

بناء وتطبيق مقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة
النشاط الرياضي البدني على وفق بعض المتغيرات الموضوعية

أ.م.د. احمد مؤيد حسين علي العنزي

كلية التربية الاساسية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة الموصل

ملخص البحث العربي:

تكمن أهمية البحث الحالي في التعرف على اتجاهات طالبات جامعة الموصل بكلياتها العلمية والإنسانية نحو ممارسة النشاط الرياضي البدني فضلاً عن التعرف على اهم اسباب ابتعاد الطالبات عن ممارسة الأنشطة الرياضية في الجامعة.

ويهدف البحث الحالي الى:-

- بناء مقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني.
- التعرف على مستوى طالبات جامعة الموصل بكلياتها العلمية والإنسانية في مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني.

ويفترض الباحث ما يأتي:

- عدم وجود فروقات ذات دلالة احصائية بين طالبات الكليات العلمية والإنسانية في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوبين المسحي والمقارن لملائتهما وطبيعة البحث الحالي.

واشتملت عينة البحث على (500) طالبة توزعن على عينات البناء والتطبيق والتجربة الاستطلاعية والثبات.

وقام الباحث باتباع الخطوات العلمية الصحيحة في بناء المقاييس لاستخراج صدق وثبات المقياس، ومن ثم تطبيق

المقياس على عينة التطبيق واستخراج النتائج.

واستنتج الباحث عدة استنتاجات اهمها:

- بناء مقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني بكلياتها العلمية والإنسانية، والذي يتكون من (52) فقرة، تتمتع بالصدق والثبات.

واوصى الباحث عدة توصيات اهمها:

- اعتماد المقياس المقنن في تقويم اتجاهات طالبات جامعة الموصل بشكل دوري على فترات محددة للتعرف على مدى تقدم اتجاهات الطالبات نحو ممارسة الرياضة.

Building and applying the attitudes scale of female students at the University of Mosul towards practicing physical sports activity according to some objective variables

Assisst. Prof. Ahmed Moayad Hussien
University Of Mosul / College Of Physical Education

Research Summary

The importance of the current research lies in identifying the attitudes of female students at the University of Mosul, with its scientific and humanitarian colleges, towards practicing physical sports activity, as well as identifying the most important reasons for female students' exclusion from practicing sports activities at the university.

The current research aims to: -

Building a measure of attitudes of female students at the University of Mosul towards the practice of sports and physical activity.

- Knowing the level of female students at the University of Mosul, with its scientific and humanitarian colleges, in the scale of attitudes towards the practice of sporting and physical activity.

The researcher assumes the following:

- There are no statistically significant differences between female students of scientific and humanitarian colleges in attitudes towards practicing sports and physical activity.

The researcher used the descriptive approach in both survey and comparative methods for their suitability and the nature of the current research.

The research sample consisted of (500) female students distributed on building, application, exploratory and stability samples.

The researcher followed the correct scientific steps in building standards to extract the validity and reliability of the scale, and then applied the scale to the application sample and extracted the results.

The researcher concluded several conclusions, the most important of which are:

Building a measure of attitudes of female students at the University of Mosul towards practicing sports and physical activity in its scientific and humanitarian faculties, which consists of (52) items that are valid and steadfast.

The researcher recommended several recommendations, the most important of which are:

- Adopting the standardized scale in evaluating the attitudes of female students at the University of Mosul, which forms a periodical at specific intervals to identify the extent of the progress of the students' attitudes towards practicing sports.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن الفرد يكتسب قيمه ومثله العليا واتجاهاته من المجتمع الذي يعيش فيه من خلال عملية تفاعلية بينه

وبين المجتمع من خلال ما يستقبل من منبهات تدعوه إلى الانتباه ولو لم يركز المجتمع على هذه المنبهات

نجد إن تلك المواضيع لا تقع في دائرة اهتمامه ولكن للأسف أحيانا المجتمع يمهد لنمو اتجاهات سلبية وبذلك

يبتعد عن جادة العلم والتفكير والإنسانية نجد يوجب ذلك المجتمع مواضيع قد تؤدي إلى بعد ذلك إلى ما لا يحمد

عقباه وتجعل من أبناء مجتمعه جماعات تتوعد كل جماعة للأخرى وحينما يكون المجتمع يتعامل بهذه العقلية

فإن ذلك مؤشر على تخلفه والأخطر من ذلك حينما يتعلق ذلك بمعتقدات الفرد وانتماءاته التي وجد نفسه عليها بفطرته وضخمتها الأسرة من خلال التنشئة في مرحلة الطفولة وخبراتها، ووضعت لها جذور من الصعب تغييرها إذا كانت سلبية في مراحل متقدمة من العمر ومن المفرح إن تعزز الأسرة اتجاهات إيجابية لكون إن الاتجاهات مُتعلّمة (مكتسبة) وليست وراثية إذ تعد الأسرة لها دور في اكتساب الاتجاهات لكونها مرت بخبرات متنوعة تريد إن ترى أبنائها يسيرون على نهجها وأي اختلاف عن ذلك سوف يواجه بالرفض الشديد منها (7 : 122).

وتعتبر أيضاً محددات موجودة ضابطة منتظمة للسلوك الاجتماعي ومن خلال الممارسة الفعلية في تلك الأنشطة فالإتجاه النفسي للرفد نحو أي فعالية في الحياة يعتبر من العوامل المهمة التي تؤثر في اختيار الفرد لتلك الفعالية والتفاعل معها أو تجنبها، ويعد رأي الطلاب واتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط الرياضي بمثابة دافع للانجاز لديهم ويؤثر لنا ما يستطيع انجازه في هذا المجال فالإتجاه النفسي نحو فعالية معينة هو عامل مهم في تحديد سلوك الفرد فيما تحظى تلك الفعالية (8 : 124).

وتساهم الإتجاهات بدور فعال في تطور وتقدم التربية الرياضية في مختلف قطاعات المجتمع إذا ما عززت بشكل ايجابي عن طريق معالجة الإتجاهات السلبية لدى المجتمع وخاصة لدى الطالبات عن طريق معارف تعالج الجوانب المختلفة والتعريف بقيمة وأهمية التربية الرياضية في المجتمع وتوجيه الأنظار إلى إن لممارسة النشاط الرياضي البدني فوائد عديدة جسمية ونفسية وعقلية كونها جزء من حياتنا، إذ تكمن أهمية البحث الحالي في التعرف على اتجاهات طالبات جامعة الموصل بكلياتها العلمية والإنسانية نحو ممارسة النشاط الرياضي البدني فضلاً عن التعرف على أهم أسباب ابتعاد الطالبات عن ممارسة الأنشطة الرياضية في الجامعة.

1-2 مشكلة البحث

ممارسة المرأة للرياضة عادة ما تكون غير مرغوب فيها في مجتمعات يسود فيها القيم المأخوذة من الحياة الاجتماعية لاسيما في مجتمعنا في محافظة نينوى وفي مدينة الموصل بشكل خاص. وكذلك من خلال ملاحظة الباحث أن اغلب الأنشطة الرياضية أو بالأحرى كل الأنشطة الرياضية والبطولات والمهرجانات التي تقيمها مديرية التربية الرياضية والفنية في جامعة الموصل في كل عام تقتصر فقط على الطلاب الذكور وعدم إتاحة الفرصة للطالبات لمحاولة الاشتراك بأي نشاط رياضي وفعالية رياضية أو مهرجانات رياضية بالرغم من وجود القاعات الرياضية الداخلية المغلقة والملاعب الخاصة بالطالبات، والتي يمكن استغلالها من قبلهن لمزاولة الأنشطة والفعاليات الرياضية المحببة لديهن، وكذلك توفر التدريسيات والمدربات في الجامعة، وفي مقابل هذا كله لا يوجد أي نشاط رياضي خاص بالطالبات.

مما تقدم تجسدت مشكلة البحث لدى الباحث في معرفة مستوى اتجاهات طالبات جامعة الموصل بكلياتها العلمية والإنسانية نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني، وكذلك ما هي أهم أسباب ابتعاد الطالبات

عن النشاط الرياضي، فضلاً عن معرفة مدى قبول الطالبات لإضافة درس تربية رياضية منهجي لجميع الكليات وبواقع ساعة واحدة اسبوعياً، من أجل النهوض بواقع الرياضة النسوية في جامعة الموصل بشكل خاص وفي مدينة الموصل بشكل عام.

3-1-3 أهداف البحث

ويهدف البحث الحالي الى:-

- 1-3-1 بناء مقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني.
- 2-3-1 التعرف على مستوى طالبات جامعة الموصل بكلياتها العلمية والإنسانية في مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني.
- 3-3-1 التعرف على الفروقات في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني بين طالبات الكليات العلمية والإنسانية.
- 4-3-1 وضع مستويات معيارية لمقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني.
- 5-3-1 التعرف على النسب المئوية لأسباب ابتعاد الطالبات عن ممارسة النشاط الرياضي والبدني في الجامعة.

4-1 فرض البحث

ويفترض الباحث ما يأتي:

- 1-4-1 عدم وجود فروقات ذات دلالة احصائية بين طالبات الكليات العلمية والإنسانية في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني.

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: طالبات جامعة الموصل بكلياتها العلمية والإنسانية للعام الدراسي 2018./2019
- 2-5-1: المجال الزمني: المدة من 2018/9/1 ولغاية 2018./11/30
- 3-5-1 المجال المكاني: مباني الكليات المشمولة بالبحث.

2- اجراءات البحث:

- 1-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوبين المسحي والمقارن لملائتهما وطبيعة البحث الحالي.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

- اشتمل مجتمع البحث على طالبات جامعة الموصل بكلياتها العلمية والإنسانية (المراحل الدراسية الأربعة) للعام الدراسي 2018/2019 والمستمرات بالدوام الرسمي، واللواتي تعذر على الباحث معرفة العدد

الكلية للطالبات في الجامعة بسبب عدم التعاون الجاد من قبل بعض عمادات الكليات، ولذلك لم يتم التعرف على عدد افراد المجتمع الكلي للبحث.

اما عينات البحث وحسب خصوصية البحث في بناء مقياس اتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي البدني وتطبيقه فقد اشتملت على:

- **عينة بناء المقياس** بلغت (325) طالبة من طالبات جامعة الموصل من الكليات العلمية والانسانية واللواتي تم اختيارهن بالأسلوب العشوائي غير المنتظم من (12) كلية وهي (الطب، الهندسة، العلوم، التربية، التربية الاساسية، الحقوق، الفنون، الآداب، التربية للبنات، التقنية، الصيدلة، العلوم السياسية).
- **عينة التطبيق** : بلغت (125) طالبة من طالبات جامعة الموصل (مجتمع البحث) واللواتي لم يكن ضمن عينة البناء، تم اختيارهن بالأسلوب العشوائي غير المنتظم من (5) كليات وهي (الحقوق، الفنون، الصيدلة، التقنية، التربية الاساسية) وواقع (25) طالبة من كل كلية.
- **عينة الثبات**: بلغت (30) طالبة من طالبات كلية التربية الاساسية للعام الدراسي 2019/2018 من خارج عيني البناء والتطبيق.

- **عينة التجربة الاستطلاعية** : بلغت (20) طالبة من طالبات كلية التربية الاساسية للعام الدراسي 2019/2018 من خارج عيني البناء والتطبيق.

وبذلك بلغ عدد الطالبات الكلي اللواتي شملهن البحث في جميع العينات (البناء والتطبيق والتجربة الاستطلاعية والثبات) هو (500) طالبة، وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1)

يبين مجتمع البحث وعيناته

ت	العينة	العدد	النسبة المئوية
1.	عينة التقنين	325	65%
2.	عينة التطبيق	125	25%
3.	التجربة الاستطلاعية	20	4%
4.	عينة الثبات	30	6%
	المجموع الكلي	500	100%

3-2 خطوات بناء المقياس

1-3-2 إعداد الصيغة الأولية للمقياس

من خلال الاطلاع على أدبيات البحث العلمي والإطار النظري لموضوع الاتجاهات في علم النفس ومراجعة بعض المصادر العلمية ومراجعة مقياس الاتجاهات لكينيون والذي قام بتعريبه (10: 1998)، وكذلك

بالاعتماد على خبرة الباحث تمت صياغة فقرات مقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني، وكما موضح أدناه.

2-3-1-1 تحديد أسلوب صياغة الفقرات :

اعتمد الباحث في صياغة الفقرات على اسلوب (ليكرت) المطور وهو شبيه بأسلوب الاختيار من متعدد (Multiple choice) ، اذ يقدم للمستجيب فقرات ويطلب منه تحديد إجابته باختيار بديل من بين عدة بدائل لها أوزان مختلفة ، وقد روعي في صياغة الفقرات ما يأتي :

- ان لا تكون الفقرات طويلة .
- ان العبارة قابلة لتفسير واحد (1:134) .
- ان تكون العبارة بصيغة المتكلم (12: 197) .
- عدم استخدام العبارات التي يحتمل ان يجيب عنها الجميع او لا يجيب لكي لا تتعدم فرصة المقارنة امام الباحث.
- ان تكون واضحة ومفهومة المعنى والهدف .

ومن خلال ما ورد أعلاه من تحديد اسلوب صياغة الفقرات، قام الباحث بصياغة فقرات المقياس الأولي، اذ تمت صياغة (77) فقرة تقيس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي البدني بصورته الأولية، تم عرضها على المقوم اللغوي¹ قبل الشروع بالعمل وقبل عرضه على السادة الخبراء، الملحق (1).

2-3-2 المعاملات العلمية لفقرات المقياس:

2-3-2-1 صدق الفقرات:

2-3-2-1-1 الصدق الظاهري للفقرات : لغرض التعرف على صدق الفقرات تم عرض المقياس بشكله الأولي(الملحق 1) على السادة ذوي الخبرة والاختصاص في علوم التربية الرياضية لمعرفة آرائهم حول

¹ المقوم اللغوي هو:

م.د. ريم محمد طيب حفوظي / قسم اللغة العربية / كلية الآداب / جامعة الموصل

السادة الخبراء والمختصين هم:

- أ.د. جاسم محمد نايف كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
- أ.د. عكلة سليمان علي كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
- أ.م.د. سعد فاضل عبد القادر كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
- أ.م.د. صفاء ذنون الإمام كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
- أ.م.د. غيداء سالم عزيز كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
- أ.م.د. زهير يحيى محمد علي كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
- أ.م.د. سبهان محمود الزهيري كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
- أ.م.د. عصام محمد عبد الرضا كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
- أ.م.د. مؤيد عبد الرزاق الحسو كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
- أ.م.د. ثامر محمود ذنون كلية التربية الاساسية/ جامعة الموصل

صلاحية فقرات مقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي في قدرة الفقرات على قياس ما وضعت من اجله، وإضافة او حذف فقرات او تعديل لبعض فقرات المقياس الأولي، وذلك من خلال وضع علامة (صح) أمام كل فقرة وتحت البديل المناسب (تصلح ، لا تصلح ، تصلح بعد التعديل) فضلاً عن تدوين التعديل المناسب في حقل (تصلح بعد التعديل) مع تثبيت الفقرات الايجابية والسلبية منها.

وبعد جمع الاستمارات تم استخراج الصدق الظاهري (صدق الخبراء) للمقياس من خلال النسبة المئوية لاتفاق المحكمين حول فقرات المقياس وحسب المعالجة الإحصائية لقانون النسبة المئوية تم الاعتماد على نسبة اتفاق (75%) فما فوق لغرض إبقاء الفقرة في المقياس ، اذ يشير (بلوم وآخرون ، 1983) إلى انه "يمكن الاعتماد على موافقة آراء المحكمين بنسبة (75%) في مثل هذا النوع من الصدق" (2 : 126) . وبموجب هذا الإجراء الإحصائي تم تعديل بعض الفقرات حسب آراء الخبراء وكذلك تم تحديد الفقرات السلبية والايجابية، وعلى أساس هذا الإجراء تم حذف (18) فقرة تبعاً لآراء الخبراء، وبهذا الإجراء أصبح المقياس يتألف من (59) فقرة تم الاعتماد عليها لأجل استكمال بقية إجراءات بناء المقياس.

2-3-2-1-2 الصدق التمييزي للفقرات:

من مواصفات المقياس الجيد إجراء التحليل الإحصائي لفقراته لتمييز الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية من الذين يحصلون على درجات منخفضة في المقياس نفسه ، اي استخراج القوة التمييزية للفقرات (Discrimination power) ، (3 : 272) ، (4 : 125) . وقد تم إجراء التحليل الإحصائي بأسلوبين، وهما:

2-3-2-1-2 أسلوب المجموعتان المتطرفتان:

تم استخدام أسلوب المجموعتان المتطرفتان للكشف عن الفقرات المميزة في بناء مقياس الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني، اذ اعتمدت نسبة 27% من الدرجات العليا و 27% من الدرجات الدنيا لتمثل المجموعتين المتطرفتين وهذه النسبة يؤيدها المختصون في الاختبارات بوصفها "أفضل نسبة تجعل المجموعتين على أفضل صورة من حيث الحجم والتباين" (5 : 75) .

وقد شملت كل مجموعة في الحدود العليا والحدود الدنيا على (88) استمارة من أصل (325) استمارة من أفراد عينة البناء وبعد ان رتب درجاتهم تنازلياً في ضوء إجاباتهم عن فقرات المقياس المؤلفة من (59) فقرة وباستخدام البرنامج الإحصائي المعروف بـ(الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية) والذي يرمز له (Spss) على الحاسوب الآلي واعتمدت قيمة اختبار (ت) المحتسبة لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات إجابات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس والجدول (2) يبين القوة التمييزية لفقرات المقياس.

جدول (2) يبين قيم (ت) بين المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا

رقم الفقرة	-س	ع±	قيمة (ت)	رقم الفقرة	-س	ع±	قيمة (ت)
1.	2.2955	1.10546	-2.720	2.	4.5568	.74058	8.543
3.	4.4318	.58320	6.375	4.	3.6023	1.19904	8.955
5.	4.3182	.79576	8.228	6.	2.6136	1.23579	1.590
7.	4.1364	1.20518	3.250	8.	4.1023	.93514	6.689
9.	3.9659	.98784	7.048	10.	3.9318	1.08061	6.615
11.	3.9432	1.02113	1.240	12.	4.1591	.90828	5.695
13.	3.2614	1.31738	3.034	14.	3.9659	.92784	4.015
15.	1.6477	1.11458	-4.635	16.	1.9205	1.25232	-3.019
17.	4.2841	.85700	8.134	18.	1.5227	.85739	-5.073
19.	4.1705	.86065	5.018	20.	4.3068	.71692	10.266
21.	3.6591	1.04921	6.527	22.	3.0227	1.14447	6.036
23.	4.2841	.94624	10.164	24.	3.4091	.96652	6.199
25.	4.7841	.59594	9.476	26.	3.4091	1.19997	3.454
27.	2.4318	1.53724	.647	28.	4.6818	.63509	11.287
29.	4.5227	.71079	7.397	30.	4.7614	.54655	12.182
31.	2.6477	1.41454	3.211	32.	2.7955	1.32317	3.371
33.	3.5341	1.20295	3.011	34.	4.2273	.82667	9.496
35.	3.0795	1.33237	1.015	36.	4.3636	.97299	12.120
37.	1.0341	.23727	-8.825	38.	1.7045	.89903	-6.739
39.	3.1250	1.17260	.061	40.	3.5568	.99259	3.317
41.	2.9205	1.17661	.197	42.	4.2045	.99607	6.817
43.	4.3068	1.00981	5.939	44.	3.8295	1.19599	2.336
45.	4.1364	.96110	7.538	46.	4.2841	.94624	7.132
47.	3.8636	1.23346	3.131	48.	4.0909	1.02426	6.436
49.	4.6023	.63499	10.431	50.	3.9318	1.08061	9.149
51.	3.8864	1.02196	4.145	52.	4.6932	.63169	12.751
53.	4.6250	.80676	11.611	54.	4.4659	.81578	11.883
55.	3.5114	1.19380	6.687	56.	4.2727	.94355	7.130
57.	3.4091	1.44347	4.960	58.	4.4773	.92198	5.519
59.	3.9545	1.17355	10.493				

• قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (174) ومستوى معنوية (0.05) = 1.96

اذ يتبين من الجدول (2) ان قيم (ت) للفروقات بين المجموعتين العليا والدنيا تراوحت (0.061 - 12.751)، ونتج عن هذه العملية رفض (6) فقرات وهي الفقرات ذات التسلسلات (6 ، 11 ، 27 ، 35 ، 39 ، 41) اذ كانت قيم (ت) الخاصة بهذه الفقرات اصغر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (174) ومستوى معنوية (0.05) وبالبالغة (1.96)، وبهذا أصبح المقياس يتألف من (53) فقرة لإجراء الخطوة الثانية للتحليل الإحصائي وهي الاتساق الداخلي.

2-3-2-1-2-2 أسلوب معامل الاتساق الداخلي:

تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول الى القوة التمييزية للفقرات، اذ ان هذا الأسلوب يقدم لنا مقياساً متجانساً في فقراته بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل، فضلاً عن قدرتها على إبراز الترابط بين فقرات المقياس. (6 : 96) و (11 : 101)، حيث تم قياس درجة ارتباط كل فقرة مع المجموع الكلي لفقرات المقياس والجدول (3) يبين ذلك.

جدول (3)

يبين قيم (ر) لفقرات المقياس (الاتساق الداخلي)

معامل الاتساق	رقم الفقرة	معامل الاتساق	رقم الفقرة	معامل الاتساق	رقم الفقرة	معامل الاتساق	رقم الفقرة
0.452	46	0.223	31	0.179	16	0.140	1
0.224	41	0.238	32	0.463	17	0.472	2
0.432	48	0.153	33	0.268	18	0.336	3
0.535	49	0.446	34	0.338	19	0.491	4
0.533	50	فقرة ضعيفة التمييز		0.518	20	0.466	5
0.269	51	0.576	36	0.371	21	فقرة ضعيفة التمييز	
0.608	52	0.452	37	0.309	22	0.211	7
0.512	53	0.346	38	0.513	23	0.371	8
0.593	54	فقرة ضعيفة التمييز		0.396	24	0.414	9
0.366	55	0.227	40	0.487	25	0.388	10
0.364	56	فقرة ضعيفة التمييز		0.208	26	فقرة ضعيفة التمييز	
0.283	57	0.420	42	فقرة ضعيفة التمييز		0.346	12
0.305	58	0.387	43	0.546	28	0.186	13
0.490	59	0.094	44	0.492	29	0.254	14
		0.402	45	0.612	30	0.266	15

• قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (300) ومستوى معنوية (0.05) = 0.113

اذ يتبين من الجدول (3) ان قيم معاملات الارتباط (الاتساق الداخلي) تراوحت (0.094 - 0.612)، ونتج عن هذه العملية رفض فقرة واحدة وهي الفقرة ذات التسلسل (44) اذ كانت قيمة (ر) لهذه الفقرة (0.094) وهي اصغر من قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (300) ومستوى معنوية (0.05) وبالباقة (0.113)، وبهذا الإجراء أصبح المقياس يتألف من (52) فقرة بصورته النهائية جاهزاً لإجراء التطبيق النهائي للبحث، (الملحق 2).

2-3-2-2 ثبات المقياس:

لغرض إيجاد معامل الثبات للمقياس، تم اعتماد طريقة التجزئة النصفية، إذ تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (30) طالبة من طالبات كلية التربية الاساسية من خارج عينتي البناء والتطبيق، وباستخراج معامل الارتباط البسيط لبيرسون لاستخراج قيمة معامل الثبات والتي تعد ثبات نصف الاختبار والذي بلغ (0.90) وبعد معالجة قيمة معامل الارتباط البسيط من خلال استخدام معادلة سبيرمان - بروان لاستخراج معامل الثبات الكلي والذي بلغ (0.92)، وهو معامل ثبات جيد بالنسبة لبحوث التربية الرياضية "يعد مقبولاً في الميزان العام لتقويم دلالة الارتباط" (3 : 63)، والتي تستخدم المقاييس كأدوات للبحث، وبهذا الإجراء أصبح مقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي البدني جاهزاً لإجراء التطبيق النهائي للبحث، (الملحق 2).

2-3-3-2 التطبيق الاستطلاعي الأولي للمقياس:

اذ تم إجراء تطبيق استطلاعي على عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (20) طالبة من طالبات كلية التربية الاساسية (من خارج عينتا البناء والتطبيق)، وذلك للكشف عن:

- مدى وضوح الفقرات للطالبات.
 - الإجابة عن الاستفسارات والتساؤلات ان وجدت.
 - احتساب زمن الإجابة والوقت الذي تستغرقه الطالبة في الإجابة عن فقرات المقياس.
 - إعداد الصورة النهائية للفقرات قبل القيام بتحليلها احصائياً.
- وقد أظهرت نتيجة التطبيق الاستطلاعي انه لا يوجد أي غموض او استفسار حول فقرات المقياس وقد بلغ معدل الوقت المحدد (25 - 30) دقيقة للإجابة عن فقرات المقياس.

2-3-4-2 التطبيق النهائي للمقياس:

شمل التطبيق النهائي للمقياس على مرحلتين وهما:

- المرحلة الأولى: وهي مرحلة توزيع المقياس على عينة البناء (59) فقرة والتي امتدت للفترة من (2018/9/1) ولغاية (2018/10/15)، على أفراد عينة البناء والبالغ عددهم (325) طالبة.
- المرحلة الثانية: وهي مرحلة توزيع المقياس على عينة التطبيق (52) فقرة والتي امتدت للفترة من (2018/10/16) ولغاية (2018/11/30) على أفراد عينة التطبيق البالغة (125) طالبة.

2-3-5 تصحيح المقياس بصورته النهائية

يتكون المقياس بصورته النهائية (الملحق 2) من (52) فقرة منها (31) فقرة ايجابية وهي الفقرات ذات التسلسلات (1، 3، 4، 6، 7، 8، 9، 10، 12، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 24، 27، 29، 30، 39، 40، 44، 46، 47، 48، 50، 51، 52)، و(21) فقرة سلبية وهي الفقرات ذات التسلسلات (2، 5، 11، 13، 23، 25، 26، 28، 31، 32، 33، 34، 35، 36، 37، 38، 41، 42، 43، 45، 49) في المقياس النهائي (الملحق 2)، وتكون الإجابة عليها وفق خمسة بدائل هي (موافقة بدرجة كبيرة، موافقة، محايدة، غير موافقة، غير موافقة بدرجة كبيرة) وتعطى أوزان الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي للفقرات الايجابية وبالعكس بالنسبة للفقرات السلبية، وبذلك تنحصر القيمة النهائية للمقياس بين (52 - 310) درجة.

2-4 الوسائل الإحصائية

إذ استخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية:

- النسبة المئوية.
 - الوسط الحسابي.
 - الانحراف المعياري.
 - معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
 - قانون (ت) للفروقات بين المجموعات المستقلة والمتساوية بالعدد.
 - المتوسط الفرضي.
 - معامل الاختلاف.
 - المدى، لتحديد عدد الفئات وطول الفئة.
 - منحنى كاوس للتوزيع الطبيعي
- إذ تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات احصائياً.

3- عرض النتائج ومناقشتها

3-1 عرض النتائج:

بعد ان قام الباحث بالتأكد من صلاحية المقياس وإيجاد المعاملات العلمية الخاصة به حيث تم إيجاد صدق المقياس بالطرق التالية:-

- الصدق الظاهري.
- الصدق التمييزي.

إذ تم إيجاد الصدق التمييزي للمقياس بأسلوب:

- أسلوب المجموعتان المتطرفتان.

- أسلوب الاتساق الداخلي.

وكذلك تم إيجاد ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، وبلغ معامل الثبات للمقياس (0.92)، وبعد ذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على عينة البحث الحالية او ما يشابهها من عينات أخرى، والجدول (4) يبين المعالم الإحصائية لمقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي البدني.

جدول (4)

يبين المعالم الإحصائية لمقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي البدني

ت	العينة	س-	ع±	المنوال	الالتواء	الاختلاف	المتوسط الفرضي ¹
1	الكلية العلمية	171.32	24.12	172	-0.02	%14.07	156
2	الكلية الإنسانية	177.64	21.14	178	-0.017	%11.90	156
3	العينة مجتمعة	174.44	22.83	181	-0.40	%13.08	156

وقام الباحث بعد ذلك ومن أجل تحقيق الهدف الثالث للبحث بإيجاد الفروقات في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني بين طالبات الكليات العلمية والانسانية في جامعة الموصل، وكما مبين في الجدول (5).

جدول (5)

يبين الفروقات الإحصائية في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني بين طالبات الكليات العلمية والانسانية في جامعة الموصل

ت	العينة	العدد	س-	ع±	قيمة (ت) المحسوبة	قيمة (ت) الجدولية
1.	الكلية العلمية	64	171.32	24.12	1.63	1.98
2.	الكلية الانسانية	61	177.64	21.14		

• قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (123) ومستوى معنوية (0.05) = 1.98
اذ يتبين من الجدول (5) عدم وجود فروقات ذات دلالة احصائية بين طالبات الكليات العلمية والانسانية في جامعة الموصل في اتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني، اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1.63) وهي اصغر من قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (123) ومستوى معنوية (0.05) والبالغة (1.98)، وبذلك يتحقق الهدف الثالث للبحث، وكذلك التحقق من فرض البحث، وبذلك تقبل الفرضية الصفرية للبحث وترفض الفرضية البديلة.

وبعد ذلك قام الباحث ولأجل تحقيق الهدف الرابع للبحث باستخراج المستويات المعيارية لمقياس اتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي البدني في جامعة الموصل، وذلك من خلال استخراج

¹ المتوسط الفرضي للمقياس = مجموع أوزان البدائل × عدد الفقرات ÷ عدد البدائل (9 : 146)

المستويات المعيارية للدرجات الخام للمقياس عن طريق احتساب المدى والذي يبلغ (259)، ومن خلاله تم احتساب طول الفئة والذي بلغ (43) درجة، وكما مبين في الجدول (6).

جدول (6)

يبين المستويات المعيارية لطالبات جامعة الموصل في اتجاهاتهن نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني

النسبة المئوية	العدد	المستويات المعيارية	الفئات المعيارية للدرجات الخام
4.80%	6	اتجاه ضعيف جداً	95 - 52
19.20%	24	اتجاه ضعيف	139 - 96
43.20%	54	اتجاه مقبول	183 - 140
24%	30	اتجاه متوسط	227 - 184
5.60%	7	اتجاه جيد	271 - 228
3.20%	4	اتجاه جيد جداً	310 - 272
100%	125	المجموع	

اذ تركزت اعلى نسبة للطالبات في المستوى المعياري (مقبول) اذ بلغ عددهن (54) طالبة ونسبة مئوية قدرها (43.20%)، وهذا يبين ان للطالبات مستوى مقبول في الاتجاه نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني في جامعة الموصل في حال توفر الإمكانيات لهذه الممارسة (كالتجهيزات الرياضية، والقاعات الرياضية المغلقة الخاصة بالطالبات، وموافقة الاهل)، وبهذا الإجراء يتحقق الهدف الرابع للبحث. ومن اجل تحقيق الهدف الخامس للبحث والذي يرمي الى التعرف على نسبة الطالبات اللواتي يرغبن بإضافة درس منهجي للتربية الرياضية لمدة ساعة واحدة اسبوعياً، قام الباحث بعرض سؤال على الطالبات يطلب فيه رأيهن حول اضافة درس منهجي لجميع الكليات للتربية الرياضية يهدف الى الصحة العامة والترفيه والتسلية، وكذلك طلب منهن تحديد سبب واحد فقط يمنعهن من ممارسة النشاط الرياضي البدني في الجامعة، وبعد جمع الاجابات وتحليلها احصائياً كانت نتائج الطالبات، كما مبين في الجدول (7).

جدول (7)

يبين النسب المئوية لآراء الطالبات حول الموافقة على اضافة درس تربية رياضية منهجي

النسبة المئوية	العدد	العينة
79.80%	399	الموافقات
20.20%	101	غير الموافقات
100%	500	المجموع الكلي

ومن اجل التعرف على اهم اسباب ابتعاد الطالبات عن ممارسة النشاط الرياضي والبدني في الجامعة، وبعد تحليل اجابات الطالبات، تم التعرف على اهم الاسباب، وكما مبين في الجدول (8).

جدول (8)

يبين النسب المئوية لأهم اسباب ابتعاد الطالبات عن ممارسة النشاط الرياضي والبدني في الجامعة

ت	السبب	العدد	النسبة المئوية
1	عدم توفر الوقت الكافي للممارسة لكثرة المحاضرات	198	39.60%
2	عدم توفر الأماكن الخاصة لممارسة الطالبات للرياضة	99	19.80%
3	عدم تقبل المجتمع للرياضة النسوية	67	13.40%
4	عدم وجود الرغبة الفعلية للممارسة الرياضية	43	8.60%
5	عدم موافقة الأهل لممارسة الرياضة	37	7.40%
6	عدم وجود اكتشاف للمواهب النسائية الرياضية في الجامعة	35	7%
7	عدم وجود نشاطات رياضية خاصة بالطالبات في الجامعة	21	4.20%
	المجموع الكلي	500	100%

اذ يتبين من الجدول (8) ان اهم سبب من اسباب ابتعاد الطالبات عن ممارسة الرياضة في الجامعة هو عدم توفر الوقت الكافي لممارسة النشاط الرياضي بسبب كثرة المحاضرات النظرية وزخمها على الطالبة الجامعية إلى ساعات متأخرة من اليوم الدراسي، وكذلك عدم وجود أي منفذ ترفيهي للطالبة وعدم وجود أوقات للاستراحة بين المحاضرات النظرية، اذ حصل هذا السبب على (198) تكرار من قبل الطالبات وبنسبة مئوية قدرها (39.60%) من مجموع طالبات البحث الكلي، وكان السبب الثاني في الأهمية وعدد التكرارات لابتعاد الطالبات عن الرياضة في الجامعة هو عدم توفر الاماكن والقاعات الرياضية المغلقة الخاصة بالنشاطات النسوية في الجامعة اذ حصل على (99) تكرار وبنسبة مئوية (19.80%)، وتلاه سبب عدم تقبل المجتمع وللعادات والتقاليد في مدينة الموصل بـ (67) تكرار، ومن ثم سبب عدم وجود الرغبة الفعلية لدى الطالبات بـ (43) تكرار، وفي المركز الخامس جاء سبب عدم موافقة وتشجيع الأهل في البيت نحو ممارسة الرياضة بالنسبة للطالبة ويعدد تكرارات (37) تكرار، وبعده سبب عدم وجود اكتشاف للمواهب الرياضية النسوية في الجامعة بطريقة علمية صحيحة اذ حصل على (35) تكرار، وفي المركز الأخير جاء سبب عدم وجود نشاطات رياضية جامعية خاصة بالطالبات تقوم بتنظيمها مديرية التربية الرياضية والفنية في الجامعة وقلة الاهتمام بنشاطات الاناث في الجامعة اذ حصل على (21) تكرار فقط، وبهذا يتحقق الهدف الخامس للبحث.

2-3 مناقشة النتائج:

من خلال الجداول (4، 5، 6، 7، 8) تم التعرف على مستوى طالبات جامعة الموصل في اتجاهاتهن نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني، اذ وقع اغلب الطالبات في المستوى المعياري (مقبول)، وكذلك تبين عدم وجود فروقات ذات دلالة احصائية بين طالبات الكليات العلمية والكليات الإنسانية في الاتجاه نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني، ويعزو الباحث سبب ظهور هذه النتائج الى ضعف الاتجاه نحو

الرياضة في الجامعة والذي تكون لدى الطالبة الجامعية منذ سنوات الدراسة الاولى بسبب الابتعاد الكلي عن الرياضة وعدم وجود نشاطات رياضية خاصة بالطالبات في الجامعة وعدم توفر اماكن خاصة بالطالبات لممارسة الانشطة الرياضية في الجامعة وقلة الكادر النسوي التدريبي وعدم وجود فرق رياضية في الجامعة، هذا فضلاً عن اسباب اخرى منها عدم موافقة الاهل على ممارسة الانشطة الرياضية في الجامعة، ونظرة المجتمع والعادات والتقاليد للطالبة التي تمارس الانشطة الرياضية، والسبب الرئيسي حسب نتائج البحث في الجدول (8) هو عدم وجود الوقت الكافي لممارسة الانشطة الرياضية خلال اوقات الدوام الرسمي وكثرة المحاضرات النظرية خلال اليوم الدراسي، جميع هذه الاسباب ادت الى ضعف الاتجاه نحو ممارسة الرياضة.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

1-1-4 بناء مقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني بكلياتها العلمية والإنسانية، والذي يتكون من (52) فقرة، تتمتع بالصدق والثبات.

2-1-4 ان طالبات جامعة الموصل بكلياتها العلمية والانسانية لديهن اتجاه مقبول نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني، اذ بلغ الوسط الحسابي للعينة مجتمعة (174.44) وهو يقع ضمن الفئة (140 - 183) المقابلة للمستوى مقبول.

3-1-4 تقارب مستوى طالبات الكليات العلمية والانسانية في اتجاهتهن نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني، وعدم وجود أي فروقات بينهن في المقياس.

4-1-4 تم إيجاد المستويات المعيارية الخاصة بمقياس اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة النشاط الرياضي والبدني.

5-1-4 ان اغلب طالبات جامعة الموصل يرغبن بإضافة درس تربية رياضية منهجي لمدة ساعة واحد اسبوعياً على الأقل، في قاعات خاصة بهن.

6-1-4 ان اهم سبب لابتعاد الطالبات عن ممارسة الرياضة في الجامعة كان (عدم توفر الوقت الكافي للممارسة لكثرة المحاضرات) ويليه سبب (عدم توفر الأماكن الخاصة لممارسة الطالبات للرياضة).

2-4 التوصيات

1-2-4 اعتماد المقياس المقنن في تقويم اتجاهات طالبات جامعة الموصل يشكل دوري على فترات محددة للتعرف على مدى تقدم اتجاهات الطالبات نحو ممارسة الرياضة.

2-2-4 ارسال نتائج البحث الى رئاسة الجامعة ووزارة التعليم العالي (لجنة إعداد المناهج) من اجل تعديل المناهج النظرية واطافة درس تربية رياضية منهجي في جميع الكليات العلمية والانسانية.

3-2-4 توجيه مديرية التربية الرياضية والفنية في الجامعة الى ضرورة تنظيم بطولات خاصة بالطالبات بجميع الفعاليات الفردية والفرقية من اجل تعزيز الاتجاهات لدى الطالبات من جهة، وكذلك من اجل اكتشاف

المواهب النسائية في الرياضة لكي تخدم الحركة الرياضية النسوية في المحافظة بشكل خاص وفي العراق بشكل عام.

المصادر

- القرآن الكريم.

1. أبو علام، رجاء محمد شريف، نادية محمود، (1989): الفروق الفردية وتطبيقاتها التربوية، ط2، دار القلم، الكويت.
2. بلوم، بنيامين وآخرون (1983): تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة: محمد أمين المفتي وآخرون، مطابع المكتب المصري الحديث، القاهرة، مصر.
3. جابر، عبد الحميد وكاظم، احمد خيري (1973): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر.
4. دروان، رودني (1985): أساسيات القياس والتقويم في تدريس العلوم، ترجمة: محمد سعيد صبار وآخرون، دار الأمل، الأردن.
5. الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم وآخرون (1981): الاختبارات والمقاييس النفسية، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، الموصل، العراق.
6. السامرائي، باسم نزهت والبلداوي، طارق حميد (1987): اتجاهات الطلبة نحو مهنة التدريس، المجلة العربية للبحوث التربوية، المجلد السابع، العدد الثاني، جامعة بغداد، العراق.
7. الطالب، نزار مجيد والويس، كامل (1992): علم النفس الرياضي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، الموصل، العراق.
8. الطالب، نزار (1999): علم النفس الرياضي، مطبعة جامعة بغداد، بغداد، العراق.
9. علاوي، محمد حسن (1994): علم النفس الرياضي، ط9، دار المعارف، القاهرة.
10. كاظم، علي مهدي (1990): بناء مقياس مقتن لمفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد، بغداد، العراق.
11. ملحم، سامي محمد، (2009): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط1، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.

الملاحق

المقياس بصورته النهائية

ت	الفقرات	موافقة بدرجة كبيرة	موافقة	محايدة	غير موافقة	غير وافقة بدرجة كبيرة
1	احب الرياضة وارغب بممارستها دائماً في المكان المخصص لها وبالزبي الرياضي المنتظم.					
2	اخشى من ممارسة التربية الرياضية من الاصابات التي قد تلحق بي.					
3	اذا طلب مني الاختيار فأنتي افضل الممارسة الرياضية في الجامعة وبصورة مستمرة اسبوعياً.					
4	ارغب في المشاركة في الأندية والمنتخبات الرياضية الخاصة بالنشاط النسوي في الفعاليات الرياضية المختلفة.					
5	ارى ان الرياضة لها اشخاص متخصصون لممارستها وليس للجميع القدرة عليها.					
6	ارى انه من الضروري جداً اضافة درس تربية رياضية منهجي في الكليات.					
7	اشعر بسعادة غامرة اثناء ممارستي للانشطة الرياضية مع زميلاتي.					
8	اعتبر الممارسة الرياضية في الجامعة هي احد اهم الوسائل للاسترخاء وتصفية الذهن.					
9	افرح طاقاتي المكبوتة وإمكانياتي الداخلية من خلال المشاركة في النشاط الرياضي البدني.					
10	افضل المشاركة في الانشطة الرياضية التي تنمي الصحة واللياقة البدنية العامة الضرورية لكل انسان.					
11	افضل ممارسة الانشطة الرياضية في المنزل على ممارستها في الجامعة.					
12	اكتسب صداقات وعلاقات جادة خلال ممارستي للانشطة الرياضية في الجامعة.					
13	الانشطة الرياضية البدنية ليست ذات اهمية قصوى لطالبات الجامعة.					
14	الانشطة الرياضية التي تتطلب في ادائها الى جمال وفن ورشاقة اعطيها الكثير من وقتي واهتماماتي.					
15	اهم ما يعجبني في درس التربية الرياضية هو التركيز على جمال الحركات.					

				التربية البدنية والرياضة تزيان الاحترام المتبادل بين الطالبات.	16
				التربية البدنية والرياضية تنمي الثقة بالنفس وحب العمل الجماعي.	17
				تساعد التربية البدنية على تحسين سلوكيات الطالبة الجامعية.	18
				تعمل التربية الرياضية على تنمية الصفات البدنية والخلقية الجيدة للطالبات.	19
				تنمي التربية الرياضية المهارات العقلية والذكاء للطالبة الجامعية بما يخدم الدراسة النظرية.	20
				تنمي الرياضة لدى الطالبات التعاون الجاد والتفاهم.	21
				تهتم التربية الرياضية ببناء العضلات للجسم دون الاهتمام ببقية الجسم.	22
				الرياضة بصورة عامة ليست ذات أهمية في حياتنا اليومية.	23
				الرياضة تجعل اجسامنا اجمل وحركاتنا ارشق وقوامنا معتدل اكثر.	24
				سبب ابتعادي عن التربية الرياضية هو عدم اعتمادها على الأسس العلمية الصحيحة.	25
				سبب عدم مشاركتي في النشاط البدني هو عدم وجود درس تربية رياضية او نشاط رياضي نسوي في الجامعة.	26
				طريقي الوحيد للتخلص من المشكلات اليومية هو ممارسة الرياضة بجهد قليل.	27
				عدم وجود الدافع الحقيقي وراء ممارسة النشاط الرياضي البدني يجعلني ابتعد عنها.	28
				العلاقات الاجتماعية التي اكونها خلال ممارسة النشاط الرياضي هي سبب اشتراكي في الرياضة.	29
				العلاقات الاجتماعية الواسعة هي سبب ممارستي للانشطة الرياضية.	30
				عند ممارستي للانشطة الرياضية اهتم فقط بالفوز ولا شئ غيره.	31
				قلة تشجيع الجامعة والكلية والمجتمع لممارسة الطالبات النشاط الرياضي هو سبب عدم ممارستي.	32
				كثرة التمارين المعطاة في درس التربية الرياضية تسبب لي التعب والإصابات.	33
				لا احبذ فكرة ممارسة الرياضة في الجامعة كونها مضيعة للوقت والجهد.	34
				لا احبذ ممارسة الانشطة الرياضية التي تتسم بالخطورة واحتمالية وقوع الاصابات.	35
				لا ارى انه من الضروري اضافة درس تربية رياضية منهجي إجباري.	36

				لا اعتبر ان ممارسة الانشطة الرياضية وسيلة مهمة من وسائل الترويح والترفيه في الجامعة.	37
				لا افضل الانشطة الرياضية التي يزداد فيها الطابع التنافسي كونها تؤدي الى الاصابات.	38
				لا شئ يجعلني اشعر بالسعادة والاسترخاء اكثر من ممارسة النشاط الرياضي ولو بدرجة قليلة.	39
				لممارسة الرياضة فوائد صحية واجتماعية لها أثرها في سلوك الطالبة الجامعية.	40
				ليس بإمكانني جسدياً ممارسة أي نشاط رياضي في المنزل او في الجامعة.	41
				ليس بإمكانني ممارسة النشاط البدني كونه لا يراعي حالتي الصحية ويسبب لي الإرهاق.	42
				ليس لدينا الوقت الكافي لنضيقه في ممارسة النشاط الرياضي.	43
				ممارسة الانشطة الرياضية تجعلني سعيدة دائماً.	44
				ممارسة التربية الرياضية تسبب ضياع الوقت وبالتالي الرسوب في المواد النظرية للكلية.	45
				ممارسة التمرينات الرياضية البسيطة ذات اهمية قصوى بالنسبة لي.	46
				ممارسة الرياضة بانتظام تتيح للطالبة الجامعية الاسترخاء من ضغوط الدوام والمحاضرات النظرية.	47
				الممارسة الرياضية المنتظمة تقلل السلوك العدواني لدى الطلبة الجامعية.	48
				الممارسة الرياضية تجعلني اصاب بالتوتر والتعصب والانفعالات النفسية الزائدة.	49
				من الواجب تخصيص وقت لممارسة النشاط الرياضي في الجامعة اسبوعياً وبشكل منتظم.	50
				يجب ان يشتمل النشاط الرياضي على واجبات سهلة تشمل جميع الطالبات وبدون استثناء.	51
				يعجبني ممارسة الانشطة الرياضية الجماعية التي تشترك فيها عدد كبير من الطالبات.	52