

**اللياقة النفسية كمؤشر لقبول الطلبة المتقدمين لكلية التربية الرياضية
جامعة القادسية
م.د علي حسين هاشم الزاملي
جامعة القادسية/ كلية التربية الرياضية**

ملخص البحث:

اشتمل البحث على خمسة فصول الفصل الأول المقدمة البحث وأهمية لم يعد خافياً ان العالم يشهد تغيرات جذرية تكاد تعصف بثوابت الشعوب ومورثوها الحضاري والاجتماعي والقيمي لانها لم تعد تملك غيران تتأثر بدرجات متفاوتة بقوة التغيير التي ألفت زمامها في عصر العولمة والمعلومات وفي هذا الخضم يأتي دور العقول المؤهلة-اذا ما أعدت جيداً-في التصدي للمشكلات القائمة والمتوقعة من اجل وضع الحلول الناجعة لها ، وتقليص إضرارها الى ادنى حد ممكن **اما مشكلة البحث**: اللياقة النفسية ليس ترفاً بل ضرورة ملحة يحتاجها التقدم العلمي والرياضي وهو من المعايير التي يقاس بها تقدم الأمم وتطورها. لذا فان مشكلة البحث الحالي تنبثق من عدم توفر مقياس عراقي يكشف عن اللياقة النفسية للطلبة المتقدمين الى كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية **اما اهداف البحث**: ١- بناء مقياس اللياقة النفسية لقبول الطلبة المتقدمين الى كلية التربية الرياضية جامعة القادسية ٢- تطبيق مقياس اللياقة النفسية للتعرف على واقع اللياقة النفسية لدى عينة البحث **اما مجالات البحث**: ١- المجال البشري :المتقدمين لقبول في كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية ٢- المجال المكاني :قاعة كلية التربية الرياضية جامعة القادسية ٣- المجال الزمني :للفترة من ١ /٧/٢٠١١ ولغاية ١ /١٠/٢٠١١ **اما الفصل الثاني** فقد تناول الباحث الدراسات النظرية والمشابهة ومنها العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية وسمات الشخصية الرياضية و السمات الشخصية وعلاقتها بالأداء الرياضي اما الفصل الثالث فقد تناول فيه الباحث المنهج الوصفي لملائمته طبيعة مشكلة البحث اما عينة البحث فقد اختار الباحث (١٦٠) طالب من الطلبة المتقدمين الى كلية التربية الرياضية جامعة القادسية من اصل (٥٨٠) طالب متقدم لقبول للعام الدراسي ٢٠١٠-٢٠١١ استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية spss اما الفصل الرابع فقد تناول فيه الباحث مناقشة النتائج وتحليلها اما اهم الاستنتاجات فقد كانت- تم التوصل إلى بناء مقياس اللياقة النفسية، يتمتع بمعاملات علمية (صدق وثبات) عالية، مما يسمح في استخدامه في مجتمع البحث، يتكون من (٣٦) فقرة تقيس اللياقة النفسية التي تعبر عن مدى مقبولية الطالب في كلية التربية الرياضية جامعة القادسية اما اهم التوصيات فقد كانت استخدام المقياس في التعرف على مدى مقبولية اللياقة

النفسية لدى المتقدمين للقبول في كلية التربية الرياضية جامعة القادسية ، والاستفادة من المعلومات المتاحة عند وضع البرامج التعليمية والتدريبية للطلبة .

الفصل الاول:

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهمية :

لم يعد خافياً ان العالم يشهد تغيرات جذرية تكاد تعصف بثوابت الشعوب ومورثوها الحضاري والاجتماعي والقيمي لانها لم تعد تملك غير ان تتأثر بدرجات متفاوتة بقوى التغيير التي ألفت زمامها في عصر العولمة والمعلومات وفي هذا الخضم يأتي دور العقول المؤهلة-اذا ما أعدت جيداً-في التصدي للمشكلات القائمة والمتوقعة من اجل وضع الحلول الناجعة لها ، وتقليص إضرارها الى ادنى حد ممكن. ولكن التعرف على التكامل النفسي ليس بالشيء اليسير كما ان كيفية اكتشافه وتنميته تعد احد المشكلات التي يتصدى لها علماء النفس في هذا العصر. ولم تعد مهمة التربية والتربية الرياضية نقل المعلومات فحسب وانما تسعى ببرامجها وفعاليتها نحو تدريب وترقية المهارات والاهم من ذلك تنمية القدرة لدى كل فرد متعلم على الفهم والتفكير المتقدم ليواكب عصر تدفق المعلومات وتسارعها، وبذلك نحتاج الى تعليم عال يؤدي الى تنوع البشر وتمايزهم واقتدارهم على الاتصال والإنتاج، وللتربية الرياضية دور مهم في هذا النمو وذلك من خلال الكشف عن العوامل والظروف المؤاتية لنموها فمن الأهداف الأساسية تبنيها تنمية العقل وتصعيد الإبداع الذي يستوعب ثقافة العصر، ويجعل منها ثقافة مجددة قادرة على تأصيل ذاتيتها واثبات عالميتها.

ويمثل التدريس المبدع ثروة وطنية في غاية الأهمية ومن واجب المجتمع عدم تديدها بالإهمال اضعف الرعاية، بل ان المجتمع مطالب باستثمار مواهب المبدعين. وتأهيلهم تأهيلاً نفسياً على درجة عالية من التطور ومن الامور التي تسترعي الانتباه هي افتقار مؤسسات التربية الرياضية الى مقياس يحدد طبيعة المتقدم ومستوى لياقته النفسية مما يؤدي الى صعوبة تشخيص العوامل المساعدة في نمو تلك القدرة ويعد ذلك مشكلة مثيرة للاهتمام تسترعي تسليط الضوء عليها وإبرازها لكل المتخصصين والقائمين على شؤون التربية .

٢-١ مشكلة البحث :

اللياقة النفسية ليس ترفاً بل ضرورة ملحة يحتاجها التقدم العلمي والرياضي وهو من المعايير التي يقاس بها تقدم الأمم وتطورها. لذا فان مشكلة البحث الحالي تنبثق من عدم توفر مقياس عراقي يكشف عن اللياقة النفسية للطلبة المتقدمين الى كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية .

٣-١ اهداف البحث :

- ١- بناء مقياس للياقة النفسية لقبول الطلبة المتقدمين الى كلية التربية الرياضية جامعة القادسية
- ٢- تطبيق مقياس اللياقة النفسية للتعرف على واقع اللياقة النفسية لدى عينة البحث

٤-١ مجالات البحث:

- ١- المجال البشري : المتقدمين للقبول في كلية التربية الرياضية في جامعة القادسية
- ٢- المجال المكاني :قاعة كلية التربية الرياضية جامعة القادسية .

٣- المجال الزمني :للفترة من ١ / ٧ / ٢٠١١ ولغاية ١ / ١٠ / ٢٠١١

٥-١ التعريف بالمصطلحات:

اللياقة النفسية: هي مستوى من الصحة النفسية يجعل صاحبها متفاهم مع نفسه ومع البيئة المحيطة به سواء كانت نفسية او اجتماعية مما يحقق للمرء الحد الأمثل للاستقرار النفسى والرضا والتصالح مع النفس والمجتمع.

ويفسر النفسيون الفرنسيون اللياقة النفسية هي ضرورة ان يتوفر فى الفرد صفات وفضائل معينة تعينه على مواجهة الحياة والنجاح فيها. اللياقة النفسية يحتاجها الإنسان فى العصر الحديث الذي يكثُر فيه المشاكل الخلافات والاتفات حول المصالح الشخصية.

الفصل الثاني:**٢- الدراسات النظرية والمشابهة****٢-١ الدراسات النظرية****٢-١-١ العوامل المؤثرة في تكوين الشخصية:**

هنالك العديد من العوامل التي تؤثر في تكوين الشخصية ويمكن ان نحدد أهمها وهي :

١. العوامل الجسمية:

ويقصد بها سلامة أجهزة الجسم المختلفة لما لها من تأثير كبير في شخصية الإنسان لان الشخصية تتكون حسب النمط الجسمي .

٢. العوامل البيئية:

وتتضمن عوامل اجتماعية تتحدد بالإطار الثقافي العام للمجتمع وما يضم من قيم ومبادئ ومعتقدات، وعوامل جغرافية تتحدد بالمكان الذي يعيش فيه الفرد. ويمكن ان نصف هذه العوامل بعوامل محيطيه التي تشمل المناخ والظروف الجغرافية فضلا عما ذكر^(١).

٣. العوامل النفسية:

وتشمل عملية التوازن النفسي المهم في تكوين الشخصية وتكاملها وينتج هذا التوازن نتيجة للتوافق في إشباع الحاجات الضرورية والافتناع بتأخير إشباع بعض الحاجات إلى الوقت المناسب الذي تسمح به الإمكانيات لتلبيتها وخلصوا النفس من الصراعات الداخلية كالصراع مع الضمير مثلا

٤. العوامل الوراثية:

تؤدي الوراثة دوراً مهماً في تكوين الشخصية وتنتقل عن طريق الجينات وهي مجموعة من العناصر الكيمياوية، وان نمو الإنسان يتوقف على وجود طاقات خاصة موروثية وعلى مدى استثمارها. وتعد هذه الطاقات وظيفية للبيئة التي يتطور فيها الإنسان منذ اللحظة الأولى لتصوره الذهني، فان كل مظهر من مظاهر البيئة التي تحيط به تتفاعل مع الطاقة الكامنة الموروثة لتحديد شخصيته^(٢). ومما تقدم يرى الباحث ان البيئة المناسبة تخلق فردا يتناسب وطبيعة هذه البيئة مع عدم إنكار أهمية الوراثة في تكوين شخصيته ولا يمكن فصل العوامل البيئية عن العوامل الوراثية والنفسية. وأخيرا يمكننا القول ، إن الشخصية المتكاملة هي الثابتة نفسيا والمتوازنة عقليا ومتكيفة اجتماعيا.

(١) فخري الدباغ : مقدمة في علم النفس، الموصل، مطابع جامعة الموصل، ١٩٨٢ ، ص ١١.

(٢) حلمي المليجي: علم النفس المعاصر، ط ٢ بيروت، دار النهضة العربية، ١٩٧٢ ص ٣٣٠.

٢-١-٢ سمات الشخصية الرياضية:

تطرق الباحث إلى مفهوم الشخصية بشكل عام على أنها وحدة نفسية وجسمية لا يمكن فصل الواحدة عن الأخرى وكذلك ومن خلال التطرق إلى العوامل التي تؤثر في الشخصية وهي عوامل جسمية ونفسية واجتماعية. ومن خلال ذلك نجد ان العوامل الجسمية تؤثر على شخصية الفرد وهذا يعني ان الرياضيين يتصفون بسمات شخصية معينة تختلف عن غير الرياضيين كما "ان علماء النفس الرياضي يؤكدون على ان ممارسة الرياضة تؤثر بدرجة اكبر من أي نوع من أنواع النشاط المساعد في تطوير الصفات الإرادية للشخص"^(١). وهذا ما أشار إليه العديد من الباحثين وعلماء النفس إذ أشار (كامل الويس) إلى "ان الرياضي يتميز إيجابياً، فهو يجب أن يكون قوياً، خفيف الحركة، صلباً، متواضعاً، عملياً، لطيفاً، مجاملاً، ونشيطاً اجتماعياً ودمثاً، وطبيعياً، وشجاعاً، ويلتزم بواجبه، يعتمد على نفسه، على عكس غير الرياضي التي تظهر عليه عدة نواح سلبية بالغة الخطورة"^(٢). وفي السياق نفسه أشار (محمد حسن علاوي) إلى بعض السمات الشخصية للرياضيين إذ يتصفون بالاجتماعية والسيطرة والانبساطية والاتزان الانفعالي وصلابة العود (قوة الشكيمة) والخلق والإرادة و تصور الذات . ونتيجة لتعدد الأنشطة الرياضية نجد اختلافاً في الخصائص النفسية لكل نشاط إذ إن "لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد ويتميز بها عن غيره من أنواع الأنشطة الرياضية الأخرى"^(٣). وقد تختلف شخصية الرياضي عن شخصية زميله في الفعالية نفسها باختلاف موقع أو مركز كل منهما في اللعب وقد اثبت ذلك (احمد عريبي المجمعى)^(٤) في دراسة على لاعبي كرة القدم أظهرت وجود تباين في السمات الشخصية بين لاعبي الدفاع والهجوم. لذلك فهناك خصائص نفسية وسمات شخصية يمتلكها فرد معين فضلاً عن مواصفات بدنية وعقلية توجهه لممارسة نشاط رياضي معين دون الأنشطة الأخرى. مما تقدم فان الباحث يرى إن الشخصية الرياضية لها سمات معينة يتصف بها الرياضي يتميز بها عن غير الرياضي وكذلك نجد الاختلاف بين الرياضيين أنفسهم حسب نوع الفعالية أو مركز اللعب.

٢ - ١ - ٣ قياس الشخصية الرياضية:

إن الأسس النظرية التي يتبناها الباحثون في معرفتهم وفهمهم للشخصية يتحدد عن طريقها استخدام الاختبارات والمقاييس لها، إذ إن الأسس النظرية في دراسة الشخصية أصبحت مشكلة تحتاج إلى وقفة كبيرة من اجل فهم الشخصية ومن ثم قياسها^(٥). وبما إن الباحث قد تبنى نظرية السمات كإطار نظري لبحثه إذ سبق وان ذكرنا إن الشخصية تتكون من مجموع ما لدى الفرد من سمات لذلك فان السمات هي أبعاد للشخصية والتي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها. إذ يرى أصحاب هذه النظرية ومن ضمنهم (البورت وايزنك وجلفورد وكاتل) إن الشخصية تتكون من مجموع ما لدى الفرد من سمات لذلك يمكن قياس

(١) يوزوتوف؛ تربية الأحداث في الجماعة الرياضية. ترجمة غسان محمد صادق وسامي الصفار. (الموصل، مطبعة التعليم العالي، ١٩٨٩) ص ١٢.

(٢) كامل طه الويس؛ علم النفس الرياضي. (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، ١٩٨٤) ص ٤٦.

(٣) قاسم حسن حسين؛ علم النفس الرياضي - ميادنه - تطبيقه في مجال التدريب: (الموصل، مطبعة التعليم العالي، ١٩٩٠) ص ٦٦.

(٤) احمد عريبي المجمعى؛ السمات الشخصية للاعب كرة القدم وعلاقتها بمراكز اللعب: (المؤتمر العلمي الثالث لدراسات وبحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل، ١٩٨٧) ص ٢٥.

(٥) Fisher , A .C.; Psychology of Sport : (U.S.A Mayfield Publishing Company, 1979) P. 399

هذه السمات كأبعاد للشخصية، فالشخصية تبعاً لذلك تكون كالشكل الهندسي الذي له أبعاد يمكن قياسها لمعرفة خصائصه^(٦).

٢ - ١ - ٤ السمات الشخصية وعلاقتها بالأداء الرياضي:

يعتقد بعض الباحثين المهتمين بدراسة الشخصية في المجال الرياضي، ان التفوق في رياضة معينة مرهون إلى حد كبير بمدى ملائمة السمات الشخصية للفرد لطبيعة المتطلبات والخصائص النفسية المميزة لنوع الرياضة، فعلى سبيل المثال عندما تحلل طبيعة الخصائص النفسية لرياضة فردية كلعبة التنس مثلاً نراها تعتمد على الأداء الفردي ولا تعول أهمية كبيرة على تظافر الجهد أو التعاون مع الآخرين كلعبة كرة القدم أو السلة أو غيرها من الألعاب الجماعية. بالإضافة إلى ذلك فإن نتيجة المباراة تمثل مسؤولية فردية يتحملها اللاعب بشكل محدد بينما تتوزع مسؤولية نتيجة المباراة بين أفراد عديدين في الألعاب الجماعية. لذا يمكن في ضوء هذا التحليل المبدئي لخصائص الألعاب الرياضية ان نتوقع أهمية تميز اللاعب في الألعاب الجماعية بدرجة عالية في سمات شخصيته مثل الانبساطية والاجتماعية على العكس من الألعاب الفردية إذ يتميز اللاعب فيها بالسيطرة. تحمل المسؤولية، التي تتوقع انخفاضها في الألعاب الجماعية.

الفصل الثالث:

٣- منهج البحث وإجرائه الميدانية:

٣-١ منهج البحث .

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته طبيعة مشكلة البحث

٣-٢ أدوات البحث

٣-٢-١ عينة البحث :

اختار الباحث (١٦٠) طالب من الطلبة المتقدمين الى كلية التربية الرياضية جامعة القادسية من اصل (٥٨٠) طالب متقدم للقبول للعام الدراسي ٢٠١٠-٢٠١١

٣-٢-٢ وسائل جمع البيانات:

- استخدم الباحث طرائق متعددة لجمع البيانات المطلوبة في بحثه وهي:
- المصادر والمراجع العربية والأجنبية لتحديد أهم المجالات لمقياس اللياقة النفسية وأهم الفقرات له.
- استمارات وزعت على الخبراء والمختصين لتحديد أهم المجالات والفقرات المقترحة لقياس اللياقة النفسية
- استمارة لتفريغ البيانات.
- المقابلات الشخصية. (*)

(٦) محمد العربي شمعون: علم النفس الرياضي والقياس النفسي، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩، ص ٤٠٥.

٣-٣- خطوات بناء المقياس:

أعتمد الباحث على طريقة ثرستون في صياغة بنود أو فقرات المقياس حيث تعتمد هذه الطريقة على ان يكون لكل سؤال معين مجموعة من الإجابات المتفاوتة في صحتها حددت من قبل الخبراء والمختصين ويتم على ضوءها إعطاء الدرجة مقابلة لكل بديل من بدائل الاجابة^(١)، كما أجرى الباحث العديد من المقابلات الشخصية بغرض الحصول على كم من المعلومات يبنى عليها تحديد مجالات المقياس وفقراتها ، بعد المقابلات الشخصية وما أفرزته من إمام وإحاطة بالعملية التنظيمية للمقياس والاطلاع على الدراسات السابقة ، عمد الباحث إلى تصميم المقياس(ملحق ١) وفق المراحل الآتية :

أولاً- تحديد مجالات المقياس :

بعد اطلاع الباحث على مجموعة من الدراسات والبحوث والعديد من المصادر ، حدد الباحث ست مجالات للمقياس وهي :

١- الثقة بالنفس

٢- تحقيق الذات

٣- القلق النفسي

٤- التفاؤل

٥- الشجاعة

٦- الاندماج بالمجتمع

وبعد ذلك عرض الباحث استمارة استطلاع لأراء الخبراء والمختصين على شكل استبيان مغلق مفتوح(ملحق ٣) يتضمن مجالات المقياس المقترحة لبيان صلاحيتها . وترك في الاستمارة فراغ ليتسنى للخبير إضافة أي مجال لم يرد ذكره ويعتقد انه مجال مهم وحيوي في مقياس اللياقة النفسية . وبعد جمع الاستبيان تبين بان المجالات المعروضة في الاستبيان هي المجالات التي تسهم في بناء مقياس اللياقة النفسية ولم يضاف أي خبير مجالاً آخر الى هذه المجالات . بعد ذلك عرض الباحث استمارة استطلاع لأراء الخبراء والمختصين**على شكل استبيان ثاني (ملحق ٣) لبيان أهمية المجال ، إذ تم عرض هذه المجالات الستة - مع شرح موجز لكل مجال- على عدد من الخبراء لبيان مدى الأهمية النسبية لكل مجال من خلال اعطاء التقييم من (١- ٥) حيث تمثل هذه الأرقام تسلسل الأهمية النسبية وفق رأي الخبير وبعد جمع هذه الأرقام لكل مجال وتقسيمه على مجموع اراء الخبراء على جميع المجالات (الجزء على الكل) تظهر لنا الأهمية النسبية لكل مجال من مجالات المقياس .

ثانيا- صياغة الفقرات وبدائلها لمجالات المقياس:

بعد الاطلاع على المصادر المختصة بموضوع البحث والمقاييس ذات العلاقة ، صاغ الباحث مجموعة من الفقرات وبدائلها وعلى ضوء الترتيب الذي حصل عليه الباحث من خلال اراء الخبراء كما روعي عدد الفقرات لكل مجال بحسب الأهمية النسبية بما يسمح المجال من فقرات ، و بلغ عدد البدائل خمسة لكل فقرة من فقرات المقياس

* أ.د عامر سعيد أ.م.د كاظم جبر أ.م.د مي علي عزيز

(١)- محسن علي السعدون وأخران : أدوات البحث العلمي في بحوث التربية الرياضية ، دار المواهب ، النجف الاشرف ، ط١ ، ٢٠٠٧م ، ص ١٤٥ .

** ينظر ملحق (٢)

ثالثاً - صلاحية فقرات المقياس :

بعد ذلك عرض الباحث استمارة استطلاع لآراء الخبراء والمختصين* على شكل استبيان مغلق مفتوح يتضمن الفقرات وبدائلها لمجالات المقياس لبيان صلاحية الفقرات وبدائلها إذ تعد صلاحية الفقرات من المتطلبات الأساسية لبناء المقاييس ، اذ ينبغي ان تكون فقراته صالحة لقياس السمة المراد قياسها ، وتقدر هذه الصلاحية بآراء مجموعة من الخبراء المتخصصين، حيث تضمن الاستبيان (٤٢) فقرة حيث قام الباحث بعرضها على مجموعة من الخبراء (***) للتأكد من صلاحيتها وشمولها وتحقيقها للمستويات المطلوبة وبعد جمع الاستبيان تبين بان الفقرات وبدائلها المعروضة في الاستبيان هي الفقرات التي تسهم في قياس اللياقة النفسية وقد نالت أغلب الفقرات قبول جميع الخبراء مع اجراء تعديلات يسيرة في صياغة البعض منها وبذلك اصبح عدد الفقرات (٤٢) فقرة موزعة على وفق المحاور الستة تقيس اللياقة النفسية. والجدول (١) يبين ذلك .

الجدول (١)

يبين عدد الفقرات الموزعة على وفق المحاور بعد تعديل مقياس اللياقة النفسية

ت	المحاور الأساسية	عدد الفقرات
١	الثقة بالنفس	٧
٢	تحقيق الذات	٦
٣	القلق النفسي	٩
٤	التفاؤل	١٠
٥	الشجاعة	٥
٦	الاندماج بالمجتمع	٥

٣-٤-٢ الصدق:**الصدق الظاهري للفقرات وصلاحيتها:**

قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المختصين(*) في طرائق التدريس وعلم النفس الرياضي للتأكد من صدق الفقرات (الصدق المنطقي) وصلاحيتها، وذلك بعد وضعها في (استبيان مغلق) لإبداء رأيهم حول مدى صلاحية فقرات مقياس اللياقة النفسية وذلك من خلال وضع علامة (صح) أمام كل فقرة وتحت البديل المناسب (تصلح، لا تصلح، تصلح بعد التعديل) ، فضلاً عن تحديد عدد البدائل التي يمكن استخدامها في الإجابة عن عبارات المقياس، وكانت حصيلته آراء المختصين بنسبة اتفاق تزيد عن (٩٠%) بعد اجراء بعض التعديلات على الفقرات البالغ عددها (٤٢) فقرة، وكان

(**) ذوي الاختصاص :

١- ا.د كاظم جبر الجبوري

٢- ا.م.د هشام هندواي

٣- ا.م.د سلام جبار

٤- ا.م.د مي علي عزيز

عدد الفقرات ذات الاتجاه الإيجابي (٢١) فقرة وعدد الفقرات ذات الاتجاه السلبي (٢١) فقرة أيضا، وزعت بشكل عشوائي في استمارة خاصة ووضع أمام كل منها ميزان تقدير خماسي وذلك حسب آراء المختصين ،

٣-٤-٣ التجربة الاستطلاعية للمقياس:

تم إجراء تجربة استطلاعية على الفقرات التي انتهت إليها الصورة الأولية للمقياس وعددها (٤٢) فقرة ،على عينة قوامها (١٠) طلاب من طلاب كلية التربية الرياضية بتاريخ ٢٤ / ٧ / ٢٠١١ ، وذلك للكشف عما يأتي:

١. مدى وضوح عبارات المقياس للطلاب .
٢. مدى وضوح تعليمات المقياس وفهمها .
٣. الوقت اللازم للإجابة عن فقرات المقياس.

وبعد إجابة الطلاب على فقرات المقياس، أجرى الباحث مناقشة معهم لبيان مدى تحقيق الأغراض التي أقيمت من أجلها التجربة الاستطلاعية، وقد أسفرت التجربة عن تعديل (٤) فقرات اتضح عدم وضوحها للطلاب، وتم ايضاحها كما عدلت بعض تعليمات الإجابة بعد مناقشتها، وقد بلغ الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس (٣٠) دقيقة.

٣-٤-٤ التحليل الإحصائي للفقرات:

أ. معامل الاتساق الداخلي Internal Consistently Coefficient

تم تطبيق المقياس على (١٦٠) طالبا (عينة بناء المقياس) وذلك بتاريخ ٥ / ٨ / ٢٠١١، وبعد الإجابة عن فقرات المقياس تم تصحيح الاستمارات وإعطاء درجات لكل فقرة، بعدها تم الحصول على درجة لكل فقرة والدرجة الكلية لكل طالب، ثم استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلي لاستخراج القوة التمييزية للفقرات، ولإستخراج معامل التمييز استخدم الباحث معامل الارتباط البسيط لبيرسون لقياس درجة ارتباط كل فقرة مع الفقرات الكلية للمقياس، وباستخدام نظام (Microsoft-Excel) في الحاسوب الآلي. كما في جدول (٢)

يبين معامل الاتساق الداخلي لكل فقرة مع الفقرات الكلية لمقياس اللياقة النفسية

معامل الارتباط	تسلسل الفقرة في المقياس	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة في المقياس	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة في المقياس
٠,٤٧٥	٢٩	٠,٣٧٩	١٥	٠,٣١٦	١
٠,٤٨٧	٣٠	٠,٤٤٣	١٦	٠,٤٠٢	٢
٠,٤٤٩	٣١	٠,٤٠٩	١٧	٠,٣١٤	٣
٠,٤٠٦	٣٢	٠,٣٦٩	١٨	٠,٥٤٧	٤
٠,٣٧٤	٣٣	*٠,٠٢٥	١٩	٠,٤٢٦	٥
٠,٣٧٥	٣٤	٠,٣٤١	٢٠	٠,٣٥٤	٦
٠,٣٣٩	٣٥	٠,٣٥٩	٢١	٠,٣٣٢	٧
*٠,١٧٧-	٣٦	٠,٣٨٧	٢٢	*٠,٢٢٥-	٨
٠,٣٧٧	٣٧	٠,٤٣٠	٢٣	٠,٣٢٢	٩
٠,٣٥٧	٣٨	٠,٤٥٩	٢٤	٠,٥٥٠	١٠
٠,٣٨٦	٣٩	٠,٤٠٧	٢٥	٠,٥٤٥	١١
*٠,٠٣٢-	٤٠	٠,٤٠٨	٢٦	*٠,١٤٩-	١٢
٠,٣٢٢	٤١	٠,٥٠٨	٢٧	٠,٥١٢	١٣
٠,٤٨٧	٤٢	*٠,٠١٣	٢٨	٠,٣٩٢	١٤

الفقرات ضعيفة التمييز يتبين من الجدول (٢) أن معامل الارتباط لفقرات المقياس تراوحت ما بين (-٠,٢٢٥، -٠,٥٥٠) وبالرجوع إلى جدول دلالة معامل الارتباط عند نسبة خطأ (٠,٠٥) علما ان القيمة الجدولية هي (٠,١٣) لذا تعد الفقرات (٨، ١٢، ١٩، ٢٨، ٣٦، ٤٠) فقرات ضعيفة التمييز، تم حذفها من المقياس والإبقاء على (٣٦) فقرة تمثل الصورة النهائية لمقياس اللياقة النفسية انظر الملحق (١).

ب- المجموعتان الطرفيتان:

وللتأكد فعلا من ضعف الفقرات المذكورة آنفا قام الباحث بإجراء طريقة ثانية للتأكد من القوة التمييزية للفقرات، حيث أجرى اختبار "ت" (T - test) لكل فقرة بعد ترتيب الدرجات الحاصل عليها لكل فقرة تنازلياً، إذ اختيرت نسبة (٢٧ %) من الدرجات العليا (الرابع الأول الأعلى) و (٢٧ %) من الدرجات الدنيا (الرابع الثالث الأدنى) لتمثيل المجموعتين المتطرفتين (الزويجي واخران، ١٩٨١، ٧٥)، ثم قام الباحث بالمقارنة بينهما بواسطة اختبار "ت"، والجدول (٣) يبين ذلك. نلاحظ من الجدول (٣) ان قيمة "ت" المحسوبة لنفس الفقرات (٨، ١٢، ١٩، ٢٨، ٣٦، ٤٠) اقل من قيمة "ت" الجدولية والبالغة (٠,١٣) أي ان الفقرات المذكورة أنفا ضعيفة التمييز وأما في باقي الفقرات فقيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية وهذا يؤكد الطريقة الأولى التي أجراها الباحث للتحقق من القوة التمييزية للفقرات، وبذلك اصبح مجموع الفقرات الإيجابية (١٨) فقرة و مجموع الفقرات السلبية (١٨) فقرة وفي ما يأتي توضيح أرقام الفقرات الإيجابية والسلبية وهي:

١. الفقرات الإيجابية: (١، ٢، ٤، ٧، ٩، ١٠، ١٢، ١٤، ١٥، ١٧، ١٩، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٧، ٣٠، ٣١، ٣٤)
٢. الفقرات السلبية: (٣، ٥، ٦، ٨، ١١، ١٣، ١٦، ١٨، ٢٠، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٨، ٢٩، ٣٢، ٣٣، ٣٥، ٣٦)

الخصائص السايكومترية للمقياس

ب. ثبات المقياس:

تم تطبيق مقياس اللياقة النفسية بالصورة التي انتهت أليها والذي يحتوي على (٣٦) فقرة على عينة قوامها (١٠) طلاب وذلك بطريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار وذلك للمدة من ١٠ / ٨ / ٢٠١١ ولغاية ٢٨ / ٨ / ٢٠١١، ثم قام الباحث بحساب معامل الثبات بواسطة معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين درجات الاختبارين

الجدول (٣)

يبين معامل ثبات مقياس اللياقة النفسية

معامل الثبات	إعادة الاختبار-Retest		اختبار- T test		الاختبار
	± ٢ع	س٢	± ١ع	س١	
*٠,٨٢٦	٨,١٤٠	١٣٢,٤٠٠	١٢,٣٥٤	١٣٠,٨٨٩	مستوى اللياقة النفسية

نلاحظ من الجدول (٣) ان معامل الثبات بلغ (٠,٨٢٦) إذ ان قيمة (ر) المحسوبة اكبر من قيمة (ر) الجدولية. مما يشير إلى وجود ارتباط معنوي، وهذا يؤكد ان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات،

الصدق :**أ- صدق المحتوى:**

"يهدف هذا النوع من الصدق إلى معرفة مدى تمثيل الاختبار للظاهرة السلوكية او الموضوع الدراسي الذي يهدف إلى قياسه"^(١). واتبع الباحث جميع الخطوات العلمية في بناء المقياس فضلا من مقابلة عدد من الخبراء للحكم على فقرات الصورة الأولية من المقياس، وبعد تطبيقها على عينة البناء تم استبعاد عدد من الفقرات حيث انتهى المقياس إلى صورته النهائية والذي يحتوي على الفقرات التي تتمتع بدرجة عالية من الارتباط بالدرجة الكلية، وكذلك من حيث تنوعها في الجوانب التي تقيسها وتغطيها لجوانب اللياقة النفسية ولقد روعيت الدقة في صياغة الفقرات من حيث نصها اللغوي بحيث تعد ضمانات للتوصل إلى مقياس يتمتع بدرجة عالية ومقبولة من صدق المحتوى.^(٢).

ب- الصدق الذاتي:

بما أن الثبات يقوم في جوهره على الدرجات الحقيقية للاختبار إذ أعيد تطبيقه على نفس مجموعة الأفراد أي عدد من المرات، لذا نجد أن الصلة بين الثبات والصدق صلة وثيقة.^(٣) ويتم إيجاد الصدق الذاتي للمقياس بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات وقد كانت قيمة الصدق الذاتي = ٠,٩١

٣- ٥ الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيقية الاحصائية spss

^١ إبراهيم ، مروان عبد المجيد: الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة،(١٩٩٩)، ١٨،

2-Oppenheim, A.N.(1978): Questionnaire Design & Attitude Measurement, Heinemann Educational Books, LTD, London.171

^٣ علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط١ ، دار الفكر العربي، القاهرة. (١٩٧٩)، ٣١٦،

الفصل الرابع:

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤-١ التوصيف الإحصائي لتوزيعات اللياقة النفسية للمتقدمين للقبول في كلية التربية الرياضية

• الهدف الاول :

بناء مقياس اللياقة النفسية لقبول الطلبة المتقدمين لكلية التربية الرياضية تم تحقيق هذا الهدف ضمن اجراءات الفصل الثالث و كما موضح في ملحق (١).

• الهدف الثاني :

التعرف على واقع اللياقة النفسية لدى عينة البحث اذ طبق المقياس على عينة البحث البالغ حجمها (١٦٠) من الطلبة المتقدمين وكان متوسط درجات العينة (١٣٢,٤٠٠) بانحراف معياري (٨,١٤٠) ولدى مقارنة متوسط افراد العينة بالمتوسط الفرضي (١٠٨) للمقياس وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة للاستدلال حول الوسط الحسابي للمجتمع تبين ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (١,٩٢٩) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية المحسوبة (١,٦٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٥٨) والجدول (٤) يوضح ذلك وهذا يشير الى ان متوسط افراد العينة يختلف عن المتوسط الفرضي للمقياس اي ان افراد العينة يتمتعون بلياقة نفسية جيدة وهذه النتيجة تعد نتيجة منطقية لان اللياقة النفسية ليست عامة وإنما تقتصر على عدد معين من أفراد المجتمع

الجدول (٤)

متوسطات درجات اللياقة النفسية والانحرافات المعيارية لقياس واقع اللياقة النفسية

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	الدلالة
١٦٠	١٣٢,٤٠٠	٨,١٤٠	١٠٨	١,٩٢٩	معنوي عند مستوى ٠,٠٥

علما ان قيمة (t) الجدوليه (١,٦٤)

الفصل الخامس:**٥- الاستنتاجات والتوصيات:****٥-١ الاستنتاجات:**

١- تم التوصل إلى بناء مقياس اللياقة النفسية، يتمتع بمعاملات علمية (صدق وثبات) عالية، مما يسمح في استخدامه في مجتمع البحث، يتكون من (٣٦) فقرة تقيس اللياقة النفسية التي تعبر عن مدى مقبولية الطالب في كلية التربية الرياضية جامعة القادسية.

٥-٢ التوصيات:

١- استخدام المقياس في التعرف على مدى مقبولية اللياقة النفسية لدى المتقدمين للقبول في كلية التربية الرياضية جامعة القادسية، والاستفادة من المعلومات المتاحة عند وضع البرامج التعليمية والتدريبية للطلبة.

المصادر:

- 1- إبراهيم ، مروان عبد المجيد: الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة،(١٩٩٩)،
- ٢- احمد عربي المجمعى؛ السمات الشخصية للاعبى كرة القدم وعلاقتها بمراكز اللعب: (المؤتمر العلمى الثالث لدراسات وبحوث التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية – جامعة الموصل، ١٩٨٧
- ٣- فخري الدباغ؛ مقدمة في علم النفس: (الموصل، مطابع جامعة الموصل، ١٩٨٢)
- ٤- حلمي المليجي؛ علم النفس المعاصر. ط ٢: (بيروت، دار النهضة العربية، ١٩٧٢)
- ٥- علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضى، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة. (١٩٧٩)
- ٦- قاسم حسن حسين؛ علم النفس الرياضى – مبادئه – تطبيقه في مجال التدريب: (الموصل، مطبعة التعليم العالى، ١٩٩٠).
- ٧- كامل طه الويس؛ علم النفس الرياضى: (بغداد، مطبعة جامعة بغداد، ١٩٨٤)
- ٨- محمد العربي شمعون؛ علم النفس الرياضى والقياس النفسى: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩)
- ٩- محسن علي السعدون وآخران: أدوات البحث العلمى في بحوث التربية الرياضية، دار المواهب، النجف الاشرف، ط١، ٢٠٠٧م،

المصادر الاجنبية

- 1) Fisher , A .C.; Psychology of Sport : (U.S.A Mayfield Publishing Company, 1979) P. 399
- (2)-Oppenheim, A.N.(1978): Questionnaire Design & Attitude Measurement, Heinemann Educational Books, LTD, London.171

(١) ملحق

بدرجة قليلة جدا	بدرجة قليلة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة كبيرة جدا	فقرات المقياس
					<p>١- أنفق كثيرا" من المبالغ لشراء الملابس .</p> <p>٢ - أنا دقيق وملتزم في كل مجالات حياتي .</p> <p>٣ - أجد نفسي أراجع الأعمال التي قمت بها مرارا دون سبب .</p> <p>٤ - من طبيعتي أن لا أنفعل كثيرا" .</p> <p>٥ - أشعر بعدم إستطاعتي على إشباع حاجاتي الجسمية</p> <p>٦ - أحافظ دائما" على سلامة جسمي .</p> <p>٧ - أستسلم لقدر الموت .</p> <p>٨ - أؤدي الفرائض الدينية .</p> <p>٩ - أجد نفسي مشغول البال خوفا" من الإصابة بمرض لا يرجى شفاؤه .</p> <p>١٠ - أعتقد أن النظافة مهمة جدا" بحيث تأتي بعد مخافة الله من حيث الأهمية .</p> <p>١١ - أتردد دائما" في اتخاذ قرار .</p> <p>١٢ - أشعر بأن الحياة سعيدة .</p> <p>١٣ - أستمتع كثيرا" عندما أكون مركز اهتمام الآخرين</p> <p>١٤ - أتعامل بصدق مع الآخرين .</p> <p>١٥ - أحلم أحيانا" أحلاما" مزعجة تضايقني بعد النهوض من النوم .</p> <p>١٦ - لا أخاف الأماكن العالية والمغلقة .</p> <p>١٧ - أحس بفقدان الرغبة بالكلام مع الآخرين.</p> <p>١٨ - سعادتي كبيرة لكوني خالي من العيوب .</p> <p>١٩ - أذكر الله كثيرا" في أوقات الشدة فقط .</p> <p>٢٠ - أتمسك بالقيم الدينية .</p> <p>٢١ - أشعر بالتعب والأرهاق دون سبب .</p> <p>٢٢ - غالبا" ما أشعر بالغثيان أو سوء الهضم .</p> <p>٢٣ - أجد نفسي في التوافق مع المواقف الاجتماعية المختلفة .</p> <p>٢٤ - أعتقد أن قدراتي ساعدتني على حل المشكلات التي واجهتني</p> <p>٢٥ - هل تشعر بالامن والاطمئنان عموما</p> <p>٢٦ - اعتقد انا متزن في اتخاذ قراراتي .</p> <p>٢٧ - من السهل علي ان أتكيف مع متطلبات الحياه الواقعيه</p> <p>٢٨ - لدي القدره الجيده على التواصل الاجتماعي مع الآخرين ؟</p> <p>٢٩ - يمكنني السيطرة على انفعالاتي وأحاسيسي عموما ؟</p> <p>٣٠ - اشجع التغيير في المجتمع بمؤسساته المختلفه وامد يدي نحو من يطمح للتغيير؟</p> <p>٣١ - أراجع نفسي لاجعل منها شخصيه متكامله ؟</p> <p>٣٢ - أتشعر بالانتماء والانسجام مع المجتمع الذي أعيش فيه ؟</p> <p>٣٣ - يمكن وصفك بان اعصابك هادئه ومنتزحه ؟</p> <p>٣٤ - أتثق بالمجتمع والناس الذين أتعامل معهم ؟</p> <p>٣٥ - انت مسامح وتسامحك بعيد عن المبالغه ؟</p> <p>٣٦ - تشعر بالتفاؤل والقناعه والسعاده</p>

الملحق (٢)

اسماء الخبراء الذين استعان بهم الباحث في اجراء البحث .

١- لتحديد مجالات مقياس اللياقة النفسية

٢ - التحقق من صلاحية فقرات كل مجال.

الدرجة العلمية	الاسم	ت
أ.د.	عامر سعيد الخيكاني	١-
أ.د.	كاظم جبر الجبوري	٢-
أ.م.د.	سلام جبار صاحب	٣-
أ.م.د.	هشام هندراوي هويدي	٤-
أ.م.د.	مي علي عزيز	٥-
أ.م.د.	حازم موسى	٦-
		٧-
		٨-
		٩-
		١٠-

الملحق (٣)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة القادسية
كلية التربية الرياضية

م/استبيان

الى حضرة الاستاذ الفاضل الدكتور / المحترم

يهديكم الباحث خالص التحية والتقدير.. ويود ان يعرض على حضرتكم فقرات مقياس اللياقة النفسية لقبول الطلبة الجدد في كلية التربية الرياضية والتي تعد احد الاجراءات الخاصة بالبحث الموسوم. (اللياقة النفسية كمؤشر لقبول الطلبة المتقدمين لكلية التربية الرياضية جامعة القادسية) ولكونك من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية يرجى بيان رأيكم في مدى صلاحية الفقرات وشمولها للمجال الذي اعدت من اجله وذلك بوضع علامة (✓) امام الفقرة الصحيحة وعلامة (x) امام الفقرة الخاطئة وازافة ماترونه مناسباً ...

الباحث

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	المقترحات
١-	- أنفق كثيرا" من المبالغ لشراء الملابس .			
٢-	- أنا دقيق وملتزم في كل مجالات حياتي .			
٣-	- أجد نفسي أراجع الأعمال التي قمت بها مرارا دون سبب .			
٤-	- من طبيعتي أن لا أنفعل كثيرا" .			
٥-	- أشعر بعدم إستطاعتي على إشباع حاجاتي الجسمية			
٦-	- أحافظ دائما" على سلامة جسمي .			
٧-	- أستسلم لقدر الموت .			
٨-	- أؤدي الفرائض الدينية .			
٩-	- أجد نفسي مشغول البال خوفا من الإصابة بمرض لا يرجى شفاؤه			
١٠-	- أعتقد أن النظافة مهمة جدا" بحيث تأتي بعد مخافة الله من حيث الأهمية			
١١-	- أتردد دائما" في اتخاذ قرار .			
١٢-	- أشعر بأن الحياة سعيدة .			
١٣-	- أستمتع كثيرا" عندما أكون مركز اهتمام الآخرين			
١٤-	- أتعامل بصدق مع الآخرين .			
١٥-	- أحلم أحيانا" أحلاما" مزعجة تضابقتني بعد النهوض من النوم .			
١٦-	- لا أخاف الأماكن العالية والمغلقة .			
١٧-	- أحس بفقدان الرغبة بالكلام مع الآخرين.			
١٨-	- سعادتي كبيرة لكوني خالي من العيوب .			
١٩-	- أذكر الله كثيرا" في أوقات الشدة فقط .			
٢٠-	- أتمسك بالقيم الدينية .			
٢١-	- أشعر بالتعب والأرهاق دون سبب .		×	
٢٢-	- غالبا" ما أشعر بالغثيان أو سوء الهضم .			
٢٣-	- أجد نفسي في التوافق مع المواقف الاجتماعية المختلفة .			
٢٤-	- أعتقد أن قدراتي ساعدتني على حل المشكلات التي واجهتني .			
٢٥-	- هل تشعر بالامن والاطمئنان عموما			
٢٦-	- اعتقد انا متزن في اتخاذ قراراتي .			

			٢٧- من السهل علي ان أتكيف مع متطلبات الحياة الواقعيه	
			٢٨- لدي القدره الجيده على التواصل الاجتماعي مع الاخرين	
			٢٩- يمكنني السيطرةه على انفعالاتي وأحاسيسي عموما	
			٣٠- اشجع التغيير في المجتمع بمؤسساته المختلفه وامد يدي نحو من يطمح للتغيير.	
			٣١- أراجع نفسي لاجعل منها شخصيه متكامله .	
			٣٢- أتشعر بالانتماء والانسجام مع المجتمع الذي أعيش فيه .	
			٣٣- يمكن وصفك بان اعصابك هادئه ومنتزئه .	
			٣٤- أثق بالمجتمع والناس الذين أتعامل معهم .	
			٣٥- انت مسامح وتسامحك بعيد عن المبالغه .	
			٣٦- تشعرت بالتفاؤل والقناعه والسعاده	
			٣٧- انا متسامح وتسامحي بعيد عن المبالغه .	
			٣٨- أ تشعرت بالتفاؤل والقناعه والسعاده غالبا .	
			٣٩- أهتم بالناس لدرجه انه يمكنني ان أضحى براحتي من اجلهم .	
			٤٠- لدي القدره على حل مشكلاتي بطريقه جيده غالبا.	
			٤١- أكره العنف في التعامل مع المحيطين بي.	
			٤٢-	