

## التفكير التفاعلي وعلاقته بفعالية 800 متر لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم

### الرياضة في الساحة والميدان

م.د سجي باسم هاشم

<sup>1</sup> الجامعة المستنصرية / كلية العلوم السياحية، العراق

\*الايمل: [saja.bassem2204p@copew.uobaghdad.edu.iq](mailto:saja.bassem2204p@copew.uobaghdad.edu.iq)

تاريخ نشر: 2026/01/25

تاريخ استلام: 2025/12/13

### المخلص

يهدف البحث الى التعرف على العلاقة بين التفكير التفاعلي وفعالية 800 متر في الساحة والميدان لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

استعملت الباحثة المنهج الوصفي لملائته لطبيعة مشكلة البحث ، وحدد مجتمع البحث لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (2025-2026) والبالغ عددهم (170) طالب وقد بلغ عدد عينة البحث في الدراسة الرئيسية (30) طالب بنسبة(17,64%)، وبلغت عينة التجربة الاستطلاعية (9) طلاب أُختيروا عشوائياً من مجتمع البحث.

وبعد عرض النتائج ومناقشتها تم التوصل الى مجموعة من الاستنتاجات منها وجود علاقة ارتباط معنوية بين مقياس التفكير التفاعلي ومستوى الإنجاز في فعالية 800 متر لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يساعد التفكير التفاعلي الطلبة على اتخاذ القرارات المناسبة اثناء الأداء مثل اختيار الوقت المناسب لزيادة السرعة او الحفاظ على إيقاع الجري.

وتوصي الباحثة بالاهتمام بتنمية التفكير التفاعلي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لما له من دور في تحسين الأداء في فعاليات الساحة والميدان وضرورة تحقيق التكامل بين التدريب البدني والعقلي عند اعداد الطلبة في فعاليات الساحة والميدان. واجراء دراسة مشابهة على الطلبة في مختلف الفعاليات الرياضية.

### الكلمات المفتاحية:

تمرينات المهارية، اسلوب الدمج، التفكير الابداعي، تعلم بعض المهارات الهجومية بكرة القدم.



## Interactive Thinking and its Relationship to 800-Meter Performance among Physical Education and Sports Science Students

Asst. Dr. Saja Bassem Hashim

<sup>1</sup> Al-Mustansiriya University / College of Tourism Sciences.

\*Corresponding author: [saja.bassem2204p@copew.uobaghdad.edu.iq](mailto:saja.bassem2204p@copew.uobaghdad.edu.iq)

**Received: 14-11-2025**

**Publication: 25-01-2026**

### Abstract

This research aims to identify the relationship between interactive thinking and 800-meter performance in the track and field event among students of the College of Physical Education and Sports Science at Al-Mustansiriya University. The researcher used the descriptive method as it was suitable for the nature of the research problem. The research population was defined as the students of the College of Physical Education and Sports Sciences at Al-Mustansiriya University during the academic year (2025-2026), totaling (170) students. The main study sample consisted of (30) students, representing (17.64%), while the pilot study sample comprised (9) students randomly selected from the research population.

After presenting and discussing the results, a number of conclusions were reached, including a significant correlation between the interactive thinking scale and the level of achievement in the 800-meter race among fourth-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences. Interactive thinking helps students make appropriate decisions during performance, such as choosing the right time to increase speed or maintain running pace.

The researcher recommends focusing on developing interactive thinking among students at the College of Physical Education and Sports Sciences due to its role in improving performance in track and field events. She also emphasizes the necessity of integrating physical and mental training when preparing students for track and field events. Furthermore, she recommends conducting a similar study on students in various sports.

### Keywords:

Interactive thinking, 800-meter event, students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences.



## 1- المقدمة:-

## 1-1 نظرة عامة عن البحث:-

شهدت العلوم الرياضية في السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً نتيجة التقدم في مجالات علم التدريب الرياضي و علم النفس الرياضي، إذ لم يعد الأداء الرياضي يعتمد على القدرات البدنية والمهارية فقط، بل أصبح للجانب العقلي والمعرفي دور مهم في تحقيق الإنجاز الرياضي. ويعد التفكير من العمليات العقلية الأساسية التي تسهم في توجيه سلوك الفرد الرياضي وتنظيم أدائه أثناء المنافسات الرياضية المختلفة، لما له من دور في اتخاذ القرارات المناسبة والتكيف مع متطلبات الموقف الرياضي.

ويعد التفكير التفاعلي أحد أنماط التفكير التي تعتمد على قدرة الفرد على التفاعل مع المواقف المتغيرة والتعامل معها بمرونة وسرعة، من خلال تحليل المعلومات المتوافرة واستثمارها لاتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب. كما يرتبط التفكير التفاعلي بقدرة الرياضي على التكيف مع مجريات المنافسة، وتوقع تصرفات المنافسين، وتنظيم الجهد بما يتلاءم مع متطلبات الفعالية الرياضية.

وتتطلب فعاليات الساحة والميدان بشكل عام، وفعالية 800 متر بشكل خاص، مستوى عالياً من التوافق بين الجوانب البدنية والمهارية والعقلية، إذ تعد هذه الفعالية من فعاليات المسافات المتوسطة التي تجمع بين عناصر السرعة والتحمل، فضلاً عن الحاجة إلى التخطيط الجيد لتوزيع الجهد خلال مراحل السباق المختلفة. ويعد حسن التصرف أثناء السباق واتخاذ القرار المناسب في اللحظة المناسبة من العوامل المؤثرة في تحقيق الأداء الأفضل.

كما أن نجاح العداء في فعالية 800 متر لا يعتمد فقط على قدرته البدنية مثل تحمل السرعة أو القدرة اللاهوائية، بل يتطلب أيضاً مستوى جيداً من التفكير التفاعلي الذي يساعده على قراءة مجريات السباق والتكيف مع سرعة المنافسين واختيار اللحظة المناسبة لزيادة السرعة أو الحفاظ على الإيقاع المناسب. لذلك أصبح الاهتمام بالجانب العقلي والمعرفي للرياضيين جزءاً أساسياً من البرامج التدريبية الحديثة.

ومن هذا المنطلق برزت أهمية دراسة العلاقة بين العمليات العقلية المختلفة والأداء الرياضي، إذ إن فهم طبيعة هذه العلاقة يسهم في تطوير البرامج التدريبية والتعليمية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، ويساعد المدربين والمدرسين على تنمية القدرات العقلية إلى جانب القدرات البدنية بما يحقق الأداء الأمثل في فعاليات الساحة والميدان.

وتبرز أهمية البحث أيضاً في كونه يتناول فعالية 800 متر التي تعد من الفعاليات المهمة في مسابقات الساحة والميدان، والتي تتطلب تكاملاً بين الجوانب البدنية والفسولوجية والنفسية والعقلية. إذ



إن النجاح في هذه الفعالية يعتمد على قدرة العداء على تنظيم جهده خلال مراحل السباق المختلفة والتفاعل مع مجريات المنافسة بصورة صحيحة.

ومن خلال اطلاع الباحثة على بعض الدراسات والملاحظات الميدانية، تبين أن هناك قلة في الدراسات التي تناولت العلاقة بين التفكير التفاعلي والأداء في فعاليات الساحة والميدان، وخصوصاً فعالية 800 متر لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في التساؤل الآتي:

- هل توجد علاقة بين التفكير التفاعلي وفعالية 800 متر لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الساحة والميدان؟

### 2-1 أهداف البحث:-

1. التعرف على درجة التفكير التفاعلي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

2. التعرف على العلاقة بين التفكير التفاعلي وفعالية 800 متر في الساحة والميدان لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

### 3-1 فرض البحث:-

- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التفكير التفاعلي وفعالية 800 متر في الساحة والميدان لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

### 4-1 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري:- طلبة المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

2-4-1 المجال الزمني:- للفترة من 2025 /11/13 الى 2025/12/11

3-4-1 المجال المكاني:- الساحة والميدان في الملعب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية.

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:-

### 1-3 منهج البحث:-

المنهج يعني "اتباع خطوات منطقية معينة في تناول المشكلات او الظواهر ومعالجة القضايا العلمية للوصول الى اكتشاف الحقيقة" (الكندري وعبد الدايم 1999، 107)، وهذا يعني أن لكل بحث منهجاً خاصاً يتبع لحل مشكلته، وقد استعملت الباحثة المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث.



### 2-3 مجتمع البحث وعيناته

حدد مجتمع البحث لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / الجامعة المستنصرية وللعام الدراسي (2025-2026) والبالغ عددهم (170) طالبة بنسبة (100%). وقد بلغ عدد عينة البحث في الدراسة الرئيسية (30) طالب بنسبة (17,64%)، وبلغت عينة التجربة الاستطلاعية (9) طلاب أُختيروا عشوائياً من مجتمع البحث.

### 2-3 الأدوات ووسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث:

يتوقف نجاح البحث في تحقيق أهدافه على عوامل عديدة أهمها الاختيار المناسب والسليم للوسائل من أجل الحصول على البيانات , لذا فإن اختيار الأدوات المناسبة يعد عاملاً أساسياً في البحوث (العززي واخرون 1999، 135), لغرض الحصول على المعلومات والبيانات المطلوبة لحل مشكلة البحث , وعليه استعانت الباحثة بالعديد من الوسائل والأدوات وهي كالآتي:

1. المصادر العربية والأجنبية
2. الشبكة العالمية للمعلومات
3. المكتبة الافتراضية العراقية
4. أستمارة لتسجيل وتفريغ البيانات
5. مقياس التفكير التفاعلي
6. حاسوب شخصي نوع (dell)

### 2-4 إجراءات البحث الميدانية:

#### 2-4-1 تحديد مقياس التفكير التفاعلي:-

بعد الاطلاع على المقاييس المعدة في هذا المجال ارتأت الباحثة استخدام مقياس التفكير التفاعلي الذي أعده الباحث (علاء حسن حاتم, 2023) ويتكون هذا المقياس من (30) فقرة و(3) بدائل للأجابة هي (دائماً , أحيانا , ابدأ) وان مفتاح التصحيح لهذا المقياس هي من (1-3) وان اعلى درجة لهذا المقياس هي (90) وادنى درجة كلية محتملة هي (30).

#### 2-4-2 تحديد الاختبارات الخاصة بالبحث:-

بعد الاطلاع على العديد من المصادر والمراجع العلمية الخاصة بالساحة والميدان قامت الباحثة باختيار الاختبار الملئم لعينة البحث الخاص ب(فعالية 800 متر):

#### اختبار فعالية 800 متر

اسم الاختبار: اختبار ركض 800 متر. (محبوب 2002، 189)



**هدف الاختبار:** قياس مستوى الإنجاز في فعالية ركض 800 متر لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، والتي تعكس قدرة العداء على تحمل السرعة والكفاءة الهوائية واللاهوائية في فعاليات المسافات المتوسطة.

### الأدوات المستخدمة:

- مضمار ألعاب قوى قانوني.
- ساعة توقيت لقياس الزمن.
- صافرة للبداية.
- استمارة تسجيل النتائج.

### طريقة الأداء:

1. يقف المختبرون خلف خط البداية في مضمار ألعاب القوى.
2. عند إعطاء إشارة البدء بواسطة الصافرة يبدأ المختبر بالجري.
3. يقوم المختبر بقطع مسافة 800 متر بأقصى سرعة ممكنة مع محاولة تنظيم الجهد خلال السباق.
4. يتم تسجيل الزمن منذ لحظة البدء حتى عبور خط النهاية.

**طريقة التسجيل:** يسجل الزمن الذي يقطعه المختبر لمسافة 800 متر بالدقائق والثواني، ويعد أفضل أداء هو أقل زمن يحققه المختبر.

### **2-5 التجربة الاستطلاعية:-**

اجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددها (9) طلاب يوم (الخميس) بتاريخ (2025/12/4) وذلك بتطبيق الاختبارات والمقياس للتفكير التفاعلي لغرض تهيئة اسباب النجاح عند تطبيق الاختبار الرئيسي على عينة البحث وللتأكد من فهم العينة للاختبار والمقياس ومن أجل تلافي اي أخطاء او صعوبات عند اجراء الاختبار وتوزيع المقياس على عينة التطبيق من اجل تجنبها وتلافيها ومعرفة الوقت اللازم لأجراء الاختبار والوقت الذي يستغرق للإجابة على المقياس وكانت من نتائج هذه التجربة ان جميع الاختبارات مفهومة للطلبة وان تعليمات الاجابة واضحة وكان متوسط الوقت للإجابة للمقياس حوالي (5 دقيقة).

### **2-6 التجربة الرئيسية:-**

طبقت الباحثة اختبار فعالية 800 متر على عينة التطبيق يوم (الثلاثاء) بتاريخ (2025/12/9) الى يوم الاربعاء بتاريخ (2025/12/10) والبالغ عددهم (30) طلبة من المرحلة الرابعة وتم تطبيق مقياس التفكير التفاعلي وتوزيعه على عينة البحث ثم تم جمع البيانات في استمارات خاصة إذ اصبح لكل طالب درجة خاصة به لغرض معالجتها احصائيا.



## 7-2 الوسائل الاحصائية

استعانت الباحثة بالحقيبة الإحصائية (SPSS) لاستخراج نتائجها

3- عرض النتائج ومناقشتها:-

1-3 عرض نتائج مقياس التفكير التفاعلي وفعالية 800 متر في الساحة والميدان:

## جدول (1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة وقيمة (sig) في مقياس التفكير التفاعلي وفعالية 800 متر في الساحة والميدان

| المتغير          | وحدة القياس | س      | ع     | قيمة (t) المحسوبة | (sig) | الدلالة الإحصائية |
|------------------|-------------|--------|-------|-------------------|-------|-------------------|
| التفكير التفاعلي | درجة        | 82,837 | 8,812 | 40,161            | 0,000 | معنوي             |
| فعالية 800 متر   | درجة        | 8,938  | 1,011 | 11,837            | 0,000 | معنوي             |

\*معنوي عندي  $sig \leq 0.05$

2-3 عرض نتائج علاقة مقياس التفكير التفاعلي وفعالية 800 متر في الساحة والميدان

## جدول (2)

يبين نتائج علاقة الارتباط التفكير التفاعلي وفعالية 800 متر في الساحة والميدان

| المتغير        | قيمة (R) المحسوبة التفكير التفاعلي | (sig) | الدلالة الإحصائية |
|----------------|------------------------------------|-------|-------------------|
| فعالية 800 متر | 0,908                              | 0,000 | معنوي             |

\*معنوي عندي  $sig \leq 0.05$

3-3 مناقشة النتائج:-

أظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباط بين التفكير التفاعلي وإنجاز فعالية 800 متر لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء طبيعة فعالية 800 متر التي تتطلب تكاملاً بين القدرات البدنية والعقلية في آنٍ واحد.

إذ تعد فعالية 800 متر من فعاليات المسافات المتوسطة التي تعتمد على القدرة على تنظيم الجهد والتفاعل مع مجريات السباق، الأمر الذي يتطلب مستوى جيداً من العمليات العقلية مثل التفكير والتوقع واتخاذ القرار أثناء الأداء. فالتفكير التفاعلي يساعد العداء على تحليل الموقف التنافسي والتعامل مع تغير سرعة المنافسين واختيار الوقت المناسب لزيادة السرعة أو الحفاظ على إيقاع الجري.

ويرى محمد حسن علاوي أن العمليات العقلية تلعب دوراً أساسياً في توجيه السلوك الحركي للرياضي، إذ تسهم في تحسين قدرة اللاعب على اتخاذ القرار المناسب في المواقف التنافسية المختلفة، مما ينعكس إيجابياً على مستوى الأداء الرياضي (علاوي، 2002، 87).



كما يمكن تفسير هذه النتيجة بأن التفكير التفاعلي يسهم في تحسين قدرة الطالب على تنظيم الجهد خلال مراحل السباق المختلفة، إذ يتطلب سباق 800 متر توزيعاً مناسباً للسرعة بين بداية السباق ووسطه ونهايته، الأمر الذي يعتمد على قدرة العداء على إدراك الموقف التنافسي والتفاعل معه بصورة صحيحة.

ويؤكد وجيه محجوب أن الأداء في فعاليات الساحة والميدان لا يعتمد على القدرات البدنية فقط، بل يتأثر أيضاً بالجوانب العقلية والمعرفية التي تساعد الرياضي على توظيف قدراته البدنية بالشكل الأمثل أثناء المنافسة (محجوب، 2002، 141).

كما يمكن إرجاع العلاقة بين التفكير التفاعلي وإنجاز فعالية 800 متر إلى أن هذا النوع من التفكير يساعد الطالب على التكيف مع متغيرات الأداء مثل تغير سرعة السباق أو محاولة المنافسين التقدم، الأمر الذي يتطلب سرعة في الاستجابة واتخاذ القرار المناسب، وهو ما ينعكس إيجابياً على تحقيق زمن أفضل في السباق.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه أسامة كامل راتب بأن القدرات العقلية مثل التفكير والانتباه تسهم في رفع كفاءة الأداء الرياضي من خلال تحسين قدرة الرياضي على التركيز والتفاعل مع متطلبات الأداء الحركي أثناء المنافسة (راتب، 2004، 112).

ومن خلال ما تقدم يتضح أن التفكير التفاعلي يمثل أحد العوامل المهمة التي يمكن أن تسهم في تحسين مستوى الأداء في فعالية 800 متر، لما له من دور في تنظيم الجهد والتعامل مع المواقف التنافسية المختلفة، الأمر الذي يؤكد أهمية الاهتمام بتسمية الجوانب العقلية إلى جانب الجوانب البدنية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

#### 4- الخاتمة:-

#### استنتجت الباحثة ما يلي:-

- 1- وجود علاقة ارتباط معنوية بين مقياس التفكير التفاعلي ومستوى الإنجاز في فعالية 800 متر لدى طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 2- يسهم التفكير التفاعلي في تحسين قدرة الطلبة على تنظيم الجهد أثناء السباق والتعامل مع مجريات المنافسة بصورة أفضل
- 3- يعتمد الأداء في فعالية 800 متر على تكامل الجوانب البدنية والعقلية إذ لا يقتصر الإنجاز على القدرات البدنية فقط بل يتأثر أيضاً بالقدرات العقلية والمعرفية.
- 1- يساعد التفكير التفاعلي الطلبة على اتخاذ القرارات المناسبة أثناء الأداء مثل اختيار الوقت المناسب لزيادة السرعة أو الحفاظ على إيقاع الجري.



## توصي الباحثة مايلي:-

- 1- الاهتمام بتنمية التفكير التفاعلي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لما له من دور في تحسين الأداء في فعاليات الساحة والميدان
- 2- ضرورة تحقيق التكامل بين التدريب البدني والعقلي عند اعداد الطلبة في فعاليات الساحة والميدان.
- 3- تشجيع الباحثين على دراسة متغيرات عقلية أخرى مثل الانتباه والتركيز واتخاذ القرار وعلاقتها بالانجاز الرياضي
- 4- اجراء دراسة مشابهة على الطلبة في مختلف الفعاليات الرياضية.

## المصادر

1. أسامة كامل راتب. علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات). القاهرة: دار الفكر العربي، 2004.
2. عبد الله عبد الرحمن الكندري ومحمد عبد الدايم ؛ مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم، ط2: (الكويت، مطبعة الفلاح، 1999)
3. علاء حسن حاتم ؛ أثر نموذج ابلتون في التفكير التفاعلي وتعلم مهارتي الضرب الساحق وحائط الصد بالكرة الطائرة للطلاب: (جامعة كربلاء , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , 2022)
4. محمد حسن علاوي. علم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي، 2002
5. وجيه محجوب. القياس في التربية البدنية والرياضية، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، 2002.
6. يوسف العنزي وآخرون , مناهج البحث التربوي بين النظرية والتطبيق، ط1 (الكويت , مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع, 1999م)

