

القلق الصحي وعلاقته بدافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض

المدارس الإعدادية في محافظة كركوك

مجيد حميد فهد علي

المديرة العامة للتربية في محافظة كركوك

majeedh438@gmail.com

تاريخ قبول النشر (٢٠٢٣/٦/٢٦)

تاريخ تسليم البحث (٢٠٢٣/٥/٢٥)

DOI: (10.33899/rjss.2023.140575.1192)

الملخص

هدف البحث الى :

- بناء مقياس القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك.
 - تكييف مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك.
 - التعرف على مستوى القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك.
 - التعرف على مستوى دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك.
 - التعرف على العلاقة بين مستوى القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية وبين مستوى دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لديهم.
- استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقتين المسحية والعلاقات الارتباطية، وقد شمل مجتمع البحث (١٨٦) طالباً من طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك، تم اختيار عينة الدراسة الاستطلاعية وعينة البناء وعينة التطبيق بطريقة عشوائية وبواقع (٤، ١٠٩، ٧٣) طالباً على التوالي، وبهدف جمع المعلومات تمّ بناء مقياس للقلق الصحي، وقام الباحث كذلك بتكييف مقياس لدافعية ممارسة التربية والرياضية، وبعد توافر الشروط العلمية للمقياسين تمّ تطبيقهما، ومن ثمّ تمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الوسط الحسابي، ومعامل الارتباط البسيط، وقد استنتج الباحث استنتاجات عدّة منها:
- تمّ التحقق من فاعلية مقياس القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك بعد التوصل إلى إعداده على وفق الإجراءات العلمية.
 - تمّ التحقق من فاعلية مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك بعد التوصل إلى إعداده على وفق الإجراءات العلمية.
 - يمتلك طلاب المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك مستوى منخفض من القلق الصحي.
 - يمتلك طلاب المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك مستوى مرتفع من دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية.
 - وجود علاقة ارتباطية ضعيفة وذات دلالة إحصائية بين القلق الصحي ودافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب الدراسة الإعدادية في محافظة كركوك.

الكلمات المفتاحية : القلق الصحي، دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية، المدارس الإعدادية

Health anxiety and its relationship to motivation to practice physical education and sports among students of some preparatory schools in Kirkuk Governorate

Majeed Hamed Ali

General Directorate of Education in Kirkuk

Governorate

majeedh438@gmail.com

Received Date (25/05/2023)

Accepted Date (26/06/2023)

DOI: (10.33899/rjss.2023.140575.1192)

ABSTRACT

The research aims to:

- Constructing a measure of health anxiety among middle school students in Kirkuk Governorate.
- Adapting a measure of motivation to practice physical education and sports among middle school students in Kirkuk Governorate.
- Identifying the level of health anxiety among middle school students in Kirkuk Governorate.
- To identify the level of motivation to practice physical education and sports among middle school students in Kirkuk Governorate.
- To identify the relationship between the level of health anxiety among middle school students and the level of motivation to practice physical education and sports among them.

The researcher used the descriptive approach using both survey and correlation methods. The research community included (186) middle school students in Kirkuk Governorate. The sample of the exploratory study, the construction sample, and the application sample were selected in a random manner, with (4, 109, and 73) students, respectively. In order to collect information, a measure of health anxiety was built. The researcher also adapted a measure for the motivation to practice education and sports, and after the availability of the scientific conditions for the two measures, they applied. Then the data is processed statistically using the arithmetic mean and the simple correlation coefficient. The researcher concluded several conclusions, including:

- The effectiveness of the health anxiety scale among middle school students in Kirkuk Governorate was investigated after reaching its preparation according to scientific procedures.
- The effectiveness of the measure of motivation to practice physical education and sports among preparatory school students in Kirkuk Governorate was investigated after reaching its preparation according to scientific procedures.
- Middle school students in Kirkuk governorate have a low level of health anxiety.
- Middle school students in Kirkuk governorate have a high level of motivation to practice physical education and sports.
- There is a weak and statistically significant correlation between health anxiety and motivation to practice physical education and sports among middle school students in Kirkuk Governorate.

Keywords : health anxiety, motivation to practice physical education and sports, preparatory schools.

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

تعني الصحة أو التمتع بصحة جيدة أشياء مختلفة لأناس مختلفين، فحين تعني بالنسبة للبعض بأنها ذلك الشعور بالحيوية، فإنها تعني بالنسبة للآخرين عدم القدرة على أداء الوظائف الاجتماعية والبدنية والعقلية، إذ يخضع جسم الإنسان للكثير من التغييرات كل يوم، فمعظم الناس تعاني من الأوجاع والآلام وأحاسيس غير عادية في مرحلة ما، وقد يتم ملاحظة هذه التغييرات في بعض الأحيان، وفي أحيان أخرى لا يتم ملاحظة ذلك، عندما يتم ملاحظتها قد يعزي أصحابها هذه التغييرات كنتيجة لأنشطة قاموا بها كأن تكون رياضية، أو جراء طعام تناولوه، متجاهلين أنه تغيير طبيعي في أجسادهم من المحتمل أن يختفي في المستقبل القريب، وقد يفسر بعض الأشخاص التغييرات الجسدية أو الأحاسيس التي يمرون بها بأنها مؤشر على مشكلة صحية خطيرة، وهذا يقودهم إلى التركيز على الأعراض والبدء في القلق كثيراً بشأنها، وكما نعرف فإن القلق هو اضطراب يتميز بالخوف المفرط من الإصابة بمرض، ولكن مع المراقبة الصحية المستمرة، والفحص الجسدي المتواصل يمكن الشفاء منه.

إذ يذكر (Akbas et al., 2021) بأن القلق الصحي هو قلق دائم ومفرط وغير عقلاني موجود على الرغم من عدم وجود مرض جسدي أو نفسي، إذ يواجه الأشخاص المصابين بمستويات عالية من القلق صعوبات في الحفاظ على أنشطة حياتهم اليومية، من خلال الشعور بعدم الارتياح وصعوبة التركيز واضطرابات النوم والتعب والغضب. (Akbas et al., 2021, p. 496)

وتعد الدافعية لممارسة التربية البدنية والرياضية من الموضوعات التي أهتم بها علم النفس الرياضي من خلال البحث في السلوك والتصرفات لدى الأفراد، ولاسيما لفئة الطلاب وكيفية ممارستهم للأنشطة البدنية والرياضية خلال مجالات عديدة ومنها دروس الرياضة، فالدافع نحو الممارسة البدنية والرياضية لدى الطلاب يعدّ أمراً مهماً وحيوياً، وهو أفضل مؤشر على التزام الطالب بالرياضة والأنشطة البدنية في المستقبل، فضلاً عن كونها ضمان لصحة الطلاب الحالية والمستقبلية، وكذلك تحسين القدرات الفسيولوجية والجسدية، والجوانب النفسية والمعرفية والاجتماعية لهم.

وهنا يذكر (Saçli,2015) بأن النشاط البدني له آثار إيجابية على الأداء الأكاديمي، كما يمكن أن تؤدي المشاركة في الرياضة والتربية البدنية دوراً مهماً في إثراء الحياة الاجتماعية للطلاب وتنمية مهارات التفاعل الاجتماعي لديه. (Saçli,2015, p. 2945)

من هنا فإن الجهات التعليمية تجتهد في تقديم مختلف أنواع الدعم لتنفيذ فعاليتها المدرسية وبرامجها، فشكّلت المؤسسات المتخصصة ورفدتها بالموارد البشرية والمادية اللازمة لتنفيذ نشاطاتها، وتبرز في العراق من بين هذه المؤسسات التعليمية المدارس الإعدادية كمؤسسات حكومية تسهم في تعزيز التقدم العلمي والمعرفي واكتشاف الطاقات والموهب، فضلاً عن أهدافها السامية الأخرى المتمثلة في الرعاية العلمية والفكرية لهم، ولقد تركز اهتمام المؤسسات التعليمية بدرس التربية البدنية والرياضية

بوصفه عاملاً مساهماً في بناء الثروة الحقيقية المتمثلة بالطلاب بوصفهم أمل المستقبل، ومن هنا يبرز طلاب المرحلة الإعدادية كأفراد مسؤولين علمياً وفكرياً ورياضياً وقادرين على الاستفادة من الفرص المقدمة لهم والمشاركة في الارتقاء بالمستوى العلمي والاجتماعي لهذه المؤسسات التعليمية والتحسين المستمر لها.

عليه تكمن أهمية البحث بكونه من الدراسات الحديثة التي تسهم في تزويد المكتبة الرياضية بالأطر النظرية لمفهومين في مجال علم النفس يتمثلان بالقلق الصحي لدى طلاب مدارس المرحلة الإعدادية، وبيان طبيعة علاقته في المفهوم الثاني وهو دافع ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب هذه المدارس، إذ تعدّ المدارس ولاسيما درس الرياضة من الجهات العاملة على بناء القدرات والمواهب الرياضية والتي تسهم بشكل فعال في تحقيق الأهداف المعرفية والرياضية، فضلاً عن تزويد الباحثين في المجال الرياضي بمقياس جديد في القلق الصحي، كما تبرز أهمية هذا البحث في فتح المجال للباحثين في الاسهاب في هذين المفهومين من خلال البحوث المستقبلية.

٢-١ مشكلة البحث :

يعد درس الرياضة في أي مدرسة العامل الحيوي والأكثر قدرةً على إحداث التغييرات البدنية والسلوكية والنفسية في ذهن الطلبة بما يملكه من أنشطة وممارسات تعمل على رفع مستوى قدرات وسلوكيات الطلاب بهدف الارتقاء بمستوى المؤسسات التعليمية، ويستشعر الباحث من خلال عمله كأحد الكوادر التعليمية ضمن هذه المدارس، بأن السلوكيات الصحية التي يبديها طلاب المدارس لها دور كبير في أدائهم للدروس والأنشطة وتدفعهم للابتعاد عنه، وأن عزوفهم عنها وضعف رغبتهم فيها من الممكن يؤدي إلى تراجع اللياقة البدنية والعلمية والفكرية لهؤلاء الطلاب، وعليه تتركز مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:

- ما مستوى القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك؟
- ما مستوى الدافعية نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك؟
- ما علاقة القلق الصحي بدافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك؟

٣-١ أهداف البحث :

يهدف البحث إلى:

- ١- بناء مقياس القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك.
- ٢- تكييف مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك.

- ٣- التعرف على مستوى القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك.
٤- التعرف على مستوى دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك.
٥- التعرف على العلاقة بين مستوى القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية وبين مستوى دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لديهم.

١-٤ مجالات البحث :

المجال البشري: طلاب بعض المدارس الإعدادية (إعدادية الشهيد إبراهيم إسماعيل للبنين، وإعدادية السياب للبنين، وإعدادية أتابكر للبنين) في محافظة كركوك.
المجال المكاني: مباني المدارس الإعدادية (إعدادية الشهيد إبراهيم إسماعيل للبنين، وإعدادية السياب للبنين، وإعدادية أتابكر للبنين) في محافظة كركوك.
المجال الزمني: ابتداءً من ٢٠٢٣/١/١٣ ولغاية ٢٠٢٣/٥/١٠.

١-٥ مصطلحات البحث :

القلق الصحي: هو حالة نفسية تتميز بالخوف المستمر والمفرط من أو الانشغال بوجود أو اكتساب حالة صحية أو إصابة خطيرة، هذا الخوف أو الانشغال يؤدي إلى ضائقة كبيرة وضعف وظيفي، وعادة ما يكون مصحوبًا بانشغال بالأعراض الجسدية. (Axelsson, 2022, p. 2)
دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية: وهي العوامل تدفع الطالب نحو ممارسة التربية البدنية والرياضية، وتهدف بشكل كبير إلى مساعدته في تحقيق رغباته وميوله الرياضية من خلال سلوكيات ايجابية، مما يشكل لدى التلميذ الصورة الحسنة للممارسة الانشطة الرياضية وعدم اللجوء الى ممارستها بدوافع وسلوكيات سلبية. (مسعود وصهيب، ٢٠٢٢، ٤١)

٢-٢ إجراءات البحث :

٢-١ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقته المسحية والعلاقات الارتباطية لملائمتها وطبيعة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

شمل مجتمع البحث طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك والبالغ عددها (٣٤) مدرسة إعدادية، وتكونت عينة البحث من (١٨٦) طالباً من طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك ومن (٣) مدارس إعدادية في المحافظة، بواقع (٥٠) طالباً من إعدادية الشهيد إبراهيم إسماعيل، و (٥٦) طالباً من إعدادية السياب للبنين، و (٨٠) طالباً من إعدادية أتابكر للبنين والذين تم اختيارهم بصورة عمدية، وقد شملت عينة الدراسة الاستطلاعية (٤) طلاب تم اختيارهم بطريقة عشوائية، كما شملت عينة البناء (١٠٩) طلاب يمثلون (٦٠%) من مجموع الطلاب وتم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد استطاع الباحث الحصول على (١٠٨) استمارات صالحة للتحليل الإحصائي، في حين شملت عينة التطبيق (٧٣) طالباً يمثلون (٤٠%) من مجتمع البحث، وقد حصل الباحث على (٧٢)

استمارة صالحة للمعالجة الإحصائية وهي تمثل (٣٩.٢٤%) من مجتمع البحث، والجدول (١) يبين مجتمع البحث وعيناته.

الجدول (١) يبين مجتمع البحث وعيناته

عينة التطبيق		عينة البناء		عينة الدراسة الاستطلاعية	عدد الطلاب	إعدادية
المستلم	الموزع	المستلم	الموزع			
٢٠	٢٠	٢٩	٣٠	-	٥٠	الشهيد إبراهيم إسماعيل
٢٢	٢٢	٣٤	٣٤	-	٥٦	السياب
٣٠	٣١	٤٥	٤٥	٤	٨٠	أتاكر
٧٢	٧٣	١٠٨	١٠٩	٤	١٨٦	المجموع

٢-٣ أدوات البحث ك

٢-٣-١ مقياس القلق الصحي :

تطلب تحقيق بعض أهداف البحث والإجابة على تساؤلاته بناء مقياس للقلق الصحي، على وفق الإجراءات العلمية.

٢-٣-١-١ صياغة فقرات مقياس القلق الصحي :

قام الباحث بالاطلاع على الأدبيات والبحوث والدراسات العلمية والمصادر المتعلقة بالقلق الصحي، بعدها صياغة الفقرات الخاصة بالمقياس، وبلغ مجموع فقرات المقياس (١٠) فقرات، واقترح الباحث مفتاح للإجابة مكون من ثلاثة بدائل وهي: (دائماً، أحياناً، أبداً) وتحمل الأوزان (٣ - ٢ - ١) على التوالي.

٢-٣-١-٢ صدق المحتوى :

يهدف الوصول إلى صدق المحتوى لمقياس القلق الصحي لطلاب الدراسة الإعدادية، عمل الباحث على مراجعة المصادر والدراسات العلمية بهدف جمع المعلومات المتعلقة بالقلق الصحي لاستخراج الفقرات التي من الممكن أن يتضمنها المقياس، وتشكيل صورة واضحة وشاملة مكنته من صياغة الفقرات وبما يتلاءم مع مفهوم هذا المتغير ومضامينه.

٢-٣-١-٣ الصدق الظاهري (صدق المحكمين) :

لوصول إلى صدق المحكمين لمقياس القلق الصحي لطلاب بعض المدارس الإعدادية، قام الباحث بعرضه على السادة الخبراء في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي بهدف الحصول على آرائهم حول فقرات المقياس من حيث صلاحيتها ومدى ملاءمتها للمقياس، وهذا يتفق مع ما ذهبت إليه (سليمان، ٢٠١٠) إلى أنه يتم التأكد إذا ما كان الاختبار صادقاً وذلك من خلال عرضه على عدد من المتخصصين والخبراء، فإذا قالوا بأن الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه عندها الاعتماد على

القلق الصحي وعلاقته بدافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية...

حكم الخبراء وأن اختبارهم صادق. (سليمان، ٢٠١٠، ٤٦)، واقتربت نسب الاتفاق على صلاحية الفقرات بين (٨٧.٥%) إلى (١٠٠%) لجميع الفقرات، وبذلك اعتمد الباحث جميع الفقرات دون حذف لأن نسبة اتفاق الخبراء عليها كانت أعلى من (٧٥%).

٢-٣-١-٤ الدراسة الاستطلاعية :

بعد التوصل إلى الصورة الأولية للمقياس، قام الباحث بتطبيقه على مجموعة صغيرة من عينة البحث والتي تمثل عينة الدراسة الاستطلاعية والبالغ عدد أفرادها (٤) طلاب، وكما تم بيانه في الجدول (١)، وقد تبين من خلال الدراسة الاستطلاعية أن فقرات المقياس واضحة وطريقة الإجابة عنها مفهومة، وقد بلغ زمن الإجابة عن المقياس ما بين (١٥-٢٠) دقيقة.

٢-٣-١-٥ القوة التمييزية للفقرات :

يهدف التأكد من تمييز فقرات مقياس القلق الصحي بين أفراد عينة البحث، عمد الباحث إلى استخراج قوة الفقرات التمييزية، وقد استخدم الباحث أسلوب المجموعتين المتضادتين على عينة البناء البالغ عددها (١٠٨) من طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك بنسبة بلغت (٢٧%) للمجموعتين العليا والدنيا، وقد عمل الباحث على ترتيب درجات عينة البناء ترتيباً تنازلياً (من أعلى درجة إلى أدنى درجة)، بعدها قام بتحديد القسمين العلوي والسفلي بنسبة (٢٧%) لكل منهما، فأصبح عدد أفراد المجموعة العليا (٢٩) طالباً، وعدد أفراد المجموعة الدنيا (٢٩) طالباً، بعدها قام الباحث باستخراج القوة التمييزية للفقرات كما هو مبين في الجدول (٢).

الجدول (٢) يبين القوة التمييزية لفقرات مقياس القلق الصحي

الفقرة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
	الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط		
١	٠.٥٠٦	١.٠٠	٠.٥٠٠	١.٠٠	١٤.٨٢٢	٠.٠٠٠
٢	٠.٦٢٢	٢.١٩	٠.٥٠٠	١.٠٠	٩.٨٩٤	٠.٠٠٠
٣	٠.٥٠١	٢.٥٩	٠.٥٠٠	١.٠٠	١٦.٥٢٧	٠.٠٠٠
٤	٠.٥٠٠	٣.٠٠	٠.٥٠٩	١.٥٢	١٥.١١٩	٠.٠٠٠
٥	٠.٤٥٦	٢.١٥	٠.٥٠٠	١.٠٠	١٣.٠٨	٠.٠٠٠
٦	٠.٥٠٦	٢.٥٦	٠.٤٤٧	١.٢٦	٩.٩٧٧	٠.٠٠٠
٧	٠.٥٠١	٢.٤١	٠.٥٠٠	١.٠٠	١٤.٦٠٥	٠.٠٠٠
٨	٠.٤٢٤	٢.٢٢	٠.٥٠٠	١.٠٠	١٤.٩٩٠	٠.٠٠٠
٩	٠.٤٩٢	٢.٣٧	٠.٥٠٠	١.٠٠	١٤.٤٧٠	٠.٠٠٠
١٠	٠.٥٠٩	٢.٤٨	٠.٥٠٠	١.٠٠	١٥.١١٩	٠.٠٠٠

يتبين من الجدول (٢) أن جميع فقرات مقياس القلق الصحي كانت مميزة بين أفراد عينة البناء، إذ امتلكت جميعها مستوى دلالة بلغ (٠.٠٠٠) وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد والبالغ (٠.٠٠٥)، مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الأفراد في المجموعتين العليا والدنيا، وبالتالي فإن فقرات المقياس تُعد صالحة لأنها استطاعت التمييز بين الدرجات العليا والدرجات الدنيا لأفراد عينة البناء.

٢-٣-١-٦ الاتساق الداخلي لفقرات المقياس :

يهدف التأكد من تناسق فقرات المقياس واتساقها مع الدرجة الكلية لمقياس القلق الصحي، قام الباحث باستخراج معامل الارتباط البسيط بين الفقرات ودرجة المقياس الكلي على استمارات عينة البناء والبالغة (١٠٨) استمارات، والجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣) يبين الاتساق الداخلي لفقرات مقياس القلق الصحي

الفقرة	ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس	
	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
١	٠.٤٦١	٠.٠٠٠
٢	٠.٣٩٧	٠.٠٠٠
٣	٠.٤١٦	٠.٠٠٠
٤	٠.٣٦٤	٠.٠٠٠
٥	٠.٤٧٢	٠.٠٠٠
٦	٠.٢٧٠	٠.٠٠٧
٧	٠.٦٠٢	٠.٠٠٠
٨	٠.٤١١	٠.٠٠٠
٩	٠.٥٤٨	٠.٠٠٠
١٠	٠.٣٤٨	٠.٠٠٠

ومن ملاحظة الجدول (٣) يتبين أن جميع الفقرات كانت متسقة مع الدرجة الكلية للمقياس، وقد اقتربت درجات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس بين (٠.٢٧٠ - ٠.٦٠٢)، وبمستوى دلالة بلغ (٠.٠٠٧ - ٠.٠٠٠) وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد والبالغ (٠.٠٥)، وبذلك احتفظ المقياس بكامل فقراته.

٢-٣-١-٧ معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية ك

تعتمد طريقة التجزئة النصفية لاستخراج الثبات على تقسيم فقرات المقياس إلى قسمين وحساب معامل الارتباط بين اجابات المفحوصين عن هذين القسمين. (الخطيب والخطيب، ٢٠١١، ٢٩) ولاستخراج معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية قام الباحث بتجزئة فقرات المقياس البالغ عددها (١٠) فقرات والمطبقة على عينة البناء والبالغ عددها (١٠٨) استمارة إلى نصفين، يضم النصف الأول نتائج الفقرات الفردية للمقياس، بينما ضمّ النصف الثاني نتائج الفقرات الزوجية، وبهذا أصبح لكل فرد من عينة البناء درجتين، وبعدها تم استخراج معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات نصفي المقياس وكانت (٠.٧٧)، وبهذه الطريقة حصل الباحث على نصف الثبات للأداة، وبهدف الحصول على معامل الثبات الكلي للأداة قم الباحث بمعالجة القيمة المستخرجة باستخدام معادلة سبيرمان-براون (Spearman- Brown)، وظهر معامل الثبات من خلالها (٠.٨٧)، وهذا يدلّ على أن ثبات المقياس جيد.

٢-٣-١-٨ وصف مقياس القلق الصحي بصورته النهائية :

استقر مقياس القلق الصحي لطلاب بعض المدارس الإعدادية بصورته النهائية على (١٠) فقرات كما هو موضح في الملحق (١)، وتتم الإجابة على هذه الفقرات على وفق ثلاثة بدائل (دائماً، أحياناً، أبداً)، وتحمل الأوزان (٣-٢-١) على التوالي.

٢-٣-٢ مقياس الدافعية لممارسة التربية البدنية والرياضية :

بغرض تحقيق بعض أهداف البحث حول مستوى الدافعية لممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك، وبعد البحث في الأدبيات والدراسات المتعلقة بالدافعية لممارسة التربية البدنية والرياضية تمكن الباحث من العثور على مقياس يمكن أن يخدم تحقيق هذه الأهداف، وبذلك أعتمد الباحث مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية والذي أعده (مسعود وصهيب، ٢٠٢٢) بعد تعديل فقراته وتكييفها لتلائم المجتمع المستهدف في هذا البحث، وقد تكوّن المقياس من (٢٤) فقرة، وعلى الرغم من كون المقياس مقنناً فقد قام الباحث بتطبيق المعاملات العلمية للمقياس لزيادة التأكد من ملائمة المقياس لتطبيقه على عينة البحث الحالية.

١-٢-٣-٢ الصدق الظاهري (صدق المحكمين) :

قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من السادة الخبراء والمتخصصين في مجال وعلم النفس الرياضي، وذلك للتأكد من صلاحية الفقرات ومناسبتها لبينة عينة الدراسة الحالية، بالإضافة إلى الحكم على مدى ملائمة كل فقرة للمقياس، وإبداء رأيهم حول بدائل الإجابة المعدلة والمقترحة من قبل الباحث وهي (دائماً، أحياناً، أبداً)، وبعد الانتهاء من عملية جمع آراء السادة الخبراء تبين اتفاقهم على (١٤) فقرة من مجموع الفقرات الكلي والبالغة (٢٤) فقرة لمقياس الأصلي، وبنسب اقتربت بين (٨٤%-١٠٠%)، فيما لم تحصل (١٠) فقرات على موافقة السادة الخبراء وتم استبعادها كونها حصلت على نسبت اتفاق اقتربت بن (٥٨% - ٦٣%) وهي أقل من النسبة المقبولة والتي تبلغ (٧٥%)، وعليه أصبح المقياس مكوناً من (١٤) فقرة، وكما هو مبين في الجدول (٤).

الجدول (٤) يبين نسبة اتفاق الخبراء على مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

النسبة المئوية لتسلسل الفقرة	النسبة المئوية لاتفاق الخبراء	تسلسل الفقرة	النسبة المئوية لاتفاق الخبراء	تسلسل الفقرة	النسبة المئوية لاتفاق الخبراء
١٧	٩٥%	٩	٩٥%	١	١٠٠%
١٨	٥٨%	١٠	٥٨%	٢	٦٣%
١٩	٩٥%	١١	٩٥%	٣	٨٢%
٢٠	١٠٠%	١٢	١٠٠%	٤	٥٨%
٢١	٤٨%	١٣	٤٨%	٥	٩٥%
٢٢	٨٢%	١٤	٨٢%	٦	٨٤%
٢٣	٥٨%	١٥	٥٨%	٧	٨٤%
٢٤	٨٢%	١٦	٨٢%	٨	٦٣%

كما قام الباحث بعرض نموذجين من بدائل الإجابة لفقرات المقياس على السادة الخبراء للحصول على آرائهم، وكان النموذج الأصلي قد تضمن بدائل الإجابة (موافق، محايد، لا أوافق) على الفقرات في المقياس الأصلي، فيما تضمن النموذج الثاني اقتراح الباحث تعديل بديل الإجابات إلى (دائماً، أحياناً، أبداً)، وبعد جمع البيانات المتعلقة بنموذجي بدائل الإجابة من السادة الخبراء اعتمد الباحث النموذج المقترح بعد حصوله على نسبة اتفاق بلغت (٩٥%).

٢-٢-٣-٢ الدراسة الاستطلاعية :

القلق الصحي وعلاقته بدافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية...

بعد التوصل إلى الصورة الأولية للمقياس، قام الباحث بتطبيقه على مجموعة صغيرة تمثل عينة الدراسة الاستطلاعية والبالغ عدد أفرادها (٤) طلاب، وكما تم بيانه في الجدول (١)، وقد تبين من خلال الدراسة الاستطلاعية أن فقرات المقياس واضحة وطريقة الإجابة عنها مفهومة، وقد بلغ زمن الإجابة عن المقياس ما بين (١٨-٢٠) دقيقة.

٢-٣-٢-٣ القوة التمييزية لفقرات المقياس :

الجدول (٥) يبين القوة التمييزية لفقرات مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
٠.٠٠٠	٢٧.٦٨٧	٠.٥٥١	٢.٣٨	٠.٠٠	٥.٠٠	١
٠.٠٠٠	٢٣.٦٨٥	٠.٦١٥	٢.٥٠	٠.٠٠	٥.٠٠	٢
٠.٠٠٠	٢٤.٤٤٨	٠.٧٨٥	١.٨٢	٠.٠٠	٥.٠٠	٣
٠.٠٠٠	٢٥.٢٢٢	٠.٥٤٤	٢.٦٥	٠.٠٠	٥.٠٠	٤
٠.٠٠٠	٢٥.٧١٧	٠.٦٧٤	٢.٠٣	٠.٠٠	٥.٠٠	٥
٠.٠٠٠	٤٢.٧٦٤	٠.٤٩٣	١.٣٨	٠.٠٠	٥.٠٠	٦
٠.٠٠٠	١٨.٦٨١	٠.٨١٧	٢.٣٨	٠.٠٠	٥.٠٠	٧
٠.٠٠٠	١٦.٢٣١	٠.٩٩٩	٢.١٨	٠.٠٠	٥.٠٠	٨
٠.٠٠٠	٤٦.٧٢٢	٠.٤٦٢	١.٢٦	٠.٠٠	٥.٠٠	٩
٠.٠٠٠	٤٠.٦٢٠	٠.٥٠٧	١.٤٧	٠.٠٠	٥.٠٠	١٠
٠.٠٠٠	٢٤.٧٢١	٠.٦٩٤	٢.٠٦	٠.٠٠	٥.٠٠	١١
٠.٠٠٠	١٧.١٩٤	٠.٩٧٧	٢.١٢	٠.٠٠	٥.٠٠	١٢
٠.٠٠٠	١٥.٤٢٢	٠.٨٢١	٢.٥٩	٠.٣٤٣	٤.٩٤	١٣
٠.٠٠٠	٢٨.٥٨٠	٠.٦٠٠	٢.٠٦	٠.٠٠	٥.٠٠	١٤
٠.٠٠٠	٢١.١٩٦	٠.٨٩٨	١.٧٤	٠.٠٠	٥.٠٠	١٥
٠.٠٠٠	٢١.٨٧٤	٠.٢٧٢	٤٠.٢٦	١.٥٨٦	٧٠.٠٣	المقياس

يتبين من الجدول (٥) أن جميع فقرات مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية كانت مميزة بين أفراد عينة البناء، إذ امتلكت جميعها مستوى دلالة بلغ (٠.٠٠٠) وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد والبالغ (٠.٠٠٥)، مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الأفراد في المجموعتين العليا والدنيا، وبالتالي فإن فقرات المقياس تُعد صالحة لأفراد عينة البناء.

٢-٣-٢-٤ الاتساق الداخلي لفقرات المقياس :

يهدف التأكد من تناسق فقرات المقياس واتساقها مع الدرجة الكلية لمقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية، قام الباحث باستخراج معامل الارتباط البسيط بين الفقرات ودرجة المقياس الكلي على استمارات عينة البناء والبالغة (١٠٨) استمارات، والجدول (٦) يبين ذلك.

الجدول (٦) يبين الاتساق الداخلي لفقرات مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

الفقرة	ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس	الفقرة	ارتباط الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس
--------	--	--------	--

القلق الصحي وعلاقته بدافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية...

درجة الارتباط	مستوى الدلالة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
٠.٢١٧	٠.٠٣٠	٠.٥٨١	٠.٠٠٠
٠.٣٥٤	٠.٠٠٠	٠.٦٣٩	٠.٠٠٠
٠.٦١٩	٠.٠٠٠	٠.٥٢٦	٠.٠٠٠
٠.٣٤٤	٠.٠٠٠	٠.٤٥٣	٠.٠٠٠
٠.٣١٨	٠.٠٠١	٠.٣٤٧	٠.٠٠٠
٠.٣٦٩	٠.٠٠٠	٠.٢٤٣	٠.٠١٥
٠.٣٨٩	٠.٠٠٠	٠.٦٢٠	٠.٠٠٠

ومن ملاحظة الجدول (٥) يتبين أن جميع الفقرات كانت متسقة مع الدرجة الكلية للمقياس، وقد اقتربت درجات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية بين (٠.٢١٧-٠.٦٣٩) وبمستوى دلالة بلغ (٠.٠٠٠ - ٠.٠١٥) وهو أقل من مستوى الدلالة المعتمد والبالغ (٠.٠٥)، وبذلك احتفظ المقياس بكامل فقراته.

٢-٣-٢-٥ معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية :

قام الباحث بتجزئة فقرات المقياس البالغ عددها (١٤) فقرة والمطبقة على عينة البناء والبالغ عددها (١٠٨) استمارة إلى نصفين، وبعدها تم استخراج معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات نصفي المقياس وكانت (٠.٨٣)، ومن ثم تمت معالجته باستخدام معادلة سبيرمان- براون (Spearman- Brown)، وظهر معامل الثبات من خلالها (٠.٩٠)، وهذا يدل على أن ثبات المقياس عالي.

٢-٣-٢-٦ وصف مقياس دافعية الممارسة للتربية البدنية والرياضة بصورته النهائية :

استقر المقياس بصورته النهائية على (١٤) فقرة كما هو موضح في الملحق (٢)، وتتم الإجابة على هذه الفقرات على وفق ثلاثة بدائل (دائماً، أحياناً، أبداً)، وتحمل الأوزان (٣-٢-١) على التوالي.

٢-٤ التطبيق النهائي لمقياسي البحث :

تم تطبيق مقياسي القلق الصحي ودافعية الممارسة للتربية البدنية والرياضية على عينة التطبيق البالغ عدد أفرادها (٧٣) طالباً من مدارس (الشهيد إبراهيم إسماعيل للبنين، والسياب للبنين، أتاككر للبنين) الإعدادية في محافظة كركوك، وقد تمت الإجابة من قبل (٧٢) طالباً منهم، في حين لم يحضر طالب واحد عملية التطبيق.

٢-٥ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط، ومعامل الثبات بالتجزئة النصفية، النسبة المئوية، معادلة سبيرمان- براون.

٣- عرض النتائج ومناقشتها :

٣-١ عرض نتائج الهدف الأول الذي ينص على (بناء مقياس القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك):

حقق الباحث هذا الهدف عبر التوصل إلى الصيغة النهائية لمقياس القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك، من خلال تطبيق الإجراءات العلمية الواردة في الباب الثالث.

القلق الصحي وعلاقته بدافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية...

٣-٢ عرض نتائج الهدف الثاني الذي ينص على (تكيف مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك):

حقق الباحث هذا الهدف عبر التوصل إلى الصيغة النهائية لمقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك، من خلال تطبيق الإجراءات العلمية الواردة في الباب الثالث.

وقبل البدء بعرض نتائج الهدف الثالث، عمل الباحث على استخراج مستويات المقياس بهدف التعرف على مستوى القلق الصحي، والجدولين (٧) و (٨) يبينان مستويات المقياس والفقرات.

الجدول (٧) يبين المجالات والمستويات لمقياس القلق الصحي

المجال	١٦-١٠	٢٣-١٧	٣٠-٢٤
المستوى	منخفض	متوسط	مرتفع

الجدول (٨) يبين المجالات والمستويات لفقرات مقياس القلق الصحي

المجال	١.٦٦-١	٢.٣٣-١.٦٧	٣-٢.٣٤
المستوى	منخفض	متوسط	مرتفع

٣-٣ عرض نتائج الهدف الثالث الذي ينص على (التعرف على مستوى القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك) ومناقشتها:

وقد حصل الباحث على النتائج الآتية.

الجدول (٩) يبين الأوساط الحسابية ومستويات فقرات مقياس القلق الصحي

المستوى	الوسط الحسابي	الفقرة
متوسط	١.٦٨	١
منخفض	١.٥١	٢
متوسط	١.٧٢	٣
متوسط	٢.٣١	٤
منخفض	١.٣١	٥
متوسط	١.٧٥	٦
متوسط	١.٦٦	٧
منخفض	١.٣٥	٨
منخفض	١.٤٦	٩
منخفض	١.٥٦	١٠
منخفض	١٦.٣١	مقياس القلق الصحي

يبين الجدول (٩) أن المستويات التي حصلت عليها فقرات القلق الصحي اقتربت بين (منخفض، متوسط)، إذ حصلت الفقرات (١، ٣، ٤، ٦، ٧) على مستويات متوسطة بأوساط حسابية بلغت (١.٦٨، ١.٧٢، ٢.٣١، ١.٧٥، ١.٦٦) على التوالي، في حين حصلت الفقرات (٢، ٥، ٨، ٩، ١٠) على مستويات منخفضة وبأوساط حسابية (١.٥١، ١.٣١، ١.٣٥، ١.٤٦، ١.٥٦) على التوالي، وقد حصل مقياس القلق الصحي بشكله الكلي على مستوى منخفض بوسط حسابي (١٦.٣١).

أظهرت النتائج أن القلق الصحي لدى طلاب الدراسة الإعدادية في محافظة كركوك كانت منخفضة بشكل عام، وهذا يعود إلى أن الثقافة الصحية لدى هؤلاء الطلاب ظهرت بمستوى يرتقي بأفكارهم إلى

الواقعية نوعاً ما، كما وأن ممارستهم للرياضة بشكل مستمر ومواجهتهم لشتى أنواع الصعوبات والتحديات ومنها الإصابات الرياضية أسست لديهم دعائم ذات جودة لصد مختلف أنواع الصدمات وخاصة الإصابات الرياضية، ولو أضفنا الحالة الوبائية التي مرّ بها العالم بشكل عام والمجتمع الذي ينتمي إليه الطلاب بشكل خاص ألا وهي جائحة (Covid-19) المنقولة عبر الأشخاص، والذي أدى المرور به ومن ثمّ تجاوزه إلى بناء ثقة جيدة بالنفس لدى الطلاب وإمكانية لمواجهة مثل هذه الأوبئة والأمراض المعدية وتجاوزها وعدم الاستسلام في حالة انتشارها، مما يدفعهم إلى الممارسة الرياضية والاختلاط بالآخرين بشكل طبيعي، فضلاً عن ان الحبّ الذي يكتنف غالبيتهم للرياضة بشكل عام قد وُلد لديهم استعداداً نفسياً وفسولوجياً لتقبل الأنشطة الرياضية، ناهيك عن أن معظم الطلاب وبطبيعة المجتمع الذي ينتمون إليه متفرغون للدراسة وغير ملزمين بإعالة أسرهم إلا ما ندر، وأن اهتمامهم الشديد بالرياضة لا يدفعهم إلى التفكير بالمساوي التي قد تواجههم جرّاء الممارسة الرياضية لذا نراهم منكمين نحو البحث حول النجوم الذين يرونهم مثلاً لهم عوضاً عن البحث في التحديات والمشاكل التي تواجه المجال الرياضي.

إذ يشير (Jadhav, 2017) إلى أن التمارين المنتظمة يمكن أن تسبب اكتساباً للصحة البدنية والعقلية وأن النشاط البدني المناسب يمكن أن يحافظ على الثقة وأيضاً أحد طرق التحكم في القلق وعلاجه لدى الأفراد، وأن استخدام الطلاب للنشاط البدني بشكل كبير يعدّ وسيلة جيدة لتقليل القلق. (Jadhav, 2017,231)

وقبل البدء بعرض نتائج الهدف الرابع، عمل الباحث على استخراج مستويات المقياس بهدف التعرف على مستوى دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية، والجدولين (١٠) و (١١) يبينان مستويات المقياس والفقرات.

الجدول (١٠) يبين المجالات والمستويات لمقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

المجال	٢٣-١٤	٣٣-٢٤	٤٢-٣٤
المستوى	منخفض	متوسط	مرتفع

الجدول (١١) يبين المجالات والمستويات لفقرات مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

المجال	١.٦٦-١	٢.٣٣-١.٦٧	٣-٢.٣٤
المستوى	منخفض	متوسط	مرتفع

٣-٤ عرض نتائج الهدف الرابع الذي ينص على (التعرف على مستوى دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك) ومناقشتها: وقد حصل الباحث على النتائج الآتية.

الجدول (١٢) يبين الأوساط الحسابية ومستويات فقرات مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

الفقرة	الوسط الحسابي	المستوى
١	٢.٠٩	متوسط
٢	٢.٢٧	متوسط
٣	٢.١٧	متوسط
٤	٢.٥٨	مرتفع

مرتفع	٢.٥٩	٥
مرتفع	٢.٤١	٦
مرتفع	٢.٥٨	٧
مرتفع	٢.٤٢	٨
متوسط	٢.٣١	٩
مرتفع	٢.٦٢	١٠
مرتفع	٢.٧٠	١١
مرتفع	٢.٤٩	١٢
مرتفع	٢.٣٧	١٣
مرتفع	٢.٤٦	١٤
مرتفع	٣٤.٠٦	مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

يبين الجدول (١٢) أن المستويات التي حصلت عليها فقرات دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية اقتربت بين (متوسط، مرتفع)، إذ حصلت الفقرات (١، ٢، ٣، ٩) على مستوى متوسط بأوساط حسابية (٢.٠٩، ٢.٢٧، ٢.١٧، ٢.٣١)، فيما حصلت الفقرات (٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤) على مستويات مرتفعة بأوساط حسابية (٢.٥٨، ٢.٥٩، ٢.٤١، ٢.٤٢، ٢.٦٢، ٢.٧٠، ٢.٤٩، ٢.٣٧، ٢.٤٦)، وقد حصل مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية بشكله الكلي على مستوى مرتفع بوسط حسابي (٣٤.٠٦).

وقد أظهرت النتائج أن دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب الدراسة الإعدادية في محافظة كركوك كانت مرتفعة بشكل عام، وهذا يعود إلى الرغبة المتولدة لدى الطلاب لاكتساب الصفات البدنية التي تمنحهم الشكل الجسدي المميز الذي يرغبون في الحصول عليه، وبحكم المرحلة العمرية التي يمرون بها والتي من أهم مميزاتا فرط وسرعة الحركة والنشاط بما يضمن لهم ممارسة التحدي واكتساب الإثارة والتشويق في جوانب حياتهم، فضلاً عن الرغبة الكامنة لديهم لإبراز إمكاناتهم والحصول على دور فعال في الفرق الممثلة للمدرسة وأن يصبحوا واجهة لها، إلى جانب الصفات التي يمكن أن تكسبهم إياه المنافسة الرياضية من حيث الأخلاق الحميدة وتبادل الثقة مع الزملاء والتعاون في سبيل النجاح، وإذا أضفنا الدعم والتشجيع الذي يتلقاه الطلاب من محيطهم الأسري الذي قد يوصلهم إلى تحقيق أهداف رياضية شخصية في المستقبل.

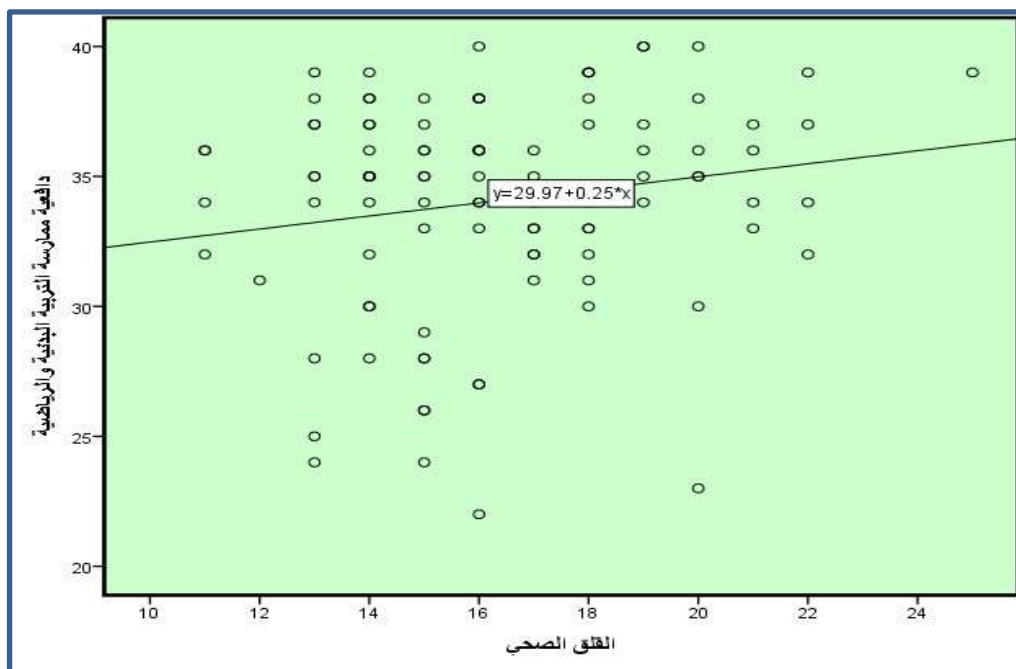
أذ يذكر (Tendinha et al., 2021) بأن الدافع مهم للتأثير على ممارسة الطلاب للتربية البدنية والرياضية، وأنه يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالجهد الذاتي والاستعداد للمشاركة في الأنشطة البدنية المستقبلية، كما وأنه يمكن أن يكون هناك دوافع أكبر للطلاب كالاستقلالية والمشاركة والتعاون وعلاقات الأقران واكتساب الصفات البدنية المميزة وإظهار إمكاناتهم أثناء الممارسات البدنية والرياضية. (Tendinha et al., 2021,2)

٣-٥ عرض نتائج الهدف الخامس الذي ينص على (التعرف على العلاقة بين مستوى القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية وبين مستوى دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لديهم) ومناقشتها:

وقد حصل الباحث على النتائج الآتية.

الجدول (١٣) يبين معامل الارتباط بين متغيري القلق الصحي ودافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

معامل الارتباط	مستوى الدلالة
٠.١٧٥	٠.٠٤



الشكل (١) يوضح علاقة الارتباط بين متغيري القلق الصحي ودافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية

يتبين من الجدول (١٣) بأن علاقة الارتباط بين متغيري القلق الصحي ودافعية الممارسة للتربية البدنية والرياضية قد بلغت (٠.١٧٥) وبمستوى دلالة بلغ (٠.٠٤)، ومن هنا يتبين أن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين، وأن هذه العلاقة هي علاقة طردية ضعيفة جداً، أي أنه كلما زاد القلق الصحي لدى الطالب زادت دافعيته لممارسة التربية البدنية والرياضية ولكن بنسبة قليلة جداً، مما يعني أن تأثير القلق الصحي على دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية ضعيف جداً.

ومن هنا يرى الباحث بأن ممارسات التربية البدنية والرياضية لا تنفي وجود القلق لدى الطلاب ولكن هذا الوجود يكون ضعيفاً، إذ إن القلق يمثل سمة نفسية موجودة داخل كل الأفراد مهما اختلفت توجهاتهم أو إمكاناتهم الفسيولوجية والنفسية، وأن هذا الارتباط الضعيف بين القلق الصحي والممارسة البدنية والرياضية لن يشكل مشكلة تعيق الطلاب عن المشاركة في درس الرياضة، وهذا يتفق مع ما ذكره (Tian et al., 2022) بأن الأشخاص الذين ينخرطون في المزيد من الممارسات البدنية والرياضية يعانون من انخفاض مستويات القلق. (Tian et al., 2022, 2173)

٤- الاستنتاجات والتوصيات :

٤-١ الاستنتاجات :

- ١- تمّ التحقق من فاعلية مقياس القلق الصحي لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك بعد التوصل إلى إعداده على وفق الإجراءات العلمية.
- ٢- تمّ التحقق من فاعلية مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب بعض المدارس الإعدادية في محافظة كركوك بعد التوصل إلى إعداده على وفق الإجراءات العلمية.
- ٣- يمتلك طلاب المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك مستوى منخفض من القلق الصحي.
- ٤- يمتلك طلاب المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك مستوى مرتفع من دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية.
- ٥- وجود علاقة ارتباطية ضعيفة وذات دلالة إحصائية بين القلق الصحي ودافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى طلاب الدراسة الإعدادية في محافظة كركوك.

٤-٢ التوصيات :

- ١- إمكانية تطبيق مقياس القلق الصحي الذي تمّ التوصل إليه على طلاب المراحل الأخرى كالجوامع وللجنسين.
- ٢- إمكانية تطبيق مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضية الذي تمّ التوصل إليه على طلاب المراحل الأخرى كالجوامع.
- ٣- ضرورة تطوير نظرة الطلاب حول أهمية الممارسات البدنية والرياضية ودورها في التقليل من القلق الصحي، وذلك عبر مشاركتهم في الأنشطة الرياضية المختلفة داخل الدرس، وتشخيص التحديات التي تواجههم في أثناء الممارسة.

المصادر

١. الخطيب، محمد احمد والخطيب، احمد حامد، (٢٠١١): الاختبارات والمقاييس النفسية، (ط١)، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
٢. سليمان، سناء محمد، (٢٠١٠): أدوات جمع البيانات في البحوث النفسية والتربوية، ط١، عالم الكتب، القاهرة، مصر.
٣. مسعود، زرياتو صهيب، ماصة، (٢٠٢٢): دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الطور المتوسط دراسة ميدانية ببعض بلديات شرق ولاية بسكرة. جامعة محمد خيضر - بسكرة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية.
4. Akbas, M., Sulu, R., & Gozuyesil, E. (2021). Women's health anxiety and psychological wellbeing during the COVID-19 pandemic. A descriptive study. Sao Paulo Medical Journal, 139 (5), 496-504 .
5. Axelsson, E. (2022). Severe health anxiety: Novel approaches to diagnosis and psychological treatment [Karolinska Institutet]. In

Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering (Vol. 83, Issues 2-B .(

6. Jadhav, R. (2017). The effect of exercise on anxiety of college students. International Journal of Physical Education, 4,(4), 231–233.
7. Norbye, A. D., Abelsen, B., Førde, O. H., & Ringberg, U. (2022). Health anxiety is an important driver of healthcare use. In BMC Health Services Research (Vol. 22, Issue 1 .(
8. Saçli Uzunöz, F. (2015). Motives for Physical Activity Participation in Turkish Primary School Students. Educational Research and Reviews, 10, (24), 2944–2952 .
9. Tendinha, R., Alves, M. D., Freitas, T., Appleton, G., Gonçalves, L., Ihle, A., Gouveia, É. R., & Marques, A. (2021). Impact of Sports Education Model in Physical Education on Students' Motivation: A Systematic Review. In Children (Vol. 8, Issue 7, pp. 1–9 .(
10. Tian, J., Yu, H., & Austin, L. (2022). The Effect of Physical Activity on Anxiety: The Mediating Role of Subjective Well-Being and the Moderating Role of Gender. Psychology Research and Behavior Management, 15, 3167–3178 .

الملحق (١)

مقياس القلق الصحي بصورته النهائية

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	أبداً
١	أشعر بالقلق من إصابتي أثناء ممارسة الرياضة وعدم القدرة على رعاية عائلتي			
٢	أحرص على أن أرتاح كثيراً خلال الدرس كي لا أصاب بالإجهاد			
٣	أفحص جسمي بشكل متكرر أثناء ممارسة الرياضة بحثاً عن أعراض الأمراض			

٤	أبحث كثيراً عن المعلومات المتعلقة بالصحة وعلاقتها بالرياضة على صفحات الانترنت
٥	أمتلك أفكار ومعتقدات مقلقة غير واقعية حول الصحة بصورة عامة
٦	أسأل زملائي في الصف مرارًا وتكرارًا إذا ما كنت أبدو على ما يرام
٧	أشعر بالخطر من أي تغيير يحدث في جسمي نتيجة ممارسة الرياضة
٨	أصبت بصدمة جراء تعرض أحد زملائي للإصابة الرياضية أمام عيني
٩	أبتعد عن الاختلاط البدني كي لا أصاب بعدوى الأمراض المنتقلة من زملائي
١٠	تتسارع ضربات قلبي عند التفكير في ممارسة التمارين الرياضية

الملحق (٢)

مقياس دافعية ممارسة التربية البدنية والرياضة بصورته النهائية

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	أبداً
١	افضل ممارسة التربية البدنية والرياضية عندما تتطلب نشاطاتها قدرا كبيرا من الذكاء			
٢	أمارس أنشطة التربية البدنية والرياضية لرغبتني في التخلص من التوتر			
٣	امارس التربية البدنية والرياضية لتحقيق بطولات وانتصارات معينة			

			أفضل ممارسة التربية البدنية والرياضية لاكتساب صفات بدنية معينة	٤
			أمارس التربية البدنية والرياضية لاكتساب القوام الجيد	٥
			أرغب بممارسة نشاطات التربية البدنية والرياضية التي تمتاز بالسرعة في الأداء الحركي	٦
			أفضل ممارسة التربية البدنية والرياضية عندما تمتاز النشاطات بالإثارة والتحدي	٧
			أمارس التربية البدنية والرياضية بهدف تمثيل مدرستي في المنافسات المدرسية	٨
			أسعى من خلال ممارسة التربية البدنية والرياضية الوصول إلى مستوى الطلبة المتفوقين رياضياً	٩
			أحب ممارسة التربية البدنية والرياضية لأنها تكسبني اخلاق مميزة	١٠
			تكسبني ممارسة التربية البدنية والرياضية الثقة المتبادلة بيني و بين زملاء	١١
			أفضل ممارسة التربية البدنية والرياضية لتمييز نشاطاتها بالتعاون مع الآخرين	١٢
			تشجعني عائلتي لممارسة أنشطة التربية البدنية والرياضة	١٣
			أمارس التربية البدنية والرياضية لتحقيق أهداف رياضية شخصية	١٤