

الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

بحث تقدم به

أ.د. شيماء عبد مطر
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الجامعة المستنصرية

أ.د. نبهان حميد أحمد
كلية المعارف الجامعة

الكلمات المفتاحية: الثقافة الرياضية ، التوافق النفسي والاجتماعي .

مستخلص البحث

هدف البحث الى التعرف على مستوى الثقافة الرياضية لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وعلى علاقة الثقافة الرياضية بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، واستخدم المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لكونه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة مشكلة البحث، وتكون مجتمع البحث من (97) طالبا" يمثلون طلاب المرحلة الرابعة. و اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية وبلغت (50) طالبا" من مجتمع البحث. واعتمده الباحثان على مجموعة من الوسائل المساعدة منها(مقياس التوافق النفسي الاجتماعي ومقياس الثقافة الرياضية) بعد استخراج الاسس العلمية لهما ، واستنتج الباحثان توجد علاقة ارتباط معنوية بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لصالح مجموعة من الطلبة، و لا توجد فروق معنوية بين الطلبة في الثقافة الرياضية، وتوجد فروق معنوية بالتوافق الاجتماعي بين طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وأوصى الاهتمام بنشر الثقافة الرياضية بين طلاب ولجميع الألعاب الرياضية من خلال دروس التربية الرياضية، وعدم الاقتصار على بعضها.



Sports culture and its relationship to psychological and social compatibility

**Students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences
search submitted by**

Prof. Dr. Nabhan Hamid Ahmed a . Dr. Shaima Abed Matar
University College of Knowledge, College of Physical Education
and Sports Sciences - Al-Mustansiriya University

Abstract

The aim of the research is to identify the level of sports culture among students of the fourth stage in the College of Physical Education and Sports Sciences, and the relationship of sports culture with psychological and social compatibility among students of the fourth stage in the College of Physical Education and Sports Sciences. The research community consisted of (97) students representing the fourth stage students. The research sample was chosen randomly and amounted to (50) students from the research community. The researchers adopted it on a set of aids, including (the scale of psychosocial compatibility and the scale of sports culture) after extracting the scientific bases for them. And there are moral differences in social harmony between students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, and he recommended the interest in spreading sports culture among students and for all sports through physical education lessons, and not be limited to some of them.

Keywords: sports culture, psychological and social

الفصل الأول

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تعتبر الثقافة الرياضية جزءا مهما من التطور الحاصل في المجتمع بوجه خاص. إذ ان العصر الذي نعيش فيه هو عصر التغير النفسي والاجتماعي السريع. كما تعد الثقافة الرياضية هي مظهر من مظاهر المجتمع وكما تعد الثقافة الرياضية جزءا" من الثقافة العامة بوجه عام ويعتبر الاهتمام بالثقافة الرياضية من مؤشرات الدالة على ارتفاع المستوى الثقافي والتقدم في أي المجتمع من مجتمعات العالم . وتعد الفضائيات من وسائل الاعلام و الاتصال بين الجماهيري الفعالة التي أصبح لها دور كبير وواضح في انتشار الثقافة الرياضية بين افراد المجتمع وهي من اقرب الوسائل الفعالة لهم . كما إن للثقافة الرياضية أثر واضح على الجانب الصحي والاجتماعي والتربوي والثقافي للإنسان وكذلك تعمل على توجيه وتوحيد عواطف المواطنين ومشاعرهم من خلال المحافل الدولية العالمية وزرع محبة الوطن عندهم " . (علاوي1998:120)

وبما ان التوافق النفسي والاجتماعي من المفاهيم الأساسية والمهمة في مجال علم النفس إذ " إن علم النفس هو علم الذي يدرس توافق الفرد أو عدم توافقه مع متطلبات حياته التي تملئها عليه طبيعته الإنسانية وهذا العلم يهتم بتوافق الفرد مع بيئته باعتبار أن السلوك الإنساني عبارة عن توافقات مع مطالب الحياة وضغوطاتها." (مصطفى فهمي1978:11)

لذا تلعب الثقافة الرياضية دورا مؤثر وفعال في نشر وترسيخ مبادئ الروح الرياضية بين اللاعبين والمشاهدين من جهة وكذلك نشر الوعي الثقافي الرياضية وحجب السلوك الغير مرغوب فيه والتأكيد على التوافق النفسي والاجتماعي لديهم من جهة أخرى

لذا تكمن أهمية البحث من خلال دراسة الباحثين للثقافة الرياضية و معرفة مدى علاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-2 مشكلة البحث :

تكمن مشكلة البحث من خلال ملاحظة الباحثين لقلة اهتمام الطلبة بالدروس النظرية والعملية التي تزودهم بالمعلومات العلمية الرياضية وماذا وصل اليه الرياضيين من تقدم باستخدام افضل الوسائل العلمية والبرامج النفسية والتعليمية والتدريبية والقوانين الرياضية ومن خلال هذه المعلومات تتكون لدى الطلبة معلومات ثقافية بصور عامة والرياضية خاصتا كما لاحظته الباحثة ضعف اهتمامهم بالتوافق النفسي والاجتماعي لديهم لذا ارتأت الباحثين إلى دراسة مفهوم الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-3 أهداف البحث :

1- التعرف على مستوى الثقافة الرياضية لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2- التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

3- التعرف على علاقة الثقافة الرياضية بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1-4 فرضية البحث :

1- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /الجامعة المستنصرية .

1-5-2 المجال أزماني : للمدة من 2021 /4/13 الى 2021 /10/3 .
1-5-3 المجال المكاني : الملاعب والقاعات الرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /الجامعة المستنصرية .

1-6 تحديد المصطلحات:
الثقافة الرياضية : " هي مجموعة من القيم المعرفية الاجتماعية والتربوية والصحية المرتبطة بالمفاهيم الرياضية(علاوي 68:1998)
التوافق النفسي : هو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلات حياته من إشغاعات واحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية(وداد 279:1990).

الفصل الثاني

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لكونه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة مشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من (97) طالبا" يمثلون طلاب المرحلة الرابعة. و اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية وبلغت (50) طالبا" من مجتمع البحث.

2-3 وسائل جمع المعلومات :

اعتمدت الباحثان على مجموعة من الوسائل المساعدة لهذا البحث منها:

1- المصادر العربية والأجنبية.

2- استمارة استبانة مقياس التوافق النفسي الاجتماعي .

3-استمارة استبانة مقياس الثقافة الرياضية.

2-4-1 مقاييس البحث:

استخدم الباحثان مقياس التوافق النفسي والاجتماعي الذي أعده (ظافر ناموس) (ظافر ناموس 2007، 35). وهو مقياس ثلاثي يتكون من (45) فقرة) وبثلاث بدائل (كثيراً، أحياناً، نادراً). ومقياس الثقافة الرياضية الذي أعده (عثمان محمود شحادة) (عثمان شحادة 2009: 45). ويتكون من (25) فقرة وبثلاث بدائل (موافق جداً، موافق إلى حدما، لا أوافق).

بعد تعديل بعض فقراته بما يتلاءم وعينة البحث تم عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين ملحق (3) لاستطلاع آراءهم وملاحظاتهم لإضافة أو تعديل أو حذف فقرات المقياسين، وبعد جمع الاستمارات، تم الأخذ بملاحظات الخبراء حول تعديل بعض الفقرات لتصبح ملائمة لقدرات عينة البحث.

2-4-4 أسلوب تصحيح المقياس:

اعتمده الباحثان عند تصحيح المقياس بإعطاء ثلاث درجات للبديل (كثيراً)، ودرجتين للبديل (أحياناً)، ودرجة واحدة للبديل (نادراً) بالنسبة للفقرات الإيجابية، وبالعكس بالنسبة للفقرات السلبية لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي والذي يتكون من (45) فقرة وبذلك تكون أعلى درجة للمقياس هي (135) درجة وأقل درجة هي (45) درجة. كلما ارتفعت درجة الطالب في الاختبار كلما كان توافقه عالياً.

أما تصحيح مقياس الثقافة الرياضية فتم إعطاء ثلاث درجات للبديل (أوافق جداً) ودرجتين (أوافق إلى حدما) ودرجة واحدة (لا أوافق) بالنسبة للفقرات الإيجابية، وبالعكس للفقرات السلبية، أما أعلى درجة للمقياس هي (75) درجة وأقل درجة هي (25) درجة. كلما كانت درجة الطالب بالمقياس كلما كان يمتلك قدراً عالياً من الثقافة الرياضية.

2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بتوزيع استمارة المقياسين على عينة من طلاب المرحلة الرابعة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والبالغة (10) طالباً لغرض إيجاد الأسس العلمية للمقياسين وذلك يوم 2021/4/28 .

2-5-5 الأسس العلمية للمقياس:

2-5-1 الصدق

تم تحقق من صدق المقياسين من خلال الصدق الظاهري وصدق المحتوى من خلال عرض استمارات المقياسين على الخبراء والمختصين فقد تراوحت نسبة الاتفاق على فقرات المقياس (80%-100%).

2-5-2 ثبات المقياس :

يقصد بالثبات " الحصول على النتائج نفسها أو قريباً منها , في كل مرة يعاد فيها تطبيق المقياس في ظروف مماثلة وهو يعني دقة القياس . " (كاظم امير ، 1999 : 41) وتم حساباً معامل الثبات لمقياس التوافق النفسي الاجتماعي والثقافة الرياضية بهد مرور (7) ايام من التجربة الاستطلاعية . إذ بلغت درجة الثبات (0.87) ، مؤشراً جيداً لثبات المقياس، وبذلك تحقق ثبات المقياس.

2-6 التجربة الرئيسية:

قام الباحثان بالتجربة الرئيسية إذ وزع الاستمارة الخاصة بالاستبيان على عينة البحث الرئيسية والبالغة (50) طالباً من طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية للفترة من 2021/5/2 ولغاية 2021/5/7 ومن ثم قام الباحثان بجمع الأوراق الخاصة بالمقياسين لغرض إجراء التحليل الإحصائي

2-7 الوسائل الإحصائية

أستخدمت الحقيبة الإحصائية SPSS في معالجة البيانات التي حصل عليها ومنها: (عايد كريم 2009 : 203-251).

1- الوسط الحسابي.

2- الانحراف المعياري.

3-معامل الارتباط (بيرسون).

الفصل الثالث

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض نتائج مقياس الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لعينة البحث وتحليلها:

الهدف الأول : الثقافة الرياضية بين الطلبة لدى طلبة المرحلة الرابعة

جدول (1)

العينة	معامل الارتباط	درجة الحرية	الجدولية t	مستوى الدلالة
140	0.172	304	0.148	غير دال

لغرض تحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس الثقافة الرياضية على عينة البحث وباستخدام معامل ارتباط بيرسون . إذ بلغت قيمة الارتباط (0.172) وهي غير داله في ضوء مقارنتها بالقيمة الجدولية التي بلغت (0.148) عند مستوى دلالة (0.01)

الهدف الثاني: التوافق النفسي الاجتماعي بين طلبة المرحلة الرابعة

جدول (2)

العينة	معامل الارتباط	درجة الحرية	الجدولية t	مستوى الدلالة
140	0.61	304	0.12	دال

تشير بيانات هذا الجدول الى ان درجة الحرية كانت (304) وهي اكبر من القيمة الجدولية (0.12) عند مستوى دلالة (0.01). وهذا يدل على ان الفرد يحاول الاستفادة من التوافق النفسي الاجتماعي حيث يفهم ما يدور حوله ويحاول وضع أفكاره بالشكل الصحيح. إذ أن كل ما يحتفظ به من ثقافة رياضية تتمثل في أذهانهم حيث يتذكرونها وكأنها حاضرة زمنيا لهم.

الهدف الثالث: علاقة الثقافة الرياضية بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة المرحلة الرابعة

جدول (3)

العينة	معامل الارتباط	درجة الحرية	الجدولية	مستوى الدلالة
140	0.03	304	0.148	دال

لتحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس الثقافة الرياضية ومقياس التوافق النفسي والاجتماعي على عينة البحث حيث تم حساب معامل ارتباط بيرسون والذي بلغ قيمة (0.03) وهي داله أخصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (0.148) عند مستوى دلالة (0.01).

مناقشة النتائج:

تشير نتائج الدراسة الى إن الثقافة الرياضية " لا تؤثر في تشكيل شخصية الفرد والجماعة عن طريق المواقف الثقافية العديدة ومن خلال التفاعل الاجتماعي المستمر وهذا ماكدته نتائج جدول (احمد عزت راجح 1976: 37) ويعزو الباحثان سبب ذلك الى عدم اهتمام الطلاب بالمعلومات الرياضية فيما بينهم وهكذا نجد الثقافة الرياضية السلوك الاجتماعي والحركي والرياضي للفرد والجماعة عن طريق التنشئة الاجتماعية وفي هذه المواقف الاجتماعية يمارس الفرد عناصر الثقافة وهذه تسمى بعملية التعليم الاجتماعي أو بعملية التنشئة الاجتماعية فالثقافة تزود الفرد بنظرة مطابقة للحياة الاجتماعية , أي أنها تميز الفرد بالحقيقة الاجتماعية وذلك من خلال المؤسسات الاجتماعية مثل الأسرة. (أمير القريظي 1998: 281)

ويعزو الباحثان ان سبب ذلك الى عدم اهتمام الطلاب بالمعلومات الرياضية فيما بينهم. ويؤكد (لارسون) أن الثقافة الاجتماعية تقود النشاط البدني في بلاد عديدة حول العالم وخاصة تلك التي تتضمن الرياضة والأنشطة البدنية ويظهر ذلك بوضوح إذ يقود النشاط البدني إلى صحة الفرد ويسمح له بالاستعداد لنتائج مؤثرة وإيجابية لوقت الفراغ إذ يسهم النشاط البدني في قدرة الفرد على الأداء المؤثر الفعال لكل أنواع الحركات البدنية الإنسانية

كما أن نتائج الدراسة الحالية تتفق مع اغلب النظريات الشخصية (التحليل النفسي والنظرية السلوكية والنظرية الظاهرية التيار الانساني) في تفسيراتهم التي تتضح معالمها الرئيسية في مرحلة عمرية معينة والتوافق النفسي والاجتماعي للفرد لان مكونات الشخصية في المستقبل هي استمرار لمكونات الشخصية.

كذلك إن التوافق النفسي والاجتماعي يتخلف من بين الافراد بسبب تعزيز العلاقات والاجتماعية والمسؤوليات الاجتماعية بين الطلاب كلاً حسب اختصاصه. وإقامة علاقات اجتماعية والمشاركة مع الآخرين والذي يتفق مع رأي (أسامة كامل راتب، 2004) بأن " المسؤولية الاجتماعية هي الرغبة في عمل علاقات مع الآخرين والاستمتاع بالعمل بروح الفريق والاستماع إلى وجهات نظر المدرس وزملاءه في الصف والاستعداد لتقديم المساندة المطلوبة ومعرفة كيفية تنظيم المشاعر والانفعالات." (أسامة راتب 2004 : 488).

كما يؤكد على دور المدرس في تعزيز العلاقات الاجتماعية بينه وبين الطلاب وفهم حالاتهم النفسية وتعديل أنماطهم السلوكية وهذا يتفق مع (احمد عزت راجح، 1976) والذي أشار " يزداد شعور الفرد بالأمن والتقدير الاجتماعي كما يزداد اعتناءه الطلبة بنفسهم حين ينتمي إلى جماعة قوية يتفحص شخصيتها ويوحد نفسه بها كالأسرة أو المدرسة أو النادي.

الفصل الرابع

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- توجد علاقة ارتباط معنوية بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لصالح مجموعة من الطلبة.

2- لا توجد فروق معنوية بين الطلبة في الثقافة الرياضية.

3- توجد فروق معنوية بالتوافق الاجتماعي بين طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

4-2 التوصيات :

1- الاهتمام بنشر الثقافة الرياضية بين طلاب ولجميع الألعاب الرياضية من خلال دروس التربية الرياضية، وعدم الاقتصار على بعضها.

2- إجراء دراسات عن علاقة الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي بين لاعبي الأندية ولمختلف الألعاب.

المصادر

-احمد عزت راجح؛ أصول علم النفس: (القاهرة، مطابع روز يوسف، 1976).
-أسامة كامل راتب؛ تدريب المهارات النفسية- تطبيقات في المجال الرياضي، ط2: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2004).

-أمين الخولي ، محمود عدنان ؛ الثقافة الرياضية : (القاهرة دار الفكر العربي، 1996).

-حاتم عبد السلام زهران؛ الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط2: (القاهرة، عالم الكتب، 1994).

-حامد عبد السلام زهران؛ علم النفس: (القاهرة، عالم الكتب، 1987).

-حسين احمد الشافعي؛ التربية الرياضية وقانون البيئة؛ ط1: (الإسكندرية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، 2001).

-داود عزيز حنا (وآخرون)؛ علم نفس الشخصية: (الموصل ، مطبعة دار الكتب للطباعة والنشر، 1990).

-شهاب احمد عكاب؛ اثر التمرينات والألعاب في التوافق النفسي والاجتماعي للتلاميذ بطيئي التعلم للصف الرابع الابتدائي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى 2004.

-صالح محمد علي ؛ سيكولوجية التنشئة الاجتماعية , (عمان دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، 1998).

-عايد كريم؛ مقدمة في الإحصاء وتطبيقات SPSS : (النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2009).

-عثمان محمود ، أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية الرياضية- جامعة ديالى، 2009 .

-عبد الرحمن عدس ؛ علم النفس التربوي (نظرة عامة) و ط1(عمان، دار الفكر، 1999).

-غسان محمد صادق؛ مبادئ التربية والتربية الرياضية: (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1990).

-مجلة البحوث الإعلامية العدد المزدوج 24/23 كلية الأعلام ، السنة التاسعة ، 2001 .

-محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998). مصطفى

فهيم؛ التكيف النفسي : (القاهرة، مكتبة مصر، 1978)

ملحق (1)
مقياس الثقافة الرياضية

ت	الفقرات	الإجابة	
		موافق	موافق أحياناً غير موافق
1	يجب الإحماء قبل أداء النشاط الرياضية للمحافظة على سلامة العضلات والمفاصل		
2	تسهم الثقافة الرياضية في التعرف على المهارات الرياضية المختلفة .		
3	تساعد الثقافة الرياضية في معرفة المصطلحات والمفاهيم الرياضية		
4	تسهم الثقافة الرياضية في معرفة تاريخ الألعاب الرياضية		
5	تسهم المعلومات الرياضية في معرفة الشخصيات الرياضية البارزة في كل دول العالم		
6	تبين المعلومات الرياضية المعالم الرياضية في العالم وتعريف بها		
7	النشاط الرياضي الترويحي ينمي العلاقات بين الفرد وزملائه ومجتمعه		
8	تزيد الثقافة الرياضية من التشويق في عرض النواحي الفنية للألعاب الرياضية		
9	اللياقة البدنية تكتسب عن طريق مزاوله الأنشطة الرياضية		
10	تنمي مفهوم التعاون وقيمه الاجتماعية		
11	تعمل على تطبيع العلاقات الثقافية والاجتماعية للفرد		
12	تعمل على تنمية القيم الاجتماعية المقبولة		
13	لا تبين أهمية الأنشطة الرياضية في إشباع حاجات الفرد وميوله		
14	تنمي مفهوم الانتماء للجماعة والوطن		
15	تعمل على توطيد العلاقات بين أفراد المجتمع		
16	تشجع الأفراد على الانتماء إلى المؤسسات والأندية الرياضية والشبابية		
17	لا تدعو إلى تجنب العنف والشغب في البطولات والمنافسات الرياضية		
18	تساعد في توجيه حياة الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة		
19	تسهم في إيقاظ الحس الجمالي في البشر ودوره الحضاري والأخلاقي		
20	تؤدي دوراً مهماً في الكشف عن بعض الانحرافات في الوسط الرياضي		
21	تسهم في تجنب العادات الخاطئة أثناء ممارسة النشاط الرياضي		
22	الثقافة الرياضية تدعم الصلة بين الرياضة والعلوم الأخرى		
23	ممارسة الرياضة علمتني احترام الآخرين		
24	تعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية جزء هام في تعمق العلاقة بين الرياضة والجمهور		
25	أتمتع باللعب عندما أعرف قوانين اللعبة التي أمارسها		

ملحق (2)

مقياس التوافق النفسي والاجتماعي

ت	العبارات	كثيراً	أحياناً	نادراً
1	لدي القدرة على ضبط النفس.			
2	استمتع بعملية التدريس.			
3	اشعر بضيق عندما يكون أدائي ضعيف.			
4	اشعر بحساسية نحو مدرسي.			
5	لدي ثقة كبيرة في القدرة على قيادة الآخرين.			
6	أكون سعيداً عندما ادرس بمفردي.			
7	استطيع أن اصف نفسي بأني شخص متكلم.			
8	أقبل تحمل المسؤولية.			
9	اشعر بالاستمتاع كلما زاد أهمية الدروس			
10	أقبل الدروس بسهولة.			
11	ينتابني القلق ويصعب العودة إلى الحالة الطبيعية عند حدوث أشياء غير متوقعة في الدروس.			
12	في استطاعتي أداء التدريس بشدة عالية.			
13	أتعامل مع المنافسين من الطلاب بروح رياضية.			
14	يقلقني ما يعتقدده الآخرين نحوي.			
15	القي اللوم على الآخرين عند فشلي.			
16	انتظر الدروس بشوق كبير.			
17	يسهل إثارتي في مواقف الأداء الصعبة.			
18	انتقد طريقة التدريس التي يتبعها المدرسين			
19	إميل إلى عدم بدء الحديث مع الآخرين.			
20	يصعب علي مجاراة خشونة زملائي في القسم			
21	أجد صعوبة في مناقشة زملائي في القسم.			
22	أنا غير متأكد من نفسي.			
23	اعتذر عن الاشتراك في الأشياء التي لاتسير وفق ما ارغب.			
24	أتمتع بدرجة عالية من مستوى الأداء في الدروس			
25	ارفض الدراسة مع لزملائي بالقسم.			
26	رغم إنني نشط في الدروس لكن لا تعرف ماذا سأفعل.			
27	استرد حالتي الطبيعية سريعاً بعد انتقاد المدرس			
28	استمتع بقدر كبير من الثقة بالنفس.			
29	مستوى أدائي لا يتناسب مع قدراتي الحقيقية.			
30	أتجنب توجيه اللوم لأحد من زملائي بالقسم			
31	اشعر بالثقة أثناء ممارسة النشاط الرياضي التنافسي.			
32	استطيع أن ابعث المرح بسهولة أثناء الدروس			
33	اعتبر من الرياضيين الذين يساعدون المدرس أثناء درس التربية الرياضية			
34	اعتبر مستقراً انفعالياً.			
35	أنا شخص عنيد.			
36	استشير مدرسي قبل اتخاذ القرارات المهمة.			
37	اعتقد إن في قدرتي النجاح بتفوق في الدروس			
38	مستعد لتحمل مسؤولياتي.			
39	اشعر بالملل وعدم الرغبة في الاشتراك في الدروس العملية			
40	يصعب علي إن أجد ما أقوله عند محاولة التعرف على الآخرين.			
41	لدي قدرة على التصرف السريع في المواقف الصعبة في الدروس			
42	افقد أعصابي بسرعة إذا استفزني المدرس من أول الدرس			



P- ISSN:2074 – 9465 (114) إلى (105) الصفحات من ص

E-ISSN:2706-7718

مجلة جامعة الانبار للعلوم البدنية والرياضية – المجلد الخامس – العدد الرابع والعشرين (2022/6/30)

			أجد صعوبة في كسب الآخرين لصفى.	43
			استطيع التحكم في انفعالاتي عند المواقف الصعبة في الدروس	44
			استطيع أن احتفظ بهدوني رغم مضايقة الآخرين لى.	45