

العلاقة بين الاتجاهات نحو التربية الرياضية وجودة الحياة الانفعالية لدى تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية .

*د/ حميدة عبدالله خضرجي

**د / دعاء فاروق محمد حسن

يعتبر علم النفس من العلوم الحديثة الذي ازداد إيمان العالم به باعتباره أساسا جوهريا لفهم العديد من المشكلات التربوية كما تسهم في النهوض بالحالة النفسية والاجتماعية للتلاميذ والتي تسهم بقدر كبير في تحقيق الأهداف التي تسعى إليها العملية التعليمية.

وتعتبر الاتجاهات من أهم مواضيع علم النفس الاجتماعي، وتمثل احدي المحددات الرئيسية للسلوك الاجتماعي، وينطلق الاهتمام بدراسة الاتجاهات نحو التربية الرياضية من الاهتمام بجودة الحياة الانفعالية لدي للتلميذات. لذلك يجب تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو التربية الرياضية، وهذا من شأنه أن يولد الشعور بالسعادة والتفاؤل، مع الاحساس بالقيمة الذاتية والرضا عن الحياة بدلا من الظواهر المنتشرة من تسرب مدرسي و تحصيل دراسي منخفض في العملية التعليمية .

ويري " محمد حسن علاوي" (1992م) أن علم النفس الرياضي يسهم كأحد فروع علم النفس العام في فهم سلوك التلاميذ تحت تأثير النشاط الرياضي، وذلك بتحليل سلوك التلاميذ ودوافعهم واتجاهاتهم نحو النشاط الرياضي، كما يبحث في الخصائص والسمات النفسية للشخصية التي تشكل الأساس الذاتي للنشاط الرياضي، بهدف تطوير هذا النوع من النشاط البشري ومحاولة إيجاد الحلول العلمية لمختلف مشاكله التطبيقية. (16:16)

وتري "مني عبدالحليم" (2009): أن دراسة الاتجاهات تسهم للتلميذات في تفسير سلوكهم الحالي، والتنبؤ بسلوكهم المستقبلي تجاه الموضوعات والظواهر في اطار التنشئة الاجتماعية، فسلوك التلميذات ليس وليد الصدفة بل هو انعكاس لاتجاهاتهن التي تكتسبها من وسائط التطبيع والاتصال الاجتماعي: كالاسرة، والمدرسة، والمجتمع. (21: 272)

*استاذ مساعد بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق .

**مدرس بقسم العلوم التربوية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية بنات – جامعة الزقازيق.

كما تشير " جنان سعيد الرخو" (2005م) الى أن الاتجاهات بجميع أنواعها تساهم بدور فعال في تطور وتقدم التربية الرياضية في مختلف قطاعات المجتمع إذا ما عُززت بشكل ايجابي عن طريق معالجة الاتجاهات السلبية لدى المجتمع وخاصة لدى التلميذات عن طريق معارف تعالج الجوانب المختلفة والتعريف بقيمة وأهمية التربية الرياضية في المجتمع وتوجيه الأنظار إلى إن للتربية الرياضية فوائد عديدة جسمية ونفسية وعقلية وانفعالي كونها جزء من حياتنا. (6 : 26)

ويذكر " حسين أحمد حشمت ، مصطفى حسين باهي" (2006م) أن التربية الرياضية هي وسيلة لتحقيق غاية كبرى وهي بناء فرد ذو شخصية متكاملة ومتوازنة من جميع النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والانفعالية فهي تكسب التلميذات درجة عالية من القدرة على التوافق وبالتالي تستطيع أن تتكيف مع نفسها ومع المجتمع الذي تعيش فيه وتؤثر ويتأثر بها ، فممارسة التربية الرياضية تنمي السمات الإرادية والخلقية للتلميذات فهي تكسبهن قوة العزيمة والصبر وإكسابهن الروح الرياضية العالية كما أنها تكسب التلميذة المرح والسعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى سعادتها وهذه أكبر علامة على الصحة النفسية العالية ، لذلك

يجب أن تكون التربية الرياضية في المدرسة علي علم ودراية بمبادئ الصحة النفسية السوية ،لتساعدن علي تعديل اتجاهاتهن وسلوكياتهن (9 : 71)
وتعتبر المرحلة الثانوية فهي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والرشد وهي من المراحل الهامة في تشكيل حياة التلميذات في المستقبل ،فتمثل أهميتها أيضاً في أنها تساهم في النمو البدني والنفسي والإجتماعي والانفعالي والعقلي المتزن، حتى تتسم هؤلاء التلميذات بالصحة النفسية. (21 : 128)

ويشير " جابر عبد الحميد وسليمان الخضري " (2006م) إلى خطورة تولد إتجاهات سلبية نحو ممارسة النشاط البدني نتيجة ما تتعرض له التلميذات من مشكلات إنفعالية من توتر وقلق وثقافات وعادات وشعور النقص وشعور الدونية، والخجل، ونقص الثقة بالنفس. (5 : 36)
ويشير كار. Carr, A (2004م) إلي أن موضوع جودة الحياة من الموضوعات الحيوية التي تمثل لب علم النفس الإيجابي ولعل ذلك يعود إلى شعور التلميذات بالسعادة والرضا عن حياتهن والاقبال عليها بحماس والرغبة الحقيقة في معاشتها وبناء العلاقات الإيجابية مع المحيطين بهن والقدرة على مواجهة المواقف ، وشعورهن المتزايد بالأمن والطمأنينة والثقة في قدراتهن ، وعدم الإحساس بالفشل عند مواجهة بعض المواقف العسيرة، وتمتعهن بالصحة النفسية والبدنية. كل هذا من شأنه أن يزيد من اتجاهاتهن الايجابية نحو التربية الرياضية. (25 : 39)

ويشير حسن مصطفى (2005م) إلى أن جودة الحياة كمفهوم يستخدم للتعبير عن رقي مستوى الخدمات المادية والاجتماعية التي تقدم لأفراد المجتمع، كما أنها تعني مجموع تقييمات الأفراد لجوانب حياتهم اليومية في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة، وإدراكهم لمكانتهم ووضعهم في الحياة في محيط المنظومة الثقافية التي يعيشون فيها، وعلاقة ذلك بأهدافهم واهتماماتهم وتوقعاتهم ومعاييرهم في ضوء تقييمهم لجوانب حياتهم التي تشمل الرضا عن الحياة، الأنشطة الدراسية ، أنشطة الحياة اليومية، السعادة، الأعراض النفسية، الصحة البدنية، المساندة والعلاقات الاجتماعية، والحالة المادية. (8: 17-18)

كما يوضح رادينا Radina, K (2007م) (30) أن جودة الحياة الإنفعالية: Quality of emotional life هي الخلو او التحرر من المشكلات الانفعالية و القدرة علي التعبير عن مشاعرهن مثل: البهجة، الغضب، الخوف، السعادة، والاستياء، ولا يتم ذلك إلا بالتفاعل الاجتماعي مع الاخرين، اذ لا يمكن اشباع الاحتياجات الانفعالية الا من خلال الاتجاهات و العلاقات الايجابية المتبادلة مع الاخرين.

ويذكر محمد نجيب الصبوة (2007م) أن جودة الحياة الانفعالية-Emotional Well-Being من ابرز موضوعات علم النفس الايجابي Positive Psychology وكذلك التوظيف الكامل والفعال لما تمتلكه التلاميذ -حتى لو كانت يتحملن من الاعباء النفسية، فهي تساعد علي تطوير حياة ملؤها الرضا والسعادة والانجاز بما يشبع ذاتها ويحققها، ويكون نافعا لنفسها وللآخرين ، فالتلميذة ليس بحاجة فقط لتخفيف القلق النفسي ولكنها بحاجة اشد لاشباع حاجتها وتحقيق قدر كبير من السعادة والرضا وتقدير الذات وتحقيق الذات، وبحاجة للسمو والمتعة وتنمية اتجاهات ايجابية ، واصحاب علم النفس الايجابي المعاصر يرون ان تربية الوجدان الايجابي Positive Emotion وبناء الشخصية الفعالة الناجحه، يمكن ان تخفف من الضغوط النفسية من ناحية ،بل تنمية الاتجاهات الايجابية من ناحية اخرى. (18 : 21)
ثانياً: مشكلة البحث:

وتعد مشكلة البحث انطلاقاً من ملاحظة الباحثان كثرة شكوي المدرسات التي يعملن بالمدارس الأزهرية ، فتكونت لديهن الرغبة في القيام بهذا البحث ، لذلك قامت الباحثتان بسؤال بعض المدرسات التي يعملن بالمدارس الازهرية منهم من يلتحقن بالدراسات العليا بالكلية

والبعض الآخر زميلات عن المشاكل التي تواجههم أثناء العمل في المدرسة ومنها أن هناك بعض المدرسين والتلميذات لديهم الكثير من المعتقدات الخاطئة نحو ممارسة النشاط الرياضي مما يعرقل سير حصص التربية الرياضية ، وكذلك عدم إهتمام بالتربية الرياضية بالنسبة للتلميذات وإهمالها هو عدم وجود كلية تربية رياضية بنات بالازهر .

وتتجلى أهمية البحث أيضا في انه بحثا نفسيا و اجتماعيا يتناول شريحة هامة من شرائح المجتمع والمتمثلة في تلميذات المرحلة الثانوية ، فالمرحلة الثانوية باعتبارها مرحلة تمثل سن المراهقة، والتي تعتبر مرحلة حاسمة وهامة وهذه الفترة الهامة فهي مرحلة إنتقالية بين الطفولة والرشد وهي من المراحل الحساسة في حياة كل فرد لما يحدث فيها من تغيرات فسيولوجية وجسمية مفاجئة تترتب عنها توترات إنفعالية وتكثر فيها المشاكل النفسية والإجتماعية التي غالبا ما تعكر حياتهن وتتطلب من المحيطين بهن التدخل لتحسين حالتهم النفسية حتى تندمج في الحياة الانفعالية بعد ذلك للوصول إلى جودة الحياة الانفعالية من خلال حصة التربية الرياضية التي قد تسهم في تكوين الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي.

فالتربية الرياضية نظام تربوي له أهدافه التي تسعى إلى تحسين العملية التعليمية من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسط تربوي يتميز بخصائل تعليمية وتربوية مهمة ،فالتربية الرياضية لها دور رئيسي في المجتمع بكل مؤسساته وأنظمة ولا يستطيع أي نظام آخر أن يقدم هذا الدور الذي يتخلص في تهتم بالجوانب البدنية والنفسية والعقلية والإجتماعية للتلاميذ النفسية الإجتماعية للفرد من حيث تنمية شخصيته تنمية تتسم بالإتزان والشمول والنضج بهدف للوصول للجودة للتلميذة مع مجتمعه مما يساعد على بناء وتكامل التربية العامة. تحقيق التكيف السليم للتلميذات مع بيئتهن ومجتمعهن فالإتجاهات الايجابية نحو التربية الرياضية تسهم في التخفيف من الإضطرابات الإنفعالية من قلق وإكتئاب حيث يمثل الإتجاهات الايجابية تعزيز الإنفعالات التي تخدم الأداء للوصول إلى جودة الحياة الانفعالية "

كما أن الإنفعالات الحادة المستمرة تخل من توازن الفرد ولها أثرها الضارة جسمانيا وإجتماعيا فقد يؤدي الخوف الشديد في بعض المواقف إلى خفقان القلب وسرعة النبض والشعور بالهبوط وتصبب العرق وفقدان السيطرة على الأداء. (21 : 98)

ويشير محمد حسن علاوي (1994م) للنظر إلى الإتجاهات على أنها التمثيل النفسي في داخل الفرد لآثار المجتمع و ثقافته، نظرا لأن الفرد يكتسب من مجتمعه و ثقافته الإتجاهات المناسبة نحو الآخرين ونحو بعض الأنشطة الرياضية أو الإجتماعية و غيرها من الأنشطة الأخرى، وقد أشار fischer إلى أن اتجاهات الفرد تمثل مؤشرا هاما لجوانب مختلفة لشخصيته، و أن شعور الفرد قد يفيد كثيرا في التعرف على مفهومه لذاته، و التعرف على نمط سلوكه تجاه الآخرين (15: 607)

ومن خلال الدراسات السابقة والقراءات النظرية وفي حدود علم الباحثان قلة عدد الدراسات التي تربط بين الإتجاهات نحو التربية الرياضية وجودة الحياة الإنفعالية وكذلك على عينة مختلفة وهم تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية لذلك قامت الباحثتان بإجراء هذه الدراسة للتعرف علي طبيعة العلاقة بين الإتجاهات نحو التربية الرياضية وجودة الحياة الانفعالية .
المصطلحات

*الاتجاهات نحو التربية الرياضية Attitude towards physical activity
هو استجابات التلميذات او ميولهن نحو المعارف والخبرات المرتبطة بالتربية الرياضية وذلك من حيث تأييدهن او معارضتهن لها طبقا للبيئة المحيطة بهن، أو لمعتقداتهن وشعورهن نحو التربية الرياضية (تعريف اجرائي)

*جودة الحياة الإنفعالية: Quality of emotional life

هى مدى شعور التلميذات بالرضا والسعادة والراحة مع النفس وتقدير للذات والتعبير عن المشاعر والتفاعل مع الآخرين والتعامل مع المشكلات الانفعالية بطريقة موضوعية والتمتع بصحة جيدة . (تعريف اجرائي)

أهداف البحث:

يهدف هذا البحث لتعرف على:-

1- العلاقة بين الاتجاهات نحو التربية الرياضية و جودة الحياة الانفعالية لدي تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية .

2- الفروق بين التلميذات المتميزات وغير المتميزات وفقاً لمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية ومقياس جودة الحياة الانفعالية لدي تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية.

فروض البحث:

1- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الاتجاهات نحو التربية الرياضية و جودة الحياة الانفعالية لدي تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية .

2- توجد فروق دالة إحصائياً بين التلميذات المتميزات وغير المتميزات وفقاً لمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية ومقياس جودة الحياة الانفعالية في اتجاه التلميذات المتميزات.

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وذلك لملائته لطبيعة هذه الدراسة .
ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

يتكون مجتمع البحث من تلميذات المرحلة الثانوية بالمعهد الازهري للعام الدراسي

(2017م-2018م) وبلغ عددهن (150) تلميذة بنسبة 100% وهن التلميذات المقيدات بالصف الثالث الثانوي بالمعهد الازهري بلبس ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وتم تقسيمهم الي العينة الاستطلاعية قوامها (50) تلميذة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الاساسية وتم اختيارهن بالطريقة العشوائية وذلك لتقنين ادوات البحث والعينة الأساسية قوامها (100) تلميذة وجدول رقم (1) يوضح تقسيم مجتمع البحث .

جدول (1)

توزيع مجتمع البحث على عينات البحث

مجتمع البحث		عينة البحث الاستطلاعية		عينة البحث الاساسية	
العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %
150	100%	50	33.33%	100	66.66%

يوضح جدول رقم (1) مجتمع البحث وتقسيمه على عينات البحث.

ثم قامت الباحثتان بإيجاد اعتدالية البحث في المتغيرات (العمر الزمني والقدرة العقلية)

جدول (2)

اعتدالية مجتمع البحث في العمر الزمني والقدرة العقلية

ن = 150

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر الزمني	سنة	17.06	17	0.46	0.391

2	القدرة العقلية	درجة	101.78	100	3.27	1.633
---	----------------	------	--------	-----	------	-------

يتضح من الجدول رقم (2) أن قيمة معامل الالتواء لمجتمع البحث في العمر الزمني و القدرة العقلية انحصرت ما بين $(3\pm)$ ، مما يدل على أن مجتمع البحث يقع تحت المنحنى الاعتدالي مما يشير إلي اعتدالية أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات.

أدوات ووسائل جمع البيانات: Tools and methods of collection data

- ❖ المسح المرجعي والمقابلات الشخصية لبناء المقياسين : ملحق(1)
- ❖ إختبار القدرة العقلية (الذكاء) إعداد فاروق عبد الفتاح (2009م) ملحق (3) استخدمته الباحثة لإيجاد إعتدالية التوزيع التكراري لمجتمع البحث ويقيس هذا الإختبار معامل الذكاء لمرحلة التعليم الإعدادي ولقد طبق في العديد من الدراسات العربية المماثلة وكانت معاملاته العلمية عالية.
- ❖ مقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية لتلميذات المرحلة الثانوية بالمعهد الأزهرى (إعداد الباحثتان). ملحق (9)
- ❖ مقياس جودة الحياة الانفعالية لتلميذات المرحلة الثانوية بالمعهد الأزهرى (إعداد الباحثتان). ملحق (15)

أولاً :- بناء مقياس الإتجاهات نحو التربية الرياضية:

في ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة ونظرا لقلّة وجود مقياس للاتجاهات نحو التربية الرياضية حديثة تتناسب مع متغيرات البحث ، فقد قامت الباحثتان ببناء مقياس والهدف منه التعرف على الاتجاهات لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمعهد الأزهرى ، وبعد أن تم الاطلاع على الكتب والمراجع العلمية والاطر النظرية والدراسات السابقة والبحوث المرتبطة بموضوع الاتجاهات نحو التربية الرياضية في مجال علم النفس والبحث العلمى والاختبارات والمقاييس. قامت الباحثتان ببناء مقياس الاتجاهات مسترشدة بالخطوات الآتية:

- (1) تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس: مرفق(4) تم وضع الأبعاد في صورتها المبدئية في استمارة ، ثم تم عرضها علي السادة الخبراء المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي والبحث العلمى والاختبارات والمقاييس (1) والجدول رقم (3) يوضح آراء السادة الخبراء حول أبعاد المقياس والأهمية النسبية لكل بُعد

جدول (3)

الأهمية النسبية لآراء الخبراء حول تحديد الأبعاد الرئيسية لمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية

ن = 10

م	الأبعاد	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
1	البعد الاجتماعي	9	1	90%
2	البعد الانفعالي	10	1	100%
3	البعد السلوكي	9	1	90%

4	البعد البدني	8	2	80%
5	البعد التربوي	8	2	80%
6	البعد المعرفي	10	0	100%
7	البعد الإدراكي	10	0	100%
8	البعد الثقافي	6	4	60%
9	بعد المناخ المدرسي	8	2	80%

يوضح جدول رقم(3) آراء الخبراء في تحديد الأبعاد الرئيسية لمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية لطالبات المرحلة الثانوية بالمعهد الأزهرى وقد تم استبعاد الأبعاد التي حصلت علي 75% أو أقل وهى تعد نسب عالية بقبول هذه الأبعاد لقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية وبذلك أصبح المقياس 8 أبعاد .

- تحديد العبارات الخاصة بكل 'بعد' من أبعاد المقياس وعرضها على السادة الخبراء. مرفق() بعد التوصل لابعاد المقياس قامت الباحثتان بإعداد العبارات المناسبة لكل 'بعد' وقد بلغ عدد العبارات للمقياس في صورته الأولي () عبارة ، وقد توصلت الباحثتان من خلال استطلاع رأى الخبراء الاتي: حذف وتعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات، تم تحديد مفتاح التصحيح (3-1-2) (نعم -أحياناً-دائماً) والعكس فى العبارات السلبية 0 والجدول رقم(4) يوضح أبعاد المقياس وعدد عبارات كل 'بعد' ونتيجة لآراء الخبراء نحو استطلاع آرائهم عن أبعاد المقياس وعدد عبارات كل 'بعد' وبذلك اصبح المقياس كم يوضحه الجدول الاتي

جدول (4)
أبعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد

م	الأبعاد	عدد العبارات	الابعاد	عدد العبارات
1	البعد الاجتماعي	8	البعد التربوي	15
2	البعد الانفعالي	12	البعد المعرفي	15
3	البعد السلوكي	14	البعد الإدراكي	15
4	البعد البدني	14	بعد المناخ المدرسي	13
المجموع الكلي للمقياس = 8 أبعاد				106

يوضح جدول رقم(4) الابعاد وعدد عبارات كل بعد، ثم قامت الباحثة بتوزيع المقياس في صورته الأولى على السادة الخبراء للوقوف على مدى انتماء كل عبارة للبعد الذى تنتمى اليه فى المقياس وكذلك إضافة اى عبارات إذا لزم الأمر وللتحقق من الصدق المنطقي وكذلك لتحديد مدى انتماء هذه العبارات للبعد الخاص بها وتحديد ميزان التقدير الخاص بالمقياس.

- المعالجات الإحصائية لآراء الخبراء على العبارات الخاصة كل 'بعد' - عن طريق التقدير الكمي والتقدير الكيفي للعبارات مرفق (6) ويوضح جدول (5) نتائج تعديل المحكمين على المقياس

جدول (5)

رأي الخبراء على أبعاد وعبارات المقياس

أبعاد	عدد عبارات البعد	عدد العبارات التي تم استبعادها	عدد العبارات التي إضافتها	عدد العبارات التي تم تعديل صياغتها	العدد النهائي للعبارات بعد تعديل الخبراء
البعد الاجتماعي	8	رقم (8)	رقم (4)	7
البعد الانفعالي	12	رقم (3,5)	(2,7,8,9,11)	10
البعد السلوكي	14	رقم (9,10,14)	(6,8,11)	11
البعد البدني	14	رقم (2,4,8,11)	(6,10)	10
البعد التربوي	15	رقم (3,5)	(15)	13
البعد المعرفي	15	رقم (4,9)	(10)	13
البعد الإدراكي	15	رقم (4,7)	(8,9,11,10,1,5)	13
المناخ المدرسي	13	(12)	13
المجموع	106	90

جدول (6)

أبعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد قبل وبعد تعديل الخبراء

م	الأبعاد	عدد العبارات قبل التعديل	عدد العبارات بعد التعديل
1	البعد الاجتماعي	8	7
2	البعد الانفعالي	12	10
3	البعد السلوكي	14	11
4	البعد البدني	14	10
5	البعد التربوي	15	13
6	البعد المعرفي	15	13
7	البعد الإدراكي	15	13

8	بعد المناخ المدرسي	13	13
المجموع	8 أبعاد	106	90

يتضح من جدول رقم (6) بعد أخذ رأي موافقة السادة الخبراء تم تعديل عدد العبارات في كل بعد من أبعاد مقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية .

إعداد المقياس لتطبيقه على العينة الاستطلاعية: بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية وعدد عباراته (90) عبارته موزعة على (8) أبعاد مرفق (7)، ثم قامت الباحثتان بتوزيع عباراته عشوائياً لكي يتم تطبيقه على أفراد العينة الاستطلاعية البالغ عددهم (50) تلميذة .

جدول (7)

التوزيع العشوائي لعبارات المقياس

للعينة الاستطلاعية

الأبعاد	أرقام العبارات موزعة عشوائياً
البعد الاجتماعي	49-41-33-25-17-9-1-7
البعد الانفعالي	71-64-57-50-42-34-26-18-10-2-10
البعد السلوكي	78-72-65-58-51-43-35-27-19-11-3-11
البعد البدني	73-66-59-52-44-36-28-20-12-4-10
البعد التربوي	87-83-79-74-67-60-53-45-37-29-21-13-5-13
البعد المعرفي	88-84-80-75-68-61-54-46-38-30-22-14-6-13
البعد الإدراكي	89-85-81-76-69-62-55-47-39-31-23-15-7-13
بعد المناخ المدرسي	90-86-82-77-70-63-56-48-40-32-24-16-8-13
8 أبعاد = 90 عبارة	

بعد ان تم توزيع عبارات المقياس عشوائياً ملحق (8) قامت الباحثتان بتطبيقه يوم الاثنين الموافق 2017/2/20م على العينة الاستطلاعية التي قوامها (50) تلميذة .

حساب المعاملات العلمية للمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية:-

صدق المحكمين : قامت الباحثتان بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بُعد على السادة الخبراء وعددهم (10) خبراء مرفق (1) واعتبرت الباحثتان نسبة اتفاق السادة الخبراء على المقياس معياراً لصدقه

صدق الاتساق الداخلي لعبارات وأبعاد المقياس:

قامت الباحثتان بحساب الصدق وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حده والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ودرجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية والجداول (8)، (9) يوضحان ذلك .

جدول (8)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حدة والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس الذي تنتمي

إليه صدق الإتساق الداخلي لمقياس الإتجاهات نحو التربية الرياضية ن=50

4	البعد الاجتماعي	البعد الانفعالي	البعد السلوكي	البعد البدني	البعد التربوي	البعد المعرفي	البعد الإدراكي	بعد المناخ المدرسي
---	-----------------	-----------------	---------------	--------------	---------------	---------------	----------------	--------------------

*0.874	*0.758	*0.592	*0.675	*0.732	*0.656	*0.619	*0.667	1
*0.985	*0.783	*0.732	*0.727	*0.565	*0.795	*0.588	*0.521	2
*0.758	*0.677	*0.707	*0.814	*0.571	*0.663	*0.675	*0.538	3
*0.961	*0.621	*0.733	*0.706	*0.643	*0.741	*0.847	*0.645	4
*0.783	*0.763	*0.754	*0.592	*0.518	*0.756	*0.722	*0.533	5
*0.820	*0.754	*0.883	*0.638	*0.609	*0.711	0.202	*0.576	6
*0.842	*0.597	*0.762	*0.618	*0.618	*0.638	*0.741	*0.583	7
*0.863	0.759	*0.611	*0.627	0.222	*0.542	*0.788		8
*0.761	*0.883	*0.719	*0.765	*0.686	*0.547	0.199		9
*0.658	*0.762	0.258	0.244	*0.794	*0.645	0.238		10
*0.984	*0.611	*0.537	*0.753		*0.526			11
*0.784	*0.719	*0.840	*0.836					12
*0.795	*0.745	*0.766	0.192					13
								14
								15
								16

دلالة معامل الارتباط (273*) عند مستوي (0.05)

يتضح من جدول (8) وجود ارتباط دال احصائياً بين درجة كل عبارة والبعد الذي تنتمي اليه العبارة، كما يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوي الدلالة 0.05 وهذا يكون مؤشراً لصدق البناء الداخلي لعبارات مقياس الاتجاهات ماعدا (8) عبارات وبذلك أصبحت عدد عبارات المقياس (82 عبارة)

جدول (9)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس للاتجاهات

(الاتساق الداخلي للأبعاد المقياس) ن = 50

م	الأبعاد	معامل الارتباط
1	البعد الاجتماعي	*0.841
2	البعد الانفعالي	*0.687
3	البعد السلوكي	*0.654
4	البعد البدني	*0.714
5	البعد التربوي	*0.841
6	البعد المعرفي	*0.845
7	البعد الإدراكي	*0.765
8	بعد المناخ المدرسي	*0.854
	مقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية	*0.855

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 =$

يتضح من جدول (9) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (0.654^* ، 0.855^*) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

حساب ثبات مقياس الاتجاهات:

معامل الثبات:

كما قامت الباحثتان بحساب معامل ثبات المقياس وذلك عن طريق "معامل ألفا كرونباخ"، وذلك بعالجة بيانات العينة الاستطلاعية، والجدول رقم (10) يوضح النتيجة التالية:

جدول (10)

معامل الثبات للمقياس قيد البحث

ن = 50

م	أبعاد المقياس	معامل ألفا كرونباخ
1	البعد الاجتماعي	0.777
2	البعد الانفعالي	0.880
3	البعد السلوكي	0.752
4	البعد البدني	0.982
5	البعد التربوي	0.636
6	البعد المعرفي	0.889
7	البعد الإدراكي	0.699
8	بعد المناخ المدرسي	0.601

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي دلالة $0.05 = 0.361$

يتضح من جدول رقم (10) ما يلي: تراوحت معاملات "ألفا كرونباخ" ما بين (0.601 إلى 0.982) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس قيد البحث ذو معامل ثبات عالي

جدول (11)

تحديد زمن الاجابة على مقياس الاتجاهات لعينة البحث

زمن أسرع طالبة في الاجابة على المقياس	زمن أبطء طالبة في الاجابة على المقياس	متوسط الزمنين	الزمن المناسب للاجابة على المقياس
18 دقيقة	24 دقيقة	22 دقيقة	22 دقيقة

يوضح الجدول رقم (11) زمن الإجابة على المقياس لعينة البحث وبناء عليه تم تحديد الزمن المناسب لتطبيق المقياس بـ (22) دقيقة.

طريقة تصحيح المقياس:

تحسب درجات إستجابات المقياس على ميزان تقدير ثلاثي (أوافق - إلى حد ما - لا أوافق) بحيث تتمثل في: أوافق (ثلاث درجات)، إلى حد ما (درجتان)، لا أوافق (درجة واحدة)

وبذلك يكون الحد الأدنى والحد الأقصى لإستجابات التلميذات على المقياس كالتالي:

$$\text{الحد الأدنى } 82 = 1 \times 82 \text{ ، الحد الأقصى } 246 = 3 \times 82$$

ثانياً: مقياس جودة الحياة الانفعالية لتلميذات المرحلة الثانوية الازهرية. (إعداد الباحثان)
خطوات بناء المقياس:

بالرجوع إلى المقاييس الخاصة بقياس جودة الحياة الانفعالية وجدت الباحثان أن هذه المقاييس لا تتناسب مع طبيعة البحث والهدف منه، لذلك قامت الباحثان بتصميم هذا المقياس واتبعت الخطوات التالية في بناءه:-

1- تحديد لابعاد الأساسية للمقياس:

وتم ذلك بالاطلاع على المراجع العلمية والأطر النظرية والدراسات والبحوث المرتبطة بجودة الحياة الانفعالية في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي، كما قامت الباحثان بمقابلة بعض الأساتذة تخصص علم نفس رياضي في كليتي التربية الرياضية بنات وبنين جامعة الزقازيق (ملحق 1) وذلك للإستفادة من خبرتهن في وضع أبعاد المقياس، ومن خلال ذلك تمكنت الباحثان من وضع سبعة أبعاد وقامت بوضع تعريف لكل بعد من هذه الابعاد، وتم عرض هذه الابعاد في استمارة استطلاع رأي (ملحق 10) على السادة الخبراء المتخصصين والجدول رقم () يوضح آراء السادة الخبراء حول أبعاد المقياس.

جدول (12)

آراء السادة الخبراء حول أبعاد المقياس التي تم عرضها عليهم ن=10

م	الابعاد	التكرارات	النسب المئوية
1	التوافق النفسي	10	٪100
2	تقدير الذات	9	٪90
3	الحالة الصحية	9	٪90
4	إتزان إنفعالي	10	٪100
5	الرضا عن الحياة	10	٪100
6	المهارات الاجتماعية	10	٪100

يتضح من جدول (12) موافقة السادة الخبراء على أبعاد المقياس المقترح من الباحثان حيث إرتضت الباحثان بنسبة 80% كحد أدنى لرأي الخبراء.

بعد عرض أبعاد المقياس على السادة الخبراء واتفق الخبراء على مناسبة أبعاد المقياس للهدف الذي أعد من أجله قامت الباحثان بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل بعد من أبعاد المقياس وذلك في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل بعد وقد راعت الباحثان في صياغة العبارات ما يلي:

1- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة والابتعاد عن الألفاظ الصعبة.

2- ألا توحى العبارات بنوع الاستجابة. 3- عدم الازدواجية للعبارة.

4- أن تقيس العبارات جانب من جوانب البعد الذي تنتمي إليه.

وكان مجموع العبارات (91) عبارة موزعة على (6) أبعاد وقد تم عرض الابعاد بعباراتها على المحكمين للتحقق من الصدق المنطقي وللتحقق من مدى انتماء العبارات للبعد الخاص بها وتحديد ميزان التقدير الخاص بالمقياس (ملحق 11) وجدول (13) يوضح أبعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد.

جدول (13)

أبعاد مقياس التوافق النفسي الاجتماعي وعدد عبارات كل بعد

م	الابعاد	عدد العبارات
1	التوافق النفسي	10
2	تقدير الذات	12
3	الحالة الصحية	15
4	إتزان إنفعالي	20
5	الرضا عن الحياة	9

6	المهارات الاجتماعية	25
المجموع		91

يتضح من جدول رقم (13) الأبعاد وعدد عبارات كل بعد والعدد الكلي لعبارات المقياس .
المعالجات الإحصائية لأراء الخبراء على العبارات الخاصة بكل بعد:
قامت الباحثتان بتفريغ آراء الخبراء وإجراء المعالجات الإحصائية الآتية:
1- التقدير الكمي والكيفي لعبارات أبعاد المقياس (ملحق 12). ويوضح جدول (14) نتائج تعديل المحكمين على المقياس.
جدول (14)
تعديلات السادة الخبراء على أبعاد المقياس

الابعد	عدد عبارات الأبعاد	عدد العبارات التي تم استبعادها	عدد العبارات التي تم تعديل صياغتها	عدد العبارات التي تم إضافتها	العبارات النهائية بعد التعديل
التوافق النفسي	10	رقم (5، 8، 7)	7
تقدير الذات	12	رقم (2، 12)	رقم (4)	10
الحالة الصحية	15	رقم (10، 13)	13
إتزان إنفعالي	20	رقم (8، 9، 10، 14، 17)	رقم (13)	15
الرضا عن الحياة	9	رقم (3)	8
المهارات الاجتماعية	25	رقم (8، 9، 14، 19، 20، 3، 4، 7، 23، 21)	15
المجموع	91	68

يوضح جدول (14) أبعاد المقياس وعدد العبارات المستبعدة والعبارات التي تم تعديل صياغتها والعدد النهائي لأبعاد المقياس بعد تعديل الخبراء.
إعداد المقياس لتطبيقه على العينة الاستطلاعية :

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية (ملحق 13) قامت الباحثتان بتوزيع عباراته عشوائيا لكي يتم عرضه على أفراد العينة الاستطلاعية (ملحق 14) والجدول رقم (15) يوضح التوزيع العشوائي لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس.
جدول (15)
التوزيع العشوائي لعبارات المقياس بعد تعديلات الخبراء

م	البعد	أرقام العبارات موزعة عشوائيا	المجموع
1	التوافق النفسي	37-31-25-19-13-7-1	7
2	تقدير الذات	52-48-43-38-32-26-20-14-8-2	10
3	الحالة الصحية	62-59-56-53-49-44-39-33-27-21-15-9-3	13
4	إتزان إنفعالي	-63-60-57-54-50-45-40-34-28-22-16-10-4 67-65	15
5	الرضا عن الحياة	46-41-35-29-23-17-11-5	8
6	المهارات الاجتماعية	-64-61-58-55-51-47-42-36-30-24-18-12-6 68-66	15
	المجموع		68

بعد أن تم توزيع عبارات المقياس عشوائياً قامت الباحثتان بتطبيقه على العينة الاستطلاعية.

الدراسة الإستطلاعية:

قامت الباحثتان بإجراء الدراسة الإستطلاعية يوم الاثنين الموافق 15 /2/ 2017م على العينة الإستطلاعية البالغ قوامها (50) تلميذة والتي تم سحبها بطريقة عشوائية من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك لإيجاد المعاملات العلمية والتأكد من صلاحية الأدوات المستخدمة.

المعاملات العلمية المستخدمة لمقياس جودة الحياة الانفعالية :

حساب صدق المقياس

1- صدق المحكمين:

قامت الباحثتان بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بعد على السادة الخبراء في مجال علم النفس الرياضي وعددهم (10) خبراء (ملحق 1) واعتبرت الباحثتان نسبة اتفاق السادة الخبراء على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه.

2- صدق الاتساق الداخلي لعبارات وأبعاد المقياس:

قامت الباحثتان بحساب الصدق وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حده والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ودرجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية والجدولين (16)، (17) يوضحان ذلك.

جدول (16)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حدة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه في مقياس التوافق النفسي الاجتماعي
ن = 50

الإبعاد العبارات	توافق نفسي	تقدير الذات	الحالة الصحية	الاتزان الإنفعالي	الرضا عن الحياة	المهارات الاجتماعية
1	*0.482	*0.367	*0.388	*0.469	*0.534	*0.331
2	*0.493	*0.453	*0.522	*0.594	*0.420	*0.423
3	*0.465	*0.420	*0.534	*0.482	*0.453	*0.450
4	*0.436	*0.499	*0.466	*0.496	*0.424	*0.372
5	*0.464	*0.466	*0.490	*0.494	*0.486	*0.501
6	*0.542	*0.399	*0.385	*0.432	*0.426	*0.429
7	*0.391	*0.434	*0.551	*0.486	*0.435	*0.437
8		*0.510	*0.431	*0.466	*0.419	*0.449
9		*0.433	*0.470	*0.433	*0.447	*0.509
10		*0.422	*0.369	*0.431		*0.525
11			*0.380	*0.508		*0.468
12			*0.444	*0.437		*0.404
13			*0.325	*0.399		*0.389
14				*0.419		*0.391
15				*0.444		*0.446

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.273$ * مستوى الدلالة

يتضح من جدول (16) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة إحصائياً عند مستوى 0.05، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (17)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الانفعالية (الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس)
ن = 50

م	الإبعاد	عدد العبارات	قيمة "ر"	الدلالة
---	---------	--------------	----------	---------

1	التوافق النفسي	7	*0.679	دال
2	تقدير الذات	10	*0.762	دال
3	الحالة الصحية	13	*0.650	دال
4	إتزان إنفعالي	15	*0.770	دال
5	الرضا عن الحياة	8	*0.691	دال
6	المهارات الاجتماعية	15	*0.780	دال
	المجموع	68	*0.684	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.273$ * مستوى الدلالة
يتضح من جدول (17) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل محور والدرجة الكلية
للمقياس تراوحت قيمتها بين (0.650، 0.780) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من
أجله.

ب - حساب ثبات المقياس:

لإيجاد معامل ثبات أبعاد المقياس وعددهم (7) أبعاد بعباراتهم وعددهم (91) عبارة
قامت الباحثتان باستخدام:

1- طريقة التجزئة النصفية "سبيرمان وبراون Spearman & Prown"، "جتمان
Guttman" طريقة "ألفا كرونباخ Alpha"، و جدول (18) يوضح ذلك.

جدول (18)
الثبات "بالتجزئة النصفية" و "معامل ألفا كرونباخ" لأبعاد مقياس جودة الحياة الانفعالية
ن = 50

م	الأبعاد	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان - براون	جتمان
1	التوافق النفسي	7	*0.654	*0.633
2	تقدير الذات	10	*0.666	*0.689
3	الحالة الصحية	13	*0.632	*0.592
4	إتزان إنفعالي	15	*0.701	*0.681
5	الرضا عن الحياة	8	*0.745	*0.610
6	المهارات الاجتماعية	15	*0.603	*0.678
	الدرجة الكلية	68	*0.633	*0.654

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.273$ * مستوى الدلالة
يتضح من جدول (18) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (0.603، 0.745)
بمعادلة "سبيرمان وبراون" وقد تراوحت ما بين (0.592، 0.689) بمعادلة "جتمان" وقد
تراوحت ما بين (0.699، 0.792) بمعادلة "ألفا كرونباخ" مما يدل على أن المقياس ذو
معامل ثبات عالي.

وبعد أن قامت الباحثتان بحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للمقياس
أصبح في صورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية حيث اشتملت عباراته على
عدد (68) عبارة موزعة على ستة أبعاد. (ملحق 15)
طريقة تصحيح المقياس

تحسب درجات استجابات المقياس على ميزان تقدير ثلاثي (نعم ، أحيانا ، مطلقا)
درجاتهم (3 - 2 - 1) على التوالي للعبارات الإيجابية والعكس للعبارات السلبية، وبذلك يكون
الحد الأدنى والحد الأقصى لاستجابات على المقياس كالتالي (68 - 113) جودة حياة انفعالية

منخفضة، (114 - 158) جودة حياة انفعالية متوسطة، (159 - 200 فيما فوق) جودة حياة انفعالية عالية.

الخطوات التنفيذية للبحث : قامت الباحثتان بتطبيق المقياسين على عينة البحث الأساسية وعددهن (100) تلميذة في الفترة من في يوم الاثنين الموافق 2017/4/3 م الي يوم الخميس الموافق 2017/4/6م.

المعالجات الإحصائية:(المتوسط - الانحراف المعياري- الالتواء- معامل الارتباط -اختبار ت)

عرض النتائج ومناقشتها: The Results Offer & Discussion

1- عرض النتائج المرتبطة بالتوصيف الاحصائي

جدول (19)

التوصيف الاحصائي لعينة البحث الأساسية لمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية

ن = 100

م	الأبعاد	عدد العبارات	الدرجة الكلية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
1	بعد اجتماعي	7	21	14.16	0.88	14.00	0.545
2	بعد انفعالي	7	21	13.34	1.91	13.00	0.534
3	بعد سلوكي	11	33	19.40	2.10	20.00	-0.857
4	بعد بدني	9	27	12.68	1.29	13.00	-0.744
5	بعد تربوي	11	33	15.60	1.75	16.00	-0.685
6	بعد معرفي	12	36	18.88	2.05	19.00	-0.175
7	بعد إدراكي	12	36	20.30	1.63	20.00	0.552
8	بعد المناخ المدرسي	13	39	22.80	4.67	24.00	-0.770
	الدرجة الكلية للاتجاهات	82	246	133.86	12.83	134.50	0.149-

يتضح من جدول (19) أن قيم معاملات الالتواء تنحصر بين ($3 \pm$) مما يدل على أن عينة البحث الأساسية تندرج تحت المنحنى الاعتدالي في الدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية لدي تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية .

جدول (20)

التوصيف الاحصائي لعينة البحث الأساسية لمقياس جودة الحياة الانفعالية

ن = 100

م	الأبعاد	عدد العبارات	الدرجة الكلية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
1	التوافق النفسي	7	21	15.37	1.89	15.00	0.58
2	تقدير الذات	10	30	21.95	1.24	22.00	0.12-
3	الحالة الصحية	13	39	25.02	1.48	26.00	1.98-
4	إتزان إنفعالي	15	45	26.32	2.14	26.00	0.44
5	الرضا عن الحياة	8	24	19.68	1.68	20.00	0.57-
6	المهارات الاجتماعية	15	45	29.62	1.44	29.00	1.29
	الدرجة الكلية للجودة	68	204	151.54	7.24	151.00	0.22

يتضح من جدول (20) أن قيم معاملات الالتواء تنحصر بين ($3 \pm$) مما يدل على أن عينة البحث الأساسية تندرج تحت المنحنى الاعتيادي في الدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة الانفعالية لدى تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية .

جدول (21)

مصفوفة الارتباطات البينية بين أبعاد مقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية وأبعاد جودة الحياة الانفعالية لدى تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية
ن = 100

جودة الحياة الانفعالية	الاتجاهات نحو التربية الرياضية	توافق نفسي	تقدير الذات	الحالة الصحية	اتزان انفعالي	الرضا عن الحياة	المهارات الاجتماعية	الدرجة الكلية لجودة الحياة الانفعالية
بعد اجتماعي	0.494	0.402	0.542	0.545	0.534	0.577	0.584	
بعد انفعالي	0.508	0.536	0.441	0.541	0.527	0.548	0.575	
بعد سلوكي	0.581	0.416	0.518	0.533	0.498	0.542	0.558	
بعد بدني	0.560	0.471	0.574	0.474	0.554	0.586	0.508	
بعد تربوي	0.553	0.515	0.595	0.496	0.566	0.587	0.540	
بعد معرفي	0.448	0.589	0.502	0.520	0.561	0.426	0.524	
بعد إدراكي	0.574	0.512	0.522	0.485	0.525	0.434	0.547	
بعد المناخ المدرسي	0.444	0.525	0.431	0.525	0.537	0.539	0.562	
الدرجة الكلية للاتجاهات	0.456	0.497	0.510	0.589	0.499	0.491	0.648	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي معنوية (0.05) = 0.195

يتضح من الجدول رقم (21) وجود ارتباطات دالة احصائياً بين الأبعاد الأساسية للاتجاهات نحو التربية الرياضية وجودة الحياة الانفعالية لدى تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية .

جدول (22)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث المقسمة وفقاً لمقياس الاتجاهات نحو التربية

الرياضية ومقياس التوافق النفسي الاجتماعي
ن=1 ن=2=100

م	المتغيرات	التميزات (50)		غير المتميزات (50)		القيمة "ت"	الدلالة
		م	ع	م	ع		
1	الاتجاهات نحو التربية الرياضية	140.24	9.59	122.90	6.20	10.72	دال
2	جودة الحياة الانفعالية	156.70	4.11	147.14	5.14	10.26	دال

قيمة ت الجدولية (1.98) عند مستوي (0.05).

يتضح من الجدول رقم(22) وجود فروق دالة إحصائياً لصالح المتميزات عن غير المتميزات في مجموع مقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية ومقياس جودة الحياة الانفعالية

ثانياً :- مناقشة النتائج

مناقشة الفرض الاول :-

يتضح من الجدول رقم(21) وجود ارتباطات دالة إحصائياً بين الابعاد الاساسية للاتجاهات نحو التربية الرياضية وجودة الحياة الانفعالية لدى تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية.

وترجع الباحثان ذلك إلي أن المدرسة تشمل علي شريحة اجتماعيه كبيرة من شرائح المجتمع من أعمار الطفولة حتى الرشد . ويتميز مناخها باحتوائه علي عدة عناصر تؤثر وتتفاعل مع بعضها البعض في نظام متكامل.وقد يؤثر هذا سلباً أو إيجابياً في اتجاهات مكوناتها البشرية (التلاميذ-المعلمون-الإدارة المدرسية ممثله في المدير)،وكذلك له تأثيراً ذا دلالة علي مدي جودة الحياة الانفعالية، و تعتبر البيئة المدرسية من أهم العناصر التي تؤثر في إتجاهات التلميذات نحو التربية الرياضية وتقديرهن لانفسهن، فالبيئة المدرسية الصحية تلعب دوراً هاماً في تحقيق جودة الحياة الانفعالية للتلميذات باعتبارها قوة لها أثرها السلبية علي خلق المشكلات وتعميقها نحو التربية الرياضية، أو تخفيف من حدتها والتي تجدها في المحيط المدرسي . لذلك يجب من العمل علي تغيير المفاهيم الخاطئة في المدارس بصفة عامة وبالمعاهد الأزهرية بصفة خاصة تجاه ممارسة التلميذات للأنشطة الرياضية بالمعهد الأزهرى وذلك لتحفيز التلميذات علي الإقبال علي ممارسة جميع الأنشطة الرياضية من خلال توعيتهن من قبل إدارة المعهد بمدي أهمية التربية الرياضية والمكانة الاجتماعية لدى ممارسى النشاط الرياضي وفوائد النشاط الرياضي علي الراحة النفسية وزيادة الثقة بالنفس والحالة الصحية والاتزان الانفعالي في أي موقف ،كما يجب إمدادهم بالإمكانات المادية اللازمة في حصة التربية الرياضية والعمل علي تغيير وتطوير منهاج التربية الرياضية بشكل يتناسب مع ميولهن وإتجاهاتهن في هذه المرحلة.

كما لاحظت الباحثتان أن التلميذات اللاتي حصلن علي أعلي نسبة في الاتجاه نحو التربية الرياضية هم نفس التلميذات اللاتي حصلن علي أعلي نسبة في جودة الحياة الانفعالية والتلميذات اللاتي حصلن علي أقل نسبة في الاتجاه نحو التربية الرياضية هم نفس الفتيات اللاتي حصلن علي أقل نسبة في جودة الحياة الانفعالية ومن هنا تري الباحثتان أن جودة الحياة الانفعالية لها علاقة طردية إيجابية بالإتجاه نحو التربية الرياضية .

ويشير علي يحيي المنصوري (2012م) ان المقررات الرياضية هي إحدى المناهج الدراسية التي تمثل جانباً هاماً بالعملية التربوية بالمؤسسات التعليمية من خلالها يمكن تحقيق النمو الكامل المتزن للمتعلم إلى أقصى حد تسمح به قدراته واستعداداته بما يمكنه من التكيف مع نفسه ومع المجتمع وهي بذلك لا تدخل في نطاق المفهوم الحديث للمنهاج حيث تهتم بجميع جوانب شخصية المتعلم. (11: 87)

ويتفق هذا مع كلاً من كاظم بو صالح (2003م) (12)، حسن الطويل (2001م) (7)، تويلمان Twelman (2006م) (31) في ان الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة البدنية قد تغيرت لاتجاهات ايجابية نتيجة تدريس مقررات رياضية.

ويتفق هذا ما كلاً من بيرمان والنتز Harden walentz (2000م) ، هاردين Harden (2000م) (26) في ان البعد البدني يوتر في تكوين اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني.

ويشير "محمد العربي شمعون" (1999م): أن موضوع الاتجاهات يعتبر من أهم الموضوعات التي ترتبط بسلوك الإنسان فالاتجاهات هي محور علم النفس والدراسات السلوكية مهما تعددت أنواعها. (14: 423)

كما يشير كل من " أميرة محمد وبدوى عصام" (2008م) أن الاتجاه ينظم العمليات الدافعية والانفعالية والإدراكية والمعرفية ويحدد استجابات أو سلوك الأفراد أو الجماعات نحو الموضوعات والأنشطة المختلفة. وعلى هذا الأساس فإن اتجاهات التلميذات نحو التربية الرياضية ستؤثر بالتأكيد في دافعيتهن وسلوكهن وتعاملهن مع هذا النشاط. (1 : 19)

وفي هذا الصدد يشير كل من دراسة James Athan " جيمس الثن" (2002م) (27) ، ودراسة Carson كارلسون (2001م) (24) ، دراسة Hardin " هاردن" (2000م) (26) ، حيث تناولت هذه الدراسات متغير الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية حيث توصلت بعض النتائج في هذه الدراسات إلي وجود اتجاهات إيجابية لدي التلميذات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية والبعض الآخر اتجاهات سلبية .

وتتفق أيضا الباحثان مع جابر عبد الحميد وسليمان الخضري " (2006م) (5) الذي يشير: إلى خطورة تولد اتجاهات سلبية نحو ممارسة النشاط البدني نتيجة ما يتعرض له المتعلم من مشكلات إنفعالية من توتر و قلق وثقافات وعادات وشعور النقص وشعور الدونية، والخجل، ونقص الثقة بالنفس.

وبذلك تحقق الفرض الاول الذي ينص علي "- توجد علاقة موجبة دالة إحصائيا بين الاتجاهات نحو التربية الرياضية و جودة الحياة الانفعالية لدي تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية . مناقشة الفرض الثاني :

يتضح من الجدول رقم(22) وجود فروق دالة إحصائيا لصالح المتميزات عن غير المتميزات في مجموع مقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية ومقياس جودة الحياة الانفعالية ، حيث لاحظت الباحثتان أن التلميذات اللاتي حصلن علي أعلى نسبة في الاتجاه نحو التربية الرياضية هم نفس التلميذات اللاتي حصلن علي أعلى نسبة في جودة الحياة الانفعالية والتلميذات اللاتي حصلن علي أقل نسبة في الاتجاه نحو التربية الرياضية هم نفس الفتيات اللاتي حصلن علي أقل نسبة في جودة الحياة الانفعالية حيث كانت قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة المتميزة (140) وانحراف معيارى (9.59) أكبر من قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة الغير متميزة قدره (122) وانحراف معيارى (6.20) في مقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية ، وكذلك كانت قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة المتميزة (156) وانحراف معيارى (4.11) أكبر من قيمة المتوسط الحسابي للمجموعة الغير متميزة قدره (147) وانحراف معيارى (5.14) في مقياس جودة الحياة الانفعالية.

وترجع الباحثتان ذلك إلي البيئة التي تعيش فيها التلميذات لها أثر واضح سواء بالسلب أو بالإيجاب نحو التربية الرياضية ومنها الي جودة الحياة الانفعالية ، فالتلميذات اللاتي حصلن علي أعلى نسبة يتمتعن بعلاقات اجتماعية طيبة ويتميزن بالتوافق النفسي والرضا ولديهن اتجاهات ايجابية نحو التربية الرياضية وأهميتها من جميع الجوانب البدني والنفسي والانفعالي والاجتماعي

وتتفق الباحثة مع ما أشار إليه "محمود سعيد الخولي" (2006م): إلي أنه يعتبر المناخ المدرسي من أهم العناصر التي تؤثر في سلوك الطلاب وإنجازاتهم وإتجاهاتهم نحو التربية الرياضية ، فالمناخ المدرسي الصحي يلعب دورا هاما في تحقيق الصحة النفسية للطلاب باعتباره قوة لها أثرها السلبية على خلق المشكلات وتعميقها ، أو تخفيف حدة هذه المشكلات ،

فالفتاه التي تجد في المحيط المدرسي ما تساعد على النمو والشعور بالأمن والتقدير نجدها متوافقه مع البيئة المدرسية ولديها دافع للإنجاز أما إذا كانت هذه البيئة مليئة بالأحباطات والتهديدات أو النظر إلى الفتاه نظره دونية ، فقد يؤدي هذا كله إلى حدوث اضطرابات سلوكية ونفسية واجتماعية واتجاهات سالبة اتجاه مدرستها والدراسة بها تحول دون تقدمها دراسيا وتدفعها نحو ممارسة السلوك العدواني والعنف نحو البيئة المدرسية وزملائها والمعلمين . (19 :20)

كما يفسر العارف بالله محمد الغندور (1999م) أن "نوعية الحياة هي نتاج لكل من العوامل الاجتماعية (دخل وخدمات وصحة ومسكن وتعليم ..)، والعوامل النفسية التي تتبلور في نوعية إدراك الفرد لمدى مناسبة هذه العوامل الاجتماعية له؛. كما أشار إلى أن مفهوم نوعية الحياة يرتبط من الناحية النفسية بعدد من المفاهيم الأساسية الأخرى مثل الإدراك، والاتجاه، والقيم، ومستوى الطموح، والحاجات، ومستوى الرضا العام عن الحياة، ومستويات الرضا الخاص بجوانب الحياة المختلفة بما في ذلك العمل والحياة الأسرية. (3: 71)

تتفق الباحثتان أيضاً مع دراسة مخلفي رضا(2014م) (20) التي توصل فيها الي وجود فروق المعنوية في متوسطات درجات في كل من بعد التوافق النفسي وبعد التوافق الاجتماعي،بالإضافة إلى مكونات كل بعد والتمثلة في المهارات الشخصية والإحساس بالقيمة الذاتية والاعتماد على النفس والتحرر من الميل إلى الانفراد والحالة الصحية والانفعالية ، وبعد التوافق الاجتماعي ومكوناته والتمثلة في اللياقة في التعامل مع الآخرين والامتثال للجماعة والقدرة على القيادة والتواصل وترابط العلاقات داخل الأسرة وعن العلاقات في المدرسة والبيئة المحيطة ،حيث كانت الفروق كلها دالة إحصائيا بين درجاتهم حيث أن التوافق النفسي و التوافق الاجتماعي كان اكبر عند الممارسين للتربية الرياضية الذي يعتبران مم الابعاد الاساسية في المقياسين سواء للاتجاهات أو للجودة .

دراسة رانيا عبدالكريم عامر (2014م) (10) وجود الفروق بين التخصصات الاكاديمية للطلاب الفرقة الثالثة والرابعة في مقياس جودة الحياة الانفعالية .
تتفق الباحثتان مع كلا من دراسة Mitchell. M.Bradshaw (2009) (29) ودراسة Mack"ماك" (2004م) (28)، ودراسة Twellman Biggs تولمان بيجس" (2006م) (31) ، الي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في إتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي ، وكذلك في بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لصالح الطالبات التي حصلن علي نسبة أعلي

كما تتفق الباحثتان مع رأي " محمد عبد السلام" (2001م) الذي أشار : إلى أن الاتجاهات الايجابية نحو النشاط البدني تلعب دوراً مهماً في تنشيط الفرد نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، وتدفعه إلى الاستمرار في ممارستها، والعكس صحيح بالنسبة للاتجاهات السلبية. (17 : 61) وبهذا يتحقق الفرض الثاني والذي ينص علي : - " توجد فروق دالة إحصائياً بين التلميذات المتميزات وغير المتميزات وفقاً لمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية ومقياس جودة الحياة الانفعالية في اتجاه التلميذات المتميزات".

الاستخلاصات والتوصيات :

الاستخلاصات :-

- 1- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الاتجاهات نحو التربية الرياضية و جودة الحياة الانفعالية لدي تلميذات المرحلة الثانوية الازهرية .
- 2- توجد فروق دالة إحصائياً بين التلميذات المتميزات وغير المتميزات وفقاً لمقياس الاتجاهات نحو التربية الرياضية ومقياس جودة الحياة الانفعالية في اتجاه التلميذات المتميزات .
التوصيات :-

انطلاقاً من أهداف البحث ،وما تم التوصل إليه من نتائج ومقارنتها بنتائج الدراسات السابقة فان الباحثان توصي بما يلي :-

•حث الأساتذة للتلاميذ الراضين لممارسة التربية الرياضية وتوعيتهم بما فيها من أهمية بدنية ونفسية وانفعالية واجتماعية . حث الأساتذة على البحث في تطوير أساليب وطرق تدريس التربية البدنية والرياضية.

•توصي الباحثان بتهيئة الجو الصالح الذي ينمو فيه التلميذ بشكل طبيعي، وإتاحة المناخ النفسي المناسب لنمو الشخصية السوية، وإظهار المثل الصالح والقوة الحسنة من خلال السلوك السوي أمامهم، ومساعدتهم على فهم النفس وتقبل الذات بشكل إيجابي وتكوين العادات والقيم والاتجاهات السليمة التي تخلق طلبة أسوياء، أصحاء نفسياً وبدنياً.

•العمل على ربط الإنتاج البحثي في التربية البدنية والرياضية بالواقع العملي وإخراجها من أرفف وأدراج المكتبات، للاستفادة منها من خلال التطبيق والتوظيف التقني لها بهدف خدمة الطالب أولاً والارتقاء بالتربية البدنية والرياضية وخدماتها ثانياً.

- م
1 أميرة محمد كمال وبدوى سعيد عصام" (2008م) :التطور العلمي لمفهوم الرياضة ،مكتبة النهضة المصرية ،ط2.ص19.
- 2 انور محمود رحيم (2006م): اتجاهات بعض طلبة جامعة السليمانية نحو النشاط الرياضي، دكتوراه، جامعة بابل، العدد الثاني، المجلد الخامس.
- 3 العارف بالله محمد الغندور (1999م): أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة دراسة نظرية مقدمة إلى المؤتمر السادس حول جودة الحياة، مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- 4 بهجت ابو طامع الخضر (2005م): اتجاهات طلبة كلية فلسطين التقنية نحو ممارسة النشاط الرياضي، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
- 5 ابر عبد الحميد وسليمان الخصري (2006م): دراسات نفسية في الشخصية الرياضية ،عالم الكتب،القاهرة.ص36.
- 6 جنان سعيدالرخو (2005م): اساسيات فى علم النفس، الدار العربية للعلوم.ص26.
- 7 حسن محمود الطويل (2001م): تأثير تدريس مساق مبادئ التربية الرياضية على تغيير الاتجاهات لدى طلبة جامعة مؤتة نحو التربية الرياضية، مؤتة للبحوث والدراسات.
- 8 حسن مصطفى (2005م): الارشاد النفسي وجودة الحياة في المجتمع المعاصر المؤتمر العلمي الثالث لكلية التربية، جامعة الزقازيق الانماء النفسى والتربوى للابناء العرب في ضوء جودة الحياة. الزقازيق 15-16 مارس، 13-23.

- 9 حسين أحمد حشمت ، مصطفى حسين باهي" (2006م):التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ،الدار العالمية للنشر والتوزيع ،القاهرة .
- 10 رانيا عبدالكريم محمود السيد عامر (2011م): المكونات العاملة لجودة الحياة الانفعالية لدى طلاب الجامعة، ماجستير فى التربية، جامعة قناة السويس.
- 11 على يحي المنصوري (2012م): الثقافة والرياضة، مدخل للثقافة الرياضية، دار الفكر العربى.
- 12 كاظم بو صالح بن حمد (2003م): اتجاهات المرأة نحو أهمية ممارسة النشاط البدني لطالبات جامعة الملك فيصل في المملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية.
- 13 محمد السعيد أبو حلاوة (2010م): الذكاء الانفعالي، المعنى الشخصى وجودة الحياة النفسية: دراسة مقارنة بين المراهقة المبكرة والمراهقة المتأخرة.
- 14 محمد العربي شمعون (1999): علم النفس الرياضي والقياس النفسي، كلية التربية الرياضية للبنين ،جامعة حلوان ، مركز الكتاب للنشر،ص423.
- 15 محمد حسن علاوي (1994م): علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة.
- 16 محمد حسن علاوي(1992م): سيكولوجية التدريب والمنافسات ، ط7، دار المعارف ،القاهرة .ص16
- 17 محمد عبد السلام عبد المجيد (2001م): القياس النفسي والتربوي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- 18 محمد نجيب أحمد الصبوة (2007 م): علم النفس الايجابى:تعريفه وتاريخه وموضوعاته والنموذج المقترح له.مجلة علم النفس، القاهرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد(76-79)، ص ص.16-42
- 19 محمود سعيد ابراهيم الخولى (2006م): المناخ المدرسي وعلاقته بمستوي ومظاهر العنف لدي طلاب المرحلة الثانوية ،رسالة ماجستير في التربية،كلية التربية ،تخصص صحة نفسية .جامعة الزقازيق.ص (20-47).
- 20 مخلفي رضا (2014م) : أهمية التربية البدنية و الرياضة في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي لتلاميذ المرحلة المتوسطة ،مجلة مخبر علوم وتقنيات النشاط البدني والرياضي ،جوان ،العدد الثامن.
- 21 مصطفى حسين باهي، هناء عبد الوهاب، حسين أحمد حشمت (2002): الصحة النفسية فى المجال الرياضى (نظريات- تطبيقات)، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- 22 مني عبد الحليم (2009م):الاتجاهات البحثية المعاصرة في علم النفس الرياضي،الطبعة الاولى،دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر،جامعة الاسكندرية .ص272
- 23 الله علي رشوان (2015): تأثير دراسة مقرر تاريخ وفلسفة التربية الرياضية على تنمية اهاات الفلسفية الإيجابية نحو ممارسة النشاط البدني لطالبات كلية التربية الرياضية بنات قازيق. ص
- 24 Carlson T.B. (2001): Why Students Halt Or Love QYM: Astute or Attitude Formation And Associated Behavior In Physical Educator.

- 25 Carr, A. (2004): Positive Psychology. The science of happiness and human strength. New York.
- 26 Hardin, Susan (2000): The relationship between fitness scores of college-Age students and their attitudes toward physical activity. Dissertation-Abstracts-International. 2000 Mar; A 52/09, p. 3217.
- 27 James Athan (2002): Public attitudes Towards Physical Education, Princeton University . N . Y . USA
- 28 Mack, M.C. (2004): Changes in short-term attitudes toward physical activity and exercise of university personal wellness students. College Student Journal.
- 29 Mitchell. M.Bradshaw.C.& Leaf. P.(2009).Student and teacher Perception s of school climate : Multilevel Explorathon of patterns of Discrepancy ,Journal of school Health 80(6).Pp.(271-279)
- 30 Radina, K. (2007): Six Ways to be Truly Well. Available at: <http://Kathyradina.com/ways>
- 31 Twellman Biggs (2006): The effects of required health education on attitudes toward exercise. Iowa Association of Health Physical Education Recreation and Dance Journal.