

دراسة تأثير قلق الحالة لدى طالبات كلية التربية البدنية

اثناء اداء الامتحانات العملية لكرة اليد

د. سهيلة صالح مهدي العنزي: كلية التربية الاساسية/ الكويت

2023م

1445هـ

الملخص

تبلورت مشكلة البحث في لا تخلو حياة الفرد من القلق طالما هناك طموح وامال كبيرة بحاجة الى تحقيق وللقلق اعراض عدة من اهمها شرود الذهن وفقدان الشهية للطعام وضعف القدرة على التركيز والانتباه وسرعة النبض واضطرابات التنفس وعدم الارتياح وغيرها. ومن خلال خبرة الباحثة في مراقبة اداء الامتحان العلمي في لعبة كرة اليد وجدت ان القلق الرياضي دوراً مهماً لدى الطالبة فقد يكون له قوة دافعة ايجابية وبذلك يدفع الطالبات بمزيد من الجهد او قد يكون في حالة اخرى معوقاً لنشاطهم البدني والمهارى . ومن خلال هذه الرؤية التي لاحظتها الباحثة حيث ترسخت مشكلة البحث بدراسة هذه الحالة لمعرفة درجات القلق المسير والمعوق وعلاقته بأداء الامتحان العلمي لدى الطالبات وتوصلت الباحثة الى مجموعة من الاهداف والفروض وكانت على النحو التالي

التعرف على درجات القلق الحالة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان. وكذلك التعرف على درجات الامتحان العلمي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان. وكانت اهداف البحث بالشكل التالي- وجود علاقة بين تأثير قلق الحالة وأداء الامتحان العلمي لدى افراد عينة البحث.

وقد تطرقت الباحثة الى منهجية البحث وجراءتهم الميدانية وكذلك عينت البحث وعلى ماذا اشتمات

وقد استخدمنا مجموعة من الوسائل الاحصائية التي تم من خلالها عرض النتائج ومناقشتها ومن خلال ما تقدم توصل الى مجموعة من التوصيات والاستنتاجات منها

وجود علاقة طردية بين قلق الحالة واداء امتحان العملي لكرة اليد لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

Studying the effect of state anxiety among female students of the College of Physical Education

While taking the practical handball exam

Preparation

Dr.. Suhaila Saleh Mahdi Al-Anzi: College of Basic Education/Kuwait

a. Dr. Muhammad Hussein Hamidi, College of Physical Education:/University
of Maysan

Summary of the research

. Many researchers agreed in describing this era as the era of anxiety, and the problem of research crystallized in that an individual's life is not free of anxiety as long as there is ambition and great hopes that need to be fulfilled. Anxiety has several symptoms, the most important of which are absent-mindedness, loss of appetite for food, poor ability to concentrate and pay attention, rapid pulse, and disturbances. Breathing, discomfort, etc. Through the researchers'

experience in monitoring the performance of the scientific exam in the game of handball, they found that sports anxiety plays an important role for the female student. It may have a positive driving force and thus push the female students to exert more effort, or in other cases it may be an obstacle to their physical and skill activity. Through this vision that the researcher observed, the research problem was established by studying this case to find out the degrees of persistent and obstructive anxiety and its relationship to academic exam performance among female students. The researchers arrived at a set of goals and hypotheses, which were as follows

Identifying the degrees of state anxiety among female students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Maysan.

Identifying the scientific exam scores of female students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Maysan.

There is a relationship between the effect of state anxiety and academic exam performance among members of the research sample. The researchers discussed the research methodology and their field procedures, as well as the purpose of the research and what it included. They used a set of statistical methods through which the results were presented and discussed, and through the above, a set of recommendations and conclusions were reached. There is a direct relationship between state anxiety and the performance of the handball

practical exam among female students of the College of Physical Education and Sports Sciences. Recommendations The need to reduce anxiety as a condition among female students of the College of Physical Education and Sports Sciences. Conduct similar studies on other activities.

الكلمات الافتتاحية

Status anxiety - قلق الحالة :

Practical exams-الامتحانات العملي-

1-مقدمة البحث:

الرياضة هي عبارة عن حركات منتظمة يقوم بها الفرد للوصول الى ما يسمى بالأداء الصحيح الذي يحتوي على جميع عناصر اللياقة البدنية والهدف هو تحقيقها كالتوازن والرشاقة والدقة والقوة والمرونة ايضاً وهي تسعى الى تحقيق التوازن ما بين الجانب النفسي والعقلي والبدني ولكي يتحقق التوازن العضلي والعصبي في الجسم لابد من توافق الجوانب التي ذكرت والرياضة هي الصحة فلا بد من ممارستها كما انها غذاء الروح. اتفق كثير من الباحثين في وصفهم لهذا العصر بأنه عصر القلق ، حيث أضحى القلق عنواناً للعديد من الدراسات النفسية سواء تلك التي تهتم منها بالسلوك المضطرب لدى الإنسان أو تلك التي تتصل لديه بالحاجة إلى الابتكار والإبداع وتطوير القيم ولقد تركزت أبحاث القلق ودراساته العديدة حول القلق العام ، إلا انه بالرغم من الاهتمام الكبير الذي أبداه الباحثون بالقلق العام ، ظهر أيضاً الاهتمام النسبي بدراسة أنواع أخرى من القلق مثل قلق الامتحان كشكل محدود من القلق المرتبط بمواقف التقويم و التقدير .

وتظهر أهمية قلق في الاداء الامتحان من أهمية المواقف التي يتعرض لها الطالبة وفي وقت أصبحت نتائج ودرجات الطلاب في الامتحانات هي الهدف الأساسي لتقييم التعليم ولتحديد المستقبل العلمي

والعلمي لهم لدرجة جعلت الأمر يبدو وكأن مستقبل وسعادة ورفاهية الأجيال تعتمد بطريقة مباشرة على الدرجات التي يحصلون عليها. فأصبح تحصيل الطالبة وما يتأثر به من متغيرات هي الشغل الشاغل للباحثين في مجال علم النفس التربوي وغيرهم ويعتبر قلق الامتحان وهو شكل من أشكال المخاوف المريضة عاملاً هاماً من بين العوامل المعيقة للتحصيل الأكاديمي بين الطلبة في مختلف مستوياتهم الدراسية ، والواقع أن الكثير من الدراسات قد أشارت إلى هذا الأثر السلبي للقلق على التحصيل.

ومن هنا تكمن أهمية البحث بأن الكثير من الطالبات يتعرضن الى عوامل نفسية وقلق في دراستهم بسبب عدم قدرتهم على مواجهة الامتحان العملي التي يتقدمون لها ، وما يصاحب هذه المواقف من قلق واضطراب يؤثر في قدرة الطالبة على التكيف المناسب مع موقف الامتحان العملي.

2- مشكلة البحث:

لا تخلو حياة الفرد من القلق طالما هناك طموح وامال كبيرة بحاجة الى تحقيق وللقلق اعراض عدة من اهمها شروذ الذهن وفقدان الشهية للطعام وضعف القدرة على التركيز والانتباه وسرعة النبض واضطرابات التنفس وعدم الارتياح وغيرها. ومن خلال خبرة الباحثة في مراقبة اداء الامتحان العلمي في لعبة كرة اليد وجدت ان القلق الرياضي دوراً مهماً لدى الطالبة فقد يكون له قوة دافعة ايجابية وبذلك يدفع الطالبات بمزيد من الجهد او قد يكون في حالة اخرى معوقاً لنشاطهم البدني والمهارى . ومن خلال هذه الرؤية التي لاحظتها الباحثة حيث ترسخت مشكلة البحث بدراسة هذه الحالة لمعرفة درجات القلق المسير والمعوق وعلاقته باداء الامتحان العلمي لدى الطالبات.

3-اهداف البحث:

- التعرف على درجات القلق الحالة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان.

- التعرف على درجات الامتحان العلمي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان.
- التعرف على العلاقة بين القلق الحالة وأداء الامتحان العلمي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ميسان.

4- فروض البحث:

- وجود علاقة بين تأثير قلق الحالة وأداء الامتحان العلمي لدى افراد عينة البحث.

5- منهجية البحث وعينته .

منهج البحث.

اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لملائمة طبيعة مشكلة البحث من خلال هذا المنهج من الممكن اعطاء وصف للظواهر التي تتكون منها الدراسة واعطاء الحلول اللازمة بدرجة عالية من الثقة عند مراعاة الظروف والشروط الاخرى للمشكلة (محمد زياد حمدان, 1998 , ص 83)
تم اختيار عينة البحث من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ميسان المرحلة الرابعة حيث اشتملت عينة البحث 20 طالبة من مجتمع قوامه 61 طالبة الرابعة .

6- الاسس العلمية للاختبار.

اجرت الباحثة للمقياس الاسس العلمية من اجل تاكيد صلاحية هذا المقياس وكانت على النحو التالي .:

- ثبات الاختبار

يقصد بالثبات (هو ان يعطي الاختبار النتائج نفسها اذا ما اعيد الاختبار على الافراد نفسهم والظروف

نفسها)

ولغرض حساب معامل ثبات الاختبار اعتمدت الباحثة اعادة الاختبار حيث تم تبيق الاختبار واعادة لتأكيد من صدق النتائج على عينة استطلاعية قوامها 10 طالبات من مجتمع البحث وقد تم استبعاد هذه العينة من تجربة البحث الرئيسية .

- صدق الاختبار

يقصد بالصدق (قدرة الاختبار على قياس ما وضع من اجله او السمة المراد قياسها) (احمد محمد خاطر : علي فهمي البيك, 1978 ,ص18)

وقد اعتمدت الباحثة الصدق الذاتي لتأكيد صدق الاختبار المعتمد من خلال حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار .

معامل الاختبار = معامل الثبات

- موضوعية الاختبار

الموضوعية تعني (توقف علاقة السؤال والاختبار عن شخصية او رأى المصحح أي انه الاختبار الموضوعي لا تختلف درجته او علاقته باختلاف المصححين) (وديع ياسين التكريتي , حسن محمد العبيدي : الموصل , 1999 , ص214)

7-الاجراءات الميدانية للبحث

قامت الباحثة بتطبيق مقياس قلق الحالة المعتمد على عينة البحث من خلال توزيع استمارة الاختبار

والاجابة عليها بشكل منفرد لتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائيا حيث تم اجراء الاختبار بتاريخ 1 / 5

/ 2023 الساعة 10:30 صباحاً (زيد الهويدي : 2004 , ص62) .

8- التجربة الاستطلاعية (فؤاد ابو حطب واخرون : 1984 ,ص84)

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة استطلاعية قوامها 5 طالبات من مجتمع البحث .
التجربة الاستطلاعية (وهي عبارة عن دراسية تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه

بنتيجة بهدف اختيار اساليب البحث وادواته وقد تم استبعاد العينة الاستطلاعية من البحث وكانت التجربة الاستطلاعية تهدف الى :

1. ملائمة المقياس المعتمد بعينة البحث

2. التعرف على الزمن المستغرق لتنفيذ الاختبار

3. كفاية الكوادر المساعدة

4. التعرف على العينات التي قد تصادف الباحثة اثناء عملية ال

9- التجربة الرئيسية:

أجرت الباحثة قياس قلق الحالة على عينة البحث يوم الاثنين والثلاثاء الموافق 2023/4/21-20 في تمام الساعة العاشرة صباحاً.

10- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

عرض وتحليل نتائج علاقة قلق الحالة بالأداء الامتحاني:

جدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم معامل الارتباط (بيرسون) المحتسبة والجدولية

ومستوى الدلالة ومعنوية الفروق لعلاقة قلق الحالة بالأداء الامتحاني

ت	الاختبار	س	$\pm$ ع	قيمة (ر) المحتسبة	قيمة (ر) الجدولية	مستوى الدلالة	معنوية الفروق
1	قلق الحالة	136,45	9,04	0,870	0,400	0,005	معنوي
2	الأداء الامتحاني	8,25	1,11				

* تحت درجة حرية (ن-2) = 18 وتحت مستوى دلالة (0,05)

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ بان الوسط الحسابي لقلق الحالة قد بلغ (136,45) وبلغ انحرافه المعياري (9,04) في حين حصل الأداء الامتحاني على وسط حسابي (8,25) وانحراف معياري (1,11), وبعد معاملة النتائج إحصائيا من خلال معامل الارتباط بيرسون حيث بلغت قيمة بيرسون المحتسبة (0,870) وعند مقارنتها بقيمة بيرسون الجدولية والبالغة (0,400) تحت درجة حرية (ن-2)= 18 و مستوى دلالة (0.05) نجد بان الفروق معنوية.

11- مناقشة نتائج علاقة قلق الحالة بالأداء الامتحاني:

يتبين من الجداول (1) بان هناك علاقة معنوية طردية بين قلق الحالة بالأداء الامتحاني وتغزو الباحثة يشكل القلق سلاح ذو حدين اما يكون القلق ميسر او معوق ففي الصورة الاولى يلعب القلق دور المحفز الذي يجعل الطالبات يتعرفن على مصدر القلق ويهيئن انفسهن بدنياً ونفسياً للتغلب عليه وفي الصورة الثانية يعمل القلق على اعاقه العمل من خلال تأثيره السلبي على نفسية الطالبة والشعور بالتوتر وعدم الاستقرار المؤقت الذي يحدث نتيجة ظروف مبهمه ووقتية تنثير الشعور بالقلق اثناء الاداء الامتحاني. وهذ يتفق مع ما اشار اليه (عبدالستار الضمد) "ارتفاع درجة قلق الحالة عند الطالبات قبل الامتحان لذا فهو قلق وقتي يزول بزوال السبب" (عبدالستار جبار الضمد: 2000, ص129).

و"القلق يرافقه اضطرابات فسيولوجية ونفسية مختلفة تكون بمثابة مظاهر او اعراض له منها السلوك الترددي سواء على المستوى الحركي او الانفعالي او العقلي كسرعة التهيج ولنفرزه وضعف القدرة على التركيز والانتباه وشرذد الذهن وسرعة النبض واضطرابات النفس وارتفاع الضغط" (محمد حسن علاوي: 1987, ص187).

12- الاستنتاجات

1- وجود علاقة طردية بين قلق الحالة واداء امتحان العملي لكرة اليد لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

13- التوصيات

1- ضرورة تقليل القلق كحالة لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- اجراء دراسات مشابهة على فعاليات اخرى.

المصادر

- احمد محمد خاطر :علي فهمي البيك : القياس في المجال الرياضي , دار المعارف , القاهرة , 1978.
- زيد الهويري : اساسيات القياس والتقويم التربوي , ط1 , الاداء الكتاب الجامعي , العين , الامارات العربية المتحدة , 2004.
- عبدالستار جبار الضمد: فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة تحليل- تدريب- قياس, ط1, الاردن, دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع, 2000.
- فؤاد ابو حطب واخرون : معجم علم النفس والتربية , ط1, القاهرة , المطابع الاميرية , 1984.
- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي, ط2, القاهرة, دار المعارف, 1987.
- وديع ياسين التكريتي , حسن محمد العبيدي : التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية , دار الكتب للطباعة والنشر , الموصل , 1999.

لعلوم التربية البدنية