

اتجاهات طالبات جامعة الأغواط نحو النشاط البدني الرياضي

دراسة مقارنة

The trends of female students of the University of Aguat towards physical sports activity.

Comparative study

مصطفى مجادي * . محمود بن سعيد²

مصطفى مجادي⁽¹⁾ جامعة عمار ثليجي الأغواط، الجزائر، m.medjadi@lagh-univ.dz

محمود بن سعيد⁽²⁾ المركز الجامعي البيض، الجزائر، [maghmoudsma@gmail.com](mailto:mahmoudsma@gmail.com)

تاريخ الاستلام: 2018/09/17؛ تاريخ النشر: 2018/12/31

ملخص: هدفت الدراسة الى معرفة اتجاهات طالبات جامعة الأغواط نحو النشاط البدني الرياضي، اتلعت الدراسة المنهج الوصفي، و كانت عينة الدراسة 80 طالبة من جامعة الاغواط"، واعتمدت الدراسة في جمع المعلومات على الاستبيان، و من نتائج الدراسة، توجد اتجاهات إيجابية عامة لدى الطالبات عينة الدراسة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات طالبات كليتي البيولوجيا والعلوم الاجتماعية. كلمات مفتاحية: اتجاهات، طالبات، جامعة الأغواط، النشاط البدني الرياضي

Abstract:

The aim of the study was to find out the trends of female students in the University of Laghouat towards physical activity. The study was based on a descriptive method and a sample of 80 female students from the University of Laghouat. The study relied on gathering information on the questionnaire. From the results of the study, there are general positive trends among female students in the study sample. There are statistically significant differences between the trends of female students in the Colleges of Biology and Social Sciences.

Keywords: Trends, female students, University of Laghouat, physical activity

1. مقدمة :

إن تقدم أي امة يتأثر إلى حد كبير بمدى التطور العلمي والتكنولوجي الذي تصل إليه تلك الأمة ، وان هذا التطور يعكس مدى كفاءة وفاعلية الأنظمة التدريبية والتربوية ، وفي المجال الجامعي يعتبر الطالب عنصر من العناصر التي يؤمل عليها في العملية التربوية والتدريبية.

لهذا فان اتجاهات هؤلاء الطلاب نحو النشاط الرياضي يعد من الأمور الهامة والأساسية في بناء شخصياتهم وان الكشف عن بعض اتجاهات طالبات معهد التربية البدنية والرياضية نحو النشاط الرياضي يكون من خلال مراعاة حاجات طالبات وميولهم وانتقال الخيارات لهم وهذا يتم من خلال التفاعل بين المؤسسة متمثلة بالقائمين بالعملية التعليمية والمسؤولين فيها والدراسة الجدية في بناء مقياس للاتجاهات نحو النشاط البدني والرياضي حيث أثبتت العديد من البحوث ان مستوى اللياقة البدنية هي التي تحدد كفاءة طالبات وميوله لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة والمطلوبة منها كطالبة في المعهد تعتمد على الدروس العملية بنسبة كبيرة جداً، لهذا جاءت أهمية البحث باعتبار إن ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية المختلفة وأهمية اتجاهات الطالبات نحوها يلعب دور في بناء الشخصية المتكاملة المتوازنة والتي يعتمد عليها في بناء المجتمع.

2-مشكلة الدراسة:

إن اتجاهات الطلبة نحو النشاط الرياضي تعد مشكلة حقيقية سابقة وحاضرة ، وقد لاحظنا إن لاتجاهات طالبات نحو الأنشطة البدنية والرياضية دور أساس ومهم وفعال في تطوير مستوى اللياقة البدنية لديهم ، وهذا يعني أن طالبات الذين لديهن اتجاه ايجابي نحو هذه الأنشطة سيكون مستوى لياقتهم البدنية عالي إذ يمكنهم من ممارسة مفردات المناهج العملية بالشكل الأمثل والعكس صحيح ، ومن هنا يحاول الباحث التطرق إلى هذه المشكلة العلمية من اجل وضع الحلول العلمية التي قد تساهم في وضع الأسس الصحية

للممارسة الرياضية لطالبات معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية – جامعة الأغواط .

التساؤل العام: ما اتجاهات طالبات جامعة عمار ثليجي نحو النشاط البدني الرياضي ؟

تمكنت الدراسة من اختيار بعض المتغيرات التي تم بواسطتها صياغة التساؤلات الفرعية الآتية:

1- ما نوعية اتجاهات طالبات جامعة الأغواط - على اختلاف كلياتهم ومعاهدهم – نحو النشاط البدني والرياضي ؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات طالبات معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وطالبات الكليات العلوم الاجتماعية، و البيولوجيا نحو النشاط البدني والرياضي ؟

3- فرضيات الدراسة :

- هناك فروق في اتجاهات طالبات جامعة عمار ثليجي نحو النشاط البدني الرياضي.

الفرضيات المنبثقة عن الفرضية الرئيسية

1- تختلف اتجاهات طالبات جامعة عمار ثليجي على اختلاف كلياتهم ومعاهدهم نحو النشاط البدني والرياضي.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات طالبات معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وطالبات الكليات العلوم الاجتماعية، و البيولوجيا نحو النشاط البدني والرياضي.

4-أهمية الدراسة :

تكمن أهمية الدراسة في أهمية الموضوع الذي تتعرض لدراسته، فالاتجاهات من المواضيع الهامة التي تلقى الاهتمام الكبير وتوضح أهمية هذه الدراسة فيما يلي:

1. أن معرفة التغيير في اتجاهات ورغبات وميول الطلبة نحو النشاط البدني يمكن أن يكشف عن استعداداتهم لممارسة النشاط البدني في المستقبل، حيث إنه لم تهتم أي دراسة على - حد علم الباحث - بتناول هذا الجانب بالدراسة.

2. الاستفادة من الدراسة حول محتوى التربية البدنية والرياضية لما يحتوي من معلومات ومعارف وحقائق تفيد الطلبات في حياتهم اليومية .

3. تفتح هذه الدراسة المجال أمام المهتمين بمجال اللياقة البدنية لإجراء المزيد من الدراسات التي يمكن أن تكون مكملة وداعمة للدراسة الحالية.

5- المصطلحات والمفاهيم :

5-1 الاتجاهات:

تعد الاتجاهات واحدة من مواضيع علم النفس الرياضي، إذ أن أهمية دراسة الاتجاهات وتحديدها ومعرفتها تعود للدور الفاعل الذي تؤديه في تحريك السلوك وتوجيهه الوجهة المعينة والمقصود هنا على صعيد الفرد أو المجتمع . لذلك تعتبر محددات ومؤشرات لسلوكنا ونشاطاتنا في حياتنا اليومية.

وفي هذا الصدد فإن الاتجاه النفسي يصبح تصورياً ، يستعمل لغرض التوصل إلى معرفة درجة موقف الأشخاص من العادات والتقاليد أو من المبادئ والقيم السائدة بالإضافة إلى معرفة اتجاههم من بعض العناصر البشرية والعقائد السياسية ، الأمر الذي يجعل كافة مظاهر الحياة النفسية تخضع للاتجاهات ، ويمكن تحديد الخلفية النظرية والتاريخية للاتجاهات ومعرفة آراء العلماء الذين تناولوها بالدراسة والبحث والتحليل ، وكذلك التطرق إلى النظريات التي وضحت آلية تكوين الاتجاه النفسي .

ويعرف الاتجاه بأنه " حالة الاستعداد النفسي والعقلي الناتج عن تجربة الفرد وخبرته التي تسبب تأثيراً موجباً أو سلبياً على استجابات الفرد لكل الموضوعات والمواقف التي ترتبط بهذا الاتجاه .

كما يعرف بأنه الميل أو الاستعداد الذي يوجه السلوك ويضفي عليه معايير موجبة أو سالبة بالنسبة لبعض ظواهر البيئة تبعاً لانجذابه أو نفوه منها .

أما الاتجاه النفسي للفرد نحو الرياضة فيعرفه (الطالب ولويس) بأنه من العوامل المهمة التي تؤثر في اختبار الفرد لتلك الفعالية والتفاعل معها أو تجنبها.

2-5- الاتجاه الرياضي:

يضع علاوي الاتجاهات الرياضية على أنها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة أو على أنها من الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك والاتجاهات الايجابية نحو النشاط الرياضي تلعب دوراً مهماً في الارتقاء بهذا النوع من النشاط البشري لأنها تمثل القوة التي تحرك الفرد وتثيره لممارسة هذا النشاط والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة.

3-5- النشاط البدني الرياضي:

ويشير " كوشين وسيج 1993" إلى أن النشاط البدني الرياضي يمكن أن يعرف بأنه مفعم باللعب التنافسي والداخلي والخارجي، المردود والعائد يتضمن أفراداً أو فرقاً تشارك في مسابقة وتقرر النتائج في ضوء التفوق في المهارة البدنية والخطط.

أما فيما يخص النشاط البدني الرياضي فهي التعبير الأصح المجمل الحركات والمهارات البدنية الأكثر دقة، إذن هو تنويع للحركات والأنشطة الرياضية التي تقوم على أساس وهدف معين مبنيا على خطط ومهارات محددة في إطار تنافسي نزيه وذلك من أجل الوصول إلى النتيجة المرغوب فيه.

6- الدراسات السابقة:

دراسة فائق أبو حليمة وعربي حمودة المغربي بعنوان " اتجاهات مديري المدارس في محافظة الزرقاء نحو درس التربية الرياضية من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية" هدفت الدراسة الى التعرف على اتجاهات مديري مدارس محافظة الزرقاء نحو درس التربية الرياضية من وجهة نظر مدرسي التربية الرياضية والتعرف عما كان هناك فروق في

الاتجاهات تعزى لمتغيرات الجنس وتبعية المدرسة (حكومية / اهلية) والمرحلة الدراسية والمؤهل ، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي لتحقيق أهداف الدراسة واستخدما استبيان مكون من (23) عبارة موزعة على أربعة محاور وهي الأنشطة والدعم المالي والتخطيط والقيادة والتقويم لقياس الاتجاهات بعد إجراء معاملات الصدق والثبات والموضوعية اللازمة للمقياس وقد شملت العينة (147) مدرساً ومدرسة للتربية الرياضية وكانت أهم النتائج هي :

- اتجاهات مديري مدارس الزرقاء نحو درس التربية الرياضية جاءت ايجابية حسب نظرة مدرسي التربية الرياضية .
 - عدم وجود فروق بين اتجاهات مديري المدارس تعزى للجنس على جميع محاور الاستبيان باستثناء محور الأنشطة والدعم المالي ولصالح الذكور.
 - عدم وجود فروق بين اتجاهات مديري المدارس الحكومية والأهلية باستثناء محور التقويم .
 - عدم وجود فروق معنوية ناتجة عن متغير المؤهل العلمي أو الخبرة في نظرة المدرسين نحو اتجاهات مديرهم
- وقامت "جيل 1980 بدراسة للتعرف والمقارنة بين طلبة وطالبات الجامعة في الاتجاه نحو النشاط البدني، حيث أجريت الدراسة على عينة مكونة من ٢٦٧ طالباً وطالبة. أشارت النتائج إلى وجود اتجاهات إيجابية لدى عينة الدراسة ككل نحو النشاط البدني كخبرة جمالية، بينما كانت أعلى درجات الاستجابة للطالبات في اتجاهاتهن نحو النشاط البدني : كخبرة اجتماعية – خبرة جمالية – وخبرة خفض التوتر . بينما كانت أعلى درجات استجابة الطلاب في الاتجاه نحو النشاط البدني : كخبرة للصحة واللياقة – خبرة جمالية – وكخبرة لخفض التوتر .

وتوصلت نتائج دراسة الحاج 1983 على عينة مكونة من 220 طالباً وطالبة من الدارسين بالجامعة الأمريكية بالقاهر، إلى وجود اتجاهات إيجابية للطلاب نحو النشاط البدني على جميع أبعاد مقياس كنيون فيما عدا بعدي : النشاط البدني كخبرة التفوق الرياضي وكخبرة توتر ومخاطرة .

ولقد أجرى طلبة 1992 دراسة لمقارنة الاتجاهات نحو النشاط بين 200 تلميذ و200 تلميذة من المدارس الثانوية لمحافظة المنيا بمصر مستخدماً مقياس كنيون للاتجاهات. وتوصلت النتائج إلى وجود اتجاهات إيجابية عامة لدى عيني الدراسة من الذكور والإناث في الاستجابة لأبعاد المقياس؛ بينما أشارت دلالات الفروق إلى أنها كانت لصالح عينة التلاميذ في بعدي : النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة والنشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي .

وقامت صادق وذياب 1992 بدراسة لمقارنة اتجاهات طلبة وطالبات جامعة الكويت وكلية التربية الأساسية نحو النشاط البدني على عينة مكونة من 375 طالباً وطالبة. واستخدم الباحثان مقياس كنيون للاتجاهات . أشارت نتائج الدراسة إلى أن أعلى الدرجات الإيجابية على أبعاد المقياس كانت بالنسبة للطالبات في الاتجاه نحو النشاط البدني كخبرة للصحة واللياقة.

8- منهجية البحث والإجراءات الميدانية:

8-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي لكونه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة المشكلة البحثية .

8-2 الدراسة الاستطلاعية

8-2-1 أداة الدراسة:

تكونت أداة الدراسة من مقياس كينيون للاتجاهات نحو النشاط البدني (A.T.P.A) ويتكون المقياس من 54 عبارة موزعة على ستة محاور تقيس اتجاه ورأى الطالبات الشخصي نحو النشاط الرياضي ويتكون سلم الإجابة من ثلاث استجابات هي

- أوافق لها ثلاث درجات
- لم أكون رأى لها درجتان
- غير موافق بدرجة لها درجة واحدة

8-2-2 صدق الأداة:

ويعبر عنه بقدرة كل فقرة في الأداة على الإسهام في الدرجة الكلية ويعبر عن ذلك إحصائياً بمعامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للأداة بغض النظر عن معنى هذا الارتباط وظيفياً (السيد، 1986).

وتم حساب صدق الفقرات من خلال تطبيق المقياس بصورته الأولية التي احتوت على (61) فقرة على عينة استطلاعية من الطالبات معهد التربية البدنية المسجلات للسنة الجامعية (2016/2015) والبالغ عددهم (17) طالبة، وفي ضوء ذلك تم استبعاد (07) فقرات لعدم دلالتها الإحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)، واستقرت الأداة بعد ذلك على (54) فقرة، الأمر الذي أدى الى بقاء الفقرات ذات صدق البناء المرتفع، والجدول التالي يوضح ارتباط الفقرات التي استقرت بالأداة بالدرجة الكلية من جهة، ومعاملات الارتباط بين المجالات الأربعة والدرجة الكلية من جهة ثانية، وكذلك معاملات الارتباط بين الفقرات والمجالات التي تنتمي إليها من جهة ثالثة.

8-2-3 ثبات الأداة:

وقد عد المقياس على درجة عالية من الثبات والموضوعية وذلك لاستخدامه في العديد من الدراسات التي أجريت على البيئة الجامعية وللتأكد من صدق المقياس بالإضافة لما تقدم

فقد تم عرضه على لجنة من المحكمين تألفت من ستة أساتذة ممن يحملون شهادة الدكتوراه في التربية البدنية والرياضية وقد طلب منهم إبداء آرائهم واقتراحاتهم في الفقرات الخاصة بالمقياس فيما يتعلق بانتمائها لمجال البحث وصياغتها اللغوية وملاءمتها للمقياس الذي أعدت له وقد تم الإبقاء على الفقرات التي اجمع عليها الخبراء.

9 مجالات البحث

9-1 المجال البشري :

تكونت من 90 طالبة من طالبات معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية جامعة الأغواط .

9-2 المجال الزمني :

الفصل الأول من السنة الدراسية 2015 – 2016 م

9-3 المجال المكاني:

معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية جامعة عمار ثليجي بالأغواط.

10- مجتمع البحث وعينته:

10-1 مجتمع البحث:

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع طالبات جامعة عمار ثليجي بولاية الأغواط المسجلين للعام الدراسي (2015/2016).

10-2 عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (90) طالبة من طالبات كليات العلوم الاجتماعية، والبيولوجيا، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية.

جدول (1) يوضح توزيع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغيرات البحث

المتغيرات	المستويات	العدد	النسبة المئوية
الجنس	أنثى	90	% 100
الممارسة	ممارسة	70	63%
	غير ممارسة	20	37%
التخصص الأكاديمي	تربية بدنية	50	-
	العلوم الاجتماعية	20	
	البيولوجيا	20	

11- تنفيذ البحث:

قامنا بتوزيع الاستبيان على أفراد عينة البحث وذلك من خلال دخوله لقاءات المحاضرات وكانت الإجابة في نفس اليوم من قبل الطلبة حيث تم التوزيع وجمع الاستثمارات خلال ثلاث أيام.

ومن ثم قام الباحث بتنظيم الاستثمارات وبلغت (115) استثماراً من أصل (120) استثماراً وزعت على أفراد العينة أهملت (25) استثماراً لعدم تكاملها وأصبح العدد النهائي (90) استثماراً.

1- محاور المقياس

الجدول (2) تم تقسيم المقياس إلى ستة محاور ووفقاً لأرقام العبارات الايجابية والسلبية وكما معروض

عدد العبارات	أرقام العبارات السلبية	أرقام العبارات الايجابية	المحاور
8	8،7،3	6،5،4،3،2،1	خبرة اجتماعية
11	9،7،2	11،10،8،6،5،4،3،1	صحة ولياقة
9	-	9،8،7،6،5،4،3،2،1	توتر ومخاطرة
9	9،5	8،7،6،4،4،3،2،1	خفض التوتر
9	8،7،4،2	6،5،3،1	تفوق رياضي
54	16	38	المجموع

12- الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

بعد التطبيق على عينة الدراسة تم التوصل إلى مجموعة من النتائج ولاختبار صحة الفروض قمنا بمجموعة من المعالجات الإحصائية عن طريق البرنامج الإحصائي (SPSS).

13- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

بعد جمع البيانات حسب استمارة الاستبيان لمقياس كينيون للاتجاهات، قام الباحث بمعالجتها إحصائياً وعرضها حسب مهارها وكما يلي :-

13-1 عرض نتائج الفرضية الأولى:

تم فحص هذه الفرضية للكشف عن ما نوعية اتجاهات طالبات جامعة الأغواط - على اختلاف كلياتهم ومعاهدهم - نحو النشاط البدني والرياضي ؟

جدول (3) يمثل ترتيب المحاور ونسبها المئوية

ت	رقم المحور	س	ع	%
1	الثالث	25.77	4.91	57.26
2	الثاني	23.75	5.83	43.18
3	السادس	20.43	3.81	51.08
4	الخامس	19.68	4.38	43.73
5	الأول	17.90	3.39	39.57
6	الرابع	17.51	6.03	38.90

إن ظهور النتائج على هذا النحو يدل على وجود درجة كافية من الوعي لدى الطالبات -عينة الدراسة - بأهمية ودور النشاط البدني في الجوانب التي تحددها أبعاد المقياس كما توضح هذه النتيجة أن العادات والتقاليد في مجتمع الأغواط لم تكن حائلاً دون وجود الاتجاه الإيجابي نحو النشاط لدى طالبات الجامعة، وهذه النتيجة تعد من المؤشرات الإيجابية ذات الأهمية بالنسبة لأهداف البحث، كما أنه من خلالها يمكن الإجابة على التساؤل الأول للدراسة حول: "ما هي نوعية اتجاهات طالبات جامعة الأغواط- على اختلاف

كلياتها - نحو النشاط البدني ؟ وتتفق نتائج الدراسة جزئياً مع نتائج بعض الدراسات السابقة فيما يتعلق بمحور النشاط البدني كخبرة للصحة واللياقة والذي جاء في الترتيب الأول لنتائج الدراسة الحالية متفقاً مع نتائج دراسة (ماكلوك 1970) ونتائج دراسة (صادق و ذياب "1992).

كما تتفق النتائج أيضاً مع ما توصلت إليه نتيجة دراسة (الحاج 1993) في أن محور النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة كان يمثل أقل درجات الاستجابة. وبالنسبة لبقية أبعاد المقياس، فإن الاختلاف في نتائج الدراسات حول ترتيب درجات الاستجابة نحوها يمكن تفسيره على أساس اختلاف طبيعة مجتمعات البحث في هذه الدراسات وكذلك بالنسبة لاختلاف المراحل السنوية لعينات الدراسة، وملاحظة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجة الاستجابة لأبعاد المقياس بين مجموعتي طالبات كلية البيولوجيا وكلية العلوم الاجتماعية كما تشير إلى ذلك نتائج جدول يدل على اتفاق مستوى الاتجاهات الإيجابية لدى طالبات هاتين الكليتين نحو النشاط البدني وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة (صادق و ذياب 1992) في المقارنة بين بإستجابات طالبات الكليات النظرية والعملية بجامعة الكويت.

13-2 عرض نتائج الفرضية الثانية:

من خلال النتائج السالفة الذكر يمكن الإجابة على التساؤل الثاني للدراسة: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات طالبات معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وطالبات الكليات العلوم الاجتماعية، و البيولوجيا نحو النشاط البدني والرياضي؟".

قيمة "ت"	فرق المتوسطات	معهد التربية البدنية		كلية العلوم الاجتماعية		كلية البيولوجيا		الأبعاد
		ع	س	ع	س	ع	س	
2.73	1.05	4.12	29.18	5.69	28.02	5.75	26.92	خبرة اجتماعية.
2.43	0.96	5.34	42.17	4.88	40.88	4.50	41.55	للصحة واللياقة.
6.56	0.65	3.15	22.87	3.67	25	3.88	24.80	خبرة توتر ومخاطرة .
0.25	0.83	5.22	31	3.88	30.82	4.41	30.17	خبرة جمالية.
5.08	0.20	5.11	33.51	4.13	31.11	5.02	30.28	لخفض التوتر.
4.39	1.04	4.55	31.77	5.75	30	5.74	28.96	خبرة للتفوق الرياضي

وتوضح نتائج الجدول وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجة الاستجابة على بعض أبعاد المقياس بين طالبات كلية البيولوجيا وكلية العلوم الاجتماعية وطالبات معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية ، حيث تشير النتائج إلى أن دلالة الفروق الإحصائية كانت لصالح مجموعة طالبات معهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية في أبعاد النشاط البدني: للصحة واللياقة - وكخبرة اجتماعية - وكخبرة - وكخبرة للتفوق الرياضي - وكخبرة توتر ومخاطرة - مقارنة باستجابات طالبات كليتي البيولوجيا والعلوم الاجتماعية .

ويؤكد على تلك النتيجة ما أوضحه علاوي 1987 من أن النشاط الرياضي يزخر بأنواع متعددة من الخبرات الانفعالية التي تتميز بقوتها التي تؤثر تأثيراً واضحاً على سلوك الفرد، كما أن الخبرات الانفعالية الناتجة عن إتقان المهارات الحركية تستدعي الخبرات الانفعالية السارة لدى الفرد نظراً لإحساسه بالتميز في أداء مثل هذه المهارات الرياضية التي تتميز بصعوبتها وخطورتها والتي لا يتمكن الكثيرون من أدائها .

14- الاستنتاجات:

من عرض النتائج السابقة ومن خلال المعالجات الإحصائية المستخدمة يمكن حصر الاستنتاجات التالية:

- 1- توجد اتجاهات إيجابية عامة لدى الطالبات عينة الدراسة- نحو النشاط البدني كما تقيسه أبعاد مقياس كنيون للاتجاهات. وقد جاءت وفق الترتيب التالي : النشاط البدني كخبرة للصحة واللياقة - لخفض التوتر- كخبرة جمالية- للتفوق الرياضي - كخبرة اجتماعية- خبرة توتر ومخاطرة .
- 2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اتجاهات طالبات كليتي البيولوجيا والعلوم الاجتماعية في الأبعاد الست لمقياس "كنيون" للاتجاهات نحو النشاط البدني .
- 3- توجد فروق دالة إحصائية في الاتجاهات نحو النشاط البدني بين معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية والرياضية في أبعاد النشاط البدني: كخبرة للصحة واللياقة- كخبرة جمالية- وللتفوق الرياضي - كخبرة اجتماعية- كخبرة توتر ومخاطرة - بينما كانت دلالات الفروق في النتائج لصالح عينة طالبات كلية البيولوجيا في بعد النشاط البدني كخبرة لخفض التوتر .
- 4- توجد فروق دالة إحصائية في الاتجاهات نحو النشاط البدني بين معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية والرياضية وطالبات كلية العلوم الاجتماعية لصالح معهد علوم و تقنيات الأنشطة البدنية والرياضية في أبعاد النشاط البدني كخبرة لخفض التوتر- للتفوق

الرياضي- للصحة واللياقة – كخبرة اجتماعية، فيما كانت الفروق لصالح طالبات كلية العلوم الاجتماعية في بعد النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة.

المراجع:

1. الحاج، كاشف نايف (1993)، اتجاهات طلبة وطالبات الجامعة الأمريكية بالقاهرة نحو النشاط الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلوان القاهرة.
2. راتب، أسامة كامل (1995)، علم نفس الرياضة، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.
3. زهران، حامد عبد السلام (2000)، علم النفس الاجتماعي الطبعة الخامسة، : عالم الكتب . القاهرة
4. سالم، عزيزة محمود (1999) الاتجاهات النفسية لطالبات المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، القاهرة.
5. صادق، مرفت محمود وذياب، عبدالرحيم (1992) اتجاهات طلبة وطالبات جامعة الكويت وكلية التربية الأساسية نحو النشاط البدني في كلية التربية الرياضية للبنين . مؤتمر رؤية مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية المجلد الثالث، ص 113.
6. محمود إسماعيل (1992) دراسة مقارنة في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية بمدينة المنيا. في كلية التربية الرياضية.
7. مستقبلية للتربية الرياضية المدرسية. مجلة كلية التربية الرياضية بالهرم المجلد الثالث، ص 98 الهرم، جمهورية مصر العربية: جامعة حلوان، كلية التربية ص.59

8. علاوي، محمد حسن (1992) علم النفس الرياضي الطبعة السابعة القاهرة: دار المعارف.