

## أبعاد الاتجاهات النفسية نحو ممارسة النشاط الرياضي

## لدى طلاب التربية البدنية والرياضية والبيولوجية

الأستاذ: حرشاوي يوسف

أستاذ مساعد مكلف بالدروس

معهد التربية البدنية والرياضية- جامعة مستغانم-

انطلاقا من الأهداف التي تسعى التربية البدنية والرياضية إلى تحقيقها في جل المراحل التعليمية تلعب الجوانب النفسية المرتبطة بهذه الممارسة دورا جديا هاما في مساعدة الفرد إلى تقبل وممارسة هذا النشاط والاستمرار فيه، إذ يجب على الفرد أن يكون مدركا لأهمية هذا النشاط وبطرق وسبل مزاولته لذا نلمس اليوم وجود معاهد رياضية تسعى إلى إعداد جيل جديد من الشباب يحمل غاية نشر وتوسيع دائرة الممارسة الرياضية في بلادنا لكي تتغير تلك النظرة السائدة عن عدم جدوى هذه المادة سواء تعليميا أو اجتماعيا فجل العائلات قبل 20 عشرين سنة كانت تنظر إليها على أنها مضيعة للوقت ولا أساس لها من الناحية العلمية والتربوية والصحية والاجتماعية لكن اليوم نسعى إلى تبيان مدلول هذه الأخيرة في المجتمع الجزائري بكل شرائحه ليفهم الخاص والعام ماذا يمكن أن تقدم لنا هذه الأخيرة من فوائد للفرد والمجتمع ولهذا الغرض جاءت تساؤلاتنا بالشكل التالي:

ما هي النظرة التي يرى بها الطلاب الجامعيون الممارسة الرياضية بمختلف تخصصاتهم؟

يهدف هذا البحث إلى تحقيق ما يلي:

- 1- إبراز الأبعاد الحقيقية للممارسة الرياضية لدى الطلاب.
  - 2- تحديد الفروقات في اتجاهات الطلبة في الاختصاصات المختلفة (الرياضية)، والأخرى البيولوجية.
- ومن فرضيات هذا البحث:

- اتجاهات الطلاب نحو ممارسة النشاط الرياضي إيجابية.

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين الطلاب في إبعاد الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي.

لقد تعددت تعاريف الاتجاه حيث تناولها العديد من العلماء كل حسب فهمه وتصوره لمدلول الاتجاه، حيث يرى ألبورت "أنه حالة من الاستعداد العقلي العصبي التي تنظمها الخبرة السابقة والتي توجه استجابات الفرد للمواقف أو المثيرات المختلفة"<sup>1</sup>

وعرفه رين أيضا "أنه استعدادا عقليا نوعيا إزاء خبرة في طريقها إلى الظهور"<sup>2</sup>

وعرفه بيتي "أنه نزعة للتفكير أو الشعور أو التصرف إيجابيا أو سلبيا نحو الأشخاص أو الأشياء في بيئتنا"<sup>3</sup>، كما عرفه روكيتش "أنه تنظيم مكتسب له صفة الاستمرار النفسي للمعتقدات التي يعتقدونها الفرد نحو موضوع أو موقف أو تهيئة لاستجابة تكون لها الأفضلية عنده"<sup>4</sup>، وعليه يعرف الباحث الاتجاه كما يلي: "نزعة عامة مكتسبة، ثابتة نسبيا مشحونة انفعاليا تؤثر في الدافع وتوجه السلوك ويشتمل على جوانب عقلية ومعرفية وإدراكية وسلوكية"<sup>5</sup>

يدخل في تكوين الاتجاه ثلاث عناصر رئيسية هي:

أ. المكونات المعرفية: ويمكن تقسيمها إلى:

1. المدركات والمفاهيم - 2- المعتقدات. 3- التوقعات.

ب. المكونات الانفعالية العاطفية.

ت. المكونات السلوكية.

يمر أثناء تكوينه من ثلاث مراحل هي:

- المرحلة الإدراكية المعرفية.

- المرحلة التقييمية.

- المرحلة التقريرية.

<sup>1</sup> - راضي الوقفي: مقدمة في علم النفس، ط3 سنة 1998، ص674.

<sup>2</sup> - عزيز حنا داوود: علم تغيير الاتجاهات النفسية الاجتماعية، ص14-15.

<sup>3</sup> - راضي الوقفي: مقدمة في علم النفس، ط3 سنة 1998، ص674.

<sup>4</sup> - محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، ط8، ص219.

<sup>5</sup> - عبد الرحمن عيسوي: علم النفس بين النظرية والتطبيق، دار النهضة، ص44.

استخدم المنهج الوصفي نظرا لملائمته لإجراء البحث، اشتملت عينة البحث على 120 طالب مقسمين إلى 70 طالب تربية بدنية ورياضية، 50 طالب بيولوجيا. وكذلك على 80 طالبة منها 30 طالبة في التربية البدنية والرياضية، 50 طالبة من البيولوجيا.

استخدم الباحث اختبار جيرالد كنيون لقياس الاتجاهات الذي يتألف من 6 أبعاد.

1. النشاط البدني كخبرة اجتماعية 8 عبارات.
2. النشاط البدني للصحة واللياقة 11 عبارة.
3. النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة 9 عبارات.
4. النشاط البدني كخبرة جمالية 9 عبارات.
5. النشاط البدني كحفظ التوتر 9 عبارات.
6. النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي 8 عبارات.

طبيعة الاتجاهات وفقا للنسبة المئوية لاستجاباتهم:

1. 0: أقل من 21% سلبية بدرجة كبيرة.
2. 21: أقل من 41% سلبية.
3. 41: أقل من 61% حيادية.
4. 61: أقل من 81% إيجابية.
5. 81: أقل من 100% إيجابية بدرجة كبيرة.

قام الباحث بحساب معامل الارتباط لسبيرمان بين الاختبارين القبلي والبعدي على عينة عشوائية من مجتمع البحث من غير أفراد العينة:

| الدلالة 0.05 | الصدق | الثبات | البعد |
|--------------|-------|--------|-------|
| 0.95         | 0.92  | 0.85   | 1     |
|              | 0.92  | 0.85   | 2     |
|              | 0.94  | 0.90   | 3     |
|              | 0.98  | 0.97   | 4     |
|              | 0.99  | 0.99   | 5     |
|              | 0.98  | 0.97   | 6     |

من الجدول يتضح أن معاملات الارتباط بين كل بعد على حدى وبين الدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً، ومن ثم فإن المقياس صادق في قياس الاتجاهات لدى الطلبة.

### نتائج البحث:

**جدول 01:** درجات ونسب وترتيب وشدة استجابة الطلبة بجامعة مستغانم في مقياس (كنيون) للاتجاهات نحو النشاط الرياضي:

| BIO             |         |          |        | EPS             |         |          |        | البعد ذكور                   |
|-----------------|---------|----------|--------|-----------------|---------|----------|--------|------------------------------|
| طبيعة الاستجابة | الترتيب | النسبة % | الدرجة | طبيعة الاستجابة | الترتيب | النسبة % | الدرجة |                              |
| إيجابية         | 4       | 63.55    | 1271   | إيجابية         | 3       | 71.07    | 1990   | النشاط البدني كخبرة اجتماعية |
| إيجابية         | 1       | 80.07    | 2202   | إيجابية         | 1       | 77.84    | 2997   | ن. ب للصحة واللياقة          |
| حيادية          | 6       | 56.22    | 1265   | حيادية          | 6       | 58.59    | 1849   | ن. ب كخبرة وتوتر ومخاطرة     |
| إيجابية         | 3       | 72.93    | 1641   | إيجابية         | 5       | 64.69    | 2038   | ن. ب كخبرة جمالية            |
| إيجابية         | 2       | 74.04    | 1674   | إيجابية         | 2       | 75.2     | 2369   | ن. ب لخفض التوتر             |
| حيادية          | 5       | 60.08    | 1216   | إيجابية         | 4       | 70.39    | 1971   | ن. ب للتفوق الرياضي          |
| إيجابية         | -       | 68.65    | 9269   | إيجابية         | -       | 69.91    | 13214  | المجموع                      |

يتضح من الجدول:

النسبة للمقياس ككل جاءت طبيعة اتجاهات كل من طلبة قسم التربية البدنية والرياضية وبيولوجيا إيجابية، حيث جاءت نسبة طلبة التربية البدنية والرياضية 69.91% بينما جاءت نسبة طلبة البيولوجيا 68.65%. وقد يرجع هذا كون توافر نوادي رياضية داخل الجامعة مما يساهم في مشاركتهم.

بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة استجابة طلبة قسم التربية البدنية والرياضية إيجابية في جميع أبعاد المقياس عدا بعد النشاط البدني كخبرة وتوتر ومخاطرة، أما بالنسبة لطلبة البيولوجيا جاءت غيابة في جميع الأبعاد عدا بعدي النشاط البدني كخبرة وتوتر ومخاطرة والنشاط البدني للتفوق الرياضي، وقد يرجع ذلك إلى توفر وسائل الأمان للطلبة خلال الممارسة وعدم الاهتمام بإعداد برامج للمخاطرة التي تمارس في الدول المتطورة والتي غالبا ما تضيء متعة الإثارة للأنشطة الترويحية كما ان طلبة البيولوجيا لا يهتمون بجانب التفوق الرياضي لكونهم غير منخرطين في نوادي تتنافس فيما بينها وحتى في النوادي التي تسعى لبلوغ المستويات العليا.

تفوق طلبة التربية البدنية والرياضية على طلبة البيولوجيا في نسب أبعاد المقياس النشاط البدني كخبرة اجتماعية، النشاط البدني كخبرة وتوتر ومخاطرة، النشاط البدني لخفض التوتر، النشاط البدني للتفوق الرياضي بينما تفوق طلبة البيولوجيا في نسب أبعاد المقياس للنشاط البدني للصحة واللياقة والنشاط البدني كخبرة جمالية. وقد يرجع ذلك إلى كون طلبة البيولوجيا يرغبون في مزولة النشاط البدني كأداة وقائية من الأمراض والمحافظة على الصحة والقوام وهذا يمنحهم الجانب الجمالي للجسم والبنية القوية والسليمة عكس طلبة التربية البدنية الذين تدخل هذه الأبعاد في تكوينهم بشكل تلقائي ولا يبذلون لها أية أهمية نظرا لاكتسابهم لها في المراحل الأولى من الممارسة الرياضية.

**الجدول 2:** يبين الفروق بين متوسطات طلبة ذكور التربية البدنية والرياضية وبيولوجيا في مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط الرياضي وأبعاده.

| الأبعاد                      | EPS  |        | BIO  |        | الفروق بين المتوسطات | قيمة "ت" |               |
|------------------------------|------|--------|------|--------|----------------------|----------|---------------|
|                              | 1ع   | 1س     | 1ع   | 1س     |                      | المحسوبة | الجدولية 0.05 |
| النشاط البدني كخبرة اجتماعية | 4.21 | 28.42  | 4.49 | 25.42  | 3                    | 3.75     |               |
| ن. ب للصحة واللياقة          | 4.42 | 42.81  | 6.75 | 44.04  | 1.23                 | 1.13     |               |
| ن. ب كخبرة وتوتر ومخاطرة     | 4.49 | 26.41  | 4.35 | 25.30  | 1.11                 | 1.38     | 1.98          |
| ن. ب كخبرة جمالية            | 5.61 | 29.11  | 8.6  | 32.28  | 3.71                 | 2.68     |               |
| ن. ب لخفض التوتر             | 4.98 | 33.84  | 5.27 | 33.48  | 0.36                 | 0.38     |               |
| ن. ب للتفوق الرياضي          | 4.15 | 28.15  | 4.53 | 25.32  | 2.83                 | 3.53     |               |
| المجموع                      | -    | 188.74 | -    | 186.38 | 2.36                 | -        |               |

يتضح من خلال الجدول رقم 02 ما يلي:

وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات طلبة التربية البدنية والبيولوجيا في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لصالح طلبة قسم التربية البدنية والرياضية وذلك بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس.

وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات طلبة التربية البدنية والبيولوجيا في بعدي النشاط البدني كخبرة اجتماعية والتفوق الرياضي لصالح طلبة قسم التربية البدنية والرياضية.

وقد ترجع هذه النتائج إلى كون الممارسة الدائمة وطويلة الأمد للنشاط الرياضي تكسب الإنسان الطابع الاجتماعي المميز له عن غيره.

وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات طلبة البيولوجيا والتربية البدنية والرياضية في بعد النشاط البدني كخبرة جمالية لصالح طلبة البيولوجيا وقد يرجع ذلك إلى كون الطالب الجامعي والغير مختص بالرياضة يسعى إلى الاعتناء بالشكل الخارجي (المظهر) وكذا جمالية حركاته.

وجود فروق غير دالة إحصائية بين متوسطات طلبة التربية البدنية والبيولوجيا في أبعاد النشاط الرياضي للصحة واللياقة كخبرة وتوتر ومخاطرة لخفض التوتر وقد يرجع ذلك إلى كون الطالب في كلا الاختصاصين يسعى لتحقيق الصحة والحفاظ عليها ويسعى من خلالها الحد من الاضطرابات النفسية من خلال الاندماج في الأنشطة الرياضية وكذا يسعى لاجتناب كل ما هو خطر على صحته وسلامته وبالتالي فالطلبة يتقاسمون نفس الانشغال في الأبعاد الثلاث وبالتالي جاءت الفروق فيها غير جوهرية.

جدول 3 يمثل درجات ونسب وترتيب وشدة استجابة الطالبات بجامعة مستغانم (EPS، بيولوجيا) في مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني:

| BIO           |         |          |        | EPS           |         |          |        | البعد ذكور                   |
|---------------|---------|----------|--------|---------------|---------|----------|--------|------------------------------|
| شدة الاستجابة | الترتيب | النسبة % | الدرجة | شدة الاستجابة | الترتيب | النسبة % | الدرجة |                              |
| إيجابية       | 5       | 63.25    | 1265   | إيجابية       | 3       | 74       | 888    | النشاط البدني كخبرة اجتماعية |
| إيجابية       | 1       | 78.32    | 2154   | إيجابية       | 2       | 75.09    | 1239   | ن. ب للصحة واللياقة          |
| حيادية        | 6       | 54.03    | 1236   | حيادية        | 6       | 55.62    | 751    | ن. ب كخبرة وتوتر ومخاطرة     |
| إيجابية       | 3       | 69.37    | 1561   | إيجابية       | 4       | 73.55    | 993    | ن. ب كخبرة جمالية            |
| إيجابية       | 2       | 70.13    | 1578   | إيجابية       | 1       | 75.92    | 1025   | ن. ب لخفض التوتر             |
| حيادية        | 4       | 63.6     | 1272   | إيجابية       | 5       | 70.33    | 844    | ن. ب للتفوق الرياضي          |
| إيجابية       | -       | 67.15    | 9066   | إيجابية       | -       | 70.86    | 5740   | المجموع                      |

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن:

بالنسبة للمقياس ككل جاءت طبيعة اتجاهات كل من طالبات التربية البدنية والرياضية والبيولوجيا إيجابية، حيث قدرت النسبة المئوية لدى طالبات التربية البدنية 70.86% وبينما جاءت النسبة لدى

طالبات البيولوجيا 67.15%. وقد يرجع هذا لكون الطالبات يتمتعن داخل الأحياء الجامعية لمنشآت رياضية تسمح لهن بمزاولة مختلف الأنشطة الرياضية.

أما بالنسبة لأبعاد المقياس جاءت طبيعة استجابة الطالبات (التربية البدنية والرياضية) إيجابية في جل الأبعاد عدا بعد النشاط البدني كخبرة وتوتر ومخاطرة، أما بالنسبة لطالبات البيولوجيا جاءت طبيعة استجابتهن إيجابية في جميع أبعاد المقياس عدا بعد النشاط البدني كخبرة وتوتر ومخاطرة وقد يرجع ذلك إلى توافر وسائل الأمن والسلامة للأنشطة التي يزاولها باستمرار، وعدم إقبالهن على الأنشطة التي تتضمن درجة عالية من الخطورة والمتعة، تفوق طالبات التربية البدنية على طالبات البيولوجيا في نسب أبعاد المقياس والنشاط البدني كخبرة اجتماعية. النشاط البدني كخبرة وتوتر ومخاطرة، النشاط البدني كخبرة جمالية، النشاط البدني لخفض التوتر، النشاط البدني للتفوق الرياضي، بينما تفوقت إناث البيولوجيا في بعد النشاط البدني للصحة واللياقة وقد يرجع ذلك إلى كون إناث البيولوجيا يؤمنون بأن ممارسة الأنشطة الرياضية لها أكبر أهمية من الناحية الصحية عكس طالبات التربية البدنية اللاتي اكتسبن في تكوينهن رصيذا علميا إضافيا يتبنى الجانب الاجتماعي للتواصل والجانب الجمالي للحركات وكذا حب التميز عن غيرهن من غير الرياضيات وبالتالي التفوق عليهن في المناسبات الرياضية.

جدول يبين الفروق بين متوسطات إناث التربية البدنية والبيولوجيا.

| قيمة "ت" | المحسوبة | الفروق بين المتوسطات | BIO  |        | EPS  |        | الأبعاد                      |
|----------|----------|----------------------|------|--------|------|--------|------------------------------|
|          |          |                      | 1ع   | 1س     | 1ع   | 1س     |                              |
| 0.05     | 1.98     | 4.3                  | 4.34 | 25.3   | 3.25 | 29.6   | النشاط البدني كخبرة اجتماعية |
|          |          | 1.78                 | 5.34 | 43.08  | 6.99 | 41.3   | ن. ب للصحة واللياقة          |
|          |          | 0.31                 | 4.53 | 24.72  | 5.24 | 25.03  | ن. ب كخبرة وتوتر ومخاطرة     |
|          |          | 1.88                 | 6.45 | 31.22  | 6.63 | 33.1   | ن. ب كخبرة جمالية            |
|          |          | 2.6                  | 5.98 | 31.56  | 5.41 | 34.16  | ن. ب لخفض التوتر             |
|          |          | 2.69                 | 4.19 | 25.44  | 3.9  | 28.13  | ن. ب للتفوق الرياضي          |
|          |          | 10                   | -    | 181.32 | -    | 191.32 | المجموع                      |

من خلال الجدول يتبين لنا ما يلي:

وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات طالبات التربية البدنية والبيولوجيا في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي لصالح طالبات التربية البدنية وهذا بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس.

وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات طالبات التربية البدنية والبيولوجيا في بعد النشاط البدنية لخفض التوتر، نشاط بدني كخبرة اجتماعية والنشاط البدني للتفوق الرياضي لصالح طالبات التربية البدنية والرياضية وقد يرجع ذلك لكون الظروف المساعدة تتيح لطالبات التربية البدنية الممارسة أكثر داخل وخارج الجامعة.

وجود فروق غير دالة إحصائية بين متوسطات طالبات التربية البدنية والرياضية والبيولوجيا في أبعاد النشاط البدني للصحة واللياقة، النشاط البدني كخبرة وتوتر ومخاطرة، والنشاط البدني كخبرة جمالية. وقد يرجع ذلك إلى كون الطالبات يشتركن في الانشغال بالجانب الصحي والجمالي لرشاقتهم وكذا تجنب المخاطرة في الحركات.

#### الاستنتاجات:

اتجاهات الطلاب نحو ممارسة النشاط الرياضي إيجابية، وإن اتجاهات طلاب التربية البدنية (ذكور - إناث) أكثر إيجابية من طلاب (ذكور - إناث) البيولوجيا.

وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات طلاب (ذكور وإناث) التربية البدنية والبيولوجيا في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لصالح طلاب التربية البدنية (ذكور - إناث) وذلك بالنسبة لدرجات المقياس ككل.

وجود فروق دالة إحصائية لصالح طلاب التربية البدنية ذكورا وإناث في أبعاد النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية، والنشاط الرياضي للتفوق الرياضي وكذلك لدى إناث التربية في بعد النشاط البدني لخفض التوتر. وجود فروق دالة إحصائية لصالح طلبة البيولوجيا (ذكور) في بعد النشاط البدني كخبرة جمالية.

#### التوصيات:

- زيادة اهتمام المسؤولين بالجامعات الجزائرية بتوضيح مفهوم النشاط الرياضي وأهميته وفوائده على الطلاب.

- الاهتمام بدراسة اتجاهات الطلاب في مختلف التخصصات.

- اهتمام وسائل الإعلام بالنشاطات الجامعية المختلفة لترقية النشاط الرياضي الجامعي والتعريف به.

- توفير الوسائل والأجهزة الرياضية للطلاب داخل الجامعة ليتسنى لهم ممارسة الأنشطة الرياضية.

- ضرورة تعميم ممارسة الأنشطة الرياضية في كافة الجامعات الجزائرية في المراحل الدراسية المختلفة.



## المصادر والمراجع:

1. أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضة، دار الطباعة 1994.
2. أنور طاهر رضا وآخرون: الاتجاهات والميول في التربية، دار المناهل للطباعة 1993.
3. عزيز حنا داوود: علم تغيير الاتجاهات النفسية والاجتماعية، مكتبة أنجلو مصرية بدون سنة.
4. عباس محمود عوض: علم النفس الاجتماعي، دار النهضة العربية، بيروت 80.
5. عبد الرحمن عيسوي: دراسات في علم النفس الاجتماعي، دار المعرفة، الإسكندرية 1994.
6. عبد الرحمن عيسوي: اتجاهات جديدة في علم النفس الحديث، دار النهضة العربية 1982.
7. محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، دار المعارف، مصر، ط8، 1992.
8. ك.م. ايفايترز، ترجمة: صبحي عبد اللطيف: الاتجاهات والميول في التربية، دار المعرفة، القاهرة 1993.
9. راضي الوقفي: مقدمة في علم النفس، ط3، دار الشروق 1998، الأردن.