

اتجاهات طالبات كلية رياض الاطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي

د/ إسراء رأفت محمد حمود

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات التمرينات والجمباز

والعروض الرياضية

بكلية التربية الرياضية - جامعة بورسعيد.

اولاً: مقدمة ومشكلة البحث :

إن الإهتمام بإتجاهات طالبات كلية رياض الأطفال اللواتي سوف يصبحن معلمات في المستقبل له اهمية كبيرة في توجيه السلوك الإجتماعي والتربوي لأطفال الروضة، كما انه لم يعد هناك حاجة لإثبات أهمية ممارسة الرياضة والأنشطة الرياضية والحركية المختلفة للإنسان في العصر الحالي، فقد أصبح من قبيل الثقافة المنتشرة في أوساط العامة اهميتها ودورها الذي تلعبه في حياة الإنسان.

وفي هذا الصدد يتفق كلا من أمين الخولي(٢٠٠٢)، محمد الحماحي(١٩٩٦) علي أن التربية الرياضية والرياضة تعد جزء بالغ الاهمية من التربية إذا أنها تسعى إلي تنمية الممارسين لأنشطتها بدنياً ونفسياً واجتماعياً وعقلياً ووسيله ذلك البرامج التي تشتمل على اوجه النشاط الملائمة للمرحلة السنية المقصود من البرنامج والإشراف التربوي عليها.(٢٣:٢)(١٦٥:٢٠)

ويشير أمين الخولي (٢٠٠١م) إلي أن الرياضة وأشكال النشاط الحركي تتيح فرصاً كثيرة للفرد لكي يعبر عن نفسه ويستشعر الجمال من هذا التعبير، ويجب أن ندرك أن الرياضة ليست مجرد أهداف حركية تنجز علي نحو جاف حاد وإنما هي فرصة عظيمة للتعبير وتحقيق الذات الجمالية في عصر قلت فيه فرص التعبير عن النفس، عصر اتسم بإغتراب الإنسان عن نفسه أو عن مجتمعه.(١٧٥:٢)

ويوضح سعد السند (٢٠١٥م) أن الرياضة أحد أهم مجالات التربية السليمة وذلك عن طريق الأنشطة الرياضية المختلفة ، كما أصبح مقدار ما تمنحه الامم لشبابها من فرص تعليمية وتربوية من أهم الأمور التي تعكس رقيها وتقدمها ، كما أن الاهتمام بالتربية الرياضية والرياضة يعتبر هو محور سياستنا التعليمية المستقبلية في الحصر الحالي فالتعليم العصري هدفه الأساسي خدمة التنمية الشاملة ، وهو وسيلتنا لإعداد الأجيال الصاعدة.(٩:٢٦٥)

وهو الذي يصنع المواطن القادر علي فهم حقوقه وإدراك إلتزاماته مع انتماء كامل للوطن ووعي شامل بما يدور حوله ، كما أن للرياضة مساهمة فعالة في المجال المعرفي فتساهم في تطوير المعرفة بعدة طرق منها تطوير المعرفة من خلال التحصيل الأكاديمي أو ممارسة عمليات التفكير أثناء الأنشطة الحركية من خلال المعلومات المرتبطة بالنشاط والصحة وفهم جسم الإنسان وحركته وكذلك فهم أسس التربية البدنية والرياضية.(٩:٢٦٥)

ويذكر محمد الحماحي (٢٠١٥م) أن زيادة الطلب علي الرياضة انتشر في الدول المتقدمة نتيجة للتغيرات التي حدثت في الحياة العصرية وأن تلك التغيرات تمثلت في (التطور الإجتماعي - الآثار السلبية الناتجة عن التقدم

العلمي والتقني - زيادة وقت الفراغ - الرغبة في زيادة معدلات الإنتاج - الرغبة في التغلب على التوتر النفسي والعصبي). (١:٢٣)

ويوضح السعدني السعدني ، عبداللطيف محمد (٢٠١٥م) أن ممارسة الرياضة في المؤسسات التعليمية التربوية (المدارس - الجامعات) لها دور هام في تنمية الثقافة الرياضية التي تثير الرغبة والدوافع لأداء الأنشطة الرياضية المختلفة الكافية التي تساعد علي توضيح التفاصيل المعينة وكيفية إشتراكهم في الأداء الرياضي وأم القدرة علي الإستمرار في الممارسة فتكتسب بواسطة التدريب المخطط الهادف المبني علي أثاث من المهارات الخاصة ويتميز طلاب المرحلة الجامعية بالطاقة الزائدة والحيوية والسرعة والقلق وعدم الرضا والحماس مما يتطلب ممارسة الأنشطة الرياضية المتعددة حتي تمتص هذه الطاقة وبالتالي لابد من التعرف علي اتجاهات الطلاب نحو ممارسة الرياضة والعمل علي زيادة دوافع الطلاب في الإتجاه نحو الممارسة. (٣١٠:٤)

وتضيف تحرير إسماعيل (٢٠١٦م) أن النشاط الرياضي والبدني يمثل دوراً هاماً في التأثير على اتجاهات الطلاب نحو النشاط الممارس داخل الكلية حيث أن المرحلة الجامعية مرحلة مهمة في تأهيل الفرد علمياً وثقافياً وان عبء المتطلبات الأكاديمية تولد ضغطاً نفسياً وعقلياً على الطلاب بحيث يكون مشدوداً نحو الكتاب والمحاضرة فهو بحاجة إلى الترفيه وبناء الجسم عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية ، لذا فان الخمول البدني عادة ما يصاحب الطلاب كونهم يقضون كل أوقاتهم في المحاضرات والدراسات مما يولد ذلك عدم الحركة وبالتالي يكون بنائهم البدني ضعيف لا ينسجم مع متطلبات الحياة العملية بالرغم من توفر وسائل ممارسة الأنشطة الرياضية والبدنية. (١٦٧:٦)

وترى الباحثة أن الرياضة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بصحة الفرد والمجتمع ، فلا يمكن تصور وجود مجتمع يتمتع أفرادُه بصحة وعافية إلا إذا كانت الرياضة سلوكاً واضحاً فيه يمارس أفرادُه الرياضة بصفة مستمرة ومنظمة وفقاً للأسس العلمية والتربوية للرياضة ، فصحّة الفرد هي معيار فاعلية التربية البدنية والانشطة الرياضية حيث يعتبر الحفاظ علي صحة الطلاب وتحسينها من المهام الرئيسية للتربية البدنية والانشطة الرياضية من خلال المؤسسات التعليمية (المدارس - الجامعات) ، إذ ان النشاط الرياضي بمفهومه الحديث يشكل بعداً هاماً من ميادين التربية وعنصر قويا في عملية اعداد شخصية الطلاب جنبنا الى جنب مع المناهج الدراسية ، كم أن النشاط الرياضي في الكلية يعد عاملاً مهم في تكوين العلاقات الاجتماعية وتطورها ما بين الطلاب من خلال الإشتراك في الأنشطة الرياضية المختلفة ، وترتبط ممارسة الأنشطة الرياضية ارتباطاً وثيقاً بالإتجاهات نحو هذه الأنشطة.

ويشير سعد جلال (٢٠٠١م) إلي أن الأفراد يختلفون في اتجاهاتهم ويختلفون في درجة هذا الإتجاه إذ تتراوح الدرجات من الشعور الإيجابي إلي الشعور السلبي التام. (٢٤٠:١٠)

ويذكر حامد زهران (٢٠٠٣م) أن الإتجاهات تعتبر موجّهات أو محددات موجهه وضابطة للسلوك الإجتماعي للفرد أو الجماعة ، وتتكون لدي كل فرد ، وقد يكون الإتجاه نحو أفراد أو جماعات أو مؤسسات او مواقف أو موضوعات اجتماعية ، كما ان الإتجاهات تعكس المؤشرات التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم وتتشتت ، فالإتجاه

هو إستعداد نفسي أو تهيؤ عقلي متعلم للاستجابة الموجبة أو السالبة نحو أشخاص أو أشياء أو موضوعات أو مواقف أو رموز في البيئة التي تستثير هذه الإستجابة. (٤٩:٧) ع

ويذكر صادق الحايك ، سهي عيسي (٢٠٠٦م) أن التعرف علي إتجاهات الطلبة يسمح بالتنبؤ بالسلوك الذي سيقوم به الطالب أثناء الحياة الجامعية فالإتجاه نحو موضوع معين يؤثر في مدى تقبل المفاهيم والخبرات التي سيتلقاها الفرد وفي مدى توظيفه لها. (٤:١١)

ويشير كمال درويش ، محمد الحماحمي (٢٠٠٧م) أن معرفة الإتجاه تعد الوسيلة المساعدة في التنبؤ بأراء الفرد في موقف معين عن طريق الإتجاه النفسي فهو مفهوم يستدل عليه وليس تصرفاً يري بشكل مباشر ويشير إلي التنظيم الذي يزودنا بمعلومات عن الافراد من حيث السلوك والانفعالات التي تأخذ طابع القبول أو الرفض. (٢٨ :١٥)

ويؤكد محمد علاوي (٢٠٠٧م) أن الإتجاهات تتحكم في الفرد عند استجاباته وأن الإتجاه النفسي هو تعميم لإستجابات الفرد يدفع بسلوكه بعيداً أو قريباً من مدرك معين ، ويتطلب الأمر اكتشاف الإتجاهات النفسية السائدة ، وقياس درجتها حتي يمكن رسم الخطط ووضع المناهج واتخاذ السبل التي تؤدي إلي تغيير الإتجاهات وتحويلها إلي إتجاهات إيجابية أو العكس تبعاً للأهداف الموضوعه ، ولذا فإن دراسة الإتجاهات نحو الرياضة تلعب دوراً هاماً في مساعدة المربي علي توقع نوعية سلوك الطلاب نحوها - فالإتجاه متعلم - أي مكتسب من البيئة التي يعيش فيها الفرد كما انه يتكون من عناصر معرفية ووجدانية ونزوعية وقد يكون الإتجاه إما إيجابي أو سلبي أو حيادي نحو موضوع ما كتمارسه أوجه الأنشطة الرياضية. (٢١٤:١٧)

ويري ميك Meek ,R (٢٠٠٨م) أن الإتجاهات تعد واحدة من مواضيع علم النفس الرياضي الهامة ، إذا أن أهمية دراسة الإتجاهات وتحديدها ومعرفتها تعود للدور الفعال الذي تؤديه في تحريك السلوك وتوجيهه إلي الوجهة المعينة والمقصود هنا علي صعيد الطلاب في الجامعة حيث تولي مؤسسات التعليم العالي أهمية كبرى للأنشطة الطلابية انطلاقاً من حرصها علي بناء الإنسان المتكامل بدنياً - إجتماعياً - نفسياً إلي جانب البناء المعرفي والمهني ، حيث تولي أهمية كبرى للأنشطة المكملة وعلي رأسها النشاط الرياضي نظراً لإسهامها في تكامل بناء الفرد من جميع النواحي المشار إليها. (٣٨٢:٢٩)

ويؤكد بلال بدوي (٢٠١٤م) إن الإتجاهات مكتسبة ومتعلمة وتتمثل في ثبات نسبي من خلال احتكاك الفرد ببيئته ومجتمعه ، فالإتجاهات النفسية تعتبر أهم نواتج عملية التنشئة الإجتماعية وأيضاً من أهم دوافع السلوك التي تؤدي دوراً أساسياً في ضبطه وتوجيهه. (٢:٥)

ويوضح ، محمد أمين ، محمد سعيد (٢٠١٤م) أن الإتجاه نحو الرياضة يساعد علي العناية باللياقة البدنية واستمرارية النشاط من أجل صحة أفضل ، وأن تنمية الإتجاهات نحو الرياضة يعد ضرورة للتغلب علي مشكلات التقدم التكنولوجي ومجتمع الآلة كما يعتبر مخرجاً للتغلب علي المشكلات النفسية والسلوكية للأفراد. (٣:١٦)

ويضيف محمد الحماحمي (٢٠١٥م) أن تدعيم الاتجاهات نحو الرياضة قد أصبح ضرورياً ومطلباً تربوياً واجتماعياً ، وذلك بغرض التغلب علي العديد من المشكلات الناتجة عن عدم استثمار أوقات الفراغ وبغرض الحفاظ علي اللياقة البدنية وتميمتها من أجل التمتع بالصحة ، ويتطلب ذلك مراعاة تعريف الأفراد بماهية واهمية ممارسة أوجه النشاط الرياضي في اوقات الفراغ ، التوجه إلي نوع النشاط الرياضي المناسب للميول والاستعدادات واستثارة دافعيتهم لممارسة أوجه الأنشطة الرياضية. (٣:٢٣)

وطبقاً لما سبق نجد أن اتجاهات الطالبات نحو النشاط الرياضي تعد مشكلة حقيقية سابقة وحاضرة ولذا تكمن مشكلة الدراسة وأهميتها في معرفة اتجاهات الطالبات بكلية رياض الأطفال نحو ممارسة الأنشطة الرياضية ، وكذلك معرفة مدى إختلاف اتجاهات الطلاب نحو ممارسة الأنشطة الرياضية ، والتي تعزي إلي الجنس والبرنامج والمستوي الدراسي ، وقد لاحظت الباحثة من خلال انتدابها الي كلية رياض الاطفال ، أن هناك ضعف في إقبال الطالبات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية التي تقيمها الكلية ويتضح ذلك من خلال الأشتراك في الأنشطة الطلابية، وبما ان ممارسة الطالبات للأنشطة الرياضية تأتي من خلال ميول واتجاهات نفسية نحو نشاط معين أو لعبة ما لذا فان من المهم معرفة اتجاهات الطلبة نحو النشاط الرياضي الذي يمارس او الفعالية التي يتم اختيارها اذ أن الاتجاه النفسي نحو الفعالية او النشاط الرياضي من قبل الطالبات في الكلية يعتبر من الامور الأساسية في اختيارهن وتوجهاتهن نحو ذلك النشاط او حسب ميولهن ورغباتهن سلبا ام ايجابا ، وإستناداً إلي ذلك تولدت لدي الباحثة القناعة بأن يتم التعامل مع هذه المشكلة بالبحث والدراسة الأمر الذي قد يساهم ويساعد علي وضع حلول جذرية لمشكلة الدراسة ، ومن خلال ماسبق وفي حدود علم الباحثة لما توصلت إليه من دراسات لم تتطرق أي دراسة - لدراسة اتجاهات الطالبات بكليات رياض الأطفال نحو ممارسة الرياضة ومن هذا المنطلق سوف تحاول الباحثة من خلال بحثها محاولة التعرف علي " اتجاهات طالبات كلية رياض الاطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي ثانياً: أهمية البحث والحاجة إليه :

يعد النشاط الرياضي في الجامعات والكليات عاملا مهم في تكوين العلاقات الاجتماعية وتطورها ما بين الطلاب وما يثمر عنها من لقاءات تنافسية ضمن منهاج منظم يعكس دوافع واتجاهات الطلاب في الجامعة ككل وفي الكليات بشكل خاص لذا تكمن أهمية البحث في التعرف علي " اتجاهات طالبات كلية رياض الاطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي " وعليه تتحدد أهمية البحث في النقاط الآتية:

- ١- رصد وقياس اتجاهات الطالبات بكلية رياض الأطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي .
- ٢- عدم وجود أي دراسات في مجال الإتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية للطالبات خاصة طالبات كلية رياض الاطفال ببورسعيد.
- ٣- الوقوف علي أسباب العزوف عن الأشتراك في الأنشطة الرياضية علي مستوي الكلية والحياة العامة.
- ٤- الوصول إلي حلول مقترحة تساهم في الحد من عدم الإشتراك في الأنشطة الرياضية وتوضيح العائد علي الفرد من ممارسة الرياضة.

ثالثاً: هدف البحث :

يهدف البحث الي التعرف علي :

" اتجاهات طالبات كلية رياض الاطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي "

رابعاً: تساؤلات البحث :

- ماهي اتجاهات طالبات كلية رياض الاطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي.
- ماهي أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية علي صحة الطالبات.
- ماهو دور ممارسة الأنشطة الرياضية علي العلاقات الإجتماعية للطالبات.
- ماهي درجة الثقافة الرياضية لدي الطالبات بكلية رياض الأطفال ببورسعيد.

خامساً: الدراسات المرتبطة:

- ١- قام محمد محمد امين (٢٠١٤م) (١٩) بدراسة بعنوان " اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان - نحو الرياضة للجميع" بهدف التعرف على اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان - نحو الرياضة"، على عينة قوامها (٥٠١) طالبا من طلاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان، وقد أشارت النتائج الي: طلاب كلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان لديهم اتجاهات إيجابية نحو مفهوم وأهمية والاتجاه نحو دعم المجتمع للرياضة للجميع، وتوجد فروق دالة احصائيا بين الفرق الدراسية الاربعة على جميع ابعاد مقياس الاتجاهات نحو الرياضة للجميع لصالح الفرق الأعلى.
- ٢- قام بلال بدوي(٢٠١٤م) (٥) لدراسة بعنوان اتجاهات مرتادي الأندية ومراكز الشباب نحو مناشط الرياضة للجميع وفقا لبعض المتغيرات" بهدف التعرف على اتجاهات مرتادي الأندية ومراكز الشباب نحو مناشط الرياضة للجميع وفقا لبعض المتغيرات (نوع الهيئة (اندية - مراكز شباب) نوع الجنس- المرحلة العمرية)، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة عشوائية طبقية من الأفراد المرتادين للأندية ومراكز الشباب بمحافظة القاهرة والجيزة بلغ قوامها (٤٣٣) فردا، وقد استخدم الباحث مقياس الاتجاهات نحو الرياضة للجميع كأداة لجمع البيانات المصمم من قبل (محمد الحماحمي) لقياس الاتجاهات نحو الرياضة للجميع، وقد توصل الباحث الي وجود فروق دالة احصائيا بين عينة الاندية وعينة مراكز الشباب في بعد الاتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع ولصالحعينة الأندية، بينما لا توجد فروق دالة إحصائيا على جميع أبعاد المقياس وفقا لمتغير نوع الجنس والمرحلة العمرية .
- ٣- قام حمدي السيسي (٢٠١٣م) (٨) بدراسة بعنوان "اتجاهات طلاب كلية التربية بجامعة مدينة السادات نحو الرياضة للجميع" بهدف التعرف على اتجاهات طلاب كلية التربية بجامعة مدينة السادات نحو الرياضة للجميع، وذلك من خلال تطبيق الدراسة على عينة من طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية جامعة السادات بالفرق الاربعة، قوام العينة (٣٩٥) طالب وطالبة، وأشارت نتائج الدراسة على انه هناك ادراك للمفاهيم المرتبطة بالرياضة للجميع واهميتها، ونحو دعم المجتمع للرياضة للجميع ، كما ادركت عينة البحث العائد الايجابي المرتبط بدعم المجتمع للرياضة للجميع.

٤- قام كلا من نظمي أبو مصطفى، محمود أبو دف (٢٠٠٦م) (٢٤) بدراسة بعنوان " اتجاهات الطالب الجامعي نحو الترويح" بهدف التعرف على اتجاهات الطلبة نحو الترويح، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي، حيث استخدم مقياس من تصميم الباحثان، على عينة قوامها (٣٤٦) طالب وطالبة، وقد أشارت النتائج الي ان معظم استجابات الطلبة كانت محايدة ماعدا فيمت يتعلق بأن الانشطة الترويحية لا تؤدى ممارستها.

٥- قام عبد الرحيم ذدياب (٢٠٠٤م) (١٢) بدراسة بعنوان " اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو الرياضة للجميع" بهدف التعرف على استكشاف اتجاهات طلاب جامعة الكويت نحو الرياضة للجميع، وقد استخدم المنهج الوصفي، وتمثلت ادوات جمع البيانات في مقياس للاتجاهات نحو الرياضة للجميع من تصميم الباحث، واشتمل على ثلاث أبعاد وهي (الاتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع - الاتجاه نحو اهمية الرياضة للجميع، الاتجاه نحو دور المجتمع في دعم الرياضة للجميع، وكان قوام العينة (٢٢٠) طالب وطالبة، من طلاب كليات جامعة الكويت، وقد اشارت النتائج عن أن طلاب جامعة الكويت لديهم اتجاهات إيجابية نحو الرياضة للجميع ، كما يتوافر في مقياس الاتجاهات نحو الرياضة للجميع المعايير العلمية المؤكدة لصدقه وثباته.

٦- قام كاظم بوصالح (٢٠٠٣م) (١٤) بدراسة بعنوان " اتجاهات المرأة نحو أهمية ممارسة النشاط البدني لطالبات جامعة الملك فيصل في المملكة العربية السعودية" بهدف التعرف على اتجاهات المرأة نحو أهمية ممارسة النشاط البدني لطالبات جامعة الملك فيصل في المملكة العربية السعودية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي ، على عينة قوامها (١٥٠) طالبة من طالبات جامعة الملك فيصل في مدينة الأحساء، وكان المتوسط العام لاستجابات أفراد العينة على عبارات الاستبانة إيجابية لجميع المحاور ، وكان ترتيب أهمية المحاور على النحو التالي (اولا المجال البدني، ثانيا المجال الترويحي، ثالثا المجال الاجتماعي، رابعا المجال النفسي، ولم يجد الباحث فروق على بعد واحد على الاقل من أبعاد القياس ، وبين مستوى الطالبات الدراسي وتخصصاتهم.

٧- قام محمد فاروق أمين (٢٠٠٢م) (١٨) بدراسة بعنوان " اتجاهات موظفي البنك المركزي المصري نحو ممارسة الأنشطة الترويحية" بهدف التعرف على اتجاهات موظفي البنك المركزي المصري نحو ممارسة الأنشطة الترويحية، من خلال قياس اتجاهاتهم نحو مفهوم واهداف الترويح وطبيعة اوجه الأنشطة الترويحية والأقبال على ممارستها وذلك من خلال تطبيق الدراسة على عينة مكونة من (٥٣٠) موظفا بالبنك المركزي المصري من الجنسين وقد استخدم الباحث استمارة استبيان اعدت لتحقيق الهدف، وأشارت النتائج الي وجود فروق داله احصائيا في الاتجاهات نحو مفهوم واهمية الترويح واهدافه.

٨- قام Hung (١٩٩٩م) (٢٦) بدراسة بهدف تحديد العلاقة بين الاهداف والامكانيات المتاحة والأستمتاع بالرياضة لدى طلاب الجامعة بتايوان، وذلك باستخدام الاستبيان للتعرف على آراء عينة الدراسة المكونة من (٢٧٧) طالب وطالبة من الجامعة في هذا الشأن وأشارت النتائج الي أن: الطالبات يستمتعن اكثر بالرياضة والتمرنات البدنية عن الطلبة، وارتباط اقبال الطلاب على المشاركة في اوجه نشاط الرياضة والإستمتاع بها بالتخصص العلمي لدراساتهم،

وإدراك الطلاب لقيم وأهداف ممارسة الرياضة وتوفير التجهيزات والإمكانات الرياضية يساعد الطلاب على الإستمتاع بممارسة الرياضة في داخل الجامعة.

٩- قام كلا من يونج باي Young BAE وجيون Jeon (١٩٩٨م) (٣٢) بدراسة بعنوان " العلاقات بين اتجاهات طلاب الجامعات في كوريا نحو التربية الرياضية ومستوى النشاط الرياضي " هدف الدراسة التعرف على الاتجاهات السائدة لدى طلاب جامعتي يونج نام وتشانج نام، وعلاقتها بمستوى ممارستهم للنشاط الرياضي ، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي وتمثلت في مقياس كينيون للاتجاهات إيجابية نحو النشاط الرياضي، ويوجد اختلافات بين الذكور والإناث في اتجاهاتهم نحو النشاط الرياضي وفي عدد ساعات ممارستهم للنشطة الرياضية لصالح الإناث، كما توجد علاقة ذات دلالة بين اتجاهات الطلاب نحو التربية الرياضية وعدد الساعات الأسبوعية لممارستهم الفعلية للنشطة الرياضية.

١٠- قام كلا من ماتثي Matthy ولانتيز Lantz (١٩٩٨م) (٢٨) بدراسة بعنوان " أثر الاشتراك في برنامج للنشاط الرياضي على اتجاهات طلاب جامعة ترومان الأمريكية، نحو النشاط الرياضي، وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي والمتمثل في البرنامج الرياضي المقترح والمنهج الوصفي حيث طبقا مقياس كينيون لاتجاهات نحو النشاط الرياضي قبل وبعد الاشتراك في برنامج رياضي مدته ثمانية أسابيع، وقد اشارت النتائج الي عدم وجود فروق ذات دلالة في اتجاهات الطلاب نحو النشاط الرياضي.

سادساً: المصطلحات المستخدمة في البحث :

الإتجاه: Attitude

" هو استعداد نفسي مكتسب يعمل علي توجيه استجابات الفرد نحو مواقف معينة بالرفض او القبول " (٥٨:٣٠) وعرفه أنور رحيم (٢٠٠٦م) بأنه " حالة الإستعداد النفسي والعقلي الناتج عن تجربة الفرد وخبرته التي تسبب تأثيراً موجباً أو سلبياً علي إستجابات الفرد لكل الموضوعات والمواقف التي ترتبط به " (٨٦:٣)

سابعاً: اجراءات البحث:

١- منهج البحث :

إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

٢- مجتمع البحث:

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طالبات كلية رياض الأطفال ببورسعيد - جامعة بورسعيد للعام الجامعي ٢٠١٥-٢٠١٦م.

٣- عينة البحث :

قامت الباحثة بإختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من طالبات كلية رياض الأطفال ببورسعيد - جامعة بورسعيد للعام الجامعي ٢٠١٥-٢٠١٦م ، حيث بلغ عدد العينة الأساسية (٢٥٦) طالبة من طالبات الفرقة الأولى ، الثانية ، الثالثة و الرابعة، وتم استبعاد الطالبات الغير منتظمات في الحضور، كما تم الاستعانة بعدد (٢٠)

طالبة من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية كعينة استطلاعية وذلك لإجراء المعاملات العلمية للإستبيان قيد البحث وبهذا أصبح العدد الكلي (٢٧٦).

جدول (١) توصيف عينة البحث

الإجمالي	عينة البحث					
	العينة الاستطلاعية	الفرقة الرابعة	الفرقة الثالثة	الفرقة الثانية	الفرقة الأولى	
٢٨٤	-	٤٢	٧٢	٨٠	٩٠	مجتمع البحث
٢٧٦	٢٠	٣٩	٦٣	٧٠	٨٤	عينة البحث

٤- أدوات جمع البيانات :

أ- المسح المرجعي:

قامت الباحثة بإجراء مسح مرجعي في حدود ما توصلت إليه من الدراسات والمراجع والبحوث العلمية والشبكة الدولية للمعلومات (الإنترنت) وذلك بهدف :-

- تحديد الشكل العام لهذا النوع من البحوث وكيفية تطبيقه.
- تصميم استمارات تسجيل البيانات.
- تجهيز الإطار النظري للبحث .
- الوقوف على خطوات إعداد إستمارات الإستبيان.
- كيفية صياغة العبارات الخاصة بمحاور الإستبيان.

ب- استمارات استطلاع رأي الخبراء:

قام الباحث بإعداد استمارات استطلاع آراء الخبراء لتحديد :

- المحاور الأساسية الخاصة بالإستبيان .مرفق (٢)
- تحديد العبارات الخاصة بكل محور من محاور الإستبيان . مرفق (٢)
- تحديد مقاييس التقدير الأنسب لتحقيق أهداف البحث. مرفق (٢)

ج- خطوات تصميم الإستبيان الخاص بإتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي.

قامت الباحثة بإعداد وتصميم الإستبيان الخاص بإتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي قيد البحث وذلك وفقاً للخطوات التالية:

١- اطلاع الباحثة علي العديد من المراجع والدراسات العلمية واجراء المسح المرجعي وذلك للتعرف على خطوات إعداد إستمارات الإستبيان وكيفية صياغة العبارات الخاصة بمحاور الإستبيان المناسبة لهدف ومجتمع البحث .

٢- استطلاع آراء السادة الخبراء لتحديد المحاور الأساسية الخاصة بالإستبيان. مرفق (٢) ، تحديد العبارات الخاصة بكل محور من محاور الإستبيان. مرفق (٢)، تحديد أنسب مقاييس التقدير لتحقيق أهداف البحث. مرفق

(٢)

وفي ضوء الخطوات السابقة توصلت الباحثة إلى المحاور الأساسية الخاصة بلاستبيان وهي (محور الممارسة الرياضية ، المحور الصحي ، المحور الإجتماعي ، المحور الثقافة الرياضية) وقد ارتضت الباحثة نسبة (٧٠%) كنسبة موافقة للسادة الخبراء للمحاور الأساسية الخاصة بلاستبيان وقد انحصرت نسبة الموافقة لهذه المحاور ما بين (٧٠% ، ١٠٠%) وتم استبعاد باقي المحاور .

ثم قامت الباحثة بصياغة العبارات بناء علي المسح المرجعي للدراسات والأبحاث العلمية السابقة حيث اعتمدت علي تقويم الاستبيان على مجموعة من ذوي الاختصاص في مجال علم النفس والقياس والتقويم في المجال الرياضي. مرفق (١)، للوقوف علي أنسب العبارات، وقد بلغ عدد العبارات بالصورة الأولية . مرفق (٢)، وكان الإجمالي (٧٣) عبارة ، تم تقسيمهم وفقا للمحاور التالية : محور الممارسة (١٨) عبارة ، المحور الصحي (٢٥) عبارة ، المحور الإجتماعي (١٣) عبارة ، المحور الثقافي (١٧) عبارة .

وبلغ عدد العبارات بالصورة الإجمالية (٦١) عبارة بعد استطلاع آراء السادة الخبراء مرفق (٣) وهم:محور الممارسة الرياضية (١٥) عبارة ، المحور الصحي (٢٠) عبارة ، المحور الإجتماعي (١١) عبارة ، المحور الثقافة الرياضية (١٥) عبارة ، وقد ارتضت الباحثة نسبة موافقة للسادة الخبراء (٧٠%) كحد أدني لإقرار صلاحية استخدام العبارات حيث انحصرت النسبة المئوية للعبارات المقبولة ما بين (٧٠% ، ١٠٠%) واستخدمت الباحثة ميزان تقدير ثلاثي حيث جاءت النسبة المئوية للموافقة (٨٠%) بينما انحصرت لباقي مقاييس التقدير ما بين (صفر، ٢٠%) .

- المعاملات العلمية للإستبيان قيد البحث.

قامت الباحثة بإيجاد صدق الإستبيان المستخدم قيد البحث من خلال صدق الاتساق الداخلي وذلك بإيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين كلا من العبارات والمحور التي تنتمي إليه وكذلك بين الدرجة الكلية لكل محور من محاور الإستبيان والدرجة الكلية للإستبيان الخاص بإتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي قيد البحث وذلك من خلال درجات إستجابات أفراد العينة الإستطلاعية وذلك يوم الأثنين الموافق ٢٠١٦/٣/٧م ، ويوضح كل من جدول (٢) جدول (٣) جدول (٤) جدول (٥) صدق الإستبيان ، وجدول (٦) يوضح ثبات الإستبيان الخاص بإتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي قيد البحث.

جدول (٢) قيمه معامل الارتباط بين درجة كل عباره والمجموع الكلي لدرجات إستجابات أفراد العينة الإستطلاعية حول عبارات التساؤل الاول

ن=٢٠

: ما هي إتجاهات طالبات كلية رياضة الأطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي

م	العبارة	م	ع	قيمه "ر"
١	احب الرياضة بشكل عام	٢,٧٠	٠,٤٧	*٠,٥٢٤
٢	امارس الرياضة علي فترات متقاربه	٢,٤٥	٠,٥١	*٠,٦٤٤
٣	افضل ممارسة الرياضة مع جماعة.	٢,٦٥	٠,٤٩	*٠,٦٥٨
٤	استدقت من ممارسة الرياضة المفضلة لدي.(جماعية- فردية)	٢,٥٠	٠,٥١	*٠,٧١٦
٥	امارس الرياضة يومان في الاسبوع.	٢,٥٠	٠,٥١	*٠,٥٢٠
٦	احب ممارسة الرياضة ولكن لا اجد الوقت الكافي لذلك.	٢,٧٠	٠,٤٧	*٠,٦٤٧
٧	افضل رياضة المشي.	٢,٧٥	٠,٤٤	*٠,٧١٢

٠,٤٧٤	٠,٥١	٢,٥٥	اتمنى ان تكون الرياضة ضمن الجدول اليومي لي.	٨
*٠,٦٤١	٠,٥١	٢,٥٥	اذا مارست الرياضة فأنتا تؤثر على التحصيل الدراسي لي	٩
*٠,٦٣٦	٠,٧٢	٢,١٠	لدي الوقت لامارس فيه أنشطة حرة باختيارى.	١٠
*٠,٤٠٤	٠,٦٨	٢,٤٠	يوجد أجهزة رياضية بالمنزل (كجهاز المشى - العجلة)	١١
*٠,٥٣٧	٠,٦٧	٢,٣٥	امارس الرياضة بانتظام على الجهاز الرياضى .	١٢
*٠,٤٩٧	٠,٧٣	٢,٠٠	يوجد في الاسرة من يمارس الرياضة.	١٣
*٠,٥٦٠	٠,٤٤	٢,٧٥	كنت امارس الرياضة ايام المدرسة.	١٤
*٠,٦٤٥	٠,٨٠	٢,٣٠	امارس الرياضة أثناء العطل الرسمية فقط.	١٥

قيمه (ر) الجدولية عند مستوي معنوية $0,05 = 0,44$

يتضح من جدول (٢) أنه يوجد ارتباط دال إحصائياً بين عبارات المحور والمجموع الكلي للإستماره.

جدول (٣) قيمه معامل الارتباط بين درجة كل عباره والمجموع الكلي لدرجات إستجابات أفراد العينة الإستطلاعية حول عبارات التساؤل الثاني : ما هي أهمية

ممارسة الأنشطة الرياضية على صحة الطالبات ن=٢٠

م	العبارة	م	ع	قيمه "ر"
١	إهمال ممارسة الرياضة سبب من أسباب السمنة والتشوّهات القوامية.	٢,٤٠	٠,٦٠	٠,٨٤٧
٢	الغذاء الصحي بديل عن الرياضة	٢,٠٠	٠,٧٩	٠,٧٦١
٣	افكر في الرياضة عندما انظر الى نفسي في المرآة	١,٩٠	٠,٧٩	٠,٨٢٩
٤	اشعر صحة جيدة بوجه عام؟	٢,١٠	٠,٧٢	٠,٨١٢
٥	امارس الرياضة من اجل اكتساب الوزن المثالي و الصحة	١,٨٠	٠,٧٧	٠,٧٦١
٦	وزني فى المعدل الطبيعى (الوزن الطبيعى = الطول-١٠٠)؟	٢,٣٠	٠,٨٠	٠,٨٧٥
٧	مشتركة بنادي صحي أو رياضي ؟	٢,١٥	٠,٨١	٠,٨٤٨
٨	التحاقى بالكلية اثر على صحتي بالايجاب	٢,١٥	٠,٥٩	٠,٨٦٤
٩	انام اكثر من ٨ ساعات يوميا	٢,١٠	٠,٨٥	٠,٨٦٩
١٠	هناك زيادة في وزني على أقرب تقدير قبل الالتحاق بالكلية	٢,٠٠	٠,٨٦	٠,٦٦٤
١١	استخدم نظام حمية خاص مع ممارسة التمارين الرياضية	١,٩٥	٠,٨٣	٠,٨٤٩
١٢	افضل استعمال السلام(الدرج) عن استعمال الاسانسير	١,٧٥	٠,٧٩	٠,٨٦٤
١٣	المسافات القصيرة التي لا تزيد عن كيلو متر واحد اقوم بالعادة باستخدام وسيلة مواصلات لقطع المسافة.	١,٨٥	٠,٨٨	٠,٨٠٥
١٤	اقضي الكثير من الوقت فى مشاهدة التلفزيون أو الكمبيوتر	١,٧٥	٠,٦٤	٠,٦٠٥
١٥	اهتم بالذهاب الى الطبيب عند شعورى بالألم او المرض	٢,٢٠	٠,٨٩	٠,٧٧٠
١٦	اهتم بتوفير وسال التهوية السليمة	١,٧٥	٠,٧٩	٠,٧٧٢
١٧	اهتم بمتابعة النشرات الصحية الصادرة عن وزارة الصحة	١,٨٠	٠,٧٠	٠,٧١٧
١٨	احرص على استيقاظ مبكرا فى اجازة والعطلات الرسمية	١,٩٥	٠,٨٣	٠,٧٦٠
١٩	عند شعورى بزيادة الوزن الجأ للرياضة	٢,٢٥	٠,٨٥	٠,٦١٢
٢٠	عند زيادة وزني الجأ الى الأدوية الخاصة بالتخسيس فقط	١,٩٠	٠,٨٥	٠,٩٠٥

قيمه (ر) الجدولية عند مستوي معنوية $0,05 = 0,44$

يتضح من جدول (٣) أنه يوجد ارتباط دال إحصائياً بين عبارات المحور والمجموع الكلي للإستماره.

جدول (٤) قيمه معامل الارتباط بين درجة كل عباره والمجموع الكلي لدرجات إستجابات أفراد العينة الإستطلاعية حول عبارات التساؤل الثالث : ما هو دور

ن=٢٠

ممارسة الأنشطة الرياضية على العلاقات الإجتماعية للطلبات

م	العبارة	م	ع	قيمه "ر"
١	ممارسة الرياضة تكسب الفرد أخلاق طيبة.	٢,٠٥	٠,٨٩	٠,٨٤٨
٢	الرياضة تؤثر ايجابياً على نفسية الرياضي.	١,٨٠	٠,٨٩	٠,٧٥١
٣	ممارسة الرياضة تحسن من العلاقات الاجتماعية لدي الافراد.	١,٩٠	٠,٨٥	٠,٧٣٥
٤	افضل ان امارس الرياضة لوحدي.	٢,٢٥	٠,٧٢	٠,٧٤٧
٥	افضل ان تمارس الرياضة مع الجماعة.	١,٥٠	٠,٦٩	٠,٧٢٣
٦	املك وقتاً للترويح عن النفس.	١,٥٠	٠,٧٦	٠,٧٧٧
٧	اجد التشجيع من كل من حولي (الأهل - محيط دراستي - الأصدقاء) لممارسة الرياضة.	١,٥٥	٠,٨٣	٠,٨٤٨
٨	ساقوم بتشجيع الاطفال لممارسة الرياضة.	٢,٠٠	٠,٧٩	٠,٨٤٧
٩	اشعر بالضيق لعدم ممارسة الرياضة.	١,٧٥	٠,٧٢	٠,٨١٢
١٠	اشعر بالسعادة اذا مارست النشاط الرياضي.	١,٥٠	٠,٦١	٠,٦٣٦
١١	استمتع عند مشاهدة المسابقات الرياضية.	١,٥٥	٠,٦٩	٠,٨٦٩

قيمه (ر) الجدولية عند مستوي معنوية $0,05 = 0,44$

يتضح من جدول (٤) أنه يوجد ارتباط دال إحصائياً بين عبارات المحور والمجموع الكلي للإستماره

جدول (٥) قيمه معامل الارتباط بين درجة كل عباره والمجموع الكلي لدرجات إستجابات أفراد العينة الإستطلاعية حول عبارات التساؤل الرابع : ماهي درجة الثقافة

ن=٢٠

الرياضية لدي الطالبات بكلية رياض الأطفال ببورسعيد

م	العبارة	م	ع	قيمه "ر"
١	ارى ان هناك سليات للرياضة كثيرة.	٢,٦٥	٠,٥٩	٠,٨٣٧
٢	لدي خلفية عن فوائد ممارسة الرياضة.	٢,٧٠	٠,٥٧	٠,٧٧٠
٣	اذا رزقت بأطفال سوف اقوم بإشراكهم في العاب رياضية.	٢,٢٠	٠,٧٠	٠,٧١٩
٤	اعرف المعادلة للوزن الطبيعي.	٢,٧٠	٠,٥٧	٠,٦١٧
٥	اري ان الرياضة غير مناسبة لاطفال الحضانه.	٢,٦٠	٠,٦٠	٠,٦٧٠
٦	هناك أنشطة حركية اقوم بتعلمها لتعليمها للاطفال.	٢,٣٠	٠,٧٣	٠,٧٣٧
٧	اشاهد برامج المسابقات الرياضية لتطبيق العابها على الاطفال.	٢,١٠	٠,٨٥	٠,٨٣٩
٨	لدي معرفة بقوانين بعض العاب الرياضية.	٢,٣٥	٠,٦٧	٠,٧٧٠
٩	يجب الإحماء قبل أداء النشاط الرياضية للمحافظة على سلامة المفاصل والعضلات.	٢,٥٥	٠,٦٠	٠,٧١٨
١٠	اللياقة البدنية تكتسب عن طريق مزاوله الأنشطة الرياضية.	٢,٤٥	٠,٧٦	٠,٨٧٥
١١	تساعد الثقافة الرياضية في توجيه حياة الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة.	٢,٢٥	٠,٧٩	٠,٧٥٧
١٢	تؤدي الثقافة الرياضية دوراً مهماً في الكشف عن بعض الإنحرافات القوامية لدى الاطفال.	٢,٤٥	٠,٦٩	٠,٧٦٨
١٣	ممارسة الرياضة مهمة للوقاية من الأمراض.	٢,٥٥	٠,٦٠	٠,٧١٨
١٤	ممارسة الرياضة للتخسيس يجب ان تكون تحت اشراف طبيب متخصص ومختص رياضي.	٢,١٠	٠,٨٥	٠,٦٧٠
١٥	يمكن ممارسة الرياضة في أي مكان.	٢,٢٠	٠,٧٧	٠,٧٦٠

قيمه (ر) الجدولية عند مستوي معنوية $0,05 = 0,44$

يتضح من جدول (٥) أنه يوجد ارتباط دال إحصائياً بين عبارات المحور والمجموع الكلي للإستماره .

جدول (٦) قيمة معامل ثبات ألفا لمحاور الإستهتبان قيد الدراسة.

م	المحاور	"ر"معامل ألفا
١	المحور الأول : ما هي إتجاهات طالبات كلية رياضة الأطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي	٠,٧٣
٢	المحور الثاني : ما هي أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية علي صحة الطالبات	٠,٦٧
٣	المحور الثالث : ما هو دور ممارسة الأنشطة الرياضية على العلاقات الإجتماعية للطالبات	٠,٧٩
٤	المحور الرابع : ماهي درجة الثقافة الرياضية لدي الطالبات بكلية رياض الأطفال ببورسعيد	٠,٧٧
٤	الاستمارة ككل	٠,٨٧

يتضح من جدول (٦) ثبات محاور الإستهتبان حيث بلغ معامل ثبات محاور الإستهتبان بطريقة ألفا كرونباخ ما بين (٠,٦٧) و (٠,٨٧٠) ، مما يشير لإرتفاع معامل ثبات محاور الإستهتبان قيد الدراسة.

ثامناً: الخطوات التنفيذية للبحث:

- الدراسات الإستطلاعية :

وقد قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (٢٠) طالبة من طالبات كلية رياض الأطفال ببورسعيد - جامعة بورسعيد، وذلك يوم الأثنين ٢٠١٦/٣/٧ م ، وذلك بهدف:

- تحديد المعاملات العلمية الخاصة بالإستهتبان المستخدم قيد البحث.
- التعرف علي المشكلات التي قد تحدث أثناء تطبيق الإستهتبان .

- تطبيق البحث:

قامت الباحثة بتطبيق الإستهتبان الخاص بقياس اتجاهات الطالبات بكلية رياض الأطفال جامعة بورسعيد للعام الجامعي ٢٠١٥-٢٠١٦م و البالغ عددهم (٢٥٦) طالبة وذلك في الفترة من يوم الأثنين ٢٠١٦/٣/٢١ إلي يوم الأثنين الموافق ٢٠١٦/٣/٢٨ .

تاسعاً:المعالجات الإحصائية:

قامت الباحثة بمعالجة البيانات إحصائياً باستخدام برنامج الحاسب الآلي (SPSS) باستخدام التحليلات الإحصائية التالية: (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الارتباط - معامل الفا كرونباخ - ٢١ - النسبة المئوية - التكرارات)

عاشراً: عرض النتائج ومناقشتها:

يتضمن هذا الجزء الإجابة علي تساؤلات البحث علي العينة واعتمادا علي نتائج التحليل الإحصائي التي تتمشي مع طبيعة الدراسة الحالية.

أ- عرض نتائج التساؤل الاول:

ما هي إتجاهات طالبات كلية رياضة الأطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي.

جدول (٧) النسب المئوية والتكرارات ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الأول : ما

هي إتجاهات طالبات كلية رياضة الأطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي ن = ٢٥٦

نعم	إلى حد ما	لا	مجموع	النسبة

م	العبارة	ك	%	ك	%	ك	%	الدرجة	المئوية	كأ	الترتيب
١	احب الرياضة بشكل عام.	٢٢٦	٨٨,٢٨	٢٢	٨,٥٩	٨	٣,١٣	٧٣٠	٩٥,٠٥	*٣٤٨,٩٧	٢
٢	امارس الرياضة ولكن علي فترات متقاربه.	١١	٤,٣٠	٨٥	٣٣,٢٠	١٦٠	٦٢,٥٠	٣٦٣	٤٧,٢٧	*١٣٠,٠٩	١١
٣	افضل ممارسة الرياضة مع جماعة.	١٩٩	٧٧,٧٣	٣٩	١٥,٢٣	١٨	٧,٠٣	٦٩٣	٩٠,٢٣	*٢٢٩,٧٠	٤
٤	استفدت من ممارسة الرياضة المفضلة لدي (جماعية،فردية).	١٦٦	٦٤,٨٤	٥٠	١٩,٥٣	٤٠	١٥,٦٣	٦٣٨	٨٣,٠٧	*١١٤,٩٧	٦
٥	امارس الرياضة يومان في الاسبوع .	٠	٠,٠٠	٢٤	٩,٣٨	٢٣٢	٩٠,٦٣	٢٨٠	٣٦,٤٦	*٣٨١,٥٠	١٤
٦	احب ممارسة الرياضة ولكن لا اجد الوقت الكافي لذلك.	٢١٧	٨٤,٧٧	٢٩	١١,٣٣	١٠	٣,٩١	٧١٩	٩٣,٦٢	*٣٠٦,٨٥	٣
٧	افضل رياضة المشي.	٢٠٢	٧٨,٩١	٣٢	١٢,٥٠	٢٢	٨,٥٩	٦٩٢	٩٠,١٠	*٢٣٩,٨٤	٥
٨	اتمنى ان تكون الرياضة ضمن الجدول اليومي لي.	٢٤٥	٩٥,٧٠	١١	٤,٣٠	٠	٠,٠٠	٧٥٧	٩٨,٥٧	*٤٤٨,٨٤	١
٩	اذا مارست الرياضة فأنها تؤثر على التحصيل الدراسي لي.	٠	٠,٠٠	٢٠	٧,٨١	٢٣٦	٩٢,١٩	٢٧٦	٣٥,٩٤	*٤٠١,٣٨	١٥
١٠	لدي الوقت لامارس فيه أنشطة حرة باختياري.	٢٥	٩,٧٧	٦٦	٢٥,٧٨	١٦٥	٦٤,٤٥	٣٧٢	٤٨,٤٤	*١٢١,٤١	١٠
١١	يوجد أجهزة رياضية بالمنزل (كجهاز المشي - العجلة).	١٥	٥,٨٦	٠	٠,٠٠	٢٤١	٩٤,١٤	٢٨٦	٣٧,٢٤	*٤٢٧,٢٧	١٢
١٢	امارس الرياضة بانتظام على الجهاز الرياضي .	١٣	٥,٠٨	٠	٠,٠٠	٢٤٣	٩٤,٩٢	٢٨٢	٣٦,٧٢	*٤٣٧,٩٦	١٣
١٣	يوجد في الاسرة من يمارس الرياضة.	٥٥	٢١,٤٨	٢٣	٨,٩٨	١٧٨	٦٩,٥٣	٣٨٩	٥٠,٦٥	*١٥٦,٩٥	٩
١٤	كنت امارس الرياضة ايام المدرسة.	١٤٢	٥٥,٤٧	٥٦	٢١,٨٨	٥٨	٢٢,٦٦	٥٩٦	٧٧,٦٠	*٥٦,٤٧	٧
١٥	امارس الرياضة أثناء العطل الرسمية.	٣٣	١٢,٨٩	٦٩	٢٦,٩٥	١٥٤	٦٠,١٦	٣٩١	٥٠,٩١	*٩٠,٤٨	٨

* قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

يتضح من جدول (٧) التكرارات والنسب المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الأول ما هي إتجاهات طالبات كلية رياضة الأطفال ببورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي ، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة (نعم) ما بين (٠,٠٠ % إلى ٩٥,٧٠ %) ، كما تراوحت النسبة المئوية للإستجابة لدرجة (إلى حد ما) ما بين (٠,٠٠ % إلى ٣٣,٢٠ %) ، بينما تراوحت النسبة المئوية للإستجابة لدرجة (لا) ما بين (٠,٠٠ % إلى ٩٤,٩٢ %) ، وجاءت النسبة المئوية الكلية لمجموع الدرجات المقدره لكل عبارة في استجابات العينة ما بين (٣٥,٩٤ % إلى ٩٨,٥٧ %) ، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين

التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات كما تراوحت قيمة كا^٢ المحسوبة بين (٥٦,٤٧) * و (٤٤٨,٨٤) * ، وقد تم ترتيب العبارات وفقاً للنسبة المئوية الكلية تنازلياً.

ب- عرض نتائج التساؤل الثاني :

ما هي أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية علي صحة الطالبات .

جدول (٨) النسب المئوية والتكرارات ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور

الثاني : ما هي أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية علي صحة الطالبات
ن = ٢٥

م	العبارات	نعم		إلى حد ما		لا		مجموع الدرجة	النسبة المئوية	كا ^٢	الترتيب
		ك	%	ك	%	ك	%				
١	إهمال ممارسة الرياضة سبب من أسباب السمعة والتشوهات القوامية.	٢٣٣	٩١,٠٢	١٦	٦,٢٥	٧	٢,٧٣	٧٣٨	٩٦,٠٩	*٣٨٣,٧٧	١
٢	الغذاء الصحي بديل عن الرياضة.	٢٤	٩,٣٨	٦٢	٢٤,٢٢	١٧٠	٦٦,٤١	٣٦٦	٤٧,٦٦	*١٣٤,٤٧	١٦
٣	افكر في الرياضة عندما انظر الى نفسي في المرأة.	١٨٥	٧٢,٢٧	٣٦	١٤,٠٦	٣٥	١٣,٦٧	٦٦٢	٨٦,٢٠	*١٧٤,٦٢	٤
٤	اشعر بصحة جيدة بوجه عام.	٥٥	٢١,٤٨	١٧٢	٦٧,١٩	٢٩	١١,٣٣	٥٣٨	٧٠,٠٥	*١٣٥,٩٩	٦
٥	امارس الرياضة من اجل اكتساب الوزن المثالي و الصحة.	٢٣٦	٩٢,١٩	١٢	٤,٦٩	٨	٣,١٣	٧٤٠	٩٦,٣٥	*٣٩٩,١٣	٢
٦	وزني فى المعدل الطبيعي (الوزن الطبيعي= الطول-١٠٠).	٣٨	١٤,٨٤	٢٩	١١,٣٣	١٨٩	٧٣,٨٣	٣٦١	٤٧,٠١	*١٨٩,٣٨	١٧
٧	مشتركة بنادي صحي أو رياضي.	١٣	٥,٠٨	١٥	٥,٨٦	٢٢٨	٨٩,٠٦	٢٩٧	٣٨,٦٧	*٣٥٧,٨٠	١٩
٨	التحاقى بالكلية اثر على صحتي بالايجاب.	٨٩	٣٤,٧٧	٧٤	٢٨,٩١	٩٣	٣٦,٣٣	٥٠٨	٦٦,١٥	٢,٣٥	٩
٩	انام اكثر من ٨ ساعات يوميا.	٧٢	٢٨,١٣	١٠٨	٤٢,١٩	٧٦	٢٩,٦٩	٥٠٨	٦٦,١٥	*٩,١٣	١٠
١٠	هناك زيادة في وزني على أقرب تقدير قبل الالتحاق بالكلية.	١٠٤	٤٠,٦٣	٢٩	١١,٣٣	١٢٣	٤٨,٠٥	٤٩٣	٦٤,١٩	*٥٧,٩٠	١١
١١	استخدم نظام حمية خاص مع ممارسة التمارين الرياضية.	١٥	٥,٨٦	٤٠	١٥,٦٣	٢٠١	٧٨,٥٢	٣٢٦	٤٢,٤٥	*٢٣٨,٨٤	١٨
١٢	افضل استعمال السلالم(الدرج) عن استعمال الاسانسير.	٩٠	٣٥,١٦	٧٦	٢٩,٦٩	٩٠	٣٥,١٦	٥١٢	٦٦,٦٧	١,٥٣	٨
١٣	المسافات القصيرة التي لا تزيد عن كيلو متر واحد اقوم بالعادة باستخدام وسيلة مواصلات لقطع المسافة.	٤٦	١٧,٩٧	٦٨	٢٦,٥٦	١٤٢	٥٥,٤٧	٤١٦	٥٤,١٧	*٥٩,٢٨	١٣
١٤	اقضي الكثير من الوقت فى مشاهدة التلفزيون أو الكمبيوتر.	١٤٧	٥٧,٤٢	٧٦	٢٩,٦٩	٣٣	١٢,٨٩	٦٢٦	٨١,٥١	*٧٧,٦٨	٥
١٥	اهتم بالذهاب الى الطبيب عند شعورى بالألم او المرض.	٥٥	٢١,٤٨	١٥٥	٦٠,٥٥	٤٦	١٧,٩٧	٥٢١	٦٧,٨٤	*٨٥,٧٩	٧
١٦	اهتم بتوفير وسال التهوية السليمة.	١٩٢	٧٥,٠٠	٥٢	٢٠,٣١	١٢	٤,٦٩	٦٩٢	٩٠,١٠	*٢٠٩,٣٨	٣
١٧	اهتم بمتابعة النشرات الصحية الصادرة عن وزارة الصحة.	٢٩	١١,٣٣	٩٨	٣٨,٢٨	١٢٩	٥٠,٣٩	٤١٢	٥٣,٦٥	*٦١,٤١	١٤

١٥	*٨٦,٨٧	٥١,٣٠	٣٩٤	٥٩,٧٧	١٥٣	٢٦,٥٦	٦٨	١٣,٦٧	٣٥	احرص على استيقاظ مبكر في اجازة والعطلات الرسمية.	١٨
١٢	*١٦,٤٦	٦٣,١٥	٤٨٥	٤٣,٧٥	١١٢	٢٣,٠٥	٥٩	٣٣,٢٠	٨٥	عند شعوري بزيادة الوزن الجأ للرياضة.	١٩
٢٠	*٣٦٢,٨٢	٣٨,٥٤	٢٩٦	٨٩,٤٥	٢٢٩	٥,٤٧	١٤	٥,٠٨	١٣	عند زيادة وزني الجأ الى الأذوية الخاصة بالتحسيس فقط.	٢٠

* قيمة كا^٢ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

يتضح من جدول (٨) التكرارات والنسب المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الثاني ما هي أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية علي صحة الطالبات ، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة (نعم) ما بين (٥,٠٨ % إلى ٧٥,٠٠ %) ، كما تراوحت النسبة المئوية للإستجابة لدرجة (إلى حد ما) ما بين (٤,٦٩ % إلى ٣٣,٢٠ %) ، بينما تراوحت النسبة المئوية للإستجابة لدرجة (لا) ما بين (٢,٣٧ % إلى ٨٩,٤٥ %) ، وجاءت النسبة المئوية الكلية لمجموع الدرجات المقدر لكل عبارة في استجابات العينة ما بين (٣٨,٥٤ % إلى ٩٦,٥٣ %) ، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات عدا العبارت رقم (٩، ١٢) كما تراوحت قيمة كا^٢ المحسوبة بين (١,٥٣) و (٣٩٩,١٣) ، وقد تم ترتيب العبارات وفقاً للنسبة المئوية الكلية تنازلياً.

ج- عرض نتائج التساؤل الثالث:

ما هو دور ممارسة الأنشطة الرياضية على العلاقات الإجتماعية للطالبات .

جدول (٩) النسب المئوية والتكرارات ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الثالث : ما هو دور ممارسة الأنشطة

ن = ٢٥٦

الرياضية على العلاقات الإجتماعية للطالبات

الترتيب	كا ^٢	النسبة المئوية	مجموع الدرجة	لا		إلى حد ما		نعم		العبارة	م
				%	ك	%	ك	%	ك		
١١	*٣٠,٥٧	٧٤,٦١	٥٧٣	٢٥,٧٨	٦٦	٢٤,٦١	٦٣	٤٩,٦١	١٢٧	ممارسة الرياضة تكسب الفرد أخلاق طيبة.	١
٢	*٣٥٠,١٦	٩٥,٤٤	٧٣٣	١,٩٥	٥	٩,٧٧	٢٥	٨٨,٢٨	٢٢٦	الرياضة تؤثر ايجابياً على نفسية الرياضي.	٢
٤	*١٨٩,٩٠	٨٧,٧٦	٦٧٤	١٠,٥٥	٢٧	١٥,٦٣	٤٠	٧٣,٨٣	١٨٩	ممارسة الرياضة تحسن من العلاقات الاجتماعية لدي الافراد.	٣
١٠	*٦٥,٠٩	٥٣,٣٩	٤١٠	٥٦,٢٥	١٤٤	٢٧,٣٤	٧٠	١٦,٤١	٤٢	افضل ان امارس الرياضة لوحدي.	٤
٦	*٨٧,٩٠	٨١,٦٤	٦٢٧	١٥,٦٣	٤٠	٢٣,٨٣	٦١	٦٠,٥٥	١٥٥	افضل ان تمارس الرياضة مع الجماعة.	٥
٨	*٩٥,٤٠	٦٦,٨٠	٥١٣	١٨,٧٥	٤٨	٦٢,١١	١٥٩	١٩,١٤	٤٩	املك وقتاً للترويح عن النفس.	٦
٩	٤,٦٠	٦٥,٧٦	٥٠٥	٣١,٦٤	٨١	٣٩,٤٥	١٠١	٢٨,٩١	٧٤	اجد التشجيع من كل من حولي (الأهل - محيط دراستي - الأصدقاء) لممارسة الرياضة.	٧
١	*٤٠٤,٤٩	٩٦,٦١	٧٤٢	٢,٧٣	٧	٤,٦٩	١٢	٩٢,٥٨	٢٣٧	ساقوم بتشجيع الاطفال لممارسة الرياضة.	٨

٥	*١٢٣,٧٦	٨٥,٠٣	٦٥٣	٩,٧٧	٢٥	٢٥,٣٩	٦٥	٦٤,٨٤	١٦٦	اشعر بالضيق لعدم ممارسة الرياضة.	٩
٣	*٢٤٦,١٥	٩٢,٥٨	٧١١	٠,٠٠	٠	٢٢,٢٧	٥٧	٧٧,٧٣	١٩٩	اشعر بالسعادة اذا مارست النشاط الرياضي.	١٠
٧	*٥٧,٧٦	٧٩,٥٦	٦١١	١٤,٨٤	٣٨	٣١,٦٤	٨١	٥٣,٥٢	١٣٧	استمتع عند مشاهدة المسابقات الرياضية.	١١

* قيمة كا^٢ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

يتضح من جدول (٩) التكرارات والنسب المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الثالث ما هو دور ممارسة الأنشطة الرياضية على العلاقات الاجتماعية للطالبات ، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة (نعم) ما بين (١٦,٤١ % إلى ٩٢,٥٨ %) ، كما تراوحت النسبة المئوية للإستجابة لدرجة (إلى حد ما) ما بين (٤,٦٩ % إلى ٦٢,١١ %) ، بينما تراوحت النسبة المئوية للإستجابة لدرجة (لا) ما بين (٠,٠٠ % إلى ٥٦,٢٥ %) ، وجاءت النسبة المئوية الكلية لمجموع الدرجات المقدر لكل عبارة في استجابات العينة ما بين (٥٣,٣٩ % إلى ٩٦,٦١ %) ، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات عدا العبارة رقم (٧) كما تراوحت قيمة كا^٢ المحسوبة بين (٤,٦٠) و (٣٥٠,١٦) * ، وقد تم ترتيب العبارات وفقاً للنسبة المئوية الكلية تنازلياً.

- عرض نتائج التساؤل الرابع:

ما هي درجة الثقافة الرياضية لدي الطالبات؟

جدول (١٠) النسب المئوية والتكرارات ودلالة الفروق لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الرابع

ن = ٢٥٦

ما هي درجة الثقافة الرياضية لدي الطالبات .

الترتيب	كا ^٢	النسبة المئوية	مجموع الدرجة	لا		إلى حد ما		نعم		العبارة	م
				%	ك	%	ك	%	ك		
١٤	*٥١,٦٢	٦٤,٩٧	٤٩٩	٢٥,٣٩	٦٥	٥٤,٣٠	١٣٩	٢٠,٣١	٥٢	ارى ان هناك سلبيات للرياضة كثيرة.	١
٨	*٢٠٥,٢٧	٨٩,٤٥	٦٨٧	٦,٦٤	١٧	١٨,٣٦	٤٧	٧٥,٠٠	١٩٢	لدي خلفية عن فوائد ممارسة الرياضة.	٢
١	*٤٦٥,١٥	٩٨,٥٧	٧٥٧	١,١٧	٣	١,٩٥	٥	٩٦,٨٨	٢٤٨	اذا رزقت باطفال سوف اقوم بإشراكهم في العاب رياضية.	٣
١٠	*١٥٦,٣٨	٧٨,٥٢	٦٠٣	٣٠,٨٦	٧٩	٢,٧٣	٧	٦٦,٤١	١٧٠	اعرف المعادلة للوزن الطبيعي.	٤
١٥	*٣٥٣,٤٩	٣٨,٢٨	٢٩٤	٨٨,٦٧	٢٢٧	٧,٨١	٢٠	٣,٥٢	٩	اربي ان الرياضة غير مناسبة لاطفال الحضانه.	٥
٧	*٣٠٩,٣٨	٩٢,٥٨	٧١١	٧,٤٢	١٩	٧,٤٢	١٩	٨٥,١٦	٢١٨	هناك أنشطة حركية اقوم بتعلمها لتعليمها للاطفال.	٦
١٢	*١٣,٥١	٧١,٤٨	٥٤٩	٢٢,٦٦	٥٨	٤٠,٢٣	١٠٣	٣٧,١١	٩٥	اشاهد برامج المسابقات الرياضية لتطبيق العابها على الاطفال.	٧
١٣	٢,٨٤	٦٩,٢٧	٥٣٢	٣٠,٤٧	٧٨	٣١,٢٥	٨٠	٣٨,٢٨	٩٨	لدي معرفة بقوانين بعض العاب الرياضية.	٨
٣	*٣٩٩,١٣	٩٦,٣٥	٧٤٠	٣,١٣	٨	٤,٦٩	١٢	٩٢,١٩	٢٣٦	يجب الإحماء قبل أداء النشاط الرياضية للمحافظة على سلامة	٩

										العضلات والمفاصل.
٥	*٣٥٨,٦٣	٩٥,٣١	٧٣٢	٣,١٣	٨	٧,٨١	٢٠	٨٩,٠٦	٢٢٨	١٠ اللياقة البدنية تكتسب عن طريق مزاوله الأنشطة الرياضية.
٢	*٤١٠,٢٨	٩٧,١٤	٧٤٦	١,٥٦	٤	٥,٤٧	١٤	٩٢,٩٧	٢٣٨	١١ تساعد الثقافة الرياضية في توجيه حياة الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة.
٦	٣٤٤,٥٩	٩٥,٠٥	٧٣٠	٢,٧٣	٧	٩,٣٨	٢٤	٨٧,٨٩	٢٢٥	١٢ تؤدي الثقافة الرياضية دوراً مهماً في الكشف عن بعض الإنحرافات القوامية لدى الاطفال.
٤	*٣٦٨,٤٧	٩٥,٥٧	٧٣٤	٣,١٣	٨	٧,٠٣	١٨	٨٩,٨٤	٢٣٠	١٣ ممارسة الرياضة مهمة للوقاية من الأمراض.
٩	*١٥٠,٢٩٨	٨٥,٩٤	٦٦٠	١١,٣٣	٢٩	١٩,٥٣	٥٠	٦٩,١٤	١٧٧	١٤ ممارسة الرياضة للتخسيس يجب ان تكون تحت اشراف متخصص طبيب ومتخصص رياضي.
١١	*٤٥,٣٤	٧٦,٩٥	٥٩١	٢٢,٢٧	٥٧	٢٤,٦١	٦٣	٥٣,١٣	١٣٦	١٥ يمكن ممارسة الرياضة في أي مكان.

* قيمة كآ الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢) = (٥,٩٩١)

يتضح من جدول (١٠) التكرارات والنسب المئوية لاستجابات عينة البحث في عبارات المحور الرابع ما هو دور ممارسة الأنشطة الرياضية على العلاقات الإجتماعية للطالبات ، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة (نعم) ما بين (٢٠,٣١% إلى ٩٢,٥٨%) ، كما تراوحت النسبة المئوية للإستجابة لدرجة (إلى حد ما) ما بين (١,٩٥ % إلى ٥٤,٣٠%) ، بينما تراوحت النسبة المئوية للإستجابة لدرجة (لا) ما بين (١,١٧ % إلى ٨٨,٦٧%) ، وجاءت النسبة المئوية الكلية لمجموع الدرجات المقدره لكل عبارة في استجابات العينة ما بين (٦٤,٩٧% إلى ٩٨,٧٥%) ، كما يتضح من الجدول وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين التكرارات المشاهدة والمتوقعة في جميع العبارات عدا العبارة رقم (٨) كما تراوحت قيمة كآ المحسوبة بين (٢,٨٤) و (٤٦٥,١٥) * ، وقد تم ترتيب العبارات وفقاً للنسبة المئوية الكلية تنازلياً.

حادي عشر: مناقشة النتائج :

تري الباحثة أن الاستجابات للعبارات جاءت تدل علي أن الطالبات لديهم اتجاهات نحو ممارسة الرياضة كخبرة اجتماعية من أجل تكوين صداقات جديدة وعلاقات مع أقرانهم ، وتشعرهم بالحب والتعاون والعمل الجماعي ، وتنمي بداخلهم الجوانب الإجتماعية المختلفة ، حيث لديهم اتجاهات نحو الممارسة الرياضية للصحة واللياقة من أجل الارتقاء بالمستوي البدني والمحافظة علي الرشاقة والمرونة ، واكتساب العادات الصحية السليمة ، والمحافظة علي القوام السليم وتكسبهم القوة والتحمل اللازمة لمواجهة متطلبات الحياة اليومية وتجعل الأجهزة الداخلية بالجسم تقوم بوظائفها علي أجمل وجه.

وتعد الجامعات والكليات احدى الركائز الاساسية في تقدم وتطور المجتمعات باعتبارها مؤسسات تعليمية وتربوية تحوي على شريحة مهمة من المجتمع لا يستهان بها الا وهي الطلبة فمن خلالهم يكمن هذا التطور والرقي بأفراد المجتمع علميا ومعرفيا في كافة مجالات الحياة ومن احد ابرز هذه المجالات على صعيد الجامعة تحديدا

النشاط الرياضي والبدني والذي يلعب دورا أساسيا ومهما في رفع كفاءة الطالب الجامعي ذهنيا وبدنيا من خلال ممارسة الطلبة لبعض الأنشطة الرياضية . فضلا علي ان الجامعة نظام يتطور وفق حاجات المجتمع ويعد النشاط الرياضي جزا من هذا النظام الذي يعمل على إعداد الأفراد من ناحية تربية وعلمية في نفس الوقت وتكوين شخصية متكاملة للطلبة واعدادهم ليكونوا قادة لهذا المجتمع "اذ ان النشاط الرياضي بمفهومه الحديث يشكل بعدا هاما من ميادين التربية وعنصرا قويا في عملية اعداد شخصية الطالب جنبنا الى جنب مع المناهج الدراسية.(٥٤:٢٥)

وهذا ما أكده سودركيس وآخرون Theodorakis at all في أن الاتجاه يتعلق فيما يفكر الأفراد وبماذا يشعرون، وكيف يريدون أن يسلكوا نحو أي موضوع .وهذا يؤيد السعي نحو تنمية الاتجاهات الإيجابية لدى الطلبة نحو النشاط الرياضي مما يسهم بشكل كبير في زيادة ممارسة الأنشطة الرياضية، وبالتالي يتم تنمية شخصية الطلبة بشكل متكامل بما يتفق مع هدف الجامعات من طرح البرامج المنهجية اللاصفية المتنوعة ومنها الأنشطة الرياضية.(٣٢٣:٣١)

كما أن ممارسة النشاط الرياضي عموماً أصبحت من أهم مظاهر الصحة ، والوقاية من الأمراض ، والتخلص من السمنة ، بل إنه أصبح يستخدم في علاج العديد من الأمراض النفسية والقلبية ، وغيرها ، لذا تحرص معظم دول العالم علي توجيه مواطنيها بمختلف أعمارهم ، وجنسهم إلي ممارسة النشاط الرياضي في مختلف أنواعه البطولية . الترويحية ، العلاجية ، إيماناً منها ببناء الروح الإيجابية للفرد.(١٥٣:١٣)

وأكد كاظم صالح (٢٠٠٣م) علي أن أهمية ممارسة النشاط الرياضي من خلال أبعاد أربعة هي الجانب البدني، والاجتماعي، الترويحي، النفسي، ووجود اتجاهات إيجابية لدي الطالبات نحو أهمية ممارسة النشاط البدني، ووجود فروق فس اتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط البدني تعزو إلي المستوي الدراسي والتخصصي الأكاديمي.(١٢٠:١٤)

ويري محمد الحماحمي(١٩٩٧م) أن الرياضة إحدى الظواهر الإجتماعية المعاصرة التي تهتم بالصحة والحالة البدنية للمارس لأشكالها المختلفة وبطريقتة في الحياة والدفاع عن ذاته ضد أضرار بعض متغيرات المدنية الحديثة ، وإن ذلك يتطلب إتاحة فرص الممارسة لأوجه الأنشطة البدنية والحركية بحرية كاملة وفقا لميول ودوافع وقدرات الراغبين في الممارسين في هذه الأوجه من النشاط وذلك وضع أي إعتبارات للسن أو نوع الجنس أو العنصر أو الديانة أو المستوي المهاري أو المستوي التعليمي أو الثقافي أو المستوي الاجتماعي والاقتصادي ، بغرض تحقيق حياة أفضل لهؤلاء الأفراد.(٤٢:٢١)

ويشير محمد الحماحمي ، عايدة عبدالعزيز (٢٠٠٩م) إلي أنه يجب علي المجتمع تدعيم حركة الرياضة حتي يتمكن توفير الفرص لأكبر عدد من المواطنين لممارسة أوجه الأنشطة البدنية والحركية وذلك من خلال بناء استراتيجية لنشر الرياضة والرياضة للجميع والتخطيط العلمي لبرامجها أو مشروعاتها وتوفير القيادة المؤهلة مهنيّاً للعمل في المجال.(٩٩:٢٢)

وأكد حمدي السيسي (٢٠١٣م) علي أهمية الرياضة فهي تعمل علي تطوير الصحة العامة للجسم ، وتحسين نوعية الحياة وتنمية اللياقة البدنية وتساعد الفرد علي مواجهة مشكلات الحياة ، كما أن للممارسة الانشطة الرياضية دور هام في الوقاية أو الإقلال من التعرض لبعض امراض القلب والأوعية الدموية والإقلال من الإصابة ببعض الأمراض النفسية ، وزيادة الرغبة والتحفيز للعمل ، وغن من أهداف الرياضة تحقيق السعادة ن بث التفاؤل ، إشباع الميل للعب أو التواصل مع الآخرين من ذوي الميول والاتجاهات المختلفة والمشاركة وتكوين علاقات وصدقات اجتماعية ، بالإضافة إلي الحد من العزلة الإجتماعية .(٨:١٦٧)

وتضيف تحرير إسماعيل (٢٠١٦م) أن النشاط الرياضي في الكلية يعد عاملا مهم في تكوين العلاقات الاجتماعية وتطورها ما بين الطلبة الرياضيين وما يثمر عنها من لقاءات تنافسية ضمن منهاج منظم يعكس دوافع واتجاهات الطلبة في الجامعة ككل وفي الكليات بشكل خاص ، كما أن المرحلة الجامعية مرحلة مهمة في تأهيل الفرد علميا وثقافيا وان عبء المتطلبات الأكاديمية تولد ضغطا نفسيا وعقليا على الطالب بحيث يكون مشدودا نحو الكتاب والمحاضرة فهو بحاجة إلى الترفيه وبناء الجسم عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية ، لذا فان الخمول البدني عادة ما يصاحب الطلبة كونهم يقضون كل أوقاتهم في المحاضرات والدراسات مما يولد ذلك عدم الحركة وبالتالي يكون بنائهم البدني ضعيف لا ينسجم مع متطلبات الحياة العملية بالرغم من توفر وسائل ممارسة الأنشطة الرياضية.(٦:١٦٦)

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلاً من Jiri Stelzer at all (٢٠٠٤م) (٢٧) ،أنور رحيم (٢٠٠٦م) (٣) ، حمدي عباس (٢٠١٣م) (٨) ، بلال بدوي (٢٠١٤م) (٥) ، تحرير اسماعيل (٢٠١٦م) (٦) ، والتي توصلت إلي في أن الاتجاه يتعلق فيما يفكر الأفراد وبماذا يشعرون، وكيف يريدون أن يسلكوا نحو أي موضوع .وهذا يؤيد إلي السعي نو تنمية الاتجاهات الإيجابية لدى الطلاب نحو النشاط الرياضي مما يسهم بشكل كبير في زيادة ممارسة الأنشطة الرياضية، وبالتالي تتم تنمية شخصية الطلاب بشكل متكامل بما يتفق مع هدف الجامعات من طرح البرامج المنهجية اللاصفية المتنوعة ومنها الأنشطة الرياضية.

وترى الباحثة في مجمل مناقشة النتائج لمحاور الاستبيان الأربعة أنه قد تحقق التعرف علي اتجاهات طالبات كلية رياضة الأطفال بجامعة بورسعيد نحو ممارسة النشاط الرياضي الأمر الذي ساعد الباحثة في الإجابة علي تساؤلات البحث من واقع استجابات الطالبات علي كل عبارة خاصة بكل محور من محاور الإستبيان ، حيث ان شخصية الطالب الجامعي قد اقتربت من النضوج التام لتدرك مدى أهمية وقيمة النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية وصحية ولياقة بدنية وصفة جمالية والمساهمة في المناعة ضد الأمراض وفي تخفيف الضغوط النفسية للفرد في الحياة المعاصرة.

الثاني عشر - الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات :

في ضوء أهداف البحث وإجرائته من حيث المنهج المستخدم وعينة البحث وعددها وخصائصها، وفي حدود ماتوصلت إليه الباحثة من معلومات وبيانات من خلال تطبيق الإستبيان، وبناء على المعالجات الإحصائية لتلك البيانات والتفسيرات التي توصلت إليها الباحثة من عرض ومناقشة النتائج استنتجة الباحثة التالي :

- يمتلكن طالبات كلية رياض الأطفال جامعة بورسعيد إتجاهات إيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي .
- إدراك عينة البحث للنتائج والتأثير الإيجابي لممارسة الأنشطة الرياضية علي صحة الفرد وعلي الجسم بصفة عامة .

- إدراك عينة البحث أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية علي صحة الطالبات.
- يمتلكن طالبات كلية رياض الأطفال جامعة بورسعيد درجة ضعيفة من الثقافة الرياضية.

ب- التوصيات :

- العمل علي إقامة ندوات أو حلقات نقاش من المتخصصين في مجال التربية الرياضية لبيان أهمية ممارسة الرياضة للفرد.
- العمل علي تدعيم الإتجاهات لدي الطالبات للإستراك في الأنشطة الرياضية المختلفة سوء في الجامعة أو خارجها.
- ضرورة زيادة الثقافة والمفاهيم الرياضية والخاصة بأهمية الممارسة الرياضية علي مختلف نواحي الحياة سواء كانت الصحية - الإجتماعية - النفسية
- ان تكون ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الطلبة في مجالات التفوق الرياضي وفي أثناء المنافسات.
- تقديم الدعم المادي بتوفير الاجهزة والامكانيات اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية بشكل مستمر بتوفير الاجهزة والإمكانيات اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية .
- العمل على إعادة درس التربية الرياضية في كليات الجامعة من اجل النهوض بالحركة الرياضية بشكل افضل ومشاركة اوسع من قبل الطلبة.
- ضرورة استخدام مقاييس الاتجاهات نحو ممارسة الرياضة وبشكل دوري على طالبات كلية رياض الأطفال مما يساهم في العمل على تدعيم الاتجاهات الإيجابية وتغيير أو تعديل الاتجاهات السلبية الغير مرغوب فيها للطالبات.
- بناء إستراتيجية تتبناها الدولة لنشر أهمية ممارسة الرياضة في جميع المراحل الدراسية بالتعاون مع المتخصصين في تكوين الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية .

قائمة المراجع

أولاً - المراجع العربية :

- ١- امين انور الخولي (٢٠٠١)، " أصول التربية البدنية والرياضية ، المدخل التاريخ الفلسفي " ، الطبعة الثالثة ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٢- امين انور الخولي (٢٠٠٢) ، " اصول التربية البدنية والرياضية - المهنة والاعداد المهني - النظام العلمي الاكاديمي " ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٣- أنور محمد رحيم (٢٠٠٦م) ، "اتجاهات بعض طلبة جامعة السليمانية نحو النشاط الرياضي" ، مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد (٢) ، المجلد (٥) ، جامعة بابل .
- ٤- السعدني خليل (٢٠١٥) ، "دراسة تقويمية لمفاهيم ممارسة الرياضة بالهيئات الحكومية السعودني، عبد اللطيف صبحي محمد" ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد (٤١) ، الجزء (٢) ، مصر .
- ٥- بلال عبدالعزيز بدوي (٢٠١٤م) ، "اتجاهات مرتادي الأندية ومراكز الشباب نحو مناشط الرياضة الرياضية للجميع وفقاً لبعض المتغيرات" ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط.
- ٦- تحرير إبراهيم إسماعيل (٢٠١٦م) " اتجاهات طلبة كلية اللغات - جامعة بغداد نحو ممارسة النشاط الرياضي" ، مجلة علوم التربية الرياضية ، المجلد (٩) ، العدد (٢) ، جامعة بغداد ، العراق.
- ٧- حامد زهران (٢٠٠٣م) ، "علم النفس الإجتماعي" ، الطبعة السادسة ، عالم الكتاب ، القاهرة.
- ٨- حمدي محمد عباس السيسي (٢٠١٣م) ، "اتجاهات طلاب كلية التربية بجامعة مدينة السادات نحو الرياضة للجميع" ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد (٦٩) ، مصر .
- ٩- سعد احمد السندي (٢٠١٥م) ، " قياس اتجاهات طلاب المرحلة الثانوية بالمملكة العربية السعودية نحو درس التربية البدنية وفقاً لأداء طلاب التربية العلمية" ، المجلة العلمي للتربية البدنية والرياضية العدد (٧٣) ، مصر .
- ١٠- سعد جلال (٢٠٠١م) ، " القياس النفسي المقاييس والإختبارات" ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

- ١١- صادق الحايك ، (٢٠٠٦م)، " فاعلية استخدام الحاسوب في تدريس مناهج التربية الرياضية
سهي عيسي علي اتجاهات الطلبة نحوه في الجامعة الأردنية والجامعة الهاشمية" ،
مقبول للنشر في مجلة جامعة الملك خالد ، المملكة العربية السعودية.
- ١٢- عبد الرحيم عبد الرحمن ذياب
اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو الرياضة للجميع، بحث ترقى، منشور،
مجلة أسيوك لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة
أسيوط، العدد ١٩، نوفمبر ٢٠٠٤
- ١٣- عبدالعزيز المصطفي
(١٩٩٢م)، "مقدمة في علم التطور الحركي" ، مكتبة التربية لدول الخليج ،
الرياض.
- ١٤- كاظم محمد عايش بوصالح
(٢٠٠٣م) ، " اتجاهات المرأة نحو أهمية ممارسة النشاط البدني لطالبات
جامعة الملك فيصل في المملكة العربية السعودية" ، مجلة العلوم التربوية
والنفسية ، العدد (١) ، مصر .
- ١٥- كمال درويش ، محمد الحماحمي
(٢٠٠٧ م) "الترويج وأوقات الفراغ في المجتمع المعاصر ، مكة المكرمة
، القاهرة .
- ١٦- محمد أمين، محمد سعيد
(٢٠١٤م)، " اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان
نحو الرياضة للجميع" ، المجلة العلمية بكلية التربية الرياضية للبنين، الجزء
الأول ، العدد (٧١) ، جامعة حلوان .
- ١٧- محمد حسن علاوي
(٢٠٠٧م) ، "مدخل في علم النفس الرياضي" ، الطبعة السادسة ، مركز
الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ١٨- محمد فاروق أمين
اتجاهات موظفي البنك المركزي المصري نحو ممارسة الأنشطة
الترويحية"، رسالة ماجستير غير منشورة، مكتبة كلية التربية الرياضية
للبنين، جامعة حلوان ٢٠٠٢م.
- ١٩- محمد محمد أمين عبد السلام
اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان - نحو
الرياضة للجميع (٢٠١٤م) ، بحث ترقى منشور، المجلة العلمية للتربية
البدنية والرياضة - مصر، العدد ٧١ ، مايو ٢٠١٤م.
- ٢٠- محمد محمد الحماحمي
(١٩٩٦م) ،"أصول اللعب والتربية الرياضية" ، المركز العربي للنشر
والتوزيع ، القاهرة .
- ٢١- محمد محمد الحماحمي
(١٩٩٧م)، "الرياضة للجميع(الفلسفة والتطبيق)"، مركز الكتاب
للنشر، القاهرة.

٢٢- محمد محمد (٢٠٠٩م)، " الترويج بين النظرية والتطبيق " ، الطبعة السابعة، مركز الحماحمي ، عايده الكتاب للنشر ، القاهرة .
عبدالعزیز

٢٣- محمد محمد (٢٠١٥م)، "بناء مقياس الاتجاهات نحو الرياضة للجميع"، المجلة العلمية للحماحمي للتربية البدنية والرياضية ، العدد (٧٣) ، كلية التربية الرياضية جامعة حلوان.

٢٤- نظمي عودة أبو اتجاهات الطالب الجامعي نحو الترويج، الجامعة الاسلامية، غزة، مصطفى، محمود خليل فلسطين، ٢٠٠٦م.
أبو نواف

٢٥- ياسين محمد ، (١٩٩٠م)، " اثر ممارسة الأنشطة الرياضية في تحقيق الحياة المتزنة في مازن حديث ، ضياء الوسط الجامعي" ، مجلة اتحاد الجامعات العربية، العدد ٢٥ ، القاهرة .
بلال

ثانياً - المراجع الاجنبية

- ٢٦- Hung , Shi-chen : Relationships Among goal Orientations, Perceived Abilities and Sport Enjoyment of the University Students in Taiwan Developing Strategies of international Cooperation Minia University , ١٩٩٩.
- ٢٧-Jiri Stelzer, James M. Ernest, Mark J. Fenster, George Langfor,(٢٠٠٤). Attitudes toward Physical Education: A Study of High School Students from Four Countries-Austria, Czech Republic, England, and USA, College Student Journal, Vol. ٣٨.
- ٢٨-Matthys, Jill & Lantz, Christopher. The effects of defferent activity modes on attitudes toward physical activity. AHPERD Journal,Vol. ٣١. No. ٢ Springm, ١٩٩٨
- ٢٩-Meek, R. (٢٠٠٧) The parenting possible of young fathers in prison psychology, Crime and Law, ١٣(٤):
- ٣٠- Murphy P..(١٩٨٣), New compt, experiment social psychology, New York, Harper and row U.S.A, ISBN ٩٧٨٠٤٧٠٤١٧٧٧٥..
- ٣١-Theodorakis, Yiannis, Goudas, Marios, (١٩٩٧), physical education interventions and attitude change. International Journal of Physical Education, v.٣٤ no٢,p٣٢٢.
- ٣٢-Young Bae, Jeon.. Relationships between attitudes of college students in Korea toward physical education and level of physical activity. Dissertation-Abstracts-International. ٢٠٠٠ Feb; A ٦٠/٠٨, ١٩٩٨.