

اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة في ضوء بعض المتغيرات.

Attitudes of students towards physical activity outside the study time

سمير بن سايج

جامعة سوق أهراس bensayah.samir41@gmail.com

معلومات عن البحث:

تاريخ الاستلام: 2018/12/29

تاريخ القبول: 2019/02/06

تاريخ النشر: 2019/06/01

الكلمات المفتاحية: اتجاهات، النشاط البدني،
خارج أوقات الدراسة .

ملخص:

هدفت الدراسة الى التعرف على اتجاهات الطلبة بمعهد علوم و تقنيات
النشاطات البدنية والرياضية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية خارج الدراسة
والفروق بينها وفق متغيرات (الجنس ، المستوى الدراسي، التخصص
والانخراط في الأندية الرياضية) و تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته
طبيعة الدراسة.

وظف الباحث مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني وزع على عينة 72
طالب يدرسون بذات المعهد بجامعة سوق أهراس اختيروا عشوائيا وعولجت
النتائج احصائيا بواسطة برنامج spss 19 وتوصلنا الى انه للطلبة
اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي خارج الدراسة، كما
انه لا توجد فروق بينهم في الاتجاهات تعزى لمتغيرات (الجنس ، المستوى
الدراسي، التخصص و الانخراط في الأندية الرياضية)

الباحث المرسل: سمير بن سايج

bensayah.samir41@gmail.com

Keywords:

Attitudes ;
towards hysical
activity;
outside the
study time.

Abstract

The purpose of the study was to identify attitudes of students of institute science and technical physical and sports activities towards physical activity outside the study time, as the differences between them according to the variables of the sex, the level of study, engage in a club sportive and the specialty. For that, the researcher has distributed a questionnaire of attitude towards physical activity to a simple of 72 students, then he statistically treated the results using the software spss.

We found that students have positive attitudes to wards physical activity outside the study time, and that there are no differences statistically significant at the same attitudes between students a cording to the sex, the level of study, engage in a club sportive or the specialty.

I - مقدمة:

لقد زاد في السنوات الأخيرة الاهتمام بدراسات ممارسة النشاط البدني لمختلف شرائح المجتمع من أطفال صغار إلى تلاميذ و طلبة و حتى الكبار الكهول و الشيوخ و ارتبط ارتباطا وثيقا بالصحة الجسمية و النفسية و الاجتماعية و اعتبارها وسيلة هامة للتخلص من التوتر و الضغوط الخارجية. ويشمل مصطلح النشاط البدني كل ألوان النشاطات الذي يقوم بها الإنسان و التي يستخدم فيها الإنسان بدنه بشكل عام، كما انه جزء مكمل و مظهر رئيسي لمختلف الجوانب الثقافية للإنسان، فهو متغلغل في كل مظاهر الحياة اليومية له. (الجحشوش، 2012، صفحة 87)

و استخدم بعض العلماء تعبير النشاط البدني على اعتبار أنه في المجال الرئيسي المشتمل الذي اعتبر النشاط البدني على ألوان وأشكال الثقافة البدنية للإنسان، ومنهم بمنزلة نشاط رئيسي تتدرج ضمنه كل الأنظمة الفرعية الأخرى. (الخولي، 1996، صفحة 22) . كما نال موضوع الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني و خاصة عند الطلبة اهتماما كبيرا من الباحثين فممارسة النشاط البدني يتطلب وجود ميول و دوافع من قبل الطالب الممارس إذ يرى (علاوي، علم النفس الرياضي، 1992، صفحة 215) أن الاتجاهات نحو ممارسة النشاطات البدنية الرياضية نوع من أنواع الدوافع المكتسبة، كما أنها من الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك و الاتجاهات الايجابية نحو النشاط الرياضي تلعب دورا مهما في الارتفاع بهذا النوع من النشاط البشري لأنها تمثل القوة التي تحرك الفرد و تثيره لممارسة هذا النشاط و الاستمرار في ممارسته بصورة منظمة. وقد تناولت العديد من الدراسات المحلية والعربية موضوع الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني على عينات مختلفة وفي أوساط الدراسة ومن بينها:

-دراسة (عباسة، 2015) بعنوان اتجاهات طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية نحو ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية، هدفت الدراسة الكشف عن اتجاهات طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية نحو ممارسة الأنشطة البدنية

والرياضية وأثر متغيرات الجنس والمستوى الدراسي و طبيعة الاتجاه من الناحية الايجابية. واعتمد الباحث المنهج الوصفي ووظف مقياس كينيون للاتجاهات والذي تكون من ستة أبعاد، وكانت أهم النتائج: و جود اتجاه ايجابي للطلبة نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي، عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في أبعاد الاتجاهات ما عدا في البعد كخبرة و توتر ومخاطر، كذلك عدم وجود فروق دالة حسب المستوى الدراسي.

- دراسة (الجفري، 2014) بعنوان اتجاهات طلبة جامعة الملك عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية نحو ممارسة النشاط البدني، هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة جامعة الملك عبد العزيز نحو ممارسة النشاط البدني، و قد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، و تكونت عينة الدراسة من 275 طالبا و طالبة تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية، ووظف الباحث استبيان مكون من 32 عبارة موزعة على أربع محاور بالتساوي، و توصل الباحث إلى أن اتجاهات الطلبة كانت ايجابية حيث بلغ الوسط الحسابي (3.77)، كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق في اتجاهات الطلاب تبعا لمتغير مؤشر كتلة الجسم و متغير المعدل التراكمي، بينما أظهرت النتائج وجود فروق في الاتجاهات على المجال الصحي تبعا إلى متغير الجنس و لصالح الذكور.

- دراسة (جابر، 2009) بعنوان: اتجاهات الطلبة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في مدارس محافظات غزة، هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في مدارس محافظة قطاع غزة، و كذلك معرفة الفروق في تلك الاتجاهات تبعا لمتغير الجنس و لتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها 208 طالب و طالبة موزعة بالتساوي، و قد تم استخدام المنهج الوصفي، و لجمع بيانات الدراسة تم استخدام مقياس كينيون و الذي ترجمه محمد حسن علاوي (1998).

وقد توصلت الدراسة إلى أن اتجاهات الطلبة طلبة المرحلة الثانوية بمدارس غزة نحو ممارسة الأنشطة البدنية كانت ايجابية بدرجة كبيرة جدا، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جميع الأبعاد لمتغير الجنس.

- دراسة (ابراهيم، 2013) بعنوان : اتجاهات طلبة بعض أقسام كلية التربية الأساسية نحو ممارسة النشاط البدني واللياقة الصحية، هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة بعض أقسام كلية التربية الأساسية نحو ممارسة النشاط البدني و اللياقة الصحية وبحسب الجنس، واعتمد الباحث المنهج الوصفي، ووزع استبانته مقننة متكونة من محورين على عينة تكونت من 150 طالب، و توصلت الدراسة إلى وجود اتجاهات ايجابية للطلبة نحو ممارسة النشاط البدني كذلك تباين الاتجاهات بين الطلبة والطالبات في هذه الاتجاهات، وأن للطلبة رغبة أكبر من الطالبات في وجود درس تربية رياضية.

- دراسة (رحيم، 2006) بعنوان: اتجاهات بعض طلبة جامعة السليمانية نحو النشاط الرياضي، هدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة السليمانية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، كذلك التعرف على الفروق في اتجاهات الطلبة تبعا للجنس و موقف الأسرة مكان السكن والمرحلة الدراسية وظف الباحث مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني وزع على عينة 185 طالب و قد أظهرت النتائج وجود اتجاهات ايجابية للطلبة نحو النشاط البدني.

وفي ضوء ما سبق نطرح التساؤل: هل للطلبة اتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة؟

وانطلاقا من هذا التساؤل نطرح التساؤلات التالية:

- هل هناك فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الجنس؟

- هل هناك فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟

- هل هناك فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي؟
- هل هناك فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير التخصص النظري؟
- وللإجابة على الأسئلة وضع الباحث الفروض التالية:
- للطلبة اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة.
- لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي.
- لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير التخصص النظري.

II - الطريقة وأدوات:

- 1- العينة وطرق اختيارها: تمثلت عينة الدراسة من 72 طالب و طالبة اختيروا بطريقة عشوائية من بين الطلبة الذين يدرسون لمعهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة سوق أهراس.
- 2- إجراءات الدراسة:
- 1-2 - المنهج: اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الموضوع.
- 2-2- تحديد المتغيرات:

-**المتغير المستقل:** و هي في دراستنا المتغيرات التي سنرى ان كانت تؤثر في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج الدراسة و هي: الجنس و المستوى الدراسي والانخراط في الأندية الرياضية و التخصص النظري.

-**المتغير التابع:** اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج الدراسة.

2-3- أداة الدراسة و الأسس العلمية : -أداة الدراسة: استعمل الباحث في دراسته مقياس مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني وضعه في الأصل "جيرالد كينيون " وأعد صورته العربية محمد حسن علاوي. (علاوي، 1998، صفحة 444) ويتكون المقياس من 54 عبارة بطريقة ليكرت على ميزان مدرج من خمس تدريجات طبقا لدرجة إنطباقها على حالته كما يلي : موافق بدرجة كبيرة ,موافق ,لم أكون رأي بعد ,غير موافق على الإطلاق .

وقد تم تقسيم المقياس ايضا الى عبارات موجبة و سالبة و قد تم توزيعها على الابعاد الستة ويمكن تلخيص ذلك في الجدول التالي : (علاوي، 1998، صفحة 450)

جدول رقم 01 يوضح تقسيم العبارات على وفق الأبعاد الستة للمقياس و الاشارات:

الابعاد	عبارات موجبة	عبارات سالبة
النشاط البدني كخبرة إجتماعية	11,17,20,25,29	19,39,49
النشاط البدني للصحة واللياقة	4,10,15,18,23,32,40,47	27,36, 6
النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	7,28,42,50,53	1,13,22,38
النشاط البدني كخبرة جمالية	3,8,14,30,33,35,41,45,48	
النشاط البدني لخفض التوتر	12,16,21,26,37,44,51	31
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي	2,9,24,43	5,24,46,52

- **الأسس العلمية للأداة:**

- **ثبات الأداة:** قام الباحث بحساب ثبات الأداة بطريقتين:- **معامل الثبات ألفا كورينباخ:** حيث تم حساب الثبات باستخدام معادلة ألفا كورينباخ من خلال البرنامج الاحصائي 19

spss و تبين أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات حيث جاء معامل الثبات ألفا كورينباخ: 0.786.

-طريقة التجزئة النصفية: تم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية و هذا باستخدام البرنامج الاحصائي spss 19 حيث جاء معامل سيبرمان براون 0,711 ومعامل غوتمان 0,711 و هو ما يدل على ثبات المقياس.

-صدق الأداة: قام الباحث بحساب صدق الأداة بطريقتين:

-الصدق البنائي: حيث قام بحساب معامل ارتباط ليرسون بين أبعاد المقياس و المقياس ككل و جاء معامل الارتباط الكلي 0.72 و هو ارتباط قوي يدل على صدق الأداة.

- معامل الصدق الذاتي: و هذا عن طريق الجذر التربيعي الموجب لمعامل الثبات ألفا كورينباخ و الذي جاء 0.886 و هو قوي يدل على صدق الأداة.

2-4 - الأدوات الإحصائية: وظف الباحث في هذه الدراسة: معامل ارتباط ليرسون، معامل ألفا كورينباخ، معامل سيبرمان براون و معامل غوتمان للثبات و الوسط الحسابي واختبار ت و اختبار أنوفا، واعتمدنا على برنامج الحزمة الاحصائية spss 19.

III - النتائج :

1- عرض و تحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى (للطلبة اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة):

جدول رقم 2: يمثل النتائج الخاصة باتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة:

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الطبيعة	الرتبة
النشاط البدني كخبرة إجتماعية	3.70	ايجابية	4
النشاط البدني للصحة واللياقة	4.01	ايجابية	1
النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	2.92	محايدة	6
النشاط البدني كخبرة جمالية	3.63	ايجابية	5
النشاط البدني لخفض التوتر	3.75	ايجابية	2
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي	3.74	ايجابية	3
المجموع	3.63	ايجابية	-

من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه وجدنا أن اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة كانت ايجابية و هذا بوسط حسابي بلغ 3.63 و جاءت أبعاد المقياس كما يلي:

- جاء اتجاه الطلبة نحو بعد النشاط البدني للصحة و اللياقة ايجابي أولا بوسط حسابي بلغ 4.01 .

- جاء اتجاه الطلبة نحو بعد النشاط البدني لخفض التوتر ايجابي بوسط حسابي 3.75 وبمرتبة ثانية.

- كما جاء اتجاه الطلبة نحو بعد النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي ايجابيا أيضا بوسط حسابي 3.74 و رتبة ثالثة من بين الأبعاد الستة.

- بعد النشاط البدني كخبرة إجتماعية جاءت اتجاهات الطلبة أيضا نحوه ايجابية بوسط حسابي 3.70 و مرتبة رابعة.

- اتجاهات الطلبة نحو بعد النشاط البدني كخبرة جمالية جاءت ايجابية بوسط حسابي 3.63 و خامسا.

- اتجاهات الطلبة نحو بعد النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة جاءت محايدة وبوسط حسابي 2.92.

2- عرض و تحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية (لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الجنس):

جدول رقم 3: يمثل الفروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة وفقا لمتغير الجنس:

الأبعاد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	د الحرية	(T) المحسوبة	قيمة (Sig)
النشاط البدني كخبرة إجتماعية	ذكور	3.74	0.67	70	0.638	0.526
	اناث	3.63	0.65			
النشاط البدني للصحة واللياقة	ذكور	4.04	0.51	70	0.623	0.536
	اناث	3.96	0.61			
النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	ذكور	3.06	0.65	70	2.192	0.032
	اناث	2.71	0.70			
النشاط البدني كخبرة جمالية	ذكور	3.54	0.97	70	1.148	0.255
	اناث	3.77	0.50			
النشاط البدني لخفض التوتر	ذكور	3.69	0.50	70	1.153	0.253
	اناث	3.84	0.58			
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي	ذكور	3.77	0.53	70	0.722	0.437
	اناث	3.68	0.49			
المقياس ككل	ذكور	3.65	0.39	70	0.566	0.537
	اناث	3.59	0.33			

من خلال الجدول رقم (3) نجد:

- البعد الأول (النشاط البدني كخبرة إجتماعية): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.638)، و قيمة (Sig=0.526) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70) وعليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور و الاناث في بعد النشاط البدني كخبرة اجتماعية.

- البعد الثاني (النشاط البدني للصحة واللياقة): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.623)، و قيمة (Sig=0.536) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70). وعليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور و الاناث في بعد النشاط البدني للصحة واللياقة.

- البعد الثالث (النشاط الرياضي كخبرة توتر و مخاطرة): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (2.192)، و قيمة (Sig=0.032) أقل من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70). وعليه يتبين انه توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور و الاناث في بعدالنشاط الرياضي كخبرة توتر و مخاطرة لصالح الذكور.

- البعد الرابع (النشاط البدني كخبرة جمالية): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (1.148)، و قيمة (Sig=0.255) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70). وعليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور و الإناث في بعد النشاط البدني كخبرة جمالية.

- البعد الخامس (النشاط البدني لخفض التوتر): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (1.153)، وقيمة (Sig=0.253) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70).

وعليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور و الإناث في بعد النشاط البدني لخفض التوتر.

- البعد السادس(النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.722)، وقيمة (Sig=0.437) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، وبالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70).و عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث في النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي.

3- عرض و تحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة (لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير المستوى الدراسي):

-جدول رقم 4 يمثل الفروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة وفقا لمتغير المستوى الدراسي:

الأبعاد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	د الحرية	(T) المحسوبة	قيمة (Sig)
النشاط البدني كخبرة إجتماعية	ذكور	3.62	0.68	70	1.080	0.284
	اناث	3.79	0.62			
النشاط البدني للصحة واللياقة	ذكور	4.01	0.53	70	0.007	0.995
	اناث	4.01	0.57			
النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	ذكور	2.97	0.68	70	0.653	0.516
	اناث	2.86	0.70			
النشاط البدني كخبرة جمالية	ذكور	3.59	1.01	70	0.399	0.691
	اناث	3.67	0.51			
النشاط البدني لخفض التوتر	ذكور	3.75	0.51	70	0.043	0.966
	اناث	3.75	0.58			
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي	ذكور	3.76	0.48	70	0.414	0.680
	اناث	3.71	0.57			
المقياس ككل	ذكور	3.62	0.40	70	0.102	0.919
	اناث	3.63	0.33			

من خلال الجدول رقم (4) نجد :

- البعد الأول (النشاط البدني كخبرة إجتماعية) : وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (1.080)، و قيمة (Sig=0.284) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان

(T) غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70).
وعليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائياً الطلبة في بعد النشاط البدني كخبرة
إجتماعية وفق متغير المستوى الدراسي.

- البعد الثاني (النشاط البدني للصحة واللياقة): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي
(0,007)، و قيمة (Sig=0.995) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان
(T) غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70).
وعليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلبة في بعد النشاط البدني للصحة
واللياقة وفق متغير المستوى الدراسي.

- البعد الثالث (النشاط الرياضي كخبرة توتر و مخاطرة): وجدنا قيمة (T) المحسوبة
تساوي (0,653)، و قيمة (Sig=0.516) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)،
وبالتالي فان (T) دالة إحصائياً عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي
(70). و عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلبة بعدالنشاط الرياضي
كخبرة توتر ومخاطرة تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

- البعد الرابع (النشاط البدني كخبرة جمالية): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي
(0,339)، و قيمة (Sig=0.691) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان
(T) غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70).
وعليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلبة في بعد النشاط البدني كخبرة
جمالية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

- البعد الخامس (النشاط البدني لخفض التوتر): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي
(0,043)، و قيمة (Sig=0.966) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان
(T) غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70).
عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلبة في بعد النشاط البدني لخفض
التوتر تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

- البعد السادس (النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.680)، و قيمة (Sig=0.414) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، وبالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70). و عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة في بعد النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي تعزى لمتغير المستوى الدراسي .

- أما فيما يتعلق بالمقياس ككل فيتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة في اتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير المستوى الدراسي حيث ان قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.102)، و قيمة (Sig=0.919) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70).

4- عرض و تحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة (لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي):

-جدول رقم 5 يمثل الفروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة وفقا لمتغير الانحراف في نادي رياضي:

الأبعاد	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	د الحرية	(T) المحسوبة	قيمة (Sig)
النشاط البدني كخبرة إجتماعية	ذكور	3.93	0.61	70	1.814	0.074
	اناث	3.61	0.66			
النشاط البدني للصحة واللياقة	ذكور	3.95	0.57	70	0.534	0.595
	اناث	4.03	0.54			
النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	ذكور	2.94	0.66	70	0.134	0.894
	اناث	2.92	0.71			
النشاط البدني كخبرة جمالية	ذكور	3.50	0.69	70	0.758	0.451
	اناث	3.67	0.87			
النشاط البدني لخفض التوتر	ذكور	3.73	0.59	70	0.190	0.850
	اناث	3.76	0.52			
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي	ذكور	3.86	0.62	70	1.165	0.248
	اناث	3.70	0.47			
المقياس ككل	ذكور	3.64	0.38	70	0.221	0.826
	اناث	3.62	0.37			

من خلال الجدول رقم (5) نجد:

- البعد الأول (النشاط البدني كخبرة إجتماعية) : وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (1.814)، و قيمة (Sig=0.074) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70).

عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائية الطلبة في بعد النشاط البدني كخبرة إجتماعية تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي.

- البعد الثاني (النشاط البدني للصحة واللياقة): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.534)، و قيمة (Sig=0.595) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70). عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة في بعد النشاط البدني للصحة واللياقة تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي.

- البعد الثالث (النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.134)، و قيمة (Sig=0.894) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، وبالتالي فان (T) دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70). و عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة بعدالنشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي.

- البعد الرابع (النشاط البدني كخبرة جمالية): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.758)، و قيمة (Sig=0.451) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70). عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة في بعد النشاط البدني كخبرة جمالية تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي.

- البعد الخامس (النشاط البدني لخفض التوتر): وجدنا قيمة (T) المحسوبة تساوي (0.190)، و قيمة (Sig=0.850) اكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (T) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) ودرجة حرية تساوي (70). و عليه يتبين انه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الطلبة في بعد النشاط البدني لخفض التوتر تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي.

5- عرض و تحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة (لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير التخصص):
جدول رقم (6) نتائج التحليل الأحادي (ANOVA) في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير التخصص:

الأبعاد	العينة	مجموع المربعات	د حرية	متوسط المربعات	F	قيمة (Sig)
النشاط البدني كخبرة إجتماعية	بين المجموعات	0.322	2	0.161	0.362	0.698
	داخل المجموعات	30.768	69	0.446		
	المجموع الكلي	31.091	71			
النشاط البدني للصحة واللياقة	بين المجموعات	1.583	2	0.791	2.739	0.072
	داخل المجموعات	19.938	69	0.289		
	المجموع الكلي	21.521	71			
النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	بين المجموعات	0.385	2	0.193	0.394	0.676
	داخل المجموعات	33.721	69	0.498		
	المجموع الكلي	34.106	71			
النشاط البدني كخبرة جمالية	بين المجموعات	2.906	2	1.453	2.172	0.122
	داخل المجموعات	46.144	69	0.699		
	المجموع الكلي	49.049	71			
النشاط البدني لخفض التوتر	بين المجموعات	0.979	2	0.490	1.717	0.187
	داخل المجموعات	19.986	69	0.285		
	المجموع الكلي	20.662	71			
النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي	بين المجموعات	0.839	2	0.419	1.580	0.213
	داخل المجموعات	18.314	69	0.265		
	المجموع الكلي	19.153	71			
المقياس ككل	بين المجموعات	0.790	2	0.395	2.961	0.58
	داخل المجموعات	9.206	69	0.133		
	المجموع الكلي	9.996	71			

من خلال الجدول رقم (06) يتبين انه:

-لا توجد فروق دالة إحصائية بين اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج اوقات الدراسة تبعا لمتغير التخصص (نشاط بدني تربوي، تدريب رياضي، ادارة و تسيير رياضي) حيث ان قيمة (F) تساوي (0.460)، و قيمة (Sig=0.633) اقل من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (F) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05).

-كما لا توجد فروق دالة إحصائية بين اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج اوقات الدراسة تبعا لمتغير التخصص (نشاط بدني تربوي، تدريب رياضي، ادارة و تسيير رياضي) في أبعاد المقياس الستة حيث ان و قيمة Sig أكبر من مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)، و بالتالي فان (F) غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05).

VI - المناقشة:

-مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى (لطلبة اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة):

من خلال النتائج المبينة في الجدول رقم (02) و جدنا ان للطلبة اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني خارج اوقات الدراسة و هذا في جميع الأبعاد ما عدا البعد الثاني النشاط البدني كخبرة توتر و مخاطرة و هذا يعكس ادراك الطلبة لأهمية ممارسة النشاط البدني لصحتهم ولياقتهم و حياتهم النفسية و الاجتماعية و التفوق و الخلس من الضغوطات عدم اكتفائه بدراسته فقط في الجامعة كذلك ادراك الطلبة لأضرار الممارسة الغير سليمة للأنشطة البدنية على صحتهم، و يرجع الباحث ذلك لإسهامات المقررات الدراسية التي يتلقاها الطلبة و التي تعد ثرية و متنوعة تشمل الجانب الصحي والاجتماعي و النفسي و حتى الاقتصادي ما يشجعهم على ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية لإدراكهم فائدتها.

هذه النتائج جاءت موافقة لدراسة (عباسة، 2015) ودراسة (الجفري، 2014) ودراسة (جابر، 2009) ودراسة (رحيم، 2006) ودراسة (ابراهيم، 2013) والتي توصلت جميعها الى أن للطلبة المدروسين اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني. -مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية (لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الجنس):

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (3) و جدنا أنه لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الجنس، وهذا في جميع الأبعاد ما عدا البعد الثالث (النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة) وهذا لصالح الذكور و تفسر هذه الفروق كون الذكور اكثر ميلا للممارسة النشاطات البدنية التي تتضمن مستوى من المخاطرة و المجازفة لخصائص نموهم و وطبيعة نشاطاتهم. في حين يرجع الباحث عدم وجود فروق بين الجنسين في الأبعاد الخمسة الأخرى الى الوعي الكبير من قبل الطلبة بأهمية ممارسة النشاط البدني على اختلاف جنسهم.

هذه النتائج جاءت موافقة لدراسة (جابر، 2009) ودراسة (عباسة، 2015) و التي توصلت الى أنه لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني تعزى للجنس في جميع الأبعاد ما عدا بعد (النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة)، وغير موافقة لدراسة (ابراهيم، 2013) ودراسة (الجفري، 2014) التان توصلتا الى انه توجد فروق بين الجنسين في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني.

-مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة (لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير المستوى الدراسي):

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (4) و جدنا أنه لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير المستوى الدراسي، و يفسر الباحث هذه النتيجة كون الطالب الذي يختار دراسة تخصص التربية

البدنية و الرياضية في الجامعة عادة ما يكون محفز ايجابيا و مقتنع بأهمية ممارسة
النشطة البدنية و الرياضة و هذا على اختلاف مستواهم الدراسي.

هذه النتائج جاءت موافقة لدراسة (عباسه، 2015) و التي توصلت الى انه لا
يوجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني تعزى لمتغير المستوى
الدراسي.

-مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة (لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو
ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الانخراط في نادي رياضي):

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (5) و جدنا أنه لا توجد فروق في
اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير الانخراط
في نادي رياضي و هذا في جميع الأبعاد و يمكن تفسير ذلك بأنه بغض النظر عن
الدافع لدراسة تخصص التربية البدنية سواء كانت الانخراط في نادي رياضي او غيرها
فإنها كافية لتكون لدى الطالب اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني حتى خارج
محيط دراسته. و في هذا السياق يشير (راتب، 1990، صفحة 43) الى أن جهود
المهتمين بتحليل واقع النشاط الرياضي توضح ان دوافع ممارسته تتعلق ب ست فئات
رئيسية هي: تنمية المهارات و الكفاءات، الانتساب لمجموعة و تكوين الأصدقاء،
الحصول على النجاح و التقدير، التمرين و تحسين اللياقة البدنية و التخلص من الطاقة
و الحصول على خبرة التحدي و الاستثارة.

-مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة (لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة
نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير التخصص):

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (3) و جدنا أنه لا توجد فروق في
اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة تعزى لمتغير
التخصص وهذا في أبعاد المقياس الستة و يفسر الباحث ذلك التخصص الفرعي الذي
يدرسه الطالب في الجامعة لا يشكل حاجزا يقف أمام ممارسته للنشاط البدني كما ان

أغلبية المقاييس التي يدرسها الطلبة في التخصصات الثلاثة (نشاط ترويبي، تدريب رياضي، وإدارة و تسيير) متشابهة ما عدا القليل منها و بالتالي عدم التأثير على الاتجاهات.

V- خلاصة :

هدفت الدراسة الى التعرف على اتجاهات الطلبة نحو النشاط البدني و الفروق بينها وفق بعض المتغيرات و بذلك وظف الباحث مقياس الاتجاه نحو النشاط البدني وزعت على عينة 72 طالب يدرس بمعهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بسوق أهراس مطلع سبتمبر 2018 و عولجت البيانات إحصائيا باستخدام برنامج spss 19 وتوصلت الدراسة إلى العديد من النتائج أهمها:

- للطلبة اتجاهات ايجابية نحو ممارسة النشاط البدني خارج أوقات الدراسة.
- لا توجد فروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني تعزى لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والانخراط في نادي رياضي و التخصص.
- وعليه يوصي الباحث بما يلي:
- تشجيع الطلبة على ممارسة الأنشطة الرياضية حتى خارج أوقات دراستهم بالجامعة.
- عدم الاكتفاء بدراسة تخصص التربية البدنية و الرياضية من أجل المهنة فقط بل من أجل الصحة واللياقة والتخلص من الضغوط و بناء العلاقات الاجتماعية.
- توظيف معارف الطالب الدراسية في ممارساته الرياضية مع غير المتخصصين خارج الجامعة.

IV- المراجع:

- 1-ابراهيم، دبان عبد الرحمان. (2013). اتجاهات طلبة بعض أقسام كلية التربية الأساسية نحو ممارسة النشاط البدني و اللياقة الصحية. مجلة كلية التربية الأساسية، 20(82)، الصفحات 667 - 678.

- 2- جابر، رمزي رسمي. (2009). اتجاهات الطلبة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في مدارس محافظات غزة. مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الانسانية)، 17(2)، الصفحات 385 - 417.
- 3- الجحشوش، خالد محمد. (2012). طرق تدريس التربية البدنية و الرياضية الحديثة (الإصدار 1). عمان، الأردن: مكتبة المجتمع العربي.
- 4- الجفري، علي. (2014). اتجاهات طلبة جامعة الملك عبد العزيز بالمملكة العربية السعودية نحو ممارسة النشاط البدني. مجلة جامعة النجاح للأبحاث، 28(8)، الصفحات 1900 - 1922.
- 5- الخولي، امين انور. (1996). أصول التربية البدنية و الرياضية (الإصدار 1). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 6- راتب، أسامة كامل. (1990). دوافع التفوق في النشاط الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 7- رحيم، أنور محمود. (2006). اتجاهات بعض طلبة جامعة السليمانية نحو النشاط الرياضي. مجلة علوم التربية الرياضية، 5(2)، الصفحات 50 - 60.
- 8- عباس، نجيب. (سبتمبر، 2015). اتجاهات طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية نحو ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية. مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية(20)، الصفحات 269 - 282.
- 9- علاوي، محمد حسن. (1992). علم النفس الرياضي (الإصدار 2). القاهرة: دار المعارف.
- 10- علاوي، محمد حسن. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين (الإصدار 1). مصر: مركز الكتاب للنشر.