



دولة ليبيا

وزارة التعليم والبحث العلمي

جامعة سبها

كلية التربية البدنية

بحث تخرج ضمن متطلبات الحصول على درجة البكالوريوس في مجال التربية البدنية

عنوانها

الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالب كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة جامعة سبها

إعداد الطالبة

سمية سيدي طوشي

إشراف الدكتور

المختار ابوبكر الاحيمر

العام الجامعي

2024/2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَيَرَى الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ الَّذِي أُنزِلَ إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ هُوَ الْحَقُّ

وَيَهْدِي إِلَى صِرَاطٍ الْعَزِيزِ الْحَمِيدِ ﴿سَبَأُ: 6﴾

شكر

أهدي تخرجي الي ابي الحاضر بروح قلبي دائما
نجحت بالسير الي طموحاتي وأحلامي الي بنيناها سويا
اطمنن فأحسانك وجهرك لم يذهب سدي
حفظك الله وجزاك عني خير الجزاء فشكرا لك أبي.
اهدي تخرجي لوالديتي.

التي كانت بجانبني دائما كانت داعمي الوحيد كانت من تشجعتني في كل صباح
وها هي {ابنتك} يا أمي تخطو في مسار التخرج.
شكرا لك أيتها الإنسانية الجميلة شكر لك امي.

اهدي الي من كان عزوتي وسندي في الحياة.
الي اخي الغالي وزوجته التي هيا بمثابة الاخت والي أبطالهم أبنائهم.
الي من كانوا عوننا لي في رحلة بحثي الي زهراتي وقلذات كبدي

"أخواتي الغاليات "

أهدي تخرجي الي أبناء العم والعمة والى كل من ساهم وبذل مجهود في نجاح هذا
العمل الذين هم اشعروني بلذة الفرحة.

وأهدي تخرجي الي خوالي وخالاتي والي كل الاسرة الكريمة
واهدي الي مصدر البسمة والفرح في حياتي وقضيت معها أحلي ذكريات
الي صديقتي الغالية (أم ابراهيم)

واهدي الي كل الأصدقاء من كانوا برفقتي ومصاحبتي أثناء دراستي في الجامعة.

الباحثة

الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين الذي اعانني علي استكمال هذا البحث راجين من الله ان يوفقنا فيما نتمناه ويرضاه ،ونصلي ونسلم علي اشرف خير الخلق سيدنا محمد النبي الامي الذي علم الناس اجمعين وبعد ...

نتقدم بالشكر والتقدير الجزيل للدكتور المشرف : المختار ابوبكر الاحيمر ،

الذي كان كقوس الضياء في عتمة بحثي هذا، وتكرمه بالأشرف علي البحث فقد كان لي قبطان مركب العلم في موج الدراسة المتلاطم ، وكان لي نعم الناصح الأمين والاخ الحليم الذي افاض علينا بعلمه وشملني بفضله وسماحته .

كما لا يفوتني ان أتقدم بخالص الشكر والتقدير والعرفان الي كل من قدم لي يد العون باي شكل من الاشكال سواء من موظفي المكتبة الكلية وموظفيها او زملائي الطلاب

ولابد لنا ونحن نخطو خطواتنا الأخيرة في الحياة الجامعية من وقفة نعود الي أعوام قضيناها في رحاب الجامعة مع اساتذتنا الكرام الذين قدموا لنا الكثير باذلين جهودا كبيرة في بناء جيل الغد لتبعث الامة من جديد...

الباحثة

قائمة المحتويات

الموضوع	رقم الصفحة
قائمة المحتويات	أ
قائمة الجداول	ج
قائمة الأشكال	د
قائمة المرفقات	هـ

الفصل الأول

1-1 مشكلة البحث	1
2-1 هدف البحث	1
3-1 تساؤل البحث	1

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

2 - الإطار النظري والدراسات السابقة	3
1/2 الإطار النظري	3
1/1/2 مفهوم الثقافة	3
2/1/2 الثقافة الرياضية	3
3/1/2 أهداف الثقافة الرياضية	4
4/1/2 خصائص الثقافة الرياضية	4
5/1/2 أهمية الثقافة الرياضية	4
6/1/2 مجالات الثقافة الرياضية	4
7/1/2 التوافق	5
8/1/2 تأثير الثقافة والتوافق النفسي والاجتماعي على الرياضي	6
2/2 الدراسات السابقة	6

الفصل الثالث

3- إجراءات البحث	10
1-3 منهج البحث	10

10-----	2-3- مجالات البحث
10-----	1/2/3 المجال البشري
10-----	2/2/3 المجال المكاني
10-----	3/2/3 المجال الزمني
10-----	3/3 مجتمع وعينة البحث
10-----	1/3/3 مجتمع البحث
10-----	2/3/3 عينة البحث
11-----	4-3- وسائل وادوات جمع البيانات المستخدمة
11-----	5-3 المعادلات الاحصائية

الفصل الرابع

13-----	4- عرض النتائج ومناقشتها
---------	--------------------------

الفصل الخامس

17-----	1/5 الاستنتاجات
18-----	2/5 التوصيات

قائمة الجداول والاشكال

الصفحة	عنوان الجدول او الاشكال	الرقم
10	جدول يبين النسبة المئوية لأفراد عينة البحث	1
11	الشكل البياني يوضح النسبة المئوية لإفراد عينة البحث	2
13	جدول يوضح قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها	3
14	الشكل البياني يوضح المتوسط الحسابي لنتائج قياس الثقافة الرياضية لطلاب السنوات الدراسية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها	1
14	الشكل البياني يوضح المتوسط الحسابي لنتائج قياس التوافق النفسي لطلاب السنوات الدراسية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها	2

15	<p>الشكل البياني</p> <p>يوضح المتوسط الحسابي لنتائج قياس التوافق الاجتماعي لطلاب السنوات الدراسية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها</p>	3
15	<p>الجدول</p> <p>يوضح العلاقة بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب السنة الاولى بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها</p>	4

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

1-1 مشكلة البحث

2-1 اهداف البحث

3-1 تساؤلات البحث

1-1 مشكلة البحث

إن الرياضة مليئة بالعديد من الرياضات المتنوعة المختلفة التي تمنح للممارس القوة البدنية والصفاء الذهني والنفسي والاحتكاك المباشر مما ينعكس ذلك في المجتمع بالإيجابية والثقافة الرياضية تظهر بشكل واضح في الدول المتقدمة حيث نلاحظ وجود الملعب والساحات والصالات الرياضية بشكل كبير وانخراط المواطنين والغير المواطنين الممارسة مختلف الأنشطة الرياضية من كال الجنسين الرجال والنساء معا وهذا مؤشر ودليل على ارتفاع المنسوب الثقافي في تلك الدول مما يعود عليهم بالصحة البدنية والنفسية بخالف الدول العربية التي لم تولي اهتماما كبيرا في المجال الرياضي بشكل عام لكافة شرائح المجتمع حيث لم تكتمل الدائرة الرياضية بشكل كامل الي كرة القدم التي تختصر على فئة الشباب فقط وفي الاندية وهذا يعني ان هناك الكثير من افراد المجتمع الذي يمارسون الأنشطة الرياضية لسبب عدم وجود الساحات والميدان الرياضية المتنوعة مما يقلل ثقافة المواطن التي تنعكس بذلك على المجتمع لكل ولذا لجئت الباحثة بعد ما لحظة قلة الثقافة الرياضية لدى افراد المجتمع للقيام بهذا البحث واخصت به طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية لمعرفة مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي بالطرق البحثية والعلمية الصحيحة.

2-1 اهداف البحث :

- 1- التعرف علي الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدي طالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها.
- 2- التعرف على العالقة بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدي طالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها.
- 3 - التعرف علي المستوى الثقافي الرياضي عند طالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها

3-1 تساؤل البحث :

- 1- هل توجد علاقة بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدي طلاب السنة الاولى بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها ؟

الفصل الثاني الثقافة الرياضية

0/2 الاطار النظري والدراسات السابقة

1/2 الإطار النظري:

1/1/2 مفهوم الثقافة

2/1/2 الثقافة الرياضية

3/1/2 أهداف الثقافة الرياضية

4/1/2 خصائص الثقافة الرياضية:

5/1/2 أهمية الثقافة الرياضية

6/1/2 مجالات الثقافة الرياضية

7/1/2 التوافق

8/1/2 تأثير الثقافة والتوافق النفسي والاجتماعي على الرياضي

2/2 الدراسات السابقة

0/2 الاطار النظري والدراسات السابقة :

1/2 الإطار النظري:

1/1/2 مفهوم الثقافة:

مجموعة من القيم الاجتماعية والتربوية والصحية المرتبطة بالمفاهيم الرياضية التي تنصب في خلق الأفضل والأحسن من السلوك والأفكار والأعراف الثقافية يستند إليها نشاط الفرد في المجالات المختلفة أو في المجتمعات المختلفة. وعرفها.

(14 : 120)

والثقافة الرياضية في المفهوم الحديث تعدت المفهوم البدني للبحث لتشمل المفاهيم النفسية والأخلاقية والجمالية والترويحوية والثقافية وهي وسيلة مهمة من وسائل تعميق صلة المواطن بوطنه وواقعه، إن ما سبق ذكره لا يجري بشكل عفوي وإنما بشكل مبرمج سواء في المدارس أو الكليات أو عن طريق التلفزيون والصحف والراديو والسينما أو المهرجانات والهدف منها كلها هو تربية المواطن ثقافيا

(12 : 21)

وتعرف أيضا بأنها " مجموعة السمات الروحية والمادية والفكرية والعاطفية الخاصة التي تميز مجتمعاً بعينه وأنها تشمل الفنون والآداب وطرق الحياة والإنتاج الاقتصادي كما تشمل الحقوق الأساسية للإنسان والنظم والقيم والتقاليد والمعتقدات

(10 : 103)

ويعرف الشافعي الثقافة الرياضية بأنها : هي الزيادة الزاخرة للخبرة الإنسانية من خلال الأنشطة الرياضية والتي تؤدي بدورها إلى فهم وتقدير أفضل للبيئة التي يجد فيها الأفراد أنفسهم جزءا منها

(2 : 76)

2/1/2 الثقافة الرياضية :

يتعين على الفرد الرياضي ممارسا ومشاهدا أن يفهم ويستوعب قدرا " ملائما" من الثقافة الرياضية فهناك أمور وموضوعات للثقافة الرياضية ولها طبقة ثقافية عامة كما التاريخ المتصل بالإنجازات الأولمبية والدولية الرياضية خاصة تلك المتصلة بيده البدنية والتغذية الصحية وبعض قواعد اللعبة ، كما إن هناك ما يمكن أن تطبق عليه الثقافة الرياضية والخاصة والنوعية وهي تلك الثقافة المتصلة بالرياضة وقواعد المنافسات التي تنظمها وتديرها الخطط والاستراتيجيات الخاصة.

كما أن للثقافة الرياضية دور مؤثر وفعال في نشر وترسيخ مبادئ الروح الرياضية بين اللاعبين وكذلك نشر الوعي وحجب السلوك الغير مرغوب به من جهة أخرى.

(8 : 134)

3/1/2 أهداف الثقافة الرياضية:

- 1- وللثقافة الرياضية دور متميز في نشر الوعي الثقافي الرياضي بين المجتمعات.
- 2 1 -تربية الفرد جسمياً ونفسياً وسلوكياً وفكرياً.
- 3 - اكتساب المهارات المفيدة للحياة العملية.
- 4 - أن الثقافة الرياضية ذات اثر تربوي في جميع أفراد المجتمع صغاراً وكباراً , ذكوراً وإناثاً

4/1/2 خصائص الثقافة الرياضية:

1. الثقافة الرياضية تؤثر في تشكيل شخصية الفرد والجماعة عن طريق المواقف الثقافية العديدة ومن خلال التفاعل الاجتماعي المستمر.
2. الثقافة تزود الفرد بنظرة مطابقة للحياة الاجتماعية

(3 : 160)

وتكمن أهمية الثقافة الرياضية في الاعتبارات التالية :-

- 1- تنشيط الأطر المعرفية وإثارة الاهتمام لتوسيع دائرة المعرفة الإنسانية المرتبطة بالرياضة.
- 2- تأصيل المعرفة النظرية للرياضة والترويج وتأسيس بنية معرفية للنظام الأكاديمي.
- 3- زيادة الوعي بأهمية النشاط البدني على مختلف جوانب الشخصية الإنسانية.
- 4- تشكيل وبناء اهتمامات واتجاهات ترويحوية ورياضية مؤسسة على قواعد معرفية صحيحة وراسخة.

(15 : 80)

6/1/2 مجالات الثقافة الرياضية:

- 1- المجال المعرفي (المعرفة الرياضية):

هي مجموع كل المعلومات الرياضية التي لدى الفرد وتشمل معرفة قواعد وقوانين وخطط الألعاب التي تخص المجال الرياضي .

2 - المجال الاجتماعي:

1- هو تنشئة الأفراد وتثقيفهم رياضياً وتعليمهم السلوك المقبول اجتماعياً ورياضياً فضلاً عن تلقينهم المعارف والعقائد الرياضية التي تشكل بيئتهم الثقافية والحضارية نحو الرياضة

2- لمجال التربوي:

إعداد الفرد وتقويم سلوكه جسدياً ونفسياً وأخلاقياً واجتماعياً وفنياً واكتسابه الخصائص والسمات البيولوجية والأخلاقية والاجتماعية والفنية والعلمية والاقتصادية عن طريق الرياضة .

3- المجال الصحي:

قدرة الفرد على الاهتمام بسلامة جسمه والعناية به وإشباع حاجاته العضوية وتحقيق حالة من الاتزان بين الوظائف الجسمية المختلفة تشعره بالصحة والسلامة الجسمية .

(11 : 256)

7/1/2 التوافق:

يعتبر التوافق من المفاهيم الأساسية والركائز الهامة في علم النفس ويعرف " بأنه عملية ديناميكية مستمرة تتناول سلوك الفرد والبيئة بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد والبيئة التي يعيش فيها

ويعرفه داود عزيز " بأن التوافق مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلات حياته من اشباع واحباطات وصولاً إلى ما يسمى بالصحة النفسية أو السواء أو الانسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة وفي العمل والتنظيمات التي ينخرط بها (4 : 274)

فالتوافق هو عملية تقوم على التسامح مع الآخرين والمصالحة والتوفيق بين الرغبات المختلفة على أساس الأخذ والعطاء الودي ويتم ذلك من خلال إيقاف الصراع وجعل العلاقات أكثر اتساعاً والعمل على زيادة مظاهر التوحيد والانسجام في الأفكار والقيم والاتجاهات (6 : 23)

أما سوء التوافق (Mel adjustment) " وهو تغير كفي لحالة التوافق أو هو فشل الشخص في تحقيق انجازاته وإشباع حاجاته ومواجهة صراعاته ومن ثم يعيش الفرد في الأسرة، في العمل، في التنظيمات التي يخرط فيها في حالة عدم الانسجام وعدم التناغم. (4 : 274)

8/1/2 تأثير الثقافة والتوافق النفسي والاجتماعي على الرياضي :

هناك مؤسسات معينة في كل مجتمع قد تقوم بتنشئة الأفراد وتنقيفهم رياضيا" وتعليمهم على التوافق النفسي والاجتماعي إضافة إلى تلقينهم المعارف والعقائد الرياضية التي تشكل بيئتهم الثقافية والحضارية نحو الرياضة ومن هذه المؤسسات المنزل والمدرسة ومؤسسات الرياضية كالأندية ومراكز الشباب والساحات الشعبية وغيرها ، ومن خصائص الثقافة الرياضية قدرته على الوصول إلى قطاع ينتمي من الجمهور وهذا يمثل وجه من الوجوه الايجابية للثقافة الرياضية ، وهذا يتيح الفرصة للاعبين التنافس الشريف وإظهار قدراتهم وإبداعاتهم الرياضية بشكل جيد (1 : 28)

2/2 الدراسات السابقة :

1-دراسة راجحي صابر. (5) (2012)

عنوان الدراسة : تأثير الاعلام الرياضي المرئي في تنمية الثقافة الرياضية لدي تلاميذ المرحلة الثانوية (15-17)

هدف الدراسة :

- معرفة مدي مساهمة الاعلام الرياضي المرئي في الثقافة الرياضية وخاصة الجانب المعرفي
 - معرفة مدي تاثير الاعلام الرياضي المرئي في سلوك وعادات المراهقين.
 - تحديد مسؤولية كل العاملين في الاعلام الرياضي .
- المنهج المستخدم: المنهج الوصفي لملائنته لطبيعة الدراسة.
- عينة الدراسة : شملت عينة الدراسة (100) طالب و(66) طالبة من ثلاثة مدارس من التعليم الثانوي باستخدام الطريقة العشوائية .
- اهم النتائج:

يعتبر التلفزيون اهم وسيلة من وسائل الاتصال الذي يتعرض لها جميع الافراد وتؤثر في تكوينهم واتجاهاتهم.

الاعلام الرياضي المرئي يؤثر تأثيرا إيجابيا في تنمية الثقافة الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية وذلك من خلال سلوكيات وعادات التلاميذ ويؤثر أيضا في الجانب المعرفي.

2-دراسة عثمان محمود شحادة . (11) (2009)

" أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة

ديالى"

هدفت الدراسة إلى :

- 1- بناء مقياس الثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الرياضية الفضائية.
- 2- تعرف أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى.
- 3- معرفة الفرق بين الذكور والإناث المشاهدين للقنوات الرياضية في مستوى الثقافة الرياضية. وتوصل إلى الاستنتاجات التالية:
 - 1- إن مقياس ثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الفضائية الرياضية الذي تم بناؤه يلائم العينة المختارة والتي كانت لفئة طلبة كليات جامعة ديالى إذ حقق هذا المقياس الهدف الذي اعد من أجله وهو تعرف مستوى الثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الفضائية الرياضية.
 - 2- إنَّ للقنوات الفضائية الرياضية أثراً إيجابيا في تزويد المشاهد بالثقافة الرياضية.
 - 3- إنَّ للقنوات الفضائية الرياضية تأثيراً على النواحي المعرفية والاجتماعية أكثر من النواحي التربوية والصحية.

3-دراسة صالح العويب ، وعبد الستار عبدالصمد . (7) (2007) وعنونها (القيم الثقافية لدى

الشباب بجامعة السابع من ابريل) وكان الهدف من الدراسة تحديد قيم الثقافة البدنية لدى الشباب الجامعي بجامعة السابع من ابريل ، وتم استخدام المنهج الوصفي با لاسلوب المسحي بالنسبة لعينة البحث ضمت نماذج من الشباب الجامعي بجامعة السابع من ابريل وتم استخدام

الاستبيان كاداء لجمع البيانات وكانت اهم النتائج حصول طلاب كلية العلوم علي اعلي نسبة في التمتع بالصحة الجيدة ثم تنسيق الجسم وحصول طلاب كلية الاداب علي اعلي نسبة في توطيد العلاقات الاجتماعية .

4-دراسة ظافر ناموس، وآخرون. (9) (2007) دراسة مقارنة التوافق النفسي ومستوى الأداء لدى لاعبي المبارزة أثناء المنافسات" هدفت الدراسة إلى:

1- التعرف على الفروق بين مبارزي سيف المبارزة وسلاح الشيش في اختبار التوافق النفسي.

2- التعرف على الفروق بين مبارزي سيف المبارزة وسلاح الشيش في مستوى الأداء أثناء المنافسة.

وتوصلوا إلى الاستنتاجات التالية:

1- بناء مقياس الثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الرياضية الفضائية.

2- تعرف أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى.

4- معرفة الفرق بين الذكور والإناث المشاهدين للقنوات الرياضية في مستوى الثقافة الرياضية.

*مدي الاستفادة من الدراسات السابقة :

من خلال اطلاع الباحثة علي العديد من الدراسات السابقة والتي اهتمت بدراسة الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي والتي امكن من الاستفادة منها في هذه الدراسة بما يلي:

1- جميع الدراسات التي اطلعت عليها الباحثة استخدمت المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي مما ساعدت الباحثة علي استخدام نفس المنهج.

2- معظم الدراسات السابقة اشتملت علي عينات مختلفة من مرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية ، مما ساعدت الباحثة علي اختيار طلاب المرحلة الجامعية بكلية .

3- ساعدت الباحثة علي اختيار الوسائل الإحصائية المناسبة للدراسة .

4- اعتمدت الباحثة في تحليل النتائج من بعض الدراسات السابقة.

الفصل الثاني منها ما هو سرها وماذا لها أسرار

0/3 إجراءات البحث

1/3 منهج البحث

2/3 مجتمع البحث

1/2/3 مجالات البحث

3-2-2-المجال البشري

3-2-3-المجال الزماني

3/3 - عينة البحث

3-4- وسائل وادوات جمع البيانات المستخدمة

5/3 -الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث

3- إجراءات البحث :-

3-1- منهج البحث :

إستخدم الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

3-2 مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة سبها

3-2-1 مجالات البحث :-

3-2-2 المجال البشري:-

كلية التربية البدنية والرياضة مدينة سبها

3-2-3 المجال الزمني :

تم إجراء الدراسة خلال العام الجامعي 2023-2024م.

3-3 عينة البحث :

اشتملت عينة البحث عينة من طلاب السنوات الأربعة بالكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وهو موضح بالجدول التالي يوضح النسبة المئوية لعينة البحث بالتفصيل

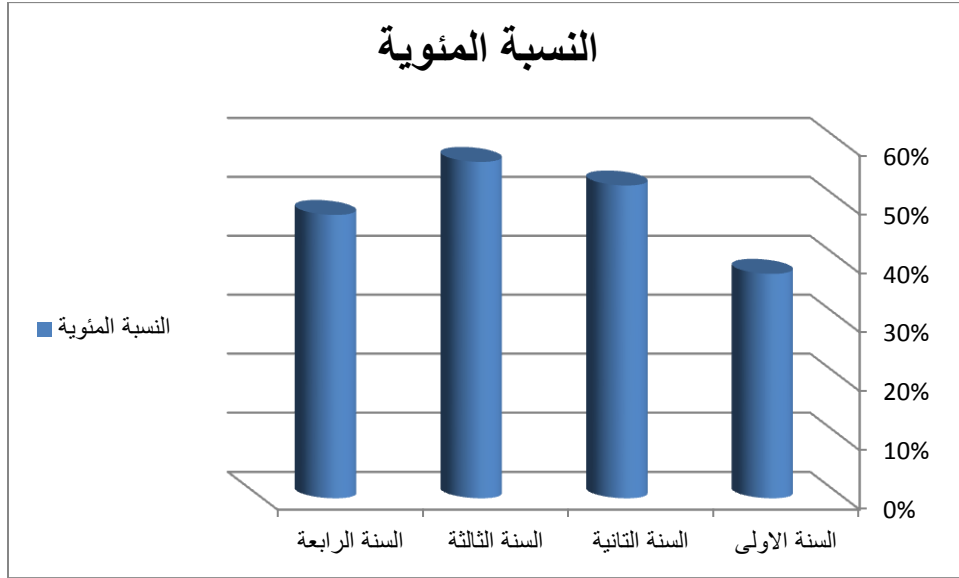
جدول (1)

يبين النسبة المئوية لأفراد عينة البحث

المتغيرات	السنة الاولى	السنة الثانية	السنة الثالثة	السنة الرابعة	المجموع
الاجمالي	39	28	26	31	124
افراد عينة ابحث	15	15	15	15	60
النسبة المئوية	%38	%53	%57	%48	%48

جدول (2)

يوضح النسبة المئوية لإفراد عينة البحث



4-3- وسائل وادوات جمع البيانات المستخدمة: -

- 1-المصادر العربية والأجنبية.
 - 2-المقابلات الشخصية.
 - 3-استمارة استبيان المقياس التوافق النفسي الاجتماعي. (9)
 - 4- ستماره استبيان المقياس للثقافة الرياضية
- استخدمت الباحثة مقياس التوافق النفسي والاجتماعي الذي أعده (ظافر ناموس و(آخرون)). (9)

5-3- المعادلات الإحصائية المستخدمة: -

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية SPSS في معالجة البيانات التي حصلت عليها ومنها: -

- 1-الوسط الحسابي.
- 2-الانحراف المعياري.
- 3-معامل الارتباط (بيرسون).
- 4-معامل ألفا كرو نباخ
- 5-تحليل التباين
- 6-النسبة المئوية

الفصل الرابع حماة الله سرا حاسر حماع

0/4 الفصل الرابع

1/4 عرض النتائج ومناقشتها

0/4 الفصل الرابع

1/4 عرض النتائج ومناقشتها

- عرض ومناقشة التساؤل البحث:
(هل توجد علاقة بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب السنة الاولى بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها)

الجدول (3)

يوضح قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها

م	المتغيرات	الثقافة الرياضية		التوافق النفسي		التوافق الاجتماعي	
		ع	س	ع	س	ع	س
1	السنة الاولى	4.235	49	5.147	88	5.326	87
2	السنة الثانية	3.478	51	4.548	91	6.147	90
3	السنة الثالثة	3.986	53	6.478	92	3.456	92
4	السنة الرابعة	4.325	56	4.651	95	3.855	93

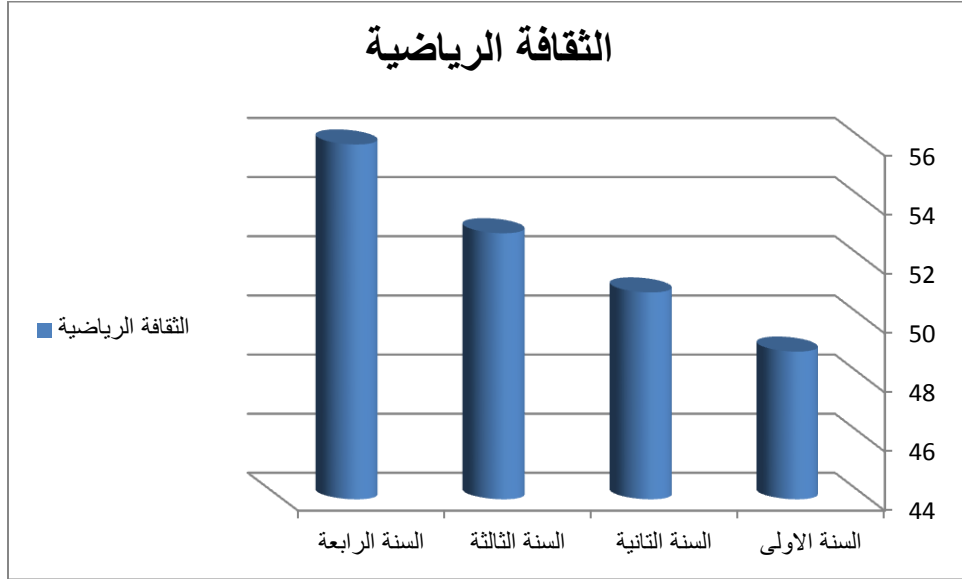
ن = 60

يتبين من الجدول () والشكل البياني (1) (2) (3) ان قيم المتوسطات الحسابية لمقياس الثقافة الرياضية تراوح ما بين (49) الى (56) لطلاب عينة البحث في حين تراوح الانحراف المعياري من (3.478) الى (4.325) كما تراوح المتوسط الحسابي لمقياس التوافق النفسي من (88) الى (95) في حين تراوح الانحراف المعياري من (4.651) الى (6.478) ويتبين ايضا ان المتوسطات الحسابية لنتائج قياس التوافق الاجتماعي تراوحت من (87) الى (93) وانحراف معياري تراوح من (3.456) الى (6.147) .

وتفسر الباحثة تلك النتائج والفروق بين المتوسطات في السنوات الدراسية الاربعة الى زيادة الثقافة الرياضية كل ما تقدم الطالب من سنة الى اخرى مما يدل على تأثير البرامج والانشطة التي تقدمها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي تعتبر من أهداف الكلية العامة وينعكس هذا المستوي على زيادة توافق طلاب عينة البحث في زيادة التوافق النفسي والاجتماعي لديهم.

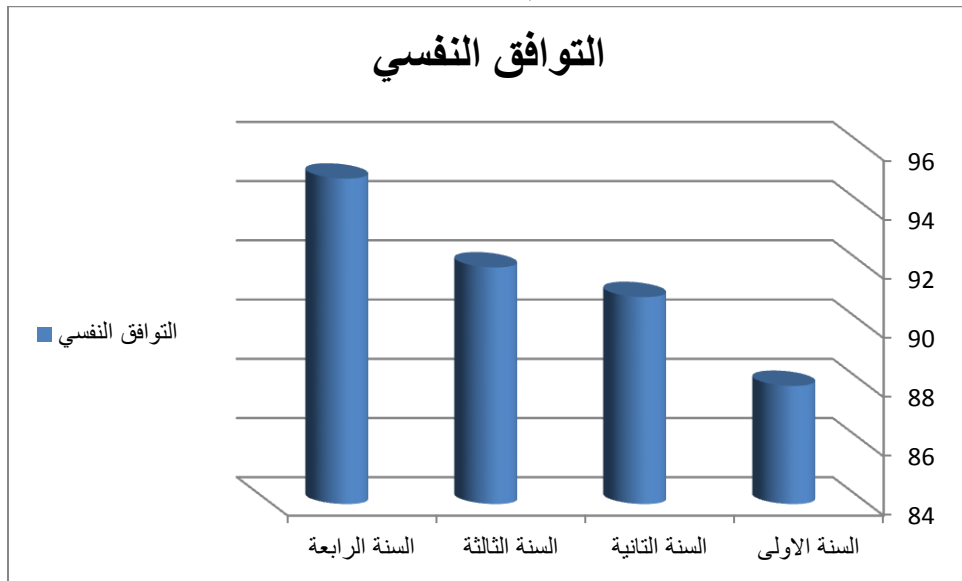
الشكل البياني (1)

يوضح المتوسط الحسابي لنتائج قياس الثقافة الرياضية لطلاب السنوات الدراسية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها



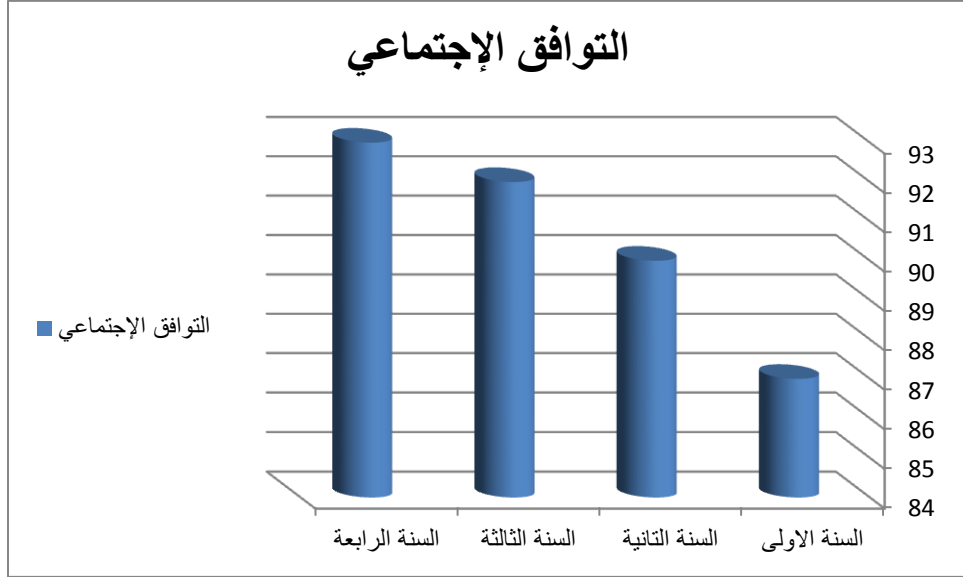
الشكل البياني (2)

يوضح المتوسط الحسابي لنتائج قياس التوافق النفسي لطلاب السنوات الدراسية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها



الشكل البياني (3)

يوضح المتوسط الحسابي لنتائج قياس التوافق الإجتماعي لطلاب السنوات الدراسية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها



عرض نتائج علاقة الارتباط بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لإفراد عينة البحث.

الجدول (4)

يوضح العلاقة بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب السنة الاولى بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة سبها

المتغيرات	الثقافة الرياضية	الدلالة
التوافق النفسي	0.744	دال
التوافق الاجتماعي	0.882	دال

يتبين من الجدول () ن قيمة معامل الارتباط بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي لدى أفراد عينة البحث بلغت (0.744) في حين بلغت قيمة معامل الارتباط بين الثقافة الرياضية والتوافق الاجتماعي (0.882) ومما سبق يتضح وجود علاقة ارتباط قوية وموجبة بين الثقافة والتوافق النفسي وكذلك وجود علاقة موجبة وقوية بين الثقافة الرياضية والتوافق الاجتماعي وكلا العلاقتين علاقة طردية بمعنى كل ما زاد مستوى الثقافة الرياضية ويزداد التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة كلا من ، (كواش، منيرة و بعوش، خالد، 2107) . (13)

والتي كشفت نتائجها عن لأثر الإيجابي للثقافة الرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي في شخصية الطلبة حيث تبين أن مستوى الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي متوسط لدى الطلبة، بالإضافة إلى أن العلاقة بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي طردية (موجبة) عالية أي أنه كلما زاد مستوى الثقافة الرياضية لدى الطالب زاد التوافق النفسي والاجتماعي في شخصيته

وتعازي الباحثة سبب ذلك إلى أن تأثير البرامج والانشطة التي تقدمها كلية للطلاب قد ساهمت في تعزيز الثقافة الرياضية لديكم وبالمقابل رسخت التوافق النفسي والاجتماعي ليهم، وخاصة إن الرياضة بشكل عام تساهم في توثيق أواصر الأخوة والمحبة بين الطلاب بشكل أكبر من غيرهم.

الفصل الثاني
الخاتمة

0/5 الاستنتاجات والتوصيات

1/5 الاستنتاجات

2/5 التوصيات

1/5 الاستنتاجات:

من خلال النتائج التي توصلت اليها الباحثة صيغت الاستنتاجات الآتية:

- 1- وجود علاقة ارتباط قوية وموجبة بين الثقافة والتوافق النفسي .
- 2- وجود علاقة موجبة وقوية بين الثقافة الرياضية والتوافق الاجتماعي وكلا العلاقتين علاقة طردية.
- 3- كل ما زاد مستوى الثقافة الرياضية ازداد التوافق النفسي والاجتماعي لدي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة سبها
- 4- تزداد الثقافة الرياضية كل ما تقدم الطالب من سنة الي اخرى مما يدل على تأثير البرامج والانشطة التي تقدمها كلية
- 5- من أهداف الكلية العامة هو زيادة توافق طلاب عينة البحث علي التوافق النفسي والاجتماعي لديهم.

2/5 والتوصيات:

من خلال نتائج البحث توصي الباحثة بالآتي:

- 1- ضرورة ترسيخ قيم الثقافة الرياضية لدي طلاب كلية التربية البدنية جامعة سبها والحث علي ممارسة النشاط الرياضي
- 2- توصي الباحثة بضرورة الاهتمام بنشر الثقافة الرياضية بين الطلبة من خلال دروس التربية الرياضية،
- 3- إجراء دراسات عن مدي تأثير الثقافة الرياضية بين فئات عمرية أخرى من مختلف شرائح المجتمع في نشر الثقافة والمعرفة الرياضية.

قائمة
المراجع
الاجنبية

أولاً : المراجع العربية

ثانياً: المراجع الاجنبية

أولاً : المراجع العربية

- 1- أمين الخولي، محمود عدنان؛ الثقافة الرياضية: (القاهرة دار الفكر العربي، 1996).
- 2- حسين احمد الشافعي؛ التربية الرياضية وقانون البيئة، ط1: (الإسكندرية، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، 2001).
- 3- خير الدين علي ، وعصام الهلالي؛ مصدر ساق ذكره، 2005، ص160-174.
- 4- داود عزيز حنا (وآخرون)؛ علم نفس الشخصية: (الموصل ، مطبعة دار الكتب للطباعة وللنشر، 1990).
- 5- رجي صابر ، تأثير الاعلام المرئي في تنمية الثقافة الرياضية لدي تلاميذ المرحلة الثانوية (15-17)سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة خيضر بالجزائر (2012)
- 6- شهاب احمد عكاب؛ اثر التمرينات والألعاب في التوافق النفسي والاجتماعي للتلاميذ بطيئي التعلم للصف الرابع الابتدائي،رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية ،جامعة ديالى 2004.
- 7- صالح العويب، عبدالستار عبدالصمد: قيم الثقافة البدنية لدي الشباب الجامعي بجامعة الزاوية ، مجلة علمية محكمة في علوم التربية البدنية والرياضة ، العدد السادس (2008)
- 8- صالح محمد علي ؛ سيكولوجية التنشئة الاجتماعية , (عمان دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة ,1998).

- 9- ظافر ناموس، و (آخرون)؛دراسة مقارنة بالتوافق النفسي ومستوى الأداء لدى لاعبي
المبارزة أثناء المنافسات، بحث منشور بمجلة الفتح ، كلية التربية الأساسية، جامعة
ديالى، 2008.
- 10- عبد الرحمن عدس ؛ علم النفس التربوي (نظرة عامة) و ط1(عمان ,دار الفكر
,1999).
- 11- عثمان محمود ، أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين
طلبة جامعة ديالى ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية الرياضية- جامعة
ديالى، 2009 .
- 12- غسان محمد صادق؛ مبادئ التربية والتربية الرياضية: (بغداد, دار الحكمة
للطباعة والنشر , 1990).
- 13- كواش، منيرة و بعوش، خالد،(2108) المصدرمجلة الحكمة للدراسات التربوية
والنفسية. مج. 5، ع. 11، سبتمبر 2017
- أثر الثقافة الرياضية في تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي في شخصية الطلبة
دراسة ميدانية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
- 14- محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998)

ثانيا: المراجع الأجنبية

- 15- Under Wood, G.L1 The Physical Education Curriculun in the
seondery school planning implementation ,the falner press .
Dover . 1993.

المزاجيات
السريرية
السريرية

استمارة استبيان

مقاييس التوافق النفسي

ت	العبارات	كثيرا	احيانا	نادرا
1.	الدي القدرة على ضبط النفس			
2.	استمتع بعملية التدريس			
3.	اشعر بضيق عندما يكون ادائي ضعيف			
4.	اشعر بحساسية نحو مدرسي			
5.	لدي ثقة كبيرة في القدرة على قيادة الاخرين			
6.	اكون سعيدا عندما ادرس بمفردي			
7.	استطيع ان اصف نفسي بانني شخص منكم			
8.	اتقبل تحمل المسؤولية			
9.	اشعر بالاستمتاع كلما زاد اهمية الدروس			
10.	اتقبل الدروس بسهولة			
11.	يتأبني الفلق يصعب العودة الى الحالة الطبيعية عند حدوث اشياء غير متوقعة في الدروس			
12.	في استطاعتي اداء التدريس بشدة عالية			
13.	اتعامل مع المنافسين من الطلاب بروح رياضية			
14.	يقلقني معتقده الاخرين نحوي			
15.	الفي اللوم علي الاخرين عند فشلي			
16.	انتظر الدروس بشوق كبير			
17.	يسهل اثارتي في مواقف الاداء الصعبة			
18.	انتقد طريقة التدريس التي يتبعها المدرسين			
19.	اميل الي عدم بدء الحديث مع الاخرين			
20.	يصعب علي مجاراة خشونة زملائي في القسم			
21.	اجد صعوبة في مناقشة زملائي في القسم			
22.	انا غير متأكد من نفسي			
23.	اعتذر عن الاشتراك في الاشياء التي لاتمير وفق ما ارغب			
24.	اتمتع بدرجة عالية من مستوى الاداء في الدروس			
25.	ارفض الدراسة مع لزملائي بالقسم			
26.	رغم انني نشط في الدروس لكل لا تعرف ماذا منافعل			
27.	استمتع بقدر كبير من الثقة بالنفس			
28.	مستوى ادائي لايتناسب مع قدرائي الحقيقية			
29.	اتجنب توجيه اللوم لاحد من زملائي بالقسم			
30.	اشعر بالثقة اثناء ممارسة النشاط الرياضي التنافسي			
31.	استطيع ان ابعث المرح بسهولة اثناء الدروس			
32.	اعتبر من الرياضيين الذين يساعدون المدرس اثناء درس الرياضية			
33.	اعتبر مستقرا انفعاليا			
34.	انا شخص عنيد			
35.	استشير مدرسي قبل اتخاذ القرارات المهمة			
36.	اعتقد ان قدرتي النجاح يتفوق في الدروس			
37.	مستعد لتحمل مسؤولياتي			
38.	اشعر بالملل وعدم الرغبة في الاشتراك في الدروس العملية			
39.	يصعب علي ان احد ما اقوله محاولة التعرف علي الاخرين			
40.	لدي قدرة علي التصرف السريع في المواقف الصعبة في الدروس			
41.	اقعد اعصابي بسرعة اذا استفزني المدرس من اول الدرس			
42.	اجد صعوبة في الاخرين نصفني			
43.	استطيع التحكم في انفعالاتي عند المواقف الصعبة في الدروس			
44.	استطيع ان احتفظ بهدوني رغم مضايقة الاخرين لي			

مقياس التوافق النفسي والاجتماعي

ت	العبارات	كثيراً	أحياناً	نادراً
1	لدي القدرة على ضبط النفس.			
2	استمتعت بعملية التدريس.			
3	اشعر بضيق عندما يكون أدائي ضعيف.			
4	اشعر بحساسية نحو مدرسي.			
5	لدي ثقة كبيرة في القدرة على قيادة الآخرين.			
6	أكون سعيداً عندما ادرس بمفردي.			
7	استطيع أن اصف نفسي بأنني شخص متكلم.			
8	أقبل تحمل المسؤولية.			
9	اشعر بالاستمتاع كلما زاد أهمية الدروس			
10	أقبل الدروس بسهولة.			
11	ينتابني القلق ويصعب العودة إلى الحالة الطبيعية عند حدوث أشياء غير متوقعة في الدروس.			
12	في استطاعتي أداء التدريس بشدة عالية.			
13	أتعامل مع المنافسين من الطلاب بروح رياضية.			
14	يقلقني ما يعتقد الآخرون نحوي.			
15	القي اللوم على الآخرين عند فشلي.			
16	انتظر الدروس بشوق كبير.			
17	يسهل إثارتي في مواقف الأداء الصعبة.			
18	انتقد طريقة التدريس التي يتبعها المدرسين			
19	إميل إلى عدم بدء الحديث مع الآخرين.			
20	يصعب علي مجارة خشونة زملائي في القسم			
21	أجد صعوبة في مناقشة زملائي في القسم.			
22	أنا غير متأكد من نفسي.			

			اعتذر عن الاشتراك في الأشياء التي لا تفسر وفق ما ارجب.	23
			أتمتع بدرجة عالية من مستوى الأداء في الدروس	24
			ارفض الدراسة مع زملائي بالقسم.	25
			رغم إنني نشط في الدروس لكن لا تعرف ماذا سأفعل.	26
			استرد حالتي الطبيعية سريعاً بعد انتقاد المدرس	27
			استمتع بقدر كبير من الثقة بالنفس.	28
			مستوى أدائي لا يتناسب مع قدراتي الحقيقية.	29
			أتجنب توجيه اللوم لأحد من زملائي بالقسم	30
			اشعر بالثقة أثناء ممارسة النشاط الرياضي التنافسي.	31
			استطيع أن ابعث المرح بسهولة أثناء الدروس	32
			اعتبر من الرياضيين الذين يساعدون المدرس أثناء درس التربية الرياضية	33
			اعتبر مستقراً انفعالياً.	34
			أنا شخص عنيد.	35
			استشير مدرسي قبل اتخاذ القرارات المهمة.	36
			اعتقد إن في قدرتي النجاح بتفوق في الدروس	37
			مستعد لتحمل مسؤولياتي.	38
			اشعر بالملل وعدم الرغبة في الاشتراك في الدروس العملية	39
			يصعب عليّ إن أجد ما أقوله عند محاولة التعرف على الآخرين.	40
			لدي قدرة على التصرف السريع في المواقف الصعبة في الدروس	41
			افقد أعصابي بسرعة إذا استفزني المدرس من أول الدرس	42

			أجد صعوبة في كسب الآخرين لصففي.	43
			استطيع التحكم في انفعالاتي عند المواقف الصعبة في الدروس	44
			استطيع أن احتفظ بهدوئي رغم مضايقة الآخرين لي.	45