



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
<https://mkmgt.journals.ekb.eg>
المجلد (يوليو) ٢٠٢٣ م



اتجاهات طلبة كليات التربية في دولتي الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدني
وعلاقتها ببعض المتغيرات: دراسة مقارنة

إعداد

د/ أحمد خضر يوسف
أستاذ مشارك - كلية التربية الأساسية
الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب

د/ عمر أحمد بن غيث
أستاذ مشارك - كلية التربية الأساسية
الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب

د/ ناصر ياسر الرواحي
أستاذ مشارك - كلية التربية - جامعة قطر

المجلد (٨٩) يوليو ٢٠٢٣ م

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى تقصي اتجاهات طلبة كليات التربية في دولة الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدني، ومقارنة اتجاهاتهم بمتغيرات النوع والكلية التي ينتمي إليها الطالب، وقد استخدم الباحثون مقياس اتجاهات كنيون نحو النشاط الرياضي والذي يعد من أشهر مقاييس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي، وتكونت عينة الدراسة من (٤٩٦) طالب وطالبة تخصص التربية البدنية في الكليات التي شملتها الدراسة بالدولتين، وأظهرت نتائج الدراسة وجود اتجاهات إيجابية تراوحت بين المتوسطة والعالية، حيث أوضحت النتائج أن عينة الدراسة لديها اتجاهات عالية نحو ممارسة النشاط البدني لأنه سبباً للصحة واللياقة وأيضاً كونه خبرة جمالية، بينما جاءت اتجاهاتهم بدرجة متوسطة نحو ممارسة النشاط البدني كخبرة اجتماعية ولأجل الترويح وخفض التوتر ومن أجل المنافسة والتفوق. كما بينت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات عينة الدراسة تعزى لمتغير النوع، وفيما يتعلق بمتغير الكلية التي ينتمي إليها الطالب، ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهاتهم نحو ممارسة الرياضة لأجل الصحة واللياقة ولصالح طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت مقارنة بأقرانهم من كلية التربية بدولة الكويت وكلية التربية بدولة قطر، وقد أوصت الدراسة بمجموعة من المقترحات لتعزيز اتجاهات طلبة كليات التربية نحو النشاط البدني ودراسة علاقتها بمتغيرات أخرى ذات صلة بها.

المقدمة والإطار النظري

تعددت أغراض ممارسة النشاط البدني، فمنها ما يكون بغرض التنافس أو الترويح، ومنها ما يكون بغرض الوقاية والعلاج من امراض العصر المرتبطة بنظام حياة قليل الحركة. حيث لامست كثير من الدراسات آثارا سلبية ناتجة عن نظام حياتنا الحالي القائم على استخدامات التكنولوجيا الحديثة والتي ساهمت في محدودية الحركة وقلة النشاط البدني (Corbin، 2019).

كما يتميز النشاط البدني بفوائد عديدة يتجاوز فيها وقاية البدن من الأمراض المختلفة بإذن الله كالسكري وضغط الدم والكوليسترول والقلب وأمراض العظام والمفاصل، إلى تعزيز الصحة النفسية للممارس حيث يحقق النشاط البدني توازنا نفسيا عميقا لدى الممارس فيساهم في تقليل التوترات والضغوط الناتجة من ممارسة الأعباء اليومية، ويشير راتب (٢٠٠٠) إلى أن ممارسة النشاط البدني كذلك تزيد بشكل كبير في زيادة ثقة الممارس لنفسه ورفع مستوى تقدير الذات مما يساعده على تخطي عقبات الحياة اليومية. ويؤكد الخولي (١٩٩٦) أن ممارسة النشاط البدني تكسب الممارس الانضباط الانفعالي وتخفف من التوتر والسلوك العدواني وتكسب الفرد الممارس مستوى عالي من الاتزان النفسي، كما يؤدي النشاط البدني إلى إشباع جانب المتعة والمرح وبتيح للممارس مساحات خصبة للتعبير عن الذات، كما يعتبر النشاط البدني من أهم العوامل التي تساعد على التقليل من آثار القلق والاكتئاب، حيث تنخفض معدلات التوتر العصبي بعد ممارسة النشاط البدني، وتعظم اثاره التراكمية مع استمرار ممارسة الفرد لفترات طويلة (الحماحمي، ١٩٩٩)

ويساهم النشاط البدني أيضاً في تنمية الجوانب الاجتماعية لدى الممارس، حيث يعزز من قيم التعاون والتكامل مع الآخرين وتقبلهم باختلاف فروقهم وأدوارهم، حيث تساهم الخبرات الاجتماعية المكتسبة من النشاط البدني في تطور التكيف

الاجتماعي، حيث يبرز معنى التعايش والتسامح ويقلل أثر الفجوة الطبقيّة بين أفراد المجتمع، كما يعودّ الممارس على تقبل أدوار القائد والفرد داخل المجموعة، وتؤدي ممارسة الأنشطة البدنية أيضاً إلى تقليل العزلة وتحسين مهارات الاتصال والتكيف مع العمل الجماعي واكتساب بيئات اجتماعية وصدقات جديدة تشبع فيها حاجة الروح قبل صحة الجسد، كما يعزز النشاط البدني من قدرة الفرد الممارس على تعزيز مهارات التواصل مع الآخرين، التفاوض والإقناع وحل المشكلات. (السعد وفهيم، ٢٠٠٤) و (Yavuz، 2019).

وتتعدد دوافع ممارسة النشاط البدني، حيث تختلف من فرد إلى آخر وأحياناً من مجتمع لآخر حسب طبيعته وثقافته، إلا أن هنالك مجموعة دوافع اتفق عدد من الباحثين على أهميتها لغالب الأفراد والمجتمعات، فالمحافظة على الصحة والسلامة يعتبر من أهم الدوافع التي من أجلها يمارس غالب الأفراد النشاط البدني، كما يبرز الترويح والاسترخاء، تحقيق الذات، التنافس، الجمال، تكوين العلاقات والريح المادي كدوافع تكمن وراء ممارسة النشاط البدني (علاوي، ١٩٩٤).

إن ممارسة النشاط البدني كسلوك يعتمد بشكل أساسي على اقتناع الفرد وإدراكه بأهميته، وهذا ما يؤكد الحاجة إلى ضرورة تكوين اتجاهات إيجابية نحو ممارسته، تتحقق فيها مجموعة المميزات البدنية والصحية، والنفسية، والاجتماعية، والترويحية، ويشير الهزاع (٢٠٠٤) إلى أن أهمية تعزيز الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني حيث إنها تساعد على النمو المتكامل الشامل للفرد وتعطي له أرضاً خصبة لتكوين شخصية سلوكية سوية منتجة في مجتمعه.

يعد مفهوم الاتجاه محل بحث كثير من المفكرين والعلماء في عموم التخصصات الإنسانية نظراً لأهميته وتطبيقاته المختلفة، وتختلف وجهات نظرهم حول طبيعته وطريقة تكوينه، يعرف (Anderson 2005) الاتجاه على أنه رغبة الفرد ونزعتة في الاستجابة لمثير محدد بطريقة محددة، بينما يشترك إبراهيم (١٩٨٥) وعلاوي (١٩٩٤) في أن الاتجاه هو

استجابة الفرد نحو حدث معين بالرفض أو القبول بعد تشكل خبرة سابقة، حيث يدفعه الاستعداد النفسي والميل الضمني لذلك، أما باعمر (٢٠٠٦) فتشير إلى أن الاتجاه هو الاستجابة اللفظية أو الموقفية الناتجة عن تعرض الفرد للمثيرات بعد مروره بخبرة معينة أو تصور قريب لتلك الخبرة، ويؤكد المجيدل والشريع (٢٠١٢) و (Sivacumar)،(2018) أن الاتجاه هو قيام الفرد باستجابات إيجابية أو سلبية نحو فرد آخر أو كيان اعتباري وذلك نتيجة الخبرات المتراكمة.

أمام تنوع وتعدد تعريفات ومضامين الاتجاه إلا أنها تشترك في مجموعة سمات وخصائص ركز الباحثون على تبيانها ودراستها، حيث تنتم الاتجاهات في عمومها بكونها مكتسبة غير موروثة نتيجة تفاعل الإنسان مع بيئته، كما أن للاتجاه ثبات نسبي يمكن على أثره قياس وتنبؤ استجابات شخص حيال أمر ما أو حدث خاص بناء على اتجاهاته السابقة نحوها (صديق، ٢٠١٢)، وكما أن للاتجاهات ثبات نسبي فإنها قابلة للتعديل والتغيير وفق ما تتطلبه مصلحة الفرد والمؤسسة، ويؤكد سالم (١٩٩٥) كذلك أن من سمات وخصائص الاتجاهات أنها تُعنى بالتفسير الشخصي حيث تغلب الذاتية على الموضوعية في التعبير عنها.

ومن الضروري أن نضع في الاعتبار أن التعامل مع اتجاهات الأفراد يجب أن يتم في ضوء ثلاث مكونات رئيسية (الادراكية، العاطفية والسلوكية) حيث يعتقد أن هذه المكونات يجب أن تتسق مع بعضها البعض حتى يمكن الادعاء بوجود اتجاه مقبول لدى الفرد حيال موقف معين، فالمكون المعرفي يعتمد على المعارف والخبرات والمعلومات السابقة التي يمتلكها الفرد حول موضوع الاتجاه، أما المكون العاطفي فهي مجموعة الانفعالات التي تؤثر على التفكير النمطي للفرد حول موضوع الاتجاه، بينما يتمحور المكون السلوكي بعد مروره بالخبرات والدعم الوجداني على أهمية تعبير الأفراد عن اتجاهاتهم المتكررة لإحداث ثباتاً في الاتجاه (Anderson)،(2005) & (Robbins& Judge)،(2012).

وفي الجانب المؤسسي، يهتم كثير من الباحثين في المجال التربوي بدراسة الاتجاهات لاقتناعهم أن دراستها تعتبر شرطاً أساسياً لتحقيق أهداف العملية التعليمية عموماً، حيث

يرون أنها تساعد على توجيه السلوك التربوي وتطوير البيئات التعليمية، ففي حال الكشف عن إيجابية الاتجاهات تجتهد المؤسسة لبيان أسبابها لدعمها وتعزيزها وتحسين مرافقها، بينما في حال سلبية الاتجاهات يجتهد الباحثون والمؤسسات التربوية ببيان أسبابها لإزالتها وإعادة توجيه المتعلمين نحو ما يعزز سلوكهم إيجابياً نحو موضوع الاتجاه ويرتقي ببيئاتهم التعليمية (عبدالله، ٢٠٠٧).

ويؤكد علاوي (١٩٩٤) أن التعرف على الاتجاهات نحو التربية البدنية والنشاط البدني يمكن القائمين على العملية التعليمية من توجيه الطلبة وترغيبهم نحو ممارسة الأنشطة الرياضية وذلك بتعزيز الاتجاهات الإيجابية نحوها أو التمهيد لغرس اتجاهات جديدة لديهم، كما أن إيجابية الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني تعزز إدراك الفرد واقتناعه بأهمية وفاعلية النشاط البدني، بل ويساعدهم على التغلب على المشكلات النفسية والصحية والسلوكية والاجتماعية التي قد تواجههم (Corbin، 2019).

إن للمؤسسات التعليمية والتربوية دوراً هاماً في تطوير وتعزيز الاتجاهات الإيجابية لدى الطلبة نحو النشاط البدني حيث يعزز توفر المرافق الرياضية داخل الحرم الجامعي وتفعيل الأنشطة الطلابية البدنية من مشاركة الطلبة بما ينعكس على تطوير الاتجاهات الإيجابية لديهم نحو ممارسة النشاط البدني (Balyan and Kiremitci، 2012). ولعل من الأهمية بمكان الإشارة إلى ضرورة مراعاة مؤسسات التعليم العالي لأهمية النشاط البدني للطلبة حيث تكثر عليهم الأعباء والواجبات الأكاديمية التي قد تعيق مشاركتهم في الأنشطة البدنية، كما ينبغي لعموم هذه المؤسسات مراعاة البعد الديني الثقافي للمجتمع، فتتظم أنشطة بدنية خاصة للإناث في صالات مغلقة احتراماً لاختياراتهم.

وقد أجريت مجموعة من الدراسات التي تناولت اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني والتي ساهمت في زيادة الحصيلة النظرية والإجرائية لدى الباحثين، فقد هدفت دراسة بوصالح (٢٠٠٣) إلى الكشف عن اتجاهات طالبات جامعة الملك فيصل في الإحساء نحو ممارسة النشاط البدني، تكونت الاستبانة من عدد أربع أبعاد تم تصميمها من قبل الباحث وهي البعد الاجتماعي، البدني، الترويحي والنفسي، وتم تطبيقها على عدد

١٥٠ طالبة حيث أظهرت النتائج وجود اتجاهات إيجابية لدى طالبات جامعة الملك فيصل نحو ممارسة النشاط البدني لجميع الأبعاد على الترتيب التالي: البعد البدني ثم البعد الترويحي فالبعد الاجتماعي وأخيراً البعد النفسي، كما لم تجد الدراسة أية فروق إحصائية يمكن أن تعزى لمتغير التخصص أو المستوى الدراسي.

كما أجرى أبوظامع (٢٠٠٤) دراسة هدفت إلى الكشف عن اتجاهات طلبة كلية فلسطين التقنية - خضوري - نحو ممارسة النشاط البدني، استخدم الباحث مقياس كنيون المعرب بواسطة علاوي (١٩٩٨) على عينة مكونة من ١٣٥ طالب وطالبة حيث أظهرت النتائج أن اتجاهات العينة نحو ممارسة النشاط البدني كانت إيجابية، كما لم تظهر الدراسة أية فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس، التخصص، البرنامج الأكاديمي أو المستوى الدراسي، بينما أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح ممارسي الرياضة في بعد الصحة واللياقة وبعد خفض التوتر.

وفي دراسة قام بها الجعافرة (٢٠١٣) وهدفت إلى التعرف على اتجاهات طلبة مدارس الثانوية العامة في محافظة معان بالأردن نحو ممارسة النشاط البدني، حيث قام الباحث بتصميم أداة خاصة لهذا الغرض مكونة من أربع أبعاد رئيسية وهي البعد الصحي البدني، البعد الاجتماعي، البعد العقلي النفسي و بعد شخصية المعلم، اشتملت عينة الدراسة على عدد مكون من ٥٢٧ طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من أربع مديريات في المحافظة حيث توصلت الدراسة إلى وجود اتجاهات إيجابية بدرجة كبيرة لدى طلبة الثانوية العام في محافظة معان نحو ممارسة النشاط البدني، كما بينت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع في البعد الصحي البدني وبعد شخصية المعلم لصالح الإناث.

وفي دراسة أخرى للجفري (٢٠١٤) كشفت عن اتجاهات طلبة جامعة الملك عبدالعزيز في جدة نحو ممارسة النشاط البدني ، حيث تكونت عينة الدراسة من عدد مكون من ٢٧٥ طالب وطالبة حيث استخدم الباحث استبانة (عبدالله، ٢٠٠٦) لجمع البيانات، تكونت الاستبانة من عدد ٤ أبعاد أساسية وهي البعد الصحي، البعد الاجتماعي، البعد النفسي

والبعد العلمي و توصلت نتائج الدراسة إلى ان اتجاهات طلبة جامعة الملك عبدالعزيز نحو ممارسة النشاط البدني كانت إيجابية حاز من خلالها البعد الصحي على الترتيب الأول يليه البعد النفسي ثم البعد العلمي فالبعد الاجتماعي، كما أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير النوع في البعد الصحي لصالح الذكور ، بينما لم تظهر الدراسة أية فروق إحصائية يمكن أن تعزى لمتغير مؤشر كتلة الجسم والمعدل التراكمي.

كما هدفت دراسة (Araujo and Dosil (2015 إلى الكشف عن تأثير الاتجاهات على النشاط البدني في جمهورية البرتغال، حيث اشتملت عينة الدراسة على عدد ١١٢٩ طالب وطالبة، منهم ٥٠٧ في المدارس المتوسطة، ٣٠٨ في المدارس الثانوية و ٦١٨ في مؤسسات التعليم العالي، توصل الباحثان إلى أن اتجاهات الطلبة نحو النشاط البدني كانت إيجابية تحديداً لدى الذكور الأصغر سناً، والذين يمارسون النشاط البدني بصحبة والديهم.

وأجرت النعيمي (٢٠١٦) بدراسة هدفت إلى الكشف عن اتجاهات طلبة كلية اللغات بجامعة بغداد نحو ممارسة النشاط الرياضي، استخدمت الباحثة مقياس كنيون المعرب بواسطة علاوي (١٩٩٨) على عينة مكونة من عدد ٥٠٧ طالب وطالبة من كلية اللغات، توصلت الدراسة إلى إيجابية اتجاهات طلبة كلية اللغات نحو ممارسة النشاط البدني في جميع أبعاد الدراسة، بينما لم تكشف الدراسة عن وجود أية فروق ذات دلالة إحصائية في جميع أبعاد الدراسة، وأشارت الباحثة إلى أثر وأهمية تطوير المرافق و والمنشآت الرياضية على اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني.

الأطرش (٢٠١٦) قام بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الاتجاهات في جامعة النجاح الوطنية في فلسطين نحو النشاط البدني وذلك بعد دراسة مساق اللياقة البدنية، قام الباحث بتصميم استبانة خاصة لغرض الدراسة اشتملت على خمس أبعاد لم تحدد عناوينهم الدراسة تم تطبيقها على مرحلتين قبلية وبعديّة، تكونت عينة الدراسة من عدد مكون من ٤٠ طالب وطالبة حيث توصل الباحث في نتائج دراسته إلى أن اتجاهات طلبة

جامعة النجاح الوطنية بعد دراستهم لمساق اللياقة البدنية كانت بين مستوى المحاييد والمتوسط، كما لم تظهر الدراسة أية فروق ذات دلالة إحصائية يمكن أن تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي، المستوى الدراسي أو النوع. وتناولت دراسة (Mercier et al (2017) الكشف عن التغيير في الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني مع ترقى الطلاب في سلم التعليم لمدة ٣ سنوات في الولايات المتحدة الأمريكية، تكونت عينة الدراسة من عدد ٩٦ للصف من الرابع إلى السادس، ٧١ من الصف الخامس إلى السابع وعدد ٧٣ من الصف السادس إلى الثامن، تبين من نتائج الدراسة أن هنالك زيادة في قوة اتجاهات الطلاب الإيجابية من الصف الرابع إلى الخامس نحو ممارسة النشاط البدني، تبعه ضعف كبير في اتجاهاتهم وذلك من الصف الخامس إلى الثامن وتحديداً لدي الفتيات.

وأجرى العتيبي (٢٠١٩) دراسة كشفت عن اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية وعلوم الحركة نحو ممارسة النشاط البدني بكلية التربية بجامعة القصيم حيث استخدم الباحث مقياس كنيون المعرب (علاوي ، ١٩٩٨) على عينة مكونة من ٣٦٥ طالب، توصل الباحث إلى أن اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية وعلوم الحركة نحو ممارسة النشاط البدني كانت إيجابية في جميع أبعاد المقياس وذلك على الترتيب التالي : النشاط البدني للصحة واللياقة، النشاط البدني لخفض التوتر، النشاط البدني كخبرة اجتماعية، النشاط البدني كخبرة جمالية، النشاط البدني للمنافسة والتفوق الرياضي والنشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة. كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن التفوق الدراسي كعامل يؤثر على زيادة الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط البدني وتحديداً في بعد ممارسة النشاط البدني لخفض التوتر.

مشكلة الدراسة

إيماناً بأهمية النشاط البدني ودوره في تعزيز الصحة واللياقة ومختلف جوانب الحياة الاجتماعية والنفسية والتربوية، جاءت هذه الدراسة للكشف عن اتجاهات طلبة كليات التربية في دولة الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدني، فالدراسة الحالية بُنيت على

فرضية دور الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني في تحسين وتطوير مختلف نواحي الحياة بشكل عام والأداء التربوي لدى طلبة كليات التربية بوجه الخصوص ليس لهم فحسب بل ولتأثيرهم المستقبلي على التلاميذ ، حيث اتفقت كثير من الدراسات على أن إيجابية الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي ترفع جودة نمط الحياة لدى الأفراد (راتب، ٢٠٠٠).

وقد تشكلت مشكلة الدراسة الحالية من خلال ملاحظة الباحثين في مجال عملهم بكليات التربية في دولة الكويت وقطر قلة ممارسة النشاط البدني لدى طلبة كليات التربية، كما أظهرت نتائج دراسة أجرتها إدارة تعزيز الصحة في دولة الكويت أن مستوى النشاط البدني منخفض في اليافعين والبالغين على حد سواء، وبينت الدراسة أيضاً أن الخمول هو السبب الرابع الذي يؤدي للوفيات وهو كذلك من العوامل المسببة للأمراض المزمنة في الكويت (الأنباء، ٢٠١٩)، ودلت دراسة قطر بيونيك في عام ٢٠١٨ أن ٣٨٪ من عينة الدراسة لا يمارسون أي نشاط بدني، فضلاً عن إصابة ٤٣٪ منهم بالسمنة المفرطة (العربي الجديد، ٢٠١٩)، لذا وجد الباحثون أهمية كبيرة في إجراء هذه الدراسة تأكيداً على أهمية النشاط البدني كما ذكروا الباحثون أنفاً، ولما لها من أثر محتمل على الطلبة المعلمين من جهة وعلى تلاميذهم من جهة أخرى، وأطرت الدراسة للإجابة عن السؤالين الرئيسيين التاليين:

١- ما اتجاهات طلبة كليات التربية بدولتي الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدني ؟

٢- هل تختلف اتجاهات عينة الدراسة نحو النشاط البدني وفقاً لمتغيري النوع والكلية

التي ينتمون إليها؟

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على اتجاهات طلبة كليات التربية بدولتي الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدني، كما تهدف أيضاً إلى التعرف على الفروق في اتجاهات طلبة كليات التربية بدولتي الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدني وفقاً لمتغيري النوع والكلية التي ينتمون إليها.

أهمية الدراسة

تتبع أهمية الدراسة من أهمية الفرضية التي بُنيت عليها مشكلة الدراسة، فمعرفة الاتجاهات نحو النشاط البدني لدى طلبة كليات التربية بدولتي الكويت وقطر يمكن أن تسهم في تيسير فهم طبيعة الأنشطة البدنية التي يمارسها طلبة كليات التربية وأهم الأسباب التي تدفعهم لممارسة النشاط البدني، الأمر الذي يمكن أن يسهم في توجيه البرامج المعززة لممارسة النشاط البدني وتحسين الصحة واللياقة من أجل تحسين الأداء الأكاديمي والتربوي لدى الطلبة في كليات التربية. كذلك معرفة الفروق في اتجاهات الطلبة نحو ممارسة النشاط البدني يمكن أن يساعد على معرفة الأنشطة البدنية التي تناسب طبيعة الأفراد وفقا لاختلافاتهم الجنسية والسيكولوجية.

مصطلحات الدراسة

النشاط البدني: يعرف الخولي (١٩٩٠، ص٧٢) النشاط البدني على أنه " تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البدنية والرياضية التي يستخدم فيها البدن بشكل عام"
الاتجاه: يعرفه Allport على أنه "حالة استعداد عقلي وعصبي يجري تنظيمها عن طريق الخبرة وتؤثر بشكل ديناميكي على استجابات الفرد لجميع الأشياء والمواقف التي لها علاقة بها" (القذافي، ١٩٩١، ص٣٦).

الطريقة والإجراءات

منهج الدراسة

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة التي تهدف إلى التعرف على اتجاهات طلبة كليات التربية في الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدني.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة الحالية من طلبة كليات التربية في ثلاث مؤسسات تربوية بدولة الكويت وقطر، حيث اشتمل على جميع طلبة كلية التربية بكلية التربية الأساسية وطلبة كلية التربية بجامعة الكويت، بالإضافة إلى طلبة كلية التربية بجامعة قطر، أما عينة الدراسة فقد اقتصر على عينة عشوائية متاحة لتعذر حصول الباحثون على مجتمع

الدراسة في الكليات التربوية الثلاث، حيث بلغت عينة الدراسة الكلية على عدد (٤٩٦)، بواقع (١٩٠ طالب وطالبة) من كلية التربية الأساسية بدولة الكويت، و(٢٠٩) من الطلبة والطالبات بكلية التربية بجامعة الكويت، وعدد (٩٧) طالب وطالبة من كلية التربية بجامعة قطر.

أداة الدراسة وصدقها وثباتها

اعتمد الباحثون الاستبانة كأداة لمعرفة اتجاهات طلبة كليات التربية بالكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدني، وقد استخدم مقياس كنيون للاتجاهات نحو النشاط البدني، وهو مقياس معرب بواسطة علاوي (١٩٩٨) وله استخدامات عديدة في الواقع العربي. يتكون هذا المقياس من ستة أبعاد أساسية جعلها كنيون تفسيراً لأسباب ممارسة النشاط البدني، وللتأكد من صدق المقياس ومناسبته للغرض المعد له، تم عرضه على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في كلية التربية الأساسية وجامعة الكويت وجامعة قطر، وقد أخذ بجميع ملاحظاتهم في هذا الباب دون المساس بفقرات ومسميات أبعاد المقياس، بالإضافة إلى ذلك تم التحقق من صدق المقياس من خلال صدق الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس، حيث تم تطبيقها على عينة استطلاعية تكونت من (٥٠) طالباً وطالبة من طلبة تخصص التربية البدنية في كلية التربية الأساسية، ورصدت النتائج في الجدول التالي:

جدول (١) معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	المحور
.74***	الاتجاهات نحو النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة
.73***	النشاط الرياضي للمنافسة والتفوق
.76***	النشاط الرياضي كخبرة جمالية
.65***	النشاط الرياضي للصحة واللياقة
.78***	النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية
.71***	النشاط الرياضي للترويح وخفض التوتر

(**) دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠.٦٥ - ٠.٧٨)، وهذا يدل على الاتساق الداخلي ومن ثم صدق البناء، كما تم التأكيد من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ لكل بعد على حدة والمقياس ككل، والذي تم الحصول عليه من الدراسة الاستطلاعية، ورصدت النتائج في الجدول التالي.

جدول (٢) معاملات الثبات لأبعاد المقياس

المحور	عدد العبارات	معامل الثبات
الاتجاهات نحو النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	٩	0.74
النشاط الرياضي للمنافسة والتفوق	٨	0.76
النشاط الرياضي كخبرة جمالية	٩	0.74
النشاط الرياضي للصحة واللياقة	١١	0.76
النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية	٨	0.75
النشاط الرياضي للترويح وخفض التوتر	٩	0.76
المقياس ككل	٥٤	0.78

يتضح من الجدول السابق أن معامل ثبات المقياس ككل بلغ (٠.٧٨)، وتراوحت معاملات ثبات المحاور بين (٠.٧٤ - ٠.٧٦)، وهي داله إحصائياً، ومن ثم يمكن الوثوق والاطمئنان إلى النتائج التي يتم الحصول عليها عند تطبيقها على عينة الدراسة الأساسية.

نتائج الدراسة ومناقشتها

هدفت هذه الدراسة إلى تقصي اتجاهات طلبة كليات التربية في دولتي الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط البدنية وعلاقتها ببعض المتغيرات، وقد تضمنت الدراسة مجموعة من الأسئلة، وعدد من المتغيرات، ولتسهيل فهم اتجاهات عينة الدراسة نحو النشاط البدني،

استخدم الباحثان المعايير التالية للحكم على نتائج الدراسة وفقا لمدى المتوسطات الحسابية كما يلي:

- المتوسطات الحسابية الواقعة بين (١-٢.٣٣) صنفت على أنها اتجاهات ضعيفة سلبية
- المتوسطات الحسابية الواقعة بين (٢.٣٤-٣.٦٧) صنفت على أنها اتجاهات متوسطة إيجابية
- المتوسطات الحسابية الواقعة بين (٣.٦٨-٥) صنفت على أنها اتجاهات عالية إيجابية

نتائج السؤال الأول: ما اتجاهات طلبة كليات التربية في دولة الكويت وقطر نحو ممارسة النشاط الرياضي؟

للإجابة على السؤال الأول: استجابة عينة الدراسة على مقياس اتجاهات كينون نحو النشاط البدني والمكون من (٥٤) عبارة موزعة على (٦) محاور أساسية، وقد استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل محور من المحاور الأساسية وترتيبها ومستوى الاتجاهات وفقا للمعيار المحدد سابقا والجدول التالي يوضح نتائج هذا السؤال:

جدول (٣) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات عينة الدراسة نحو

ممارسة النشاط الرياضي وفقا لترتيبها ومستواها

المحور	عدد الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ترتيب المحور	مستوى الاتجاهات
ممارسة النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	٩	٢.٨٧	.478	٦	متوسطة
ممارسة النشاط البدني للمنافسة والتفوق	٨	3.15	.479	٥	متوسطة
ممارسة النشاط البدني كخبرة جمالية	٩	3.88	.630	٢	عالية
ممارسة النشاط البدني للصحة واللياقة	١١	4.16	.486	١	عالية
ممارسة النشاط البدني كخبرة اجتماعية	٨	3.34	.700	٤	متوسطة
ممارسة النشاط البدني للترويح وخفض التوتر	٩	3.68	.519	٣	متوسطة

يتضح من خلال نتائج استجابة عينة الدراسة على مقياس الاتجاهات نحو النشاط البدني تباين مستوى اتجاهاتهم بين العالية والمتوسطة، فيبدو أن عينة الدراسة تحمل درجة اتجاه عالي نحو النشاط البدني كسبب لممارسته من أجل الصحة اللياقة، حيث حصل هذا المحور على أعلى المتوسطات الحسابية (٤.١٥) وبانحراف معياري مقداره (٤٨٦)، تلاه محور ممارسة النشاط البدني كخبرة جمالية وبنفس درجة الاتجاه العالية. وفي المقابل يتضح أن العينة تحمل درجة اتجاه متوسطة نحو ممارسة النشاط البدني من أجل الترويح وخفض التوتر وممارسته كخبرة اجتماعية، وممارسته كذلك كسبب للمنافسة والتفوق وخبرات التوتر والمخاطرة، حيث حصلت هذه المحاور على متوسطات حسابية تراوحت بين (٣.٦٨ - ٢.٨٧). اتفقت هذه النتائج مع دراسة بوصالح (٢٠٠٣)، أبوظامع (٢٠٠٤)، الجعافرة (٢٠١٣)، الجفري (٢٠١٤)، Araujo and Dosil (2015)، الأطرش (٢٠١٦)، النعيمي (٢٠١٦) والعتيبي (٢٠١٩)، ويعزوا الباحثون هذه النتيجة إلى ازدياد الوعي العام بأهمية النشاط البدني نتيجة الجهود الإعلامية والأنشطة المصاحبة التي تبذلها وزارات الإعلام والرياضة في محاربة الأمراض الناتجة عن قلة النشاط البدني، بالإضافة إلى جهود رواد وسائل التواصل الاجتماعي المتخصصين في مجالات التغذية والرياضة وسهولة وصولهم إلى شرائح الطلاب. ولعل الجهود المؤسسية التي تبذلها عمادات الشؤون الطلابية في توفير المرافق الرياضية داخل الكليات وتنظيم الأنشطة الرياضية التنافسية والترويحية تساهم بشكل فعال في تعزيز اتجاهات الطلبة الإيجابية نحو ممارسة النشاط البدني، كما يعزوا الباحثون هذه النتيجة أيضاً إلى سهولة ممارسة الأنشطة البدنية في الكويت وقطر حيث تنتشر النوادي الصحية والرياضية والمساحات المفتوحة المجهزة بالآلات الرياضية في أغلب مناطق الدولتين.

نتائج السؤال الثاني: هل تختلف اتجاهات عينة الدراسة نحو النشاط البدني وفقا

لمتغيري النوع والكلية التي ينتمون إليها؟

للإجابة عن السؤال الثاني، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتطبيق اختبار ت لمعرفة الفروقات بين النوع والكلية التي ينتمي إليها الطالب، كما نظم تطبيق اختبار شافيه لمعرفة دلالة الفروق في المقارنات البعدية، والجداول التالية تبين نتائج الدراسة في لهذه المتغيرات.

جدول (٤) دلالة الفروق الإحصائية في اتجاهات عينة الدراسة نحو النشاط البدني وفقا

لمتغيري النوع

مستوى الدلالة	درجات الحرية	قيمة ت	اناث 328		ذكور 168		المحور
			ع	م	ع	م	
.312	٤٩٤	4.411	.480	2.71	.448	2.90	ممارسة النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة
.059	٤٩٤	4.186	.443	3.09	.581	3.28	ممارسة النشاط البدني للمنافسة والتفوق
.289	٤٩٤	.080	.617	3.79	.657	3.79	ممارسة النشاط البدني كخبرة جمالية
.002*	٤٩٤	-1.144	.452	4.09	.548	4.04	ممارسة النشاط البدني للصحة واللياقة
.542	٤٩٤	5.244	.675	3.23	.694	3.57	ممارسة النشاط البدني كخبرة اجتماعية
.428	٤٩٤	-.533	.513	3.69	.530	3.67	ممارسة النشاط البدني للترويح وخفض التوتر
.029	٤٩٤	3.327	.283	3.47	.317	3.56	المحاور مجتمعة

تشير نتائج الدراسة الموضحة في جدول (٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات عينة الدراسة نحو ممارسة النشاط البدني تعزى لمتغير النوع (ذكر/ أنثى) في جميع محاور المقياس ما عدا في المحور المتعلق بممارسة النشاط البدني من أجل الصحة واللياقة، حيث تظهر المتوسطات الحسابية تفوق الاناث على الذكور في هذا المحور، توافقت هذه النتيجة مع دراسة الجعافرة (٢٠١٣)، بينما تباينت نتائجها مع دراسة الجفري (٢٠١٤) و (Araujo and Dosil (2015) و Mercier et al (2017)، حيث

كانت الفروق لصالح الذكور، ولم تظهر دراسات بوصالح (٢٠٠٣)، أبو طامع (٢٠٠٤)، الأطرش (٢٠١٦)، النعيمي (٢٠١٦) و العتيبي (٢٠١٩) أية فروق ذات دلالة إحصائية يمكن أن تعزى لمتغير النوع في أي من أبعادها. ويفسر الباحثون هذه النتيجة إلى مراعاة الإدارات المسؤولة في الكليات للبعد الاجتماعي والثقافي، حيث تطبق الكليات محل الدراسة سياسة الفصل بين الجنسين في حرهما، مع توفير مرافق رياضية منفصلة خاصة للإناث وأخرى للذكور، لعله زاد من إقبالهن على ممارسة النشاط البدني، فضلا عن تنظيم عدد أكبر من الفعاليات والأنشطة الرياضية في كليات الإناث نتيجة لزيادة أعدادهن إلى الضعف عن الذكور. كما ازدادت نسبة انتشار النوادي والرياضات النسائية في الآونة الأخيرة بشكل كبير وملحوظ خلافا للعقد الماضي، حيث توفر هذه الأندية مناخاً صحياً خاصاً منفصلاً للإناث تراعى فيه القيم الدينية وعادات المجتمع وتقاليد.

جدول (٥) تحليل التباين الأحادي للفروق في اتجاهات عينة الدراسة نحو النشاط البدني

وفقا لمتغير الكلية التي ينتمي إليها الطالب.

المحور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
ممارسة النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة	بين المجموعات	.223	2	.112	.488	.614
	داخل المجموعات	112.9	493	.229		
	المجموع	113.20	459			
ممارسة النشاط البدني للمنافسة والتفوق	بين المجموعات	.742	2	.371	1.621	.199
	داخل المجموعات	112.87	493	.229		
	المجموع	113.61	459			
ممارسة النشاط البدني كخبرة جمالية	بين المجموعات	1.85	2	.925	2.339	.098
	داخل المجموعات	194.92	493	.395		
	المجموع	196.77	459			
ممارسة النشاط البدني للصحة واللياقة	بين المجموعات	2.656	2	1.328	5.706	.004*
	داخل المجموعات	114.73	493	.233		
	المجموع	117.39	459			
ممارسة النشاط البدني كخبرة اجتماعية	بين المجموعات	1.914	2	.957	1.959	.142
	داخل المجموعات	240.83	493	.489		
	المجموع	242.79	459			
ممارسة النشاط البدني للترويح وخفض التوتر	بين المجموعات	1.323	2	.661	2.468	.086
	داخل المجموعات	132.10	493	.268		
	المجموع	133.42	459			
المحاور مجتمعة	بين المجموعات	.116	2	.058	.647	.524
	داخل المجموعات	44.139	493	.090		
	المجموع	44.255	495			

تشير النتائج في جدول (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات أفراد عينة الدراسة نحو النشاط البدني تعزى لمتغير الكلية التي ينتمي إليها الطلبة، ما عدا في المحور الخاص بممارسة النشاط البدني للصحة واللياقة، ولمعرفة اتجاه الفروق الإحصائية تم تطبيق اختبار شافيه للمقارنات البعدية، والجدول التالي يوضح نتائج التحليل:

جدول (٦) نتائج اختبار شافيه للمقارنات البعدية لدلالة الفروق في اتجاهات عينة الدراسة
لمحور ممارسة النشاط البدني للصحة واللياقة وفقا لمتغير الكلية
التي ينتمي إليها الطالب

المقارنات البعدية			الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الكلية التي ينتمي إليها الطالب	المحور
كلية التربية بجامعة قطر	كلية التربية بجامعة الكويت	كلية التربية الأساسية					
.487	*٠٠٤458	2.79	١٩٠	كلية التربية الأساسية	ممارسة النشاط البدني للصحة واللياقة
.3114872	2.75	٢٠٩	كلية التربية بجامعة الكويت	
498	2.77	٩٧	كلية التربية بجامعة قطر	

ويتضح من خلال نتائج الجدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha=0.05)$ بين عينة الدراسة وفقا لمتغير الكلية التي ينتمي إليها الطلبة وذلك لصالح طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت.

ويرجع الباحثون هذه النتيجة إلى وجود مقررات لياقة بدنية اختيارية متاحة توفرها كلية التربية الأساسية لجميع التخصصات خلاف بقية كلية التربية بجامعة الكويت وكلية التربية بجامعة قطر، حيث يقبل الطلاب بشكل كبير على التسجيل فيها، ولعل جهود قسم التربية البدنية والرياضة داخل كلية التربية الأساسية في تنظيم الأنشطة البدنية والرياضية ساهم في بيان هذه النتيجة. حيث تفنقد كلية التربية بجامعة الكويت وجود قسم خاص للتربية البدنية والرياضة، كما أن إعادة تفعيل قسم التربية البدنية في كلية التربية بجامعة قطر بعد توقفه سنوات طويلة عن التدريس وعن تنظيم الأنشطة البدنية داخل الكلية لعله ساهم في تعزيز هذه النتيجة لصالح كلية التربية الأساسية.

التوصيات:

- بناءً على ما توصلت إليه نتائج الدراسة يوصي الباحثون بما يلي:
- زيادة مسابقات اللياقة البدنية والصحة والرياضة الاختيارية كمرحلة أولى مع تخصيص مقرر إجباري لجميع طلبة كليات التربية مع دراسة أثر هذه المسابقات وذلك لغرس أو تعزيز الاتجاهات الإيجابية فيهم وذلك لأهمية النشاط البدني من جهة ولتأثيرهم المستقبلي على التلاميذ من جهة أخرى.
 - تطوير مرافق الكليات الرياضية بما يتناسب مع أعداد الطلبة مع مراعاة الجوانب الثقافية في المجتمع.
 - زيادة تنظيم الأنشطة البدنية الترويحية منها والتنافسية ومد جسور التعاون من خلالها بين الكليات التربوية في الوطن العربي.
 - استثمار وسائل الإعلام وخاصة منصات التواصل الاجتماعي لزيادة الوعي الصحي، النفسي، الاجتماعي، الترويحي، والجمالي للنشاط البدني لدى المجتمع وتحديداً الشريحة الطلابية.

المراجع العربية

- إبراهيم، صبري الدمرداش. (١٩٨٥). الاتجاهات البيئية لدى طلاب كليات التربية في جمهورية مصر العربية، سلسلة بحوث ودراسات في التربية البيئية (٨)، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- أبوطامع، بهجت أحمد. (٢٠٠٥). اتجاهات طلبة كلية فلسطين التقنية-خضوري نحو ممارسة النشاط الرياضي. مجلة جامعة النجاح للأبحاث - العلوم الإنسانية، مج١٩، ع٢، ٥٨١-٦٠٨.
- الجعافرة، إبراهيم عطاالله. (٢٠١٣). اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو ممارسة النشاط الرياضي في حصة التربية الرياضية في مدارس محافظة معان. مجلة الطفولة والتربية، مج٥، ع١٥٤، ١٧-٦٠.
- الجفري، علي. (٢٠١٤). اتجاهات طلبة جامعة الملك عبدالعزيز بالمملكة العربية السعودية نحو ممارسة النشاط البدني. مجلة جامعة النجاح للأبحاث- العلوم الإنسانية، مج٢٨، ع٨٤، ١٨٩٩-١٩٢٢.
- الخولي، أمين (١٩٩٦). الرياضة والمجتمع، الكويت: عالم المعرفة.
- الأطرش، محمود. (٢٠١٦). قياس التغير في مستوى الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي بعد دراسة مساق اللياقة البدنية بجامعة النجاح الوطنية. دراسات العلوم التربوية، المجلد٤٣، ملحق٣.
- العتيبي ، عبدالعظيم بن سعود بن سمار. (٢٠١٧). اتجاهات طلاب قسم التربية البدنية ، علم الحركة بكلية التربية بجامعة القصيم نحو ممارسة النشاط البدني. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة، ع٣٠، ٦٩-٩٠.
- العربي الجديد. (٢٠١٩). تحذيرات من تأثير الخمول البدني على الصحة في قطر. قطر. مسترجع ٢٠٢٣-١
- <https://www.alaraby.co.uk>/تحذيرات-من-تأثير-الخمول-البدني-على-الصحة-في-قطر
- ناهد السعد ونيلا فهيم، (٢٠٠٤) طرق التدريس في التربية البدنية، ط٢، مركز الكتاب للنشاط، مصر الجديدة
- المجيدل، عبدالله والشريع، سعد. (٢٠١٢). اتجاهات طلبة كليات التربية نحو مهنة التعليم دراسة ميدانية مقارنة بين كلية التربية- جامعة الكويت وكلية التربية بالحسكة- جامعة الفرات أنموذج. مجلة جامعة دمشق، ٢٨ (٤). ١٧-٥٧.
- جريدة الأنباء. (٢٠١٩). الخمول السبب الرابع للوفيات من العوامل المسببة للأمراض المزمنة. الكويت

- مسترجع ٢٠٢٣-١ . [https://www.alanba.com.kw/ar/kuwait-](https://www.alanba.com.kw/ar/kuwait-news/health/931209/24-10-2019)
[news/health/931209/24-10-2019](https://www.alanba.com.kw/ar/kuwait-news/health/931209/24-10-2019)
[المسببة للأمراض-المزمنة/](#)
- صديق، حسين. (٢٠١٢). الاتجاهات من منظور علم الاجتماع. مجلة جامعة دمشق، ٢٨ (٤+٣). ٢٩٩-٣٢٢.
- القذافي، رمضان. (١٩٩١). علم النفس الاجتماعي، منشورات الجامعة المفتوحة، ط(١)، طرابلس، ليبيا.
- عبدالله. فيصل. (٢٠٠٦). تأثير تدريس مساق الصحة واللياقة على تغيير اتجاهات طلبة كلية التربية بجامعة البحرين نحو النشاط البدني. رسالة الخليج العربي، س٢٧، ع ١٠٢، ١٥-٤٢.
- عبدالله. فيصل. (٢٠٠٧). اتجاهات طلبة قسم التربية البدنية في جامعة البحرين نحو مجال تخصصهم. المجلة التربوية، مج ٢١، ع ٨٤٤، ٥٣-٩٧.
- النعيمي، تحرير. (٢٠١٦). اتجاهات طلبة كلية اللغات - جامعة بغداد نحو ممارسة النشاط الرياضي. مجلة علوم التربية الرياضية، مج ٩، ع ٢٤، ١٦٤-١٧٨.
- الهزاع، هزاع (٢٠٠٤). "النشاط البدني في مجابهة الأمراض المزمنة: دور قديم اذدار قوة وأهمية في وقتنا الحاضر"، المجلة العربية للغذاء والتغذية، ملحق ٥ ص ١٤١-١٦١، مجلة فصلية محكمة يصدرها مركز البحرين للدراسات والبحوث، المنامة، البحرين.
- باعمر، الزهرة. (٢٠٠٦). اتجاهات المرأة نحو بعض القضايا الاجتماعية في ظل بعض المتغيرات الديموغرافية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرياح ورقلة، الجزائر.
- بوصالح ، كاظم. (٢٠٠٣). اتجاهات المرأة نحو أهمية النشاط البدني لطالبات جامعة الملك فيصل في المملكة العربية السعودية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج ٤، ع ١٠٤-١٢٢.
- راتب، أسامه. (٢٠٠٠). علم النفس الرياضي: المفاهيم والتطبيقات. دار. الفكر العربي، القاهرة.
- سالم، صلاح الدين. (١٩٩٥). الاتجاهات البيئية لدى طلاب جامعة القاهرة، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم التربية والثقافة البيئية، معهد الدراسات والبحوث البيئية، جامعة عين شمس، القاهرة.
- علاوي، محمد حسن. (١٩٩٤). علم النفس الرياضي. ط٩، دار المعارف، القاهرة.
- علاوي، محمد حسن. (١٩٩٨). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط١، مركز الكتاب الناشر، القاهرة.
- محمد الحماحي (١٩٩٩)، تطور الفكر التربوي في مجال التربية البدنية، ط١ مركز كتاب للنشر، القاهرة.



المراجع الأجنبية

- Araújo, A. & Dosil, J. (2015). The influence of attitudes toward physical activity and Sports. *Motriz : Revista de Educacao Fisica*. 21. 344-351.
- Andersen, M. (Ed.). (2005). *Sport psychology in practice*. Human Kinetics.
- Balyan, M., Balyan, Y., & Kiremitci O. (2012). Effect of Difference Sports Activities on Secondary School Students' Attitudes toward Physical Education Class, Social Skills and Self-efficacy Levels. *Selcuk University Journal of Physical Education and Sports Science*, 14(2), 196-201.
- Corbin, C. (2019). *Concepts of fitness & wellness: a comprehensive lifestyle approach*. 12ed. McGraw-Hill, New York.
- Mercier, K. & Donovan, C. & Gibbone, A. & Rozga, K. (2017). Three-Year Study of Students' Attitudes Toward Physical Education: Grades 4–8. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 88. 1-9.
- Robbins, S & Judge, A. (2012). *Essential of Organizational Behaviour* (Twelfth). Pearson, London.
- Sivacumar, A. (2018). Attitudes towards teaching among school teachers in Coimbatore district. *Review of Research*, 7(1). 1-6.
- Yavuz, C. (2019). The Relationships among Attitude towards Sports, Loneliness and Happiness in Adolescents. *Universal Journal of Educational Research*. 7. 790-796. 10.13189/ujer.2019.070319.