

أنماط التفكير وفقاً لاستراتيجية القبعات الست و علاقتها بتعلم السباحة الحرة

أ.م.د. هويدة اسماعيل ابراهيم

ملخص البحث:

المبحث الاول/ تطرقت الباحثة في هذا المبحث الى اهمية البحث ومشكلته اذ سعى العالم في مطلع الالفية الثالثة الى الاهتمام بالتعليم وفق استراتيجيات مختلفة، وأن ازمة التعليم الناتجة عن انجماد المعارف و تراكمها فضلاً عن زيادة الاقبال على التعليم وشموله للمعارف و المهارات في أن واحد و عجز الطريقة الاعتيادية عن مواجهة هذه الازمه، تدعو بالحاح الى اقتراح استخدام طرائق و اساليب تدريسية حديثة ومن بين هذه الاساليب والطرائق طريقة القبعات الست للتفكير التي ركزت على تحسين التفكير من خلال ممارسته المتعلم مهارات التفكير وانواعه. اما مشكلة البحث فقد تجلت بتساؤل الاتي: الى اي مدى ستتوافر استراتيجية القبعات الست للتفكير لدى مدرس المادة، وقد هدف البحث الى التعرف على العلاقة بين أنماط التفكير حسب استراتيجية القبعات الست بتعلم السباحة. المبحث الثاني / تطرقت فية الباحثة الى الدراسات النظرية لمتغيرات البحث. المبحث الثالث/ استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملائمة طبيعة البحث ومشكلته، اما مجتمع البحث فقد تألف من طالبات المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بغداد البالغ عددهن (٦٠) طالبة وقامت الباحثة باختيار عينة البحث عشوائيا فقد تكونت العينة البحث من (٢٠) طالبة. المبحث الرابع / عرضت الباحثة في هذا المبحث النتائج التي توصلت اليها ومن ثم قامت بتحليلها ومناقشتها. المبحث الخامس / تطرقت الباحثة في هذا المبحث الى الاستنتاجات و التوصيات ومنها:

الاستنتاجات:

- ❖ وجود علاقة ارتباطية معنوية بين القبعات الست و تعلم السباحة الحرة.
 - ❖ ازدياد دافعية الطالبات لتعلم السباحة عبر علمه وإمامه بالواجبات التي سيؤديها عند أداء السباحة الحرة
- التوصيات:
- ❖ اعتماد القبعات الست للتفكير كمبدأ في العملية التعليمية لما لها من اهمية في حل كثير من المشكلات والقضايا التي تواجه الطلبة في تعلم المهارات.
 - ❖ الاهتمام بالمهارات العقلية عن طريق توفير فرص مثيرة للتفكير، لأنها تسهم في تنشيط ذهن المتعلم وتحفزه على ايجاد التفسيرات الصحيحة واختيار الحل الانسب للمشكلات .

المبحث الاول:

١- التعريف بالبحث.

١-١ المقدمة وأهمية البحث.

سعى العالم الى الاهتمام بالتعليم وفق استراتيجيات مختلفة، وأن ازمة التعليم الناتجة عن انجماد المعارف وتراكمها فضلاً عن زيادة الاقبال على التعليم وشموله للمعارف و المهارات في أن واحد وعجز الطريقة الاعتيادية عن مواجهة هذه الاساليب والطرائق طريقة القبعات الست للتفكير التي ركزت واساليب تدريسية حديثة ومن بين هذه الاساليب والطرائق طريقة القبعات الست للتفكير التي ركزت على تحسين التفكير من خلال ممارسته المتعلم مهارات التفكير وانواعه.

وتعد استراتيجية القبعات الست من التقنيات العالمية المتطورة و لها فاعلية وقوه وسرعة التفكير، أذ يقول مبتكر هذه الاستراتيجية (دي بونو) أن نظام القبعات الست في التفكير هو نظام للتفكير سهل جداً ولكنه فعال وبناء وأكثر إنتاجاً ويساعد الجميع على ضبط مسارات التفكير لديهم لتعكس على جودة ادائهم" وتعمل استراتيجية القبعات الست على توجيه التفكير وتمير العقل من النمطية و الرتابة التفكيرية السائدة في التفكير وتوجيهه الى مسارات ذات جودة عالية و استناداً الى ذلك فقد جاء هذا البحث الى محاولة التوصل الى الاستراتيجية التعليمية باستخدام القبعات الست في تعلم بعض مهارات السباحة الحرة لدى طالبات كلية التربية الرياضية.

١-٢ مشكلة البحث.

لقد اصبح التفكير في العقل البشري وتنميته وتطويره هو محور الاساس في حياتنا المعاصرة وهو مصدر الاستثمار القادم بقوة في عالم المعرفة، وفي وقتنا الحاضر نلمس ظاهرة ضعف استخدام التفكير عند معظم طلبتنا فكل يفكر بطريقة نمطية تقليدية كما ان مناهج المتبعة حالياً غير قادرة على مسايرة عالم التطور والتحديث في حقول المعرفة ولا تثير عقول طلبتنا وعيا بالاستراتيجيات التي تنمي لديهم مستويات التفكير القائمة على الاستنتاج والنقد والابداع والتحليل والتقويم، ومن هذا المنطلق يمكن صياغة مشكلة البحث بمجموعة من التساؤلات و على النحو الاتي.

❖ الى اي مدى ستتوافر استراتيجية القبعات الست للتفكير لدى مدرس المادة.

❖ ما علاقة استراتيجية القبعات الست للتفكير في تعلم بعض المهارات بالسباحة.

❖ ما تأثير استراتيجية القبعات الست للتفكير على تحسين التعلم في بعض المهارات بالسباحة.

١-٣ هدف البحث.

❖ التعرف على العلاقة بين أنماط التفكير حسب ستراتيجية القبعات الست بتعلم السباحة.

٤-١ فرض البحث.

❖ هناك علاقة معنوية بين أنماط التفكير وفقاً لاستراتيجية القبعات الست و تعلم السباحة الحرة.

٥-١ مجالات البحث.

❖ المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية _ كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد.

❖ المجال الزمني: من ١ / ١٢ / ٢٠١٤ الى ١ / ١٥ / ٢٠١٥.

❖ المجال المكاني: مسبح كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد.

٦-١ تحديد المصطلحات.

يعرف (دي بونو) القبعات الست للتفكير بأنها الصورة الذهنية لشخص يرتدي قبعة تفكير حقيقية تسهم في تشغيل حالة مستقلة و هادفة للعقل اليها من اجل تفكير سليم و مستنير وليس مجرد تفكير كرد فعل لموقف ما^(١).

ويعرفها (الهاشمي و طه) بأنها استراتيجية ذهنية تجعل التفكير واضحاً بسيطاً واكثر فعالية وانتاجاً وبعيداً عن التعقيد و الارباك^(٢).

الاستراتيجية: مجموعة من الاجراءات التعليمية- التعليمية المنظمة و المتسلسلة التي يتبعها كل من المعلم والمتعلم لتحقيق تعلم فعال^(٣).

المبحث الثاني:

٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة.

٢-١ الدراسات النظرية.

٢-١-١ استراتيجية القبعات الست للتفكير.

في اوائل الستينات ابتكر العالم دي بونو قبعات الست للتفكير ويرى ان هذه الاستراتيجية تعلم الانسان كيفية تحسين العوامل المختلفة في المواقف من اجل الوصول الى الحقائق والابداع، أن هذه الاستراتيجية تقوم على أن هناك نماذج مختلفة في التفكير و لايجوز الوقوف عند احد هذه النماذج واعطى كل قبعة لوناً يعكس طبيعة التفكير المستخدم. ويرى دي بونو ان اختيار القبعات تم على اساس^(٤).

(١) ادوارد دي بونو: قبعات التفكير الست، ترجمة خليل الجبوسي، مراجعة محمد عبد الله، ابو ظبي المجمع الثقافي، ٢٠٠١، ص ١٩.

(٢) عبد الرحمن الهاشمي و طه علي: استراتيجيات حديثة في فن التدريس، الطبعة الثانية، دار المناهج للنشر. عمان، الاردن، ٢٠٠٨، ص ٥٨.

(٣) ابو جادو و اخرون: تعليم التفكير، النظرية و التطبيق، دار ميسرة للنشر و التوزيع، عمان، الاردن، ٢٠٠٧.

(٤) Kenny, I ; using Edward de bonos six hats game to aid critical thinking & reflection in palliative care, international journal of palliative nursing 9.

- ❖ أن القبعات هي الاقرب للرأس، و الرأس يحتوي الدماغ الذي يقوم بوظيفة التفكير، ولهذا فهي الاقرب للتفكير.
 - ❖ عادة لاتبقى القبعة طويلاً على الرأس لاننا سرعان ما نغيرها بتغير الظروف وهكذا الافكار، فقد نعجب بفكرة ما في وقت معين، ونتخلى عنها في وقت لاحق كالقبعة التي لا يمكن ان نلبسها مدة طويلة، وكذلك الفكرة يجب الاتعيش طويلاً لدينا.
 - ❖ القبعة التي تلبس طويلاً تتسخ وتفقد اناقته، وكذلك الفكرة فأنها ان بقيت مدة طويله في رؤوسنا فأنها تصبح بالية لاجودة فيها.
 - ❖ القبعة رمز للدور الذي يمارسه كل شخص، فقبعة الممرضة غير قبعة الجندي او القاضي او عضو هيئة التدريس.... وهكذا.
 - ❖ يحتاج الانسان الى الوان مختلفة من التفكير، وكما يلزمه ان يفسر اسلوبه بالتفكير ووضع المستجد امامه ولذلك الانسان المفكر يحتاج الى لبس عدة فبعات مختلفة للتفكير والابداع والنقد.
- ٢-١-٢ خصائص استراتيجيات القبعات الست.
- هناك مجموعة من الخصائص التي تحدد موصفات كل قبعة عند استخدامها وتشمل الاتي:-
- ١- القبعة البيضاء (المعلومات، البيانات، المتطلبات).
- ترمز هذه القبعة الى التفكير الحيادي وتتميز بالموضوعية، وهذا التفكير قائم على اساس التساؤل من اجل الحصول على حقائق؟ ارقام؟..... الخ.
- وهي قبعة جمع الحقائق و المعلومات و الخطط و قاعدة البيانات و دراسة جوانب الموضوع و التحفيز لها و الذي يرتدي القبعة البيضاء يسأل مثل هذا السؤال: ما المعلومات التي يريدها؟ وكيف نحصل عليها؟ ماهي الاسئلة التي تريد طرحها؟ و القبعة البيضاء توجه الانتباه الى المعلومات المتوفرة وغير المتوفرة ومن يرتدي القبعة البيضاء تكون له القدرة على^(١):-
- ❖ يجيب اجابات مباشرة و محددة على الاسئلة.
 - ❖ يهتم بالوقائع و الارقام و الاحصاءات.
 - ❖ يمثل دور الكمبيوتر في اعطاء المعلومات او تلقيها(الموضوعية).

(١) مارزانو روبرت واخرون: أبعاد التفكير اطار عمل للمنهج وطرق تدريس، ط٢، دار الفرقان، عمان، الاردن، ٢٠٠٤، ص١٣.

٢- القبعة الحمراء (المشاعر، الحدس، العواطف).

وهي قبعة قائمة على ما يكمن في العمق من عواطف و مشاعر وكذلك تقوم على الحدس وهي تقضي المشاعر والعواطف والحدس والجوانب الاخلاقية والانسانية في المشكلة ومن يرتدي هذه القبعة يقول: هذا شعوري نحو الموضوع و من يرتدي القبعة الحمراء له القدرة على الاتي^(١):-

- ❖ دائما يظهر احساسه وانفعالاته بسبب او بدون سبب.
 - ❖ يهتم بالمشاعر حتى ولو تدعم بالحقائق و المعلومات.
 - ❖ يميل للجانب الانساني او العاطفي ورائه وتفكيره تكون على اساس عاطفي وليس منطقي.
- ٣- القبعة السوداء (الحذر، المخاطر، المصاعب، السلبيات).

وهي قبعة الخوف والحذر والتشاؤم والنقد والتفكير في الاخطار او الخسارة، وهذا الشيء المطلوب عند اتخاذ القرارات، وهذه القبعة من أكثر القبعات فائدة، ومن يرتدي القبعة السوداء تكون له القدرة على الاتي^(١):-

- ❖ التشاؤم و عدم التفاؤل باحتمالات النجاح.
 - ❖ دائما ينتقد الاداء.
 - ❖ يركز على العوائق و التجارب الفاشلة ويكون اسيرها.
- ٤- القبعة الصفراء (الفوائد، الايجابيات).
- وهي قبعة التفاؤل و التفكير في عمل و فوائد الموضوع المطروح للنقاش وتجري بعض النتائج و الاقتراحات المفيدة و الجدوى الاقتصادية، ويمكن لصاحب القبعة الصفراء أن يسأل: ما هي الفوائد؟ ومن هو المستفيد؟ ماهي الايجابيات، ومن يرتدي القبعة الصفراء تكون له القدرة على الاتي^(٢):-
- ❖ يكون متفائلاً و ايجابياً و مستعداً للتجربة.
 - ❖ يركز على الاحتمالات النجاح و تقليل احتمالات الفشل.
 - ❖ لا يستعمل المشاعر والانفعالات بوضوح بل يستعمل المنطق بصورة ايجابية ويهتم بالفرص المتاحة ويحرص على استغلالها.
- ٥- القبعة الخضراء (أفكار جديدة).

^(١)Pal .P; six thinking hats, retrieved, oct, from www.geocities. Co.

^(١) مارزانو روبرت واخرون: مصدر سيق نكرة، ص ١٤.

^(٢) Pal .P; six thinking hats, retrieved, oct, from www.geocities. Co.

وترمز الى التفكير الابداعي الاخضر رمز الابداع و الابتكار انه مثل نمو النبات الكبير من الغرسه الصغيره انه النمو وهو التغير والخروج من الافكار القديمه الى الجديدة ومن يرتدي القبعة الخضراء تكون له القدرة على الاتي:-

- ❖ يحرص على كل جديد من افكار وتجارب ومفاهيم.
- ❖ مستعد لتحمل المخاطر والنتائج المترتبة عليها و دائما يسعى للتطوير والعمل على التغير ويعطي من الوقت و الجهد للبحث عن الافكار والبدائل الجديدة.
- ❖ يستعمل وسائل وعبارات ابداعية مثل (ماذا لو، هل، كيف، ربما).
- ٦- القبعة الزرقاء (التفكير الشمولي).

وترمز هذه القبعة الى التفكير (الشمولي) أنه تفكير النظرة العامه والسبب في اختيار اللون الازرق^(٣):-

- ❖ أن لون السماء زرقاء وهي تغطي كل شي وتشمل تحتها كل شيء.
- ❖ لان اللون الازرق يوحي بالاحاطة والقوة كالبحر فكيف ونواجه التفكير اللازم للوصول الى أفضل نتيجة، وهي متعة التفكير التحكم والتقييم والنظر في الاشياء بطريقة نافذة بناءة و القبعة الزرقاء هي (قبعة جدول اعمال التفكير) ومن يرتدي القبعة الزرقاء تكون له القدرة على الاتي:-
- ❖ يبرمج ويرتب خطواته بشكل دقيق: يتميز بالمسؤولية والادارة في اغلب الامور.
- ❖ يتقبل جميع الاراء ويحلها ثم يقتنع بها.
- ❖ يستطيع أن يرى قبعات الاخرين و يحترمهم ويميزهم.
- ٢-١-٣ أهداف القبعات الست^(١).

- ١- الاحاطة بكل ما يتعلق بالموضوع من معلومات ومشاعر وأثار ايجابية او سلبية.
- ٢- استقصاء الاحتمالات التي يمكن ان تمثل وجهات نظر الاخرين.
- ٣- تنظيم التفكير وتسلسله خطوة - خطوة وتجنب التداخل بين خطوات التفكير.
- ٤- الحد من التأثير السلبي لغلبة نمط التفكير للفرد او الاعضاء العمل خلال التركيز في كل مرحلة على جانب معين.
- ٥- الوصول الى حلول و أفكار و قرارات أكثر وجوباً وحكمه.
- ٦- التوقف عن التشاؤم والبحث عن الايجابيات.

^(١) Hecerian, B. S; **THE EFFECTS OF six thinking method on effective learning in biology the fifth international conference on creative thinking**, university of malta.

^(٢) احمد بن عوضه بن احمد: تجربة جامعة الملك سعود في تعليم مهارات التفكير، ورقة عمل من مركز دبيونو في اللقاء العربي الثاني لتعليم التفكير و تنمية الابداع، الاردن.

٢-١-٤ السباحة

تعد السباحة واحدة من الرياضات المائية (الغطس، الشراع، الانزلاق، التجديف، ... الخ) والتي تستعمل الوسط المائي وسيلة للتحرك عن طريق الذراعين والجذع والرجلين، وبدون اتقان السباحة لا يمكن ممارسة الرياضات المائية الاخرى، إذ تتميز بإمكانية ممارستها من قبل المراحل العمرية المختلفة وتعتبر وسيلة للارتقاء بكفاية الانسان بدنياً ومهارياً وعقلياً واجتماعياً ونفسياً.

٢-١-٥ السباحة الحرة:

السباحة الحرة نوع من انواع السباحة التنافسية ويطلق عليها سباحة الزحف على البطن (الكرول) وهي كلمة انكليزية ومعناها (زحقة) وهي تعد أسرع طرق السباحة واكثرها انتشاراً وفيها تقوم السيقان والاذرع في نفس الوقت وبالتناوب بحيث يرسم حركة دائرية^(٢)

وفي التاريخ الأولمبي نجد ان السباحة الحرة قد دخلت ضمن المنهاج الخاص بالدورات الاولمبية وضمن اول دورة اولمبية اقيمت في اثينا عام (١٨٩٦م)، اذ اشتمل برنامج المسابقات الاولمبية على اربع مسابقات فقط كما كان يسمح للمتسابقين باستخدام اية طريقة يفضلونها من طرق السباحة، وكانت المسافات المتنافس عليها هي السباحة الحرة هي (١٠٠م حرة، ٥٠٠م حرة، ١٢٠٠م حرة) و ١٠٠م حرة خاصة بالبحارة^(٣)

وقد ظهرت الحالة الاولى لتكنيك السباحة الحرة لدى سباحي استراليا اذ اعطيت نتائج جيدة في سباقات الالعاب لدورتي (١٩٠٨) في لندن ودورة شوكهولم (١٩١٢م) ويكون بقاء الرأس الى الاعلى طيلة مدة السباحة اما دورة الذراع فهي قصيرة وسريعة والقدمان يضربان سطح الماء بشدة قوية وتثني الرجل من مفصل الركبة بدرجة كبيرة^(٤).

تطور تكنيك السباحة الحرة الى ما وصل اليه في الوقت الحالي هو حصيلة مدى التقدم الرقمي للانجاز حتى عام (٢٠٠١م) نتيجة لتطور المناهج التدريبية على وفق الاسس العلمية والاعتماد على التكنيك الجيد للاقتصاد في الطاقة المبذولة والزمن المنجز ووضع المبادئ الاساسية لحركات السباحة الحرة وهي حركات تبادلية للذراعين والرجلين والتي تمكن السباح من خلال تنفيذها التقدم للامام خلال الماء عن طريق التغلب على وضع الجسم في وضع الطوفان على البطن والكتفين

^(٢) كتاب المعرفة. رياضة وهوايات، بيروت: لبنان الشرقية للمطبوعات، ص ٣٧.

^(٣) W.E. Costill, (1992) (op.cit), p.135

^(٤) وفاء حسين عبد الامير الجبوري. تطور الارقام الاولمبية لمسابقات السباحة للرجال منذ عام (١٨٩٦) ولغاية ٢٠٠٠م، دراسة تاريخية تحليلية، رسالة ماجستير، ٢٠٠١، ص ٣١-٣٣.

اعلى من مستوى المقعدة التي تقع اسفل الماء مباشرة وتكون الحركة للامام، اذ تدخل الذراع في نقطة امام الجسم بين الرأس والكتف مع ثني قليل في مفصل المرفق قبل الدخول وقبل مد الذراع كاملاً ويكون الدخول بالاصابع والكف يميل باتجاه البدء بعملية المسك وذلك للاحساس بمقاومة الماء والبدء بعملية السحب والدفع ثم عملية الرجوع، والتي تبدأ بخروج الذراع بعد اتمام عملية الدفع اذ يخرج المرفق اولاً من سطح ثم باتجاه الاعلى وللامام ، ويجب ان تكون الذراع في حالة استرخاء كامل لغرض تحقيق الراحة والاستعداد للسحبة القادمة، والكف هي التي تقود حركة الذراع وليس المرفق.^(٣٥)

اما حركة الرجلين فتؤدي بالتبادل في حركة رأسية (علوية، سفلية) ليتم دفع الماء للخلف والاسفل ليتقدم الجسم ويندفع للامام والاعلى ويعتبر مركز الفخذ محور الارتكاز لحركة الرجل، ويجب ان يكون رسغ القدم مرن بحيث يقلل من مقاومة الماء عليه، وتكون الضربات التبادلية بالرجلين تبعاً للدورة الواحدة للذراعين. "اذ تقوم الرجلان بأداء ست ضربات او اربع ضربات او ضربتين مع كل دورة كاملة بالذراعين"^(٣٦)، ويتحدد تبعاً لمسافة السباق، "فتستعمل طريقة الست ضربات في ١٠٠ م، ٢٠٠ م، ويقل عددها في ٤٠٠ م - ٨٠٠ م - ٢٥٠٠ م"^(٣٧).

وتتم عملية التنفس بدوران الرأس جانباً عند دخول اليد العكسية لدوران الوجه في الماء وذلك للسماح للفم بالوصول الى مستوى سطح الماء لأخذ الشهيق مع مراعاة عدم الزيادة في ارتفاع الرأس اكثر من اللازم، ويتم اخراج الزفير من الفم والانف خلال الماء عند دوران الرأس مرة ثانية لرجوعها لوضعها الطبيعي ويتم التنفس أحياناً من الجانبين لراحة عضلات الرقبة والمحافظة على اتزان الجسم للسباح ورؤية السباحين الآخرين، ويؤدي التنفس في كل دورة ذراعين واحياناً يؤدي كل دورتين وفي احيان اخرى كل ثلاثة دورات في (المسافات القصيرة)، ويجب ان تكون حركات التنفس متناسقة مع بقية حركات الجسم.^(٣٨)

٢-٢ الدراسات السابقة.

٢-٢-١ دراسة مريم خالد مهدي (٢٠١٠).

(35) Costill, D.L, Maglisco E.W, Richardson AB: Swimming. Black Well scientific. London. 1992. P.69.

(٣٦) ابو العلا احمد عبد الفتاح. السباحة، القاهرة: دار المعارف، ١٩٧٠، ص ٢٥.

(٣٧) اسامة كامل راتب وعلي محمد زكي. الاسس العلمية لتدريب السباحة، القاهرة: دار الفكر العربي، ص ٣٧.

(38) Counsilman J. E: (1978). (op.cit), P.70.

(أثر استعمال برنامج القبعات الست في تحصيل طالبات الصف الرابع الادبي في مادة الادب و النصوص) ، هدفت الدراسة الى تعرف أثر استعمال برنامج القبعات الست في تحصيل طالبات الصف الرابع الادبي في مادة الادب و النصوص، اجريت هذه الدراسة في العراق، و رمت الى معرفة اثر استعمال برنامج القبعات الست في تحصيل طالبات الصف الرابع الادبي في مادة الادب والنصوص، اختارت الباحثة التصميم التجريبي ذا الضبط الجزئي والاختيار البعدي تصميماً للبحث، واختارت عشوائياً اعدادية الخنساء للبنات عينة للبحث، وبلغت عينة البحث (٦٢) طالبة بواقع (٣١) طالبة للمجموعة التجريبية التي درست مادة الادب و النصوص ببرنامج القبعات الست، و (٣١) طالبة للمجموعة الضابطة التي درست المادة نفسها بالطريقة الاعتيادية، كافأت الباحثة بين المجموعتين في العمر الزمني محسوبا بالشهور، والتحصيل الدراسي للاباء والامهات، ودرجات مادة اللغة العربية في اختبار نصف السنة للصف الرابع الادبي للعام الدراسي ٢٠٠٩-٢٠١٠ ، استعملت الباحثة مجموعة من الوسائل الاحصائية من بينها الاختبار التائي لعينتين مستقلتين و مربع كاي و معامل الارتباط بيرسون ، وبعد تحليل النتائج احصائيا توصلت الباحثة الى تفوق طالبات المجموعة التجريبية اللاتي درسن مادة الادب و النصوص باستعمال برنامج القبعات الست على طالبات المجموعة الضابطة اللاتي درسن المادة نفسها بالطريقة التقليدية في التحصيل^(١)

المبحث الثالث:

٣- منهجية البحث واجراءاته الميدانية.

٣-١ منهج البحث.

تحقيقاً لاهداف البحث و فرضياته، تم الاعتماد على المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته طبيعة المشكلة المراد دراستها.

٣-٢ مجتمع البحث و عينته.

يتمثل مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثانية كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥ وعددهم (٦٠) طالبة، اما عينة البحث فقد بلغت (٢٠) طالبة اذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية حيث كانت هناك ثلاث شعب بنات (ح _ ي _ ط) وقعت القرعة على شعبة (ط).

٣-٣ الوسائل و الادوات المستعملة بالبحث.

(١) مريم خالد مهدي: أثر استعمال برنامج القبعات الست في تحصيل طالبات الصف الرابع الادبي في مادة الادب و النصوص، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الاساسية، العراق، ٢٠١٠، ص١-١٨١.

- ❖ المصادر و المراجع العلمية العربية و الاجنبية.
- ❖ استمارة القبعات الست للتفكير .
- ❖ مسبح الكلية.
- ❖ جهاز حاسوب (sony) صيني المنشأ.
- ❖ استمارة تفريغ المعلومات.
- ❖ ٣-٤ إجراءات البحث الميدانية.
- ❖ ٣-٤-١ استبيان القبعات الست للتفكير .

تم الاعتماد على استبيان (خشان) للقبعات الست للتفكير الذي يتكون من ستة مجالات وهي التفكير المنطقي، التفكير المحايد، التفكير الابداعي، التفكير السلبي، التفكير العاطفي، التفكير الايجابي، ويتألف الاستبيان من (٧٢) فقرة موزعة على مجالات الستة، أذ اعتمد طريقة ليكرت في تصميم اداة البحث بأتابع تدرج خماسي واعطيت كل فقرة درجات متدرجة على وفق سلم خماسي (١-٥) درجات، أذ اعطي (٥) درجات لاجابة وافق بشدة و (٤) درجات لاجابة وافق و (٣) درجات لاجابة غير متأكد و درجتان لاجابة اعارض و درجة واحدة لاجابة اعارض بشدة، وللتأكد من صدق الاداة استعملت الباحثة صدق الاتساق الداخلي، عبر ارتباط الفقرات مع بعضها البعض. اذ يعد ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشراً لصدق الفقرة وتجانسها، أي الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية^(١). اذ عمدت الباحثة باستخدام معامل الارتباط البسيط بيرسون بين الدرجات على العينة والبالغ عددهم (٢٠) طالباً، عبر احتساب درجات افراد العينة على الفقرات وبين درجاتهم الكلية للمقياس، لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس. وقد اظهرت النتائج ان معاملات الارتباط كانت جميعها معنوية، مما يدل على ان المقياس وفقراته يتمتع بصدق عالٍ وكما في جدول (١). بعد حصول المقياس على الصدق المطلوب، عمدت الباحثة في اجراءتها الى استخراج ثبات المقياس من خلال القوة التمييزية وتحديد الفقرات الضعيفة اوغير المميزة، وحساب القوة التمييزية اعتمدت الباحثة على المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية واستعملت اختبار (t) للعينات المستقلة في معرفة دلالة الفروق في درجات كل فقرة بين المجموعتين المتطرفتين، لذا تم ترتيب درجات العينة والبالغ عددهم (٢٠) طالباً، عبر النسبة المحددة في (٢٧%)، وبعد استعمال اختبار (t) للمقياس، اتضح ان جميع

(١) Stanley,C.J.& Hokins,K,D,Educationa Psychology Measurement a Evaluation:(New Jersey, Prentice-Hallm1972)P.111.

فقرات المقياس لها قدرة تمييزية عالية، إذ ان قيمة المعنوية الحقيقية (Sig) كانت (٠,٠٠٠)، وهي اصغر من (٠,٠٥) ، لذا عدت جميع الفقرات مميزة اي انها تستطيع أن تميز بين الدرجات الدنيا والعليا، كما في الجدول(٢).

الجدول (١) يبين معامل الارتباط البسيط لبيرسون لفقرات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط البسيط	المعنوية الحقيقية	الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط البسيط	المعنوية الحقيقية	الدلالة
١	0.320	0.000	معنوي	٣٧	0.424	0.003	معنوي
٢	0.228	0.004	معنوي	٣٨	0.375	0.000	معنوي
٣	0.302	0.006	معنوي	٣٩	0.332	0.006	معنوي
٤	0.247	0.011	معنوي	٤٠	0.348	0.000	معنوي
٥	0.371	0.000	معنوي	٤١	0.393	0.002	معنوي
٦	0.477	0.001	معنوي	٤٢	0.351	0.000	معنوي
٧	0.241	0.007	معنوي	٤٣	0.379	0.007	معنوي
٨	0.348	0.002	معنوي	٤٤	0.283	0.010	معنوي
٩	0.436	0.000	معنوي	٤٥	0.337	0.001	معنوي
١٠	0.231	0.005	معنوي	٤٦	0.284	0.041	معنوي
١١	0.331	0.003	معنوي	٤٧	0.234	0.013	معنوي
١٢	0.235	0.003	معنوي	٤٨	0.476	0.000	معنوي
١٣	0.289	0.012	معنوي	٤٩	0.348	0.000	معنوي
١٤	0.346	0.003	معنوي	٥٠	0.267	0.015	معنوي
١٥	0.276	0.041	معنوي	٥١	0.328	0.010	معنوي
١٦	0.375	0.010	معنوي	٥٢	0.362	0.018	معنوي
١٧	0.314	0.000	معنوي	٥٣	0.782	0.000	معنوي
١٨	0.236	0.036	معنوي	٥٤	0.383	0.010	معنوي
١٩	0.365	0.000	معنوي	٥٥	0.248	0.042	معنوي
٢٠	0.215	0.005	معنوي	٥٦	0.275	0.000	معنوي
٢١	0.478	0.001	معنوي	٥٧	0.271	0.006	معنوي
٢٢	0.268	0.010	معنوي	٥٨	0.365	0.000	معنوي
٢٣	0.343	0.029	معنوي	٥٩	0.237	0.011	معنوي
٢٤	0.372	0.039	معنوي	٦٠	0.364	0.020	معنوي
٢٥	0.276	0.010	معنوي	٦١	0.426	0.002	معنوي
٢٦	0.485	0.011	معنوي	٦٢	0.387	0.017	معنوي
٢٧	0.356	0.022	معنوي	٦٣	0.226	0.013	معنوي
٢٨	0.452	0.029	معنوي	٦٤	0.279	0.000	معنوي
٢٩	0.273	0.000	معنوي	٦٥	0.364	0.014	معنوي
٣٠	0.366	0.010	معنوي	٦٦	0.287	0.022	معنوي
٣١	0.276	0.007	معنوي	٦٧	0.219	0.044	معنوي
٣٢	0.384	0.000	معنوي	٦٨	0.367	0.001	معنوي
٣٣	0.259	0.011	معنوي	٦٩	0.271	0.020	معنوي
٣٤	0.387	0.011	معنوي	٧٠	0.252	0.030	معنوي
٣٥	0.243	0.019	معنوي	٧١	0.371	0.040	معنوي
٣٦	0.437	0.015	معنوي	٧٢	0.284	0.031	معنوي

معنوي إذا كانت المعنوية الحقيقية $(sig) \geq 0,05$

الجدول (٢) يبين القوة التمييزية لفقرات المقياس

رقم الفقرة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمة f المحسوبة	قيمة f المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا	
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي
١	0.213	4.046	0.275	2.727	٣٧	12.727	0.456	4.727	0.351	1.563
٢	0.392	4.091	0.836	2.351	٣٨	12.369	0.492	4.636	0.213	2.765
٣	0.294	4.091	0.473	1.746	٣٩	13.076	0.213	4.955	0.354	2.871
٤	0.456	4.136	0.439	1.544	٤٠	44.241	0.436	4.000	0.902	1.335
٥	0.383	4.046	0.462	1.446	٤١	11.132	0.429	4.227	0.503	1.652
٦	0.250	3.591	0.000	1.030	٤٢	14.476	0.375	4.046	0.294	2.685
٧	0.705	4.000	0.492	2.364	٤٣	16.079	0.000	5.000	0.581	1.636
٨	0.528	4.227	0.526	2.546	٤٤	12.156	0.653	4.046	0.598	1.500
٩	0.000	5.000	0.456	2.727	٤٥	17.488	0.294	4.091	0.512	2.532
١٠	0.451	4.364	0.442	2.773	٤٦	15.219	0.395	4.182	0.550	2.653
١١	0.000	5.000	0.646	2.682	٤٧	19.982	0.477	0.671	0.429	2.871
١٢	0.457	4.318	0.671	1.546	٤٨	22.865	0.503	0.550	0.354	2.852
١٣	0.328	4.227	0.550	2.727	٤٩	11.364	0.535	0.456	0.902	2.390
١٤	0.000	5.000	0.366	2.727	٥٠	8.676	0.665	0.477	0.503	2.432
١٥	0.453	4.227	0.827	1.762	٥١	7.143	0.612	0.510	0.294	2.499
١٦	0.458	4.273	0.510	1.346	٥٢	13.641	0.685	3.773	0.294	1.091
١٧	0.426	4.273	0.456	2.727	٥٣	13.219	0.456	3.273	0.000	1.043
١٨	0.236	4.909	0.590	1.691	٥٤	6.189	0.503	3.409	0.000	2.065
١٩	0.557	4.318	0.501	2.768	٥٥	26.808	0.477	3.318	0.000	1.540
٢٠	0.332	4.364	0.590	2.541	٥٦	15.571	0.710	4.136	0.544	1.909
٢١	0.487	4.273	0.646	2.268	٥٧	8.125	0.501	3.818	0.438	2.437
٢٢	0.434	4.318	0.596	1.765	٥٨	12.641	0.351	4.136	0.640	1.176
٢٣	0.583	4.455	0.671	2.455	٥٩	18.276	0.456	4.727	0.961	1.636
٢٤	0.692	3.591	0.456	1.273	٦٠	8.189	0.000	5.000	0.354	2.654
٢٥	0.631	4.591	0.876	1.455	٦١	25.453	0.000	5.000	0.902	2.768
٢٦	0.348	4.818	0.236	2.376	٦٢	20.872	0.503	4.409	0.503	1.409
٢٧	0.000	5.000	0.476	2.782	٦٣	12.259	0.456	4.273	0.294	1.549
٢٨	0.000	4.863	0.598	2.565	٦٤	14.657	0.477	4.318	0.395	2.87
٢٨	0.453	4.324	0.543	2.270	٦٥	18.829	0.000	5.000	0.653	3.033
٣٠	0.503	4.281	0.598	1.285	٦٦	11.654	0.590	3.591	0.234	2.981
٣١	0.236	4.662	0.523	1.546	٦٧	14.651	0.752	3.773	0.543	2.465
٣٢	0.557	4.519	0.514	1.546	٦٨	13.549	0.690	4.000	0.659	1.543
٣٣	0.351	4.271	0.582	2.455	٦٩	11.367	0.733	3.818	0.076	1.765
٣٤	0.503	4.365	0.357	1.182	٧٠	14.036	0.395	4.182	0.287	1.874
٣٥	0.510	4.841	0.434	1.544	٧١	9.287	0.610	3.909	0.240	2.245
٣٦	0.375	4.217	0.562	2.873	٧٢	19.943	0.294	4.091	0.583	1.934

معنوي إذا كانت المعنوية الحقيقية $(sig) \geq 0,05$

٣-٥ مدة تطبيق البحث.

بدأ تطبيق البحث في يوم الاثنين المصادف ١ / ١٢ / ٢٠١٤، واستمر لمدة (٦) اسابيع بواقع وحدة تعليمية في الاسبوع، أذ قامت الباحثة بتوزيع استبيان القبعات الست للتفكير على عينة البحث، واخذ (٧٠) دقيقة من وقت المحاضرة البالغ (٩٠) دقيقة وعليه تقسم الباحثة المحاضرة على:

القسم الرئيس :

ومدته (٧٠) دقيقة، والذي يتم خلاله عرض طريقة تفكير كل قبعة و مفهومها من خلال عرضها على (الداتا شو)، وإعطاء تمارين تسهم في اداء مهارات السباحة الحرة باستخدام القبعات الست للتفكير ولذلك قسمت الباحثة القسم الرئيس الى قسمين:

أ. الجانب التعليمي : ومدته (٢٠) دقيقة، يتم خلاله جلوس الطالبات بشكل صفوف على الارض، ويقوم المدرس بشرح مفصل عن كل قبعة يتضمن طريقة تفكير كل قبعة من خلال عرضها على (الداتا شو)، مع طرح الاسئلة على الطالبات وتكون الاسئلة تخدم المهارة المراد تعلمها بما ينسجم و طريقة التفكير، مع اعطاء معلومات عامة عن المهارة وشرح الاداء الفني لها والتأكيد على الاداء الصحيح في اثناء الاداء، وعرض المهارة من خلال انموذج امام الطالبات.

ب. الجانب التطبيقي : ومدته (٥٠) دقيقة، في هذا الجانب من القسم الرئيس يتم اعطاء تعليمات تسهم في اداء السباحة الحرة باستخدام القبعات الست للتفكير، وقد عدت هذه التعليمات حسب مفهوم كل قبعة و طريقة اداء كل مهارة على حدة، ويتم طرح بعض الاسئلة على الطالبات بين اداء السباحة الحرة ، او اثناء السباحة الحرة، وتم الانتهاء من تطبيق البحث في يوم الخميس المصادف ١٥ / ١ / ٢٠١٥.

٣-٦ الوسائل الاحصائية.

استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية spss لمعالجة البيانات لغرض تحليلها و مناقشتها.

المبحث الرابع**٤- عرض النتائج ومناقشتها و تحليلها.**

الجدول (٣) يبين الاوساط الحسابية و الانحراف المعياري للقبعات الست للتفكير.

القبعات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١- زرقاء	73.3103	12.01815
٢- البيضاء	49.7241	6.81855
٣- خضراء	37.5862	3.76561
٤- السوداء	43.0690	9.37676
٥- الحمراء	30.0690	4.02608
٦- صفراء	33.8276	5.35236

يبين جدول (١) قيمة الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للقبعات الست للتفكير، أذ بلغ الوسط الحسابي للقبعة الزرقاء (٧٣,٣١) بأنحراف معياري (١٢,٠١)، والوسط الحسابي للقبعة البيضاء (٤٩,٧٢) بأنحراف معياري (٦,٨١)، والوسط الحسابي للقبعة الخضراء (٣٧,٥٨) بأنحراف معياري (٣,٧٦)، والوسط الحسابي للقبعة السوداء (٤٣,٠٧) بأنحراف معياري (٩,٣٧)، والوسط الحسابي

للقبعة الحمراء (٣٠,٠٦) بأحرف معياري (٤,٠٢)، و الوسط الحسابي للقبعة الصفراء (٣٣,٨٢) بأحرف معياري (٥,٣٥).

جدول (٤) يبين معامل ارتباط القبعة البيضاء مع مهارات السباحة الحرة

ت	المهارات	معامل الارتباط	المعنوية الحقيقية	الدلالة
١	كتم التنفس لأطول مدة تحت سطح الماء	٠,٥٠٨	٠,٠٠٧	معنوي
٢	طفو القرفصاء مع عملية كتم التنفس	٠,٦٤٧	٠,٠٠٠	معنوي
٣	الطفو الأفقي على البطن	٠,٥٢٣	٠,٠٠٣	معنوي
٤	الانسياب الأمامي مع أداء حركات الرجلين لمسافة (١٠) م، باستخدام نجادة	٠,٦٦٣	٠,٠٠٠	معنوي
٥	السباحة الأولية لمسافة (١٠) م باستخدام نجادة	٠,٥٠٤	٠,٠٠٠	معنوي
٦	السباحة الحرة لمسافة (١٠) م باستخدام نجادة	٠,٦٠٩	٠,٠٠٠	معنوي

معنوي $\geq (٠,٠٥)$

جدول (٥) يبين معامل ارتباط القبعة صفراء مع مهارات السباحة الحرة

ت	المهارات	معامل الارتباط	المعنوية الحقيقية	الدلالة
١	كتم التنفس لأطول مدة تحت سطح الماء	٠,٦٧٣	٠,٠٠١	معنوي
٢	طفو القرفصاء مع عملية كتم التنفس	٠,٦٦٠	٠,٠٠٠	معنوي
٣	الطفو الأفقي على البطن	٠,٤٢٨	٠,٠٠٧	معنوي
٤	الانسياب الأمامي مع أداء حركات الرجلين لمسافة (١٠) م، باستخدام نجادة	٠,٥٤٣	٠,٠٠٠	معنوي
٥	السباحة الأولية لمسافة (١٠) م باستخدام نجادة	٠,٤٥٨	٠,٠٠١	معنوي
٦	السباحة الحرة لمسافة (١٠) م باستخدام نجادة	٠,٥٢٠	٠,٠٠٠	معنوي

معنوي $\geq (٠,٠٥)$

جدول (٦) يبين معامل ارتباط القبعة حمراء مع مهارات السباحة الحرة

ت	المهارات	معامل الارتباط	المعنوية الحقيقية	الدلالة
١	كتم التنفس لأطول مدة تحت سطح الماء	٠,٥٦٨	٠,٠٢٩	معنوي
٢	طفو القرفصاء مع عملية كتم التنفس	٠,٥٧٩	٠,٠٠٤	معنوي
٣	الطفو الأفقي على البطن	٠,٦٦٢	٠,٠٠٢	معنوي
٤	الانسياب الأمامي مع أداء حركات الرجلين لمسافة (١٠) م، باستخدام نجادة	٠,٤٥٦	٠,٠٠١	معنوي
٥	السباحة الأولية لمسافة (١٠) م باستخدام نجادة	٠,٣٢٥	٠,٠١٩	معنوي
٦	السباحة الحرة لمسافة (١٠) م باستخدام نجادة	٠,٥٨٧	٠,٠٠٠	معنوي

معنوي $\geq (٠,٠٥)$

جدول (٧) يبين معامل ارتباط القبعة سوداء مع مهارات السباحة الحرة

ت	المهارات	معامل الارتباط	المعنوية الحقيقية	الدلالة
١	كتم التنفس لأطول مدة تحت سطح الماء	٠,٦١٢	٠,٠٣١	معنوي
٢	طفو القرفصاء مع عملية كتم التنفس	٠,٥١٨	٠,٠٠٤	معنوي
٣	الطفو الأفقي على البطن	٠,٥٩٩	٠,٠٥٦	معنوي
٤	الانسياب الأمامي مع أداء حركات الرجلين لمسافة (١٠) م، باستخدام نجادة	٠,٦٤٣	٠,٠١٣	معنوي
٥	السباحة الأولية لمسافة (١٠) م باستخدام نجادة	٠,٤٨٨	٠,٠٠٧	معنوي
٦	السباحة الحرة لمسافة (١٠) م باستخدام نجادة	٠,٦١٠	٠,٠٣٧	معنوي

معنوي $\geq (٠,٠٥)$

جدول (٨) يبين معامل ارتباط القبعة زرقاء مع مهارات السباحة الحرة

ت	المهارات	معامل الارتباط	المعنوية الحقيقية	الدلالة
١.	كتم التنفس لأطول مدة تحت سطح الماء	٠,٥١٠	٠,٠٣٨	معنوي
٢.	طفو القرفصاء مع عملية كتم التنفس	٠,٥٠٣	٠,٠٠٨	معنوي
٣.	الطفو الأفقي على البطن	٠,٥٨٧	٠,٠٤١	معنوي
٤.	الانسياب الأمامي مع أداء حركات الرجلين لمسافة (١٠)م، باستخدام نجادة	٠,٦٣٣	٠,٠٠٠	معنوي
٥.	السباحة الأولية لمسافة (١٠)م باستخدام نجادة	٠,٣٨٩	٠,٠٠٤	معنوي
٦.	السباحة الحرة لمسافة (١٠)م باستخدام نجادة	٠,٤٥٦	٠,٠٠١	معنوي

معنوي $\geq (٠,٠٥)$

جدول (٩) يبين معامل ارتباط القبعة خضراء مع مهارات السباحة الحرة

ت	المهارات	معامل الارتباط	المعنوية الحقيقية	الدلالة
١.	كتم التنفس لأطول مدة تحت سطح الماء	٠,٦٨٩	٠,٠٣١	معنوي
٢.	طفو القرفصاء مع عملية كتم التنفس	٠,٥٢٩	٠,٠٠٣	معنوي
٣.	الطفو الأفقي على البطن	٠,٥١٣	٠,٠٢٩	معنوي
٤.	الانسياب الأمامي مع أداء حركات الرجلين لمسافة (١٠)م، باستخدام نجادة	٠,٤٨٩	٠,٠٠٤	معنوي
٥.	السباحة الأولية لمسافة (١٠)م باستخدام نجادة	٠,٥٠٤	٠,٠٠٠	معنوي
٦.	السباحة الحرة لمسافة (١٠)م باستخدام نجادة	٠,٥٤٣	٠,٠٠٠	معنوي

معنوي $\geq (٠,٠٥)$

مناقشة النتائج

من خلال الجداول يتضح ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين القبعات الست للتفكير وتأثيرها بشكل ايجابي في تعلم السباحة الحرة، إذ ان الارتباط المعنوي بين القبعات الست ومهارات السباحة الحرة ينم عن جدية عينة البحث في استخدام هذه الانماط من التفكير في تعلم السباحة الحرة من خلال التفكير الجدي و الصحيح في التعلم، وايضاً جمع المعلومات الكافية لتعلم السباحة الحرة، فهذا يعني استخدام عينة البحث المعلومات و الحقائق التي تم الحصول عليها من خلال التفكير المحايد في عملية الابداع التي ترافق عملية تعلم السباحة من خلال التفكير بوسائل جديدة يكون لها الدور في تسريع عملية التعلم لدى عينة البحث، ما يجعل من الطالب عنصراً فاعلاً في العملية التعليمية عبر علمه وإلمامه بالواجبات التي سيؤديها عند أداء المهارات وبالتالي يكون قادراً على توجيه قدراته العقلية نحو تحقيق اداء ناجح للمهارات من خلال ستة انماط مختلفة للتفكير (التفكير المتوازي)، مما يزيد من الجدية في الاداء ورغبة الطلبة في التعلم المهارات اثناء المحاضرة وبالتالي ازدياد دافعيتهم نحو تعلمها، كما اسهمت القبعات الست من خلال (القبعة الخضراء) التفكير الابداعي في تشجيع الطلبة لتقديم آراء وبدائل جديدة وافكار افضل لحل المعوقات التي قد تواجه الطلبة اثناء تعلمهم المهارات،

أذ إن تعلم مهارات السباحة الحرة يعتمد مبدأ التخصص فليس بالضرورة إن يكون جميع الطلبة بنفس مستوى الأتقان المهارات وهذا ماتمتاز به هذه اللعبة بالخصوصية والتفرد والخبرة، إذ إن

عملية الإبداع لا تأتي من فراغ ، بل لابد من وجود مؤثر ، وهذا المؤثر هو القبعات الست ؛ فاستعمالها يُمكن الطلبة من معرفة امكانياته في اداء المهارات وتخيّلها و تولد لديهم القدرة على التمييز الاداء الجيد من الخاطئ، وبالتالي يحاولون الربط بين اجزاء الحركة المختلفة و تنسيقها و تسلسلها، وبالتالي يتم اداء المهارة بشكل منسق وجيد.

ان عملية التفكير لها دور فعال في نجاح العملية التعليمية، إذ يعتمد النجاح في ذلك على شعور الطلبة بقدراتهم وبتقدير الاخرين و بث روح الجماعة من خلال الاستماع للاخرين وتقبل آرائهم فقد اعطت القبعات الست الفرصة للمناقشة الجماعية نظراً للعلاقات الاجتماعية بين الطلبة، مما اعطى فرصة لكل طالب بمشاركة زملائه في معلوماته وافكاره مما حسن من تعلم المهارات . عبر التفكير يستطيع الانسان التعامل والسيطرة على مواقف المشكلات التي تواجهه في حياته اليومية، وعبر التفكير يستطيع اشباع حاجاته النفسية واكتساب المعارف والخبرات التي تؤهله للتكيف مع نفسه والبيئة المحيطة به^(١).

المبحث الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥-١ الاستنتاجات:

- ❖ وجود علاقة ارتباطية معنوية بين القبعات الست و تعلم السباحة الحرة.
- ❖ ازدياد دافعية الطالبات لتعلم السباحة عبر علمه وإلمامه بالواجبات التي سيؤديها عند أداء السباحة الحرة.

٥-٢ التوصيات:

- ❖ أعتاد القبعات الست للتفكير كمبدأ في العملية التعليمية لما لها من اهمية في حل كثير من المشكلات والقضايا التي تواجه الطلبة في تعلم المهارات.
- ❖ الاهتمام بالمهارات العقلية عن طريق توفير فرص مثيرة للتفكير، لأنها تسهم في تنشيط ذهن المتعلم وتحفزه على ايجاد التفسيرات الصحيحة واختيار الحل الانسب للمشكلات .

(١) كاظم كريم رضا، ماهر محمد؛ التفكير دراسة نفسية تفسيرية، (عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، ٢٠١٣)، ص ١٩.

المصادر

- ❖ ادوارد دي بونو: قبعات التفكير الست، ترجمة خليل الجيوسي، مراجعة محمد عبد الله، ابو ظبي المجمع الثقافي، ٢٠٠١، ص ١٩.
- ❖ عبد الرحمن الهاشمي و طه علي: استراتيجيات حديثة في فن التدريس، الطبعة الثانية، دار المناهج للنشر. عمان، الاردن، ٢٠٠٨، ص ٥٨.
- ❖ ابو جادو و اخرون: تعليم التفكير، النظرية و التطبيق، دار ميسرة للنشر و التوزيع، عمان، الاردن، ٢٠٠٧.
- ❖ مارزانو روبرت و اخرون: أبعاد التفكير اطار عمل للمنهج وطرق تدريس، ط ٢ ، دار الفرقان، عمان، الاردن، ٢٠٠٤، ص ١٣.
- ❖ احمد بن عوضة بن احمد: تجربة جامعة الملك سعود في تعليم مهارات التفكير، ورقة عمل من مركز دبيونو في اللقاء العربي الثاني لتعليم التفكير و تنمية الابداع، الاردن.
- ❖ مريم خالد مهدي: أثر استعمال برنامج القبعات الست في تحصيل طالبات الصف الرابع الادي في مادة الابد و النصوص، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بابل، كلية التربية الاساسية، العراق، ٢٠١٠، ص ١-١٨١.
- ❖ كاظم كريم رضا، ماهر محمد؛ التفكير دراسة نفسية تفسيرية، (عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، ٢٠١٣)، ص ١٩.
- ❖ using Edward de bonos six hats game to aid critical thinking & reflection in palliative care, international journal of palliative nursing 9
- ❖ Hecerian, B. S; THE EFFECTS OF six thinking method on effective learning in biology the fifth international conference on creative thinking, university of malta.
- ❖ Pal .P; six thinking hats, retrieved, oct, from www.geocities. Co.

دور إدارة الأنشطة الرياضية في تعزيز النشاط الرياضي بجامعة الكويت

هيام رضا بوشهري

معلمة بوزارة التربية

المقدمة

يعتبر الشباب الجامعي اليوم طاقة بشرية كبيرة لذا فمن الواجب استثمار هذه الطاقات وتقليل هدرها وتكامل شخصيتها من جميع المهارات اللازمة وبما ان شبابنا يمر بظروف وتحديات كبيرة فانه يحتم علينا دراسة كل المتعلقات بهؤلاء الشباب ضمن فلسفة التربية الحديثة حيث ان شخصية الطالب في الجامعة تتوقف على حسن سلوكه اثناء حياته العملية وتلعب ممارسة الانشطة الرياضية دورا ايجابيا في صقل بقية الصفات وتعزيز الفرد في البحث عن متغيرات ايجابية مع هذه الاتجاهات.

تعتبر جامعة دولة الكويت كمؤسسات تعليمية وتربوية الأولى التي تكسب الطلبة المعلومات والمعارف والخبرات الضرورية للحياة العلمية والعملية، وتعمل على تنمية استعداد الطلبة وميولهم وتوجيهها توجيهاً اجتماعياً صالحاً للفرد والمجتمع، بل إن وظيفة الجامعة لدولة الكويت إعداد الطلبة اجتماعياً وثقافياً عن طريق تعديل سلوكهم وإكسابهم المهارات والخبرات التي تساعدهم على التكيف جميع المجالات المختلفة. وتعتبر الجامعة كمؤسسة تعليمية وتربوية تقوم بتطبيق برامج تربوية وخطط علمية وعملية من أجل تحقيق أهدافها، ولكي يتم تحقيق هذه الأهداف، يجب على تجعل النشاطات مجالاً أصيلاً في برامجها وخططها، وذلك وفق أسس تربوية وأصول علمية، من أجل إتاحة فرص مختلفة للطلبة كي يمارسوا خبرات علمية متنوعة هادفة تؤدي إلى تنمية جميع جوانب الشخصية بشكل متكامل، ولكي يسهم الطالب في المستقبل في تنمية مجتمعه (عمادة شؤون الطلبة، ادارة الأنشطة الرياضية الطلابية (٢٠١٦).

وتشكل الحفاظ على الصحة البدنية واتباع نمط حياة صحي جزءاً أساسياً في رؤية ادارة الأنشطة الرياضية بجامعة وكليات دولة الكويت. ومنذ بداية تأسيس الجامعة كانت للأنشطة الرياضية اهتماماً خاصاً وأنشئت لذلك دائرة النشاط الرياضي التي تتيح الفرص أمام طلبة الجامعة لممارسة الألعاب الرياضية المختلفة تحت اشراف مدربين على إعداد هذه الفرق للمشاركة في البطولات الرياضية على المستويات المحلية والداخلية والخارجية ولرفع مستوى وكفاءة الفرق عن طريق:

١. وضع برامج تدريبية خلال الفصول الدراسية.
٢. إقامة اللقاءات الرياضية الودية مع الهيئات الرياضية المختلفة وفرقها.

٣. تنظيم البطولات الرياضية في مختلف الألعاب الرياضية للطلبة والعاملين على مستوى الدولة.

٤. تشجيع الطلبة والعاملين على ممارسة الرياضة وفق برنامج تحت اشراف مختصي (عمادة شؤون الطلبة، ادارة الأنشطة الرياضية الطلابية (٢٠١٦).

مشكلة الدراسة

تلعب الأنشطة الرياضية دوراً هاماً وبارزاً في تحقيق الأهداف التربوية وصقل شخصية الطالب، وتنميته نمواً سليماً، وأن تفعيل المشاركة في هذه الأنشطة بمختلف مجالاتها بحاجة إلى مزيد من البحث والدراسة الذي يكشف عن واقعها ومعرفة خصائصها ومزاياها. ولقد تعددت الدراسات التي تناولت مهام الإدارات، كما تعددت البحوث التي تناولت الأنشطة وأهميتها، إلا أن الباحث قد وجد انه لا توجد دراسات للتعرف علي دور إدارة الأنشطة الرياضية في تعزيز الرياضة بجامعة الكويت.

وفي ضوء ضرورة وأهمية ممارسة النشاطات الرياضية ومكانتها في تربية الطلبة تربية متزنة في جميع الجوانب الفسيولوجية والبدني،العقلية، والاجتماعية، والوجدانية، ونظراً لقلّة الدراسات التي تناولت موضوع الأسباب التي تعيق وتحّد من مشاركة الطلبة في جامعة الكويت من ممارسة الأنشطة الرياضية، والانطلاق في محاولة جادة لمعرفة وتحديد دور إدارة الأنشطة الرياضية في تعزيز الأنشطة الرياضية بجامعة الكويت، ومن ثم وضع الاقتراحات والتوصيات التي تحد من هذه الأسباب إن وجدت، آملاً في تقديم المساعدة للمسؤولين في الجهات المختصة في جامعة الكويت لوضع الحلول والسعي وراء اصلاح هذه الظاهرة، وتعزيز قيمة هذه الأنشطة المفيدة واتخاذ الإجراءات المناسبة التي تحد من أثر تلك الأسباب.

أهمية الدراسة

تكمن أهمية هذه الدراسة من أهمية مشاركة الطلبة في جميع المجالات والأنشطة الرياضية المختلفة، ودور ادارة الأنشطة الرياضية في تفعيل المشاركة لأجل تحقيق أهداف النظام التربوي بشكل عام ، حيث تعد المشاركة في النشاطات الرياضية جزءاً مكماً ومدعماً للمناهج الدراسية، وأن معرفة آراء مختصي التربية الرياضية في دور ادارة الأنشطة الرياضية في تفعيل مشاركة الطلبة في جميع المجالات مهمة من أجل تعزيز الجانب الإيجابي ومعالجة الجانب السلبي منها. تعد هذه الدراسة مهمة حيث أنها تلقي الضوء على أهم مجالات الأنشطة التي تستخدمها ادارة الأنشطة الرياضية الحكومية. وتلقي الضوء على دور ادارة الأنشطة الرياضية في تفعيل

مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية الجامعية من وجهة نظر طلبة جامعة الكويت. كما أنها تساعد المسؤولين والمهتمين في جامعة الكويت في التعرف على واقع برامج التربية الرياضية .

تساؤلات البحث

سعت الدراسة الى الإجابة على الأسئلة الآتية:

- ١ . ما دور إدارة الأنشطة الرياضية في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطلبة ؟
- ٢ . ما دور إدارة الأنشطة الرياضية في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس؟
- ٣ . ما دور إدارة الأنشطة الرياضية في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية من وجهة نظر موظفو الجامعة؟

فرضيات البحث

- ١ . هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دور إدارة الأنشطة الرياضية في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية من وجهة نظر هيئة أعضاء التدريس والعاملون والطلبة في جامعة الكويت؟

الهدف من الدراسة

هدفت الدراسة الحالية إلى ما يلي:

- ١ . التعرف إلى دور إدارة الأنشطة الرياضية في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطلبة وبين العاملين في جامعة الكويت.
- ٢ . التعرف إلى الاختلاف في إدارة الأنشطة الرياضية في تفعيل مشاركة الطلبة بالأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطلبة وبين العاملين في جامعة الكويت.

حدود الدراسة

يمكن تعميم نتائج الدراسة في ضوء المحددات التالية: تقتصر هذه الدراسة اراء عينة من الطلبة وبين العاملين في جامعة الكويت. في كليات جامعة دولة الكويت حول دور ادارة الأنشطة الرياضية في تعزيز الحركة والرياضة.

إجراءات الدراسة

أدوات الدراسة: كان الاستبيان هو الأداة الأساسية لجمع البيانات في هذه الدراسة، حيث حدد الهدف الرئيسي للاستبيان في معرفة دور ادارة الأنشطة الرياضية في تفعيل مشاركة الطلبة وأعضاء هيئة التدريس والعاملين بالنشاط الرياضي.

من خلال مراجعة الباحث للمراجع والدراسات التخصصية في دراسة دور ادارة الأنشطة الرياضية، قام الباحث بإعداد استبانة خاصة لقياس هذا الدور، وقد اشتملت أداة الدراسة على (٢٥) فقرة، وقد استخدم مقياس ليكارت (Likart) الثلاثي، لتقدير درجات إجابات أفراد عينة الدراسة حول دور ادارة الأنشطة الرياضية في تعزيز الرياضة لدي الطلبة.

منهج الدراسة

اتبعت هذه الدراسة المنهج المسحي الوصفي لملاءمته وطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من مختصي التربية الرياضية والصحية في كليات جامعة دولة الكويت الحكومية س، وقد بلغ عدد الطلبة من جامعة الكويت (١٥٥) و(٢٥) من مختصي جامعة الكويت و(٢٠) من العاملين في الجامعة.

صدق الأداة

للتأكد من صدق أداة الدراسة، قام الباحث بعرضها على مجموعة من الأساتذة من حملة شهادة الدكتوراه ذوي الخبرة في قسم التربية الرياضية في جامعة الكويت والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب، وكان الغرض من ذلك الحكم على درجة مناسبة الصياغة اللغوية، ومدى انتماء الفقرة للمجال ومدى صدق قياسها للمجال، الذي تنتمي إليه، ومن ثم أخذ الفقرات التي أجمع عليها المحكمون، وبناء على ملاحظات الأساتذة المحكمين تم تعديل صياغة بعض الفقرات من حيث البناء واللغة، كما حذفت بعض الفقرات ونقلت بعض الفقرات إلى مجالات أخرى.

ثبات الأداة:

للتأكد من ثبات الأداة قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على عينة من خارج عينة الدراسة (١٥) طالب وطالبة و١٥ مختص، حيث قام بتكرار القياس خلال أسبوعين، وقام بحساب معامل الاتساق الداخلي من خلال استخدام معادلة كرونباخ . ألفا، وقد كانت قيمة معامل الثبات باستخدام هذه الطريقة (٠,٨٩) للأداة ككل وهذه النسبة مقبولة لإجراء مثل هذه الدراسة.

الدراسات السابقة

أغلب فئات المجتمع لا يمارسون قدرًا كافيًا من النشاط البدني لتحقيق الصحة المثالية والعافية خاصةً في ضوء قلة حركة الأفراد نتيجةً لاستخداماتهم للتقنيات التي تقدمها الاختراعات التكنولوجية الحديثة والتي تكفل لهم الراحة في حياتهم العامة سواء في مجالات العمل أو المنزل دون الحاجة للحركة (Corbin, & Lindsey, 1996; Stensel, 2003& Corbin, C.,) (Lindsey, R., Welk, G., &Corbin, W. (2002))

دراسات عديدة تؤكد علي أنممارسة الرياضة تساعد بشكل منتظم على حماية الفرد من أمراض القلب والسكتة الدماغية وارتفاع ضغط الدم والسكري غير المعتمد على الأنسولين والسمنة وآلام الظهر وهشاشة العظام ، ويمكن أيضاً أن تحسّن المزاج ، كما أنها تزيد الكوليسترول المفيد في الجسم وتخفض من الكوليسترول الضار و تحسّن تدفق الدم ، وتزيد قدرة الفرد على تحمل ضغوط العمل. (البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة ، المملكة العربية السعودية)

وقد أشار (Andersen, 2005) إلى أن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني تلعب دوراً مهماً في تنشيط الفرد نحو ممارسة الأنشطة البدنية، وتدفعه إلى الاستمرار في ممارستها، والعكس صحيح بالنسبة للاتجاهات السلبية. كما أكد على أن اتجاهات الفرد لها تأثير قوي وفعال في توجيه سلوكه، فالاتجاهات تصفي على إدراك الفرد ونشاطاته معني ومغزى تساعده على ممارسة الأنشطة البدنية برغبة وفاعلية.

والنشاط البدني له فوائد كثيرة لما لها ارتباط ايجابي بعيد من المجالات الحيوية كالذكاء والتحصيل والنضج الاجتماعي والنمو البدني والصحة البدنية والعقلية، ويساعد على تقليل احتمالات الإصابة بأمراض القلب، ومرض السكري، وآلام أسفل الظهر، والسمنة، بالإضافة الى تنمية الجوانب المعرفية المتعلقة بالصحة والتغذية، وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني (Corbin, C., Lindsey, R., Welk, G., &Corbin, W. (2002)).

للأنشطة البدنية أثر إيجابي على الناحية الصحية والبدنية ومن خلالها يتمكن الفرد من تقوية أجهزة الجسم العضوية المختلفة وتنمية قدرات اللياقة البدنية التي تمكنه من الاحتفاظ وتطوير هذه القابليات، ويؤكد كل من (Howly & Don (1992) أن النشاط البدني يلعب دوراً مهماً في تحقيق التوازن النفسي للأفراد، حيث يعمل على تخفيف الضغط النفسي والتوتر الناتج عن ظروف العمل ويقلل الإصابة بالأمراض المصاحبة للتوتر.

أوضحت نورة الغنام (٢٠١٦) من خلال مقالها في مجلة افاق بان السليمانى يؤكد على ان دولة الكويت تسعى للقيام بدورها المنشود في كل مجالات التنمية والبناء ، خاصة وان الشباب يشكلون النسبة الأكبر من المجتمع الكويتي الفتى، وقد أنشئت وزارة الدولة لشؤون الشباب والهيئة العامة للشباب والرياضة للقيام بالدور الأساسي لإعداد الشباب رياضياً وعلى نحو متكامل مع الهيئات الأخرى في مختلف المجالات وعلى امتداد هذه الأرض الطيبة .

وأكدت نورة الغنام (٢٠١٦) بان العمادة في جامعة الكويت تسعى الى تنقيف الطلبة رياضيا واكسابهم الحد الأدنى من المعارف والمفاهيم المتصلة بالنشاط الرياضي ، واشباع ميول الطلاب عن طريق ممارسه الأنشطة الرياضية وملاء اوقات الفراغ بطريقة ايجابية وتوطيد العلاقات الطيبة بين الطلاب والموظفين واعضاء الهيئة التدريسية بإشراكهم في انشطه رياضية موحدة، وتنمية روح القيادة والتبعية لدى الطلبة من خلال الاشتراك بمختلف الأنشطة الرياضية، مع توثيق علاقات الصداقة بين مختلف الكليات بإقامة مسابقات وبطولات رياضية مختلفة .

دراسة رحيم (٢٠٠٦) أكدت أن اتجاهات هؤلاء الطلاب نحو النشاط الرياضي يعد من الامور الهامة والأساسية في بناء شخصياتهم وان الكشف عن بعض اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية نحو النشاط الرياضي يكون من خلال مراعاة حاجات الطلاب وميولهم وانتقال الخيرات لهم وهذا يتم من خلال التفاعل بين المؤسسة متمثلة بالقائمين بالعملية التعليمية والمسؤولين فيها والدراسة الجدية في بناء مقياس للاتجاهات نحو النشاط الرياضي .

أوصي عقلة والعلوان (٢٠١١) باعتماد مادة الرياضة للجميع كمتطلب إجباري في جامعة البلقاء التطبيقية لما لها من أثر في إكساب الطلبة اتجاهات إيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي ، وكذلك باعتماد طرح مساق عملي موازي لمساق الرياضة للجميع لضماناً عطاء مساحة جيدة من التطبيق العملي للطلبة .

وأوضحت نتائج دراسة (Dobosz and Beaty, 1999) التي أجريت على عينة من (٦٠) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية أن الطلاب الذين يمارسون الرياضة يظهرون قدرة قيادية أكبر من غيرهم من غير الممارسين للأنشطة الطلابية.

كما أكدت دراسة كل من رتشارد واليزابيث عام ١٩٩٩م (Richard and Elizabeth, 1999) التي أجريت على ٢١٩ طالباً في السنة الأخيرة من الدراسة أن المشاركة في النشاط الرياضي لا تعوق النجاح الأكاديمي أو تمنع من المشاركة في الأنشطة الطلابية الأخرى.

كما بينت نتائج دراسة كولي وزملائه (Cooley and others, 1992) التي أجريت على ٥٦٣٩ طالباً من طلاب المرحلة الثانوية في المدن والريف، أن 70% من الطلاب مشاركين في واحد أو أكثر من الأنشطة المنهجية الإضافية، وأن 24% من الطلاب مشاركين في النشاط الرياضي، و٦,٣% مشاركين في الأندية الحكومية، وأن مشاركة الطلاب في الأنشطة المنهجية الإضافية كان عاملاً مهماً في خفض تجريب الطلاب واستخدامهم للدخان وأنواع المخدرات. ويرى السبيعي (٢٠٠٥) أهمية التعرف على العوامل المؤدية إلى ضعف مشاركة الطلاب في الأنشطة الطلابية ووسائل التغلب عليها، والتي من أهمها عدم وجود الصالات والملاعب المخصصة لممارسة النشاط الرياضي بالمدرسة، وعدم وجود محفزات ومكافآت تعمل على تشجيع الطلاب على المشاركة وعدم وجود آلية ومنهجية واضحة وخطة استراتيجية تعلن عنها مسبقاً تشجع الطلاب على المشاركة.

يشير علاوي (١٩٩٢ & ١٩٩٧) إلى أن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط الرياضي تلعب دوراً هاماً في الارتقاء بهذا النوع من النشاط البشري لأنها تمثل القوى التي تحرك الفرد وتثيرة لممارسة هذا النشاط والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة (ص ٨٩).

أكدت منظمة الصحة العالمية في تقريرها ٢٠٠٩ بضرورة توفير سبل الحركة للطلبة في المدارس والجامعات مما يشجع ممارسة الأنشطة الرياضية.

برامج النشاط الرياضي هي عملية تربوية يمارسها الأفراد والجماعات كوسيلة من وسائل ترابطهم الاجتماعي باعتبارها جزءاً هاماً من حياتهم الإنسانية فالطالب يمارس نشاطاً دراسياً داخل قاعة المحاضرات وفي الخارج يمارس نشاطاً رياضياً والجماعات بكافة أنواعها لا بد أن تخلق لنفسها نشاطاً يحقق ميولها ورغبات أفرادها ومهمة العاملين مع الجماعات هي توجيه هذه الميول والرغبات لتحقيق النمو الاجتماعي للجماعة وأفرادها ويتم ذلك عن طريق البرامج المتخصصة وكلما كان تصميم هذه البرامج وتخطيطها منظماً ومدروساً كلما أدى ذلك إلى تحقيق الأغراض المرجوة لهذه الجماعات ومن الواجب أن تتنوع هذه البرامج وتتغير لتقابل حاجات ومتطلبات الأفراد. (درويش، ١٩٧٧م).

أكدت أمل الكندري (١) (٢٠١٦) التابعة لجامعة الكويت علي أن إدارة الأنشطة الرياضية بالجامعة دوراً أساسياً من خلال توفير بيئة رياضية ومنتفسي للطلبة لقضاء اوقات فراغهم وتنمية قدراتهم البدنية والخلقية والعقلية والفنية ، حيث تتضافر جهود نخبة من مشرفي و مشرفات الادارة

المتواجدين في مختلف كليات الجامعة للتعريف بالإدارة وما تقدمه من أنشطة وبرامج رياضية وترفيهية على مدار العام الدراسي.

كما أكد تامل الكندري (١) (٢٠١٦) بان منسق الأنشطة الرياضية بكلية العلوم الادارية يؤكد علي ان الأنشطة الرياضية التي تقدمها الادارة متطورة ومتنوعة وتخدم شريحة الطلبة اكثر ، مضيفا هناك عدد من البطولات التي ستقام على مدار هذا العام مثل مهرجان المستجدين والعب المضرب، وبطولة البولينغ ، والقدم المفتوحة لطلبة الجاليات، وقدم الصالات، والمهرجان الرياضي لمركز الشويخ وغيرها ، مشيرا الى ان اقبال الطلبة على المشاركة بالأنشطة يتأثر ويزداد بتوفر الحوافز المقدمة واختيار التوقيت المناسب للطلبة لإقامة النشاط ، وان الادارة في طريقها للوصول للمستوى المطلوب والافضل بما تقدمه من أنشطة وباستقطاب الطلبة ، وذلك من خلال استبيان استطلاعي للكليات لمعرفة مدى معرفة الطلبة بإدارة الأنشطة الرياضية واقبالهم على الأنشطة .

تذكر آمنة مصطفى نقلاً عن إبراهيم عبد المقصود أن النشاط الرياضي بالجامعات له أهداف يسعى إلى تحقيقها منها: (العلي، ١٩٩٧م)

- ١- شغل أوقات فراغ الطلاب واستثمار طاقاتهم بما يعود عليهم وعلى الوطن بالنفع.
 - ٢- إشباع الحاجات النفسية الضرورية للطلاب من خلال ممارستهم للأنشطة الطلابية.
 - ٣- توسيع القاعدة الطلابية التي تمارس الأنشطة.
 - ٤- خلق روح الترابط الاجتماعي والتنافس الشريف بين الطلاب.
 - ٥- تنمية روح القيادة من خلال تنظيم وتنفيذ العديد من الأنشطة الرياضية المختلفة.
 - ٦- نشر الوعي والثقافة الرياضية بين الطلاب.
- دراسة سيد (٢٠٠٩) أكد على ان إن توافر الإمكانيات من العناصر الأساسية لنجاح فعالية العملية التعليمية، ولا بد من توفر صالات وملاعب وأدوات رياضية وتفرغ صفوف متتالية من الناشئين للانضمام للفرق الرياضية ذات المستوى العالي، في مختلف الرياضات وهذا لن يتم دون توافر الإمكانيات المادية والبشرية الخاصة بهذا المجال.
- بالرغم من أن الكثير من القادة يؤمنون بأهمية النشاط الرياضي وقيمه الحيوية في حياة الأفراد في مرحلة التعليم الجامعي إلا أن فلسفة وإمكانيات الجامعات تلعب دوراً هاماً في وضع برنامج النشاط الرياضي داخل برنامجها التعليمي. (إبراهيم، ١٩٨٤م).

للجامعات دور حيوي في تنمية ميول واتجاهات الطلاب نحو المشاركة في الأنشطة الترويجية وفي إشباع احتياجاتهم البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية وذلك من خلال: (الحماحي، عبدالعزيز، ١٩٩٨م).

- ١- الإعلان والدعاية لبرامج الترويج المختلفة وذلك في وقت مبكر .
- ٢- التنوع في برامج النشاط (رياضي -ثقافي -فني -اجتماعي.....) وذلك لمراعاة الفروق بين الطلاب.
- ٣- توفير الحوافز لاشتراك الطلاب في الأنشطة المختلفة من قبل إدارة الجامعة .
- ٤- توجيه الطلاب إلى نوع النشاط المناسب لميولهم واستعداداتهم.
- ٥- توفير المشرفين المتخصصين في كافة أنشطة الترويج للإشراف التربوي على الممارسين من الطلاب.

٦- اختيار الأوقات المناسبة لتنفيذ برامج الترويج بالجامعة بما لا يتعارض مع مواعيد المحاضرات دراسة لبرسوم (٢٠٠٣) عن اسباب عزوف طالبات المدن الجامعية بجامعة حلوان عن ممارسة النشاط الرياضي حيث اكدت انه لا يوجد اهتمام في التعليم قبل الجامعة بإشباع الهوايات الرياضية للمتعلمين، قلة الوعي الرياضي لدى أفراد المجتمع، الشعور بالإرهاق والحاجة إلى النوم بعد اليوم الدراسي، الدراسة في الكليات العملية تحتاج إلى وقت طويل مما يعوق عن ممارسة الأنشطة الرياضية عدم توفر الوقت لممارسة الأنشطة الرياضية، زيادة عدد ساعات الدراسة والمحاضرات، نقص الأجهزة و الأدوات، عدم تنوع الأنشطة، وعدم صلاحية الملاعب للممارسة.

النتائج

يتكون مجتمع الدراسة من أعضاء هيئة التدريس والعاملين والطلبة في كليات جامعة دولة الكويت الحكومية والتي بلغ عددهم ٢٠٠ مشارك. وقد بلغ عدد الطلبة من جامعة الكويت (١٥٥) و(٢٥) من أعضاء هيئة جامعة الكويت و (٢٠) من العاملين في الجامعة. بعد جمع البيانات حسب استمارة الاستبيان لمعرفة اتجاهات الطلبة والعاملين بجامعة الكويت، قام الباحث بمعالجتها احصائياً وعرضها حسب محاورها وكما يلي :-

عرض المحاور لاتجاهات الطلبة والعاملين بجامعة الكويت حول دور ادارة الأنشطة الرياضية بجامعة الكويت

جدول (١) نحو كيفية ممارسة الرياضة:

طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
0	0	0	0	0	0	نعم	هل تمارس الرياضة داخل الجامعة؟
77.5%	100	10%	20	12.5%	20	لا	
طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
65.5%	130	7.5%	10	6%	12	نعم	هل تمارس الرياضة خارج الجامعة؟
12.5%	20	2.5%	0	6.5%	13	لا	

من خلال الجدول يبدو ان الجميع يقر علي انه لا يمارس اي نشاط رياضي بداخل الجامعة؛ وان الاغلبية يمارس الرياضة خارج نطاق الجامعة (٦٥,٥ %).

جدول (٢) نحو مدى توفر الانشطة الرياضية

طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
7%	14	4%	8	4.5%	9	نعم	هل هناك أنشطة رياضية داخل الجامعة؟
26.5%	5	1.5%	3	4%	8	لا أعلم	
44%	88	4.5%	9	4%	8	لا	

من خلال الجدول يبدو ان الاغلبية يقر علي انه لا يوجد اي نشاط رياضي بداخل الجامعة (٥٢,٥ %)؛ وان البعض ليس لديه العلم ما اذا كان هناك أنشطة رياضية متوفرة بالجامعة (٣٢,٥ %).

جدول (٣) نحو مدى توفر الفرق الرياضية

طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
7%	14	4%	8	4.5%	9	نعم	هل هناك فرق رياضية داخل الجامعة؟
26.5%	53	1.5%	3	4%	8	لا أعلم	
44%	88	4.5%	9	4%	8	لا	

من خلال الجدول يبدو ان الاغلبية يقر علي انه لا يوجد اي فرق رياضية بداخل الجامعة (٥٢,٥ %)؛ وان البعض ليس لديه العلم ما اذا كان هناك فرق رياضية متوفرة بالجامعة (٣٢,٥ %).

جدول (٤) نحو مدى توفر الصالات والملاعب الرياضية للممارسة للنشاط الرياضي

طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
5.5%	11	1.5%	3	2.5%	5	نعم	هل هناك صالات رياضية و ملاعب لممارسة الأنشطة داخل الجامعة؟
43.5%	87	3%	6	3%	6	لا أعلم	
28.5%	57	5.5%	11	7%	14	لا	

من خلال الجدول يبدو ان الاغلبية يقر علي انه لا يعلم بتوفر صالات او ملاعب رياضية بداخل الجامعة (٤٩٥٪)؛ وان البعض يقر بانها لا توجد ملاعب او صالات مهيأة للممارسة جميع انواع الانشطة الرياضية متوفرة بالجامعة (٤١٪).

جدول (٥): مدي توفر برامج وانشطة رياضية تدريبية ولقاءات داخل الجامعة؟

طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
0	0	0	0	0	0	نعم	هل هناك برامج وانشطة رياضية تدريبية ولقاءات داخل الجامعة؟
27.5%	54	0	0	6.5%	13	لا أعلم	
50.5%	101	10%	20	6%	12	لا	

وجهت اسئله عن مدي توفر برامج وانشطة رياضية! ومدي توفر لقاءات رياضية! فافر الاغلبية من اعضاء هيئة التدريس والعاملين والطلبة علي انه لا يوجدأيا من برامج وانشطة رياضية تدريبية ولقاءات داخل الجامعة (٦٦,٥٪). والبعض لا يعلم عن مدي توفر برامج وانشطة رياضية تدريبية ولقاءات داخل الجامعة (٣٤٪).

جدوا (٦): اللقاءات بين الفرق الرياضية داخل وخارج الجامعة.

طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
0	0	0	0	0	0	نعم	هل هناك لقاءات بين فرق الجامعة وفرق اخري خلال الفصل الدراسي؟
27.5%	54	0	0	6.5%	13	لا أعلم	
50.5%	101	10%	20	6%	12	لا	
طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
0	0	0	0	0	0	نعم	هل هناك بطولات رياضية خلال الفصل الدراسي؟
27.5%	54	0	0	6.5%	13	لا أعلم	
50.5%	101	10%	20	6%	12	لا	

وجهت اسئله عن مدي توفر اللقاءات بين الفرق الرياضية داخل وخارج الجامعة! فافر الاغلبية من اعضاء هيئة التدريس والعاملين والطلبة علي انه لا يوجدأيا من اللقاءات بين الفرق الرياضية داخل وخارج الجامعة (٦٦,٥٪). والبعض لا يعلم عن مدي توفر برامج وانشطة رياضية تدريبية ولقاءات داخل الجامعة (٣٤٪).

جدول (٧): توفر المدربين

طالب		موظف		عضو هيئة			
%	N	%	N	%	N		
0	0	0	0	0	0	نعم	هل توفر ادارة الانشطة الرياضية مدربين؟
77.5%	155	10%	20	12.5%	25	لا أعلم	
0	0	0	0	0	0	لا	

يبدو من الجدول (٧) ان جميع المشاركين يقرون علي انه ليس لديهم العلم بمدي توفر مدربين ومدربات للتدريب علي الانشطة الرياضية (١٠٠٪).

جدول (٨): مدي توفر الادوات والاجهزة في الصالات والملاعب لممارسة الانشطة الرياضية.

طالب		موظف		عضو هيئة		نعم	لا أعلم	لا
%	N	%	N	%	N			
0	0	0	0	0	0	نعم	هل توفر ادارة الانشطة الادوات	
27%	54	0	0	6.5%	13	لا أعلم	والاجهزة للأنشطة الرياضية؟	
50.5%	101	10%	20	6%	12	لا		

تين من الجدول (٨) بان الاغلبية من أعضاء هيئة التدريس والعاملين والطلبة يقرون علي

ان ادارة الانشطة الرياضية لا توفرأيا من الادوات والاجهزة لممارسة الانشطة الرياضية (٦٦,٥٪)

في حين ان البعض ليس لديه العلم (٣٣,٥٪).

جدول (٩): دور ادارة الانشطة الرياضية في تشجيع وتعزيز الرياضة والانشطة الرياضية

طالب		موظف		عضو هيئة		نعم	لا أعلم	لا
%	N	%	N	%	N			
1.5%	3	2%	4	5%	10	نعم	هل ادارة الانشطة الرياضية تشجع	
9%	18	1.5%	3	1%	2	لا أعلم	علي ممارسة الانشطة الرياضية؟	
67%	134	6.5%	13	6.5%	13	لا		

طالب		موظف		عضو هيئة		نعم	لا أعلم	لا
%	N	%	N	%	N			
5%	10	0	0	0	0	نعم	هل ادارة الانشطة الرياضية تعزز	
21%	42	3.5%	7	7.5%	15	لا أعلم	الانشطة الرياضية من خلال	
63.5%	126	6.5%	13	5%	10	لا	لقاءات وندوات .. الخ؟	

في الجدول (٩) يتبين ان كل من اعضاء هيئة التدريس والعاملين والطلبة يؤكدون علي ان

لا يوجد دور في التشجيع علي ممارسة الانشطة الرياضية (٨٠٪).

جدول (١٠): آراء المشتركين الشخصية نحو ادارة الانشطة الرياضية بجامعة الكويت.

آراء اعضاء هيئة التدريس لا توجد حركة رياضية اين ادارة الانشطة الرياضية نعاني من عدم توفر النادي الصحي الرياضي الخاص بجامعة الكويت اين الفرق والانشطة مقارنة بدول اخري هل تعتقد ان هناك صالات وملاعب رياضية مقارنة بدول اخري نفتقر الرياضة والانشطة الرياضية لنري الصالات والملاعب حتي نري الرياضة لازلنا في عصر الظلام مع الرياضة الجامعية مرافق المنشآت الرياضية بالجامعة مهمله لا يوجد مشرف لكل نشاط رياضي بالجامعة
آراء العاملين اين الرياضة اين الانشطة الرياضية؟؟ لا يوجد بجامعة الكويت شيء يطلق عليه نشاط رياضي او اي نشاط اخر لا رياضة بالجامعة ولا رياضة خارج الجامعة نحن نفتقر الصحة اين الملاعب والصالات.. صالات وملاعب متعددة الاغراض وليست لغرض الرياضة مرافق المنشآت الرياضية بالجامعة مهمله لا يوجد مشرف لكل نشاط رياضي بالجامعة لا يوجد نشاط رياضي الا الماراتون .. واتمني اري عددا من المشاركين،، هم القلة بسبب فقدان الجامعة بما يطلق عليهم مختصين آراء الطلبة

اتمنى ان هناك رياضة او ما يطلق عليه نشاط رياضي بالجامعة اذا تم توفير الصالات والملاعب سوف يكون هناك رياضة جامعة فقيرة بكل مصادر الرياضة فماذا تعتقدون لا يوجد من هم اكفاء للتدريب ولا يوجد مختصين نفتقر الصحة والتوعية بسبب تكاسل ادارات الرياضة والصحة لم اسمع الا بالانشطة الثقافية كان الرياضة توفتها المنية مرافق المنشآت الرياضية بالجامعة مهمة لا يوجد مشرف لكل نشاط رياضي بالجامعة نفتقر الانشطة الرياضية والمدربين ولا يوجد من يشجع سمعت ماراثون كل سنة او سنتين ولم اسمع بفرق او مباريات لن اشرك برياضة ليس لها اساس جامعة نفتقر كل اوجه الرياضة فلم اشرك جامعة لا يوجد بها ما يسمى بالرياضة .. الرياضة خارج نطاق الجامعة اين الرياضة واين الانشطة الرياضية .. لم اسمع حتى الاعلان لم اسمع فيه .. اي نشاط .. واتمنى ان هناك من يشارك .. اولا يجب ان توفرنا لنا حتى نشارك لرياضة ولانشاط يحفز ويشجع .. الافضل ان اشرك في اندية خاصة بصراحة الجامعة لا تشجع ولا تحفز اين دور قسم التربية الرياضية في جامعة الكويت لا يوجد لدينا صالات رياضية للتشجيع على المشاركة لا يوجد مختصين ومدربين وان لاتعلم بهم يجب ان يكون هناك جداول لتنظيم الأنشطة الرياضية لمشاركة الطلاب نأمل بتوثيق العلاقات مع أعضاء هيئة التدريس ولا يتم ذلك إلا من خلال الممارسة والمشاركة الأنشطة الرياضية.

التوصيات

تعتبر هذه الدراسة الاولى من نوعها علي ادارة النشاط الرياضي في جامعة الكويت. ممارسة الانشطة البدنية او الرياضية هي سمة المجتمعات. ويهدف النشاط الرياضي الجامعي الي نشر مفاهيم الثقافة الرياضية والتي بدورها تدعم الاخلاقيات والقيم الايجابية والشريفة بين الطلبة. الانشطة الرياضية تمتد وذلك للوصول الي لياقة بدنية وصحية واطاحة الفرصة للطلبة بممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة والعمل علي توسيع دائرة المعرفة بأهمية الصحة العقلية والبدنية والاجتماعية والنفسية. والانشطة الرياضية بصفة عامة وسيلة للترويح عن النفس وتكوين معارف اجتماعية والمشاركة الفعالة من خلالها والتي تعمل باكتساب ثقافة التعامل واحترام الاخرين وتوثيق الروابط بين الافراد والفرق الرياضية.

من خلال النتائج لوحظ ان كل من اعضاء هيئة التدريس والعاملين والطلبة ليس لديهم الحافز الجيد من خلال ادارة الانشطة الرياضية. واثنا على ان مرافق المنشآت الرياضية بالجامعة مهمة، وعدم توافر مشرف او حتى مدربا لانشطة الرياضة بالجامعة. ويتفق الاغلبية على عدم توفر أماكن لممارسة الأنشطة الرياضية للطلاب او حتى الاعضاء والعاملين. واكدوا على انه يجب ان يكون هناك جداول لتنظيم الأنشطة الرياضية لمشاركة الطلاب فيها، ويأمل الطلاب بتوثيق العلاقات بينهم وبين أعضاء هيئة التدريس ولا يتم ذلك إلا من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية.

تؤكد فاطمة بومحمد - جابر دشتي - مشاعل إبراهيم- نوف بوناشي- هيا العميم (٢٠١١) بان المشرف الرياضي يواجه العديد من المشاكل والعقبات خلال مسيرته العملية من أهمها عزوف الكثير من الطلبة عن المشاركة في الانشطة الرياضية داخل الجامعة ، وكذلك الجوائز تقليدية والتي تولد لدى الطالب عدم الرغبة في المشاركة كون الجوائز غير مجدية .

السياسات الإدارية ما زالت تابعة للدولة وهي توصف بأنها سياسية عقيمة وتهدف إلى اشغال الطالب بالدراسة، وليس هناك ساعات معتمدة للرياضة لجعل الطالب يستفيد من الممارسة ولا يوجد دافع وحافز قوى يجذب الطالب على المشاركة في الأنشطة الرياضية .

أكد كل من الطلبة والعاملين واعضاء هيئة التدريس عن عدم توفر الصالات والملاعب والادوات لتحقيق العدالة الرياضية والصحية في الجامعة كما يقوم بها جامعات الخاصة وجامعات دول عربية وعالمية. إن توافر الإمكانيات يعد أحد العناصر الأساسية المؤثرة في نجاح فعالية العملية التعليمية، حيث لا غنى عن وجود صالات وملاعب وأدوات رياضية، كما أن تفرغ صفوف متتالية من الناشئين للانضمام للفرق الرياضية ذات المستوى العالي، في مختلف الرياضات لا يمكن أن يتم دون توافر الإمكانيات المادية والبشرية الخاصة بهذا المجال.

وتؤكد امل الكندري (٢) (٢٠١٦) ان طلاب وطالبات جامعة الكويت عبروا عن رأيهم في الأنشطة الرياضية المقدمة من قبل إدارة الأنشطة الرياضية التابعة لعماد شؤون الطلبة بجامعة الكويت ، وعن مدى معرفتهم بها حيث اتفق الأغلبية على وجود نقص وقصور من ناحية جهلهم بوجود هذه الأنشطة والفعاليات سواء من الإدارة المسؤولة أو من الطالب نفسه والذي لا يسعى وراء هذه الأنشطة ، فمعظم الطلبة لم يشاركوا أو يمارسوا الرياضة بالجامعة ، والبعض الآخر أو القليل من الطلبة شارك في بعض الأنشطة مثل الماراثون والسباحة الذين أكدوا كذلك على أن الجامعة تفنقر إلى الدور الإعلامي الخاص بطريقة عرض الأنشطة بصورة إعلانات أو بوسترات تساهم في جذب الطلبة لممارسة ما تنظمه من أنشطة. ويؤكد صلاح رشدي (٢٠١٦) ان لا توجد هناك حوافز

ويرى الباحث ومن خلال النتائج أن ممارسة النشاط الرياضي شيء اساسي ومهم حيث انهاء تنمي العلاقة بين الطلاب وأعضاء هيئة التدريس والموظفين وتجعل العلاقة بينهم وثيقة، كذلك لها تأثير قوي على الصحة العامة، فلا بد من الجامعة التخطيط لممارسة الأنشطة الرياضية وتنظيم جداول إقامة المباريات والبطولات بما يتناسب مع رغبات الطلاب والاعضاء والعاملين.

المصادر

المصادر العربية

١. إبراهيم، آمنه مصطفى محمد (١٩٨٤م) اتجاهات طلبة وطالبات جامعة حلوان بالقاهرة نحو النشاط الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة حلوان.
٢. البوابة الإلكترونية لوزارة الصحة. الحملة الوطنية لمكافحة زيادة الوزن والبدانة.
<http://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/Campaigns/badana/Pages/014.aspx>
٣. السبيعي، خالد صالح. (٢٠٠٥م). العوامل المؤدية إلى ضعف مشاركة الطلاب في الأنشطة الطلابية ووسائل التغلب عليها من وجهة نظر الطلاب بجامعة الملك سعود رسالة الخليج العربي، العدد ٩٤.
٤. العلي، سعد ابراهيم عبدالله (١٩٩٧م) بعض العوامل المؤثرة على مشاركة طلاب جامعة الملك سعود في الأنشطة الطلابية، رسالة ماجستير غير منشورة.
٥. امل الكندري (٢)(٢٠١٦). طلبة الجامعة: الإعلان عن الأنشطة الرياضية قليل.
جريدة افاق.
http://afaq.kuniv.edu/contents/current/details.php?data_id=5606
٦. امل الكندري (١). مشرفو الأنشطة: نعمل على توفير بيئة رياضية ملائمة لطلبة الجامعة.
جريدة افاق
٢٠١٦.
http://afaq.kuniv.edu/contents/current/details.php?data_id=8447
٧. الحماحي، محمد محمد - عبدالعزيز، عايدة (١٩٩٨م) الترويج بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، ط١.
٨. إياد عقلة مغايرة وبشير أحمد العلوان (٢٠١١): أثر تدريس مساق الرياضة للجميع في اتجاهات طلبة جامعة البلقاء التطبيقية كلية الزرقاء الجامعية نحو ممارسة النشاط الرياضي، مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلد 38، العدد ٢ عمادة البحث العلمي / الجامعة الأردنية.

٩. جريدة الوطن (٢٠١٣). ملف الأسبوع.
<http://alwatan.kuwait.tt/article/details.aspx?id=269655&yearquarter=2013>
 32
١٠. درويش، كمال (١٩٧٧م) نظريات وطرق التربية الرياضية للترويح واوقات الفراغ، مطبعة دار الجيل.
١١. برسوم، سوزان فهمي (٢٠٠٣م) اسباب عزوف طالبات المدن الجامعية بجامعة حلوان عن ممارسة النشاط الرياضي، القاهرة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات.
١٢. رحيم، أنور محمود، ٢٠٠٦، اتجاهات بعض طلبة جامعة السليمانية نحو النشاط الرياضي، مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة بابل، العدد الثاني، المجلد الخامس.
١٣. سيد ، سمير بن محمد خليل(٢٠٠٩). دراسة تأثير الإمكانيات والأنشطة الرياضية على اتجاهات طلاب جامعة طيبة " مشروع بحث مقدم لاستكمال متطلبات الحصول على درجة (الماجستير) في(الأنشطة الرياضية المدرسية).
١٤. صلاح رشدي (٢٠٠٩). أسباب عزوف الطالبات عن المشاركة في الأنشطة والبطولات. جريدة أفاق.....
http://afaq.kuniv.edu/contents/current/view_details.php?data_id=880&add=858
١٥. فاطمة بوحمد - جابر دشتي - مشاعل إبراهيم - نوف بوناشي - هيا العميم (٢٠١١). المشرف الرياضي..دينامو "الأنشطة الرياضية"
http://afaq.kuniv.edu/contents/current/view_details.php?data_id=5329&add=924
١٦. نورة الغنام (٢٠١٦). السليمانى: الأنشطة الرياضية أحد أجنحة شؤون الطلبة. جريدة افاق. http://afaq.kuniv.edu/contents/current/details.php?data_id=9154
١٧. عمادة شؤون الطلبة. إدارة الأنشطة الطلابية (٢٠١٦).
http://www.sa.kuniv.edu.kw/?page_id=592.
١٨. محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار المعارف ، ط٢ ، ١٩٩٢ .
١٩. محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٧.

المصادر الأجنبية

20. Corbin, C., Lindsey, R., Welk, G., & Corbin, W. (2002). Concepts of Fitness and Wellness: A Comprehensive Lifestyle Approach (4th ed.). St. Louis: McGraw-Hill
21. Corbin, C & Lindsey, R. (1996), Concepts of physical fitness (9th ed.). Dubuque, IA: Brown & Benchmark.
22. Stensel, D. J. (2003). Physical activity and health. Yew York: Routledge.
23. Andersen, M. B. (2005). Sport psychology in practice. Champaign, IL: Human Kinetics.
24. Howley ,E. T& ,.Don Franks, B., Health fitness (second edition), Champaign ,Illionois ,Canada: Human Kinetics Books. 1992
25. Dobosz, Robert ;Beaty-Lee.(1999). The Relationship between Athletic Participation and High School Student's Leadership Ability. Journal of Adolescence; v34,n133,spr.
26. Richard,Shaunette;Aries,Elizabeth (1999). The Division III Student-Athlete: Academic Performance, Campus Involvement and Growth, Journal of College Student Development.
27. Cooley, Van;and others (1992). A Study To Determine the Effect of Extracurricular Participation on Student Alcohol and Drug Use in Secondary Schools, Paper Presented at the Annual Meeting of the Midwestern Educational Research Association, Chicago, IL.
28. World Health Organization. Physical Activity and Young People. Available(٢٠٠٩)