

## (٢٥) اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي

### الباحثون

م.م صفد مظفر محمد●

م.م دلشاد محمد عبدالرحمن\*\*

م.م مصعب محمد عبد الله\*\*\*

الكلمات المفتاحية: اتجاهات - النشاط الرياضي - جامعة زاخو

المستخلص باللغة العربية

هدف البحث إلى التعرف على مستوى اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث، شمل مجتمع البحث جميع طالبات جامعة زاخو المستمترات على الدوام الرسمي للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤ والبالغ عددهن (١٢٤١) طالبة، اما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية المقيدة حيث بلغت (٢٥٠) طالبة، لتشكل نسبة (٢.١٤ %) من مجتمع البحث، ولتحقيق هدف البحث استخدام الباحثون مقياس كينيون المعرب من قبل (علاوي، ١٩٩٨)، وفي معالجة البيانات إحصائياً استخدام الباحثون النسبة المئوية، والوسط الحسابي، والانحراف المعياري.

واستنتج الباحثان ما يلي:

- ١- هناك ضعف كبير في توجه الكثير من طالبات جامعة زاخو نحو ممارسة النشاط الرياضي.
- ٢- ظهور محور ممارسة النشاط كخبرة اجتماعية بالمرتبة الاولى على باقي المحاور فيما يخص ظهور النسب المئوية لفقراته والتي مثلت اتجاهات ايجابية نحو ممارسة الانشطة الرياضية لعينة البحث، ومحور ممارسة النشاط كخبرة توتر ومخاطرة بالمرتبة الثانية ومحور ممارسة النشاط للصحة واللياقة بالمرتبة الثالثة ومحور ممارسة النشاط لخفض التوتر بالمرتبة الرابعة ومحور ممارسة النشاط للتفوق الرياضي بالمرتبة الخامسة ومحور ممارسة النشاط كجمالية بالمرتبة السادسة.

وأوصى الباحثون بما يلي:

- ١- ضرورة زيادة الثقافة والمفاهيم الرياضية والخاصة بأهمية ممارسة النشاط الرياضي لمختلف نواحي الحياة الاجتماعية والصحية والنفسية عند طالبات جامعة زاخو.
- ٢- ضرورة تخصيص اوقات لممارسة النشاط الرياضي تتخل جدول المحاضرات الاسبوعي للطالبات من خلال استغلال ساعات الفراغ على ان يتوفر لدى كل طالبة تجهيزات رياضية في دولاها الخاص، لكي تكون مستعدة لممارسة النشاط الرياضي في تلك الاوقات.
- ٣- على القائمين على مديرية النشاط الرياضي الجامعي في جامعة زاخو التفاعل مع طالبات الجامعة ومحاولة جذبهم واشراكهم في الأنشطة الداخلية والخارجية وهذا مما يسهم في اكساب اتجاهات ايجابية نحو النشاط الرياضي وذلك للاستفادة منهم في بعض الواجبات المرتبطة ببرامج المديرية وفق امكانياتهم.

(●) جامعة زاخو/ فاكولتي التربية- قسم التربية الرياضية-مدرس مساعد-الادارة والتنظيم.

(\*\*) جامعة زاخو/ فاكولتي التربية- قسم التربية الرياضية-مدرس مساعد-القياس والتقويم.

(\*\*\*) جامعة زاخو/ فاكولتي التربية- قسم التربية الرياضية-مدرس مساعد-علم النفس.

# **The Attitudes of Zakho University Students (Female) Towards Physical Activity**

**Safad M. Mohammed Dlashad M. Abdullrahman Musab. M. Abdullah**

**Ass. Lecture**

**Ass. Lecture**

**Ass. Lecture**

## **Abstract**

The aim of this study was to know the attitude of students (female) from Zakho University towards sports activities. The researchers used the descriptive approach to the appropriate for this study. The study was included all the female students in Zakho university to those whom continuing in study for the year 2013-2014 , the total number of students was (1241) students, the sample of study were chose in deliberate way reached (250) students, the study were conducted on a (20,14%) of the total number of research community, the study were used the kinyon scale to gain the aim of the study which it has translated into Arabic by (Alawy,1998), were used the percentage, mean and standard deviation in statistic part.

### **Researchers concluded:**

1. Weakness in a large number of students in participating sport activity.
2. Social experience activity frame appears in percentage come first place towards sport activities for the research community, the experience of nervous and risks comes the second , health and fitness to participating in activities comes third place, the reduction of nervous activity come forth place, special and excellence sport comes fifth place and participating activity as aesthetic characters come sixth.

### **The researches recommended as follow:**

1. Increase sports confidence and concepts to practicing deferent sport activity in different shape of life such as health and psychology for the students of Zakho University.
2. Necessary of using leisure time to do some activity in between schedule of the week incase sport kits are available for them.
3. Sports activity guidance in Zakho University should interact with students by applying attention and let them participation in/outdoor sports activities therefore gaining a positive attitude towards sport activities to give and take benefits in programme upon possibility.

### **Key Words:**

Attitude - Sports Activity - University of Zakho.

## ١ - المقدمة :

تعد الرياضة في المفهوم العام وسيلة للاستمتاع والترفيه ولا مجال للحديث اليوم عن الجامعات بمعزل عن النشاط الرياضي الذي يمثل نقطة أساسية في الحياة الجامعية، فطلبة الجامعات يمارسون هذه الأنشطة من أجل تحقيق ذاتهم والخروج من روتين الدراسة وضغوط الحياة اليومية، ومن أجل توفير ذلك لطلبة الجامعات يقع على عاتق مديرية النشاط الرياضي الجامعي مهمة تخطيط وتنظيم وتوجيه النشاطات الرياضية بنوعها الداخلي والخارجي وتشكيل المنتخبات وتدريبهم والإشراف عليهم في المنافسات الرياضية فضلا عن أنشطتها الفنية والثقافية ولكي ينجح مدربي مديرية النشاط الرياضي الجامعي في تحقيق كل ذلك عليهم أولاً معرفة مستوى اتجاهات الطلبة نحو النشاط الرياضي وبالتالي سوف يمكنهم من معرفة ميولهم ورغباتهم وسلوكهم.

إن سلوكيات أي مجتمع في كل مكان وزمان يتحدد بطبيعة الاتجاهات التي يتمتعون بها حيث أن الاتجاهات الايجابية تدفع بأصحابها إلى التشجيع والقبول والرغبة في أداء النشاط وبالمقابل فان الاتجاهات السلبية تدفع إلى عدم التشجيع وعدم الرغبة للقيام بالنشاط الرياضي (العبيدي وولي، ٢٠٠٢، ٢٥٠٩)، لذلك تناول هذا البحث موضوع الاتجاهات لما لها من أهمية في تحديد سلوك الفرد وتفسيره وبالتالي يوضح العلاقة بين الأفراد والنشاط الرياضي حيث يزيد من الإحساس بالتفكير إزاء الموضوعات المتعلقة في البيئة الرياضية من الأقوال والأفعال في جميع الأنشطة الرياضية وبالتالي ينظم الحركات والأفعال والعمليات الإدراكية الحيوية والمعرفية حول طبيعة الطلبة واتجاهاتهم نحو التعايش مع الأنشطة الرياضية مما يسهل على مدربي مديرية النشاط الرياضي الجامعي معرفة نوايا واتجاهات وسلوكيات الطلبة نحو نشاطاتهم (سلام، ٢٠٠٧، ٥٣).

وتكمن أهمية البحث في كونه الأول في حدود علم الباحثان-الذي يتناول موضوع اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي، وبالتالي معرفة رغباتهم في الاشتراك في البطولات الجامعية، إذ يمكن أن يساعد هذا البحث في تطوير الرياضة الجامعية من خلال الاستفادة منه ومعالجة الأسباب وراء عدم مشاركة الطالبات في الأنشطة والبطولات الجامعية، وتظهر أهمية هذا البحث في معرفة طبيعة اتجاهات طالبات جامعة زاخو وبالتالي اتخاذ بعض الإجراءات التي من شأنها تنمية الاتجاهات الايجابية والتعامل مع الاتجاهات السلبية بتعديلها وتغييرها، وكذلك تظهر أهمية البحث في تسليط الضوء نحو الطالبات حصراً للنهوض بصحتهن والحفاظ عليها، ويستطيع هذا البحث توفير بعض المعلومات لتكون في متناول مدربي مديرية النشاط الرياضي الجامعي والقائمين على البطولات الرياضية الجامعية والتي ربما تساهم في التعرف على أهم المشكلات التي تعاني منها طالبات جامعة زاخو.

أما مشكلة البحث يعتبر موضوع الاتجاهات من الموضوعات المهمة في علم النفس الرياضي، وله دور أساس ومهم وفعال في تطوير مستوى اللياقة البدنية، من خلال تشجيع الطلبة الذين لديهم اتجاهات ايجابية نحو الأنشطة الرياضية وتعديل وتطوير الطلبة الذين لديهم اتجاهات سلبية نحو

الأنشطة الرياضية، إذ من خلال معايشة الباحثان الميدانية وخبرتهما التدريبية في مجال التربية الرياضية لاحظا عدم مشاركة الطالبات في الأنشطة الرياضية الجامعية بنوعها الداخلي والخارجي فارتأى الباحثان إجراء هذا البحث من أجل الإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي: ما مستوى اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو ممارسة الأنشطة الرياضية وفق أبعاد المقياس المستخدم؟؟  
فيما كان هدف البحث:

-هدف البحث إلى التعرف على مستوى اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو ممارسة الأنشطة الرياضية.

مجالات البحث:

المجال البشري: طالبات جامعة زاخو المستمרות على الدوام للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤

المجال المكاني: جامعة زاخو

المجال الزمني: الفترة من ٢٠١٣/١٢/٥ ولغاية \_\_\_\_\_  
٢٠١٤/١١/٢٥

٢- الإطار النظري والدراسات المشابهة

٢-١ الإطار النظري:

٢-١-١ الاتجاهات:

تؤدي دراسة الاتجاهات في مجالات الحياة المختلفة بشكل عام وفي المجالات التربوية بشكل خاص وظيفة حيوية كبيرة، بالنظر إلى علاقة الاتجاه بالسلوك، حيث أن معرفتنا بالاتجاهات نحو: الأفراد، الجماعات، الأفكار، أو الأنشطة تيسر لنا عملية التنبؤ بالسلوكيات المتوقعة حيال تلك الموضوعات (جابر، ٢٠٠٩، ٣٨٦)، يعرف الاتجاه بأنه: " هو حالة من الاستعداد أو التأهب العصبي والنفسي، تنتظم من خلال خبرة الشخص، وتكون ذات تأثير توجيهي أو ديناميكي على استجابة الفرد لجميع الموضوعات والمواقف التي تثيرها هذه الاستجابات" (سلامة، ٢٠٠٧، ٥٩)، ويعرفه (سعدي، ٢٠٠٨) بأنه "مجموعة متلازمة من المواقف العامة التي يتسم الفرد بموجبهها بسماوات تدفعه إلى التجدد والانفتاح والعقلانية تجاه تطورات الحياة في الميادين المختلفة" (سعدي، ٢٠٠٨، ٢٠)، كما ذكر (Twain): "إن اختلاف الآراء هو الذي يجعل سباق الخيل، فالاتجاهات هي المعتقدات والأفكار التي تجعل الفرد يتصرف بطرائق معينة فنحن نملك اتجاهات نحو كل أنواع الأشياء، ونحن نعيش في عالم يحاول فيه كل منا التأثير على اتجاهات الآخر" (Halonen & Santrock, 1996, P.659)، ويعرفه الباحثان إجرائياً: "مفهوم يعبر عن محصلة استجابات طالبات جامعة زاخو نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، وذلك من حيث تأييدهم لموضوع الممارسة أو معارضتهم لها، وفي ذلك تنعكس صورتهم السلوكية التي يمكن إدراكها وقياسها".

## ٢-١-٢ وظائف الاتجاهات:

تخدم وظائف الاتجاهات في التيسير للإنسان القدرة على التعامل مع مواقف السيكولوجية المتعددة على نحو متسق يجمع ما لديه من خبرات متنوعة في مساعدة الإنسان على بلوغ أهدافه المحددة.

تؤدي الاتجاهات مجموعة من الوظائف المتعلقة بالفرد والمنظمة حيث تساعد في عملية التنبؤ بالسلوك والمعرفة بالمعلومات التي تساعد على اتخاذ موقف ما سواء كان هذا الموقف ايجابيا أو سلبيا، وتؤدي إلى الدفاع عن الذات في مواجهة الأفراد لصراعاتهم وضغوطاً في حياتهم وفي مواجهة هذه الضغوط يقوم الأفراد بالاحتفاظ باتجاهاتهم من أجل استخدامها للدفاع عن ذاتهم وبالتالي تخفيف حدة التوتر والقلق لديهم، بينما الأفراد الذين ليس لديهم اتجاهات لا يستطيعون الدفاع عن ذاتهم، وتساعد الاتجاهات الفرد على إشباع حاجاته ورغباته المتعددة والمتجددة فالأفراد يسعون إلى تحقيق حاجاتهم الاجتماعية وحاجات الانتماء والتقدير، فإذا ما قاموا بعملية التكيف مع اتجاهات المجتمع السائد فإنهم لن يشبعوا حاجاتهم ورغباته، وان من الوظائف الفعالة للاتجاهات كونها تساعد الفرد في التكيف مع المحيط البيئي الذي يعيش فيه يعمل مع الجماعة سيكيف نفسه مع اتجاهات تلك الجماعة حتى يتمكن من تحقيق أهداف المنظمة وأهدافه كذلك (البرواري، ١٥، ٢٠١٣).

## ٢-١-٣ مكونات الاتجاهات:

إن الاتجاهات ليست غريزة موروثة فطريا بل إنها تتكون بتأثير معرفي متعلم يكتسبه الفرد عبر مراحل الحياة الاجتماعية وهي بحد ذاتها تعتمد على خبرات الفرد السابقة عن الموضوع أو الموقف حيث تعمل على تكوين مشاعر وتقديرات مختلفة لدى الفرد نحو الموضوع مما تجعل الفرد يستجيب للموضوعات سلبا أو ايجابا حسب ما لها من قيمة بالنسبة لهم، وان من أهم أسباب وعوامل تكوين الاتجاهات هي الأحداث التي تنمي الفرد من خلال الخبرات التي يتمتع بها وأبرزها العوامل الحضارية وعامل الأسرة والفرد ذاته والخبرة الانتقالية الناتجة عن موقف معين والسلطات العليا من حيث القوانين السائدة ورضا وحب الآخرين، حيث نجد كثير منها متناقضة فمثلا المسجد والمدرسة والحي وبيئة العمل جميعها لا تدعو على نفس الاتجاه وبالتالي يجعل من الفرد الميل إلى اتجاه واحد، إن تكوين الاتجاهات له دور كبير في بناء شخصية الأفراد مما يميزه عن غيره من الأشخاص وذلك من خلال ما يكتسبه من ميول مختلفة فالطفل يتأثر منذ نعومة أظافره نحو موضوعات معينة أو أشخاص معينين مما يؤدي إلى اكتسابه لهذه الاتجاهات عن طريق التقليد والتعلم ويلعب الوالدين دور أساس في تهيئة الطفل واكتسابه السلوكيات الأولية من حيث الثواب والعقاب والرضا القبول والرفض والعبوس وغيرها حيث إن الأطفال يسعون على التساؤلات اليومية الكثيرة من الوالدان وهي تشكل عنصر مهم في تكوين الاتجاهات لدي الأطفال من حيث المعتقدات والمفاهيم التي من خلالها تكون لدى الطفل مفاهيم الخير والشر والحق والباطل (البرواري، ٣٣، ٢٠١٣)

إن المجتمعات بعاداته وتقاليده له دور في تكوين الاتجاهات لدى الأفراد فهو الوحدة البناءة من حيث التعامل مع كافة المستويات العلمية وغير العلمية المورثة والمكتسبة معا كبعض من السمات الجسدية والذكاء بالتالي يجعل منه محبوبا أو مكروها أو مقبولا أو مرفوضا في المجتمع.

**وصنف (منصور، ٢٠٠١) مكونات الاتجاه:**

١-المكون الانفعالي العاطفي: يشير إلى المشاعر المرتبطة بموضوع الاتجاه، التي تجعل منه موضوعاً ساراً أو غير سار، محبوباً أو مكروهاً، مقبولاً أو مرفوضاً، وهذه الصبغة الانفعالية العاطفية، هي التي تكسب الاتجاه صفته الدافعية وقوته المحركة والموجهة.

٢-المكون المعرفي: يشتمل المكون المعرفي للاتجاه على جملة المعلومات والمعارف والحقائق المتوافرة لدى الفرد عن موضوع الاتجاه. فالطالب الذي يقبل على الدراسات النفسية التربوية مثلاً، فإنه يفعل ذلك في الغالب، لوجود معلومات ومعارف لديه، حول هذا النوع من المعرفة، وحول المكانة التي تحتلها في منظومة العلوم، وحول الدور الذي تؤديه في حياة المجتمع وتقدمه.

٣-المكون الإجرائي السلوكي: يشير هذا المكون إلى أن الاتجاه سواء أكان رفضاً أم قبولاً لموضوع ما، فإنه يحمل صاحبه على القيام بإجراءات وأفعال عملية ملموسة.

وإذا لم يترافق الاتجاه بهذا المكون الهام، الذي يعد المحك الحقيقي لمدى تكون الاتجاه. فإن هذا يعد دليلاً على ضعف فاعلية الاتجاه في السلوك، واحتمال انطفائه أو تغييره في المستقبل.

تجدر الإشارة إلى أن هذه المكونات الثلاثة، ليس لها الوزن نفسه في بنية أي نوع من أنواع الاتجاهات، ولدى الناس كافة، بغض النظر عن خصائصهم وشروط حياتهم. كما يختلف تبعاً لمرحلة النمو ودرجة النضج التي يكون عليها الشخص صاحب الاتجاه، والشروط التي تؤثر فيه (منصور، ٢٠٠١، ٩٧).

## ٢-٢ الدراسات المشابهة

٢-٢-١ دراسة (رحيم، ٢٠٠٦): اتجاهات بعض طلبة جامعة السليمانية نحو النشاط الرياضي

هدفت الدراسة الى التعرف على اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية- جامعة السليمانية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، كما وهدفت الى التعرف على الفروق في اتجاهات الطلبة تبعاً لـ (الجنس، موقف الاسرة، مكان السكن، المراحل الدراسية)، ولتحقيق هدفي الدراسة استخدم الباحث مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني (A.T.P.A).

وقد تكونت عينة الدراسة من ١٥٠ طالباً من كليات (القانون، هندسة، تربية اساسية، طب، فنون جميلة) في جامعة السليمانية حيث بلغ عدد الطلبة ٥٠ طالب من كل كلية.

وتوصلت الدراسة الى النتائج الاتية:

- ١- ظهر ان المحور الذي يمثل التوتر والمخاطرة كان تسلسله الاول على باقي المحاور فيما يخص ظهور النسب المئوية لفقراته والتي مثلت اتجاهات ايجابية نحو ممارسة الانشطة الرياضية لعينة البحث
- ٢- ان اتجاه عينة البحث لممارسة الانشطة الرياضية لغرض الصحة والترويح لم يشكل نسبة كبيرة عند عينة البحث .
- ٣- ظهر ان ممارسة الانشطة الرياضية لغرض الحصول على خبرة توتر ومخاطرة هو افضل الاتجاهات نحو ممارسة الانشطة الرياضية لدى عينة البحث .
- ٤- كان اتجاه عينة البحث نحو ممارسة الانشطة الرياضية لغرض الجمالية هذه الانشطة يمثل اضعف الاتجاهات نحو ممارسة هذه الانشطة .
- ٥- اما من ناحية ممارسة الانشطة لغرض خفض التوتر فقد كان اتجاه العينة نحو هذا المحور متوسطاً مما دل ذلك على عدم اهتمام أفراد العينة بممارسة الرياضة لغرض التخفيف عن حالات التوتر النفسي والراحة النفسية.

٢-٢-٢ دراسة (Zeng & Others,2011):

### "Attitudes of High school students toward physical education and their sport activity preferences"

هدفت الدراسة الى التعرف على اتجاهات طلاب المدارس الاعدادية نحو الرياضة البدنية، وقد اجريت الدراسة على مجتمع بلغ عدده ١٣١٧ طالب وطالبة وتوزعت العينة الى ٦٠٣ طالب و ٧١٤ طالبة لتمثل خمسة من المدارس العامة في الولايات المتحدة الامريكية، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث مقياس كنيون للاتجاهات والذي يصلح على المراحل العمرية ابتداءً من سن ١٤ فاكثراً للذكور والاناث.

وتوصلت الدراسة الى النتائج الاتية:

- ١- توجد اتجاهات ايجابية لدى افراد العينة نحو الرياضة البدنية في اغلب ابعاد مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي.
- ٢- توجد فروق في الاتجاهات تبعا لمتغير الجنس في بعض ابعاد مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي.
- ٣- وجد ان هناك تحفيز للطلبة خارج نطاق المدرسة مما يزيد بالاتجاهات الايجابية لدى افراد العينة.

### ٣- إجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي لملائمته وطبيعة البحث.

### ٣-٢ مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من جميع طالبات جامعة زاخو المستمرات في الدوام للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤ والبالغ عددهن (١٢٤١) طالبة، أما عينة البحث فبلغت (٢٥٠) طالبة، تم اختيارهن بالطريقة العمدية المقيدة، والجدول (١) يوضح ذلك:

### الجدول (١)

#### يبين مجتمع البحث وعيناته

ت	جميع الأقسام العلمية والإنسانية لجامعة زاخو	المجتمع	عينة البناء والتطبيق	عينة البناء		عينة التطبيق
				التجربة الاستطلاعية	عينة الصدق والثبات	
١	هندسة نفط	١٦	٣	_____	٢	١
٢	الفيزياء	٧٩	١٦	١	٩	٦
٣	الرياضيات	٩٢	١٨	١	١٠	٧
٤	الحاسبات	٣٩	٨	_____	٤	٤
٥	الكيمياء	٧٢	١٤	_____	٧	٧
٦	البايولوجي	١١٩	٢٤	١	١٥	٨
٧	البيئة	٧٢	١٤	١	٧	٦
٨	اللغة الكردية	١١١	٢٢	١	١٣	٨
٩	اللغة العربية	١٢٤	٢٦	١	١٦	٩
١٠	اللغة الانكليزية	١٢٣	٢٦	١	١٦	٩
١١	اللغة التركية	٢٧	٥	_____	٣	٢
١٢	التاريخ	١١٩	٢٤	١	١٥	٨
١٣	علم النفس	٤٤	٩	_____	٥	٤
١٤	الدراسات الاسلامية	٧٥	١٥	_____	٩	٦
١٥	مالية ومصرفية	٩١	١٨	١	١٢	٥
١٦	اقتصاد	٣٨	٨	_____	٤	٤
٩٤	المجموع الكلي	١٢٤١	٢٥٠		١٥٦	



### ٣-٣ أداة البحث:

تم استخدام مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني الذي قام بتعريبه (علاوي، ١٩٩٨) ويتكون المقياس من (٥٤) فقرة موزعة على ستة ابعاد للاتجاهات نحو النشاط الرياضي وهي (النشاط البدني كخبرة اجتماعية، النشاط البدني للصحة واللياقة، والنشاط الرياضي كخبرة وتوتر ومخاطر، النشاط البدني كخبرة جمالية، النشاط البدني لخفض التوتر، النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي)، وتتم الاجابة باختيار احد البدائل الخمسة (موافقة بدرجة كبيرة، موافقة، لم اكون راي، غير موافقة، غير موافقة اطلاقاً) وتأخذ هذه البدائل الدرجات (١،٢،٣،٤،٥) للفقرات الايجابية وعلى التوالي، اما الفقرات السلبية فتأخذ عكس هذه الدرجات، ولأجل استخدام المقياس في قياس الاتجاهات لدى طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي قام الباحثان بعدد من الاجراءات العلمية للتأكد من امكانية الاعتماد على المقياس وكالاتي:

### ٣-٣-١ صدق المقياس (الصدق الظاهري):

يعد الصدق من الشروط المهمة الواجب توافرها في اداة جمع البيانات (عباس واخرون، ٢٠٠٩، ٢٦١) ويقصد بصدق الاختبار ان يقيس الاختبار ما وضع لأجله (ابو مغلي وسلامة، ٢٠١٠، ٤١)، وبعد اعداد الصيغة الاولية للمقياس (الملحق ١) قام الباحثان بتوزيع عدد من الاستبيان على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال القياس والتقويم وعلم النفس الرياضي (الملحق ٢) للحكم على صلاحيتها ومدى ملائمتها على عينة البحث، وبعد اجابة ذوي الخبرة على اسلوب الفقرات تم الحصول على نسبة (١٠٠%) معيارا للدلالة على الصدق الظاهري للمقياس، ويشير بلوم على ان النسبة اذا تجاوزت الـ (٧٥%) فان هذا المعيار يكون صادق، ولحساب الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات المقياس فقد وضعت الدرجات المناسبة لكل الفقرات موزعة على بدائل المقياس الخمسة، التي تم تحديدها في ضوء الاطلاع على الدراسات السابقة فضلاً عن الحصول على نسبة اتفاق بلغت (١٠٠%) من اراء السادة الخبراء والمختصين، وبدائل الاجابة التي استخدمها الباحثان هي (موافقة بدرجة كبيرة، موافقة، لم اكون راي، غير موافقة، غير موافقة اطلاقاً) ويكون اوزانها (١،٢،٣،٤،٥) للفقرات الايجابية وعلى التوالي اما الفقرات السلبية فتأخذ عكس هذه الاوزان وعلى التوالي ايضاً.

### ٣-٣-٢ التجربة الاستطلاعية:

ان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية للمقياس هم التأكد من وضوح التعليمات وفقرات المقياس، فضلا عن معرفة الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس بشكل عام، وفي هذا الصدد يشير (باهي واخرون، ٢٠٠٢) الى "ضرورة تطبيق الاختبار في دراسة استطلاعية على عينة مجتمع البحث للتعرف الى مدى مناسبة الاختبار من حيث الصياغة والمضمون للتطبيق على عينة البحث وكذلك تحديد الوقت اللازم للإجابة" (باهي واخرون، ٢٠٠٢، ١٩٩)، ولتحقيق هذا الهدف فقد طبق الباحثان المقياس على عينة مكونة من (٩) طالبات من جامعة زاخو وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية كما مبين في الجدول (١) وقد اثمرت التجربة الاستطلاعية ما يلي:

- التأكد من وضوح تعليمات المقياس.
- التأكد من ملائمة فقرات المقياس.
- تحديد الزمن المناسب للإجابة عن فقرات المقياس.

### ٣-٣-٣ توزيع استمارات المقياس على عينة البحث:

بعد اتمام التجربة الاستطلاعية قام الباحثان بتوزيع استمارات المقياس على عينة البناء حيث بلغت (١٥٦) استمارة، وبعد ذلك تم اجراء التحليل الاحصائي للفقرات واجراء بقية الاسس العلمية لصلاحية المقياس.

### ٣-٣-٤ التحليل الاحصائي للفقرات: استخدم الباحثان الاسلوبين الآتيين في التحليل الاحصائي لفقرات المقياس الحالي:

### ٣-٣-٤-١ القوة التمييزية للفقرات:

قام الباحثان باختيار (١٥٦) طالبة من مجتمع البحث المتمثل بطالبات جامعة زاخو للعام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤ وبالطريقة العمدية وقد رتب الباحثان الدرجات الكلية التي حصل عليها بعد التصحيح وايجاد الدرجة الكلية وترتيبها تنازليا واختيرت اعلى (٥٠%) من الدرجات واطلق عليها المجموعة العليا وادنى (٥٠%) واطلق عليها المجموعة الدنيا لأنها توفر مجموعتين على افضل ما يمكن من حجم وتمايز، وفي حدود البحث الحالي تم اعتماد (١٥٦) استمارة خاضعة للتحليل قسمت الى مجموعتين لكل مجموعة (٧٨) استمارة وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة ونتيجة للتحليل الاحصائي تبين ان فقرات المقياس مميزة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) عند درجة حرية (١٥٤) وكما موضح في الجدول (٢):

الجدول (٢)

يبين قيم (ت) المحتسبة بين المجموعتين المتطرفتين لعينة البحث

الدلالة sig	ت المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
٠,٠٠٠	٠,٧٨٦	١,٣٥٩	٣,٩٦٣	١,٥٠٣	٢,٦٤٨	١
٠,٠٠٠	٧,٧٢٨	٠,٨٠٧	٣,٣٧١	١,١٢٣	٣,٢٢٢	٢
٠,٠٠٠	٧,٣٢٦	٠,٤١٩	١,٧٧٧	٠,٤٨٢	١	٣
٠,٠٠٣	٨,٨٥	٠,٤٨٧	٣,٦٢٩	٠,٨٥٢	٣,٣٣٣	٤
٠,٠٠٢	٤,٨١٤	٠,٤٨٢	٢,٦٤٨	٠,٧٤١	٣,٤٨١	٥
٠,٠٠٠	٨,٥٦٣	٠,٤٨٢	٣,٦٤٨	١,٢٥٥	٢,٤٠٨	٦
٠,٠٠٠	٠,٨٤٦	١,١٣٢	٢,٠٣٧	٠,٦٨٣	٣,٥٢٥	٧
٠,٠٠٢	٦,٣٣	٠,٤٨٢	٣,٦٤٨	٠,٢٥٢	١	٨
٠,٠٠٠	٤,٤٥٩	٠,٥٠٣	٣,٤٦٣	٠,٩٦٣	٣,٥١٨	٩
٠,٠٠٧	٢,٤٢٣	٠,٤٨٢	٢,٦٤٨	٠,٨٥٤	٣,٦٠٦	١٠
٠,٠٠٢	٧,٥٧٦	٠,٥٠١	٢,٤٤٤	٠,٣٦٩	٢,٣٥١	١١
٠,٠٠٠	٨,٣٨٩	٠,٣٧٦	٣,٨٣٣	٠,٦٣٥	١,٩٥٢	١٢
٠,٠٠٠	٦,٦٨٣	٠,٨١٥	٣,٤٢٥	٠,٤٥٦	٢,٦٦٢	١٣
٠,٠٠٠	٥,٥٥٤	٠,٨١٥	٢,٤٢٥	٠,٧٨٩	١	١٤
٠,٠٠٣	٤,١٧٩	٠,٤٨٢	١,٦٤٨	٠,٩٥١	٣,٤٤٥	١٥
٠,٠٠٠	١٢,٩٤٤	٠,٤٥٥	٢,٦٤٨	٠,٨٤٢	٣,٥٥٥	١٦
٠,٠٠٠	٦,٨٣٣	٠,٤٧٢	١,٦٤٥	١,٣٢١	٣,٤٥٨	١٧
٠,٠٠١	٧,٨٢٩	٠,٤٨٤	١,٦٤٤	٠,٦١٢	٢,٦٦٦	١٨
٠,٠٠٠	٦,٨٥١	٠,٤٨٢	٢,٦٤٨	٠,٦٣٢	٣,٥٦٥	١٩
٠,٠٠٠	٦,٥٨١	٠,٤٨٢	٢,٦٤٨	١,٦٦٧	٣,١٢٥	٢٠
٠,٠٠٠	٨,٥٨٤	٠,٣٧٦	٢,٨٣٣	٠,٦٥٨	٢,٥٤٥	٢١
٠,٠٠٠	٧,٢٥٥	٠,٤٨٧	٢,٦٢٩	١,٥٩٧	٢,٩٦٥	٢٢
٠,٠٠٠	٠,٧٨٦	١,٣٥٩	٣,٩٦٣	١,١٤٣	٣,٢٥٢	٢٣
٠,٠٠٠	٧,٧٢٨	٠,٨٠٧	٢,٣٧٥	١,٤٠٦	٤,٢٢٢	٢٤
٠,٠٠٠	٧,٣٢٦	٠,٤١٩	١,٧٧٧	١,١٧٨	٣,٦٥٦	٢٥
٠,٠٠٣	٨,٨٥	٠,٤٨٧	٢,٦٢٩	٠,٨٢٤	٢,٤٢٠	٢٦
٠,٠٠٠	٥,٨١٤	٠,٤٨٢	٣,٦٤٨	١,٤٢٣	٤,٢٢٥	٢٧
٠,٠٠٠	٨,٥٦٣	٠,٤٧٢	٢,٦٤٨	١,٢٥٨	١,٩٥٢	٢٨
٠,٠٠٠	٠,٨٤٦	١,١٣٢	١,٠٣٧	٠,٥٠١	٢,٣٦٢	٢٩
٠,٠٠٢	٦,٣٣	٠,٤٨٢	١,٦٤٨	١,٠٧٣	١	٣٠
٠,٠٠٠	٤,٤٥٩	٠,٥٠٣	٢,٤٦٣	٠,٨٨٧	٢,٨٥٨	٣١
٠,٠٠٧	٢,٤٢٣	٠,٤٨٢	٢,٦٤٨	٠,٤٩٩١	٢,٥٦٥	٣٢

.,.02	7,076	.,0.1	3,222	.,2.6	1	33
.,.00	8,389	.,376	3,833	1,021	2.2.1	34
.,.00	6,683	.,810	2,220	1,012	1	30
.,.00	0,002	.,810	2,220	1,012	3.202	36
.,.03	2,179	.,222	3,628	.,623	3.680	37
.,.00	6,922	.,262	3,620	.,706	3.111	38
.,.00	6,833	.,282	2,621	1,667	3.698	39
.,.01	7,829	.,272	2,628	.,608	2.987	20
.,.00	6,801	.,2.2	3,628	1,097	1	21
.,.00	6,081	.,282	2,628	1,123	3.127	22
.,.00	8,022	.,376	3,833	1,2.6	3.721	23
.,.00	7,200	.,287	2,629	1,178	3.602	22
.,.00	.,786	1,309	3,963	.,822	1	20
.,.00	7,728	.,8.7	3,379	1,223	3.123	26
.,.00	7,326	.,219	3,667	1,208	2.963	27
.,.03	8,80	.,287	2,629	.,0.1	1	28
.,.02	6,812	.,282	3,667	1,073	3.802	29
.,.00	8,063	.,282	3,622	.,887	3.721	0.
.,.00	.,826	1,132	3,037	.,2991	3.127	01
.,.00	6,33	.,282	2,628	.,2.6	2.127	02
.,.00	2,209	.,0.3	3,263	1,021	2.800	03
.,.00	2,223	.,282	3,621	1,012	3.208	02

### ٣-٤-٣-٢ معامل الاتساق الداخلي:

تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول الى قوة تجانس فقرات المقياس، اذ استخدم الباحثان معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية له ومن المعروف انه كلما زاد معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية كان احتمال تضمينها في المقياس اكبر، وتبين ان الفقرات جميعها ذات معامل ارتباط دال معنوياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وكما موضح في الجدول (٣):

### الجدول (٣)

يبين قيم معاملات الارتباط لعبارات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس

ت	معامل الارتباط	الدالة	ت	معامل الارتباط	الدالة	ت	معامل الارتباط	الدالة
١	*٠.٤٨٨	٠.٠٠٠	١٩	*٠.٣٨٨	٠.٠٠٠	٣٧	*٠.٤١٠	٠.٠٠٠
٢	*٠.٦١٢	٠.٠٠٠	٢٠	*٠.٦١٢	٠.٠٠٠	٣٨	*٠.٥١٢	٠.٠٠٠
٣	*٠.٣٣٤	٠.٠٠٠	٢١	*٠.٣٣٤	٠.٠٠٠	٣٩	*٠.٣٣٤	٠.٠٠٠
٤	*٠.٦٢٥	٠.٠٠٠	٢٢	*٠.٦٢٥	٠.٠٠٠	٤٠	*٠.٦٢٥	٠.٠٠٠
٥	*٠.٥٦١	٠.٠٠٠	٢٣	*٠.٥٦١	٠.٠٠٠	٤١	*٠.٥٦١	٠.٠٠٠
٦	*٠.٤٤٨	٠.٠٠٠	٢٤	*٠.٤٤٨	٠.٠٠٠	٤٢	*٠.٤٤٨	٠.٠٠٠
٧	*٠.٦١٨	٠.٠٠٠	٢٥	*٠.٦١٨	٠.٠٠٠	٤٣	*٠.٦١٨	٠.٠٠٠
٨	*٠.٥٣٠	٠.٠٠٠	٢٦	*٠.٥٣٠	٠.٠٠٠	٤٤	*٠.٥٣٠	٠.٠٠٠
٩	*٠.٤٩٩	٠.٠٠٠	٢٧	*٠.٤٤٨	٠.٠٠٠	٤٥	*٠.٤٠٤	٠.٠٠٠
١٠	*٠.٦٢٦	٠.٠٠٠	٢٨	*٠.٦١٨	٠.٠٠٠	٤٦	*٠.٤٤٨	٠.٠٠٠
١١	*٠.٤٠٤	٠.٠٠٠	٢٩	*٠.٥٣٠	٠.٠٠٠	٤٧	*٠.٦١٢	٠.٠٠٠
١٢	*٠.٤٨٥	٠.٠٠٠	٣٠	*٠.٤٠٨	٠.٠٠٠	٤٨	*٠.٣٣٤	٠.٠٠٠
١٣	*٠.٦١٢	٠.٠٠٠	٣١	*٠.٥٨٨	٠.٠٠٠	٤٩	*٠.٦٢٥	٠.٠٠٠
١٤	*٠.٣٣٤	٠.٠٠٠	٣٢	*٠.٦١٨	٠.٠٠٠	٥٠	*٠.٥٦١	٠.٠٠٠
١٥	*٠.٦١٠	٠.٠٠٠	٣٣	*٠.٤٤٨	٠.٠٠٠	٥١	*٠.٤٤٨	٠.٠٠٠
١٦	*٠.٥٣٠	٠.٠٠٠	٣٤	*٠.٦١٢	٠.٠٠٠	٥٢	*٠.٦١٨	٠.٠٠٠
١٧	*٠.٦٢٦	٠.٠٠٠	٣٥	*٠.٤٢٦	٠.٠٠٠	٥٣	*٠.٥٤٠	٠.٠٠٠
١٨	*٠.٤٠٤	٠.٠٠٠	٣٦	*٠.٤٠٤	٠.٠٠٠	٥٤	*٠.٥٢٠	٠.٠٠٠

\*يتبين من الجدول (٣) ان الفقرات جميعها ذات معامل ارتباط دال معنوياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

### ٣-٣-٥ ثبات المقياس:

عند حساب معامل الثبات نحصل على درجة الافراد في المقياس بإجرائه اكثر من مرة او بالحصول على درجات متكافئة في نفس الاجراء او اكثر من اجراء " (ابو علام، ٢٠٠٥، ٣٧٤)، "حيث كلما تذبذبت النتائج انخفض ثبات المقياس ولم يعد ميزانا حساسا وقادراً على الكشف عن الفروق الحقيقية بين الافراد في السمة او الخاصية التي توضع موضع القياس بدرجة كافية" (ميخائيل، ٢٠٠١، ٢٦٨)، "وتعتمد طرائق تقدير ثبات المقياس على مفهوم معامل الارتباط بين متغيرين" (علام، ١٩٨٦، ١٥) لغرض الحصول على الثبات استخدم الباحثان الطرائق الآتية:

### ٣-٣-٥-١ طريقة التجزئة النصفية:

ويسمى بمعامل الثبات بطريقة الانصاف او معامل الثبات الداخلي (زكريا واخران، ٢٠٠٢، ١٤٤)، اذ قسمت العبارات الى نصفين: النصف الاول/يمثل العبارات ذات التسلسلات الفردية والنصف الثاني/يمثل العبارات ذات التسلسلات الزوجية بحيث اصبح لكل فرد درجتان فردية وزوجية، وتم ايجاد معامل الثبات من خلال معامل الارتباط بيرسون بين درجات نصفي الاختبار، اذ بلغت قيمه الارتباط بين نصفي الاختبار (٠.٨٢٠)، ويشير (ابو حطب واخران، ١٩٩٣) الى " ان الارتباط بين درجات كل من نصفي الاختبار يعد بمثابة الاتساق الداخلي لنصف الاختبار فقط وليس للاختبار ككل" (ابو حطب واخران، ١١٦، ١٩٩٣)، ولكي نحصل على معامل ثبات المقياس ككل تم استخدام معادلة جتمان حيث بلغ الثبات الكلي (٠.٨٤٠) وباستخدام معادله سبيرمان براون بلغ الثبات (٠.٩٢٠).

### ٣-٣-٥-٢ طريقة معامل الفا:

" تتمتع بأهمية خاصة بكونها تستخدم في حساب معامل ثبات الاختبارات المقالية والموضوعية " (النبهان، ٢٤٨، ٢٠٠٤)، وعبارات الاستبيانات التي تتطلب إجابتها الاختيار من بين بدائل متعددة، وتكون درجاتها متدرجة من (١ الى ٥) مثلا (علام، ١٠٠، ٢٠٠٦)، اذ بلغت قيمه معامل ثبات الفا (٠.٩٢٥)، وبهذا تعد معاملات الثبات جيدة، اذ يشير (ابو حويج واخران، ٢٠٠٢) الى انه "يتراوح معامل الارتباط لثبات الاختبار ما بين ٠.٧٠ الى ٠.٩٠" (ابو حويج واخران، ٦٨، ٢٠٠٢)، وحسب ما اشار اليه كل من (سماره واخرين، ١٢٠، ١٩٨٩) و (عوده والخليلي، ١٤٦، ٢٠٠٠)، وبذلك تعد الاداة ثابتة فضلا عن ان الاداة تمتاز بمعامل ثبات جيدا اعتمادا على مؤشر الصدق اذ ان الاداة الصادقة ثابتة وليس العكس (مقبل، ١١٠، ١٩٨٣).

### ٣-٣-٦ وصف المقياس:

تكونت اداة الدراسة من مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني (A.T.P.A) ويتكون المقياس من (٥٤) فقرة موزعة على ستة محاور تقيس اتجاهات وراي طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي وتمثلت بدائل الاجابة بـ (موافقة بدرجة عالية، موافقة، لم اكون راي، غير موافقة، غير موافقة اطلاقاً) ويكون اوزانها (١،٢،٣،٤،٥) على التوالي لل فقرات الايجابية وعكس هذه الاوزان لل فقرات السلبية وعلى التوالي ايضا، وبذلك تكون اقل درجة ممكنة للمقياس (٥٤) درجة، وأعلى درجة له (٢٧٠) درجة وبذلك اصبح المقياس بصورته النهائية جاهزاً للتطبيق على عينة البحث (الملحق ١).

### الجدول (٤)

يبين توزيع فقرات المقياس حسب محاور مقياس اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي

عدد الفقرات	ارقام الفقرات العبارات السلبية	ارقام الفقرات العبارات الايجابية	المحاور
٨	٥٢،٤٦،٢٤،٥	٤٣،٣٤،٩،٢	التفوق الرياضي
٩	٥٤،٣١	٥١،٤٤،٣٧،٢٦،١٦،١٢	خفض التوتر
٩		٤٨،٤٥،٤١،٣٥،٣٣،٣٠،١٤،٨،٣	الخبرة الجمالية
٩	٣٨،٢٢،١٣،١	٥٣،٥٠،٤٢،٢٨،٧	التوتر والمخاطرة
١١	٣٦،٢٧،٦	٤٧،٤٠،٣٢،٢٣،١٨،١٥،١٠،٤	الصحة واللياقة
٨	٤٩،٣٩،١٩	٢٩،٢٥،٢٠،١٧،١١	الخبرة الاجتماعية
٥٤	١٦	٣٨	المجموع

### ٣-٣-٧ التطبيق النهائي للمقياس:

بعد استكمال جميع المستلزمات والاجراءات المطلوبة لبناء مقياس اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي، قام الباحثان بتوزيع استمارات المقياس على عينة التطبيق النهائي والبالغة (٩٤) استمارة، وتم بعد ذلك جمعها واجراء المعالجات الاحصائية لها.

### ٣-٣-٨ الوسائل الاحصائية:

- النسبة المئوية والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل (Alpha)
- المتوسط الفرضي = مجموع اوزان البدائل × عدد الفقرات / عدد البدائل
- اختبار (ت)
- معامل الارتباط بيرسون
- وتم استخراج العمليات الاحصائية كافة بوساطة الحاسوب الالي وباستخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) وبرنامج (Excel).

#### ٤- عرض النتائج ومناقشتها:

يتضمن هذا المبحث عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث وفيما يلي عرض لتلك النتائج المتعلقة بهدف البحث: ما مستوى اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو ممارسة الأنشطة الرياضية وفق أبعاد المقياس المستخدم، ولتحديد ذلك استخدم الباحثان المتوسطات الحسابية، والنسب المئوية لكل محور وللدرجة الكلية والجدول (٥) يبين ذلك:

ومن أجل تفسير النتائج اعتمد الباحثان النسب المئوية الآتية:

✓ ٨٠%	فأكثر درجة اتجاهات الطالبات نحو النشاط الرياضي كبيرة جداً.
✓ ٧٠ - ٩٧.٩%	درجة اتجاهات كبيرة.
✓ ٦٠ - ٦٩.٩%	درجة اتجاهات متوسطة.
✓ ٥٠ - ٥٩.٩%	درجة اتجاهات قليلة.
✓ اقل من ٥٠%	درجة اتجاهات قليلة جداً.

#### الجدول (٥)

الترتيب والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية للمحاور والدرجة الكلية لاتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي (ن=٩٤)

الترتيب	محاور مقياس الاتجاهات	متوسط الاستجابة*	النسبة المئوية	درجة الاتجاهات نحو النشاط الرياضي
الخامس	التفوق الرياضي	٢,٨٧٥	٥٧,٥%	قليلة
الرابع	خفض التوتر	٢,٩٣٥	٥٨,٧%	قليلة
السادس	الخبرة الجمالية	١	٢٠%	قليلة جداً
الثاني	التوتر والمخاطرة	٣,٣١٥	٦٦,٣%	متوسطة
الثالث	الصحة واللياقة	٣,٢٧٨	٦٥,٥٦%	متوسطة
الأول	الخبرة الاجتماعية	٣,٣٣٩	٦٦,٧٨%	متوسطة
	الدرجة الكلية للاتجاهات نحو النشاط الرياضي	٢,٧٩٠	٥٥,٨%	قليلة

\* أقصى درجة للاستجابة (٥)

يتبين من الجدول (٥) ما يلي:

ان درجة اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي كانت قليلة حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة للدرجة الكلية الى (٥٥.٨%).

ان ترتيب محاور مقياس اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي جاء على النحو الآتي:

١- المرتبة الأولى: محور ممارسة النشاط كخبرة اجتماعية (٦٦.٧٨%).

٢- المرتبة الثانية: محور ممارسة النشاط كخبرة توتر ومخاطرة (٦٦.٣%).

٣- المرتبة الثالثة: محور ممارسة النشاط للصحة واللياقة (٦٥.٥٦%).

٤- المرتبة الرابعة: محور ممارسة النشاط لخفض التوتر (٥٨.٧%).



٥- المرتبة الخامسة: محور ممارسة النشاط للتفوق الرياضي (٥٧.٥%).

٦- المرتبة السادسة: محور ممارسة النشاط كخبرة جمالية (٢٠%).

يعزو الباحثان ظهور نتائج الدرجة الكلية لاتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي بشكل متدني الى اسباب عديدة اهمها:

أولاً: وجود قاعة رياضية واحدة مغلقة وهي غير كافية مع توسع الجامعة واستحداث كليات واقسام عديدة وبالتالي ازدياد اعداد الطالبات، فلا تتاح للطالبات فرصة ممارسة اي نشاط رياضي في هذه القاعة.

ثانياً: عدم توفر التجهيزات الرياضية بشكل كافي في كليات واقسام الجامعة.

ثالثاً: التقاليد والاعراف الاجتماعية قد تكون عائق امام العديد من الطالبات كونهم ينتمون الى مجتمعات محافظة وبالتالي يمتنعون من ممارسة النشاط الرياضي.

ويعزو الباحثان ظهور هذه النتائج وحصول محور ممارسة النشاط كخبرة اجتماعية على اعلى درجات اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي كون ان اعمار طالبات جامعة زاخو اقتربت من النضوج التام وبالتالي تدرك مدى اهمية ممارسة النشاط الرياضي وانعكاس ذلك على الخبرة الاجتماعية وبالتالي احداث تطور في العلاقات الاجتماعية بين الطالبات، ثم تأثير ممارسة النشاط الرياضي على الصحة واللياقة البدنية حيث يساعد التمرين البدني على اكساب الطالبة اللياقة البدنية، كما يؤثر النشاط الرياضي بشكل صحي وطبيعي على القلب والمجاري التنفسية ويطورهما، ثم تأثير ممارسة النشاط الرياضي للطالبات على الخفض من التوتر والخروج من ضغوط المحاضرات النظرية والمختبرات الى اوقات المرح واللعب وبالتالي تعمل الطالبة الى التقليل من ضغوط حياتها اليومية، كما ان الرياضة هي اسلوب حياة وتعطي الطالبة الرياضية الرغبة في الانجاز والقدرة على تنظيم الوقت كما تحفز وتدفع ممارستها للتفوق ومن يحققون بطولات رياضية يحرصون على الانجاز الشخصي والدراسي فالطالبة الرياضية لديها القدرة على وضع اهداف مستقبلية، وبالتالي بلوغ التفوق الرياضي والدراسي معاً.

## ٥- الاستنتاجات والتوصيات

### ٥-١ الاستنتاجات: استنتج الباحثان ما يأتي:

- ١- هناك ضعف كبير في توجه الكثير من طالبات جامعة زاخو نحو ممارسة النشاط الرياضي.
- ٢- ظهور محور ممارسة النشاط كخبرة اجتماعية بالمرتبة الاولى على باقي المحاور فيما يخص ظهور النسب المئوية لفقراته والتي مثلت اتجاهات ايجابية نحو ممارسة الانشطة الرياضية لعينة البحث، ومحور ممارسة النشاط كخبرة توتر ومخاطرة بالمرتبة الثانية ومحور ممارسة النشاط للصحة واللياقة بالمرتبة الثالثة ومحور ممارسة النشاط لخفض التوتر بالمرتبة الرابعة ومحور ممارسة النشاط للتفوق الرياضي بالمرتبة الخامسة ومحور ممارسة النشاط كجمالية بالمرتبة السادسة.

### ٥-٢ التوصيات: أوصى الباحثان ما يأتي:

- ١- ضرورة زيادة الثقافة والمفاهيم الرياضية والخاصة بأهمية ممارسة النشاط الرياضي لمختلف نواحي الحياة الاجتماعية والصحية والنفسية عند طالبات جامعة زاخو.
- ٢- ضرورة تخصيص اوقات لممارسة النشاط الرياضي تتخل جدول المحاضرات الاسبوعي للطالبات من خلال استغلال ساعات الفراغ على ان يتوفر لدى كل طالبة تجهيزات رياضية في دولاها الخاص، لكي تكون مستعدة لممارسة النشاط الرياضي في تلك الاوقات.
- ٣- على القائمين على مديرية النشاط الرياضي الجامعي في جامعة زاخو التفاعل مع طالبات الجامعة ومحاولة جذبهم واشراكهم في الأنشطة الداخلية والخارجية وهذا مما يسهم في اكساب اتجاهات ايجابية نحو النشاط الرياضي وذلك للاستفادة منهم في بعض الواجبات المرتبطة ببرامج المديرية وفق امكانياتهم.
- ٤- ان يستغل منتسبو مديرية النشاط الرياضي الجامعي الاجتماعات الدورية لغرض توضيح اهمية النشاط الرياضي ودوره في بناء الصحة للإنسان وتوضيح دور ووظيفة الرياضة في عملية البناء الاجتماعي وربطها بمنهاج المديرية وسياسته.
- ٥- إجراء بحوث ودراسات أخرى حول قياس الاتجاهات لأعضاء الهيئة التدريسية والادارية لجامعة زاخو للتعرف على واقع اتجاهاتهم نحو النشاط الرياضي.

## المصادر

- ١- ابو حطب، وآخران (١٩٩٣): التقويم النفسي، ط٣، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- ٢- ابو حويج، وآخران (٢٠٠٢): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، الدار العلمية الاولى للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ٣- ابو علام، رجاء محمود (٢٠٠٥): تقويم التعلم، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.
- ٤- ابو مغلي، سمير وسلامة، عبد الحافظ (٢٠١٠): القياس والتشخيص في التربية الخاصة، دار اليازوري للطباعة والنشر، عمان، الاردن.
- ٥- باهي، مصطفى حسين وآخرون (٢٠٠٢): الصحة النفسية في المجال الرياضي نظريات - تطبيقات، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- ٦- البرواري، رشيد حسين احمد (٢٠١٣): الاتجاهات النفسية نحو عمل المرأة السياسي والاجتماعي وعلاقتها بالتنشئة الاسرية، ط١، دار جرير للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ٧- جابر، رمزي رسمي (٢٠٠٩): اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو ممارسة الانشطة الرياضية في مدارس محافظات قطاع غزة، مجلة الجامعة الاسلامية، المجلد السابع عشر، العدد الثاني، جامعة الاقصى، غزة، فلسطين.
- ٨- رحيم، انور محمود (٢٠٠٦): اتجاهات بعض طلبة جامعة السليمانية نحو النشاط الرياضي، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الخامس، العدد الثاني، جامعة بابل، العراق.
- ٩- زكريا، محمد الظاهر وآخران (٢٠٠٢): مبادئ القياس والتقويم في التربية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ١٠- سلامة، عبد الحافظ (٢٠٠٧): علم النفس الاجتماعي، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ١١- سعدي، سردار محمد شريف (٢٠٠٨): الاتجاه نحو الحداثة لدى تدريسي وطلبة جامعات اقليم كردستان العراق، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة دهوك، دهوك، اقليم كردستان العراق، العراق.
- ١٢- سماره، عزيز وآخرون (١٩٨٩): مبادئ القياس والتقويم في التربية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ١٣- عباس، محمد خليل وآخرون (٢٠٠٩): مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط٢، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.
- ١٤- العبيدي، محمد جاسم وولي، باسم محمد (٢٠٠٩): المدخل الى علم النفس الاجتماعي، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ١٥- علام، صلاح الدين محمود (١٩٨٦): تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- ١٦- علام، صلاح الدين محمود (٢٠٠٦): الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية، ط١، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ١٧- علاوي، محمد حسن (١٩٩٨): مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
- ١٨- عودة، احمد سليمان والخليلي، خليل يوسف (٢٠٠٠): الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الانسانية، دار الفكر، عمان، الاردن.

- ١٩-مقبل، محمد (١٩٨٣): "بناء الاختبارات الأكاديمية والمهنية"، رسالة المعلم، العدد (٣).
- ٢٠-منصور، علي (٢٠٠١): التعلم ونظرياته، مديرية الكتب والمطبوعات الجامعية، منشورات جامعة تشرين، اللاذقية، سورية.
- ٢١-مخائيل، امطانيوس (٢٠٠١): القياس والتقويم في التربية المهنية، مطبعة نفحة اخوان، دمشق، سورية.
- ٢٢-النبهان، موسى (٢٠٠٤): اساسيات القياس في العلوم السلوكية، ط١، دار الشروق للنشر والتوزيع، الاردن.

- 23- Halonen, J.S. & Santrock, J.W. (1996): Psychology Contexts of Behavior. (2<sup>nd</sup>ed), Mc Graw-Hill companies, Inc, Newyork.
- 24- Howard Z.Zeng & Others (2011): Attitudes of High school students toward physical education and their sport activity preferences, Science publications, Journal of social sciences 1549-3652.

الملحق (١)

الصورة الاولى والنهائية لمقياس اتجاهات طالبات جامعة زاخو نحو النشاط الرياضي

ت	عبارات المقياس	موافقة بدرجة كبيرة	موافقة مواظفة رأي	لم أكون مواظفة	غير مواظفة إطلاقاً
١	أفضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بقدر بسيط من المخاطرة أكثر من الأنشطة كبيرة الخطورة				
٢	استطيع أن أتدرب يوماً إذا كان ذلك يعطيني الفرصة للعضوية بإحدى الفرق الرياضية				
٣	أعظم قيمة للنشاط الرياضي هي جمال الحركات الرياضية				
٤	في الأنشطة الرياضية ينبغي التركيز على القيمة الصحية للرياضة				
٥	لا أستطيع تحمل التدريب اليومي العنيف طوال العام كي استعد للاشتراك في المنافسات الرياضية				
٦	لا أفضل الأنشطة الرياضية التي تمارس بغرض الصحة واللياقة				
٧	أفضل الأنشطة الرياضية التي تتضمن القدر الكبير من المخاطرة				
٨	تعجبني الأنشطة الرياضية التي تظهر جمال الحركات الرياضية				
٩	تعجبني الأنشطة الرياضية التي تحتاج إلى تدريب منتظم لفترات طويلة والتي يقيس فيها اللاعب قدرته في المنافسات القوية وضد المنافسين على مستوى عالي من المهارة				
١٠	الهدف الرئيسي لممارستي للرياضة هو اكتساب الصحة				
١١	الاتصال الاجتماعي الناتج من ممارستي للرياضة له أهمية كبرى بالنسبة لي				
١٢	الممارسة الرياضية هي غالباً الطريق الوحيد لإزالة التوترات النفسية الشديدة				
١٣	لا تناسبني الممارسة المتكررة للأنشطة الخطرة				
١٤	في الأنشطة الرياضية ينبغي وضع أهمية كبرى لجمال الحركات				
١٥	أفضل الأنشطة الرياضية التي تحافظ على لياقتي البدنية				
١٦	هناك فرص كبيرة تتيح للإتسان الاسترخاء من المتاعب اليومية للعمل مثل ممارسة الرياضة				
١٧	أفضل ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من الأفراد				
١٨	عند اختياري لنشاط رياضي يهمني جداً فائدته من الناحية الصحية				
١٩	لا تعجبني بصفة خاصة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشترك فيها عدد كبير من اللاعبين				
٢٠	في الجامعة ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة بممارسة الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل الجماعي				
٢١	الممارسة الرياضية تعتبر بالنسبة لي أفضل الفرص للاسترخاء				
٢٢	لا أميل للأنشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطرة واحتمال الإصابة				
٢٣	الصحة بالنسبة لي هي الدافع الرئيسي لممارستي للرياضة				
٢٤	لا أفضل أي نشاط رياضي يزداد فيه الطابع التنافسي بدرجة كبيرة				
٢٥	أهم ناحية تجعلني أمارس الرياضة أنني أستطيع الاتصال بالآخرين				
٢٦	الممارسة الرياضية هي الطريق العملي للتحرر من الصراعات النفسية والعدوان				
٢٧	الوقت الذي قد أقضيه في ممارسة الرياضة يمكن استغلاله بصورة أحسن في أنشطة أخرى				
٢٨	إذا طلب مني الاختيار فأنتي أفضل الأنشطة الخطرة عن الغير خطرة				
٢٩	من بين الأنشطة الرياضية أفضل بصفة خاصة الأنشطة التي أستطيع ممارستها مع الآخرين				
٣٠	الرياضة تتيح الفرص المتعددة لإظهار جمال الحركات				
٣١	هناك العديد من الأنشطة تمنحني الاسترخاء بدرجة أحسن من ممارسة الرياضة				
٣٢	اعتقد انه من الأهمية القصوى ممارسة الأنشطة الرياضية التي لها فائدة كبرى بالنسبة للصحة				

٣٣	أفضل بصفة خاصة الأنشطة الرياضية التي تهدف إلى إشباع التذوق الجمالي والفني
٣٤	اعتقد أن النجاح في البطولات الرياضية يتأسس على إنكار الذات والتضحية وبذل المجهود
٣٥	أحس بسعادة كبيرة عندما أشاهد قوة التعبير وجمال الحركات الرياضية
٣٦	لا أفضل الممارسة اليومية للرياضة من أجل الصحة فقط
٣٧	اشعر بأن الرياضة تعزلني تماما عن المشاكل المتعددة للحياة
٣٨	أفضل السباحة في المياه ذات الأمواج العالية على السباحة في المياه الهادئة
٣٩	أفضل الأنشطة الرياضية التي استطيع ممارستها منفردا
٤٠	المزايا الصحية لممارستي للرياضة هامة جداً بالنسبة لي
٤١	الأنشطة التي تتطلب فن وجمال الحركات أعطيها الكثير من اهتمامي
٤٢	أفضل الأنشطة الرياضية التي تتطلب الكثير من الجرأة والمغامرة
٤٣	نظراً لأن المنافسة مبدأ أساسي في المجتمع لذا ينبغي التشجيع على ممارسة الرياضة التي يظهر فيها الطابع التنافسي بصورة واضحة
٤٤	الممارسة الرياضية تستطيع أن تجعلني سعيدة بصورة حقيقية
٤٥	الأنشطة الرياضية التي تستخدم الجسم كوسيلة للتعبير مثل الحركات التعبيرية والباليه اعتبرها أحسن أنواع الأنشطة
٤٦	أفضل ممارسة أو مشاهدة أنواع الأنشطة الرياضية التي لا تأخذ طابع الجدية ولا تحتاج إلى وقت ومجهود كبير
٤٧	اعتبر ممارسة التمرينات الرياضية اليومية ذات أهمية كبرى للصحة ومقاومة الأمراض
٤٨	استمتع بمشاهدة حركات التي تتميز بالتوافق والجمال مثل حركات الجمباز والباليه
٤٩	الاتصال الاجتماعي الذي تتيحه الرياضة لا يمثل بالنسبة لي أهمية كبرى
٥٠	أفضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط ببعض المواقف الخطرة
٥١	عدم ممارسة الرياضة تضيق مني فرص هامة للاستجمام والاسترخاء
٥٢	يجب عدم الاهتمام بمحاولة الفوز في الرياضة
٥٣	تعجبني الرياضة التي تتطلب من اللاعب السيطرة على المواقف الخطرة
٥٤	لا اعتبر ممارسة الرياضة وسيلة هامة من وسائل الترويح

## الملحق (٢)

### اسماء السادة الخبراء المحكمين حول صلاحية فقرات المقياس

ت	اللقب	الاسم	الكلية	الجامعة	الاختصاص
١	أ.د.	هاشم أحمد سليمان	التربية الرياضية	الموصل	قياس وتقويم
٢	أ.د.	عبد الكريم قاسم غزال	التربية الرياضية	الموصل	قياس وتقويم
٣	أ.م.د.	سبهان الزهيري محمود	التربية الرياضية	الموصل	قياس وتقويم
٤	أ.م.د.	زهير يحيى محمد علي	التربية الرياضية	الموصل	علم النفس الرياضي
٥	أ.م.د.	سعد باسم جميل	التربية الرياضية	الموصل	قياس وتقويم