



Sports activities and their relationship to psychological trends among intermediate school students of Babylon Governorate

Lec. Dr. Qayid Muhammad Hussein Talib ^{*1}  Lec. Dr. Saad Hamza Habib Aboud ² 

^{1,2}, Babylon Education Directorate, Iraq.

*Corresponding author: saadalmohammed@gmail.com

Received: 12-09-2024

Publication: 28-12-2024

Abstract

Sports activities are considered to be significant activities that are studied, placed and followed with modern methods to discover the type of relationship for middle school students through their enthusiasm for sports activities or vice versa, and because sports activities vary and their relationship with psychological trends greatly among students. And because of the multiplicity of stimuli for them through emotional charges. It affects motivation and directs behavior, leading to it being considered an element that will help create a strong desire among students to engage in most activities in schools, especially sports. The emergence of new teaching methods has prompted many researchers to study and research its details and methods, including the two researchers. Perhaps the most important of these methods is the subject of sports activities and how to hold them in a manner that matches the desire and behavior of students and the methods of using them by teachers and the successes achieved that naturally lead them to use them in the teaching process. The researchers used the descriptive survey method because it is suitable for the nature of the research. The research aims to identify the relationship between sports activities and psychological trends among intermediate school students in Babil Governorate. The research aims to prepare two scales (for sports activities and psychological trends) among intermediate school students. The research came out with a set of conclusions: First, middle school students enjoyed a high degree of sports activity. Second, middle school students enjoyed a great deal of psychological orientation. Third, there was a positive correlation between sports activities and psychological orientation among middle school students.

Keywords: Sports Activities, Psychological Trends, Intermediate School Students, Babylon.



الانشطة الرياضية وعلاقتها بالاتجاهات النفسية لدى طلاب المراحل المتوسطة في محافظة بابل

م.د. قائد محمد حسين طالب ، م.د. سعد حمزة حبيب عبود

العراق . مديرية تربية بابل

saadalmohammed@gmail.com

تاريخ استلام البحث 2024/9/12 تاريخ نشر البحث 2024/12/28

الملخص

تعتبر الانشطة الرياضية من الانشطة ذو الدلالة المدروسة والموضوعة والمتبعة بأساليب حديثه لاكتشاف نوع العلاقة لطلاب المدارس المتوسطة من خلال اندفاعهم للأنشطة الرياضية او بالعكس ولتباين الانشطة الرياضية ومدى ارتباطها بالاتجاهات النفسية بشكل كبير لدى الطلبة. ولتعدد المثيرات لديهم من خلال شحنات انفعالية ، تؤثر في الدافع وتوجه السلوك ، تؤدي الى اعتبارها عنصرا من عناصر التي ستساعد علي تكوين رغبة كبيرة لدى الطلبة لمزاولة اغلب الانشطة في المدارس سيما الرياضية ، إذ أن ظهور اساليب جديدة من التدريس قد استثار الكثير من الباحثين الى دراسته والبحث في تفاصيله ووسائله ومنهم الباحثان ولعل من اهم هذه الاساليب هو موضوع الانشطة الرياضية وكيفية اقامتها بما يوازي رغبة وسلوكيات الطلبة وطرق استخدامها من قبل المدرسين والنجاحات المتحققة التي تقودهم بطبيعة الحال الى استخدامه في العملية التدريسية ، استخدم الباحثان المنهج الوصفي المسحي لملائمته طبيعة البحث. ويهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين الانشطة الرياضية والاتجاهات النفسية لدى طلاب المراحل المتوسطة في محافظة بابل حيث يهدف البحث الى اعداد مقياسي (للأنشطة الرياضية والاتجاه النفسي) لدى طلاب المراحل المتوسطة وخرج البحث بمجموعه من الاستنتاجات اولاً تمتع طلاب المتوسطة بدرجة عالية من النشاط الرياضية، ثانياً تمتع طلاب المرحلة المتوسطة بقدر كبير من الاتجاه النفسي، ثالثاً وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الانشطة الرياضي والاتجاه النفسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

الكلمات المفتاحية: الانشطة الرياضية، الاتجاهات النفسية، طلاب المراحل المتوسطة، بابل.

1- المقدمة:

أن التقدم العلمي والتكنولوجي قد حقق قفزات نوعية كبيرة وفي جميع مجالات الحياة وكان للعلوم الرياضية نصيباً من هذا التقدم والذي أدى إلى تحقيق مستويات رياضية عالية سواء كان ذلك على صعيد العاب الجماعية أم الفردية ، وهذا الاهتمام الواسع من قبل أغلب الدول العالم وفي مختلف العاب الرياضية جاء من أجل الوصول إلى أفضل ممارسات الفعاليات والأنشطة من خلال اعتماد وتبني التقنيات الحديثة في عمليات قياس وتحديد القابليات والتي تعد من العوامل الرئيسة التي جعلت الرياضة تخطو خطوات كبيرة نحو التقدم وتحقيق الانجازات العالمية كما ساهمت في تحديد نقاط الضعف والقوة لدى الرياضي وهو ما ساعد القائمين على إقامة الأنشطة الرياضية في مختلف الاوقات والازمان وفقاً لنوع النشاط الرياضي. والأنشطة الرياضية تلعب دوراً أساسياً ومهماً في تطوير الاتجاه النفسي لطلاب المرحلة المتوسطة في درس التربية الرياضية من خلال الممارسة لبعض الأنشطة الرياضية فضلاً عن أن درس التربية الرياضية في المدرسة يتطور وفق القدرات والامكانيات الذي تقدم للطالب ويعد النشاط الرياضي جزءاً من هذا النظام الذي يعمل تكوين شخصية متكاملة للطلاب واعدادهم ليكونوا قادة لهذا المجتمع ، إذ أن النشاط الرياضي بمفهومه الحديث يشكل بعداً هاماً من ميادين التربية وعنصراً قوياً في عملية اعداد شخصية الطالب جنباً إلى جنب مع المناهج الدراسية حتى غدت التربية الرياضية علماً قائماً بذاته له قواعده ونظرياته وأسس العملية ، والرياضة المدرسية لا تشذ عن القاعدة العلمية ولأن التربية الرياضية جزءاً من التربية العامة ، ونتيجة لإدراك الخبراء التربويين لأهميتها ، أصبحت تمارس بشكل ممنهج ومقصود ، وفقاً لأسس علمية، وتدرس على أيدي مدرسي متخصصين في الرياضة .

ويعتبر الاتجاه النفسي موضع رعاية أغلب الأخصائيين سيما الرياضيين ومنذ فتره زمنية قديمة لأنه قد شكل مساراً جديداً في التدريس الرياضي وذلك من خلال استخدامه للأفكار التي تساعد في تنمية الاتجاه النفسي للطالب المشارك حيث يعد الاتجاه النفسي مهمة الباحثين الجدد لتحديد طبيعته ودوره في تحقيق نتائج الدراسة ، وفي ضوء ذلك يمكن تحديد مشكلة البحث في محاولة معرفة ماهية العلاقة بين الاتجاه النفسي والأنشطة الرياضية وذلك من أجل تعزيز عملية البحث العلمي وتكاملها في استخدام متغيرات تهم العاملين في مجال التدريس الرياضي والذين يسعون جاهدين إلى خدمة الحركة الرياضية ودفعها نحو الامام.

وتكمن أهمية البحث في إقامة الأنشطة الرياضية لتعديل مسار الاتجاه النفسي للطلاب المرحلة المتوسطة ليكونوا طلاباً اسوياء يخططون لمستقبلهم وللمستقبل بلدنا الحبيب.

على الرغم من كثرة الدراسات والبحوث العلمية في الجانب الرياضي عامة ومزاولة الأنشطة الرياضية للطلبة واتجاهاتهم خاصة الا انه مازال هناك العديد من الظواهر والمجالات التي تستوجب الدراسة تمكنه من ممارسة مسابقة معينة دون غيرها ومن خلال عمل الباحثان كمدربين لمادة التربية الرياضية في المدارس المتوسطة لاحظا ان الاتجاهات النفسية من المواضيع التي نالت اهتمام الكثير من الباحثين منذ فترة زمنية ليست بالقليلة فان النشاط الرياضي قد شكل مسارا جديدا في التربية الرياضية وذلك من خلال استخدامه لمعرفة سلوك واتجاه الطالب المشارك لمحاوّر اساسية في عملية التدريس فقد دخل بقوة في الخطط التي يجب ان تأخذ بنظر الاعتبار لدى العديد من المدارس المتوسطة ويعد الاتجاه النفسي للطلبة مهمة للباحثين في الآونة الاخيرة لتحديد طبيعته ودوره في تحقيق نشاط رياضي افضل وهي محاولة علمية متواضعة خدمتا للرياضة في العراق .

ويهدف البحث الى:

- 1- عداد مقياس للأنشطة الرياضية لدى طلاب المراحل المتوسطة.
- 2- اعداد مقياس الاتجاه النفسي لدى طلاب المراحل المتوسطة.
- 3- ايجاد العلاقة بين الأنشطة الرياضية والاتجاه النفسي لدى طلاب المراحل المتوسطة.

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالسلوب المسحي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة المتوسطة في قسم تربية الهاشمية في محافظة بابل وتم اختيارهم بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (798) طالب مرحلة متوسطة، وتم اخذ العينة منهم لطلاب ثانوية المدائن المختلطة (المرحلة المتوسطة) والبالغ عددهم (210) طالبا للتجربة الرئيسة حيث شكلوا نسبة (2,63%) من مجتمع البحث، وتم اخذ (10) طلاب من افراد المجتمع الاصلي للتجربة الاستطلاعية للمقاييس.

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- استمارة استبانة لمقياس (الأنشطة الرياضية).
- استمارة استبانة لمقياس (الاتجاه النفسي).

2-4-1 تحديد المقاييس المستخدمة في البحث:

أولاً-مقياس الأنشطة الرياضية:

من خلال اطلاع الباحثان على الدراسات السابقة والمصادر في علم النفس الرياضي والتدريب الرياضي والمختصين والمراجع والبحوث النظرية المرتبطة بمشكلة البحث فقد قام الباحثان بتوزيع استبيان استطلاعي تضمن (30) فقرة ، بعد اعادة صياغتها لغويا في الصورة الأولية وعرضها على الخبراء الاختصاص في علم النفس الرياضي والتدريب الرياضي ، ملحق رقم (1) للتعرف علي مدى صلاحية العبارات وملائمتها للعينه ، وبعد اتفاق الخبراء على (25) من العبارات من اصل (30) فقرة بصيغتها الأولى, ملحق رقم (2) ، تم بعدها عُرِضَ المقياس بصيغته النهائية على عينه التجربة الاستطلاعية التي كان عددهم (5) طلاب ، ومن ثم على عينة البحث والبالغ عددهم (15) .

ثانياً-مقياس الاتجاه النفسي:

قام الباحثان بتوزيع استبيان استطلاعي تضمن (33) فقرة ، بعد اعادة صياغتها لغويا و تم عرضها على الخبراء الاختصاص في علم النفس الرياضي والتدريب الرياضي ، ملحق رقم (1) للتعرف علي مدى صلاحية العبارات وملائمتها للعينه ، وبعد اتفاق الخبراء عليه تم صياغته بالشكل النهائي ، ملحق رقم (3)، حيث تكون الاجابة عليه من خلال عدة بدائل وهي (موافق بشدة، موافق، موافق الى حد ما، غير موافق، غير موافق بشدة) وتتراوح الدرجة من (5-1) وأن درجة المقياس الكلية من (33-165) والدرجة العليا التي يحصل عليها المفحوص تشير الى الاتجاه العالي نحو الأنشطة الرياضية.

2-4-2 الاسس العلمية للمقاييس:

أولاً-الصدق: تعد درجة الصدق هي العامل الاكثر اهميه لجوده الاختبارات والمقاييس

(محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين، 2000، 5)

وقد كسب مقياسي الأنشطة الرياضية والاتجاه النفسي الصدق الظاهري عندما تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين لإقرار صلاحيتها في تحديد العبارات المناسبة لدى أفراد عينة البحث كما في الجدول (1).

ثانياً-الثبات: يعني الثبات "مدى الدقة التي يقيس بها الاختبار الظاهرة موضع القياس"

(إيلي السيد فرحات ، 2007، 4)

حيث قام الباحثان باستخراج ثبات المقياسين من خلال مؤشر ثبات الاستقرار أي تطبق المقياسين يوم الاربعاء الموافق 2024/3/6 وإعادة تطبيقه الخميس الموافق 2024/3/7 واستخراج قيم معامل ارتباط (سبيرمان) بين التطبيق الأول والثاني والتي بلغت (0,92) لمقياس الأنشطة الرياضية وكذلك (0,95) لمقياس الاتجاه النفسي وهو مؤشر عالي لثبات المقياسين كما في الجدول (1).

ثالثاً-الموضوعية: تم إيجاد معامل الموضوعية عن طريق إيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج المحكمين في التطبيق الأول الذي أجري خلال التجربة الاستطلاعية، وكانت معاملات الارتباط عالية، والجدول (1) يبين ذلك.

جدول (1) يبين الاسس العلمية للمقاييس المستخدمة في البحث

ت	المقاييس	الثبات	الصدق	الموضوعية
1	الانشطة الرياضية	0.89	0.96	0.97
2	الاتجاه النفسي	0.98	0.97	0.99

2-4-3 تجانس العينة:

من أجل التحقق من تجانس العينة قام الباحثان باستخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمؤشرات النزعة المركزية ومقاييس التشتت وقد استخدم الباحثان الأسلوب الإحصائي معامل الاختلاف لغرض التأكد من العينة البحثية متجانسة والجدول (2) يبين تجانس العينة.

جدول (2) يبين تجانس العينة

المتغيرات	وحده القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الأنشطة الرياضية	درجة	16.12	0.76	0.65
الاتجاه النفسي	درجة	60.88	3.92	1.01

2-5 التجربة الاستطلاعية:

تضمنت التجربة الاستطلاعية توزيع مقاييس الانشطة الرياضية على طلاب المرحلة المتوسطة وعددهم (10) وبعدها بيوم تم توزيع مقياس الاتجاه النفسي عليهم يومي الاثنين والثلاثاء الموافقين

18-2024/3/19 وفي تمام الساعة الثامنة صباحاً، وبمساعدة فريق العمل المساعد، وكان الغرض من هذه التجربة هو التعرف على وضوح وفهم عبارات المقاييس، التعرف على الصعوبات التي قد تواجه الباحث وفريق العمل، التعرف على الزمن الكلي لتطبيق المقاييس، وقد حدد في هذه التجربة الزمن المستغرق لأداء الاختبار والإجابة على عبارات المقاييس، وقد طلب الباحثان من مدرسي التربية الرياضية قراءة التعليمات والعبارات والاستفسار عن أي غموض وذكر الصعوبات التي قد تواجه الطلبة في إنشاء

الإجابة، وقد أفرزت الإجابات وضوح التعليمات والعبارات، وقد أوضحت التجربة أن الوقت المستغرق للإجابة على المقياس بين (15 - 20) دقيقة وبمعدل (17) دقيقة لإجابة الطالب.

2-6 التجربة الرئيسية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على أفراد عينة البحث في يوم الاثنين الموافق 2024/4/1 وذلك في ثانوية المدائن المختلطة في قضاء القاسم إذ قام الباحثان بتوزيع استمارات مقياس الأنشطة الرياضية واستمارات مقياس الاتجاه النفسي وتم توزيعها على الطلاب وبعد ذلك تم استلام الاستمارات الخاصة بالمقاييس من عينة البحث وتفرغ البيانات الخاصة بها.

2-7 الوسائل الإحصائية: استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية (spss) لاستخراج النتائج حسب المعادلات الإحصائية الآتية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل ارتباط بيرسون.
- اختبار (t) للعينات المستقلة.
- اختبار (t) للعينات المترابطة.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض نتائج العلاقة بين الأنشطة الرياضية والاتجاه النفسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ر المحسوبة والجدولية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة	قيمة ر الجدولية	مستوى الدلالة
الأنشطة الرياضية	6.85	3.65	4.09	2.04	معنوي
الاتجاه النفسي	7.39	1.25	9.60		

الجدول (3) يبين أن الوسط الحسابي لمتغير الأنشطة الرياضية قد بلغ (6.85) بانحراف معياري (3.65) وكما نلاحظ أن الوسط الحسابي لمتغير الاتجاه النفسي قد بلغ (7.39) بانحراف معياري بلغ (1.25)، أما قيمة (ر) المحسوبة للمتغيرين فقد بلغت قيمتها لمتغير الأنشطة الرياضية (4.09) وبلغت لمتغير الاتجاه النفسي (9.60) وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (2.04) تحت مستوى دلالة (0.05).

3-2 مناقشة نتائج العلاقة بين الأنشطة الرياضية والاتجاه النفسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

أظهرت النتائج في الجدول (3) عن وجود علاقة ارتباطية معنوية بين الأنشطة الرياضية والاتجاه النفسي لان العوامل النفسية لها قدر كبير في تحقيق النجاح في مستوى اداء جميع الأنشطة الرياضية سواء الفردية منها او الجماعية ومنهم طلاب المرحلة المتوسطة ، ويعزو الباحثان هذه النتيجة الى ان جميع افراد عينة البحث يحرصون على الوصول الى افضل مستوى نتائج للاتجاه النفسي من خلال الأنشطة الرياضية المختلفة لان هذا الامر يعرضهم الى العديد من المشكلات النفسية والتي تحتم عليهم الاتصاف بالمرونة بالاتجاهات النفسية للطلاب ، وتتفق هذه النتيجة مع ما اشارت اليه

(Azlina, A,Shahrir , 2010) ان تمتع الفرد الاتجاه النفسي تؤهله للقيام بمهامه بطريقة ايجابية وسهلة دون مشكلات و بدرجة عالية من النشاط بالرغم من التحديات والظروف الصعبة المحيطة به ، وهذا يتطلب من الفرد القدرة على التكيف الفعال الذي يتضمن كل من الافكار والافعال . كما و اشار (يحيى عمر شعبان، 2012) الى ان تكرار المواقف الضاغطة لدى الافراد اثناء ممارسة الأنشطة الرياضية يولد لديهم القدرة على التكيف والمرونة الاتجاه النفسي بأبعادها المختلفة. وقد اشارت (امال محمد ابراهيم 2001) الى ان العديد من الدراسات العلمية اكدت أهمية الخبرات التربوية لمعلم التربية الرياضية وضرورة اتصافه بالمرونة النفسية وتكيفه مع متغيرات العصر لكي يقوم المعلم بدوره الفعال

كما يجب. ويرى (بن خلف عبد الله ويخو وليد، 2017). إن الجانب التطبيقي يعلب دورا هاما في تكامل الفرد من جميع الجوانب المختلفة ومنها الانشطة الرياضية، لأنها تعبر عن مختلف القيم والخبرات التي من الممكن ان تكسب برامج التربية الرياضية والانشطة بالشمول والتكامل، وكذلك لان القيم النفسية المكتسبة في برامج التربية الرياضية تنعكس آثارها من داخل اللعب إلى خارجه في سلوكيات مقبولة منها تحسين المرونة النفسية والذات النفسية وإشباع الحاجات النفسية الاجتماعية. وقد اكد (Bond Flaxman , 2006) ان هنالك علاقة ارتباطية موجبة بين الانشطة الرياضية والاتجاه النفسي والنشاط الجيد للعمل وكذلك القدرة على تعلم العديد من الممارسات للأنشطة والمهارات . وهذا ما اتضح في العلاقة الجيدة بين متغيرات البحث ومستوى الارتباط العالي بينهما ، ومن اهم امثلة طلاب المرحلة المتوسطة الذين يمتازون بالاتجاه النفسي هو امتلاكهم المزاجية لان الأفراد من لديهم اتجاهات نفسية كبيرة ، حيث يمكنهم من صناعة واتخاذ القرار وكذلك القدرة على مواصلة أنشطة رياضية بشكل جيد دون كلل او ملل وتحمل المسؤولية بشكل جدي دون إهمال وبكل انضباط وهذا ما تمثل في قدرة طلاب المرحلة المتوسطة الذين لديهم مستوى جيد من اتجاه نفسي على إتقان معظم المهارات الخاصة بالدرس بشكل جيد وامكانية حل جميع المشكلات والصعوبات التي تعترضهم بشكل منطقي دون ضغوط وتحدي .

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1الاستنتاجات:

- 1-تمتع طلاب المرحلة المتوسطة بدرجة عالية من النشاط الرياضي.
- 2-تمتع طلاب المرحلة المتوسطة بقدر كبير من الاتجاه النفسي.
- 3-وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الانشطة الرياضية والاتجاه النفسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

4-2 التوصيات:

- 1-الاهتمام بالدروس والفعاليات والانشطة الرياضية لأهميتها بالوصول الى مستوى عالي من الاتجاه النفسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة.
- 2-اجراء بحوث مشابهه وبإمكانيات أكثر وعلى عينات مختلفة من طلاب المراحل المتوسطة والثانوية والابتدائية.
- 3-اجراء دراسات تتناول الانشطة الرياضية وعلاقتها بمتغيرات نفسية اخرى.

المصادر

- امال محمد ابراهيم: معوقات ممارسة النشاط الرياضي المدرسي لطالبات المرحلة الثانوية حسب محددات المشاركة والانشطة المرغوبة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الخرطوم، 2001.
- بديعة نبهان: فاعلية الإرشاد باللعب في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال الصم المدمجين مع أقرانهم العاديين، اطروحة دكتوراه، كلية التربية، جامعة قناة السويس، 2005.
- بن خلف عبد الله عبد الرحمن ويخو وليد: أهمية النشاط البدني الرياضي في التقليل من الضغوطات النفسية لدى تلاميذ الوزن الزائد في المرحلة المتوسطة 12-15 سنة، رسالة ماجستير، الجزائر: جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم، 2017.
- ليلي السيد فرحات: القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط4، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2007.
- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي للطباعة 2000.
- منهل خطاب: الاتجاه النفسي المعرفي نحو التدريب الذهني وعلاقته بموقع الضبط، رسالة ماجستير، جامعة الموصل، 2005.
- نزار الطالب، وكامل الويس: علم النفس الرياضي، ط2، الموصل: دار الكتب للطباعة، 2000.
- يحيى عمر شعبان: المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الأزهر، 2012.
- Azlina, A, Shahrir , J ,Assessing reliability of resiliency belief scale (R B S) in the Malaysian context, International Journal for cross Disciplinary subjects in Education (I J C D S E) no ,2010
- Bond f, flaxman : the ability of psychological flexibility and job control to predict learning ,job performance ,and mental health , journal of Organization Behavior Management ,26(1-2) , 2006

ملحق (1)

استمارة الخبراء والمختصين

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. عامر سعيد الخيكاني	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	د. حيدر عبد الرضا	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	د. هيثم سلمان الجبوري	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	د. عزيز كريم وناس	استاذ	علم النفس الرياضي	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	د. حسين عبد الزهرة	استاذ	علم النفس الرياضي	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملحق (2)

استبانة لمقياس الانشطة الرياضية بصورته النهائية

الأستاذ الفاضلالمحترم.

تحية طيبة ...

عزيزي الطالب ...

يقوم الباحثان بدراسة هذا الموضوع للتعرف على الانشطة الرياضية الخاصة بدرس التربية الرياضية، وإمامك مجموعة من العبارات ولكل عبارة خمسة بدائل (قليلاً جداً، قليلاً، نادراً، كثيراً، كثير جداً) ولكونك طالب نضع بين أيديكم هذا الاستبيان راجين منكم ملئه بكل صدق وإخلاص خدمة للبحث العلمي والرياضة خاصة مع مراعاة ما يلي:

1-قراءة كل عبارة بشكل جيد.

2-عدم ترك أي عبارة دون إجابة.

3-الإجابة بعلامة (صح) أمام العبارة وفي الحقل المناسب.

مع فائق الشكر والامتنان لكم

المدرسة:

التاريخ:

الباحثان

ت	العبارات	قليلًا جدًا	قليلًا	نادرًا ما	كثيرًا	كثيرًا جدًا
1	أفضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر بسيط من الخطورة من الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر كبير من الخطورة					
2	ينبغي التركيز في درس التربية الرياضية على القيمة الصحية للرياضة					
3	الهدف الرئيسي لممارستي الرياضة هو اكتساب الصحة					
4	الممارسة الرياضية هي غالبا الطريق الوحيد لإزالة التوترات النفسية الشديدة					
5	لا تناسبني الممارسة المتكررة للأنشطة الرياضية الخطرة					
6	أفضل الأنشطة الرياضية التي تحافظ على اللياقة البدنية.					
7	هناك فرص كثيرة تتيح للطالب الاسترخاء من متاعب عمله اليومي مثل ممارسة الأنشطة الرياضية او مشاهدة المباريات الرياضية					
8	أفضل ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الافراد					
9	ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة في المدرسة بممارسة الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل الجماعي والتعاوني.					
10	الممارسة للأنشطة الرياضية تعد لي أحسن فرصة للاسترخاء والراحة					
11	لا اميل الى الأنشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطر والاحتمالات الكبيرة للإصابات					
12	لا أفضل أي نشاط رياضي يزداد فيه الطابع التنافسي بدرجة كبيرة					
13	الممارسة الرياضية هي الطريق العلمي للتحرر من الضغوطات النفسية.					
14	من بين الأنشطة الرياضية أفضل بصفة خاصة الأنشطة التي أستطيع ممارستها مع الآخرين					
15	اشعر بان الرياضة تعزلني تماما عن المشاكل المتعددة للحياة اليومية					
16	المزايا الصحية لممارسة الرياضة هامة جدا بالنسبة لي					
17	الأنشطة الرياضية التي تتطلب الجرأة والمغامرة أفضلها الى اقصى حد.					
18	نظرا لان المنافسة مبدا في المجتمع فعلى ذلك ينبغي التشجيع على ممارسة الأنشطة الرياضية التي يظهر فيها الطابع التنافسي بصورة واضحة					
19	الممارسة الرياضية تستطيع ان تجعلني سعيدا بصورة حقيقية					
20	أفضل مشاهدة او ممارسة انواع الأنشطة الرياضية التي لا تأخذ طابع الجدية					
21	ممارسة الأنشطة الرياضية اليومية ذات اهمية قصوى بالنسبة لي					
22	ان الاتصال الاجتماعي الذي تنتجه ممارسة الرياضة لا يمثل بالنسبة لي أهمية قصوى.					
23	اعتقد ان النجاح في البطولات الرياضية يتأسس على انكار الذات والتضحية وبذل الجهد.					
24	يجب عدم الاهتمام بحالة الفوز بالأنشطة الرياضية بدرجة زائدة عن الحد.					
25	تعجبني الأنشطة الرياضية التي تتطلب من الفرد السيطرة على المواقف الخطرة					

ملحق (3)

وزارة التربية
مديرية تربية بابل

استبانة لمقياس الاتجاه النفسي بصورته النهائية

عزيزي الطالب.....

يروم الباحثان بإجراء البحث الموسوم (الانشطة الرياضية وعلاقتها بالاتجاهات النفسية لدى طلاب المراحل المتوسطة في محافظة بابل)، يرجى تفضلكم بالإجابة على المقياس المرفق طيا والذي يتضمن قياس اتجاهكم النفسي الذي يتم باستخدام لأداء في الانشطة الرياضية.

شاكرين تعاونكم خدمة للبحث العلمي

الاسم:

اللقب العلمي:

مكان العمل:

التوقيع:

الباحثان

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	موافق الى حد ما	غير موافق	غير موافق بشدة
1	تهتم التربية الرياضية ببناء العضلات فقط.					
2	حصى التربية الرياضية تتيج للطلبة الفرصة لإقامة العلاقات الطيبة					
3	يمكن التحكم في الانفعالات عن طريق الاشتراك في أنشطة التربية الرياضية					
4	الصفات المكتسبة عن طريق التربية لها فائدة في الحياة الاجتماعية.					
5	أؤمن بان الأنشطة الرياضية هي وسيلة صادقة للتعبير عن الاداء الجيد لأنه يساعد في زيادة التطور الحركي في الاداء.					
6	اعتقد ان ممارسة الأنشطة الرياضية ينشط الذاكرة والادراك عند الطلبة.					
7	اسعى دائما لتقديم افكار جديدة عن طريق الأنشطة الرياضية.					
8	التعاون ليس ضروريا في أنشطة التربية الرياضية.					
9	التربية الرياضية قليلة القيمة وينبغي عدم الاهتمام بها.					
10	التربية الرياضية تساعد على تنمية الاعتزاز بالنفس.					
11	التربية الرياضية تعلم الطلبة احترام الآخرين.					
12	التربية الرياضية تعلم الطلبة على حسن التعامل مع الآخرين.					
13	التربية الرياضية قليلة الاهمية للاحتفاظ بالصحة الجيدة					
14	لا تساعد التربية الرياضية على تحسين سلوك الطلبة.					
15	التربية الرياضية تعلم الطالب الطاعة.					
16	الاشتراك في أنشطة التربية الرياضية مظهر غير محترم.					
17	ان الاتجاه النفسي ينمي المهارات العقلية الاساسية.					
18	الاتجاه النفسي في تثبيت المهارات الحركية عند الرياضي.					
19	ان الاتجاه النفسي يعمل على امكانية الحفاظ على التوافق الحركي للأداء المهاري في اثناء البرنامج التدريبي.					
20	ان الاتجاه النفسي الايجابي يؤدي الى تنشيط العمليات العقلية.					
21	يعمل الاتجاه النفسي على تنظيم جديد لإدراك الطلبة للمناهج.					
22	يعد الاتجاه النفسي شكلا تقليديا للتدريب النفسي.					
23	ان الجوانب الايجابية للاتجاه النفسي هي من العوامل المساعدة للارتقاء بالطالب الى خلق اجواء مناسبة.					
24	الاتجاه النفسي يتعلق مبدئيا على توقع متطلبات المحيط والظروف.					
25	ان الاتجاه النفسي هو اعادة تكوين واسترجاع الاستقرار من الاربك.					
26	تجعل الأنشطة الرياضية ايماني بانه نمط للتفكير.					
27	تتيح ممارسة الأنشطة الرياضية فرصة للتعبير عن المشاعر والاحاسيس نحو المفاهيم المعرفية الاخرى.					

Sports activities and their relationship to psychological trends among...

					اعمل على حل المشكلات التي تواجهني في الصف من خلال الأنشطة الرياضية.	28
					تسبني الأنشطة فن التعامل مع المواقف المختلفة.	29
					أحب الأنشطة الرياضية لأنه يعتمد على التحفيز.	30
					أرى ان الاستعانة بالأنشطة الرياضية تنمي افكار الطالب بشكل كبير.	31
					تمنحني الأنشطة الرياضية القدرة على قبول المناهج الدراسية بشكل أفضل.	32
					ينظر للأنشطة الرياضية بنفس الطريقة التي ينظر بها الى المهارات البدنية.	33