية ومستوى الأداء) هو (208.18، 6.64) على التوالي وانحراف معياري (72.45، 1.14) وكانت أعلى قيمة حصل عليها المختبرين لكل متغير هي كالأتي (317.00، 9.20) بينما كانت أقل قيمة حصل عليها المختبرين من العينة هي كالأتي (102.00، 4.40) وبمعامل التواء (-0.164، 0.288) وعبرت قيم الالتواء عن قيم التوزيع الطبيعي لأفراد العينة لكل متغير إذ كانت المتغيرات موزعة طبيعياً لانحسار قيم الالتواء (+1 -1) مما يعطي نتائج معنوية، وهذا يعني أن العينة موزعة توزيعاً طبيعياً ويعزو الباحثان هذا التوزيع الاعتدالي الى أن جميع أفراد العينة من نفس الطبقة أو الفئة العمرية وبنفس المستوى الدراسي كما أن الظروف التي يعيشها أفراد المجتمع العراقي في نفس الرقعة الجغرافية متشابهة من حيث طريقة العيش والعادات والتقاليد وهذا ما يجعلهم متشابهين الى حد كبير حتى في طريقة التفكير والسلوك، إذ ينكر (7، 119)، تؤثر البيئة تأثيراً مباشراً أو غير مباشر على حياة الإنسان وسلوكه.

الباحثان بتجزئة فقرات المقياس إلى قسمين متساويين (35) فقرة فردية و (35) فقرة زوجية، بعدها تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين نصفي المقياس وكانت قيمتها المحسوبة (0.97) وهي اكبر من القيمة الجدولية (0.138) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (158)، ولأجل الحصول على ثبات كامل الاختبار قام الباحثان بتطبيق معادلة سبيرمان براون ظهر بأن مقدار سبيرمان براون قد بلغ (0.98) وهي قيمة عالية تدل على ثبات المقياس.

2- 5 اختبارات مستوى الأداء المهاري: تم اختبار عينة

البحث بمستوى الأداء المهاري بملعب التنس الأرضي بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وبحضور (5) خبراء باللعبة وتم إعطاء كل طالب درجة من (10) يضعها كل واحد من الخبراء الخمسة وتم تصوير الاختبارات بكاميرات نصبت بشكل جيد لتصوير أداء الطلبة أثناء الاختبارات .

2- 6 التجربة الرئيسية: وقد استمرت مدة التطبيق الكلية

للاختبارات من 2022/5/17 ولغاية 2022/5/29، وقد بلغ مدى الإجابة عن المقياس (15-20) دقيقة، وبمساعدة الفريق المساعد وتم توزيع استمارات الاختبار على عينة التجربة الرئيسية وجمعها منهم بانسيابية ونظام بعد شرح ماهية الاختبارات وكيفية الإجابة وسرية معلومات المختبرين، وقد تم جمع واختبار الإناث يوم (الثلاثاء) الساعة التاسعة صباحاً وانتهى الاختبار وجمع الاستمارات في تمام الساعة التاسعة وعشرون دقيقة . بعدها تم المباشرة باختبارات الذكور وفي تمام الساعة العاشرة من نفس اليوم وتم الانتهاء من الاختبار وجمع الاستمارات في تمام الساعة العاشرة والرابع وبنفس الأسلوب تم شرح طريقة الإجابة وماهية الاختبارات وسرية معلومات المختبرين.

وبعداً تم تطبيق اختبارات مستوى الأداء على نفس العينة وعلى ملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة القادسية وبحضور (5) محكمين من ذوي الاختصاص ونصب كاميرات تصوير الأداء وقد أعطي لكل طالب ثلاثة محاولات وأخذت درجة أفضل محاولة أداء لكل طالب وقد أعطي لكل محاولة درجة من (10) وعلى وفق أي الخبير وتم اختبار الذكور يوم (الثلاثاء) المصادف 2022/5/24 واختبرت الإناث يوم (الأحد)

الأرضي مثل الملاعب والتجهيزات الخاصة باللعبة مما يفرض على الطالب القبول بالأمر الواقع والاعتماد على الحصص الدراسية التي يأخذها خلال السنة الدراسية فقط وعدم ممارسة اللعبة وتطوير المستوى خارج أوقات الدوام الرسمي . واتفقت هذه الدراسة مع دراسة (4، 106).

3-3 عرض وتحليل ومناقشة العلاقة بين البنى المعرفية اللاتكيفية ومستوى الأداء:

جدول (3) يبين مصفوفة الارتباط بين المتغيرات

المتغيرات	البنى المعرفية اللاتكيفية	مستوى الأداء
البنى المعرفية اللاتكيفية	-0.943	-0.943
مستوى الأداء	-0.943	

من الجدول (3) نجد أن قيمة معامل الارتباط بين البنى المعرفية اللاتكيفية ومستوى الأداء (-0.943) يتضح من الجدول أن العلاقة بين البنى المعرفية اللاتكيفية ومستوى الأداء كانت عكسية أيضا كما هو الحال مع التفكير المستقبلي ويعزو الباحثان هذه النتيجة بسبب أن الفرد يتصرف بحسب ما يراه عن نفسه طبقا لبناء المعرفة الغير متكيفة بالشخص الذي يجد في نفسه القدرة على فعل الأشياء لا يترب عليها جيدا أو لا يقرأ مادته بتركيز لأنه يعتقد انه لا يحتاج الى التدريب أو القراءة المركزة، أما الذي يجد في نفسه انه غير قادر على التدريب بسبب بناء المعرفة السابقة اللاتكيفية فانه لا يرى فائدة من التدريب لأنه غير قادر مهما تدرّب أو مهما ركز وأكثر من القراءة وهذا ما ينعكس سلبا على مستويات الأداء للفعاليات كافة ومنها الرياضية والتي ينخفض مستوى الأداء لدى الغير متكيفين أو الأفراد الذين لديهم مستويات بنى معرفية لا تكيفية عالية يقتل روح المنافسة والتطور والطموح، وفي محاولة الباحثين ربط نتيجة بحثه بالدراسات السابقة لم يجد الباحثان أي دراسة تناولت العلاقة بين البنى المعرفية اللاتكيفية بمستوى الأداء مما يعني أن النتيجة التي توصل إليها الباحثين تعد جديدة في مجال علم النفس الرياضي.

3-2 عرض وتحليل ومناقشة مستوى متغيرات البنى المعرفية اللاتكيفية ومستوى الأداء لدى عينة البحث:

جدول (2) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي للمتغيرات لدى عينة البحث

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف	قيمة T المحسوبة	الدلالة
1	البنى المعرفية الغير متكيفة	208.18	210.00	72.45	-0.194	0.847
2	مستوى الاداء	6.64	5	1.14	11.18	0.000

من خلال الجدول (2) يتبين أن قيمة (T) المحسوبة (-0.194، 11.18) على التوالي ومستوى دلالة (0.847-0.000).

وهذا يعني أن العينة في مستوى الأداء كان مستواها أعلى من الوسط الفرضي وبدلالة فروق معنوية لان قيمة (T) المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية وهي ضمن المستوى المتوسط، أما بالنسبة للبنى المعرفية اللاتكيفية فكان الوسط الفرضي أعلى من الوسط الحسابي وبمستوى دلالة عشوائي مما يشير الى ضعف في البنى المعرفية اللاتكيفية أو أنها في الوسط تماما.

ويعزو الباحثان النتائج التي حصلت عليها العينة في البنى المعرفية اللاتكيفية الى الواقع الذي يعيشه الشاب العراقي من حرية التعبير والاختيار وما نتج عنه له التكنولوجيا الحديثة والانترنت من بناء خبرات معرفية تكيفية جيدة والتواصل مع الآخرين والمجتمعات الأخرى والاختلاط بالثقافات المختلفة وبالتالي هذا الحال يعزز من تقليل الخبرات اللاتكيفية لديهم، والتغير الاجتماعي الحاصل الذي أصبح يولي الأبناء من كلا الجنسين رعاية خاصة ومساحة اكبر لإثبات الشخصية بالتنشئة الاجتماعية في هذه المراحل العمرية المبكرة وإشباع الحاجات الضرورية بسبب تحسن الحالة المادية والاقتصادية بشكل عام تساهم في جعل الفرد أكثر قدرة على تغيير أفكاره ومعتقداته للتماشي مع المستجدات وأكثر قدرة على التكيف مع الأحداث وهذا بدوره يؤدي الى تقليل البنى المعرفية اللاتكيفية الى أدنى المستويات وإبدالها ببنى معرفية أكثر تكيفية . وقد اتفقت مع دراسة (2، 79) و (1، 112).

وفيما يخص مستوى الأداء يعزو الباحثان المستوى المتوسط لقلّة الخيارات المتوفرة لديه مثل قلّة الاهتمام بفعاليات العاب المضرب في الأندية وقلّة الإمكانيات والأدوات الخاصة بالتنس

4- الخاتمة:

من خلال النتائج التي أظهرتها الدراسة توصل الباحثان الاستنتاجات التالية:

1- أن عينة البحث وهم طلبة الصف الثالث كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يملكون مستوى من البنى المعرفية اللاتكيفية دون المتوسط أو متوسط.

2- أن للبنى المعرفية اللاتكيفية نسبة مساهمة عكسية بمستوى الأداء المهاري بالتنس الأرضي.

3- تمركز اغلب أفراد العينة بالمستوى المتوسط في مستوى الأداء بالتنس الأرضي.

في ضوء الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة خرج الباحثين بعدد من التوصيات التالية:

1- الإفادة من مقاييس البحث الحالي بوصفها أداة موضوعية واستخدامها من قبل الباحثين في بحوثهم ودراساتهم.

2- إعداد مناهج تدريبية لتخفيض مستويات البنى المعرفية اللاتكيفية لدى طلبة الجامعات.

3- إبداء الاهتمام بلعبة التنس الأرضي بكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة خصوصا وفي باقي الكليات والمدارس والمنتديات عموما.

المصادر:

- [1] إبراهيم، عيسى نواتي؛ المخططات المبكرة غير المنكيفة في ضوء الجنس والسند لدى عينة من تلاميذ التعليم الثانوي: (مجلة العلوم النفسية والتربوية، 2018).
- [2] احمد حمزة و ولاء العشري؛ المخططات المعرفية اللاتكيفية لدى عينة منطلبات جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن: (مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن، المملكة العربية السعودية، 2021).
- [3] بيك، آرون؛ العلاج المعرفي، والاضطرابات الانفعالية، (ترجمة) عادل مصطفى: (القاهرة، دار الآفاق العربية، 2000).
- [4] حيدر مهدي سلمان؛ مستوى الانجاز بدلالة التفكير الاستراتيجي وفقا للذاكرة الانفعالية لدى سباحي الفرات الأوسط والمنطقة الجنوبية في فعالية 100متر سباحة حرة: (أطروحة دكتوراه، جامعة القادسية، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2012).
- [5] خليل، حذيفة إبراهيم؛ تأثير تمارين خاصة وفق التمارين الكينماتيكية ونموذج التصحيح الذاتي في تطوير بعض الصفات البدنية ودقة أداء المهارات الهجومية بالريشة الطائرة: (أطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل، 2011)، ص 26.
- [6] عبد الله، ريام عبد الحسين؛ البنى المعرفية اللاتكيفية وعلاقتها بقلق التفاعل والتغافل غير الواعي لدى طلبة الجامعة: (جامعة بابل، كلية التربية للعلوم

3- 4 عرض وتحليل ومناقشة نسبة مساهمة متغيري

البنى المعرفية اللاتكيفية بمستوى الأداء:

الجدول (4) يبين نسبة مساهمة متغيري البنى المعرفية اللاتكيفية بمستوى الأداء

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الأداء		الارتباط	نسبة المساهمة	نسبة المساهمة المعدلة	قيمة ف المحسوبة	مستوى الدلالة
			ع	س					
البنى المعرفية اللاتكيفية	208.18	72.45	6.64	1.14	-0.943a	0.889	0.887	462.94	0.000

درجة الحرية (59)

وكانت قيمة الارتباط لمتغير البنى المعرفية اللاتكيفية بمستوى الأداء هي (-0.943^a) وبنسبة مساهمة (0.889) وقيمة ف المحسوبة هي (462.94) ودرجة حرية (59) وبمستوى دلالة (0.00) . وهذا يشير الى أن هناك نسبة مساهمة سلبية للبنى المعرفية اللاتكيفية بمستوى الأداء أي كلما ارتفعت نسبة البنى المعرفية اللاتكيفية قلت نسبة مستوى الأداء والعكس صحيح. ومن الطبيعي أيضا أن تكون نتيجة مساهمة البنى المعرفية اللاتكيفية سلبية بالنسبة لمستوى الأداء وكما ذكرنا مسبقا فان البنى المعرفية اللاتكيفية تجعل الفرد منطويا لا يستطيع التكيف مع الآخرين وبالتالي تقل لديه الدافعية بكل جوانب الحياة لا سيما ما يتعلق بالانجاز الرياضي فهو لديه إدراك مسبق عن قابلياته فإذا كانت بناء المعرفية اللاتكيفية تشعره بأنه لاعب جيد لا يستطيع احد التغلب عليه في كل الفعاليات أو كانت تشعره بأنه لاعب غير جيد لا يستطيع الفوز مهما بذل من جهد وفي كلا الحالتين بالشعور السلبي أو الايجابي هو لا يبذل الجهد الكافي مما يجعله متكاسلا وأداءه اقل من المطلوب وهذا حرفيا ما يعرف (بالكسل) فهو مدرك مسبقا وبشكل مغلوط و على وفق قناعاته بادراك الفشل وعدم الوصول الى النجاح فيتنصرف ببذل اقل جهد لإظهار القدرة المنخفضة ولذا كان إدراك النجاح أو الفشل يقوم على إدراك الفرد لإثبات الكفاية العالية أو المنخفضة كلما كانت نسبة المخططات اللاتكيفية عالية قلة الرغبة في تحقيق الطموح والعكس بالعكس أي كلما قلة المخططات اللاتكيفية عند الفرد وذاب مع الحياة والمجتمع زادت رغبته في تحقيق مستويات عالية من الطموح والنظر الى مديات بعيدة في تحقيق الأهداف والذات.

الإنسانية، 2018).

[7] ميخائيل، مطانيوس؛ القياس والتقويم في التربية الحديثة: (منشورات جامعة

دمشق، دمشق، 1997).

[8] العثمان، باسم عبد العزيز عمر؛ الجغرافيا الاجتماعية مبادئ وأسس وتطبيقات:

(2022).

[9] Lindquist, E, F: Educational measurement, Washington American, councilman Education, 1951.





ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 5, issue 6, June 2023

ISSN: 1658- 8452



تأثير تدريبات لمراقبة معدل القلب القصوى وفقا للأسلوب التدريبي للتتابع Paarlauf لتطوير تحمل السرعة والانجاز لعدائي ركض 10000 متر النخبة

م.د. فاهم عبد الواحد عيسى¹ م.م. زينة أركان حميد² م.م. محمد ناهض عبيد³

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد/العراق¹

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد/العراق²

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بغداد/العراق³

(¹ Fahim.abdulwahid@cope.uobaghdad.edu.iq, ² zozo.arkan86@gmail.com, ³ fahimesaa5566@gmail.com)

المستخلص: تتحدد مشكلة البحث أن الانجاز لعدائي فعالية ركض 10000 متر لا يرقى الى المستويات المقبولة، لاحظ الباحثون هبوط لدى تحمل السرعة مما يؤثر على الانجاز، عليه أصبح من غير الممكن أن تتطور الأمن خلال التدريب المنظم على وفق منهجاً تدريبياً منسقاً، لذا ارتأى الباحثون الى وضع برنامجاً تدريبياً على وفق الأسلوب التدريبي للتتابع Paarlauf، للحفاظ على معدل سرعة الخطوة، واستخدم الباحثون المنهج التجريبي بالاختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لملائمته لطبيعة البحث، وتم تحديد مجتمع البحث عدائي النخبة لفعالية 10000متر رجال المسجلين لدى الاتحاد العراقي المركزي لألعاب القوى للموسم الرياضي 2023، والبالغ عددهم (12لاعب)، إذ تم اختيار عينة البحث بأسلوب الحصر الشامل وقسمت العينة الى مجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة وبواقع (6 لاعب) لكل مجموعة وتم تطبيق تدريبات وفق للأسلوب التدريبي للتتابع Paarlauf ولمدة ثمانية أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تدريبية في الأسبوع الواحد واستخدم الباحثون الحقيبة الاحصائية (spss) وتوصل الباحثون إلى أهم الاستنتاجات إن تدريبات وفق للأسلوب التدريبي للتتابع Paarlauf أثرا ايجابيا التطوير تحمل السرعة والانجاز لعدائي ركض 10000 متر رجال

الكلمات المفتاحية: الأسلوب التدريبي للتتابع Paarlauf - تحمل السرعة - فعالية 10000 متر.

I . S . S . J

1- المقدمة:

وتعد فعالية ألعاب القوى واحدة من الفعاليات الرياضية التي حظيت باهتمام كبير في مجال البحوث والدراسات الأمر الذي ساعد على حصول تطورات كثيرة في طرائق التدريب وأساليبه، وعلى تحسين الأرقام المسجلة في تلك المسابقات على المستويات الدولية والعالمية المختلفة، ومن فعاليات الأركاض الطويلة ركض (10000) متر وكل مسافة ركض لها متطلباتها التدريبية الخاصة من الناحيتين البدنية والوظيفية والطرائق التدريبية التي تتناسب وطبيعة أدائها وزمنها، ويعد معدل ضربات القلب القصوى واحداً من أهم المؤشرات المستخدمة لمراقبة شدة الأداء، وتقنين مدد الراحة بين التدرجات على وفق هدف التدريب ومقدار واتجاه الحمل، لذا يعد الأسلوب التدريبي التابع Paarlau هو ركض التابع المستمر وهو أسلوب تدريبي ينقسم عمل زوج العدائين في هذا الأسلوب الى زميل الأول وزميل ثاني ينطلق الزميل الأول لإتمام دوره في قطع المسافة المحدد بين ما يبقى الزميل الآخر بالانتظار لحين وصول الزميل الأول الى نقطة الاستلام والتسليم في نطلق الثاني لإتمام دور هو يستريح الأول و تبقى هذه الحالة بالتناوب لحين انتهاء الوقت المحدد أو انقضاء عدد الدورات التي حددت أيضاً ويمكن أن يكون التنافس فيه كأفراد أو كفريق ضد فريق آخر (جمال صبري فرج: 2018، ص10)، مما يؤدي إلى تطور تحمل السرعة بالفعالية ذات التأثير المباشر والكبير على عدائي ركض 10000 متر رجال، ومن هنا تتجلى أهمية البحث إعداد أسلوب تدريبي يساعد على تطوير تحمل السرعة التي تؤدي إلى رفع مستوى الإنجاز في إحداث التطور والنهوض بمستوى العدائين بصورة اقتصادية من حيث الوقت والجهد ومعرفة تأثيره الإيجابي بشكل المطلوب .

مشكلة البحث:

إن قدع الأساليب التدريبية، واختلاف، تأثيراتها، يجعلان العدائين بحاجة إلى إعداد بدني يتناسب مع إمكانياتهم وقدراتهم على وفق الفعالية ومتطلباتها، وتتحدد مشكلة البحث أن الانجاز لعدائي فعالية ركض 10000 متر لا يرقى الى المستويات المقبولة، لاحظ الباحثون هبوط لدى تحمل السرعة مما يؤثر

على الانجاز، عليها أصبح من غير الممكن أن تتطور الى من خلال التدريب المنظم على وفق منهجاً تدريبياً من سقاء، لذا ارتأى الباحثون الى وضع برنامجاً تدريبياً على وفق للأسلوب التدريبي التابع Paarlau، للحفاظ على معدل سرعة الخطوة حتى يتمكن كل عداء لزميله اكبر قدر ممكن من فترة الراحة أو الاستشفاء لذلك من الأفضل ترك العدائين الزملاء في نفس الزوج أن يحدوا معدل سرعة خطواتهم مع بعضهم لتجنب التضارب بأوقات الراحة وذلك لان وقت الراحة الذي يحصل عليه العداء يتحدد بالمدة الزمنية يستغرقها الزميل لإتمام دوره لذلك يجب أن لا تكون أوقات راحة إضافية إذ يبدأ العداء بالانطلاق فور تسلمه العصا المعدنية من زميله ويحصل على نتائج عالية تساهم في تطوير المستوى الرقمي لهذه اللعبة.

أهداف البحث:

- 1-إعداد تدريبات لمراقبة معدل القلب القصوى وفق للأسلوب التدريبي التابع Paarlau لتطوير تحمل السرعة والانجاز لعدائي ركض 10000 متر النخبة.
- 2-التعرف على تأثير تدريبات لمراقبة معدل القلب القصوى وفق للأسلوب التدريبي التابع Paarlau لتطوير تحمل السرعة والانجاز لعدائي ركض 10000 متر النخبة.
- 3-التعرف على الفروق بين مجموعتين البحث (الضابطة والتجريبية) في الاختبارات البعدية لتحمل السرعة والانجاز لعدائي ركض 10000 متر النخبة .

فرضيات البحث:

- 1-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) لتطوير تحمل السرعة والانجاز لعدائي ركض 10000 متر النخبة.
- 2-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتين البحث (التجريبية والضابطة) ولصالح المجموعة التجريبية لتطوير تحمل السرعة و الانجاز لعدائي ركض 10000 متر النخبة.

مجالات البحث:

المجال البشري: عدائي النخبة فعالية ركض 10000 متر رجال المسجلين لدى الاتحاد العراقي المركزي لألعاب القوى للموسم الرياضي 2023.

العاب القوى، عصا بريد عدد 6، شواخص عدد 50، ساعات توقيت الكترونية يابانية الصنع عدد (4) شريط قياس، كاميرا فيديو نوع (Sony) ذات تردد (24 صورة) عدد (1)، جهاز حاسوب محمول نوع Dell عدد 1، ميزان طبي الكتروني عدد (1).

2- 7 الاختبارات المستخدمة في البحث:

2- 7- 1 اختبار معدل ضربات القلب القصوى بعد

الجهد (عامر فاخر شغاتي: 2004، ص 60):

الهدف: قياس معدل ضربات القلب القصوى بعد الجهد، وبعد مرور (90) ثانية استخدمها الباحثون لمطابقتها مع متطلبات التدريب والراحة البيئية بين التكرارات.

الأدوات المستخدمة: (6) ساعة توقيت.

وصف الأداء: بعد مرور (90) ثانية تم إجراء عملية قياس معدل ضربات القلب بعد الجهد مباشرة لأفراد عينة البحث، أجريت عملية قياس معدل ضربات القلب لهم وهم في حال استلقاء مدة (10 ثانية $6 \times$)، واخذ جس في منطقة الشريان السباتي في العنق.

التسجيل: إذ تم تسجيل معدلات النبض بعد مرور (90) ثانية لمدة (10 ثانية $6 \times$).

2- 7- 2 اختبار تحمل السرعة ركض 4000 متر

(Novich M. and Taylor B:2012,p83):

الهدف من الاختبار: اختبار تحمل السرعة

الأدوات المستخدمة: ملعب الساحة والميدان، 6 ساعة توقيت.

وصف الأداء: إذ يتم ركض 4000 متر لجميع أفراد عينة لضمان عناصر المنافسة بعد أن يقف العدائين خلف خط البداية وعند سماع الإشارة ينطلق العدائين.

تسجيل: يتم تسجيل الزمن عند وصول كل عداء خط النهاية يسجل الرقم الخاص به في استمارة خاصة بهم .

2- 7- 3 الانجاز ركض 10000 متر (فريال سامي

خليل محمد: 2005، ص 43):

الهدف من الاختبار: اختبار انجاز ركض مسافة 10000 متر.

الأدوات المستخدمة: ملعب الساحة والميدان، (6) ساعات

المجال الزمني: مدة من 2023/2/21 الى 2023/5/3.

المجال المكاني: ملعب المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة في وزارة الشباب والرياضة/محافظة بغداد

2- منهج البحث وجراءته الميدانية:

2- 1 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج التجريبي

بالتصميم التجريبي ذو الاختبار القبلي والبعدى للمجموعتين المتكافئتين (تجريبية وضابطة) لملائمته لطبيعة البحث.

2- 3 مجتمع البحث وعينته: تم تحديد مجتمع البحث

عدائي النخبة فعالية ركض 10000 متر رجال المسجلين لدى الاتحاد العراقي المركزي لألعاب القوى للموسم الرياضي 2023، والبالغ عددهم (12 لاعب)، إذ تم اختيار عينة البحث بأسلوب الحصر الشامل وقسمت العينة الى مجموعتين التجريبية والمجموعة الضابطة ويواقع (6 لاعب) لكل مجموعة

2- 4 تجانس وتكافؤ العينة:

جدول (1) يبين تجانس أفراد عينة البحث

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الطول	متر	170.000	6.093	0.110 -
الوزن	كغم	68.154	6.941	0.365 -
العمر	سنة	28.122	0.823	0.365 -

قيمة معامل الالتواء تنحصر بين $3 \pm$ مما يدل على توزيع المجتمع توزيعاً اعتدالياً.

الجدول (2) يبين نتائج الاختبارات القبلية في الاختبارات معدل القلب القصوى وتحمل السرعة والانجاز ركض 10000 متر النخبة لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية

القرارات البدنية	وحدات القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة t المصوبة	مستوى الدلالة الاحصائية
		ع	س	ع	س		
المعدل القلب القصوى بعد الجهد مرور 90 ثانية	ض/د	178.800	5.165	182.400	3.256	0.567	2.765
تحمل السرعة 4000 متر	دق/ثا	11.551	3.371	12.116	6.367	0.653	2.654
الانجاز 10000 متر	دق/ثا	33.634	4.412	34.572	4.378	0.432	2.587

دال تحت مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 10

2- 5 وسائل جمع المعلومات: (الملاحظة، الاختبارات

والقياسات، المصادر والمراجع العربية والأجنبية).

2- 6 الأجهزة الأدوات المستخدمة في البحث: (ملعب

2- 11 الاختبارات البعدية: تم إجراء الاختبارات البعدية

بتاريخ 2023/5/3 ملعب المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة في وزارة الشباب والرياضة/محافظة بغداد.

2- 9 الوسائل الاحصائية المستخدمة في البحث:

استفاد الباحثون بالحقبة الاحصائية (SPSS) لإيجاد المعالجات الاحصائية المناسبة .

3- عرض وتحليل نتائج الفروق بين مجموعتي البحث

(التجريبية-الضابطة) للمتغيرات قيد البحث:

3- 1 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية في

المتغيرات معدل القلب القصوى وتحمل السرعة

والانجاز ركض 10000 متر النخبة لدى

المجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (3) يبين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في المتغيرات معدل القلب القصوى وتحمل السرعة والانجاز ركض 10000 متر

رجال قيد البحث

المتغيرات البدنية	وحدات القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		ع ف	قيمة t المصوبة	مستوى الخطأ	الدالة الاحصائية
		ع	س	ع	س				
المعدل القلب القصوى بعد الجهد مرور 90 ثانية	ض/د	178.800	2.321	170.001	0.491	0.456	4.578	0.001	دال
تحمل السرعة 4000 متر	دق/ثا	11.551	1.543	11.501	0.548	0.642	5.834	0.002	دال
الانجاز 10000 متر	دق/ثا	33.634	2.459	33.001	0.632	0.653	6.592	0.004	دال

دال تحت مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 5

3- 2 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدية

للمتغيرات معدل القلب القصوى وتحمل السرعة

والانجاز ركض 10000متر ا لنخبة لدى المجموعة

الضابطة وتحليلها ومناقشتها:

توقيت.

وصف الأداء: إذ يتم ركض 10000 متر لجميع أفراد العينة لضمان عناصر المنافسة بعد أن يقف العدائين خلف خط البداية وعند سماع العدائين إيعاز (خذ مكانك) يبدأون بأخذ وضع البداية من الوقوف على خط البداية وينطلق الجميع عند سماع إشارة البدء من الحكم وتبدأ ساعات التوقيت بالعمل في اللحظة نفسها من الانطلاق.

التسجيل: يتم التسجيل زمن الانجاز لكل عداء لحظة وصوله الى خط النهاية .

2- 8 التجربة الاستطلاعية: تم إجراء التجربة الاستطلاعية من قبل الباحثون الموافق 2023/2/21 على (4) عدائين من مجتمع البحث، لتطبيق الاختبارات عليهم، فضلاً عن التعرف على ما يأتي:

1-تم تحديد الصعوبات والمعوقات التي ستظهر خلال أثناء تنفيذ الاختبارات وسيرها.

2-تم التعرف على الوقت المناسب لإجراء الاختبارات وكما يستغرق هذا الإجراء.

3-قابلية أفراد العينة على تنفيذ الاختبارات ومدى ملائمتها لهم.

4-التعرف على الأجهزة والأدوات اللازمة لتنفيذ التجربة والاختبارات.

5-التعرف على التدرجات البدنية على وفق البرنامج التدريبي .

2- 9 الاختبارات القبلية: عمد الباحثون بإجراء الاختبارات

القبلية بتاريخ 2023/2/25 في ملعب المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة في وزارة الشباب والرياضة/محافظة بغداد

2- 10 التجربة الرئيسية: بدأت العينة تنفيذ التدرجات بتاريخ

2023/2/28 لغاية 2023/4/29.

فترة الإعداد الخاص

مدة البرنامج التدريبي: (8) أسابيع.

عدد الوحدات التدريبية الكلية: (24) وحدة تدريبية.

عدد الوحدات التدريبية الأسبوعية: (3) وحدات .

أيام التدريب الأسبوعية: (الأحد، الثلاثاء، الخميس) .

الطريقة التدريبية المستخدمة: التدريب الفكري المرتفع

الشدة التدريبية المستخدمة: (80-90%).

تشكيل فريق من ثلاثة عدائين والقيام بتتابع مستمر لثلاثة عدائين بعد تحديد الزمن أو المسافة، إذ تم تحديد عدد المجموعات توقف على المساحة التدريبية المتاحة (Karp,J:2011.p37)، فضلا عن التأثير الإيجابي للاستخدام والاهتمام، وجدولة أوقات الراحة البدنية، واستعادة الاستشفاء بين التكرارات التي طبقت على عينة الدراسة بحيث يتناسب مع مستوى العدائين والعمر التدريبي لهم (أبو العلا احمد عبد الفتاح: 1999، ص81)، إذ يتميز بناء الجسم الرياضي بالتكيف السريع للأحمال التدريبية عند تعرضه إلى تكرارات في عملية التدريب، وقد احدث استخدام أحمال تدريبية على وفق مؤشر النبض فضلا عن دقة بناء الأحمال من حيث الحجم، والشدة، والراحة البدنية، ونوعية التريبات المستخدمة، تغيرات في أجهزة الجسم الحيوية في أثناء التدريب مما أدى الى ظهور تغيرات حصلت في إنشاء مدة الاستشفاء (أبو العلا احمد عبد الفتاح: 1999، ص79)، فالشدة التي استخدمت كانت عالية، وتراوح من (80-100%) مع الحمل التدريبي الذي استغرق (8) أسابيع، وكانت كافية لإحداث هذه التأثيرات (احمد محمود الخادم: 2009، ص83)، إن استخدام معدل ضربات القلب في التدريب يعد من أهم المؤشرات التي يمكن استخدامها في تقنين مدة الراحة بين التريبات (Frank D, Daviss, J: 2012, P22)، ويرى الباحثان أن معدل نبض القلب يزداد في أثناء الجهد البدني وبعده مما يساعد على معرفة شدة الحمل المستخدم في الوحدة التدريبية، ومعرفة مقدار ما وصل إليه العداء من تكيف وتقدير لمدى تقبل الجسم للمجهود البدني (Wilmer, H: 2011,p43)، وإن التدريب وفق للأسلوب التدريبي التتابع Paarlau المنتظم والمجموعات المتكررة لدى العدائين المستخدمة الخاصة بالحمل السرعة إذ كان لها الدور الفعال في تكيف معدل النبض القصى وقترتها على الاستمرار في الأداء (ريسان خريبط مجيد: 2002، ص107)، ونتيجة استخدام الشدة على وفق معدل النبض والتدرج فيها ولزيادة الأحمال التدريبية والنسب المستخدمة بها وتوزيعها بصورة منظمة وفق للأسلوب التدريبي التتابع Paarlau (Winckler. w. g: 2014. p119)، المبنية على أسس علمية وعلى شكل وحدات تدريبية مما ساعدت على ظهور حاله التكيف خلال مدة

الجدول (4) يبين نتائج الاختبارات القلبية والبعدية للمجموعة الضابطة في المتغيرات معدل القلب القصى وتحمل السرعة والانجاز ركض 10000 متر رجال قيد البحث

المتغيرات البدنية	وحدات القياس	الاختبار القلبي		الاختبار البعدي		ع ف	قيمة t المصوبة	مستوى الخطأ	الدالة الاحصائية
		ع	س	ع	س				
المعدل القلبي القصى بعد الجهد مرور 90 ثانية	ض/د	182.400	0.348	176.213	0.548	0.671	7.345	0.001	دل
تحمل السرعة 4000 متر	دق/ثا	12.116	0.651	11.564	0.654	0.451	5.497	0.000	دل
الانجاز 10000متر	دق / ثا	34.572	0.456	34.046	0.456	0.567	8.649	0.000	دل

دال تحت مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 5

3-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات البعدية في الاختبارات معدل القلب القصى وتحمل السرعة والانجاز ركض 10000 متر النخبة قيد البحث لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية:

الجدول (5) يبين نتائج الاختبارات البعدية في الاختبارات معدل القلب القصى وتحمل السرعة والانجاز ركض 10000 متر رجال قيد البحث لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية

المتغيرات البدنية	وحدات القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ع ف	قيمة t المصوبة	مستوى الخطأ	الدالة الاحصائية
		ع	س	ع	س				
المعدل القلبي القصى بعد الجهد مرور 90 ثانية	ض/د	164.302	0.294	170.103	0.675	0.675	7.563	0.000	دل
تحمل السرعة 4000 متر	دق/ثا	11.452	0.368	11.516	0.562	0.562	4.765	0.000	دل
الانجاز 10000متر	دق/ثا	32.378	0.578	33.439	0.431	0.431	6.458	0.000	دل

دال تحت مستوى دلالة $0.05 \geq$ وتحت درجة حرية 10

3-4 مناقشة النتائج:

تبين جداول الاختبارات القلبية والبعدية لنتائج المتغيرات المبحوثة لعينة البحث وقد أظهرت أن النتائج وجود فروق معنوية في الاختبار البعدي ولصالح المجموعتين، مما يعز وبالباحثون هذه الفروقات المعنوية إلى اثر المنهج التدريبي لمراقبة معدل القلب القصى وفقاً للأسلوب التدريبي التتابع Paarlau الذي أعده الباحثان مراعي متطلبات الزمن وطول الفترة الزمنية ومعدل مسافات الركض المنفذة وسرعتها من خلال ركض أسلوب التتابع Paarlau بذلك يكون جزء هام وأساسي من قبل العدائين وبناء مستوى أعلى لتحقيق نواتج التدريب (جمال صبري فرج: 2018، ص 10)، أن الحالة المثالية للشروع بالعمل بتتابع Paarlau، كان إعداد العدائي زوجي و منها

2-إجراء دراسة مشابهة على فعاليات الركض وعلى عدائين متقدمين في عدو المسافات المتوسطة والطويلة.

المصادر:

[7] عامر فاخر شغاتي؛ تأثير استخدام مدة الاستشفاء بين التكرارات على وفق مؤشر النبض في تنمية تحمل السرعة الخاصة و بعض المؤشرات الفسيولوجية وإنجاز ركض 1500 متر: (أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، 2004).

[8] Novich, M. and Taylor B. Training and Conditions of Athletics. Philadelphia. Tabinger, 2012.

[9] Karp, J: Time for an interval. Athletics Weekly. Aug 18. 2011.

[10] فريد سامي خليل محمد؛ تأثير وسيلتي الاستشفاء في بعض المؤشرات البدنية والوظيفية لعدائي ركض 10000 متر: (رسالة ماجستير، جامعة ديالى، 2005).

[11] أبو العلا احمد عبد الفتاح؛ الاستشفاء لمتسابق جري المسافات المتوسطة و الطويلة: (مركز التنمية الإقليمية، العدد الخامس والعشرون، 1999).

[12] أبو العلا احمد عبد الفتاح؛ الاستشفاء في المجال الرياضي، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 1999).

[13] احمد محمود الخاد؛ التطبيقات العملية للتدريب اللاهوائي والهوائي ونظم إنتاج الطاقة: (القاهرة، نشرة مركز التنمية الإقليمية، العدد 26، 2009).

[14] ريسان خريبط مجيد؛ فسيولوجيا الرياضة: (عمان، دار الشرق للنشر والتوزيع، 2002).

[15] عادل عبد البصير وإيهاب عادل عبد البصير؛ تدريب القوة العضلية التكامل بين النظريات والتطبيق: (الإسكندرية، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، 2004)، ص210.

[16] جمال صبري فرج؛ السرعة والإنجاز الرياضي: (بيروت، دار الكتب العلمية، 2018).

[17] Frank D, Daviss, J: Medicine For Sport, London: Year book medical publishers, 2012. -

[18] Wilmer, H: Training for Sport & Activate the Psychological, Conditioning Process, 2nd Ed., London, Allyn & Bacon Inc, 2011.

[19] Winckler. w. g. sprinting nsaround table new studies in athletics. 2014.

البرنامج التدريبي ولتلافي الحمل الزائد نتيجة الأحمال التدريبية (عادل عبد البصير وإيهاب عادل عبد البصير: 2004، ص210)، إذ تمكن أفراد عينة البحث المجموعة التجريبية بدرجة شدة عالية من دون حدوث هبوط جوهري في مستوى الانجاز.

4- الخاتمة:

من خلال النتائج التي ظهرت توصل الباحثون الاستنتاجات التالية:

1- أظهرت النتائج الى تفوق ملحوظ بين القياس القبلي والبعدي لتدريبات لمراقبة معدل ضربات القلب القصوى وفق للأسلوب التدريبي التتابع Paarlau لتطوير تحمل السرعة لعدائي ركض 10000 متر رجال للمجموعة التجريبية ولصالح القياس البعدي.

2- أظهرت النتائج الى تفوق ملحوظ بين القياس القبلي والبعدي لتدريبات لمراقبة معدل ضربات القلب القصوى وفق للأسلوب التدريبي التتابع Paarlau لتطوير الانجاز لعدائي ركض 10000 متر رجال للمجموعة التجريبية و لصالح القياس البعدي.

في ضوء الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة خرج الباحثون بعدد من التوصيات التالية:

1- ضرورة عناية المدربين بتدريبات لمراقبة ضربات القلب القصوى وفق للأسلوب التدريبي التتابع Paarlau عند تدريب عدائين المسافات الطويلة لأهميتها في تطوير مستوى الإنجاز .

2- ضرورة إجراء اختبارات دورية لتقنين الأحمال التدريبية لما لها من دور فاعل في العملية التدريبية

الملاحق:

الملحق (1) يوضح أنموذج التدريبات المستخدمة

الأسبوع الأول:

الوحدة التدريبية	مفردات التمرين	الشدة %	التكرار	المجماع	الراحة بين	
					التكرارات	المجماع
الأحد	ركض 1000 متر من الوقوف	85	6	2	90ض/د	120ض/د
الثلاثاء	- ركض 2000 متر من الوقوف	85	6	1	120ض/د	150ض/د
الخميس	- 3000متر ركض من الوقوف	85	3	2	150ض/د	180ض/د

المهارات القيادية التدريسية لمدرسي التربية الرياضية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص في وسط

وجنوب العراق

أ.م.د. بثينة حسين علي اوحيد الطائي¹

جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

(¹ Dr.buthaina@uomosul.edu.iq)

المستخلص: هدف البحث الى التعرف أهم المهارات القيادية التدريسية لمدرسي التربية الرياضية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص في وسط وجنوب العراق. وكان المجال البشري من المشرفين الاختصاص في مديريات تربية وسط وجنوب العراق . والمجال الزماني للمدة من 2023/3/15 ولغاية 2023/4/15 . المجال المكاني مديريات الإشراف التربوي في وسط وجنوب العراق . قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته مشكلة البحث وقامت الباحثة: بحصر مجتمع البحث من المشرفين الاختصاص في مديريات تربية وسط وجنوب العراق والبالغ عددهم (180) مشرف اختصاص والموزعين على (10) مديريات في وسط وجنوب العراق إذ قامت الباحثة بأخذ المجتمع ككل وبنسبة (100%) وقد قامت بتوزيع العينة الى (3) عينات العينة الاستطلاعية إذ تم تحديد لها عينة وبلغت (15) مشرف وبنسبة مئوية بلغت (8%) وقد تم أخذها بالطريقة العشوائية وعينة ثبات بلغت أيضا (15) مشرف تم أخذهم بالطريقة العشوائية وبنسبة مئوية بلغت (8%) إما العينة المتبقية بلغت (150) مشرف اختصاص وبنسبة مئوية بلغت (84%) كانت التوصيات العمل على تطوير مهارات الاتصال لدى مدرسي التربية الرياضية يمتلك قدرة كبيرة من فن التواصل مع الطلبة والعمل على توجيه مدرسي التربية الرياضية على أن يسود الدرس الرياضة الفرح والسرور والسعادة مع الطلبة والعمل من قبل مدرسي التربية الرياضية على أشاعه روح التنافس الايجابي بين الطلبة ويساعد مدرسي التربية الرياضية على تحسين القدرة لدى الطلبة على حل المشكلات واتخاذ القرارات لديهم .

الكلمات المفتاحية: المهارات - القيادة - التدريسية - المشرفين .

هدف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:

-أهم المهارات القيادية التدريسية لمدرسي التربية الرياضية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص في وسط وجنوب العراق .

مجالات البحث:

المجال البشري: المشرفين الاختصاص في مديريات تربية وسط وجنوب العراق .

المجال الزمان: للمدة من 2023/3/15 – 2023/4/15 .

المجال المكاني: مديريات الأشراف التربوي في وسط وجنوب العراق .

2- إجراءات البحث الميدانية:

2-1 منهج البحث: قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته مشكلة البحث (محمد عويس: 2003، ص151).

2-2 مجتمع البحث وعينته: قامت الباحثة بحصر مجتمع البحث من المشرفين الاختصاص في مديريات تربية وسط وجنوب العراق والبالغ عددهم (180) مشرف اختصاص والموزعين على (10) مديريات في وسط وجنوب العراق، إذ قامت الباحثة بأخذ المجتمع ككل ونسبة (100%) وبالطريقة العمدية وقد قامت بتوزيع العينة الى (3) عينات العينة الاستطلاعية إذ تم تحديد لها عينة وبلغت (15) مشرف ونسبة مئوية بلغت (8%) وقد تم أخذها بالطريقة العشوائية وعينة ثبات بلغت أيضا (15) مشرف تم أخذهم بالطريقة العشوائية ونسبة مئوية بلغت (8%) أما العينة المتبقية بلغت (150) مشرف اختصاص ونسبة مئوية بلغت (84%) وكما في جدول وشكل (1) .

1- المقدمة:

تعد التربية الرياضية من أهم المجالات في الحياة ومن أهم المجالات التي يتم الاعتماد عليها في تطوير الأجيال وبالأخص للطلبة من أجل تعديل السلوك لديهم وتحسين ميولهم ورغباتهم نحو العمل بالشكل الصحيح الذي يؤدي التي تحسين مستوى قبولهم ولعل أن من أهم الوسائل التي تساعد على تحسين العمل التدريسي لدى مدرسي التربية الرياضية هو الطريقة والأسلوب التي يستخدمها عضو هيئة التدريس والنمط القيادي الذي يكون ممزوج بالأسلوب التدريسي الجيد يعد أهم أسباب نجاح مدرس التربية الرياضية لما ما للأسلوب التدريسي المبني على أسس قيادية صحيحة في تحسين مستوى العملية التدريسية في المدارس المتوسطة والثانوية في بغداد وجنوبه لان القيادة الصحيحة لمدرس التربية الرياضية تعد مصدر مهم للقوة وللثقة من خلال التميز ولذلك فإن علاقة القيادة بالمهارات القيادية وخاصة في العملية التدريسية في المدارس المتوسطة والثانوية لان مدرس التربية الرياضية يعد قائداً وتربوياً في نفس الوقت باعتباره الرأس المفكر الذي يبعث الأمل والحياة في أوساط الطلبة. ولذلك سعت الباحثة في التعرف على تلك المهارات التي يمتلكها مدرس التربية الرياضية ومالها من تأثير مباشر في العملية التعليمية من خلال التماس المباشر مع المشرفين الاختصاص ونورهم في العملية لتطويرية لنجاح المدرس في عمله ومن هنا تكمن أهمية البحث الحالي في التعرف على المهارات التي يمتلكها مدرس التربية الرياضية والتي تكون ممزوجة بالجانب القيادي من وجهة نظر المشرفين الاختصاص في مديريات وررة التربية في وسط وجنوب العراق . وتكمن أهمية البحث الحالي في التعرف على المهارات القيادية التدريسية لمدرسي التربية الرياضية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص في وسط وجنوب العراق .

مشكلة البحث:

حددت الباحثة مشكلة بحثها من خلال السؤال التالي:

-ما هي المهارات القيادية التدريسية التي تؤثر في العملية التدريسي لمدرسي التربية الرياضية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص في وسط وجنوب العراق .

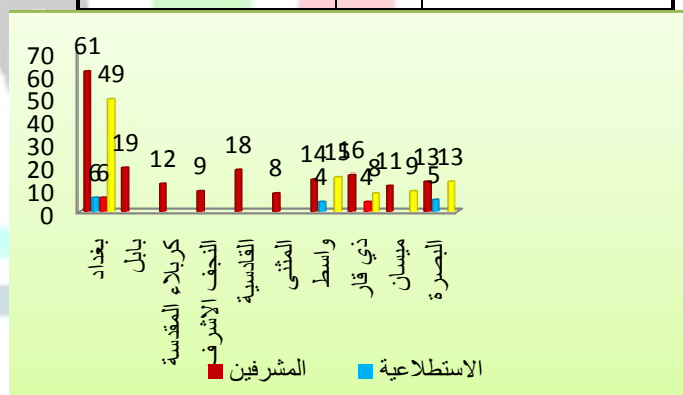
ومن خلال جدول (3) كانت هنالك قد تم رفضها من قبل الخبراء إذ بلغ عدد العبارات المرفوضة (7) عبارات موزعة على المجالات كما في جدول (4)

جدول (4) يبين عدد العبارات المرفوضة في المجالات

ت	عبارات مقياس المهارات القيادية التدريسية	الخبراء (11)	%	القبول/الرفض
ت	تصلح	لا		
الجانب القيادي لمدرس التربية الرياضية				
1	يتعامل مع جميع الطلبة بشكل عادل	10	91%	مقبولة
2	يقوم بحث الطلبة على تطوير جانبهم القيادي بشكل صحيح	9	82%	مقبولة
3	يملك مرونة كبيرة من خلال التعامل مع الطلاب	11	100%	مقبولة
4	لديه القدرة الكبيرة على تحمل جميع المسؤوليات في الصف الدراسي	8	73%	مرفوضة
5	يملك شخصية قوية في إقامة العلاقات الطيبة مع الطلبة	10	91%	مقبولة
6	يملك قدرة كبيرة من فن التواصل مع الطلبة	9	82%	مقبولة
7	يملك القدرة الكبيرة على التأثير على الطلبة بشكل كبير	9	82%	مقبولة
8	يعمل على استخدام وسائل الثواب والعقاب مع الطلبة من أجل تحفيزهم بشكل كبير	7	64%	مرفوضة
الجانب الاجتماعية لمدرس التربية الرياضية				
1	يملك القدرة الكبيرة على التكيف مع الأجواء المحيطة به بشكل كبير	8	73%	مرفوضة
2	يكون أب للطلبة قبل أن يكون استاذ لهم	7	64%	مرفوضة
3	يملك روح القتال بشكل كبير أثناء الدرس	10	91%	مقبولة
4	يعمل مع الطلبة بشكل بوي ويقدم المساعدة لهم حين يتم الاحتياج لها بشكل فوري	10	91%	مقبولة
5	لديه مخية واسعة في كشف المواهب الصحيحة التي يمتلكها الطلبة	9	82%	مقبولة
6	يسود الدرس من خلال مديرة الرياضة الفرح والسرور والسعادة مع الطلبة	9	82%	مقبولة
7	يسمح للطلبة في اعطاء آرائهم بشكل كبير في الدرس	11	100%	مقبولة
الجانب التربوي لمدرس التربية الرياضية				
1	يكون كآب لهم عندما يخطئ الطلبة أثناء الدرس	8	73%	مرفوضة
2	يضيف نوع من الاشواق والحماس للدرس	10	91%	مقبولة
3	يساعد في اشاعة روح التنافس الايجابي بين الطلبة	10	91%	مقبولة
4	يراعي الفروق الفردية بين الطلبة بشكل كبير حسب مستواهم اعقلي والجسمي	11	100%	مقبولة
5	يملك كم هائل من المعلومات النظرية عن مادة درس التربية الرياضية	11	100%	مقبولة
6	يشع امام عين تحقيق الاهداف الخاصة بالدرس وبالمؤسسة التربوية	9	82%	مقبولة
7	يهتم بجانب الوقت بشكل كبير ويقسمه بشكل صحيح على الدرس	10	91%	مقبولة
جانب اتخاذ القرار لمدرس التربية الرياضية				
1	يملك روح معنوية عالية في التعامل مع القرارات	11	100%	مقبولة
2	يقوم بحل المشاكل بشكل فوري وسريع ويعتمد على الحقائق بشكل منظم	10	91%	مقبولة
3	لديه القدرة على ابتكار الاساليب الصحيحة في حل المشكلات الكبيرة بشكل سهل	10	91%	مقبولة
4	يملك نكاه كبير في التعامل مع الامرات التي تقع داخل الدرس	8	73%	مرفوضة
5	يعمل على تحسين القدرة لدى الطلبة على حل المشكلات واتخاذ القرارات لديهم	11	100%	مقبولة
6	يعمل على مشاركة الجميع مع الطلبة اتخاذ القرار بشكل تعاوني	9	82%	مقبولة
7	يملك حس القوة والتعامل مع المشاكل بشكل صحيح ويعيد عن الانانية	2	18%	مرفوضة
8	يقوم بتوزيع الأدوار بين الطلبة من أجل حل المشكلات	11	100%	مقبولة

جدول (1) يبين توزيع مجتمع البحث من المشرفين الاختصاص في وسط وجنوب العراق

ت	المحافظة	المشرفين	الاستطالعية	الثبات	العينة الرئيسية
1	بغداد	11	الكرخ 1	6	49
		12	الكرخ 2		
		10	الكرخ 3		
		12	الرصافة 1		
		11	الرصافة 2		
		5	الرصافة 3		
2	بابل	19	4		15
3	كربلاء المقدسة	12	4		8
4	النجف الاشرف	9			9
5	القادسية	18	5		13
6	المثنى	8			8
7	واسط	14			14
8	ذي قار	16	5		11
9	ميسان	11			11
10	البصرة	13			13
المجموع		180	15	15	150
النسبة المئوية		100%	8%	8%	84%
			100%		



وقد قامت الباحثة بعرض العبارات على الخبراء (11) لمعرفة

قبول ورفض العبارات (30) وكما في جدول (3) .

الجدول (3) يبين صلاحية عبارات مقياس المهارات القيادية التدريسية

ت	المجالات	العبارات
1	الجانب القيادي لمدرس التربية الرياضية	8
2	الجانب الاجتماعية لمدرس التربية الرياضية	7
3	الجانب التربوي لمدرس التربية الرياضية	7
4	جانب اتخاذ القرار لمدرس التربية الرياضية	8
المجموع		30

2-4 الأسس العلمية للاستبانة:

2-4-1 صدق الاستبانة: تم التحقق من صدق الاستبانة

وذلك من خلال عرض الاستبانة على (11) خبير في مجال التخصص الدقيق الإدارة الرياضية من أجل الحصول على الصدق الظاهري وكما في جدول (5) .

جدول (5) يبين صدق الاستبانة عبارات مقياس المهارات القيادية التدريسية

الجانب القيادي لمدرس التربية الرياضية				
4	لدية القدرة الكبيرة على تحمل جميع المسؤولية في الصف الدراسي	8	3	73% مرفوضة
8	يعمل على استخدام وسائل الثواب والعقاب مع الطلبة من أجل تحفيزهم بشكل كبير	7	4	64% مرفوضة
الجانب الاجتماعية لمدرس التربية الرياضية				
1	يملك القدرة الكبيرة على التكيف مع الاجواء المحيطة به بشكل كبير	8	3	73% مرفوضة
2	يكون اب للطلبة قبل ان يكون استاذ لهم	7	4	64% مرفوضة
الجانب التربوي لمدرس التربية الرياضية				
1	يكون كأب لهم عندما يخطئ الطلبة اثناء الدرس	8	3	73% مرفوضة
جانب اتخاذ القرار لمدرس التربية الرياضية				
4	يملك ذكاء كبير في التعامل مع الازمات التي تقع داخل الدرس	8	3	73% مرفوضة
7	يملك حس القوة والتعامل مع المشاكل بشكل صحيح ويعيد عن الانانية	2	9	18% مرفوضة

2-4-2 ثبات الاستبانة: وقد استخدمت الباحثة معادلة

ألفا كرونباخ لحساب ثبات على عينة من (15) من المشرفين الاختصاص الموزعين على منبريات التربية في وسط وجنوب العراق إذ كانت قيمة معامل الثبات للاستبانة ككل (0.81) كما في جدول (6).

الجانب القيادي لمدرس التربية الرياضية	
1	يتعامل مع جميع الطلبة بشكل عادل 91%
2	يقوم بحث الطلبة على تطوير جانبهم القيادي بشكل صحيح 82%
3	يملك مرونة كبيرة من خلال التعامل مع الطلاب 100%
4	يملك شخصية قوية في اقامة العلاقات الطيبة مع الطلبة 91%
5	يملك قدرة كبيرة من فن التواصل مع الطلبة 82%
6	يملك القدرة الكبيرة على التأثير على الطلبة بشكل كبير 82%
الجانب الاجتماعية لمدرس التربية الرياضية	
1	يملك روح التفائل بشكل كبير اثناء الدرس 91%
2	يعمل مع الطلبة بشكل ابوي ويقدم المساعدة لهم حين يتم الاحتياج لها بشكل فوري 91%
3	لدية مخية واسعة في كشف المواهب الصحيحة التي يمتلكها الطلبة 82%
4	يسود الدرس من خلال مدرس الرياضة الفرح والسرور والسعادة مع الطلبة 82%
5	يسمح للطلبة في إعطاء آرائهم بشكل كبير في الدرس 100%
الجانب التربوي لمدرس التربية الرياضية	
1	يضيف نوع من الاشتياق والحماص للدرس 91%
2	يساعد في أشاعه روح التنافس الايجابي بين الطلبة 91%
3	يراعي الفروق الفردية بين الطلبة بشكل كبيرو حسب مستواهم اعقلي والجسمي 100%
4	يملك كم هائل من المعلومات النظرية عن مادة درس التربية الرياضية 100%
5	يشع أمام عين تحقيق الأهداف الخاصة بالدرس وبالمؤسسة التربوية 82%
6	يهتم بجانب الوقت بشكل كبير ويقسمه بشكل صحيح على الدرس 91%
جانب اتخاذ القرار لمدرس التربية الرياضية	
1	يملك روح معنوية عالية في التعامل مع القرارات 100%
2	يقوم بحل المشاكل بشكل فوري وسريع ويعتمد على الحقائق بشكل منظم 91%
3	لدية القدرة على ابتكار الأساليب الصحيحة في حل المشكلات الكبيرة بشكل سهل 91%
4	يعمل على تحسين القدرة لدى الطلبة على حل المشكلات واتخاذ القرارات لديهم 100%
5	يعمل على مشاركة الجميع من الطلبة اتخاذ القرار بشكل تعاوني 82%
6	يقوم بتوزيع الأكوار بين الطلبة من أجل حل المشكلات 100%

جدول (7) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجال (الجانب القيادي لمدرس التربية الرياضية)

ترتيب	تسلسل	العبارات	س-	ع-
1	3	يتعامل مع جميع الطلبة بشكل عادل	4.00	0.32
2	2	يقوم بحث الطلبة على تطوير جانبهم القيادي بشكل صحيح	4.34	0.65
3	5	يمتلك مرونة كبيرة من خلال التعامل مع الطلاب	3.56	1.58
4	4	يمتلك شخصية قوية في إقامة العلاقات الطيبة مع الطلبة	3.98	1.23
5	6	يمتلك قدرة كبيرة من فن التواصل مع الطلبة	3.32	1.79
6	1	يمتلك القدرة الكبيرة على التأثير على الطلبة بشكل كبير	4.65	0.56
المجموع				
			3.975	1.021

من خلال جدول (7) والذي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجال (الجانب القيادي لمدرس التربية الرياضية) إذ كان الوسط الحسابي لجميع العبارات بلغ (3.975) ودرجة انحراف (1.021) وقد حصلت العبارة (6) على الترتيب الأول والتي تنص على (يمتلك القدرة الكبيرة على التأثير على الطلبة بشكل كبير) بوسط حسابي يبلغ (4.65) ودرجة انحراف بلغت (0.56) إذ أن القدرة التي يمتلكها مدرس التربية الرياضية لها تأثير كبير على سلوكيات الطلبة فمن خلال تلك السلوكيات يمكن أن تؤثر بشكل كبير عليهم مما يؤدي الى اتخاذ الطلبة سلوكيات مشابه لتلك السلوكيات للمدرس التربية الرياضية (إيمان الرمح: 2006، ص 76)، وقد حصلت العبارة (5) على الترتيب (6) والتي تنص على (يمتلك قدرة كبيرة من فن التواصل مع الطلبة) على بوسط حسابي وقره (3.32) وانحراف معياري (1.79) إذ أن التواصل من أهم الأساليب القيادية التي تساعد بشكل كبير على نقل الأفكار التصورات الى الطلبة ولهذا فان المدرسين لا يمتلكون فنون التواصل الحديثة ويكون اعتمادهم فقط على الطريقة التقليدية المحاضرة إذ يعد العلماء ن سبب نجاح الاتصال والتواصل هو الأهم في عملية نجاح المؤسسة ولأي مؤسسة بشكل كبير ولهذا جاء هذا العبارة بمستوى اقل لان المدرسين يفتقرون لتلك الفنون المهمة .

جدول (6) يبين قيم معامل الثبات من خلال معادلة الفاكرونباخ لمقياس المهارات القيادية التدريسية

ت	المجالات	الفكرونباخ
1	الجانب القيادي لمدرس التربية الرياضية	0.77
2	الجانب الاجتماعية لمدرس التربية الرياضية	0.80
3	الجانب التربوي لمدرس التربية الرياضية	0.76
4	جانب اتخاذ القرار لمدرس التربية الرياضية	0.78
المجموع		0.77

2-5 التجربة الاستطلاعية: قامت الباحثة بالتجربة

الاستطلاعية من خلال تطبيق المقياس على عينة عشوائية تبلغ (15) مشرف وينسبة مئوية بلغت (8%) ومن مديريات مختلفة لغرض معرفة وضوح العبارات المقياس بالشكل الصحيح والمعوقات التي من الممكن أن تواجه الباحثة في تطبيق بحثه .

2-6 تجربة المقياس النهائية: قامت الباحثة تجربة

المقياس النهائية على عينة تبلغ (150) مشرف اختصاص موزعين على المديريات المختلفة في وسط وجنوب العراق في يوم 2021/10/5 وبعد ذلك تم استرجاع الاستبانات وقد حصلت الباحثة على (130) استبانة صالحة وخاضعة للتحليل الإحصائي بعد استبعاد (20) استبانة غير صالحة .

2-7 الوسائل الإحصائية: تم استخدام الحقيبة الإحصائية

Spss من قبل الباحثة لمعالجة البيانات .

3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث: تم التحقق من

هدف البحث (أهم المهارات القيادية التدريسية لمدرسي التربية الرياضية من وجهة نظر المشرفين الاختصاص في وسط وجنوب العراق) . عملت الباحثة على استخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية من خلال استجابات العينة من مشرفي الاختصاص البالغ عددهم (130) مشرف اختصاص وكما في جدول (7) .

جدول (9) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجال (الجانب التربوي لمدرس التربية الرياضية)

ترتيب	تسلسل	العبارات	س-	ع±
1	3	يضيف نوع من الاشتياق والحماس للدرس	3.96	0.89
2	6	يساعد في أشاعه روح التنافس الايجابي بين الطلبة	3.00	1.66
3	4	يراعي الفروق الفردية بين الطلبة بشكل كبيرو حسب مستواهم العقلي والجسمي	3.67	1.02
4	1	يمتلك كم هائل من المعلومات النظرية عن مادة درس التربية الرياضية	4.54	0.33
5	5	يضع إمام عين تحقيق الأهداف الخاصة بالدرس وبالمؤسسة التربوية	3.32	1.43
6	2	يهتم بجانب الوقت بشكل كبير ويقسمه بشكل صحيح على الدرس	4.23	0.67
المجموع			3.78	1.055

من خلال جدول (9) والذي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجال (الجانب التربوي لمدرس التربية الرياضية) إذ كان الوسط الحسابي لجميع العبارات بلغ (3.78) ودرجة انحراف (1.055) وقد حصلت العبارة (4) على الترتيب الأول والتي تنص على (يمتلك كم هائل من المعلومات النظرية عن مادة درس التربية الرياضية) بوسط حسابي يبلغ (4.54) ودرجة انحراف بلغت (0.33) إذ أن مدرسي التربية الرياضية يمتلكون كم هائل من المعلومات النظرية عن مادة درس التربية الرياضية في تخصصهم وهذا الشيء يساعد عضو هيئة التدريس على اختيار المعلومات المهمة في عملية التدريس وكذلك يساعد على تقوية الأواصر بينهم بشكل كبير .

وقد حصلت العبارة (6) على الترتيب (2) والتي تنص على (يهتم بجانب الوقت بشكل كبير ويقسمه بشكل صحيح على الدرس) على بوسط حسابي وقره (4.23) وانحراف معياري (0.67) إذ أن مدرسي التربية الرياضية لا يعملون على تنظيم الوقت بالشكل الصحيح إذ أنهم يعتمدون فقط على الشيء التقديري في تنظيم الوقت ولهذا كانت إجابات المشرفين

جدول (8) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجال (الجانب الاجتماعية لمدرس التربية الرياضية)

ترتيب	تسلسل	العبارات	س-	ع-
1	3	يمتلك روح التفاؤل بشكل كبير أثناء الدرس	4.34	1.13
2	4	يعمل مع الطلبة بشكل ابوي ويقدم المساعدة لهم حين يتم الاحتياج لها بشكل فوري	3.87	1.34
3	1	لدية تخيل واسعة في كشف المواهب الصحيحة التي يمتلكها الطلبة	4.96	0.86
4	5	يسود الدرس من خلال مدرس الرياضة الفرح والسرور والسعادة مع الطلبة	3.12	1.65
5	2	يسمح للطلبة في إعطاء آرائهم بشكل كبير في الدرس	4.76	0.99
المجموع			4.21	1.194

من خلال جدول (8) والذي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجال (الجانب الاجتماعية لمدرس التربية الرياضية) إذ كان الوسط الحسابي لجميع العبارات بلغ (4.21) ودرجة انحراف (1.194) وقد حصلت العبارة (3) على الترتيب الأول والتي تنص على (لدية تخيل واسعة في كشف المواهب الصحيحة التي يمتلكها الطلبة) بوسط حسابي يبلغ (4.96) ودرجة انحراف بلغت (0.86) إذ أن مدرسي التربية الرياضية لديهم القدرة وخيال واسع في عملية الكشف على المواهب الرياضية بين الطلبة من خلال اكتشافهم ومن خلال الدرس وعملهم أثناء الدرس (ثامر حسين كحط العبدلي: 2016).

وقد حصلت العبارة (5) على الترتيب (2) والتي تنص على (يسمح للطلبة في إعطاء آرائهم بشكل كبير في الدرس) على بوسط حسابي وقره (4.76) وانحراف معياري (1.194) إذ أن مدرسي التربية الرياضية من خلال هذه العبارة يسمحون للطلبة من اخذ آرائهم في التعرف على آرائهم بشكل صحيح في بعض الأمور التي يحتاجها الدرس وهنا تمثل القيادة الدكتاتورية لمدرس التربية الرياضية ولهذا كانت الإجابات منخفضة بشكل كبير .

على الطلبة بشكل كبير .

2-يعمل مدرسي التربية الرياضية على حل الطلبة على تطوير

جانبيهم القيادي بشكل صحيح .

3-يمتلك مدرسي التربية الرياضية تخيل واسع في كشف

المواهب الصحيحة التي يمتلكها الطلبة .

4-يمتلك مدرس التربية الرياضية معلومات كبيرة من المادة

النظرية عن تخصصه بشكل كبير .

5-يعمل مدرس التربية الرياضية على مشاركة الجميع من

الطلبة اتخاذ القرار بشكل تعاوني

في ضوء النتائج والاستنتاجات التي توصلت إليها الباحثة من

خلال دراستها الحالية توصي بالتالي:

1-العمل على تطوير مهارات الاتصال لدى مدرسي التربية

الرياضية يمتلك قدرة كبيرة من فن التواصل مع الطلبة.

2-العمل على توجيه مدرسي التربية الرياضية على أن يسود

الدرس الرياضة الفرح والسرور والسعادة مع الطلبة.

3-العمل من قبل مدرسي التربية الرياضية على أشاعه روح

التنافس الايجابي بين الطلبة.

4-يساعد مدرسي التربية الرياضية على تحسين القدرة لدى

الطلبة على حل المشكلات واتخاذ القرارات لديهم.

المصادر:

[1] إيمان الرمح؛ قسم أبحاث التربية والإدارة المدرسية، الإلتقاء بمستوى المهني

للتدريس: (2006).

[2] ثامر حسين كحط العبدلي؛ تقويم مهارات التدريس الجامعي من وجهة نظر

تربيسي مادتي كرة (السلة، القدم) بحسب المؤهل الأكاديمي والمادة الدراسية

والخبرة التدريسية: (أطروحة دكتوراه، جامعة القادسية/ كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة، 2016)

[3] جودت عزت عطوي؛ الإدارة المدرسية الحديثة مفاهيمها النظرية وتطبيقاتها

العلمية، ط1: (عمان، دار الثقافة للنشر والتوزيع، 2004).

[4] محمد عويس؛ البحث العلمي في الخدمة الاجتماعية (الدراسة والتشخيص في

بحوث الممارسة)، ط3: (القاهرة، دار النهضة العربية، 2000).

المتخصصين كانت ضعيفة على هذا العبارة (جودت عزت

عطوي: 2004، ص 76).

جدول (10) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمجال (جانبي

اتخاذ القرار لمدرس التربية الرياضية)

ترتيب	تسلسل	العبارات	س-	ع-
1	3	يمتلك روح معنوية عالية في التعامل مع القرارات	3.55	1.01
2	4	يقوم بحل المشاكل بشكل فوري وسريع ويعتمد على الحقائق بشكل منظم	3.32	1.33
3	2	لدية القدرة على ابتكار الأساليب الصحيحة في حل المشكلات الكبيرة بشكل سهل	3.76	0.99
4	6	يعمل على تحسين القدرة لدى الطلبة على حل المشكلات واتخاذ القرارات لديهم	2.95	1.90
5	1	يعمل على مشاركة الجميع من الطلبة اتخاذ القرار بشكل تعاوني	3.98	0.87
6	5	يقوم بتوزيع الأوزان بين الطلبة من أجل حل المشكلات	3.12	1.76
المجموع			3.44	1.081

من خلال جدول (10) والذي يبين الأوساط الحسابية

والانحرافات المعيارية لمجال (جانبي اتخاذ القرار لمدرس التربية

الرياضية) إذ كان الوسط الحسابي لجميع العبارات بلغ (3.44)

وبدرجة انحراف (1.081) وقد حصلت العبارة (5) على الترتيب

الأول والتي تنص على (يعمل على مشاركة الجميع من الطلبة

اتخاذ القرار بشكل تعاوني) بوسط حسابي يبلغ (3.98) وبدرجة

انحراف بلغت (1.76) إذ أن مدرسي التربية الرياضية يعملون

على مشاركة الجميع من الطلبة في عملية المشاركة في فعالية

القرار من أجل تحفيزهم وأعطاهم أهمية لهم ولدورهم بشكل

صحيح بالدرس ومن هنا يتم تنمية الدور لهم بشكل صحيح .

وقد حصلت العبارة (4) على الترتيب (2) والتي تنص على

(يعمل على تحسين القدرة لدى الطلبة على حل المشكلات

واتخاذ القرارات لديهم) على بوسط حسابي وقدره (2.95)

وانحراف معياري (1.90) إذ أن مدرسي التربية الرياضية لا

يعملون على مساعدة الطلبة في حل المشكلات بل يقومون فقط

بالتفرد عليهم وجعلهم هم من يقومون بحل تلك المشكلات لهذا

فان الاستجابات منخفضة من قبل المشرفين الاختصاص لهذه

العبارة

4- الخاتمة:

في ضوء نتائج الدراسة التي أجرتها الباحثة واستكمالاً لما قام به

من إجراءات علمية في ذلك توصل الى الاستنتاجات التالية:

1-يمتلك مدرسي التربية الرياضية القدرة الكبيرة على التأثير

الملاحق:

الملحق (1) أسماء الخبراء الذين عرض عليهم مقياس البحث

ت	الاسم	اللقب	التخصص	مكان العمل
1	سلام حنتوش رشيد	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة المستنصرية-كلية التربية الأساسية
2	عثمان محمود شحادة	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة ديالى-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	محسن علي نصيف	أ.د.	الإدارة الرياضية	جامعة بغداد-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	ساجت مجيد جعفر	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة القادسية-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	ثامر حماد رجه	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة بغداد-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	شاهين رمزي رفيق	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة كركوك-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	سندس موسى جواد	أ.م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة بغداد-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ للبنات
9	نعيمه زيدان خلف	أ.م.د.	الاختبار والقياس	جامعة بغداد-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ للبنات
10	حردان عزيز سلمان	أ.م.د.	قياس وتقويم	الجامعة المستنصرية-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	عمر نوري عباس	م.د.	الإدارة الرياضية	جامعة المستنصرية-كلية التربية الأساسية

توافر			الجانب القيادي
درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	
			1 يتعامل مع جميع الطلبة بشكل عادل
			2 يقوم بحث الطلبة على تطوير جانبهم القيادي بشكل صحيح
			3 يمتلك مرونة كبيرة من خلال التعامل مع الطلاب
			4 يمتلك شخصية قوية في اقامة العلاقات الطيبة مع الطلبة
			5 يمتلك قدرة كبيرة من فن التواصل مع الطلبة
			6 يمتلك القدرة الكبيرة على التأثير على الطلبة بشكل كبير
			الجانب الاجتماعية
			1 يمتلك روح النقائل بشكل كبير اثناء الدرس
			2 يعمل مع الطلبة بشكل لبي ويقدم المساعدة لهم حين يتم الاحتياج لها بشكل
			3 لديه تخيل واسع في كشف المواهب الصحيحة التي يمتلكها الطلبة
			4 يسود الدرس من خلال مدرس الرياضة الفرح والسرور والسعادة مع الطلبة
			5 يسمح للطلبة في اعطاء آرائهم بشكل كبير في الدرس
			الجانب التربوي
			1 يضيف نوع من الاشتياق والحماس للدرس
			2 يساعد في اشاعه روح التنافس الايجابي بين الطلبة
			3 يراعي الفروق الفردية بين الطلبة بشكل كبيرو حسب مستواهم اعقلي
			4 يمتلك كم هائل من المعلومات النظرية عن مادة درس التربية الرياضية
			5 يضع امام عين تحقيق الاهداف الخاصة بالدرس وبالمؤسسة التربوية
			6 يهتم بجانب الوقت بشكل كبير ويقسمه بشكل صحيح على الدرس
			جانب اتخاذ القرار
			1 يمتلك روح معنوية عالية في التعامل مع القرارات
			2 يقوم بحل المشاكل بشكل فوري وسريع ويعتمد على الحقائق بشكل منظم
			3 لديه القدرة على ابتكار الاساليب الصحيحة في حل المشكلات الكبيرة بشكل سهل
			4 يعمل على تحسين القدرة لدى الطلبة على حل المشكلات واتخاذ القرارات لديهم
			5 يعمل على مشاركة الجميع من الطلبة اتخاذ القرار بشكل تعاوني
			6 يقوم بتوزيع الأنوار بين الطلبة من اجل حل المشكلات

الصمود النفسي وعلاقته بدافعية الانجاز بين رماة القوس والسهم فئة الناشئات بأعمار (14-15) سنة

م.د. أفراح عبد القادر عباس¹

جامعة القادسية/كلية التربية للبنات¹

(¹ Afrah abdelqader@qu.edu.iq)

المستخلص: ما وصل إليه علم النفس الرياضي بالوصول إلى الانجاز وضمن متطلبات عوامل علم النفس ومنه الصمود النفسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى أفراد العينة من لاعبات رماة القوس والسهم للناشئات، إذ هدفت هذه الدراسة الصمود النفسي وعلاقته بأبعاد الدافعية للانجاز للرماة بالقوس والسهم، وكذلك إمكانية التنبؤ وعلاقته بالصمود النفسي من خل الأبعاد الدافعية لانجاز رماة القوس والسهم من الناشئات، إذ تكونت العينة لهذه الفعالية من (35) ناشئة من رماة القوس والسهم مراكز محافظة بغداد لهذه الفعالية من الإناث الناشئات بأعمار (13-15) سنة، وقد تم استخدام مقياس الصمود النفسي ومقياس الدافعية للانجاز (إعداد: الباحثة) أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة إحصائياً ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي (الدرجة الكلية والأبعاد) والدافعية للانجاز لأفراد عينة البحث من ناشئات القوس والسهم. وقد أوضحت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أنه يمكن التنبؤ بالصمود النفسي من خلال أبعاد الدافعية للانجاز وفق مفردات للمقياس (المتابعة، السعي نحو التفوق، الطموح) لأفراد عينة البحث. ومن ذلك استنتجت الباحثة أن الصمود النفسي له علاقة بدافعية الانجاز لأفراد العينة ومواجهة الضغوط النفسية وكذلك أوصت الباحثة إعداد برامج لتنمية الصمود النفسي لأفراد العينة وإعداد ندوات لرماة القوس والسهم من قبل إدارات الأندية والمراكز لتشجيع اللعبة.

الكلمات المفتاحية: الصمود النفسي - دافعية الانجاز - القوس والسهم.

I . S . S . J

1- المقدمة:

إن ما وصلت إليه الرياضة من تطور ورقي وخاصة في كل مجالات الحياة وحققت الرياضة من دور فعال في الانجازات الرياضية وما يلعبه علم النفس الرياضي من دور مؤثر في الوصول للانجاز ولاسيما الصمود النفسي لعلم النفس الرياضي ودوره في فعالية القوس والسهم للناشئات لمحافظة بغداد ومن ذلك ما تشهده حياتنا المعاصرة الجديدة أنماطاً كثيرة من أبواب التطور الجديد والسريع والمتلاحق في مسيرة الحياة مختلفة، فضلاً عما تواجهه الأمم والشعوب والبلدان من محن وأزمات متنوعة وكبيرة، وعلى الرغم من هذا التغير الجديد والسريع وتعرض الأفراد للكثير من المحن والمشاكل والأزمات والضغوط النفسية، إلا أن هنا كأفراد عديدين ينهضون من هذه المحن بقوة وعزيمة وصمود جديد، وهذا ما أن تبهت إليه الباحثة مما دفعها إلى مدى علاقة الصمود النفسي بدافعية الانجاز. لذلك وللحاجة الملحة بدأت دراسة الصمود النفسي عن طريق الانتباه إلى أطفال أو شباب أو الناشئة الذين تعرضوا لمحن أو صعاب ونكبات ترتبط في الأغلب بنواتج سلبية، كالتهرب أو التعثر أو الفشل في التعليم أو الجرح أو مظاهر العداء الاجتماعي، أو الاضطراب النفسي، ولكنهم على الرغم مما تعرضوا له حققوا النجاح والتكامل على المستوى الشخصي والاجتماعي والرياضي، وقد مرت دراسة الصمود النفسي بثلاث موجات، الموجة الأولى استكشافية تجيب عن التساؤل ما العوامل أو الخصائص الذاتية والبيئية التي ترتبط بالصمود ونتج عن هذه المرحلة مادة علمية غزيرة خاصة بالعوامل الشخصية والأسرية والاجتماعية والثقافية أما الموجة الثانية فتجيب عن التساؤل كيف تعمل المتغيرات والعوامل الداخلية والخارجية السلبية والإيجابية مما يؤدي إلى استعادة التوازن وتحقيق التوافق أو إلى الانكسار وفقد أن التوازن. كما تركز الموجة الثالثة على توظيف نواتج الموجتين السابقتين في تنمية الصمود النفسي. لذلك تُعد هذه الدراسة في حدود اطلاع الباحثة من الدراسات القلائل التي تناولت الصمود النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى رماة القوس والسهم من الناشئات وأيضاً تنتمي هذه الدراسة إلى علم النفس الإيجابي، الذي يعزز قدرات الفرد على مواجهة الضغوط

والأزمات، والسعي نحو التفوق وبذل مزيد من الجهد والمثابرة في أداء أي عمل ما، مما يؤدي إلى شعوره بالمزيد من الإنجاز وفق دافعية العمل. ولذلك أهمية الفئة التي تناولتها الدراسة الحالية وهي أفراد من عينة رماة القوس والسهم من الناشئات وخاصة أنها فئة لم تحظ باهتمام كافٍ من الباحثين، ومحاولة فهم سيكولوجية هؤلاء الرماة وحاجاتهم، والتعرف على نقاط الضعف والقوة، فهم فئة بحاجة إلى أن نتفهم مظاهر الشخصية لديهم، نتيجة لما يواجهوه من ضغوط المنافسة وتغيرات تؤثر في توافقهم النفسي والاجتماعي.

مشكلة البحث

أن ناشئات القوس والسهم بمختلف الأعمار لهذه الفعالية شكل لكثير من بعض المعوقات الخاصة للظروف النفسية لديهم والمشكلات، تؤثر في الانجاز والدافعية لديهم، إذ يمر هؤلاء الرماة بالعديد من المشاعر المختلطة خاصة في السباقات الدورية من البطولات الرسمية وشبه الرسمية، إذ إنهم يواجهون فيها العديد من العقبات والصعوبات والمشاكل ولاسيما عند الصمود النفسي لديهم وعلاقته بدافعية الانجاز وذلك عند التعرض للمحن والصعوبات، واكتسابهم القدرة على المواجهة الايجابية لتلك الأزمات، والتحلي بالإرادة والمثابرة للحصول على إنجاز عند المسابقات والشعور بالاستقرار والسلامة النفسية لديهم، والتي تضمنت الصمود النفسي لأفراد العينة المكونة من (35) ناشئة من مراكز القوس والسهم في محافظة بغداد. إذ يقع على ذلك المهتمين عبء توفير أساليب الرعاية والوقاية لجميع الرماة بصفة عامة، إلا أن هذا لا يمنع من وجود بعض الضغوط والمعوقات التي تحول دون قيام الرماة بدوافع العمل للحصول على الانجاز. إذ المزيد من الدراسات للتعرف على طبيعته وتحديد المكونات وما علاقته ببعض المتغيرات الأخرى وخاصة في المجال الرياضي وتحقيق الانجاز العالي لأفراد العينة وأن من ذلك يتضح أن هذه المتغيرات لدى هذه الفئة من رماة القوس والسهم من الناشئات من المتطلبات أنفة الذكر عززت مشكلة الدراسة لمعالجة إجراءات البحث، وفي ضوء ما سبق، يمكن تحديد مشكلة الدراسة في الإجابة عن السؤال لمعالجة المشكلة وإجراءاتها الميدانية -هل توجد علاقة بين الصمود النفسي والدافعية للإنجاز" الأبعاد

التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الدافعية للإنجاز المستخدم في الدراسة الحالية.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

2- 1 منهج البحث: تتبع الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي بأسلوب العلاقات الارتباطية .

2- 2 مجتمع البحث وعينه: تكونت عينة الدراسة من (35) ناشئة من رماة القوس والسهم لمراكز محافظة بغداد بالقوس والسهم من الناشئات، تم اختيارهم بطريقة العينة العرضية وهي العينة التي يأتي أفرادها عرضاً أي دون ترتيب سابق ويختار الباحث أفرادها لأن هذا ما توافر له (3: 130).

2- 4 وسائل جمع المعلومات: (المصادر العربية والأجنبية، شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)، استمارة تسجيل

2- 4- 1 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث: (مقياس الصمود النفسي، مقياس الدافعية).

2- 5 التجربة الاستطلاعية: قامت الباحثة بإجراء تجربتها الاستطلاعية على (5) ناشئات لهن نفس خصائص العينة الأساسية بتاريخ 2022/12/17 لغرض تحقق من سلامة إجراءات البحث وزمن الأداء وكفاءة فريق العمل المساعد وذلك لأجل صياغة العبارات ومناسبتها للمحاور ضمن العينة من المفحوصين والذين ينطبق عليهم المقياس.

2- 6 مقياس الصمود النفسي: وذلك لإعادة صياغة عباراته على الرغم من أن المكتبة النفسية تزخر بالعديد من المقاييس النفسية إلا أن نصيب المقاييس التي تهتم بالصمود النفسي قليلة بصفة عامة، لدى الممارسين لفعالية القوس والسهم بصفة خاصة، ومن الملاحظ أيضاً أن بعض هذه المقاييس قد أُجريت على عينات متباينة منها (المراهقين ضد عاف السمع، طلاب الجامعة، طلاب الجامعة المتفوقين، النساء الأرامل)، ولم يكن رماة القوس والسهم من الناشئات محل اهتمامها، لذلك سعت الباحثة إلى إعداد هذا المقياس من أجل تحقيق أهداف الدراسة الحالية.

2- 6- 1 مقياس الصمود النفسي:

1- إذ إن الهدف من المقياس هو التعرف على مدى قدرة الفرد

والدرجة الكلية " لدى عينة البحث؟ وهل يمكن التنبؤ بالصمود النفسي من خلال الإنجاز على أبعاد الدافعية للإنجاز، لدى أفراد عينة البحث ؟

هدف البحث

1- التعرف على الصمود النفسي بدافعية الإنجاز من خلال درجات أفراد العينة.

2- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والدافعية للإنجاز لدى أفراد العينة.

فروض البحث

1- توجد علاقة إحصائية ذات دلالة معنوية بين الصمود النفسي والدافعية للإنجاز لدى أفراد العينة بالدرجة الكلية والأبعاد.

2- التنبؤ بالصمود النفسي من خلال علاقة الارتباط بدافعية الإنجاز لدى أفراد العينة.

مجالات البحث

المجال البشري: لاعبات من رماة القوس والسهم للناشئات مراكز محافظة بغداد في هذه اللعبة.

المجال الزمني: للفترة من 2022/12/15 ولغاية 2023/2/15

المجال المكاني: ملاعب القوس والسهم محافظة بغداد حدائق منزله للوراء .

تحديد المصطلحات:

-الصمود النفسي: ويمكن تعريف الصمود النفسي بأنها لقدرة على تجاوز المحنة في وقت سريع، ولكن التعريف الأكثر دقة قد انبثق من أعمال كل من (جاميزيورتر) الذين عرفوا الصمود " بالقدرة على تخطي المثير أن الضاغطة وتجنب اثنين أو أكثر من العواقب الحياتية الشاقة التي يستسلم لها معظم الأفراد. والأشخاص الصامدون ليسوا محصنين ضد الضغوط، فهم يشعرون بالمشقة أيضاً خلال وبعد التعرض للأحداث الضاغطة، ولكنهم يتأثرون بشكل مؤقت بهذه الخبرات (1: 1).

الدافعية: وتعرف الدافعية للإنجاز بأنها " رغبة الفرد للوصول إلى أعلى الدرجات العلمية وذلك عن طريق استغلال الكل المصادر العلمية لتحقيق أهدافه الدراسية، والسعي الدائم للتفوق، وإصراره الشديد على النجاح ومواصلة العمل مهما اعترضه من عقبات و صعوبات " (2: 16) ويؤيد عده إجراءات بالدرجة الكلية

أبعاد الإيجابية النفسية	الارباعي الأعلى 27% ن=54		الارباعي الأدنى 27% ن=54		قيمة (ت)
	ع	م	ع	م	
المواجهة الإيجابية	37,07	1,56	27,59	3,84	16,7**
الكفاءة الشخصية والاجتماعية	44,79	0,87	34,07	3,46	21,05**
المساندة الاجتماعية	40,51	1,45	30,90	3,54	18,43**
الحكمة	35,37	1,06	24,92	2,86	25,13**
الكلية لمقياس الصمود النفسي	157,74	2,81	117,48	7,36	37,51**

يتضح من جدول (1) أنقيم (ت) لأبعاد مقياس الصمود النفسي والدرجة الكلية دالة عند مستوى (0,01) مما يعطي مؤشراً على صدق المقياس وقرته على التمييز بين المستويات القوية والضعيفة على مقياس الصمود النفسي.

ثانياً حساب ثبات درجات المقياس: تم حساب ثبات درجات المقياس عن طريق التجزئة النصفية باستخدام معامل سبيرمان برون، ومعاملج تمان، وألفاكرونباخ. ويوضح جدول (2) قيم معاملات ثبات مقياس الصمود النفسي باستخدام معاملات سبيرمان براون، وجتمان، وألفاكرونباخ.

الجدول (2) يبين قيم معاملات ثبات درجات مقياس الصمود النفسي باستخدام التجزئة النصفية بمعاملات ارتباط سبيرمان براون، جتمان، ألفاكرونباخ.

الدرجة الكلية أبعاد المقياس	قيم (ر)
المواجهة الإيجابية	0,86**
الكفاءة الشخصية والاجتماعية	0,88**
المساندة الاجتماعية	0,80**
الحكمة	0,90**

يتضح من جدول (2) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على البعد والدرجة الكلية على مقياس الصمود النفسي دالة إحصائياً عند مستوى 0.01؛ مما يشير إلى أنه كان اتساقاً بين درجة المفحوصين على البعد والدرجة الكلية على مقياس الصمود النفسي.

ثانياً : مقياس الصمود النفسي: يتكون المقياس في صورته النهائية من (54) بنداً تدرج تحت أربعة عوامل أسفر عنها التحليل العاملي وهي: لمواجهة الإيجابية، الكفاءة الشخصية والاجتماعية، المساندة الاجتماعية، الحكمة، وقد قامت الباحثة بوضع ثلاث استجابات أمام كل عبارة وهي "أوافق، أحياناً، لا أوافق"، إذ تعطي الاستجابة "أوافق" ثلاث درجات، والاستجابة "أحياناً" تعطي درجتين، والاستجابة "لا أوافق" تعطي درجة

على مواجهة المحن والأزمات والتكيف الإيجابي معها، ومحاولة الفرد لاكتساب القدرات التي تمكنه من الإتقان وبذل الجهد، وذلك عن طريق إدراكه بوجود أفراد يمكن الاعتماد عليهم في حياته الشخصية والرياضية والعملية، وقرته على إدارة انفعالاتهم و السيطرة عليها أثناء تعرضه للأزمات.

2-الاطلاع على التراث النفسي العربي والأجنبي في موضوع الصمود النفسي، وذلك لتحديد مفهوم إجرائي للصمود النفسي، وكذلك تحديد مكونات الصمود النفسي.

3-الاستفادة من المقاييس التي أعدت في هذا المجال ومنها مقياس (Jowkar, 2010) - ومقياس (Nishi, 2010) ، ومقياس (Smith, 2008) ومقياس إيمان السرميني (2015) ومقياس شيماء عزت (2016) . وفي ضوء ما سبق استطاعت الباحثة تحديد مفهوم الصمود النفسي ومكوناته، وصياغة مجموعة من العبارات صياغة إجرائية.

4-الكفاءة السيكمترية لمقياس الصمود النفسي.

أولاً: كيفية حساب صدق المقياس:

-صدق المحكمين للمقياس: عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس، ينظر الملحق (1)، وذلك للإدلاء بأرائهم حول صياغة العبارات ومدى مناسبتها للمحور الذي تنتمي إليه، وكذلك للمفحوصين الذين سيُطبق عليهم المقياس، وكان من نتيجة التحكيم حذف العبارات المكررة، وتعدّي لصياغة بعض العبارات.

بعد التوصل للصورة الأولية للمقياس قامت الباحثة بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية لإجراء معاملات الصدق والثبات لأدوات الدراسة الحالية، وقد تكونت العينة الاستطلاعية من (5) ناشئات من خارج العينة ومن أفراد العينة لهم نفس خصائص العينة الأساسية.

-صدق المقارنة الطرفية: تم حساب قيم (ت) بين متوسطي درجات المفحوصين في الإربعي الأعلى (27%) والإربعي الأدنى (27%) ويوضح جدول (2) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المفحوصين الواقعين في الإربعي الأعلى والأدنى على مقياس الصمود النفسي.

جدول (1) يبين دلالة الفروق بين متوسطي درجات المفحوصين الواقعين في الإربعي الأعلى والأدنى على مقياس الصمود النفسي

الناشئات لم تكن متوفرة، مما دفع الباحثة لإعداد مقياس الدافعية الإنجاز يتناسب مع عينة الدراسة.

-الاطلاع على الأطر النظرية العربية والأجنبية في موضوع دافعية الإنجاز، وذلك لتحديد مفهوم إجرائي للدافعية الإنجاز، وكذلك تحديد مكوناته.

-الاستفادة من المقاييس التي أُعدت في هذا المجال ومنها مقياس يوسف عيد، 2015 فاروق عبد الفتاح، 1987 وفي ضوء ما سبق استطاعت الباحثة تحديد مفهوم الدافعية الإنجاز ومكوناته، وصياغة مجموعة من العبارات صياغة إجرائية.

3-الكفاءة السيكمترية لمقياس دافعية الإنجاز

أولاً: حساب صدق المقياس

-صدق المحكمين: عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس، وذلك للإدلاء بأرائهم حول صياغة العبارات ومدى مناسبتها للمحور الذي تنتمي إليه، وكذلك للمفحوصين الذين سيُطبق عليهم المقياس، وكان نتيجة التحكيم أنتم بالفعل حذف العبارات المكررة، وتعدي لصياغة بعض العبارات.

بعد التوصل للصورة الأولية للمقياس قامت الباحثة بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية لإجراء معاملات الصدق والثبات لأتوات الدراسة الحالية، وقد تكونت العينة الاستطلاعية من (5) ناشئة للقوس والسهم من خارج أفراد العينة.

يتضح من جدول (3) أن المصفوفة العاملية قد استخلصت (26.4%) من مجموع التباين، وتري الباحثة أن العوامل التي تم استخلاصها من التحليل العاملي تكاد تتفق مع معظم الأطر النظرية التي تناولت الدافع للإنجاز فقد أشار (إبراهيم شوقي، 2003؛ حسين بن علي، 2009؛ غرم الله بن عبد الرزاق، 2009؛ نافذ نايق، 2012) إلى أن من مكونات دافعية الإنجاز مستوى الطموح، السعي نحو التفوق، المثابرة.

3-صدق المقارنة الطرفية: تم حساب قيم (ت) بين متوسطي درجات المفحوصين في الإربعاء الأعلى (27%) والإربعاء الأدنى (27%) ويوضح جدول (4) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المفحوصين الواقعيين في الإربعاء الأعلى والأدنى على مقياس دافعية الإنجاز.

واحدة، مع مراعاة اتجاه العبارات.

1-المواجهة الإيجابية positive coping: يتكون

هذا البعد من (13) بنداً وهي (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 13) وتعني به الباحثة "فترة الفرد على مواجهة المتاعب والمشكلات التي يتعرض لها في حياته اليومية بإيجابية وشجاعة، مع الاحتفاظ بقدر من الهدوء والصبر، وبذل الجهد، والاستفادة من خبراته السابقة وخبرات الآخرين في اختيار أكثر من بديل لحل تلك المشكلات".

2-الكفاءة الشخصية والاجتماعية Personal and

Social Competence: يتكون هذا البعد من (15) بنداً

وهي (14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28) وتعني به الباحثة " ميل الفرد إلى الإتيان، وبذل الجهد، وتحمل المسؤولية فيما يُكلف به من مهام و أعمال، وقرته على التخطيط لأهدافه بدقة واكتساب مهارات جديدة، فضلاً عن إلى قدرته على التواصل الإيجابي مع الآخرين، وتكوين علاقات اجتماعية ناجحة، لإشباع حاجاته الشخصية والاجتماعية.

3-المساندة الاجتماعية Social Support: يتكون

هذا البعد من (14) بنداً وهي (29، 30، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40، 41، 42) وتعني به الباحثة " شعور الفرد بوجود أشخاص يمكن الاعتماد عليهم معلوماتنا معنوياً مادياً) يساعده، ويشجعه سواء كانوا أصدقاءه أو من أفراد أسرته يلجأ إليهم في الأزمات أو الأحداث الضاغطة.

4-الحكمة Wisdom: يتكون هذا البعد من (12) بنداً

وهي (43، 44، 45، 46، 47، 48، 49، 50، 51، 52، 53، 54) وتعني به الباحثة "تمهل الفرد في الحكم على الأمور المتعلقة بحياته وبالبيئة التي يعيش فيها، وقدرته على التعامل مع الآخرين وإدارة انفعالاته والسيطرة عليها وذلك لتمتعه ببعض الصفات الإيجابية مثل التحلي بالصبر، الحلم، رفض التعصب، اتخاذ القرار المناسب.

2-مقياس الدافعية للإنجاز: على الرغم من أن المكتبة

العربية تحتوي على العديد من المقاييس النفسية إلا أن نصيب المقاييس التي تهتم بدافعية الإنجاز لدى رماة القوس والسهم من

الارتباط ما بين (0.62-0.77)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، كما تم حساب قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على البعد والدرجة الكلية لمقياس الصمود النفسي . ويوضح جدول (6) قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية على البعد والدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز .

جدول (5) يبين قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية على البعد والدرجة الكلية على مقياس دافعية الإنجاز سبيرمان براون، جتمان، ألفاكرونباخ

الدرجة الكلية أبعاد المقياس	قيم (ر)
مستوى الطموح	**0,87
السعي نحو التفوق	**0,90
المثابرة	**0,93
الحكمة	**0,90

يتضح من جدول (5) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على البعد والدرجة الكلية على مقياس دافعية الإنجاز دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)؛ مما يشير إلى أن هناك اتساقاً بين درجة المفحوصين على البعد والدرجة الكلية على مقياس الدافع للإنجاز .

ثالثاً : مقياس دافعية الإنجاز في صورته النهائية:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (34) بتدا تدرج تحت ثلاثة عوامل أسفر عنها التحليل العاملي وهي: الطموح، السعي نحو التفوق، المثابرة. قامت الباحثة بوضع ثلاث استجابات أمام كل عبارة وهي (أوافق، أحياناً، لا أوافق)، إذ تعطي الاستجابة (أوافق، ثلاث درجات)، والاستجابة (أحياناً، تعطي درجتين)، والاستجابة (لاأوافق، تعطي درجة واحدة)، مع مراعاة اتجاه العبارات.

1-الطموح Aspiration: يتكون هذا البعد من (12) بنداً وهي (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12) وتعني به الباحثة رغبة الفرد للوصول لأعلى الدرجات العلمية، والنجاح في المجتمع، وأن يكافح و يجتهد من أجل تحقيق طموحه الدراسي".

2-السعي نحو التفوق Seeking Superiority: يتكون هذا البعد من (11) بنداً وهي (13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23) وتعني به الباحثة "حرص الفرد على التفوق والنجاح والتميز بين زملائه وذلك عن طريق استغلال الكل المصادر العلمية المتوفرة لتحقيق أهدافه الدراسة وتنظيم الوقت".

جدول (3) دلالة الفروق بين متوسطي درجات المفحوصين الواقعين في الإرباعي الأعلى والأدنى على مقياس دافعية الإنجاز

أبعاد مقياس الدافعية للإنجاز	الإرباعي الأعلى 54=ن%27		الإرباعي الأدنى 54=ن%27		قيمة (ت)
	ع	م	ع	م	
مستوى الطموح	35,55	0,74	27,24	3,80	**15,77
السعي نحو التفوق	32,88	0,41	24,40	3,72	**16,60
المثابرة	32,94	0,23	24,07	3,62	**17,95
الدرجة الكلية	101,37	0,83	75,72	8,65	**21,68

يتضح من جدول (3) أنقيم (ت) لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز والدرجة الكلية دالة عند مستوى (0.01) مما يعطي مؤشراً على صدق المقياس وقرته على التمييز بين المستويات القوية والضعيفة على مقياس دافعية الإنجاز .

ثانياً : حساب ثبات درجات المقياس: تم حساب ثبات

درجات المقياس عن طريق التجزئة النصفية باستخدام معامل سبيرمان براون، ومعامل جتمان، وألفاكرونباخ. ويوضح جدول (5) قيم معاملات ثبات مقياس الصمود النفسي باستخدام معاملات سبيرمان براون، وجتمان، وألفاكرونباخ.

جدول (4) يبين قيم معاملات ثبات درجات مقياس دافعية الإنجاز باستخدام معادلتى سبيرمان ريلو ن، وجتمان، ومعامل ألفاكرونباخ (200 =

أبعاد مقياس دافعية الانجاز	التجزئة النصفية		الفا كرونباخ
	معامل ارتباط سبيرمان -براون	معامل ارتباط جتمان	
مستوى الطموح	0,78	0,77	0,81
السعي نحو التفوق	0,89	0,89	0,09
المثابرة	0,90	0,90	0,89
الدرجة الكلية	0,94	0,93	0,94

يتضح من جدول (4) أن قيم معامل ارتباط سبيرمان ريلو ن، ومعامل ارتباط جتمان، وألفا كرونباخ تعطي قيم ثبات مرتفعة؛ مما يطمئن الباحثة إلى استخدام ذلك المقياس في الدراسة.

-الاتساق الداخلي لمقياس الدافع للإنجاز: تم حساب

قيم معاملات الارتباط بين درجة المفحوصين على البند والدرجة الكلية على البعد، وقد كانت قيم معاملات الارتباط على الأبعاد الأربعة على النحو الآتي: البعد الأول (الطموح) تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0.34-0.68)، باستثناء عبارة واحدة قلت قيمة (ر) عن مستوى الدلالة ولذا تم حذفها، البعد الثاني (السعي نحو التفوق) تراوح تقيم معاملات الارتباط ما بين (0.57-0.80)، البعد الثالث (المثابرة) تراوحت قيم معاملات

أبعاد الصمود النفسي وكل من الدرجة الكلية للدافع للإنجاز وأبعاد الدافعية للإنجاز (الطموح، السعي نحو التفوق، المثابرة) عند مستوى (0.01).

ب- توجد علاقة دالة إحصائية موجبة بين المساندة الاجتماعية كأحد أبعاد الصمود النفسي وكل من الدرجة الكلية للدافعية للإنجاز وأبعاد الدافعية للإنجاز (الطموح، السعي نحو التفوق، المثابرة) عند مستوى (0.01).

ج- توجد علاقة دالة إحصائية موجبة بين الكفاءة الشخصية والاجتماعية كأحد أبعاد الصمود النفسي وكل من الدرجة الكلية للدافعية للإنجاز وأبعاد الدافعية للإنجاز (الطموح، السعي نحو التفوق، المثابرة) عند مستوى (0.01).

د- توجد علاقة دالة إحصائية موجبة بين الحكمة كأحد أبعاد الصمود النفسي وكل من الدرجة الكلية للدافعية للإنجاز وأبعاد الدافع للإنجاز (الطموح، السعي نحو التفوق، المثابرة) عند مستوى (0.01).

هـ- توجد علاقة دالة إحصائية موجبة بين الدرجة الكلية للصمود النفسي وكل من الدرجة الكلية للدافعية للإنجاز وأبعاد الدافع للإنجاز (الطموح، السعي نحو التفوق، المثابرة) عند مستوى (0.01).

3- 1 تفسير نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

يتضح من جدول (9) تحقق صحة الفرض الأول إذ توجد علاقة دالة إحصائية موجبة بين الصمود النفسي والدافعية للإنجاز " الدرجة الكلية والأبعاد . " وتتفق نتيجة هذا الفرض مع ما أشارت إليه نتائج دراسة Arora, 2015 (4: 90) التي أوضحت أنه توجد علاقة دالة إحصائية موجبة بين الصمود النفسي والدافعية للإنجاز، كما تتفق نتيجة هذا الفرض جزئياً مع ما أشارت إليه نتائج دراسة نجلاء نبيل، (2014) التي أوضحت أنه توجد علاقة دالة إحصائية موجبة بين أساليب مواجهة الضغوط والدافعية للإنجاز.

وترى الباحثة أن هذه النتيجة تتفق مع ما أشار إليه (صفاء الأعسر، علاء الدين كفاي، 2000) أن الصمود النفسي عبارة عن مجموعة الصفات التي توفر للناس الجِدَّ لمواجهة العقبات الشاملة التي تعترض سبيل حياتهم، وهم اجتماعيون ونشطون،

3- المثابرة Persistence: يتكون هذا البعد من (11) بنداً وهي (24، 25، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32، 33، 34) وتعني به الباحثة " إصرار الفرد على النجاح، ومواصلة العمل، وتحقيق أهدافه، مهما اعترضه من عقبات وصعوبات".

2- التجربة الرئيسة: قامت الباحثة بإجراء تجربتها الرئيسية على (30) ناشئة بتاريخ 2023/2/1 بتوزيع المقياسين الصمود النفسي ودافعية الانجاز.

2- 8 الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

1- اختبار (ت) t.test لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات.

2- معامل الارتباط (بيرسون Pearson Coefficient وسبيرمان- براون Spearman-Brown وجتمان Guttman).

هذا، وقد استخدمت الباحثة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS لإجراء المعاملات الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

3- نتائج تفسير الدراسة ومناقشتها وتحليلها:

الفرض الأول: ينص على أنه " توجد علاقة إحصائية دالة بين الصمود النفسي والدافعية للإنجاز " الدرجة الكلية والأبعاد " لدى عينة من رماة القوس والسهم من الناشئات وللتحقق من صحة الفرض، تم حساب قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات المفوضين على مقياس الصمود النفسي ودرجاتهم على مقياس الدافعية للإنجاز " الأبعاد والدرجة الكلية". ويوضح جدول (9) قيم معامل الارتباط بين درجات المفوضين على مقياس الصمود النفسي ودرجاتهم على مقياس الدافعية للإنجاز " الدرجة الكلية والأبعاد ".

جدول (6) يبين قيم معامل الارتباط بين درجات المفوضين على مقياس الصمود النفسي ودرجاتهم على مقياس الدافعية للإنجاز " الدرجة الكلية والأبعاد".

أبعاد الدافعية للإنجاز أبعاد الصمود النفسي	الطموح	السعي نحو التفوق	المثابرة	الدرجة الكلية للمقياس
المواجهة الإيجابية	**0,60	**0,60	**0,63	**0,67
الكفاءة الشخصية والاجتماعية	**0,60	**0,68	**0,66	**0,71
المساندة الاجتماعية	**0,43	**0,50	**0,49	**0,52
الحكمة	**0,59	**0,60	**0,62	**0,66
الدرجة الكلية للمقياس	**0,67	**0,71	**0,72	**0,77

يتضح من جدول (6) ما يلي:

أ- توجد علاقة دالة إحصائية موجبة بين المواجهة الإيجابية كأحد

Paper ID:80

الصعوبات، من يعملن بجهد أكبر للتغلب على الحالة النفسية، والقدرات على التحكم في الظروف السلبية التي تواجههن أثناء المباريات وانفعالاتهم ومن ثم فالدافعية للإنجاز منبثاً إيجابياً للصمود النفسي.

4- الخاتمة:

من خلال النتائج التي ظهرت توصلت الباحثة الاستنتاجات التالية:

- 1-إن الدور للصمود النفسي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى رماة القوس والسهم من الناشئات يحقق الانجاز لدى أفراد العينة.
- 2-الصمود النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز نحو مستقبل الرماة للقوس والسهم في المسابقات الدولية والقارية.
- 3-الدافعية للإنجاز مدى علاقتها بالمواجهة الضغوط الايجابية لدى أفراد العينة.
- في ضوء الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة خرجت الباحثة بعدد من التوصيات التالية:
- 1-إعداد برامج لتنمية الصمود النفسي لدى رماة القوس والسهم للناشئات.
- 2-إعداد نوات لرماة القوس والسهم من الناشئات في سبل مواجهة التمرينات والمسابقات وتطوير قراتهم وفق الصمود النفسي.
- 3-بذل المزيد من الجهد من بقى إدارات الأندية والمراكز لتشجيع رماة السهم والقوس من الناشئات على التميز والتوجه الصحيح في المسابقات والمباريات الكثيرة.

المصادر:

- [1] أميرة سعيد عبد الحميد جاب الله (2015): الأمن النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية: (دراسات تربوية واجتماعية).
- [2] أحمد محمد عبد الخالق، ومايسة أحمد الدنيا (1992): الدافعية للإنجاز وعلاقتها ببعض متغيرات لشخصية لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية وتلميذاتها بدولة قطر: (مجلة مركز البحوث التربوية).
- [3] أسيل صبار محمد (2015): الصمود النفسي لدى طلاب الجامعة النازحين وغير النازحين: (مجلة كلية الآداب).
- [4] إيمان مصطفى السرميني (2015): مقياس الصمود النفسي: (القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية).
- [5] سلامة عقيل سلامة المحسن، وفراس أحمد الحموري (2006): الكفاءة الذاتية المدركة وعلاقتها بدافعية الإنجاز والتوافق والتحصيل لدى طلبة كلية التربية في جامعة اليرموك: (رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة اليرموك).

في معادلة الانحدار المتعدد على حسب قوة تأثيرها على المتغير التابع.

3- 2 تفسير نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

يتضح من نتائج جدول (8) تحقق صحة الفرض الثاني، إذ أظهرت نتائج تحليل الانحدار أنه يمكن التنبؤ بالصمود النفسي من خلال أبعاد الدافعية للإنجاز " المثابرة، والسعي نحو التفوق، الطموح إذ تعد هذه المتغيرات منبثات إيجابية بالصمود النفسي. ويمكن تفسير نتائج هذا الفرض في ضوء نتائج الفرض الأول فالرجوع إلى جدول (9) نجد أن قيمة معامل الارتباط بين المثابرة والصمود النفسي كانت أعلى من ارتباط باقي الأبعاد بالصمود النفسي ومن ثم تكرر ظهور المثابرة في النماذج الثلاثة للانحدار، كما أن نتائج تحليل الانحدار أظهرت أن المثابرة، والسعي نحو التفوق، والطموح من بيئات إيجابية بالصمود النفسي ويمكن تفسير ذلك في ضوء العلاقة الموجبة بين الصمود النفسي وكل من المثابرة، والسعي نحو التفوق، والطموح. وفي هذا الصدد أوضح أرورا (Arora,2015): (6: 228) أن خصائص الصمود النفسي تتناسب تناسباً طردياً مع خصائص الدافعية للإنجاز فرماة السهم والقوس من الناشئات الذين يرتفع لديهم دافعية الإنجاز يمتلكون قدرة أكبر على الارتداد من المواقف الصعبة، ولذلك يمكن النظر إلى أفكار وسلوكيات عينة البحث من رماة القوس والسهم من الناشئات كموارد كبيرة للتغلب على العقبات في السابق، إذ نيتمكن دافعية الإنجاز وما يحتويه من مكونات من تحقيق الأهداف التي يسعى الفرد لتحقيقها وتعزيز القدرة على التكيف وبذل الجهد والحصول على نتائج إيجابية أفضل.

تري الباحثة أن دافعية الإنجاز سمة مهمة من سمات رماة القوس والسهم من الناشئات الذين يتسمون بالصمود النفسي، إذ تعد دافعية الإنجاز وما تحتويه من مكونات تشمل التخطيط للمستقبل الفعالية، والتصميم على النجاح والمثابرة وبذل الجهد، وتنظيم الوقت على الاستعداد لتلقي التمرينات والمسابقات تمثل جزءاً من الصمود النفسي، لذلك تعد دافعية الإنجاز مؤشراً قوياً على الصمود النفسي، كما أن رماة السهم والقوس من الناشئات اللواتي ترتفع لديهن الدافعية للإنجاز هن القدرات على مواجهة

[6] سامجولستين، وريورتب . بروكس (2011): الصمود النفسي لدى الأطفال. ترجمة: صفاء الأعسر ك (القاهرة، المركز القومي للبحوث و الترجمة).

[7] Arora, S. (2015). Achievement motivation and resilience among student athletes. PhD., Delhi University.

[8] Elizabeth, H.; Kelly, E.; David, A. & William, E. (2012). Time use and well-being in older widows adaptation and resilience. Journal Women Aging, 23(2), 149–159.

الملاحق :

الملحق (1) يوضح أسماء والألقاب العلمية للسادة الخبراء والمختصين

ت	الاسم الثلاثي	التخصص الدقيق	مكان العمل
1	أ.د. زينب حسن فليح	علم نفس العاب قوى	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية
2	أ.د. شيماء عبد مطر	علم نفس جمناستك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية
3	أ.م.د. حيدر غضبان ابراهيم	علم نفس كرة قدم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الجامعة المستنصرية



التمكين النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين

ا.د. معتصم محمود شطناوي¹ أ.د. عماد عبد الحق² د. محمود حسني الأطرش³ د. وائل عادل عمر⁴
د. إياد عبد الله يوسف⁵ ا.د. خالد محمود الزبيد⁶

¹ كلية التربية الرياضية/جامعة اليرموك

² كلية التربية الرياضية/جامعة النجاح

³ كلية التربية الرياضية/جامعة النجاح

⁴ كلية التربية الرياضية/جامعة النجاح

⁵ كلية التربية/دائرة التربية الرياضية/جامعة بيرزيت

⁶ كلية التربية الرياضية/جامعة اليرموك

(¹ Albasha1969@yahoo.com)

المستخلص: هدفت الدراسة التعرف الى التمكين النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين، وقد تكونت عينة الدراسة من (131) معلم و معلمة بواقع (69) معلم، (62) معلمة، وقد مثلت ما نسبته (10.91%) من مجتمع الدراسة و قد استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي لملائمته لإغراض الدراسة، وتم استخدام مقياس التمكين النفسي ومقياس مستوى الطموح الذي أعدهما بيومي (2020) بعد التأكد من صدقهما وثباتهما، وأظهرت النتائج أن مستوى التمكين النفسي كان مرتفعاً على جميع المجالات وكانت النسبة المئوية للدرجة الكلية (81.15)، و أيضاً مستوى الطموح كان مرتفعاً على جميع المجالات وكانت النسبة المئوية للدرجة الكلية (82.19)، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التمكين النفسي و مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس.

الكلمات المفتاحية: التمكين النفسي - مستوى الطموح - معلم التربية الرياضية .

1- المقدمة:

تواجه المنظمات اليوم تحديات ومتغيرات عديدة ومتلاحقة في سعيها نحو تحقيق أهدافها بكفاءة وفعالية، إذ ازدادت حاجات وتطلعات وتوقعات الأفراد وتسارعت وتيرة التقدم التكنولوجي والعولمة وزادت حدة المنافسة بين المنظمات. وتعد هذه التحديات المحك الرئيس لاختبار قدرة الجهاز الإداري على التكيف مع هذه الأوضاع، مما يتطلب البحث عن وسائل جديدة لمواكبة هذه التطورات. كما أن الاستجابة المناسبة لمواجهة هذه التحديات تأخذ عدة أشكال وطرق، أهمها الاهتمام بالموارد البشرية وتهيئة بيئة العمل المناسبة لها باعتبارها العامل الأساسي الذي يتوقف عليه نجاح المنظمة وتطورها، ويعد المعلم الشمس التي تضيء الكون بنور العلم، والقلب النابض في جسم التربية والتعليم وهو الركيزة الأساسية والركن الأساسي في بناء المجتمع، كما أنه يساهم بشكل كبير في بناء شخصية الطلاب ويساعد على تحقيق التنمية الشاملة لشخصيتهم وزيادة دافعيتهم للتعلم، لذا يحتاج المعلم بالإيجابية والكفاءة الذاتية والوعي بالذات وتعزيز فرص المساهمة في صنع القرار والإبداع في تطبيق مهارات التعليم، والدافعية والشعور بالاستقلالية، وزيادة مستوى طموحه للبحث عن استراتيجيات تعليمية حديثة تثري خبراته (إبازيد، 2010).

إن التمكين النفسي يعد أحد الأساليب الحديثة التي تقوم فكرته على افتراض منح العاملين الثقة وتقويضهم السلطات والاستقلالية في العمل، مما يولد لديهم شعور بالثقة والحافز لتحمل المسؤولية، ويفجر لديهم الطاقات الكامنة والتي تظهر على هيئة إبداعات واقتراحات تزيد من دافعيتهم إيجابيا نحو أهمية العمل وإنجازه بكفاءة عالية (التخينة، 2018).

وبعد التمكين النفسي من المفاهيم الإدارية الحديثة نسبيا، وتبرز مظاهره في الكفاءة والفاعلية الذاتية، والقدرة على أداء المهمات، والتأثير في العمل والشعور بقيمته ومعناه والتحفيز الذاتي والتغلب على مشاعر الإحباط واليأس (العمروسي، 2019).

ويشير (Jordan, 2017) إن التمكين يساعد الفرد على التنفيذ المهام بكفاءة وبإنجاح مما يجعله قادر على الثقة في قراراته.

ويرى الباحثون أن التمكين النفسي من العمليات التي ترتقي في

المعلم بالأنظمة المدرسية المعاصرة إلى مستويات راقية من التعاون وروح الفريق والثقة بالنفس والإبداع والتفكير المستقل وروح المبادرة ويساهم في تحقيق طموحاته، فهو يتركز حول منح المعلمين الحرية في أداء العمل، ومشاركة أو سعي في تحمل المسؤولية، ووعي أكبر بمعنى العمل الذي يقومون به، وذلك من أجل إعادة ترتيب المؤسسة التعليمية وإتاحة مناخ وبيئة تنظيمية محفزة ومشجعة على العمل والإبداع والولاء.

ويشير (الزين، 2019) إلى أن الطموح يعني الأهداف التي يضعها الفرد لنفسه وهو الوسيلة التي تستمر بها عجلة الحياة في تقدم مستمر وبيدأ طموح الفرد من أجل نفسه ثم خدمة المجتمع الذي يعيش فيه، فالطموح هو سر النجاح وهو من أهم مقومات التقدم والرفق، كما أنه من أهم أبعاد الشخصية والتي من خلالها يتحقق توافق الفرد ويتحدد مستوى أدائه، فبقدر ما سيكون الطموح مرتفعاً بقدر ما تكون الشخصية متميزة ويكون الفرد قادر على تحديد قدراته وإمكاناته، وبالتالي يستطيع مواجهة الصعاب التي تعترضه، ويمثل مستوى الطموح عاملاً مؤثراً في حياة الأفراد بصفة عامة، فهو يساهم في تحديد خططهم المستقبلية ويزودهم بالدافعية التي من شأنها أن تكون عاملاً يمددهم بالشغف لتحقيقها وتحويلها إلى واقع ملموس، فالعديد من إنجازات الأفراد التي تساعد في دفع مجتمعاتهم لمزيد من التقدم تعتمد بشكل أساسي على مستوى طموحهم، وبالتالي فإن دراسة هذه السمة عاملاً مهماً للتعرف على العوامل التي يمكن أن تساعد على زيادة مستوى الطموح والعوامل التي تحد منه أو تسبب في خفضه .

فالطموح هو الدافع و المحرك الذي يجعل الفرد يمضي متجها نحو أهدافه بشغف، كمان أنه يعد من سمات الشخصية الضرورية من أجل السير نحو المستقبل، وقد يكون مستوى الطموح سببا في تحلي الأفراد ببعض السمات النفسية مثل المثبرة والصبر وارتفاع القدرة على التحمل وقد أشارت نتائج دراسة الزواهره الى ارتباط مستوى الطموح بالصلابة النفسية (الزواهره، 2014) .

ويؤكد (أمين، 2015) على أن مستوى الطموح هو نتاج تفاعل عنصرين هما وعي الفرد بذاته وقراراته على مواجهة نفسه بان يجعل من نفسه ذاتا وموضوعا في أن واحد، والثاني قدرته على

المرتبطة بالأداء الرياضي للاعبين و المدربين والحكام وأن هناك قلة في الأبحاث التي اهتمت بمتغيرات الصحة النفسية لمعلمي التربية الرياضية بالرغم من أهميتها.

أهمية الدراسة:

تتبنى أهمية هذا البحث من أهمية الدور الذي يقوم به المعلمون في العملية التعليمية، والتي تتطلب منهم أن يتمتعوا بدرجة عالية من التمكين النفسي ومستوى طموح مرتفع، ويعد هذا البحث من البحوث القليلة التي تناولت العلاقة بين التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية، ومن الممكن أن تسهم نتائج هذا البحث في التعرف على العوامل التي تسهم في التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية، وتأتي الأهمية التطبيقية في هذه الدراسة في توفير بيئة تربوية جيدة ومناخ دراسي يساعد المعلمين على الارتقاء بمستوى طموحهم وتحقيق التعلم الفعال والمثمر من خلال التمكين النفسي لهم .

أهداف الدراسة:

سعت الدراسة الحالية الى تحقيق الأهداف الآتية:
-تحديد مستوى التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية- فلسطين.
- تحديد مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين.
-التعرف الى العلاقة بين التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية- فلسطين.
-تحديد الفروق في مستوى التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية من فلسطين تعزى الى متغير الجنس .
-تحديد الفروق في مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية من فلسطين تعزى الى متغير الجنس .

تساؤلات الدراسة:

سعت الدراسة إلى الإجابة عن التساؤلات الآتية:
-ما مستوى التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين؟
-ما مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين؟.

الفعل لتمكينه من تنفيذ أهدافه بحيث يشعر بتقديره لذاته وتحقيقه لها، ويلعب مستوى الطموح دوراً مهماً في حياة الإنسان فعلى أساسه يتحدد مستقبل الإنسان وأماله، ولا تكمن الأهمية في وجود مستوى الطموح فقط ولكن في كيفية استغلاله وفي مدى مناسبة لقرارات الفرد وإمكانياته (شبير، 2005) . ويضيف (ابو شنب، 2015) إن مستوى الطموح يختلف من فرد الى آخر في الشدة والنوع ، ويعد من سمات الشخصية الإنسانية التي تجعله يتطلع لتحقيق أهداف مستقبلية.

كما تؤكد (أباطة، 2004) إن مستوى الطموح من العوامل الهامة في حياة الفرد، فهو عبارة عن حافز يدفعه لتحقيق أحلامه ويختلف من شخص لآخر، ويؤثر مستوى الطموح على المجتمع ليس على حياة ومستقبل الفرد فقط، كما يشير (المساعد، 2004) إن مستوى الطموح يتحدد على وفق الخبرات التي مر بها الفرد سواء فشل أو نجاح، فيجعل الفرد يسعى لتحقيق أهدافه والوصول إليها بروح تملؤها الثقة بالنفس وتجعله قادر على التغلب على كل ما يقابله من مشكلات وعقبات وتحمل الفشل . ويعد مستوى الطموح نسبياً لدى الأفراد من حيث الأهداف التي يطمح الفرد في تحقيقها ووصولها الى الحد المناسب له شخصياً ومحاولة تحدي العقبات والضغوط والوصول الى مستوى طموح واقعي مع إمكانيات الفرد والجوانب الايجابية في شخصيته من اجل محاولة تعويض للجوانب السلبية في الشخصية (المشيخي، 2009).

مشكلة الدراسة:

أن التعرف على ايجابيات وسلبيات العملية التعليمية ومواطن القوة والضعف، من الركائز الهامة التي يجب أن يبنى على أساسها إصلاح نظام التعليم، ومن هذا المنطلق يجب أن ينال الجانب النفسي لمعلم التربية الرياضية أهمية كبيرة نظراً لما يقدمه المعلم من دور حيوي و هام في إعداد النشء فالمعلم هو ركن الزاوية بالعملية التربوية وعليه يجب أن يتمتع بصحة نفسية جيدة إذ ينعكس ذلك على طلابه.

ويري الباحثون أن دراسة المتغيرات المرتبطة بالصحة النفسية لمعلم التربية الرياضية لم تلق الاهتمام الكافي في بحوث ودراسات علم النفس الرياضي إذ أن معظم الدراسات في مجال علم النفس الرياضي كانت موجه نحو المتغيرات النفسية

لملائمته لأغراض الدراسة.

2- مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من معلمي ومعلمات التربية الرياضية في المحافظات الشمالية، والبالغ عددهم (1200) معلم ومعلمة، وذلك وفقاً للتقرير السنوي الصادر عن مركز الإحصاء الفلسطيني.

2- 3 عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة قوامها (131) معلم ومعلمة التربية الرياضية في المحافظات الشمالية، وذلك خلال العام الدراسي 2022/2021، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة، وتمثل ما نسبته (10.91%)، من مجتمع الدراسة، والجدول (1) يبين توزيع عينة الدراسة تبعاً إلى متغيرات الدراسة المستقلة.

الجدول (1) يبين توزيع عينة الدراسة تبعاً إلى متغيرات الدراسة المستقلة (ن=131)

المتغير	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	69 53%
	أنثى	61 47%
	المجموع	131 100%
مستوى المدرسة	ثانوي	58 44%
	أساسي عليا	48 37%
	أساسي دنيا	25 19%
	المجموع	131 100%
نوع المدرسة	ذكور	29 22%
	إناث	60 46%
	مختلطة	42 32%
	المجموع	131 100%
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	17 13%
	من 6- 10 سنوات	29 22%
	أكثر من 10 سنوات	85 65%
	المجموع	131 100%
مكان المدرسة	مدينة	38 29%
	قرية	79 60%
	مخيم	14 11%
	المجموع	131 100%

2- 4 أداتي الدراسة: في ضوء أهداف الدراسة تمّ استخدام أداتين وهما أداة قياس التمكن النفسي وأداة قياس مستوى الطموح، وفيما يلي بيان لذلك:

أ- أداة قياس التمكن النفسي: قام الباحثون بقياس التمكن النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين من خلال مقياس اليومي (2020) المكون

- ما العلاقة بين التمكن النفسي ومستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التمكن النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين تعزى إلى متغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين تعزى إلى متغير الجنس؟

حدود الدراسة:

الحد البشري: معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين .

الحد المكاني: المدارس الحكومية التابعة لوزارة التربية والتعليم في المحافظات الشمالية وفقاً للتقسيم الإداري المعتمد للمحافظات في دولة فلسطين.

الحد الزمني: تم توزيع الاستبيان الخاص بالتمكن النفسي ومستوى الطموح على معلمي ومعلمات التربية الرياضية في المحافظات الشمالية بتاريخ 2022/3/1، واسترجاعهم بتاريخ 2022/3/20، للفصل الدراسي الثاني 2022.

مصطلحات الدراسة:

التمكن النفسي: يعرف التمكن النفسي (بأنه دافع داخلي لدى الفرد يحثه على انجاز مهمته الشخصية ويشمل معتقدات الأفراد حول معنى عملهم، وقدرتهم على أداء مهامهم بنجاح، وإدراكهم للحكم الذاتي وقدرتهم على التأثير في نتائج العمل (al, 2015).

مستوى الطموح: عرفته (أباطة، 2004) على أنه هو " الأهداف التي يضعها الفرد لذاته في مجالات تعليمية أو مهنية أو أسرية أو اقتصادية، ويحاول تحقيقها و يتأثر بالعديد من المؤثرات الخاصة بشخصية الفرد أو قبوله البيئة المحيطة به .

2- الطريقة وإجراءات الدراسة:

2- 1 منهج الدراسة: استخدام الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي، في جميع إجراءاته من حيث تحديد مجتمع الدراسة وعينتها وتطبيق مقياسي التمكن النفسي ومستوى الطموح على معلمي ومعلمات التربية الرياضية وذلك نظراً

0.013	**0.22	38	0.000	**0.35	25	0.000	**0.30	12
0.048	**0.17	39	0.000	**0.42	26	0.000	**0.57	13

* دال إحصائياً عند مستوى (0.05)*، أو عند مستوى (0.01)**

يتضح من الجدول السابق أن كل عبارة من عبارات المقياس (التمكين النفسي) أظهرت معامل ارتباط لها مع الدرجة الكلية للمقياس، وهذا الارتباط له دلالة إحصائية عند مستوى (0.05)*، أو عند مستوى (0.01)**.

الجدول (4) يبين قيمة معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات مقياس التمكين النفسي والدرجة الكلية للمقياس

الفرقة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	**0.87	0.000
2	**0.83	0.000
3	**0.74	0.000
4	**0.59	0.000

* دال إحصائياً عند مستوى (0.01)**

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مجالات التمكين النفسي وبين الدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية (0.01). وبالانتهاء من عمل الاتساق الداخلي للاستبانة، أصبحت الاستبانة متسقة داخلياً، وتتفق مجالاتها في قياس التمكين النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في المحافظات الشمالية، وبذلك أصبحت عبارات الاستبانة مكونة من (39) عبارة موزعة على مجالات الاستبانة.

2-5-2 ثبات الأداة: تم احتساب ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا إذ بلغ معامل الثبات للأداة الكلية (0.88)، أما بالنسبة للمجالات الفرعية فقد تراوحت معاملات الثبات بين (0.77-0.84) وجميعها جيدة لأغراض الدراسة، والجدول (5) يبين ذلك:

الجدول (5) يبين معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا للمجالات الفرعية والدرجة لمقياس التمكين النفسي.

المجال	معامل الثبات
التحكم والتأثير	0.82%
المعنى المدرك	0.77%
الكفاءة	0.83%
الاستقلالية	0.84%
الدرجة الكلية	0.88%

ومن خلال الجدول يتبين أن معامل الثبات الكلي وصل إلى (0.88%) وذلك بالرغم من أن معاملات الثبات الفرعية تراوحت بين (0.77-0.84)، والسبب في ذلك أن معادلة كرونباخ ألفا

من (39) فقرة موزعة على أربعة مجالات هي: (مجال التحكم والتأثير، مجال المعنى المدرك، مجال الكفاءة، مجال الاستقلالية).

الجدول (2) يبين توزيع عدد فقرات مقياس التمكين النفسي على المجالات المختلفة

المجالات	عدد الفقرات	الفقرات
التحكم والتأثير	12	1-12
المعنى المدرك	11	13-23
الكفاءة	10	24-33
الاستقلالية	6	34-39
المجموع	39	1-39

وقد تم توزيع أوزان الاستجابات المتعلقة بفقرات مقياس التمكين النفسي حسب طريقة ليكرت من ثلاث استجابات هي (دائماً، أحياناً، أبداً)، وبهذا تكون أعلى درجة للاستجابة (3) درجات، وأقل درجة للاستجابة (1) درجة.

2-5-2 صدق أدوات الدراسة: تم التحقق من صدق أدوات الدراسة من خلال صدق البناء الداخلي للأداة على النحو التالي:

2-5-1 صدق الاتساق الداخلي (Internal Validity): قام الباحثون بالتأكد من صدق الأداة من خلال

تطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية بلغ حجمها (20) معلم ومعلمة من مجتمع الدراسة ومن خرج عينة الدراسة لتأكد من الصدق البنائي لأداتي الدراسة والذي تعبر فيه فقرات كل أداة عن الدرجة الكلية لفقراتها، وتحسب من خلال معاملات الارتباط بين جميع فقرات الأداة والدرجة الكلية للأداة، وفيما يلي نتائج صدق الاتساق الداخلي لمقياس التمكين النفسي لمعلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين:

الجدول (3) يبين قيمة معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات التمكين النفسي والدرجة الكلية للمقياس

الفرقة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفرقة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفرقة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	**0.73	0.000	14	**0.15	0.000	27	**0.44	0.000
2	**0.42	0.000	15	**0.48	0.000	28	**0.55	0.000
3	**0.42	0.000	16	**0.61	0.000	29	**0.37	0.000
4	**0.21	0.000	17	**0.52	0.000	30	**0.31	0.000
5	**0.28	0.000	18	**0.51	0.000	31	**0.45	0.000
6	**0.44	0.000	19	**0.16	0.031	32	**0.34	0.000
7	**0.34	0.000	20	**0.29	0.001	33	**0.31	0.000
8	**0.58	0.000	21	**0.28	0.001	34	**0.22	0.011
9	**0.44	0.000	22	**0.41	0.000	35	**0.34	0.000
10	**0.54	0.000	23	**0.30	0.000	36	**0.37	0.000
11	**0.29	0.001	24	**0.38	0.000	37	**0.28	0.001

15	**0.53	0.000	30	**0.58	0.000
----	--------	-------	----	--------	-------

* دال إحصائياً عند مستوى (0.05)، *، أو عند مستوى (0.01) **

يتضح من الجدول السابق أن كل عبارة من عبارات المقياس (التمكين النفسي) أظهرت معامل ارتباط لها مع الدرجة الكلية للمقياس، وهذا الارتباط له دلالة إحصائية عند مستوى (0.05)، *، أو عند مستوى (0.01) **.

الجدول (8) يبين قيمة معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات مقياس مستوى الطموح والدرجة الكلية للمقياس

المجال	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	**0.66	0.000
2	**0.82	0.000
3	**0.70	0.000
4	**0.46	0.000

* دال إحصائياً عند مستوى (0.01) **

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين درجات أبعاد مجالات مستوى الطموح وبين الدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة إحصائية (0.01). وبالانتهاء من عمل الاتساق الداخلي للاستبانة، أصبحت الاستبانة متسقة داخلياً، وتتفق مجالاتها في قياس التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين، وبذلك أصبحت عبارات الاستبانة مكونة من (39) عبارة موزعة على مجالات الاستبانة .

2-5-3 ثبات الأداة: تم احتساب ثبات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا إذ بلغ معامل الثبات للأداة الكلية (0.85)، أما بالنسبة للمجالات الفرعية فقد تراوحت معاملات الثبات بين (0.75-0.81) وجميعها جيدة لأغراض الدراسة، والجدول (9) يبين ذلك:

الجدول (9) يبين معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا للمجالات الفرعية والدرجة لمقياس مستوى الطموح.

المجال	معامل الثبات
المثابرة والميل الى الكفاح	0.78%
النظرة الى الحياة	0.75%
تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس	0.79%
تحديد الأهداف والخطط	0.81%
الدرجة الكلية	0.85%

ومن خلال الجدول يتبين أن معامل الثبات الكلي وصل إلى (0.85%) وذلك بالرغم من أن معاملات الثبات الفرعية تراوحت بين (0.75-0.81)، والسبب في ذلك أن معادلة كرونباخ ألفا

تعتمد على تباين الفقرات، وتباين الفقرة مع مجالها يختلف عن تباينها بالنسبة للدرجة الكلية.

ب- مقياس مستوى الطموح: قام الباحثون بقياس مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية- فلسطين من خلال مقياس البيومي (2020) المكون من (43) فقرة موزعة على أربعة مجالات هي: (مجال المثابرة والميل الى الكفاح، النظرة الى الحياة، مجال تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس، مجال تحديد الأهداف والخطط والجدول (6) يبين عدد الفقرات، وأرقام الفقرات لكل مجال.

الجدول (6) يبين توزيع عدد فقرات مقياس مستوى الطموح على المجالات المختلفة

المجالات	عدد الفقرات	الفقرات
المثابرة والميل الى الكفاح	12	1-12
النظرة الى الحياة	12	13-24
تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس	10	25-34
تحديد الأهداف والخطط	9	35-43
المجموع	43	1-43

وقد تم توزيع أوزان الاستجابات المتعلقة بفقرات مقياس مستوى الطموح على وفق طريقة ليكرت من ثلاث استجابات هي (دائماً، أحياناً، أبداً)، وبهذا تكون أعلى درجة للاستجابة (3) درجات، وأقل درجة للاستجابة (1) درجة.

تم التحقق من صدق أداة الدراسة من خلال صدق البناء الداخلي للأداة وفيما يلي نتائج صدق الاتساق الداخلي لمقياس مستوى الطموح لمعلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين:

الجدول (7) يبين قيمة معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مستوى الطموح والدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	**0.54	0.000	16	**0.60	0.000	31	**0.37	0.000
2	*0.22	0.013	17	**0.57	0.000	32	**0.40	0.000
3	**0.33	0.000	18	*0.19	0.041	33	**0.35	0.000
4	**0.52	0.000	19	**0.42	0.000	34	**0.51	0.000
5	**0.31	0.000	20	**0.58	0.000	35	**0.57	0.000
6	**0.18	0.010	21	**0.59	0.031	36	**0.26	0.003
7	**0.23	0.010	22	**0.57	0.001	37	**0.33	0.024
8	**0.35	0.000	23	**0.61	0.001	38	**0.81	0.012
9	**0.24	0.005	24	**0.27	0.002	39	**0.26	0.003
10	**0.48	0.000	25	**0.52	0.000	40	**0.83	0.019
11	**0.32	0.000	26	**0.29	0.030	41	**0.61	0.035
12	**0.51	0.000	27	**0.39	0.000	42	**0.39	0.000
13	**0.45	0.000	28	**0.27	0.032	43	**0.27	0.013
14	**0.55	0.000	29	**0.39	0.000			

المعلمين والمعلمات، معامل الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى المعلمين والمعلمات، ولتحديد الفروق تم تطبيق اختبار (ت) للعينات المستقلة ((Independent Samples T Test)).

3- عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

أولاً: النتائج المتعلقة في التساؤل الأول والذي نصه:

ما مستوى التمكين النفسي لدى معلم التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين؟

للإجابة عن التساؤل استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل فقرة ولكل مجال ونتائج الجداول (10)، (11)، (12)، (13)، تبين ذلك، ونتائج الجدول (14) تبين خلاصة النتائج المتعلقة في.

ومن أجل تفسير النتائج اعتمدت المتوسطات الحسابية الآتية:

2.34 - 3 فأعلى مستوى التمكين النفسي مرتفع.

1.67 - 2.33 مستوى التمكين النفسي متوسط.

1 - 1.66 مستوى التمكين النفسي منخفض.

مجال التحكم والتأثير:

الجدول (10) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين لمجال التحكم والتأثير (ن=131)

رقم الفقرة	الفقرات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	ترتيب الفقرة بالمجال	مستوى التمكين النفسي
8	لدي القدرة على السيطرة على الطلاب أثناء حصة التربية الرياضية	2.73	0.53	90.84%	1	مرتفع
10	لدي القدرة على مواجهة المشكلات ووضع لها حلول	2.65	0.54	88.30%	2	مرتفع
1	لدي القدرة على تنفيذ الخطط المستقبلية التي أضعها	2.63	0.54	87.79%	3	مرتفع
9	لدي القدرة على القيادة وتحمل المسؤولية المتعلقة بقسمي	2.63	0.54	87.79%	4	مرتفع
11	لدي قدرة التحكم بالنفس عند الغضب	2.47	0.67	82.19%	5	مرتفع
3	اشعر ان ليس لدي القدرة على مواجهة التحديات	2.47	0.83	82.19%	6	مرتفع
7	اشعر ان رأيي له تأثير واهمية في صنع قرارات في منبرستي	2.44	0.57	81.42%	7	مرتفع
4	لدي القدرة على اتخاذ القرارات بنفسي وليس من آراء زملائي	2.44	0.74	81.42%	8	مرتفع
2	لدي تأثير واضح في المدرسة يشعر به زملائي	2.39	0.79	79.64%	9	مرتفع
12	اعتقد ان قرأتي اصبحت اقل فعالية	2.30	0.74	76.59%	10	متوسط
6	لدي دور مؤثر في تطوير المدرسة	2.28	0.84	76.08%	11	متوسط
5	أبدل جهدي مهما كانت النتائج المتوقعة	2.27	0.82	75.83%	12	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال التحكم والتأثير	2.48	0.32	82.51%		مرتفع

أقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من الجدول (10) أن مستوى التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين لفقرات مجال

تعتمد على تباين الفقرات، وتباين الفقرة مع مجالها يختلف عن تباينها بالنسبة للدرجة الكلية.

2- 6 متغيرات الدراسة:

أولاً: المتغيرات المستقلة:

- الجنس: وله مستويان (ذكر، أنثى)

- مستوى المدرسة: ولها ثلاث مستويات هي: (ثانوي، أساسي عليا، أساسي دنيا)

- نوع المدرسة: ولها ثلاث مستويات هي: (ذكور، إناث، مختلطة)

- سنوات الخبرة: ولها ثلاث مستويات هي: (أقل من 5 سنوات، 6-10 سنوات، أكثر من 10 سنوات).

- مكان المدرسة: وله ثلاث مستويات هي: (مدينة، قروية، ومخيم).

ثانياً: المتغير التابع: ويتمثل في استجابة أفراد عينة الدراسة على مقياس التمكين النفسي ومستوى الطموح المستخدمان في الدراسة الحالية.

2- 7 إجراءات الدراسة:

لقد تم إجراء الدراسة وفق الخطوات الآتية:

1- تحديد مجتمع وعينة الدراسة.

2- استخراج صدق الأداتين، وتم استخراج معامل الثبات للأداتين.

3- توزيع أداتي الدراسة على أفراد عينة الدراسة.

4- تم جمع البيانات وترميزها.

5- تم إدخال البيانات للحاسوب ومعالجتها إحصائياً، باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات المناسبة تبعاً لتساؤلات الدراسة.

6- تم عرض النتائج ومناقشتها والتوصل إلى الاستنتاجات والتوصيات.

2- 8 المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحثون برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية: (إيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لتحديد مستوى كل من التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى

3- مجال المعنى المدرك:

الجدول (12) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين لمجال المعنى المدرك (ن=131)

رقم الفقرة	الفقرات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعاري	النسبة المئوية %	ترتيب الفقرة بالمجال التمكين النفسي	مستوى
27	استخدم خبراتي السابقة لرفع مستوى أدائي في المعمل الذي أقيم به	2.66	0.58	%88.80	1	مرتفع
28	لدي القدرة على اتخاذ القرارات المناسبة في عملي	2.65	0.61	%88.30	2	مرتفع
32	لا أشعر بأن عملي مثير للاهتمام	2.63	0.60	%87.53	3	مرتفع
26	أشعر بالراحة النفسية تجاه عملي كمعلم للتربية الرياضية	2.63	0.65	%87.53	4	مرتفع
25	أشعر بأن عملي كمعلم تربية رياضية ذات أهمية وأهداف واضحة بالنسبة لي	2.56	0.62	%85.50	5	مرتفع
31	أشعر بأن دوري في المدرسة مهم ولا يمكن الاستغناء عنه	2.44	0.73	%81.17	6	مرتفع
24	أشعر بالتوتر عند قيامي بعملتي	2.35	0.76	%78.37	7	مرتفع
30	أشعر إنني قادر على تقديم أشياء جديدة للطلاب	2.28	0.80	%76.08	8	متوسط
33	ليس لدي القدرة على أحداث تطوير في الأنشطة التي أقوم بها	2.22	0.76	%74.05	9	متوسط
29	أستخدم الوقت المناسب لتنفيذ الأعمال المكلف بها	2.20	0.74	%73.28	10	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال المعنى المدرك	2.46	0.36	%82.06		مرتفع

أقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من الجدول (12) أن التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين كان مرتفع على الفقرات (27، 28، 32، 26، 25، 31، 24)، إذ تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها بين (%78.37-%88.80)، وكان المستوى متوسطاً على الفقرات (30، 33، 29)، وفيما يتعلق في المستوى الكلي لمجال المعنى المدرك كان مرتفع، وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (%82.06).

التحكم والتأثير كان مرتفع على الفقرات (8، 10، 1، 9، 11، 3، 7، 4، 2)، إذ كانت النسبة المئوية للاستجابة عليهما (%79.64) فأكثر، وكان المستوى متوسط على الفقرات (12، 6، 5)، إذ تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها بين (%76.59-%75.83)، وفيما يتعلق في المستوى الكلي لمجال التحكم والتأثير، كان مرتفع، وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (%82.51).

مجال الكفاءة:

الجدول (11) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية- فلسطين لمجال الكفاءة (ن=131)

رقم الفقرة	الفقرات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعاري	النسبة المئوية %	ترتيب الفقرة بالمجال التمكين النفسي	مستوى
16	أشعر أن النجاح يحدث نتيجة التخطيط الجيد	2.70	0.54	%90.08	1	مرتفع
13	لدي القدرة على مواجهة الصعاب	2.66	0.59	%88.55	2	مرتفع
23	أشعر بأن لدي القدرة على إيجاد أفكار جديدة	2.58	0.69	%86.01	3	مرتفع
21	أشعر بأن لدي القدرة على إيجاد أفكار جيدة	2.47	0.62	%82.44	4	مرتفع
14	لدي القدرة على تنفيذ الأعمال المطلوبة بمهارة عالية	2.43	0.75	%80.92	5	مرتفع
19	لدي القدرة على إنجاز المهام في الوقت المحدد	2.42	0.70	%80.66	6	مرتفع
15	لدي القدرة على التكيف مع التغيرات المفاجئة لي داخل المدرسة	2.40	0.71	%79.90	7	مرتفع
20	أصاب بالإحباط عند تعرضي للفشل	2.25	0.73	%75.06	8	متوسط
22	لدي شعور بعدم الرضا تجاه كفاءتي الذاتية	2.23	0.82	%74.30	9	متوسط
17	أثق في قدرتي على إنجاز عملي بكفاءة تحت أي ضغط	2.23	0.88	%74.30	10	متوسط
18	استسلم لليأس بسهولة عند مواجهة التحديات	2.04	0.91	%67.94	11	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال الكفاءة	2.40	0.33	%80.01		مرتفع

أقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من الجدول (11) أن مستوى التمكين النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين لفقرات مجال الكفاءة كان مرتفع على الفقرات (16، 13، 23، 21، 14، 19، 15) إذ كانت النسبة المئوية للاستجابة عليهما بين (%79.90-%90.08)، وكان المستوى متوسط على الفقرات (20، 22، 17، 18)، إذ تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليهما بين (%67.94-%75.06)، وفيما يتعلق في المستوى الكلي لمجال الكفاءة، كان مرتفع، وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (%80.01).

4- مجال الاستقلالية:

الجدول (13) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى التمكن النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية - فلسطين لمجال الاستقلالية (ن=131)

رقم الفقرة	الفقرات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	ترتيب الفقرة بالمتن	مستوى التمكن النفسي
38	اتخاذ قراراتي يكون في ضوء أهدافي	2.68	0.57	89.31%	1	مرتفع
36	لدي قدرة تعبير عن رأيي داخل المدرسة	2.50	0.61	83.46%	2	مرتفع
34	لدي الحرية لتحديد طريقة عملي	2.40	0.60	79.90%	3	مرتفع
37	لدي القدرة على اتخاذ القرارات بشكل مستقل	2.29	0.63	76.34%	4	متوسط
35	أخطط لأموالي ولا أتركها للصنف	2.27	0.72	75.57%	5	متوسط
39	لدي القدرة على اتخاذ القرارات صعبة تساعد في حل المشكلات	2.08	0.88	69.47%	6	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال الاستقلالية	2.37	0.30	79.01%		مرتفع

أقصى درجة للاستجابة (3 درجات).

يتضح من الجدول (13) أن التمكن النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين كان مرتفع على الفقرات (38، 36، 34) إذ كانت النسبة المئوية للاستجابة عليهما بين (79.90-89.31%)، وكان المستوى متوسطاً على الفقرات (37، 35، 39)، إذ تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها بين (69.47%-76.34%)، وفيما يتعلق في المستوى الكلي لمجال الاستقلالية كان مرتفع، إذ وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (79.01%).

5- خلاصة النتائج المتعلقة في التساؤل الأول:

الجدول (14) يبين الترتيب والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى التمكن النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين للمجالات والدرجة الكلية (ن=210).

ترتيب المجال بالمقياس	المجالات	متوسط الاستجابة	الانحرافات المعيارية	النسبة المئوية %	مستوى الترتيب	ترتيب المجال بالمقياس
1	التحكم والتأثير	2.46	0.36	82.06%	مرتفع	2
2	المعنى المدرك	2.48	0.32	82.51%	مرتفع	1
3	الكفاءة	2.37	0.30	79.01%	مرتفع	4
4	الاستقلالية	2.40	0.33	80.01%	مرتفع	3
	الدرجة الكلية للتمكن النفسي	2.43	0.26	81.15%	مرتفع	

أقصى درجة للاستجابة (3 درجات).

يتضح من الجدول (14) أن التمكن النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين كان مرتفع، إذ وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (81.15%)، كذلك أظهرت النتائج أن المستوى كان مرتفع على جميع المجالات، وفيما يتعلق في ترتيب المجالات جاء على النحو الآتي:

المرتبة الأولى: مجال المعنى المدرك (82.51%).

المرتبة الثانية: مجال التحكم والتأثير (82.06%).

المرتبة الثالثة: مجال الاستقلالية (80.01%).

المرتبة الرابعة: مجال الكفاءة (79.01%).

ويعزو الباحثون هذه النتيجة الى تقبل ورضا معلم التربية الرياضية عن العمل الذي يقوم به؛ وشعوره بالثقة في قراراته وانه قادر على تحقيق أهدافه والتغلب على التحديات التي تواجهه أثناء عمله، فارتفاع مستوى التمكن النفسي لدى معلم التربية الرياضية يعد مؤشراً إيجابياً لأنها ينعكس على اعتقاده انه قادر على تحقيق أشياء إيجابية في حياته، ويجعله شخصاً مسؤولاً عن تصرفاته وينجز أعماله على أحسن وجه.

كما أن إدارة المدرسة لها دور في منح معلم التربية الرياضية الحرية في اختيار طريقة أداء عملهم واتخاذ القرارات، فشعور معلم التربية الرياضية بالاستقلالية يجعله قادر على أداء الأعمال المكلف بها دون مساعدة كما انه يزيد من دافعتهم وتقديرهم لنواتهم وبالتالي يتحسن مستوى أدائهم .

ومعلم التربية الرياضية يشعر بقدرة على التحكم والسيطرة على الطلاب وانه يؤخذ بأرائه وهذا يؤثر عليه إيجابياً وينمي لديه مهارات القيادة فضلاً عن وجود دافعية ورغبة لديه لأداء عمله، وتتوفر لديه قنرات ومهارات تجعله يؤدي عمله بمهارات عالية وفي أحسن صورة وفي الوقت المحدد مهما كانت الظروف الصعبة.

وتتفق هذه النتيجة مع كل من دراسة (إيمان بنت سليمان بن عامر، 2016)، (طه مداني طويهر، 2018)، (نغم خالد نجيب، 2018)، (هدير عبد الحميد النواجحة، 2016)، (أفت جميل عكر، 2016)، (نيللى حسين كامل، 2019)، (شيرى مسعد حليم، 2017)، و التي أشارت الى أن مستوى التمكن النفسي مرتفع، وتختلف مع دراسة قصي خالد التخابنة (2018)، (سيف عبد الله مذهب، 2019)، (أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، 2017)، التي أشارت الى أن مستوى التمكن النفسي متوسط، دراسة (عبد الناصر موسى إسماعيل، 2020) التي أشارت الى أن مستوى التمكن النفسي منخفض لدى عينة البحث .

2- مجال النظرة الى الحياة:

الجدول (16) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية

- فلسطين لمجال النظرة الى الحياة (ن=131)

رقم الفقرة	الفقرات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	ترتيب الفقرة بالمجال	مستوى التمكن النفسي
14	اشعر بان لدي القدرة على النجاح.	2.74	0.53	%91.35	1	مرتفع
16	اشعر بان لدي فرص كثيرة لتحقيق طموحاتي.	2.67	0.55	%89.06	2	مرتفع
20	افكر دائماً في احداث مفرحة	2.66	0.58	%88.55	3	مرتفع
23	اهم شيء لدي هو تحقيق طموحاتي	2.64	0.65	%88.04	4	مرتفع
22	اتوقع دائماً النجاح في عملي	2.63	0.56	%87.53	5	مرتفع
21	انظر الى عملي كمدرس تربية رياضية بشكل ايجابي	2.61	0.63	%87.02	6	مرتفع
18	اعتقد ان الحياة تعتمد على الحظ	2.57	0.69	%85.75	7	مرتفع
15	اشعر بالتقاول تجاه عملي	2.48	0.76	%82.70	8	مرتفع
17	اعرف ما اريد تنفيذه في مستقبلي كمعلم تربية رياضية	2.47	0.72	%82.44	9	مرتفع
19	اطمح للوصول الى مستوى متميز في عملي	2.31	0.77	%77.10	10	متوسط
13	استمتع بالحياة من خلال عملي الجاد	2.36	0.77	%78.63	11	متوسط
24	اشعر ان الحياة بلا أمل	1.92	0.81	%63.87	12	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال النظرة الى الحياة	2.51	0.35	%83.50		مرتفع

يتضح من الجدول (16) أن مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين كان مرتفع على الفقرات (14، 16، 20، 23، 22، 21، 18، 15، 17)، إذ تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها بين (82.44%- 91.35%)، وكان المستوى متوسطاً على الفقرات (13، 24)، وفيما يتعلق في المستوى الكلي لمجال النظرة الى الحياة كان مرتفع، وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (83.50%).

3- مجال تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس:

الجدول (17) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين لمجال تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس (ن=131)

رقم الفقرة	الفقرات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	ترتيب الفقرة بالمجال	مستوى التمكن النفسي
32	اثق ان جهدي يزيل الغيابة	2.58	0.70	%86.01	1	مرتفع
31	اثق بقدرتي على اداء عملي بطريقة جيدة	2.57	0.62	%85.75	2	مرتفع
27	اتحمل مسؤولية الاعمال التي اقوم بها	2.54	0.69	%84.73	3	مرتفع
25	اشعر بان لدي القدرة للتغلب على الصعاب التي تواجهني في عملي	2.53	0.59	%84.22	4	مرتفع
30	اقوم بالاعمال التي اشعر انني سوف اتحمل المسؤولية ببغدي	2.50	0.66	%83.46	5	مرتفع
34	اعتمد على دعم الآخرين لتحقيق اهدافي	2.46	0.70	%81.93	6	مرتفع
33	لدي القدرة على حل المشكلات التي تواجهني اثناء اداء عملي	2.30	0.73	%76.59	8	متوسط
28	ابتعد عن الاعمال التي اشعر بمسؤوليتها	2.28	0.82	%76.08	9	متوسط
26	اشعر بالاستقلال بعيداً عن اسرتي	2.26	0.86	%75.32	10	متوسط

ثانياً : النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني والذي نصه:

ما مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين؟

للإجابة عن التساؤل استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل فقرة ولكل مجال ونتائج الجداول (15)، (16)، (17)، (18)، تبين ذلك، ونتائج الجدول (19) تبين خلاصة النتائج المتعلقة في التساؤل.

ومن أجل تفسير النتائج اعتمدت المتوسطات الحسابية الآتية:

2.34- 3 فأعلى مستوى الطموح مرتفع.

1.67- 2.33 مستوى الطموح متوسط.

1- 1.66 مستوى الطموح منخفض.

1- مجال المثابرة والميل إلى الكفاح:

الجدول (15) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية- فلسطين لمجال المثابرة والميل إلى الكفاح (ن=131)

رقم الفقرة	الفقرات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	ترتيب الفقرة بالمجال	مستوى التمكن النفسي
4	اشعر بالحماس عند اداء عملي	2.73	0.56	%90.84	1	مرتفع
11	استطيع اداء عملي تحت ضغط ولا اشغل بما يحيط بي	2.66	0.55	%88.55	2	مرتفع
3	اشعر انني شخص مكافح	2.65	0.58	%88.30	3	مرتفع
7	احاول التخلص من المعوقات التي تمنعني من اداء عملي	2.63	0.54	%87.79	4	مرتفع
8	اسيطر على انفعالي عند التعرض للمصوبات	2.60	0.55	%86.77	5	مرتفع
10	أزيد من جهدي عندما اجد من ينافسني	2.57	0.72	%85.75	6	مرتفع
1	اكمل الاعمال التي اقوم بها حتى النهاية	2.57	0.61	%85.75	7	مرتفع
9	اسعى لزيادة معرفتي وتعلم انشاء جديدة	2.53	0.60	%84.48	8	مرتفع
5	اشعر بالإحباط عند مواجهتي للمصوبات عند اداء عملي	2.53	0.71	%84.22	9	مرتفع
12	لدي القدرة على المثابرة حتى اصل الى طموحاتي	2.51	0.60	%83.72	10	مرتفع
2	استسلم عند شعوري بالفشل	2.34	0.78	%77.86	11	مرتفع
6	انهي الاعمال التي اكلف بها في الوقت المحدد	1.96	0.78	%65.39	12	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال المثابرة والميل إلى الكفاح	2.52	0.30	%84.12		مرتفع

يتضح من الجدول (15) أن مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين كان مرتفع على الفقرات (4، 11، 3، 7، 8، 10، 1، 9، 5، 12، 2)، إذ تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها بين (77.86%- 90.84%)، وكان المستوى متوسطاً على الفقرة (6)، وفيما يتعلق في المستوى الكلي لمجال المثابرة والميل إلى الكفاح كان مرتفع، وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (84.12%).

5- خلاصة النتائج المتعلقة في التساؤل الثاني:

الجدول (19) يبين الترتيب والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية - فلسطين للمجالات والدرجة الكلية (ن=131).

ترتيب المجال بالمقياس	المجالات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	مستوى الطموح	ترتيب المجال بالمقياس
1	المثابرة والميل الى الكفاح	2.52	0.30	%84.12	مرتفع	1
2	النظرة الى الحياة	2.51	0.35	%83.50	مرتفع	2
3	تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس	2.43	0.34	%80.84	مرتفع	3
4	تحديد الأهداف والخطط	2.38	0.30	%79.39	مرتفع	4
	الدرجة الكلية لمستوى الطموح	2.47	0.22	%82.19	مرتفع	

أقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من الجدول (19) أن مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين كان مرتفع، إذ وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (%82.19)، كذلك أظهرت النتائج أن المستوى كان مرتفع على جميع المجالات، وفيما يتعلق في ترتيب المجالات جاء على النحو الآتي:

المرتبة الأولى: مجال المثابرة والميل الى الكفاح (%84.12).

المرتبة الثانية: النظرة الى الحياة (%83.50)

المرتبة الثالثة: مجال تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس (%80.84)

المرتبة الرابعة: مجال تحديد الأهداف والخطط (%79.39).

ويعزوا الباحثون هذه النتيجة الى أن معلم التربية الرياضية قادر على التخطيط لمستقبله وتحديد أهدافه والتمسك بالنظرة التفاؤلية للمستقبل والعمل على تحقيق أهدافه الموضوعية كما أنه يستطيع تجاوز العقبات و تقبل كل ما هو جديد وتحمل الفشل والإحباط.

ولعل الكثير من انجازات الأفراد وتقدم الأمم والشعوب يرجع الى توفر القدر المناسب من مستوى الطموح لديهم كما أن، مستوى الطموح يلعب دورا هاما في حياة الفرد والجماعة وهو يعد أحد المتغيرات ذات التأثير البالغ فيما يصدر عن الإنسان من نشاط. ويتفق هذا مع دراسة (ورا خالد الطراونة، 2019)، دراسة (عمرو محمود الرواشدة، 2016) التي أشارت أن مستوى الطموح مرتفعا، و تختلف مع دراسة (زياد بركات، 2009) و(نضال الركابي وسماح سليمان أبو زغله، 2014) التي أشارت أن مستوى الطموح جاء متوسط.

29	اشعر ان قدرتي تفوق الإعمال المطلوبة مني	2.23	0.83	%74.30	11	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس	2.43	0.34	%80.84		مرتفع

يتضح من الجدول (17) أن مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين كان مرتفع على الفترات (32، 31، 27، 25، 30، 34)، إذ تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها بين (%78.63-86.01%)، وكان المستوى متوسطاً على الفترات (33، 28، 26، 29)، وفيما يتعلق في المستوى الكلي لمجال تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس كان مرتفع، وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (%80.84).

4- مجال تحديد الأهداف والخطط:

الجدول (18) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لمستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين لمجال تحديد الأهداف والخطط (ن=131)

رقم الفقرة	الفقرات	متوسط الاستجابة	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	ترتيب الفقرة بالمجال	مستوى التمكن النفسي
38	اضع لنفسك اهداف بديلة قبل البدء في عملي	2.53	0.59	%84.22	1	مرتفع
37	احدد اهداف وخطط مستقبلية مناسبة لإمكاناتي	2.50	0.55	%83.21	2	مرتفع
40	افكر في نتائج الاعمال التي اقوم بها	2.47	0.60	%82.19	3	مرتفع
36	اضع لنفسك اهداف واقعية	2.46	0.76	%81.93	4	مرتفع
42	اسمى لتحقيق الاهداف التي اضعها مهما كانت العقبات التي تواجهني	2.45	0.70	%81.68	5	مرتفع
39	اسمى للحصول على مكانة عالية في عملي	2.37	0.75	%78.88	6	مرتفع
35	لدي اهداف واضحة تناسب مع عملي كمدرب تربية رياضية	2.36	0.76	%78.63	7	مرتفع
41	اثق بان عزمي تجعلني اصل الى اهداف مهنية	2.16	0.64	%72.01	7	متوسط
43	اشعر ان مستوى طموحي اقل من زملائي	2.15	0.66	%71.76	8	متوسط
	الدرجة الكلية لمجال تحديد الأهداف والخطط	2.38	0.30	%79.39		مرتفع

يتضح من الجدول (18) أن مستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين كان مرتفع على الفترات (38، 37، 40، 36، 42، 39)، إذ تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها بين (%78.88-84.22%)، وكان المستوى متوسطاً على الفترات (41، 43)، وفيما يتعلق في المستوى الكلي لمجال النظرة الى الحياة كان مرتفع، وصلت النسبة المئوية للاستجابة الى (%79.39).

(2011) لتحقيق أهدافه ويكون لديه القدرة على التغلب على ما يواجهه من عقبات، ويتميز الشخص الطموح بالتفاؤل والمثابرة والاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية وتقبل كل جديد يتناسب مع قدراته.

التساؤل الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في التمكين النفسي بين المعلمين تعزى إلى متغير الجنس؟

ولتحديد الفروق والإجابة عن التساؤل تم تطبيق اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent Samples T Test) ونتائج الجدول (17) تبين ذلك.

الجدول (21) يبين نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في التمكين النفسي بين المعلمين تبعاً إلى متغير الجنس (ن=131).

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	مستوى الدلالة
ذكر	69	2.41	0.270	-0.93	0.35
أنثى	61	2.45	0.24		

* مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$)

يتضح من نتائج الجدول (21) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في التمكين النفسي بين المعلمين تبعاً إلى متغير الجنس.

ويعزو الباحثون عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات في التمكين النفسي إلى أن المعلمين والمعلمات كل منهم يشعر بأهمية عمله ويتحملون انجاز المهام المكلفون بها وفق منهج دراسي واحد، وكل منهم لديه طموحاته التي يسعى لتحقيقها لذلك يتلشى الفروق بين كل منهم، وهذا ما أكدته دراسة (أفت جميل عكر، 2013) (9) على عدم وجود فروق دالة إحصائية للجنس يرجع ذلك إلى تشابه الظروف البيئية والوظيفية للأفراد سواء ذكور أو إناث فالفرص التعليمية والوظيفية والنورات التدريبية لا تفرق بين ذكور وإناث.

وهذا يتفق مع دراسة (مصعب بن عبد الهادي القتامي، 2009) (30)، دراسة (شيري مسعد حليم، 2017) (18)، دراسة (هشام محمد أبو عمرة، نضال محمد الزطمة، ميسرة فتحي أبو دان، 2017) (37)، دراسة (2016) (61)، دراسة (Khammarina, et al) (2014) (50) دراسة (Zare et al.) (2015) (61)، دراسة (نيللي حسين كامل (2019) (35)،

ثالثاً : النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث والذي نصه:

ما العلاقة بين التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين؟ للإجابة عن التساؤل استخدم معامل الارتباط بيرسون ونتائج الجدول (20) تبين ذلك.

الجدول (20) يبين نتائج معامل الارتباط بيرسون لعلاقة التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية-فلسطين (ن=131).

التمكين النفسي	مستوى الطموح		ر	الدلالة
	المتوسط	الانحراف		
المتوسط	2.43	0.26	0.18	*0.04
الانحراف	2.47	0.22		

دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05 = \alpha$).

يتضح من الجدول (20) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.05 = \alpha$) بين التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى معلمي التربية الرياضية في المحافظات الشمالية/فلسطين، إذ كانت قيمة معامل الارتباط (0.18%).

تشير النتائج جدول (20) إلى أنه كلما زاد مستوى الطموح لدى معلم التربية الرياضية أصبح التمكين النفسي لديهم أفضل، ويمكننا القول أن مستوى الطموح هو القوة التي تدفع معلم التربية الرياضية إلى تحقيق أهدافه والنجاح فيها وبالتالي يتحسن التمكين النفسي لديه.

ويدعم ذلك ما أكدته دراسة (stutzer، 2004) (58) أم مستوى الطموح له دور أساسي في تحقيق السعادة النفسية فهو يجعل الفرد يتحدى العقبات التي تواجهه ويسعى لتحقيق أهدافه.

وأشار (ممدوح الكنانى وآخرون، 2002) إن مستوى الطموح يعد من عناصر الدافعية فهو يدفع الفرد لتحقيق أهدافه (31:16).

ويشير (barton، 2011) إن التمكين دافع داخلي يجعل الفرد يشعر بالرضا وأنه قادر على مواجهة الصعاب ويتكون لدى الفرد إحساس بقيمة العمل مما يجعله يبدع فيه (208: 41).

ويرى الباحثون أن مستوى الطموح يكسب معلم التربية الرياضية الثقة بالنفس التي تساعد على تحقيق أهدافه ويزيد من دافعيته وشعوره بالتفاؤل نحو مستقبله ويجعله قادر على مواجهة الصعاب أي أنه يعتمد على الدوافع الداخلية وهو العامل الأساسي لرفع مستوى التمكين النفسي.

وهذا يتفق مع ما أشارت إليه دراسة (أسماء الزناتي إبراهيم،

أساسي لبقاء الأفراد، فهو يرتبط بهدف معين، فالمعلمين والمعلمات كل منهم لديه هدف يسعى لتحقيقه ويبدل كل جهده للوصول إليه ويتحدى العقبات التي تواجهه فوصوله للنجاح أو للهدف يعطيه إحساس بالرضا والثقة بالنفس، وقد يتعرض للفشل إذا وضع هدف أعلى من قدراته، فالمناصب العليا يتم الوصول إليها حسب الكفاءة، وهذا يعمل على تلاشي الفروق بين كل من الذكور والإناث.

وهذا ما أكدته دراسة (زياد بركات نايف، 2009) (13) أن كل الأفراد سواء ذكور أو إناث لديهم نفس النظرة حول التفاؤل ولديهم الأمل في تحقيق أهدافهم المستقبلية الذين يطمحون إليها فكل منهم يريد أن يثبت وجوده.

يتضح من ذلك عدم وجود فروق دالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات في الدرجة الكلية، وهذا يتفق مع دراسة (زياد بركات نايف، 2009) (13)، دراسة (رشا الناطور سالم، 2007) (10)، دراسة (سماح خالد زهران، 2006) (15)، دراسة (STAND, S. et al) (2008) (57) دراسة (حنين جبريل الرفوع، 2015) (8)، دراسة (عمرو محمود الرواشدة، 2019) (22)، دراسة (مرسي محسن أبو ريا، 2010) (29) أشارت نتائج هذه الدراسات إلى عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث، وتختلف مع دراسة (Esterlla Romero et al) (2011) (45)، دراسة (نضال عبد الحسن الركابي، 2000) (32) التي توصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح الإناث، دراسة (حسن شاكر منسى، 2003) (7)، دراسة (محمد أشرف أحمد، 2010) (26)، دراسة (Margoribanks) (2004) (52)، التي توصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح الذكور.

4- الخاتمة:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث، وتحقيقاً لهدف وتساؤلات البحث، وفي حدود عينة البحث وإجراءاته، يقدم الباحثون الاستخلاصات الآتية:

1- تميز مقياس التمكين النفسي لدى معلم التربية الرياضية بمعاملات صدق وثبات عال، والمقياس صالح للتعرف على مستوى الطموح لمعلم التربية الرياضية .

دراسة (أحمد عبد اللطيف أبو أسعد، 2017) (1)، (عبد الناصر موسى إسماعيل، 2020) (20)، (سيف عبد الله مدهان، 2019) (17)، (عفاف محمود أبو غالي، 2016) (4)، (قصي خالد التخائنه، 2018) (24) أشارت نتائج هذه الدراسات إلى عدم وجود فروق دالة بين الذكور والإناث، وتتفق جزئياً مع دراسة (هدير عبد الحميد النواحجة، 2016) (12) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في التمكين النفسي تبعاً لمتغير الجنس عدا بعد التأثير كانت الفروق لصالح الذكور، دراسة (محمد سعد حامد، 2013) (28) التي أشارت إلى عدم وجود فروق تعزى لمتغير الجنس فيما عدا بعد المعنى كانت الفروق لصالح الإناث، وتختلف مع دراسة (Yilmaz) (2015) (60)، دراسة (Fay and Marting) (2005) (46) التي توصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائية لصالح الإناث.

وهذا ما أدته دراسة (رافت جميل عكر، 2013) (9) على عدم وجود فروق دالة إحصائية للجنس يرجع ذلك إلى تشابه الظروف البيئية والوظيفية للأفراد سواء ذكور أو إناث فالفرص التعليمية والوظيفية والدورات التدريبية لا تفرق بين ذكور وإناث.

التساؤل الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في مستوى الطموح بين المعلمين تعزى إلى متغير الجنس؟

ولتحديد الفروق والإجابة عن التساؤل تم تطبيق اختبار (ت) للعينات المستقلة (Independent Samples T Test) ونتائج الجدول (22) تبين ذلك.

الجدول (22) يبين نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق في مستوى الطموح بين المعلمين تبعاً إلى متغير الجنس (ن = 131).

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T	مستوى الدلالة
ذكر	69	472.	0.20	0.35	0.72
أنثى	61	62.4	30.2		

* مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$)

يتضح من نتائج الجدول (22) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في مستوى الطموح بين المعلمين تبعاً إلى متغير الجنس.

ويعزو الباحثون وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات في مستوى الطموح إلى أن مستوى الطموح يعد عاملاً

- معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.
- [3] أباطة، أمال عبد السميع. (2004). مقياس مستوى الطموح لدى المراهقين والشباب، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- [4] ابن عامر، إيمان بنت سليمان (2016). التمكين النفسي لدى معلمي التعليم الأساسي وعلاقته في الثقة بالمشرف التربوي في سلطنة عمان، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة السلطان قابوس، عمان.
- [5] المساعد، جميل شعله (2004). الانجاز الأكاديمي وعلاقته بمستوى الطموح ومفهوم الذات والحاجة الى المعرفة لدى طلاب كلية العلمية بمكة المكرمة (دراسة تنبؤية)، مجلة التربية بينها، 4، 179-201.
- [6] منسي، حسن شاكر (2003). مستوى الطموح لدى عينة من طلبة الثانوي في مدينة اربد بالأردن وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة مركز البحوث التربوية بقطر، السنة الثانية عشر، العدد 24، يوليو.
- [7] الرفوع، حنين جبريل. (2015). مستوى الطموح المهني لدى العاملين الإداريين في جامعات إقليم الجنوب وعلاقته بالأداء الوظيفي من وجهة نظرهم، رسالة ماجستير، كلية عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.
- [8] عكر، رأفت جميل. (2013). العلاقة بين التمكين النفسي للمرشد والتوجيه نحو الحياة المهنية، رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن.
- [9] سالم، رشا الناظور (2007). مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات عند طلاب الثالث الثانوي المستجدين والمعيدين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق سوريا.
- [10] أبو زيد رياض. (2010). أثر التمكين النفسي على سلوك المواطنة للعالمين في مؤسسة الضمان الاجتماعي في الأردن، مجلة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، 24 (2)، 493-519.
- [11] التواجحة، زهير عبد الحميد. (2016). التمكين النفسي والتوجه الحياتي لدى عينة من معلمي المرحلة الأساسية، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، 15(1)، 238-316.
- [12] العتيبي، سعد بن مرزوق (2018). التمكين النفسي وعلاقته بكل من الالتزام التنظيمي والانتماء في العمل لدى العاملين في شركات التأمين الخاصة بمدينة الرياض، المجلة العربية للإدارة، 38 (4)، ص 115.
- [13] إلهران، سماح خالد (2006). الطموح الإنساني طبيعته ودراسة لبعض المتغيرات المؤثرة فيه. بحث مقدم للمؤتمر الاقليمي الثالث "الطفل العربي وملاح المستقبل"، 12 مارس 2006، قسم تربية الطفل، جامعة عين شمس، ص 660-680.
- [14] سليمان، سماح (2014). مستوى الميول المهنية لدى طلبة الصف التاسع في قرى بئر السبع وعلاقته بمستوى الطموح، رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، الأردن.
- [15] مدهان، سيف عبد الله (2019). التمكين النفسي وعلاقته بكفاءة الذات المدركة ودافعية الانجاز: دراسة في علم النفس، الجمعية العلمية للبحوث والدراسات الإستراتيجية، الأردن، ص 388-414.
- [16] حلیم، شيري مسعد (2017). التمكين النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة لهم بجامعة الزقازيق وعلاقته بالرضا الوظيفي، دراسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق)، 95(1)، 57-118.
- [17] طويهر، طه مداني (2018). دور التمكين النفسي في تعزيز الالتزام التنظيمي: دراسة تحليلية لآراء عينة من الأفراد العاملين بالمكتبات الجامعية، مجلة أداء

- 2-تميز مقياس مستوى الطموح لدى معلم التربية الرياضية بمعاملات صدق وثبات عال، والمقياس صالح للتعرف على مستوى الطموح لمعلم التربية الرياضية .
- 3-تميز معلم التربية الرياضية بمستوى تمكين نفسي بدرجة مرتفعة.
- 4-تميز معلم التربية الرياضية بمستوى طموح بدرجة مرتفعة.
- 5-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التمكين النفسي بين الذكور و الإناث.
- 6-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح بين الذكور و الإناث.
- 7-وجود علاقة ارتباطيه التمكين النفسي ومستوى الطموح لدى معلم التربية الرياضية.
- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج واستخلاصات البحث، يقدم الباحثون التوصيات الآتية:
- 1-استخدام مقياس التمكين النفسي والطموح قيد الدراسة في أبحاث مستقبلية تتعلق بالصحة النفسية لمعلمي التربية الرياضية.
- 2-عقد الندوات وورش العمل التي تهدف الى توعية الإدارة المدرسية المعلمين بأهمية الصحة النفسية لمعلمي التربية الرياضية لزيادة كفاءتهم وعطائهم بالعمل.
- 3-الاهتمام بتوفير برامج إرشادية لمعلمي التربية الرياضية تهدف الى تطوير التمكين النفسي ورفع مستوى الطموح لديهم لما لذلك كم أثار ايجابية لجودة العمل .
- 4-التأكيد على توفير الرعاية النفسية وسبل التمكين النفسي لمعلم التربية الرياضية لما لذلك كم أثر ايجابي على طموحه وقدرته على تحقيق الأهداف أثناء العمل.
- 5-إجراء المزيد من البحوث تتعلق بمتغيرات للصحة النفسية لمعلمي التربية الرياضية.

المصادر:

- [1] أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف. (2017). فعالية برنامج إرشادي يستند الى التمكين النفسي في تحسين الرضا الحياتي والأمل لدى طلبة المرحلة المتوسطة من نوي الأسر المفككة في محافظة الكرك، مجلة دراسات العلوم التربوية، الأردن، 44، 149-164.
- [2] الزناتي، أسماء (2011). مقارنة بين مستويات الإدارة الذاتية في كل من مركز التحكم ومستوى الطموح وفاعلية الذات لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير

القدس المفتوحة .

- [33] المشيخي، غالب (2009). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى، كلية التربية.
- [34] الزاهرة، محمد، خلف (2014). العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية ، مجلة، 3 العدد (10) ص 47- 80، جامعة حائل، المملكة العربية السعودية.
- [35] الزين، ممدوح (2019). السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية، المجلد (28) العدد، 2، ص. 251- 269، الجامعة الأردنية، الأردن.
- [36] خليفة، مي السيد، وشهاب، لبنى محمود. (2015). الإسهام النسبي للإدارة الإستراتيجية للموارد البشرية في التمكين النفسي والالتزام الوجداني للمعلمين . مجلة دراسات تربوية واجتماعية، 21(3)، 411 - 484
- [37] الجباري، جنار الوري (2019). قلق الامتحان و علاقته ب مستوى الطموح الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية . مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، العراق، 26 (4)، 426-449 .
- [38] امين، معوش. (2015). علاقة التماسك الجماعي للفريق الرياضي بمستوى الطموح لدى لاعبي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أكلبي محنة اولحاج، البويرة، الجزائر .
- [39] أبو شنب، رعد حسن حسين (2015). العلاقة بين مستوى دافعية الانجاز الرياضي و مستوى الطموح لدى لاعبات منتخبات الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس ، فلسطين .
- [40] الشرافي، ماهر موسى مصطفى (2013). الإنهاك النفسي و علاقته بكل من قلق المستقبل و مستوى الطموح لدى العاملين، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، قسم علم النفس، غزة، فلسطين .
- [41] قلوبوي، خالد بن محمد (2020). الأساليب المعرفية الإبداعية وعلاقتها بالتمكين النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك عبد العزيز بجدة. مجلة جامعة الملك عبد العزيز - الآداب والعلوم الإنسانية، المجلد 28، العدد 4، ص 225- 257 .
- [42] التوجري، أسماء (2002). المتغيرات الاجتماعية المحددة لمستويات وأنماط الطموح الاجتماعي، رسالة دكتوراه منشورة، مكتبة الملك عبد العزيز العامة، الرياض، السعودية، ص 88 .
- [43] شناعة، مؤيد (2014). اتجاهات معلمي ومعلمات التربية الرياضية نحو الحركة الكشفية في الضفة الغربية. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، مج 28، ع 10 .
- [44] البيومي، أحمد البيومي علي. (2020). التمكين النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى معلم التربية الرياضية، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، جامعة أسبوط-كلية التربية الرياضية، ع (54)، ج (2).
- [45] Aghaei, N& Savari, M. (2013). The relationship between Psychological empowerment and professional commitment of selected of physical education teachers in Khuzestan province, Iran. European Journal of Experimental Biology, 4(4) : 147-155
- [46] Barton, H.& Barton, L, C.(2011). Trust and Psychological empowerment in the Resource Management Review 21.

المؤسسات الجزائرية، ع13، 29- 48.

- [18] إسماعيل، عبد الناصر موسى (2020). التنبؤ بالتدفق النفسي في ضوء أبعاد التمكين النفسي لدى طلبة الصف الثاني الثانوي في محافظة الكرك، جامعة الحسين بن طلال -عمادة البحث العلمي، الأردن، مج6، 193- 209.
- [19] ابو غالي، عفاف محمود (2016). الوعي بالذات والأمان الاجتماعي كمنبئات بالتمكين النفسي لدى المرضين و المرضات في محافظة غزة، مجلة رسالة التربية وعلم النفس: 54، 186، (3855)، 1-33.
- [20] الرواشدة، عمرو محمود (2016). اتجاهات طلبة التمريض نحو المهنة وعلاقتها بمستوى الطموح وجودة الحياة، رسالة ماجستير، كلية عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الاردن.
- [21] التكاينة، قصي خالد (2018). دور المناعة النفسية في التنبؤ بالتمكين النفسي لدى طلبة جامعة مؤتة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، رسالة ماجستير، كلية عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.
- [22] أحمد، محمد أشرف (2010). التفاضل والتشاور وعلاقتها بتقدير الذات ومستوى الطموح والتوافق مع الحياة الجامعية لدى من الطلاب والطالبات، مجلة دراسات عربية في علم النفس، مج9، ع2، ابريل 2010، ص 339 : 398.
- [23] ابو ريا، مرسي محسن (2010). علاقة الاغتراب النفسي ومستوى الطموح بمتغيرات الجنس والتخصص ومستوى التحصيل لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عكا، رسالة ماجستير، كلية العلوم التربوية والنفسية، جامعة عمان العربية، الأردن.
- [24] القتامي، مصعب بن عبد الهادي (2009). التمكين النفسي وعلاقته بالولاء التنظيمي لدى العاملين بمستشفى قوى الأمن بمدينة الرياض، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- [25] الكنان، ممنوح، واخرون (2002). المدخل الى علم النفس، 2ط، الإمارات العربية المتحدة مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع.
- [26] الركابي، نضال عبد الحسن (2000م). مستوى الطموح وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية بالجامعة المستنصرية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، العراق.
- [27] نجيب، نغم خالد (2018). التمكين النفسي وعلاقته بدرجة الطموح لدى العاملين في المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، مج11، ع2، 124- 155.
- [28] الطراونة نورا خالد. (2019). قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الاردن.
- [29] كامل، نيللي حسين (2019). الوعي المعلوماتي وعلاقته بالتمكين النفسي لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة الملك خالد بالسعودية، المركز العربي للتعليم والتنمية، مج26، ع121، ص417- 548.
- [30] أحمد، هدى عبد الرحمن. (2010). تقدير الذات وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طالبات كلية المعلمين بجدة، مجلة جامعة الملك سعود، المجلد 16، العدد الأول، ص (11-60).
- [31] ابو عمرة، هشام، الزطمة، نضال، أبو دان، ميسرة. (2017). ثقافة التمكين النفسي وعلاقته بتنمية مهارات التفكير الإبداعي لدى العاملين، مجلة كلية فلسطين التقنية للأبحاث والدراسات، 4، 111- 146.
- [32] بركات، زياد (2008). علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، فلسطين، جامعة



- students achievement Online Submission. 9, 102–108 .
- [60]Khammarnia, M., Ravangard, R & Asadi, H. (2014). The relationship of psychological empowerment and readiness for organizational changes in health workers, lorestan, iran. Journal of Pakistan Medical Association, 64(5),537–541.
- [61]Steve Strand & Joe Winston (2008). Educational Aspirations in inner city schools, institute of Education, University of Warwick, journal of Educational Studies, vol, 34, issue 4, UK.
- [62]Yilmaz, O.(2015). Revisiting the impact of perceived empowerment on job performance. Results from front-line employees. Turizam, 19 (1), 34–46.
- Zare, M., Zarmehr, F.& Ashrafi-Rizi, H.(2015). between, psychological Relationship empowerment and productivity of medical
- [47]Estrella, Romero.et al. (2011). Life Aspiration personality Traits and Subjective well-being in a Spanish sample. European journal of personality. Eur.j.pers
- [48]Jordan,G.,Miglic, G., Todorovic, I& Maric, M.(2017). Psychological Empowerment, Job Satisfaction and organizational Commitment Among Lecturers in Higher Education: comparison of six CCE countries. Organizacija, 50(1),17–32.
- [49]Margoribanks, K (2004). "Ability and personality correlates of young adults attitudes and aspirations". Psychological Reports, V.88,N.3, p. 626–628.
- [50]Niemeiec, P.& Richard M. Ryan, & Edwar L. Deei (2009). The path taken. Consequences of attaining intrining intrinsic and extrinsic aspirations in post-college life, journal of
- [51]Scott, Ikharo& Elizabeth Anne. (2014). K-12 Urban School Teachers perceptions of psychological empowerment, unpublished doctoral dissertation, Faculty of the department of educational, university of Minnesota.
- [52]Stutzer. A. (2004). The role of income aspiration in individual happiness. Journal of Economic Behavior and Organization, 54, (1).pp. 89–109.
- [53]Wang, J. L. & Zhang, D. J.(2012). An exploratory investigation on Psychological empowerment among Chinese teachers. Advances in psychology study,1(3),13–21.
- [54]QUINONES , M., Broeck, A., & witte H. (2013). DO job resources affect work emgagment via psychological empowerment? A mediation analysis. Journal of work and Organizational psychologyand Organizational , ent vi>psychology,29,127–134.
- [55]Argundade O., & ArgunadadE A. (2015). Psychological Empowerment in the workplace: Implications for Employees career Satisfaction. North American Journal of Psychology , 1, 27–36
- [56]Ozaralh, N. (2015). Linking empowering leader to creativity: the moderating role of psychological (felt) empowerment .
- [57]Procedia – Social and Behavioral Sciences, 181, 366–376
- [58]Moura D: Orgambidz A.& de Jesus S. (2015). Psychological Empowerment and Work Engagement as Predictors of Work Satisfaction: A Sample of Hotel Employees . Journal of Spatial and Organizational Dynamics Vol.3 No.2 pp.125–134.
- [59]Fay, M and Martin, B (2005). School counselors systematic Perceptions of change agency through Primal Leadership and empowerment: critical Provisions towards K-12

بناء مستويات معيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لطالبات المرحلة الأساس العليا في مديرية

تربية جنين

١.د. معتصم محمود شطناوي¹، ٢.أ.د. عماد عبد الحق³، ٣.د. محمود حسني الأطرش⁴

¹ كلية التربية الرياضية/جامعة اليرموك

² كلية التربية الرياضية/جامعة النجاح الوطنية

³ كلية التربية الرياضية/جامعة النجاح الوطنية

⁴ جامعة النجاح الوطنية

(¹ Albasha1969@yahoo.com)

المستخلص: هدفت الدراسة التعرف إلى بناء مستوى بعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية تربية جنين، إضافة إلى إمكانية بناء مستويات معيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية تربية جنين، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمته طبيعة وأهداف الدراسة، وتكوّنت عينة الدراسة من طالبات مديرية تربية جنين للصفوف الأساسية العليا (السابع، الثامن، التاسع) والبالغ عددهن (1066) أي ما نسبته (20%) من مجتمع الدراسة، تم اختيارهن بالطريقة العمدية.

اعتمد الباحثون (8) قياسات أنثروبومترية وذلك حسب توصيات لجنة المحكمين، وقد كانت على النحو التالي: (محيط العضد، طول النراع كاملة، محيط الصدر، محيط الخصر، محيط الحوض، طول الرجل كاملة، طول الساعد، طول الساق)، وبعد جمع البيانات تم استخدام برنامج الوزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، لتحليل النتائج.

أظهرت نتائج الدراسة إمكانية بناء مستويات لبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي في مديرية تربية جنين وذلك اعتماداً على الرتب المئينية.

كما أوصى الباحثون بعدة توصيات أهمها اعتماد هذه المستويات كمعايير فلسطينية لقيم الطالبات في الوطن.

الكلمات المفتاحية: بناء - مستويات معيارية - اللياقة البدنية - القياسات الأنثروبومترية - طالبات .

1- المقدمة:

أية تغذية راجعة عنه، مع العلم بأن جميع المباحث حظيت بالاهتمام وبالتعديل المستمر طوال السنوات السابقة وحتى هذه اللحظة. وتكمن المشكلة الأكبر أنه من خلال الزيارات الميدانية للباحثين لمعلمات المدارس وطلبة التدريب الميداني في الجامعات، تم ملاحظة عدم وجود أية معايير جادة وموضوعية، ومن أجل النهوض بالرياضة ورفع كفاءة الجيل الجديد، وإيجاد معيار وطني فلسطيني لبعض القياسات الأنثروبومترية في فلسطين عامة ولمحافظه جنين خاصة، ومن هنا برزت مشكلة الدراسة لمحاولة بناء مستويات معيارية لمستوى بعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا.

أهمية الدراسة:

وتكمن أهمية هذه الدراسة كونها الأولى في فلسطين والتي تهتم ببناء مستويات معيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية للطالبات في هذه المرحلة العمرية في فلسطين على حد علم الباحثون. كما أنها ستساعد معلمات التربية الرياضية في تقييم بعض القياسات الأنثروبومترية للمرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية كما تساعد في التعرف إلى مستويات الطالبات في القياسات الأنثروبومترية، فضلاً عن جودة الرياضة، وستساعد في وضع معايير ومستويات لطالبات المدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم-جنين، والاستفادة من هذه المستويات والمعايير، وبعض القياسات الأنثروبومترية لتعميمها على كافة مديريات التربية والتعليم في وطننا الحبيب فلسطين.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة التعرف إلى:

- 1- مستوى بعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين.
- 2- إمكانية بناء مستويات معيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين.

تساؤلات الدراسة:

سعت الدراسة إلى الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- 1- ما مستوى بعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين؟
- 2- ما إمكانية بناء مستويات معيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية جنين؟

إن تقدم الشعوب ورقياً في كافة المجالات، سواء العلمية منها أو التقنية أو الصحية أو الاقتصادية أو الاجتماعية، يقاس بما يتمتع به الأفراد من لياقة بدنية، وصحية، ورياضية وجمالية، وإن الارتقاء بمستوى العناصر الأساسية لللياقة البدنية يعد ضرورة ملحة لما لها من مردود إيجابي للوقاية من الأمراض، والوصول بالفرد إلى المستويات المطلوبة التي تمكنه من القيام بالمتطلبات الحركية والحياتية كافة بصورة صحيحة وسليمة وعلى أكمل وجه.

احتلت القياسات الأنثروبومترية في وقتنا الحالي مكانة بارزة، وتعتبر أساساً لتوضيح فرص كبيرة في أنها من المتطلبات التي توصل الرياضي إلى المستوى العالي من اللياقة البدنية، حيث أنه: "في حالة تساوي جميع العوامل الأخرى، فإن الفرد اللائق تشريحياً يتفوق على الفرد غير اللائق تشريحياً، والقياسات الأنثروبومترية علم منبثق من علم الأنثروبولوجيا والذي يبحث في قياس الجسم البشري (حسانين، 2014) وعرفها (جينيز، Gaines، 2019) القياسات الأنثروبومترية على أنها: "علم القياس الذي ينطبق عليه الجسم البشري، ويتضمن قياس الطول، والوزن، ويمتد إلى المحيطات وقياس نسبة الدهون في الجسم".

وتعد المستويات والمعايير أحد الوسائل الموضوعية وهي من العوامل والأسس الهامة التي يعتمد عليها العاملون في المجال الرياضي بشكل عام و معلمات التربية الرياضية في المدارس بشكل خاص، لتقييم الأداء للطالبات ومقارنة هذا الأداء لنفس الطالبات بذاته، وأيضاً مقارنة الأداء مع الأقران من بقية الطالبات ما بين فترة وأخرى، من خلال هذه الاختبارات والمقاييس، والوصول إلى التقدم الرياضي المطلوب للحصول على النتائج المرضية مستقبلاً في المشاركات المحلية والمحافل الدولية، وكما ذكر (حسانين، 2015) أن للاختبارات والمقاييس دوراً بارزاً في التشخيص والتصنيف ومتابعة التقدم، ووضع الدرجات والمعايير والتنبؤ ولهذا اجتهد العلماء والخبراء في توفير عدد من الاختبارات والمقاييس لقياس القدرات الحركية للأفراد.

مشكلة الدراسة:

من خلال عمل الباحثون في مجال التربية الرياضية في مديريات التربية والتعليم/جنين ومحاضرين في الجامعات العربية، ومنذ أن أقرت السلطة الوطنية الفلسطينية المنهاج الفلسطيني الجديد للتربية الرياضية في المدارس (أي منذ بدء العمل في المنهاج الفلسطيني داخل مدارس السلطة الوطنية الفلسطينية 2001) وحتى هذه اللحظة لم تقوم وزارة التربية والتعليم والمختصين ممن وضعوا منهاج التربية الرياضية بتقديم

الجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المدارس المختارة

المرسة	الصف	العدد	المجموع	النسبة
بنات الماليزية الأساسية	السابع الأساسي	41	115	%10.8
	الثامن الأساسي	45		
	التاسع الأساسي	29		
بنات جلقموس الثانوية	السابع الأساسي	0	34	%3.2
	الثامن الأساسي	0		
	التاسع الأساسي	34		
بنات الصداقة الماليزية الثانوية	السابع الأساسي	20	61	%5.7
	الثامن الأساسي	19		
	التاسع الأساسي	22		
بنات دير أبو ضعيف الثانوية	السابع الأساسي	101	244	%22.9
	الثامن الأساسي	73		
	التاسع الأساسي	70		
بنات الطبية الثانوية	السابع الأساسي	20	57	%5.3
	الثامن الأساسي	19		
	التاسع الأساسي	18		
بنات أم التوت الثانوية	السابع الأساسي	17	46	%4.3
	الثامن الأساسي	15		
	التاسع الأساسي	14		
بنات جنين التركية الثانوية	السابع الأساسي	29	77	%7.2
	الثامن الأساسي	17		
	التاسع الأساسي	31		
بنات اليامون الأساسية الثانية	السابع الأساسي	53	174	%16.3
	الثامن الأساسي	61		
	التاسع الأساسي	60		
بنات يعبد الأساسية الأولى	السابع الأساسي	65	151	%14.2
	الثامن الأساسي	49		
	التاسع الأساسي	37		
بنات جنين الأساسية	السابع الأساسي	57	107	%10
	الثامن الأساسي	50		
	التاسع الأساسي	0		
المجموع		1066		%100.0

الجدول (2) يبين خصائص عينة الدراسة حسب متغيري الصف ومكان السكن

مكان السكن/الصف	مدينة		قرية		المجموع	
	العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية	المجموع الكلي للعينة	النسبة المئوية
السابع الأساسي	147	%13.8	256	%24	403	%37.8
الثامن الأساسي	131	%12.3	217	%20.4	348	%32.6
التاسع الأساسي	82	%7.7	233	%21.9	315	%29.5
المجموع	360	%33.7	706	%66.2	1066	%100.0

2- 4 متغيرات الدراسة: اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:
المتغيرات المستقلة: وتتمثل في متغيري الصف ومكان السكن، وذلك على النحو الآتي:

حدود الدراسة:

الحد البشري: طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين، للعام الدراسي 2022/2021.

الحد المكاني: الملاعب والقاعات الرياضية للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين.

الحد الزمني: أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الواقعة ما بين يوم الأربعاء الموافق 2022/3/28 ولغاية يوم الخميس الموافق 2022/5/24 من الفصل الدراسي الثاني للعام 2022/2021.

مصطلحات الدراسة:

القياسات الأنثروبومترية (Anthropometric Measures): تبحث في قياس الجسم البشري ولها أهمية في تقويم نمو الفرد، وهي مؤشر يعبر عن حالة النمو عند الأفراد للتعرف على الوزن والطول والمحيطات، والأعماق (حسانين، 2014).

المرحلة الأساسية العليا (Higher Basic Stage): وهي المرحلة التي تحتوي على الصفوف السابع والثامن والتاسع الأساسي حسب ما ورد في سجلات وزارة التربية والتعليم وما يخص الأنشطة اللامنهجية (تعريف إجرائي).

المستويات المعيارية (Standerd Norms): تدل على الرتب المئينية أو المنزلة المئوية التي يحتلها فرد معين بالنسبة لمجموعة من الأشخاص، تماثل حالته وفق الظاهرة المدروسة (عدس، 1999).

2- الطريقة والإجراءات

2- 1 منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي بإحدى صوره المسحية نظراً لملائمته لأغراض الدراسة.

2- 2 مجتمع الدراسة: تكون مجتمع الدراسة من طالبات المدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين من الصفوف الأساسية العليا (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي والبالغ عددهم (5058) طالبة وذلك على وفق إحصائيات مديرية التربية والتعليم/جنين للعام الدراسي 2022/2021.

2- 3 عينة الدراسة: قام الباحثون باختيار العينة بالطريقة العمدية من مجتمع الدراسة الأصلي على وفق التوزيع الجغرافي للمدارس في مديرية التربية والتعليم/جنين من خمس مناطق جغرافية ولعشر مدارس مختلفة، إذ بلغ عدد أفراد عينة الدراسة (1066) طالبة من طالبات الصفوف الأساسية العليا (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي، أي ما نسبته (20%) من مجتمع الدراسة، والجدول (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المدارس المختارة.

أولاً: عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل

الأول:

ثانياً : عرض النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:

ما مستوى بعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين؟

للإجابة عن التساؤل استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) وللعينة ككل ونتائج الجدول (3) يوضح ذلك.

الجدول (3) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) وللعينة ككل

الرقم	القياسات الأنثروبومترية	وحدة القياس	السابع الأساسي (403)		الثامن الأساسي (348)		التاسع الأساسي (315)		المجموع الكلي للعينة (1066)	
			المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف
1	محيط العضد	سم	24.96	5.093	26.00	4.638	26.46	4.440	24.74	4.797
2	طول الذراع كاملة	سم	67.13	4.394	69.53	5.184	70.36	4.197	68.87	4.814
3	محيط الصدر	سم	78.81	8.395	82.48	8.752	84.78	7.959	81.77	8.741
4	محيط الخصر	سم	68.01	8.257	70.84	10.97	70.84	8.622	69.77	9.421
5	محيط الحوض	سم	87.51	9.420	91.25	11.06	93.97	8.222	90.64	10.020
6	طول الفرجل كاملة	سم	90.59	6.875	92.77	6.951	94.24	5.724	92.38	6.747
7	طول الساعد	سم	41.86	3.351	42.20	2.643	42.36	2.751	42.12	2.965
8	طول الساق	سم	45.31	3.550	45.72	4.701	46.32	3.983	45.74	4.099

يتضح من نتائج الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين كانت على النحو الآتي:

تبين أن المتوسط الحسابي لمحيط العضد تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (24.96، 26.00، 26.46) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (24.74) سم.

تبين أن المتوسط الحسابي لطول الذراع كاملة تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (67.13، 69.53، 70.36) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (68.87) سم.

تبين أن المتوسط الحسابي لمحيط الصدر تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (78.81، 82.48، 84.78) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (81.77) سم.

تبين أن المتوسط الحسابي لمحيط الخصر تبعاً للصفوف (السابع،

الصف: وله ثلاثة مستويات: (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي.

المتغيرات التابعة: تتمثل في الدرجات الخام التي تحصل عليها الطالبات في اختبارات اللياقة البدنية وبعض القياسات الأنثروبومترية قيد الدراسة.

2- 5 الاختبارات والقياسات المستخدمة في الدراسة:

بعد الإطلاع على الأدب التربوي والمراجع والمصادر العلمية الخاصة بموضوع الدراسة، قام الباحثون بترشيح (13) قياساً مختلفاً لبعض القياسات الأنثروبومترية لإجراء الدراسة الحالية، ثم تم عرضها على لجنة من المحكمين والخبراء في مجال التربية الرياضية والقياس والتقويم، وتم اعتماد (8) قياسات من قبل لجنة المحكمين والخبراء بعد إجراء التعديلات والملاحظات التي طلبها أعضاء اللجنة.

2- 6 صدق الاختبارات: للتحقق من صدق الاختبارات، قام

الباحثون بعرض القياسات على لجنة من المحكمين والمختصين في مجال التربية الرياضية، لترشيح أهم القياسات واعتمادها في الدراسة.

2- 7 ثبات الاختبارات: للتحقق من ثبات الاختبارات قام

الباحثون بتطبيق الاختبارات على عينة استطلاعية مكونة من (24) طالبة من خارج عينة الدراسة من طالبات الصف الثامن الأساسي في مدرسة بنات جلقوس الثانوية، ومن ثم إعادة التطبيق مرة أخرى بعد أسبوعين وعلى نفس العينة وتحت نفس الظروف (وهو ما يسمى بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار test-retest) ومن ثم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني وباستخدام معادلة بيرسون.

2- 8 المعالجات الإحصائية: من أجل معالجة البيانات

والإجابة عن تساؤلات الدراسة استخدم الباحثون برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية: (المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء وذلك بهدف التعرف إلى مستوى بعض القياسات الأنثروبومترية لدى عينة الدراسة، الرتب المئينية (Percentile Ranks) من أجل بناء المستويات المعيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) وللعينة ككل، معامل ارتباط بيرسون للتحقق من المعاملات العلمية لبعض القياسات الأنثروبومترية المستخدمة في الدراسة، اختبار (ت) للعينات المستقلة ومعامل (ايتا²) لإيجاد معاملات الصدق (صدق التمايز أو صدق المقارنة الطرفية) للاختبارات قيد الدراسة).

على التوالي (87.51، 91.25، 93.97) سم، أما المتوسطات الحسابية للعينة ككل فقد بلغ (90.64) سم. وتبين أن المتوسطات الحسابية لطول الرجل تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (90.59، 92.77، 94.24) سم، أما المتوسطات الحسابية للعينة ككل فقد بلغ (92.38) سم، وأخيراً تبين أن المتوسطات الحسابية لطول الساق تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) قد كانت على التوالي (45.31، 45.72، 46.32) سم، أما المتوسطات الحسابية للعينة ككل فقد بلغ (45.74) سم.

ويرى الباحثون أن حصول بنات الصف التاسع الأساسي على أعلى متوسط وحصول بنات الصف السابع الأساسي على أدنى متوسط فيما يخص محيط العضد، وطولي الذراع والساعد، ومحيطات الصدر والخصر والحوض، وطولي الرجل والساق، باستثناء محيط الخصر، فقد حصل صفا الثامن والتاسع الأساسيان على نفس المتوسط، ويعزى ذلك إلى مراحل النمو الطبيعي للجسم، إذ أن الاضطرابات الفسيولوجية في الوظائف الحيوية للجسم بالإضافة إلى الاضطرابات الهرمونية الناتجة عن التغير الوظيفي تبعاً للمرحلة السنية، ينتج عنه اضطراب في جميع المقاييس الأنثروبومترية، وبلغت أبسط، فإن النمو الجسماني بطبيعته يزداد في المراحل العمرية الأولى، والغرض من تقسيم المراحل ليس الفصل بين الأجزاء بل فصل خصائصها، والتربية الصحية للجسم والتي لطالما تلعب الممارسة الرياضية الدور الأكبر في تطويرها، إذ يتم ضبط المعايير المختلفة في مراحل عمرية لاحقة.

ويشير الباحثون أن حصول الفئة المستهدفة في الدراسة على تقدير كلي جيد من خلال الإطلاع على نتائج جدول رقم (4) و (5) و (6) و (7) و (8) و (9) و (10)، فيما يخص محيط العضد، وضعيف فيما يخص طولي الذراع والساعد، ومتوسط فيما يخص محيطات الصدر والخصر والحوض، وضعيف فيما يخص طول الرجل، ومتوسط فيما يخص طول الساق، يدعم وجهة النظر الطبيعية، من حيث أن الطبيعة البشرية للجسم في ازدياد في المراحل العمرية الأولى خاصة مرحلة المراهقة التي تحتوي الاضطراب غير الطبيعي في النمو، إذ يكون اضطراب هرموني ينتج عنه أطوال ومحيطات غير متناسقة فيما بينها، وعندما يصل الجسم حالة النمو الطبيعي تضبط جميع المعايير وفي حينها نستطيع ربط السبب بالنتيجة.

ويؤكد الباحثون أنه ومن خلال الخبرة الأكاديمية المكتسبة خلال التعليم والتدريب والإشراف، فقد وجدت أن ظهور هذه النتائج بتقديرات متباينة ما بين ضعيف وجيد، يعزى إلى العديد من العوامل والتي من ضمنها سوء التغذية، سواء من حيث الزيادة أو النقصان، والعادات السلوكية الخطئة وضعف الوعي وقلة الخبرة لدى بعض القائمين على

الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (68.01، 70.84، 70.84) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (69.77) سم.

تبين أن المتوسط الحسابي لمحيط الحوض تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (87.51، 91.25، 93.97) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (90.64) سم.

تبين أن المتوسط الحسابي لطول الرجل كاملة تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (90.59، 92.77، 94.24) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (92.38) سم.

تبين أن المتوسط الحسابي لطول الساعد تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (41.86، 42.20، 42.36) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (42.12) سم.

تبين أن المتوسط الحسابي لطول الساق تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (45.31، 45.72، 46.32) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (45.74) سم.

اتضح من خلال النظر إلى الجدول رقم (3) أن المتوسطات الحسابية لمحيط العضد تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) قد كانت على التوالي (24.96، 26.00، 26.46) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (24.74) سم. كما يتضح أن المتوسطات الحسابية لطول الذراع تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (67.13، 69.53، 70.36) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (68.87) سم. كما تبين أن المتوسطات الحسابية لطول الساعد تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي)، قد كانت على التوالي (41.86، 42.20، 42.36) سم، أما المتوسطات الحسابية للعينة ككل فقد بلغ (42.12) سم. أيضاً تبين أن المتوسطات الحسابية لمحيط الصدر تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (78.81، 82.48، 84.78) سم، أما المتوسط الحسابي للعينة ككل فقد بلغ (81.77) سم. كذلك يتضح أن المتوسط الحسابي لمحيط الخصر تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت على التوالي (68.01، 70.84، 70.84) سم، أما المتوسطات الحسابية للعينة ككل فقد بلغ (69.77) سم. تبين أن المتوسط الحسابي لمحيط الحوض تبعاً للصفوف (السابع، الثامن، التاسع الأساسي) قد كانت

أفضل قيمة خام لطالبات الصف السابع الأساسي قد كانت لهن (20.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (32.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10)، أما بالنسبة لطالبات الصف الثامن الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (21.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (33.0) سم تقابلها الرتبة المئينية (10)، وبالنسبة لطالبات الصف التاسع الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (22.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (34.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10).

الجدول (5) يبين الرتب المئينية والمستويات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي المحتسبة لطول الذراع كاملة

الرتب المئينية	السابع الأساسي الدرجة الخام (سم)	الثامن الأساسي الدرجة الخام (سم)	التاسع الأساسي الدرجة الخام (سم)	المجموع الكلية للعينة	المستويات المعيارية
10	62.0	64.0	65.5	63.0	ضعيف
20	63.24	66.0	67.0	65.0	جداً
30	65.0	67.0	68.48	67.0	ضعيف
40	66.0	68.0	69.0	68.0	
50	67.0	69.0	70.2	69.0	متوسط
60	68.0	70.0	71.0	70.0	جيد
70	69.0	71.0	72.0	71.0	
80	71.0	73.0	74.0	72.0	جيد جداً
90 فأكثر	72.8	75.28	76.0	75.0	ممتاز

يتضح من الجدول (5) الرتب المئينية والمستويات المعيارية التي توصلت إليها الدراسة من خلال قياسات طول الذراع كاملة، إذ يتبين أن أفضل قيمة خام لطالبات الصف السابع الأساسي قد كانت لهن (72.8) سم، تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (62.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10)، أما بالنسبة لطالبات الصف الثامن الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (75.28) سم، تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (64.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10)، وبالنسبة لطالبات الصف التاسع الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (76.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (65.5) سم، تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10).

العملية التربوية ككل، من أمهات ومعلمات ومدرّبات، يعزز من هذه السلوكيات الخاطئة، فضلاً عن ملاحظة الباحثون لبعض العادات الخاطئة خلال المشي والجري لدى طالبات الفئة المستهدفة، وبالتالي ينتج عنه عدم ظهور نتائج متموّزة جراء التكنيك الخاطئ، أيضاً ثقافة المجتمع لها الدور الأكبر في إكساب الأجيال سلوكيات متوارثة خاطئة، وقد يكون التساوي ما بين طالبات الصفين الثامن والتاسع الأساسيين، يعزى إلى بعض هذه العوامل.

ويشير الباحثون أن نتائج دراستهم فيما يخص القياسات الأنثروبومترية، قد اتفقت مع نتائج دراسة كل من (عريفج، 2006)، ودينكان (Duncan, 2016)، وستيم (Stemm, 2012)، و(الحموري، 1996)، إذ أكدت نتائج هذه الدراسات ما أكده الباحثان في نتائجها من حيث أن ظهور القياسات الأنثروبومترية بهذا التقدير إنما هو نتاج النمو الطبيعي للجسم، والتباين الناتج إنما هو نتاج الاضطرابات الفسيولوجية، في حين تعرضت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (جلالزير، 2000، Glazier)، مع نتائج هذه الدراسة فيما يخص محيط الخصر، إذ أظهرت نتائج الدراسة أن عدم تساوي المراحل في القياسات الأنثروبومترية هو نتاج النمو الطبيعي للجسم، والتباين الناتج هو نتائج الإضرابات الفسيولوجية.

ثانياً : عرض ومناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:

ما إمكانية بناء مستويات معيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين؟ للإجابة عن التساؤل قام الباحثون باستخراج الرتب المئينية والجدول (4) يوضح ذلك.

الجدول (4) يبين الرتب المئينية والمستويات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي المحتسبة لمحيط العضد

الرتب المئينية	السابع الأساسي الدرجة الخام (سم)	الثامن الأساسي الدرجة الخام (سم)	التاسع الأساسي الدرجة الخام (سم)	المجموع الكلية للعينة	المستويات المعيارية
90 فأكثر	20.0	21.0	22.0	21.0	ممتاز
80	21.0	22.0	23.0	22.0	جيد جداً
70	22.0	23.0	24.0	23.0	جيد
60	23.0	24.0	24.0	24.0	
50	24.0	25.0	25.30	25.0	متوسط
40	25.0	26.0	26.06	26.0	ضعيف
30	26.0	27.0	28.00	27.0	
20	28.0	29.0	30.0	29.0	ضعيف جداً
10	32.0	33.0	34.0	33.0	

يتضح من الجدول (4) الرتب المئينية والمستويات المعيارية التي توصلت إليها الدراسة من خلال قياسات محيط العضد، إذ يتبين أن

خام لهم (60.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (85.37) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10)، وبالنسبة لطالبات الصف التاسع الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهم (62.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (81.36) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10).

الجدول (8) يبين الرتب المئينية والمستويات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي المحتسبة لمحيط الحوض.

الرتب المئينية	السابع الأساسي الدرجة الخام (سم)	الثامن الأساسي الدرجة الخام (سم)	التاسع الأساسي الدرجة الخام (سم)	المجموع الكلي للجنة	المستويات المعيارية
90 فأكثر	77.0	81.0	84.3	80.0	ممتاز
80	80.0	85.0	87.0	83.0	جيد جداً
70	83.0	87.0	90.0	86.0	جيد
60	85.0	88.0	92.0	88.0	متوسط
50	87.0	90.0	93.0	90.0	ضعيف
40	89.0	92.48	95.0	92.0	ضعيف جداً
30	91.0	95.0	97.0	95.0	
20	94.0	98.0	100.0	98.0	
10	99.0	103.0	105.0	102.0	

يتضح من الجدول (8) الرتب المئينية والمستويات المعيارية التي توصلت إليها الدراسة من خلال قياسات محيط الحوض، إذ يتبين أن أفضل قيمة خام لطالبات الصف السابع الأساسي قد كانت (77.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (99.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10)، أما بالنسبة لطالبات الصف الثامن الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهم (81.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (103.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10)، وبالنسبة لطالبات الصف التاسع الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهم (84.3) سم تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (105.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10).

الجدول (9) يبين الرتب المئينية والمستويات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي المحتسبة لطول الرجل كاملة.

الرتب المئينية	السابع الأساسي الدرجة الخام (سم)	الثامن الأساسي الدرجة الخام (سم)	التاسع الأساسي الدرجة الخام (سم)	المجموع الكلي للجنة	المستويات المعيارية
10	82.4	86.0	87.0	85.0	ضعيف جداً
20	86.0	89.0	90.0	88.0	ضعيف
30	88.0	90.7	91.92	90.0	متوسط
40	90.0	92.0	93.0	91.0	جيد
50	91.0	93.0	94.0	93.0	جيد جداً
60	92.0	94.0	96.0	94.0	ممتاز
70	93.86	96.0	97.02	96.0	
80	96.0	98.0	99.0	98.0	
90 فأكثر	99.0	100.0	102.0	100.0	

يتضح من الجدول (9) الرتب المئينية والمستويات المعيارية التي

الجدول (6) يبين الرتب المئينية والمستويات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي المحتسبة لمحيط الصدر

الرتب المئينية	السابع الأساسي الدرجة الخام (سم)	الثامن الأساسي الدرجة الخام (سم)	التاسع الأساسي الدرجة الخام (سم)	المجموع الكلي للجنة	المستويات المعيارية
90 فأكثر	69.0	73.0	75.32	71.37	ممتاز
80	72.0	76.0	78.0	75.0	جيد جداً
70	74.0	78.0	80.0	77.0	جيد
60	76.0	79.36	82.0	79.0	متوسط
50	78.0	81.0	84.0	81.0	ضعيف
40	80.0	83.0	86.0	83.0	ضعيف جداً
30	82.0	86.0	87.04	86.0	
20	86.0	89.0	91.0	88.0	
10	90.0	94.0	95.0	93.0	

يتضح من الجدول (6) الرتب المئينية والمستويات المعيارية التي توصلت إليها الدراسة من خلال قياسات محيط الصدر، إذ يتبين أن أفضل قيمة خام لطالبات الصف السابع الأساسي قد كانت لهم (69.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (90.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10)، أما بالنسبة لطالبات الصف الثامن الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهم (73.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (94.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10)، وبالنسبة لطالبات الصف التاسع الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهم (75.32) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (95.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10).

الجدول (7) يبين الرتب المئينية والمستويات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي المحتسبة لمحيط الخصر

الرتب المئينية	السابع الأساسي الدرجة الخام (سم)	الثامن الأساسي الدرجة الخام (سم)	التاسع الأساسي الدرجة الخام (سم)	المجموع الكلي للجنة	المستويات المعيارية
90 فأكثر	59.2	60.0	62.0	60.0	ممتاز
80	62.0	62.0	64.6	63.0	جيد جداً
70	64.0	65.0	66.0	65.0	جيد
60	65.0	67.0	68.0	66.0	متوسط
50	66.4	69.0	69.0	68.0	ضعيف
40	69.0	70.0	71.0	70.0	ضعيف جداً
30	71.0	73.0	73.0	72.0	
20	74.0	78.0	77.0	76.0	
10	79.0	85.37	81.36	82.0	

يتضح من الجدول (7) الرتب المئينية والمستويات المعيارية التي توصلت إليها الدراسة من خلال قياسات محيط الخصر، إذ يتبين أن أفضل قيمة خام لطالبات الصف السابع الأساسي قد كانت لهم (59.2) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهم (79.0) سم، تقابلها الرتبة المئينية قهرها (10)، أما بالنسبة لطالبات الصف الثامن الأساسي فقد كانت أفضل قيمة

	44.78	45.0	44.0	44.3	40
متوسط	45.70	46.0	45.0	45.2	50
جيد	46.30	47.0	46.0	46.0	60
	47.20	48.0	47.0	47.0	70
جيد جداً	49.0	49.86	49.0	48.0	80
ممتاز	51.0	52.0	51.0	50.0	90 فأكثر

يتضح من الجدول (11) الرتب المئينية والمستويات المعيارية التي توصلت إليها الدراسة من خلال قياسات طول الساق، إذ يتبين أن أفضل قيمة خام لطالبات الصف السابع الأساسي قد كانت لهن (50.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (41.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10)، أما بالنسبة لطالبات الصف الثامن الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (51.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (41.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10)، وبالنسبة لطالبات الصف التاسع الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (52.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (41.62) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10).

فيما يتعلق بالرتب المئينية لقياس محيط العضد أظهرت نتائج الجدول رقم (4) أن أفضل درجة خام عند طالبات الصف السابع الأساسي قد كانت (20.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف الثامن الأساسي (21.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف التاسع الأساسي (22.0) سم.

وفيما يتعلق بقياس طول الذراع كاملة، فقد أظهرت نتائج الجدول (6) أن أفضل درجة خام عند طالبات الصف السابع الأساسي قد كانت (62.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف الثامن الأساسي (64.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف التاسع الأساسي (65.5) سم، أما بالنسبة لقياس محيط الصدر فقد أظهرت نتائج الجدول (24) أن أفضل درجة خام عند طالبات الصف السابع الأساسي قد كانت (69.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف الثامن الأساسي (73.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف التاسع الأساسي (75.32) سم.

وبالنظر إلى الجدول (7) والمتعلق بإظهار الرتب المئينية لاختبار قياس محيط الخصر فقد تبين أن أفضل درجة خام عند طالبات الصف السابع الأساسي قد كانت (59.2) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف الثامن الأساسي (60.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف التاسع الأساسي (62.0) سم.

كما تبين من الجدول (8) والذي يظهر الدرجات الخام والدرجات المعيارية المقابلة لها والدرجات المئينية المحتسبة لمحيط الحوض، أن أفضل درجة خام عند طالبات الصف السابع الأساسي قد كانت

توصلت إليها الدراسة من خلال قياسات طول الرجل كاملة، إذ يتبين أن أفضل قيمة خام لطالبات الصف السابع الأساسي قد كانت لهن (99.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (82.4) سم تقابلها الرتبة المئينية (10)، أما بالنسبة لطالبات الصف الثامن الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (100.0) سم تقابلها الرتبة المئينية (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (86.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10)، وبالنسبة لطالبات الصف التاسع الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (102.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (87.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10).

الجدول (10) يبين الرتب المئينية والمستويات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي المحتسبة لطول الساعد.

الرتب المئينية	السابع الأساسي الدرجة الخام (سم)	الثامن الأساسي الدرجة الخام (سم)	التاسع الأساسي الدرجة الخام (سم)	المجموع الكلية للدرجة	المستويات المعيارية
10	38.0	39.0	39.12	39.0	ضعيف جداً
20	39.9	40.0	40.0	40.0	
30	40.0	41.0	41.0	41.0	ضعيف
40	41.0	42.0	42.0	42.0	
50	42.0	42.0	42.0	42.0	متوسط
60	42.0	43.0	43.0	43.0	
70	43.0	43.0	44.0	43.0	جيد
80	44.0	44.0	45.0	44.0	
90 فأكثر	45.0	45.01	45.5	45.0	ممتاز

يتضح من الجدول (10) الرتب المئينية والمستويات المعيارية التي توصلت إليها الدراسة من خلال قياسات طول الساعد، إذ يتبين أن أفضل قيمة خام لطالبات الصف السابع الأساسي قد كانت لهن (45.0) سم تقابلها الرتبة المئينية (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (38.0) سم تقابلها الرتبة المئينية (10)، أما بالنسبة لطالبات الصف الثامن الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (45.1) سم تقابلها الرتبة المئينية (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (39.0) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10)، وبالنسبة لطالبات الصف التاسع الأساسي فقد كانت أفضل قيمة خام لهن (45.5) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (90 فأكثر)، بينما كانت أدنى قيمة خام لهن (39.12) سم تقابلها الرتبة المئينية قدرها (10).

الجدول (11) يبين الرتب المئينية والمستويات المعيارية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا للصفوف (السابع، الثامن، التاسع) الأساسي المحتسبة لطول الساق.

الرتب المئينية	السابع الأساسي الدرجة الخام (سم)	الثامن الأساسي الدرجة الخام (سم)	التاسع الأساسي الدرجة الخام (سم)	المجموع الكلية للدرجة	المستويات المعيارية
10	41.0	41.0	41.62	41.0	ضعيف جداً
20	42.0	42.0	43.0	42.5	
30	43.58	43.0	44.0	44.0	ضعيف

(الساق).

3-وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في جميع القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساس العليا (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين تبعاً لمتغير الصف باستثناء قياس طول الساعد.

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها يوصي الباحثون بالآتي:

1-اعتماد هذه المستويات المعيارية كمعايير فلسطينية لتقييم الطالبات في هذه المرحلة الأساس العليا في جميع المدارس الحكومية في الوطن.

2-عمل دراسات خاصة بالإناث وأخرى للذكور على شاكلة هذه الدراسة والتطرق بالدراسة إلى صفوف أخرى، وبمتغيرات مختلفة.

المصادر:

- [1] أبو العلا، عبد الفتاح (2016). بيولوجيا الرياضة. دار الفكر العربي، مصر.
- [2] أبو فروة، هشام عبد الهادي (2005). العلاقة بين القياسات الجسمية والأداء المهاري عند ناشئي مراكز الواعدين بكرة القدم في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، عمان.
- [3] حسنين، محمد صبحي (2014). طرق بناء وتقنين الاختبارات. ج 2، ط2، القاهرة دار الفكر العربي.
- [4] حسنين، محمد صبحي (2015). القياس والتقويم في التربية الرياضية. ج1، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.
- [5] حسنين، محمد صبحي (1996). القياس والتقويم في التربية الرياضية. ج2، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة.
- [6] حسنين، محمد صبحي (1999). القياس والتقويم في التربية البدنية و الرياضية. ج 2، ط4، القاهرة، دار الفكر العربي.
- [7] حسنين، محمد صبحي (2012). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. القاهرة، دار الفكر العربي.
- [8] حسنين، محمد صبحي (2003). القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية. ج 2، ط 5، القاهرة، دار الفكر العربي.
- [9] الحموري، وليد يوسف الصالح (1996). دراسة مقارنة للقياسات الأنثروبومترية والحد الأقصى لاستهلاك الأكسجين لدى لاعبي ألعاب المضرب في الأردن. رسالة ماجستير. الجامعة الأردنية، الأردن.
- [10] عبد الحق، عماد صالح (2005). بناء الخصائص الأنثروبومترية لطلبة الصفين الرابع والخامس (9-10) سنوات في محافظة نابلس. مجلة جامعة النجاح للبحوث (ب) علوم إنسانية. مج 19 عدد 2 صفحة (371-396). نابلس، فلسطين.
- [11] عدس، عبد الرحمن (1999). مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس (الإحصاء الوصفي). ط 5، دار الفكر، للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- [12] العريفج، إيناس زكي (2006). العلاقة بين القياسات الأنثروبومترية وبعض القدرات البدنية للاعبين الريشة الطائرة في الأردن. جامعة اليرموك. كلية التربية الرياضية، إربد، الأردن.
- [13] Clark M. A (2016). Application of measurement to physical

(77.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف الثامن الأساسي (81.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف التاسع الأساسي (84.3) سم.

واتضح من خلال النظر إلى الجدول (9) والمتعلق بإظهار نتائج اختبار قياس طول الرجل أن أفضل درجة خام عند طالبات الصف السابع الأساسي قد كانت (82.4) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف الثامن الأساسي (86.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف التاسع الأساسي (87.0) سم.

وتبين أيضاً للباحثين من خلال النظر إلى الجدول (10) أن نتائج اختبار قياس طول الساعد قد كانت أفضل درجة خام له عند طالبات الصف السابع الأساسي قد كانت (38.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف الثامن الأساسي (39.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف التاسع الأساسي (39.12) سم.

كما اتضح من خلال الجدول (11) أن نتائج اختبار قياس طول الساق أن أفضل درجة خام عند طالبات الصف السابع الأساسي قد كانت (41.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف الثامن الأساسي (41.0) سم، وأفضل درجة خام عند طالبات الصف التاسع الأساسي (41.62) سم.

وفي ضوء عرض النتائج السابقة لجميع القياسات الأنثروبومترية تبين للباحثين أن القياسات الأنثروبومترية المميزة للطالبات تؤهلن للحصول على نتائج مميزة إضافة إلى الوصول للمستويات الرياضية العليا. وبلغت ثانية فإن الفرد الرياضي الذي لا يتوفر به القياسات الأنثروبومترية المناسبة سيتعرض لمشاكل عديدة أثناء ممارسته لأي نشاط أو بذله لأي مجهود مقارنة مع الفرد الرياضي الذي يتميز بقياسات أنثروبومترية تؤهله لممارسة نفس النشاط بوقت وجهد أقل، وهذا ما يؤكد الكثير من الباحثين على وجود علاقة مؤكدة بين شكل الجسم واللياقة البدنية (أبو العلا، 2016).

4- الخاتمة:

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها استنتج الباحثون التالي:

- 1-فاعلية المستويات المعيارية لبعض القياسات الأنثروبومترية لطالبات المرحلة الأساس العليا في مديرية التربية جنين.
- 2-وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في بعض القياسات الأنثروبومترية لدى طالبات المرحلة الأساسية العليا (السابع، الثامن، التاسع) للمدارس الحكومية في مديرية التربية والتعليم/جنين تبعاً لمتغير مكان السكن وقد كانت الفروق في قياسات (محيط العضد، وطول الرجل، وطول الساعد، وطول



education and health. New Jersey: Prentice- Hall, Englewood.

- [14]Dunacan, M, J. (2016). Anthropometric and physiologic characteristic of junior flite Volleyball players. British journal sport medicine, Vol. 40 Issue 7. P 649– 65, 3P, 1 chart.
- [15]Gaines, Rodney, P (2019) Comparison of Anthropometric Measures of Competitive Bodybuilders to Judges 'Scores and a comparison of Judges' Scores, PHD Research, USA, Faculty of the Virginia Polytechnic Institute and State University.
- [16]Leon, M. and Larivier, G. and Comrois, A. (2012). Discriminate analysis of anthropometric and biomotor variable among elite adolescent female athletes in four sports. Journal of sport Science. Vol. 20, Issue 6.
- [17]Rousangolou, Elissavet,. (2016). Dscrimination of young woman athletes and monthlies Based on Anthropometric, jumping and Muscular strength measures perceptual, Motor skills. Vol. 102. Issue 3, P 881– 15p, 2 charts,4 graphs.
- [18]Row, D.A and Bahar MT. (1994). Are American Children Fit Comparison With Bahamian Elementary School Age Children. Research Quarterly for Exerciese and Sport Vol. 65 Supplement.
- [19]Shahlana.a.g. (2012). physical medicine and rehabilitation.fezkoltora u sport, kiev.
- [20]Stamm, R, S. and Meelise, K, S. (2012). Age Body Build, Physical Ability, volleyball technical and phsychophosiological test and proficiency at competition in young female volley ballers (13– 16) years. Paper onAnthropology, Vol. 11, P25– 30.

I . S . S . J

بناء وتطبيق مقياس الإيحاء الذاتي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مدينة الموصل

أ.د. ثامر محمود الحمداني¹ م. نوفل رياض عبد القادر هجر²

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل - نينوى - العراق¹

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية التربية الأساسية/جامعة الموصل - نينوى - العراق²

(¹ Nawfl @yahoo.com² 298@gmail.com)

المستخلص: هدفت الدراسة الى:

1-بناء مقياس الإيحاء الذاتي لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية في مدينة الموصل .

2-التعرف على درجة الإيحاء الذاتي لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية في مدينة الموصل.

ولأجل التحقق من الأهداف افترض الباحثان ما يلي :

1-يملك معلمي ومعلمات التربية الرياضية مستوى عالي في الإيحاء الذاتي.

إجراءات البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والارتباط لملائمته لطبيعة البحث

مجتمع البحث وعينته: أشتتل مجتمع البحث من معلمي ومعلمات التربية الرياضية لعام 2023/2022

والبالغ عددهم (595) معلم ومعلمة، إذ تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية منتظمة من مجتمع البحث

بواقع (375) معلم ومعلمة، إذ تم اختيار (275) معلم ومعلمة من عينة البحث الأساسية ويمثلون نسبة

(73%) لعينة البناء، وتم اختيار (100) معلم ومعلمة من عينة البحث الأساسية ويمثلون نسبة (27%)

لعينة التطبيق النهائية.

ولتحقيق أهداف البحث، قام الباحثان ببناء مقياس الإيحاء الذاتي على وفق الأسس العلمية لبناء المقاييس

النفسية وتكون المقياس بصورته النهائية من (34) فقرة تتوزع على أربعة مجالات، واستخدم الباحثان

الحقيبة الاحصائية (spss) للحصول على (النسبة المئوية والوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة

(sig) ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) واختبار (ت) والمتوسط الفرضي ومعامل سيرمان براون ومعامل

الثبات و المتوسط الفرضي.

وأظهرت نتائج البحث:

1-يملك معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة نينوى درجات عالية على مقياس الإيحاء الذاتي.

توصل الباحثان الى أهم التوصيات والمقترحات:

1-الاستفادة من مقياس الإيحاء الذاتي المعد في البحث الحالي للجهات التربوية المعنية ولاسيما لدى

المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى .

2-توعية المشرفين في العملية التعليمية بمفهوم الإيحاء الذاتي كونه مهم لدى المعلمين .

3-إجراء دراسة مشابهة لهذه الدراسة الحالية في الابتكار الانفعالي وعلاقتها بالإيحاء الذاتي مع عينة

جديدة مثل مدرسين ومدرسات التربية الرياضية للمرحلة الثانوية .

الكلمات المفتاحية: الإيحاء الذاتي - معلمي ومعلمات - التربية الرياضية- الموصل

1- المقدمة:

يعد الإيحاء الذاتي ضروري إذ يجسد إحدى جوانبه في العناية ببناء شخصية سوية خالية من صور الاضطرابات والقلق والتوتر وعدم الثقة بالنفس والضغط النفسي التي يواجهها، كما أنها تحدد معالم شخصيته وقررت على التفكير التوجه نحو تأكيد ذاته و تحقيق أهدافه، وتحديد مستوى إمكانياته وقرراته والأسلوب الذي يسير عليه في حياته، وهي تعد من الجوانب المهمة.

وكذلك قدرة في الوقت نفسه على مواجهة المواقف الاجتماعية المختلفة بشكل فعال وحيوي، ومن هنا فإن للإيحاء الذاتي دور في تحديد مسار توجهاتنا نحو الغايات والأهداف التي نسعى لها إذ تمثل عملية الإيحاء ومن خلال العمليات المعرفية والتفكيرية والمشاعر الوجدانية الأساس الذي يركز إليه في صياغة صور السلوك المتنوعة تجاه المواقف. ومن هنا فإن للإيحاء دوراً في تحديد مسار توجهاتنا نحو الغايات والأهداف التي نسعى لها إذ تمثل عملية الإيحاء ومن خلال العمليات المعرفية والمشاعر الوجدانية الأساس الذي تركز إليه في صياغة صور السلوك المتنوعة تجاه المواقف.

ولذلك فإن عملية الإيحاء هي عملية قائمة على استراتيجيات تنطلق من طبيعة وتصورات الفرد للواقع الذي يعيشه، إذ نلجأ ومن خلال إيحاءاتنا الذاتية إلى تغيير مسار سلوكنا كلما لاح في الأفق ما يعزز هذا التوجه من عدمه.

وعليه فإن الإيحاء الذاتي هو القوة المسيطرة على السلوك والأفكار والمشاعر مهما كانت سلبية أم ايجابية والذي يتمكن الفرد من خلاله وصل الشعور بالاشعور والتي تتحدد من خلال هذه العمليات أفكارنا ومشاعرنا السلبية والإيجابية (Hill, 1937: 58).

ومن هنا تكمن أهمية البحث الحالي، كونها من أوائل الدراسات على مستوى العراق، على حد علم الباحثان، في بناء مقياس نفسي رياضي لقياس الإيحاء الذاتي، إذ تناول شريحة مهمة في المجتمع، وهي شريحة المعلمين بشكل عام، ومعلمين التربية الرياضية بشكل خاص، إذ يعدون المعلمين الطبقة المتميزة في المجتمع وهم ناقولوا المعارف والتراث للأجيال القادمة، كما يعد البحث الحالي مفيداً (نفسياً، وتعليمياً، واجتماعياً) للمعلمين من خلال دراسة مفهوم (الإيحاء الذاتي).

كما تتحدد مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ماهي درجة الإيحاء الذاتي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مدينة الموصل؟

عرفه كل من (مسيري، 1994): " هو ما توحى لنفسك بما تريد من

إيحاءات تفعل بها المستحيل، ولتصل عن طريقها الى ما تصبو إليه من اكتساب القدرات العقلية واكتساب الصحة النفسية" (المسيري، 1994، 94).

التعريف الإجرائي للإيحاء الذاتي: يقاس بالدرجات التي يحصل عليها المعلم من خلال إجابات المقياس فكلما اقتربت الدرجة بالدرجة العليا دل ذلك على صدق المقياس والعكس صحيح .

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المسحي لملائمته مع طبيعة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينه: أشتمل مجتمع البحث من معلمي ومعلمات التربية الرياضية لعام 2023/2022 والبالغ عددهم (595) معلم ومعلمة، إذ تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية منتظمة من مجتمع البحث بواقع (375) معلم ومعلمة، إذ تم اختيار (275) معلم ومعلمة من عينة البحث الأساسية ويمثلون نسبة (73%) لعينة البناء، وتم اختيار (100) معلم ومعلمة من عينة البحث الأساسية ويمثلون نسبة (27%) لعينة التطبيق النهائية وكما مبين في الجدول (1) أدناه:

جدول (1) يبين تفاصيل عينة البحث من مدارس المرحلة الابتدائية في (مركز مدينة الموصل) بجانبها الأيمن والأيسر

مدارس الجانب الأيسر			مدارس الجانب الأيمن		
الجنس	عدد	عدد	الجنس	عدد	عدد
الذكور	المعلمين	المدارس	الذكور	المعلمين	المدارس
93	94	178	94	94	188

المجموع الكلي = 375 معلم ومعلمة من عينة البحث الأساسية

وأشتملت عينة البناء لمقياس الإيحاء الذاتي والذي سوف يقوم الباحثان ببنائه على (275) معلم ومعلمة، إذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية منتظمة من عينة مجتمع البحث الأساسية ويمثلون نسبة (73%)، منهم (138) معلم و(137) معلمة موزعين على مدارس المرحلة الابتدائية في (مركز مدينة الموصل) بجانبها الأيمن والأيسر، إذ تم اختيار (20) معلم ومعلمة من عينة البناء لأجراء التجارب الاستطلاعية للمقاييس وتم استبعادها من عينة البحث، وتم اختيار (225) للمقياس (الإيحاء الذاتي) لإجراء صدق البناء (التحليل الإحصائي للفرقات) (عينة التميز) بينما تم اختيار (30) معلم ومعلمة لاستخراج معامل الثبات، واستبعدوا كذلك من عينة البحث، جدول (2) يبين ذلك.

2-4-2 تحديد المجالات التي يتضمنها مفهوم

الإحياء الذاتي: قام الباحثان بعد تحديد مجالات مقياس الإحياء الذاتي بأعداد عدد من الفقرات وصياغتها واشتقاق بعضها الآخر من الدراسات السابقة والأطر النظرية والأدبيات والمقاييس النفسية التي تناولت مفهوم الإحياء الذاتي بالذات المذكور أعلاه، وتم توزيعها على هذه المجالات، وتم اشتقاق الفقرات من خلال تحليل استبيان مفتوح وقام الباحثان بتوزيعها على عينة عمديه من المعلمين في بعض مدارس المرحلة الابتدائية، إذ بلغ عدد هذه العينة (16) معلم ومعلمة، طلب الباحثان من المعلمين محاولة كتابة بعض الفقرات لمجالات الإحياء الذاتي وإن الهدف منه الحصول على أكبر عدد من الفقرات بعدما قام الباحثان بتعريف المجالات وإعطاء مثالاً لكل مجال التي تعبر عن الشكل للفقرات المطلوب الكتابة، وقد تكون العدد الكلي لفقرات مقياس الإحياء الذاتي (42) فقرة توزعت على المجالات الأربعة، إذ صيغت الفقرات على شكل عبارات، كل منها يمثل موقف قد مر أو يمر به المعلم تتبعه خمسة بدائل للإجابة هي (تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً، تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي بدرجة متوسطة، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي)، كما موضح في الجدول (5).

الجدول (5) يبين مجالات الإحياء الذاتي وعدد الفقرات لكل مجال

ت	مجالات المقياس (الإحياء الذاتي)	عدد الفقرات
1	قبول التفسيرات الجاهزة	12 فقرة
2	وجود قوى خفية توجه السلوك	12 فقرة
3	الاستجابة الحسية	8 فقرة
4	المسايرة الرياضية	10 فقرة
	المجموع الكلي	42 فقرة

2-5 الشروط العلمية لبناء المقاييس النفسية:

2-5-1 صدق المقياس (الإحياء الذاتي) وقد تم

التحقق من الصدق على وفق الأنواع التالية:

2-5-1-1 الصدق الظاهري (المحكمين): يعد الصدق

من الخصائص السيكمترية الأساسية للاختبارات والمقاييس، ونعني بالصدق مدى فائدة القياسات في اتخاذ قرارات ملائمة لغرض معين (علام: 2000، 21) إذ يمكن تقييم رتبته من خلال التوافق بين تقديرات الخبراء، وبما أن هذه التقديرات تتصف بدرجة عالية من الذاتية لذلك تم اللجوء إلى الصدق الظاهري، وبعد أعداد الفقرات لمقياس الإحياء الذاتي التي بلغ (42) فقرة وصياغتها، تم عرضها على شكل استبيان (موجه) إلى عدد من الخبراء والمتخصصين في مجال علم النفس الرياضي والعلوم التربوية والنفسية، وذلك، لإبداء

الجدول (2) يبين تفاصيل أسماء المدارس وعدد المعلمين لعينة البناء.

مدارس الجانب الأيسر			مدارس الجانب الأيمن		
الجنس	عدد	عدد	الجنس	عدد	عدد
الذكور	المعلمين	المدارس	الذكور	المعلمين	المدارس
69	138	35	68	137	35
المجموع الكلي = 275 معلم ومعلمة من عينة البناء					

2-3 وسائل جمع المعلومات: (تحليل المصادر، استمارة

الاستبيان، المقابلة الشخصية).

2-4 التخطيط لبناء المقياس:

2-4-1 تحديد المجالات التي يتضمنها مفهوم

الإحياء الذاتي: في ضوء التعريف النظري للإحياء الذاتي إذ اعتمد الباحثان على بعض المقاييس النفسية بعد أن حدد الباحثان مفهوم الإحياء الذاتي وبعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة والمصادر العلمية والمقاييس النفسية ذات العلاقة بمفهوم الإحياء الذاتي ومكوناتها ومؤشرات المطلوب توفرها لدى المعلمين الذي لديه الإحياء الذاتي، ومقابلة مجموعة من المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية ومحاورتهم وطلب منهم تحديد مجالات المقياس وتحديد مدى صلاحية التعريف النظري لمفهوم الإحياء الذاتي وصلاحية المجالات ومدى تغطيتها لمفهوم الإحياء الذاتي لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية على وفق استمارة أعدها الباحثان لهذا الغرض إذ تم تحديد (خمس) مجالات، وبعد توزيعها على السادة الخبراء، وتم تعديل بعض المجالات واستبعاد مجال واحد كما مبين في الجدول (4)، وحسب النسبة المئوية، إذ يشير على أنه (يمكن الاعتماد على موافقة آراء الخبراء حول صلاحية الفقرات بنسبة (75%) فأكثر في مثل هذا النوع من الصدق، وتعد هذه النسبة مقبولة) (بلوم وآخرون: 1983، 126).

الجدول (4) يبين آراء السادة الخبراء حول صلاحية مجالات مقياس الإحياء

الذاتي والنسبة المئوية

ت	مجالات مقياس الإحياء الذاتي	عدد الخبراء الكلي	الموافقون	الرافضون	النسبة المئوية	الملاحظات
1	قبول التفسيرات الجاهزة	15	15	-	100%	مقبولة
2	وجود قوى خفية توجه السلوك	15	15	-	100%	مقبولة
3	الاستجابة الحسية	15	15	-	100%	مقبولة
4	المسايرة الرياضية	15	15	-	100%	مقبولة
5	الاسترخاء	15	10	5	66%	غير مقبولة

وقد اجمع الخبراء على استبعاد المجال (الخامس)، وبذلك أصبح عدد

المجالات النهائية (4) مجالات .

2- 6 التجربة الاستطلاعية للمقياس: وهي عبارة عن قيام الباحثان في دراسة تجريبية أولية على عينة صغيرة من عينة المجتمع الكلي قبل قيامه في البدء للتجربة الرئيسة للبحث، وقد تم تطبيق المقياس على عينة بلغ عدد أفرادها (20) معلم ومعلمة من مجتمع البحث إذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد قام الباحثان من استبعادهم من العينة التجربة الرئيسة، وذلك لغرض اختيار أساليب البحث وأواته، وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية بتاريخ 10- 2023/1/17.

2- 6- 1 صدق البناء: التحليل الإحصائي (القوة التمييزية للفقرات): بعد توزيع فقرات المقياس توزيعاً عشوائياً منتظماً لتجنب تأثير إجابة المجيب بصيغة كل مجال من مجالات المقياس، وبعد إعداد تعليمات المقياس قام الباحثان بتطبيق المقياس على (225) معلماً باعتبارهم عينة التحليل الإحصائي (التمييز)، وذلك لاجراء التحليل الإحصائي لفقرات المقياس عن طريق حساب القوة التمييزية للفقرات، وكما يلي:

2- 6- 1- 1 أسلوب المجموعتان المتطرفان: للحصول على مقياس جيد يتم "إجراء عملية التحليل الإحصائي لفقراته لمعرفة قدرة الاختبار المقترح على التفريق بين الأفراد الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من السمة أو القدرة من ناحية، وبين الأفراد الذين يتمتعون بدرجة منخفضة من السمة أو القدرة نفسها من ناحية أخرى " (ضوان: 2006، 244)، فبعد تطبيق المقياس تم اخذ مجموعتين متطرفتين منهما بعد ترتيب مجموع درجاتهم الكلية ترتيباً تنازلياً، ولإجراء ذلك يتم اختيار نسبة (27%) من الدرجات (العليا، والدنيا) لتمثلا المجموعتين المتطرفتين، وعليه تكونت كل مجموعة (عليا ودنيا) (61) معلم بمجموع كلي قدره (120) معلم بوصفهم عينة التمييز النهائية، واعتمدت قيمة اختبار (t) المحتسبة لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات إجابات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، وكما في الجدول (8) .

آرائهم وملاحظاتهم حول مدى صلاحية مجالات وفقرات مقياس الابتكار الانفعالي، وذلك لغرض تقنيها والحكم على مدى صلاحيتها ومناسبتها للمجال الذي خصصت له، إذ يشير (طويل، 2008) الى انه " بعد إعداد فقرات المقياس وصياغتها وإعدادها بصورتها الأولية يتم عرضها على عدد من الخبراء والمتخصصين لغرض تقييمها صالحة أو غير صالحة، وإجراء التعديلات المناسبة من خلال (حذف أو إضافة الصياغة أو إعادة الصياغة) ومدى ملائمتها للمجال الذي وضعت لأجله، وبعد اتفاق المحكمين نوعاً من أنواع الصدق الظاهري، إذ تعد هذا الإجراءات وسيلة مناسبة يتم فيها التأكد من صدق المقياس إذ يشير (الصمدي وآخرون، 2010)، لذا تم قبول جميع الفقرات المقياس، وذلك لحصولهم على نسبة اتفاق أكثر من (75%) من قبول آراء الخبراء، إذ تم حذف وإضافة وصياغة (تعديل) بعض فقرات المقياس من قبل السادة الخبراء، ويتضح في الجدول (6) يوضح حذف الفقرات والى أي مجال ينتمي، ولعدم حصولهم على نسبة اتفاق (75%) فأكثر من آراء الخبراء، بينما (7) إضافة الفقرات. الجدول (6) يبين حذف (استبعاد) الفقرات من قبل السادة الخبراء لمقياس الإيحاء الذاتي

رقم الفقرة	إبعاد المقياس	عدد الفقرات	القرة التي تم استبعادها من قبل السادة الخبراء
8	وجود قوى خفية توجه السلوك	1	-أفضل متابعة القوات الرياضية التي فيها متعة المنافسة الرياضية مثل كرة القدم.
15	قبول التفسيرات الجاهزة	1	-تأكد من صحة المعلومات المعروضة في وسائل التواصل الاجتماعي .
42	المسيرة الرياضية	1	-أشاهد مباريات كرة السلة مع أصدقائي رغم إنني لا احب لعبة كرة السلة .

الجدول (7) يبين إضافة الفقرات الجديدة من قبل السادة الخبراء لمقياس الإيحاء الذاتي

أبعاد المقياس	عدد الفقرات	الفقرات المضافة من قبل السادة الخبراء
قبول التفسيرات الجاهزة	3	-أثقل وجهات النظر من زملائي وإن كانت نقدا لي . -المعرفة الرياضية تساعدني على السلوك المنطقي في الأداء . -الجا إلى المصادر المتنوعة في مناقشاتي الرياضية .
الاستجابة الحسية	3	-أثأثر عندما تكون الإبرة غير مهتمة لدرس التربية الرياضية . -أحقق الفوز عندما يشجعني زملائي المعلمين . -انفعل بشكل ايجابي لرؤية القرعة في عيون التلاميذ أثناء درس الرياضة

جدول (8) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا ونتائج اختبار (t) وقيمة sig لحساب التمييز الإيجابي الذاتي

الفرقات	ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة الثانية المحسوبة	قيمة الاحتمالية Sig
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
37	37	4.3443	.79342	3.6557	.91077	4.452	0.000
38	38	2.3770	1.41614	2.2951	1.00572	.369	0.713
39	39	2.8525	1.38848	2.6557	.68032	.994	0.322
40	40	4.1148	1.18460	3.0000	.94868	5.737	0.000
41	41	4.4262	.95671	3.5082	.99370	5.198	0.000
42	42	4.2787	.98541	3.8525	.70323	2.750	0.000
43	43	3.9508	1.37145	3.3770	1.05141	2.593	0.000
44	44	4.4098	.61582	3.4754	.72126	7.695	0.000
45	45	4.3770	.71096	3.4754	.76608	6.738	0.000

معنوي عند مستوى معنوية $\geq (0.05)$.

يتبين من الجدول (8) أن قيم اختبار (t) المحتسبة لفرقات المقياس تقاربت بين (1.09 - 9.62)، وقيمة مستوى الاحتمالية تقاربت بين (0.000-0.85)، وفي ضوء ذلك تبين أن عدد من الفترات لم تثبت قدرتها التمييزية وهي الفترات (1، 7، 16، 18، 26، 27، 32، 33، 38، 39) في حين أن (34) فقرة أثبتت قدرة تمييزية تم الاستدلال عليها من خلال مقارنة قيمة مستوى الاحتمالية (sig) لفرقات المقياس مع مستوى الخطأ (0.05)، وبما أن قيمة مستوى الاحتمالية (sig) لفرقات المقياس كانت أصغر من قيمة مستوى الخطأ (0.05) فهذا يدل على أن الفرق معنوي بين المجموعتين ولمصلحة المجموعة العليا.

2-6-1-2 أسلوب الاتساق الداخلي: يتم إيجاد الاتساق الداخلي للمقياس على عينة التحليل الإحصائي (التمييز) البالغة (225) معلماً (عينة التمييز الكلية) بعد استبعاد الفترات غير المميزة " فعندما تكون السمة أو الصفة المطلوب اختبارها أو قياسها تشتمل على اختبارات فرعية متعددة فإنه يمكن تطبيق هذه الاختبارات الفرعية بصورة منفصلة، وحاصل جمع درجات هذه الاختبارات الفرعية تعطي صورة عن درجة الاختبار ككل (علاوي، رضوان: 2008، 271)، ويتم " بإيجاد الارتباط بين الدرجات الكلية التي يحصل عليها الأفراد واستجاباتهم لكل فقرة، والاستبقاء على الفترات التي يكون ارتباطها مرتفعاً وبذلك نحصل على ميزان منسق داخلياً " (علام: 2000، 542)، أي توافر التناسق الداخلي للمقياس، والجدول (9) يبين ذلك .

الفرقات	ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة الثانية المحسوبة	قيمة الاحتمالية Sig
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		
1	1	4.0000	.70711	3.8361	.93417	1.093	0.277
2	2	4.3607	.63332	3.6393	.57830	6.569	0.000
3	3	4.1967	.89106	3.5246	.56588	4.973	0.000
4	4	4.0000	.94868	3.2295	.95557	4.469	0.000
5	5	4.5082	.80876	3.5410	.67265	7.181	0.000
6	6	4.2131	.87778	3.2951	1.02216	5.322	0.000
7	7	3.6393	1.06509	3.5246	.69777	.704	0.483
8	8	4.1803	1.02483	3.5246	.84866	3.849	0.000
9	9	4.5246	.62200	3.5082	.86839	7.432	0.000
10	10	4.6885	.59276	3.6393	.60643	9.663	0.000
11	11	4.4918	.69816	3.3443	1.03094	7.198	0.000
12	12	4.3115	.76466	3.9344	.67992	2.878	0.000
13	13	4.2623	.89259	3.6230	.83992	4.074	0.000
14	14	4.2951	.86302	2.8197	1.08794	8.298	0.000
15	15	4.3934	.80164	3.3770	.81984	6.923	0.000
16	16	2.4426	1.20450	2.3607	1.03332	.403	0.687
17	17	3.4754	1.29880	2.5738	1.02403	4.258	0.000
18	18	3.9344	1.10859	3.6885	.95814	1.311	0.192
19	19	3.7049	1.15966	2.9672	1.47159	3.075	0.000
20	20	4.1967	.92772	3.4590	.90506	4.446	0.000
21	21	3.9508	1.08668	2.8689	1.20382	5.211	0.000
22	22	4.0820	1.03755	3.3443	.51268	4.979	0.000
23	23	4.4262	.84575	3.1311	.93942	8.002	0.000
24	24	4.4754	.64824	3.3934	.82217	8.071	0.000
25	25	4.6557	.81415	3.7705	.93797	5.567	0.000
26	26	4.1475	1.06201	3.8361	1.06740	1.616	0.109
27	27	2.0000	1.09545	2.3279	.85091	-1.846	0.067
28	28	2.9016	1.70982	2.2623	.81449	2.637	0.000
29	29	2.9508	1.66760	2.2787	1.06663	2.652	0.000
30	30	4.8361	.41554	3.4590	1.02589	9.717	0.000
31	31	4.6230	.61003	3.8033	.79204	6.404	0.000
32	32	4.1311	.76323	3.9672	1.16858	.917	0.361
33	33	2.2131	1.31801	2.3770	.75639	-.843	0.401
34	34	2.7705	1.77382	2.7377	1.12401	.122	0.903
35	35	4.5082	.80876	3.4426	.90415	6.861	0.000
36	36	4.6393	.65911	3.8852	.66077	6.311	0.000

جدول (9) يبين قيم معامل الارتباط وقيمة (sig) بين درجة الفقرات والدرجة الكلية للإحياء الذاتي

الفقرات	معامل الارتباط	Sig	الفقرات	معامل الارتباط	Sig
2	0.379	0.000	22	0.400	0.000
3	0.331	0.000	23	0.582	0.000
4	0.339	0.000	24	0.499	0.000
5	0.464	0.000	25	0.423	0.000
6	0.411	0.000	28	0.205	0.002
8	0.260	0.000	29	0.180	0.007
9	0.528	0.000	30	0.401	0.000
10	0.541	0.000	31	0.407	0.000
11	0.465	0.000	35	0.416	0.000
12	0.249	0.000	36	0.405	0.000
13	0.344	0.000	37	0.308	0.000
14	0.496	0.000	40	0.420	0.000
15	0.410	0.000	41	0.431	0.000
17	0.286	0.000	42	0.257	0.000
19	0.269	0.000	43	0.260	0.000
20	0.303	0.000	44	0.621	0.000
21	0.429	0.000	45	0.444	0.000

معنوي عند مستوى معنوية $\geq (0.05)$.

الجدول (9) يبين أن قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس تقاربت بين (0.205-0.582)، وقيمة مستوى الاحتمالية تقاربت بين (0.000-0.000)، وفي ضوء ذلك تبين أن جميع الفقرات أثبتت قدرتها التمييزية، وأن (35) فقرة أثبتت قدرة تمييزية تم الاستدلال عليها من خلال مقارنة قيمة مستوى الاحتمالية (sig) لها مع مستوى المعنوية (0.05)، وبما أن قيمة مستوى الاحتمالية (sig) لها كانت اصغر من قيمة مستوى المعنوية (0.05) مما يدل على عدم وجود علاقة معنوية، وهذا يدل على أن الفقرات مميزة، وفي ضوء نتائج التحليل الإحصائي لفقرات المقياس أصبح مقياس الإحياء الذاتي مؤلفاً من 34 فقرة

الجدول (10) يبين الفقرات التي تم استبعادها من خلال (عملية التحليل الإحصائي التمييز)

ت	المحور الذي يمثلها	عدد الفقرات المستبعدة	رقم الفقرات المستبعدة
1	قبول التفسيرات الجاهزة	2	7-1
2	وجود قوى خفية توجه السلوك	2	18- 16
3	الاستجابة الحسية	5	34-33-32-27-26
4	المسيرة الرياضية	2	39-38
المجموع		11 فقرة	

2- 7 الثبات: استخدم الباحثان الطرق التالية هما :

2- 7- 1 طريقة التجزئة النصفية: لا يجاد ثبات المقياس تم استخدام طريقة التجزئة النصفية بأسلوب الفقرات (الفردية، والزوجية)، إذ تعد " هذه الطريقة من أكثر طرق الثبات شيوعاً، يطبق الباحثان الاختبار أو الاستفتاء أو المقياس مرة واحدة، إي يعطي الفرد درجة واحدة عن جميع الأسئلة الزوجية، ودرجة أخرى عن جميع الأسئلة الفردية، ثم يحسب معامل الارتباط بين مجموع الدرجات الفردية، ومجموع الدرجات الزوجية للأسئلة أو العبارات" (باهي والازهري: 2006، 130)، وعليه بلغ معامل الارتباط بين نصفي المقياس (79،0) ثم يتم " تصحيح معامل الارتباط بمعادلة (سبيرمان- براون)"(بركات: 2013، 179)، وعليه بلغت قيمة معامل الثبات الكلي للمقياس (0.88) درجة .

2- 7- 2 طريقة معامل (الفا-كرو نباخ): " تستخدم عندما لا يتم تصحيح الفقرات بشكل ثنائي إي في " فقرات الاستبانات التي تتطلب إجابتها الاختيار من بين بدائل متعددة، وتكون درجاتها متدرجة من (1-5) مثلاً " (علام: 2006، 100)، وهي " من أشهر مقاييس ثبات الاستبيان ، وهو يعتمد على حساب الارتباط الداخلي بين إجابات الأسئلة " (البحر والتتجي: 2014، 14)، إذ " يتم حساب معامل ثبات (الفا-كرو نباخ) باستخدام برنامج (SPSS)، والذي من خلاله نحسب معامل التمييز لكل سؤال، إذ يتم حذف السؤال الذي معامل تمييزه ضعيف أو سالب " (بركات: 2013، 179)، إذ بلغت قيمة معامل الثبات ألفا (0.87).

2- 7- 3 وصف مقياس الإحياء الذاتي بصيغته النهائية: بعد الإجراءات التي قام بها الباحثان في الخطوات السابقة، إذ أصبح مقياس الإحياء الذاتي في صيغته النهائية مكوناً من (34) فقرة، منها (33) فقرة إيجابية، و(1) فقرة سلبية، موزعة على مجالات المقياس الخمسة وهي، قبول التفسيرات الجاهزة (12) فقرة، وجود قوة خفية توجه السلوك (9) فقرة، الاستجابة الرياضية (6) فقرة، المسيرة الرياضية (7) فقرة، إذ تتم الإجابة على فقرات المقياس من خلال خمس بدائل وهي (تتطبق عليه بدرجة كبيرة جداً)، (تتطبق عليه بدرجة كبيرة)، (تتطبق عليه بدرجة متوسطة)، (تتطبق عليه بدرجة قليلة)، (لا تتطبق عليه أبداً)، وتعطى لها الأوزان (1-5) على التوالي للفقرات الإيجابية، والعكس بالنسبة للفقرات السلبية (1-5)، لذلك فأن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (170) درجة تمثل الدرجة الكلية للمقياس، وأقل درجة يحصل عليها هي (34) التي تمثل أدنى درجة كلية على المقياس وبمتوسط فرضي (102)، الملحق (3) يبين المقياس بشكله النهائي.

التعرف على درجة الإيحاء الذاتي لدى معلمي

ومعلمات التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل):

الجدول (12) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي وقيمة اختبار (t) وقيمة (Sig) لإجابات عينة البحث على مقياس الإيحاء الذاتي

*معنوي عند مستوى معنوية $\geq (0.05)$

المعالم الاحصائية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة اختبار (t)	قيمة (Sig)
الإيحاء الذاتي	100	135.52	9.46	102	35.403	0.000

يتبين من الجدول (12) أن قيمة المتوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على مقياس الإيحاء الذاتي بلغ (135.52) درجة، وانحراف معياري قدره (9.46) درجة، وعند اختبار معنوية الفروق بين متوسط درجات العينة على المقياس والمتوسط الفرضي للمقياس البالغة (102) درجة بلغت قيمة اختبار (t) لعينة واحدة (35.403) درجة، فيما بلغت قيمة مستوى الاحتمالية (sig) للمقياس (0.000)، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى المعنوية (0.05) مما يدل على أن الفرق معنوي بين المتوسطين، ولمصلحة المتوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على المقياس بمعنى أن معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل لديهم مستوى مرتفع من الإيحاء الذاتي. ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن لدى الأفراد مركات خاض بهم ترتبط بشكل أو بآخر فيما تسمعه وتراه في واقع الحال وتمثل انتباه الفرد أي (معلمي ومعلمات التربية الرياضية) لنفسه ووعيه بها، وان الأفراد الذين لديهم إيحاء ذاتي إذ يكونون أكثر ثقة في أنفسهم (ذاتهم) وتصرفاتهم ومشاعرهم، وكذلك مع الآخرين، وبالتالي ينعكس بشكل ايجابي نحو مواجهة الضغوطات النفسية والاجتماعية والمواقف الصعبة والمشاكل بطريقة عقلانية، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عبد الخالق، 1986) كلما تزداد شدة القابلية للإيحاء في حالات الانفعالات الشديدة، كلما كان الانفعال اشد وأعمق وراسخا كان الإيحاء اشد ويكون الشخص أكثر خضوع لإيحاءات الذات والآخرين، كما لديه السيطرة على حل المشكلات والصعوبات التي يواجهها في عمله (احمد عبد الخالق: 1986، 214) .

4- الخاتمة:

في ضوء عرض نتائج البحث خرج الباحثان بالاستنتاجات التالية:

- 1- يمتلك معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة نينوى درجات ايجابية مرتفعة على مقياس الابتكار الانفعالي .
- 2- يمتلك معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة نينوى

جدول (11) يبين الفقرات الايجابية والسلبية لمقياس الإيحاء الذاتي النهائي

ت	المجال	الفقرات الايجابية	الفقرات السلبية	المجموع
1	قبول التفسيرات الجاهزة	12	—	12
2	وجود قوى خفية توجه السلوك	9	—	9
3	الاستجابة الحسية	5	1	6
4	المسايرة الرياضية	7	—	7
المجموع الكلي				
34 فقرة				

2- 8 التطبيق النهائي لمقياس (الإيحاء الذاتي):

الباحثان بتطبيق مقياس الإيحاء الذاتي الذي يتألف من (34) فقرة على عينة البحث الأساسية البالغة (100) معلم ومعلمة من مدارس المرحلة الابتدائية في (مركز مدينة الموصل) بجانبه الأيمن والأيسر، إذ بدأ التطبيق بتاريخ 2022/3/12 وانتهى بتاريخ 2023/4/16 وقام الباحثان بالتطبيق بنفسه .

وكان الباحثان يوضح في بداية اللقاء مع كل مجموعة الغرض من تطبيق المقياسين لأغراض البحث العلمي حصراً وضرورة الإجابة على جميع فقرات المقياسين، وقد طلبت من المستجيب بعدم ترك أية فقرة دون الإجابة عليها، وأهمية تثبيت المعلومات المتعلقة بمتغير البحث الجنس من (الذكور والإناث) وقد أكد الباحثان للمستجيب سرية المعلومات الواردة في الإجابة وطلب منهم عدم ذكر الاسم لمنح المستجيب الحرية في التعبير بإعطاء الرأي بدقة وموضوعية وحرية وبعد الانتهاء من التطبيق تم فحص الاستمارات وتبين أنها كاملة وأن المعلمين والمعلمات أكملوا الإجابة على الفقرات جميعها.

2- 9 الوسائل الإحصائية المستخدمة: إذ استخدم

الباحثان (الحقيبة الإحصائية) (SPSS) و (Excel) على الحاسوب الآلي لاستخراج الوسائل الإحصائية التالية: (النسبة المئوية، اختبار (t) لعينة واحدة، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، المتوسط الفرضي).

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3- 1 عرض ومناقشة نتائج هدف البحث الأول:

(بناء مقياس الإيحاء الذاتي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مركز مدينة الموصل):

وقد تحقق هذا الهدف من خلال بناء مقياس الإيحاء الذاتي الذي استوفى الشروط اللازمة لهذا النوع من المقاييس النفسية، وكما قام الباحثان في توضيحه بشكل تفصيلي فيما سبق من الدراسة الحالية .

3- 2 عرض ومناقشة نتائج هدف البحث الثاني:

طبيب، علي حسين محمد؛ بناء وتطبيق مقياس الأكاديمية لطلاب كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل: (بحث منشور في مجلة أبحاث التربية الأساسية، المجلد (8)، العدد (1)، جامعة الموصل، 2008).

10- علام، صلاح الدين؛ القياس والتقويم التربوي والنفسي (أساليب وتطبيقات، وتوجيهاته المعاصرة)، ط1: (دار الفكر العربي، القاهرة، 2000).

11- عواد، محمد؛ معجم الطب النفسي والعقلي: (دار أساة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2011).

12- المسيري، عباس؛ الإحباط الذاتي كيف تتخلص من امراضك: (مكتبة الانجلو، القاهرة، 1994).

13-Hill, Napoleon (1937): Think and Grow in rich <http://napoleon hill- books, corry web- content/loads/2014/02/Think- and->

درجات ايجابية مرتفعة على مقياس الإحباط الذاتي .

3-وجود علاقة معنوية ارتباطية بين الابتكار الانفعالي والإحباط الذاتي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في مدينة الموصل، وتكون العلاقة طردية بين المتغيرين، إي أن الزيادة بدرجة الإحباط الذاتي يقابلها زيادة في درجة الابتكار الانفعالي والعكس صحيح . في ضوء النتائج يوصي الباحثان الجهات ذات العلاقة بالتوصيات التالية :

1-الاستفادة من مقياس الابتكار الانفعالي و الإحباط الذاتي المعد في البحث الحالي للجهات التربوية المعنية ولاسيما لدى المديرية العامة للتربية في محافظة نينوى.

2-رعاية الأشخاص غير المبتكرين وخاصة المعلمين كونهم شريحة مهمة في المجتمع.

3-توعية المشرفين في العملية التعليمية بمفهوم الابتكار الانفعالي والإحباط الذاتي كونه مهم لدى المعلمين .

4-إعداد برنامج إرشادي نفسي يطور وينمي الابتكار لدى الأشخاص غير المبتكرين وخاصة المعلمين .

5-إجراء دراسة مشابهة لهذه الدراسة الحالية في الابتكار الانفعالي وعلاقتها بالإحباط الذاتي مع عينة جديدة مثل مدرسين ومدرسات التربية الرياضية للمرحلة الثانوية .

المصادر:

[1]احمد محمد عبد الخالق؛ محاضرات في علم النفس الفسيولوجي: (الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية، 1986).

[2]باهي، والزهري، وآخرون؛ أدوات التقويم في البحث العلمي (التصميم-البناء)، ط1: (مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر، 2006).

[3]البحر، غيث والتنجي؛ التحليل الإحصائي للاستبيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (spss): (مركز سبر للدراسات الإحصائية والسياسية العامة، 2014).

[4]بركات، نافذ محمد؛ التحليل الإحصائي باستخدام البرنامج الإحصائي: (2013).

[5]بلوم، وآخرون؛ تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد امين المفقي وآخرون: (دار ما كروهيل، القاهرة، 1983).

[6]رضوان، محمد نصر الدين؛ المدخل الى القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1: (مركز الكتاب للنشر، مصر، القاهرة، 2006).

[7]سامح عبد الحميد دراج؛ القابلية للإحباط وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلاب الجامعة: (رسالة ماجستير، علم النفس التعليمي، جامعة عين الشمس، 2019).

[8]الصميدعي، لؤي غانم وآخرون؛ الإحصاء والاختبارات في المجال الرياضي، ط1: (اريل، 2010).

الملاحق:

الملحق (1) يوضح أسماء السادة الخبراء الذين استعان الباحثان بأرائهم في بعض إجراءات البحث

ت	الخبير	اللقب العلمي	الجامعة والكلية	التخصص
1	عكلة سليمان علي الحوري	أ.د.	كلية التربية الأساسية	علم النفس الرياضي
2	عصام محمد عبد الرضا	أ.د.	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
3	مؤيد عبد الرزاق	أ.د.	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
4	نيراس يونس محمد	أ.د.	كلية التربية للبنات	علم النفس التربوي
5	احمد يونس البجاري	أ.د.	الموصل/ كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي
6	فضيلة عرفات	أ.د.	الموصل/ كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي
7	نغم خالد نجيب	أ.د.	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
8	نغم محمود العبيدي	أ.د.	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
9	منهل خطاب سلطان	أ.م.د.	كلية التربية الأساسية	علم النفس الرياضي
10	وليد ذنون يونس	أ.م.د.	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
11	محمد خير الدين	أ.م.د.	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	علم النفس الرياضي
12	علاء الدين علي	أ.م.د.	الموصل/ كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي
13	قيس محمد علي	أ.م.د.	الموصل/ كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي
14	ياسر محفوظ حامد	أ.م.د.	الموصل/ كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي
15	معتصم طلال عبدالله	م.د.	كلية التربية الأساسية	علم النفس الرياضي

ملحق (2) يوضح مقياس الإيحاء الذاتي بصورته الأولية

جامعة الموصل

كلية التربية الأساسية

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا / ماجستير

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة:

بين يديك مقياس خاص لقياس الإيحاء الذاتي لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية والذي يتضمن مجموعة من الفقرات، وهو مقياس خماسي التدرج (خمس إجابات)، لذا يرجى التفضل بقراءتها والإجابة عنها بدقة وموضوعية من خلال اختيار بديل واحد فقط تراه مناسباً من بين خمس بدائل بوضع إشارة (√) في الحقل المختار من قبلك، وكما موضح في المثال أدناه، وأرجو منكم عدم ترك أي فقرة بدون إجابة، ولا حاجة لذكر الاسم، شاكرين تعاونكم معنا وذلك خدمة للبحث العلمي.

المثال:

ت	الفقرة	تطبيق علي بدرجة
		كبيرة جداً كبيرة متوسطة قليلة لا تنطبق علي
-	استشير اصدقائي عند شراء ملابس رياضية	

يرجى الإشارة الى ما يخصك

الأستاذ الدكتور ثامر محمود الحمداني نوفل رياض عبد القادر هجر

ت	الفقرات	تطبيق علي بدرجة
		كبيرة جداً كبيرة متوسطة قليلة لا تنطبق علي
1	اصدق ما يعرض في القنوات الرياضية من فعاليات رياضية	
2	احصل على نصائح رياضية جديدة من وسائل التواصل الاجتماعي و التطبيقات الاخرى	
3	اغير رأيي عندما تكون حجج تلامذتي منطقية	
4	اغير رأيي بعد سماعي لوجهة نظر ادارة المدرسة	
5	اثبت على رأيي عندما اجد زميلا اخر يشاركني نفس الرأي	
6	استخدم في مناقشاتي الرياضية ما املكه من معرفة علمية رياضية	
7	اتمسك برأيي حتى وان لم تتفق معي ادارة المدرسة	

ت	الفقرات	تتطبق علي بدرجة			
		كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة
8	الترم بالقواعد الرياضية حتى ان دفعني زملائي معلمي الرياضة الى مخالفتها				
9	انجز عملي بنجاح عندما اشارك الافكار الرياضية مع زملائي معلمي الرياضة				
10	اخذ رأي زملائي معلمي الرياضة من اجل الوصول الى هدفي الرياضي				
11	اشعر بالارتياح عندما يساعدني معلمي المدرسة في ابداء آرائهم للوصول الى تحقيق الاهداف الرياضية				
12	انقبل وجهات النظر من زملائي وان كانت نقدا لي				
13	المعرفة الرياضية تساعدني على السلوك المنطقي في الاداء				
14	الجا الى المصادر المتنوعة في مناقشاتي الرياضية				
15	افضل مشاهدة القوالب الرياضية واتعلم منها بعض المواقف الرياضية				
16	أثناء من الجو الممطر في ساحة المدرسة				
17	للحظ دور كبير في حياتنا المهنية والرياضية				
18	احرص على معرفة تفسير الاحلام التي اراها في منامي				
19	اجد ان للكتب الرياضية تأثير في توجيه السلوك				
20	الاحداث في حياتنا تعتمد على النتيجة				
21	ارى من السهل تحقيق اهدافي الرياضية				
22	طموحاتي تجعلني متفائلا بمستقبلي الرياضي				
23	قوة ارادتي تدفعني للإنجاز الرياضي				
24	يلارمني شعور جميل في داخلي لتحقيق هدفي الرياضي والتربوي				
25	اشعر بالارتياح عندما انجز عملي بنفسي				
26	اشعر بالحزن عند رؤية احد تلامذتي مكتئب				
27	اتأثر بمشاهدة المواقف الحزينة في درس الرياضة				
28	اشعر بالرضا عند اداء واجباتي الرياضية				
29	اشعر بالذنب اذا رأيت شخصا يرتعش في ساحة المدرسة				
30	اشعر برغبة في المنافسة الرياضية عند رويتي منافسين اعلى في المستوى				
31	يلارمني شعور بالارتياح عندما امتلك معلومات معرفة رياضية				
32	أأأثر بالمواقف السلبية تجاه درس الرياضة				
33	ينتابني شعور سيئ عندما اشاهد موقف مؤلم في ساحة المدرسة				
34	أأأثر عندما تكون الادارة غير مهتمة لدرس التربية الرياضية				
35	احقق الفوز عندما يشجعني زملائي المعلمين				
36	انفعل بشكل ايجابي لرؤية الفرحة في عيون التلاميذ اثناء درس الرياضة				
37	اكتسب الفاظا جديدة من زملائي معلمي الرياضة				
38	اكسر القواعد الرياضية عندما يشجعني معلمي الرياضة على ذلك				
39	اتأثر بالإعلانات الرياضية في التلفزيون				
40	الترم بالقواعد حتى ان دفعني ادارة المدرسة الى مخالفتها				
41	مهنتي الحالية كانت من اختياري انا				
42	انقبل سماع الاناشيد الرياضية التي يسمعونها زملائي معلمي الرياضة				
43	استشير اصدقائي عند شراء ملابس رياضية				
44	اتابع الاحداث الرياضية الجديدة				
45	اشترك الافكار الرياضية مع معلمي الرياضة				

ملحق (3) يوضح مقياس الإيحاء الذاتي بصورته النهائية

جامعة الموصل

كلية التربية الأساسية

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا / ماجستير

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة:

بين يديك مقياس خاص لقياس الإيحاء الذاتي لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية والذي يتضمن مجموعة من الفقرات، وهو مقياس خماسي التدرج (خمس إجابات)، لذا يرجى التفضل بقراءتها و الإجابة عنها بدقة وموضوعية من خلال اختيار بديل واحد فقط تراه مناسباً من بين خمس بدائل بوضع إشارة (√) في الحقل المختار من قبلك ، وكما موضح في المثال أدناه، وأرجو منكم عدم ترك أي فقرة بدون إجابة، ولا حاجة لذكر الاسم، شاكرين تعاونكم معنا وذلك خدمة للبحث العلمي.

المثال :

ت	الفقرة	تطبيق علي درجة			
		كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة
-	استشير اصديقاني عند شراء ملابس رياضية				

يرجى الإشارة الى ما يخصك

الأستاذ الدكتور ثامر محمود الحمداني

نوفل رياض عبد القادر هجر

ت	الفقرات	تطبيق علي درجة			
		كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة
1	احصل على نصائح رياضية جديدة من وسائل التواصل الاجتماعي و التطبيقات الاخرى				
2	اغير رأيي عندما تكون حجج تلامذتي منطقية				
3	اغير رأيي بعد سماعي لوجهة نظر ادارة المدرسة				
4	اثبت على رأيي عندما اجد زميلا اخر يشاركني نفس الرأي				
5	استخدم في مناقشاتي الرياضية ما املكه من معرفه علمية رياضية				
6	التزم بالقواعد الرياضية حتى ان دفعني زملائي معلمي الرياضة الى مخالفتها				
7	انجز عملي بنجاح عندما اشارك الافكار الرياضية مع زملائي معلمي الرياضة				
8	اخذ رأي زملائي معلمي الرياضة من اجل الوصول الى هدفي الرياضي				
9	اشعر بالارتياح عندما يساعني معلمي المدرسة في ابداء آرائهم للوصول الى تحقيق الاهداف الرياضية				
10	اتقبل وجهات النظر من زملائي وان كانت نقدا لي				
11	المعرفة الرياضية تساعني على السلوك المنطقي في الاداء				
12	الجا الى المصادر المتنوعة في مناقشاتي الرياضية				
13	افضل مشاهدة القنوات الرياضية واتعلم منها بعض المواقف الرياضية				
14	للحظ دور كبير في حياتنا المهنية والرياضية				
15	اجد ان للكتب الرياضية تأثير في توجيه السلوك				
16	الاحداث في حياتنا تعتمد على النتيجة				
17	ارى من السهل تحقيق اهدافي الرياضية				
18	طموحاتي تجعلني متفائلا بمستقبلي الرياضي				
19	قوة ارادتي تدفعني للإنجاز الرياضي				
20	يلتزمني شعور جميل في داخلي لتحقيق هدفي الرياضي والتربوي				
21	اشعر بالارتياح عندما انجز عملي بنفسي				
22	اشعر بالرضا عند اداء واجباتي الرياضية				
23	اشعر بالذنب اذا رأيت شخصا يرتعش في ساحة المدرسة				
24	اشعر برغبة في المنافسة الرياضية عند رويتي منافسين اعلى في المستوى				
25	يلتزمني شعور بالارتياح عندما امتلك معلومات معرفة رياضية				

ت	الفقرات	تطبيق علي بدرجة			
		لا تتطبق علي	قليلة	متوسطة	كبيرة كبيرة جنا
26	احقق الفوز عندما يشجعني زملائي المعلمين				
27	انفعل بشكل ايجابي لروية الفرحة في عيون التلاميذ اثناء درس الرياضة				
28	اكتسب الفاظا جديدة من زملائي معلمي الرياضة				
29	الترم بالقواعد حتى ان دفعتني ادارة المدرسة الى مخالفتها				
30	مهنتي الحالية كانت من اختياري انا				
31	اتقبل سماع الاناشيد الرياضية التي يسمعونها زملائي معلمي الرياضة				
32	استشير اصدقائي عند شراء ملابس رياضية				
33	اتابع الاحداث الرياضية الجديدة				
34	اشترك الافكار الرياضية مع معلمي الرياضة				



ISSJ JOURNAL

The International Sports Science Journal Vol. 5, Issue.6, June 2023

ISSN: 1658- 8452



I.S.S.J

