

الثقافة الرياضية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
أ.م.د نغم خالد الخفاف

Naghham_alkhafaf75@yahoo.com

م.د مقداد طارق حامد

Mikdad71@uomosul.edu.iq

الكلمات المفتاحية (الثقافة الرياضية، الصحة النفسية)
المستخلص باللغة العربية:

يهدف البحث الى التعرف على كل من الثقافة الرياضية والصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ومن ثم التعرف على العلاقة بين المتغيرين لدى افراد عينة البحث. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته وطبيعة البحث، اشتمل مجتمع عينة البحث على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، والبالغ عددهم (٧٦٦) طالب، اما عينة البحث بلغ عددها (١٥٣) طالب، وتم استبعاد (١٠) طالبا تجربة استطلاعية، واستخدم الباحثان مقياسين هما: مقياس الثقافة الرياضية الذي تم بتصحيحه وتعديله من قبل (Ahmed&Mahdi,2012)، ومقياس الصحة النفسية المعد من قبل (خليل، ٢٠٠٦)، وبعد التأكد من صدق وثبات المقياسين تم معالجة البيانات التي حصل عليها الباحثان إحصائيا باستخدام (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط ليرسون، والاختبار التائي، والمتوسط الفرضي، وقانون النسبة المئوية)، وفي ضوء النتائج التي حصل عليها الباحثان تم التوصل إلى عدد من الاستنتاجات منها:

- توجد فروق معنوية بين طلاب المرحلة الاولى والمراحل (الثانية- والثالثة- والرابعة) في الثقافة الرياضية.
- لا توجد فروق معنوية بين طلاب المرحلة الثانية والمرحلة الثالثة في الثقافة الرياضية.
- توجد فروق معنوية بين طلاب المرحلة الثانية والمرحلة الرابعة في الثقافة الرياضية.
- توجد فروق معنوية بين طلاب المرحلة الثالثة والمرحلة الرابعة في الثقافة الرياضية.
- ان طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لديهم متوسط الصحة النفسية اقل من المتوسط الفرضي للمقياس، وهذا يدل على ان النتيجة سلبية.

Sports culture and its relationship to mental health for students of the College of Physical Education and Sports Sciences

Prof. Nagham Khalid Al-Khafaf

Naghham_alkhafaf75@yahoo.com

M. Mikdad Tariq Hamid

Mikdad71@uomosul.edu.iq

Keywords: (Sports culture, Psychological health)

Abstract in Arabic:

The research aims to identify both sports culture and mental health among students of the College of Physical Education and Sports Sciences, and then to identify the relationship between the two variables among the members of the research sample. The two researchers used the descriptive method of the survey method for its suitability and the nature of the research. The research sample community included students of the College of Physical Education and Sports Sciences, who numbered (766) students, and the research sample numbered (153) students, and (10) students were excluded as an exploratory experiment, and the two researchers used Two scales: The Sports Culture Scale, which has been corrected and modified before

(Ahmed&Mahdi,2012) And the mental health scale prepared by (Khalil, 2006), and after confirming the validity and reliability of the two scales, the data obtained by the researchers were statistically processed using (the arithmetic mean, standard deviation, simple correlation coefficient of Lerson, the T-test, the hypothetical average, and the percentage law). In light of the results obtained by the researchers, a number of conclusions were reached, including:

- There are significant differences between students in the first stage and the (second - third - and fourth) stages of sports culture.

- There are no significant differences between students of the second and third stage in the sports culture.

There are significant differences between students in the second and fourth stage in sports culture.

There are significant differences between students in the third and fourth stage in sports culture.

- The students of the College of Physical Education and Sports Sciences have a mental health average less than the hypothetical average for the scale, and this indicates that the result is negative.

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

تعد الثقافة الرياضية في عصرنا الحديث من متطلبات التقدم العلمي والتكنولوجي والادال على رقى الامم وتحضرها خاصة لما لها من دور فعال في اعداد الفرد كمواطن صالح الامر الذي يفرض على المؤسسات الحكومية اعادة النظر في طرائق بناء الفرد من جديد ليسهم بفاعلية في تحقيق التنمية الشاملة وتذليل المشكلات التي تعوق المجتمع في سباقه مع الدول المتقدمة وقضية بناء الفرد قضية تربوية لا يقتصر تحقيقها على مؤسسة معينة في المجتمع (خويلة، ٢٠١٦، ٢١١) " لان الثقافة الرياضية هي احدى اصناف الثقافة العامة التي تعتمد على الثقافة العريضة المبنية على مختلف نواحي المعرفة الانسانية، وبتعبير اخر ان الثقافة الرياضية هي ثقافة فكرية تخصصية في المجال الرياضي ولا تبلغ مداها التطبيقي الا بعد ان تعتمد على ثقافات تخصصية اخرى، فالثقافة الصحية والسياسية والفنية والاجتماعية وغيرها تشكل معا الثقافة العامة الضرورية لبناء الشخصية الثقافية الرياضية " (العلي، ٢٠٠١، ٥٦)

اذ تعد التربية البدنية والرياضية من الممارسات المحببة الى نفوس الافراد جميعا باختلاف مستوياتهم الثقافية والاجتماعية والعمرية لكونها تساهم في ايجاد فرد لائق من الناحية الانفعالية والصحية ولأنها تنسم بروح الايثار والتضحية والتعاون وادراك الذات وتلك المرتكزات لا تحقق الا بشيوع ثقافة رياضية وصحة نفسية تدعو لها وتقربها الى اذهان الجميع، كما ان هذه المفاهيم لا تنتشر الا بوجود فرد مثقف يستند في ثقافته الرياضية على المتابعة الجدية لما ينشر في وسائل الاعلام الرياضي، فالفرد الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة يستطيع ان يدرك قابلياته ويفهم حدودها ويدرك ما هو مطلوب منه من المجتمع الرياضي، وبالتالي يسلك السلوكيات الرياضية والاجتماعية المناسبة التي تجعل المجتمع يراه فردا سويا، ومن خلال عمل الباحثان كندريسيين في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لاحظا وجود ضعف في الثقافة الرياضية والصحة النفسية لدى الطلاب الامر الذي ادى الى اجراء هذه الدراسة لمعرفة مستوى الثقافة الرياضية والصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الذين يشكلون القاعدة الاساسية في بناء وتنمية مجتمع رياضي من جميع الجوانب.

٢-١ مشكلة البحث:

الصحة النفسية لا تقل اهمية عن الصحة العامة للفرد المتمثل بالطالب بل ان من الممكن ان تكون الكثير من مسببات الامراض العضوية بسبب بعض الامراض النفسية او قلة المعرفة بالثقافة الرياضية التي تؤدي الى ظهور العديد من الضغوط النفسية وعدم الثقة بالنفس الذي يتحول فيما بعد الى وضع نفسي متسبب بسلوكيات سلبية تظهر على الفرد.

لذا تعد الثقافة الرياضية وسيلة في تطوير الجوانب الاجتماعية والتربوية والصحية والمعرفية للأفراد الممارسين للأنشطة الرياضية، حيث ان الطلاب قادمون من بيئات مختلفة في ثقافتها وعاداتها وتقاليدها وعقائدها والتي بدورها قد تؤثر على ثقافتهم الرياضية وصحتهم النفسية.

ومن هنا تكمن مشكلة البحث الحالي في محاولة الإجابة عن التساؤلات التالية:

- هل هناك اختلاف في مستويات الثقافة الرياضية بين طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة؟
- هل تتوافر لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة صحة نفسية عالية او واطنة ام متوسطة؟
- ماهي علاقة الثقافة الرياضية بالصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة؟

٣-١ اهداف البحث:

١-٣-١ التعرف على مستوى الثقافة الرياضية والصحة النفسية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٢-٣-١ التعرف على العلاقة بين مستوى الثقافة الرياضية والصحة النفسية لدى افراد عينة البحث.

٤-١ فرضية البحث:

١-٤-١ لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في مستوى الثقافة الرياضية والصحة النفسية.

٥-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٢-٥-١ المجال المكاني: قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

٣-٥-١ المجال الزمني: للفترة من ٢٠١٩/٣/١٠ ولغاية ٢٠١٩/٤/١٥.

٢- منهج البحث واجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، والبالغ عددهم (٧٦٦) طالبا وطالبة، اما عينة البحث فقد اشتملت على طلاب المراحل الاربعة، وتم اخذ نسبة (٢٠%) من كل مرحلة، اذ بلغت العينة (١٥٣) طالبا، وتم استبعاد (١٠) طلاب تجربة استطلاعية، موزعين كما مبين في الجدول (١).

الجدول (١)

يبين العدد الكلي لأفراد مجتمع البحث وعينته

ت	المراحل	عدد الطلاب الكلي	العينة	النسبة المئوية
١	الأولى	٢١٩	٤٤	٢٨,٥٩
٢	الثانية	٢٨٥	٥٧	٣٧,٢١
٣	الثالثة	١٩١	٣٨	٢٤,٩٣
٤	الرابعة	٧١	١٤	٩,٢٧
	المجموع	٧٦٦	١٥٣	%١٠٠

٣-٢ أدوات البحث:

١-٣-٢ مقياس الثقافة الرياضية:

استخدم الباحثان مقياس الثقافة الرياضية التي قام بأعداده كل من (القدومي والعمد، ٢٠١٧) وهو مطبق على البيئة الفلسطينية، والمتكون من (٢٥) فقرة، وان مقياس الثقافة الرياضية الذي طبقه (القدومي والعمد) مأخوذ من البيئة العراقية والمطبق من قبل (Shahada,2009) في جامعة ديالى، اذ تكون المقياس من (٢٧) فقرة، ومن ثم قام بتعديله وتصحيحه في دراسة (Ahmed& Mahdi. 2012) بما يتناسب مع البيئة العراقية، وتكون من (٢٥) فقرة، وكانت الاجابة على فقرات المقياس حسب تدرج ليكرت الثلاثي وهي وافق (٣)، وافق احيانا (٢)، لا وافق (١)، للفقرات الايجابية، ومعكوسة للفقرات السلبية، واقتربت الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٢٥-٧٥) درجة، اما بالنسبة لمستويات الثقافة الرياضية كانت كالآتي:

- ٨٠% فاكثر مستوى الثقافة الرياضية عالي جدا.
- ٧٩،٩ - ٧٠% مستوى الثقافة الرياضية عالي.
- ٦٩،٩ - ٦٠% مستوى الثقافة الرياضية متوسط.
- ٥٩،٩ - ٥٠% مستوى الثقافة الرياضية منخفض.
- ٥٠% مستوى الثقافة الرياضية منخفض جدا.

٢-٣-٢ مقياس الصحة النفسية:

استخدم الباحثان مقياس الصحة النفسية المعد من قبل (خليل، ٢٠٠٦) والذي يتضمن (٣٣) فقرة ويتكون المقياس من ثلاثة بدائل للإجابة (دائماً، احياناً، ابداً) ويقابلها في سلم الدرجات (٣، ٢، ١) عندما يكون اتجاه الفقرة ايجابياً وبالعكسها تعطي الفقرات التي يكون اتجاهها سلبياً وبذلك تراوحت الدرجة على المقياس بين (٣٣-٩٩) درجة هو مطبق على البيئة العراقية.

٤-٢ صدق المقياس:

تحقق الباحثان من صدق المقياسين عبر الصدق الظاهري (المحكمين)، اذ يشير (الصميدعي وآخرون، ٢٠١٠) الى انه "يمكن حساب صدق الاختبار بعرض عبارات المقياس او الاختبار على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار فإذا قال الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه فان الباحث يستطيع الاعتماد على حكم الخبراء". (الصميدعي وآخرون، ٢٠١٠، ١١٧)

١-٤-٢ الصدق الظاهري:

" يعد الصدق الظاهري للفقرات ضرورياً، لأنه يؤشر مدى تمثيل الفقرة ظاهرياً للاسمة التي أعدت لقياسها، فالفقرة الجيدة في صياغتها والتي ترتبط بالاسمة لموضوع البحث، تسهم في رفع قوتها التمييزية ومعامل صدقها ". (الكبيسي، ٢٠٠١، ١٧١)

لذا تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياسين (الثقافة الرياضية، والصحة النفسية) من خلال عرضهما على عدد من الخبراء من ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (١) ضمن اختصاص علم النفس الرياضي لغرض تقويمهما والحكم على صلاحيتهما، ومدى ملائمتها لأفراد عينة البحث، وتم استخراج الصدق الظاهري (صدق الخبراء) للمقياس، من خلال قانون النسبة المئوية، إذ يشير بلوم إلى أنه " يمكن الاعتماد على موافقة آراء الخبراء بنسبة (٧٥%) فأكثر في مثل هذا النوع من الصدق " (بلوم وآخرون، ١٩٨٣، ١٢٦)، وقد حظي كلا المقياسين بنسبة قدرها (٩٠%) من موافقة السادة الخبراء.

٥-٢ التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (١٠) طلاب، وتم اختيارهم من المجتمع الأصلي علماً أنهم لم يكونوا من عينة البحث، وكان الهدف من التجربة هو ما يأتي:

- التعرف على ملائمة الفقرات لكلا المقياسين المعدة لهذا الغرض.
- مدى وضوح الفقرات للمستجوب.

٦-٢ ثبات المقياس:

تعد الأداة ثابتة اذا أعطت النتائج نفسها في قياسها للظاهرة لمرات عديدة (العجيلي وآخرون، ١٩٩٠، ١٤٣) وبغية الحصول على ثبات المقياس قام الباحثان بتوزيع المقياس على عينة من (٣٠) طالب كاختبار اولي ثم اعيد الاختبار نفسه بعد مرور (١٠) ايام من الاختبار الاول على العينة نفسها اذ تشير بعض المصادر الى ان الفترة ما بين التطبيق الاول للأداة والتطبيق الثاني لها يجب ان لا يتجاوز اسبوعين- ثلاثة اسابيع، وبعد جمع البيانات تمت معالجتها احصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون ظهرت قيمة (r) المحتسبة (٠،٨٢) وهذا يدل على وجود ارتباط وبالتالي وجود معامل ثبات للمقياس. اذ ظهرت قيمة (r) المحتسبة (٠،٨٢) لمقياس الثقافة الرياضية، اما قيمة (r) المحتسبة لمقياس الصحة النفسية فقد بلغت (٠،٨٦)، وهذا يدل على وجود ثبات لكلا المقياسيين.

٧-٢ تطبيق مقياسي الثقافة الرياضية والصحة النفسية

تم تطبيق المقياسيين على عينة مكونة من (١٥٣) طالبا، ودون تحديد وقت ثابت للإجابة على كل من المقياسيين، وزعت عليهم كراسات المقياسيين اذ تم شرح طريقة الإجابة على فقرات المقياسيين، وذلك بوضع علامة (✓) أمام كل فقرة، وتحت البديل الذي يراه مناسبا، وتم التأكيد عليهم للإجابة على جميع فقرات المقياسيين بكل دقة وأمانة، علما ان الإجابة تكون على كراسة المقياسيين نفسه، ثم تم جمع كراسات المقياسيين من المختبرين، وتم تصحيحهما، وبهذا تكون درجة المختبر على المقياسيين هي مجموع درجاتهم على فقرات المقياسيين جميعا، ملحق (١)

٨-٢ الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

استخدم الباحثان البرنامج الإحصائي (Spss) من اجل أيجاد الوسائل الإحصائية الخاصة بمتغيرات البحث وتم حساب كل من: (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط لـ(بيرسون)، واختبار (T) لعينة واحدة). (عمر وآخرا، ٢٠٠١، ٨٨-٩٠)

١-٣ عرض النتائج ومناقشتها:

بعد جمع البيانات التي حصل عليها الباحثان وللتحقق من صحة فرضية البحث، رصدت نتائج مقياسي الثقافة الرياضية والصحة النفسية لدى افراد عينة البحث، وتم تحليل البيانات إحصائيا على النحو التالي:

١-١-٣ عرض نتائج الهدف الاول:

اراد الباحثان التعرف الى مستوى الثقافة الرياضية لدى افراد عينة البحث والجدول (٢) يبين ذلك:

الجدول (٢)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحتسبة و(Sig) لعينة البحث في مقياس الثقافة الرياضية

المراحل	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t) المحسوبة	Sig
الاولى	٥٦،٧٦٧	١٠،٣٨٧	٣٥،٨٣٧	٠،٠٠٠
الثانية	٦٤،٣٠٠	٧،٥٧٢	٢٦،٨٥١	٠،٠٠٠
الثالثة	٦٣،٤٢٨	٥،٨١٤	٥٧،٧٢٢	٠،٠٠٠
الرابعة	٧٠،٢٣٠	٢،٢٣٢	١٦٠،٣٩٨	٠،٠٠٠

*معنوي عند مستوى معنوية (٠،٠٥)

يتبين من الجدول (٢): ان قيم المتوسط الحسابي لإجابات عينة البحث (المرحلة الاولى) عن مقياس الثقافة الرياضية بلغت (٥٦،٧٦٧) درجة، وانحراف معياري قدره (١٠،٣٨٧) درجة، فيما بلغت قيمة اختبار (t) المحتسبة لعينة واحدة (٣٥،٨٣٧) درجة، واما القيمة الاحتمالية بلغت (٠،٠٠٠)، وهي قيمة اصغر من قيمة

مستوى المعنوية (٠,٠٥)، مما يدل على ان الفرق معنوي، اما قيم المتوسط الحسابي لإجابات (المرحلة الثانية) بلغت (٦٤,٣٠٠) درجة، وبانحراف معياري قدره (٧,٥٧٢) درجة، فيما بلغت قيمة اختبار (t) المحتسبة لعينة واحدة (٢٦,٨٥١) درجة، والقيمة الاحتمالية بلغت (٠,٠٠٠)، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى المعنوية (٠,٠٥)، مما يدل على ان الفرق معنوي، اما قيم المتوسط الحسابي لإجابات (المرحلة الثالثة) بلغت (٦٣,٤٢٨) درجة، وبانحراف معياري قدره (٥,٨١٤) درجة، فيما بلغت قيمة اختبار (t) المحتسبة لعينة واحدة (٥٧,٧٢٢) درجة، والقيمة الاحتمالية بلغت (٠,٠٠٠)، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى المعنوية (٠,٠٥)، مما يدل على ان الفرق معنوي، اما قيم المتوسط الحسابي لإجابات (المرحلة الرابعة) بلغت (٧٠,٢٣٠) درجة، وبانحراف معياري قدره (٢,٢٣٢) درجة، فيما بلغت قيمة اختبار (t) المحتسبة لعينة واحدة (١٦٠,٣٩٨) درجة، والقيمة الاحتمالية بلغت (٠,٠٠٠)، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى المعنوية (٠,٠٥)، مما يدل على ان الفرق معنوي.

٣-١-١-١ عرض نتائج قيمة (F) المحتسبة وأقل فرق معنوي (L.S.D.) لعينة البحث في الثقافة الرياضية:

جدول (٣)

يبين تحليل التباين لإيجاد الفروق بين المراحل لعينة البحث في مقياس الثقافة الرياضية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحتسبة	مستوى الدلالة
بين المجاميع	٣٠٢٣,٤٨٢	٣	١٠٠٧,٨٢٧	١٧,٠٥٩	٠,٠٠٠
داخل المجاميع	٦٠٨٥,٢٤٧	١٠٣	٥٩,٠٨٠		
المجموع الكلي	٩١٠٨,٧٢٩	١٠٦			

*معنوي عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

يتبين من الجدول (٣): ان قيمة (F) المحتسبة بين عينة البحث في مقياس الثقافة الرياضية فقد بلغت (١٧,٠٥٩)، اما القيمة الاحتمالية قد بلغت (٠,٠٠٠)، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى الدلالة (٠,٠٥)، ويدل ذلك على وجود فرق معنوي بين المراحل الاربعه لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ولعرض معرفة اين تكمن تلك الفروق لجأ الباحثان إلى استخدام اختبار قيمة اقل فرق معنوي L.S.D على اساس مقارنتها مع الأوساط الحسابية لعينة البحث فظهرت النتائج كما مبين في الجدول ادناه.

الجدول (٤)

يبين أقل فرق معنوي (L.S.D.) للثقافة الرياضية لعينة البحث

المجاميع	المراحل الدراسية	فرق الأوساط	الخطأ المعياري	أقل فرق معنوي قيمة (L.S.D)	مستوى الدلالة
المرحلة الأولى	المرحلة الثانية	٧,٥٣٢	٢,٦٩٨	٠,٠٠٦	معنوي
	المرحلة الثالثة	٦,٦٦١	١,٨٦٦	٠,٠٠١	معنوي
	المرحلة الرابعة	١٣,٤٦٣	١,٩٠٩	٠,٠٠٠	معنوي
المرحلة الثانية	المرحلة الثالثة	٠,٨٧١	٢,٨٣١	٠,٧٥٩	غير معنوي
	المرحلة الرابعة	٥,٩٣٠	٢,٨٦٠	٠,٠٠٤١	معنوي
المرحلة الثالثة	المرحلة الرابعة	٦,٨٠٢	٢,٠٩٣	٠,٠٠٢	معنوي

*معنوي عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

يتبين من الجدول (٤): ان اقل فرق معنوي بين المرحلة الاولى والمرحلة الثانية قد بلغ (٠,٠٠٦)، وبين المرحلة الاولى والمرحلة الثالثة قد بلغ (٠,٠٠١)، وبين المرحلة الاولى والمرحلة الرابعة قد بلغ (٠,٠٠٠)، ويدل ذلك على وجود فرق معنوي، وبين المرحلة الثانية والمرحلة الثالثة قد بلغ (٠,٧٥٩) وهي قيمة اكبر من قيمة مستوى الدلالة (٠,٠٥)، اذ يدل على عدم وجود فرق معنوي، اما بالنسبة للمرحلة الثانية والمرحلة الرابعة قد بلغ (٠,٠٤١)، وبين المرحلة الثالثة والمرحلة الرابعة (٠,٠٠٢)، اذ يدل ذلك على وجود فرق معنوي.

ويعزو الباحثان نتائج ظهور الفروق المعنوية بين المرحلة الاولى والمراحل (الثانية- والثالثة- والرابعة) وبين المرحلة الثانية والرابعة، وبين المرحلة الثالثة والرابعة الاسباب الى اكتساب الطلاب في كل مرحلة الخبرات المتنوعة اثناء مسيرتهم الدراسية، حيث ان المواد النظرية والعملية التي يدرسونها الطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة تحقق العديد من الفوائد الايجابية التي تنمي وتطور الثقافة الرياضية في كل مرحلة من المراحل الدراسية، وتساعدهم ايضا الثقافة الرياضية على تعبئة قدراتهم وطاقتهم لتحقيق الافضل، وتزيد من وعيهم الثقافي في الرياضات المختلفة واسلوب ممارستها وطريقة ادائها، ونعزو السبب ايضا الى الدور الكبير للهيئة التدريسية في عملية التوجيه والارشاد والتنقيف وتقديم المساعدة للطلبة في الوصول لما يريدونه من معلومات، وهذا يتفق مع (علي، ٢٠١٥) " حيث ان إعداد الفرد وتقويم سلوكه جسديا ونفسيا وأخلاقيا واجتماعيا وفنيا واكتسابه الخصائص والسمات البيولوجية والأخلاقية والاجتماعية والفنية والعلمية والاقتصادية كل ذلك يتم عن طريق المعرفة الرياضية اي المعلومات التي يمتلكها الفرد وتشمل معرفة قواعد وقوانين وخطط الألعاب التي تخص المجال الرياضي. (علي، ٢٠١٥، ٢٦٠-٢٦١) اما بالنسبة الى نتائج المرحلة الثانية والثالثة اظهرت بعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية يعزوه الباحثان الى تقارب المستوى الثقافي بين الطلاب مما ادى عدم ظهور فروق معنوية بين المرحلتين.

٣-١-٢ عرض نتائج تقييم درجة الصحة النفسية لدى عينة البحث:

لأجل تقييم درجة مقياس الصحة النفسية لدى عينة البحث قام الباحثان بإيجاد درجة المتوسط الفرضي للمقياس (*)، ومقارنتها بدرجة الوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على المقياس، وسوف يصنف الى صحة نفسية عالية، وصحة نفسية منخفضة او متوسطة، وعلى أساس أن قيمة وسط العينة الذي يفوق قيمة المتوسط الفرضي للمقياس بصورة معنوية هو صحة نفسية عالية، فيما تمثل القيمة غير المعنوية صحة نفسية ضمن حدود المتوسط الفرضي، اما قيم وسط العينة الأدنى من قيمة المتوسط الفرضي للمقياس بصورة معنوية فتمثل صحة نفسية منخفضة، والجدول (٥) يبين ذلك.

الجدول (٥)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي وقيمة اختبار (t) المحتسبة وقيمة (sig) لعينة البحث في مقياس الصحة النفسية

المؤشرات احصائية المقياس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة (t) المحتسبة	قيمة (sig)
الصحة النفسية	١٥٣	٦٠,٣٢٠	٩,٢٨١	٦٦	٣,٥٨٣	*٠,٠٠٠

*معنوي عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

يتبين من الجدول (٥): ان قيم المتوسط الحسابي لإجابات عينة البحث عن مقياس الصحة النفسية بلغ (٦٠,٣٢٠) درجة، وبانحراف معياري قدره (٩,٢٨١) درجة، وعند اختبار معنوية الفروق بين متوسط درجات العينة، والمتوسط الفرضي للمقياس البالغة (٦٦) درجة، فيما بلغت قيمة اختبار (t) المحتسبة لعينة

(*) المتوسط الفرضي للمقياس:

= مجموع أوزان البدائل x عدد الفقرات ÷ عدد البدائل (علاوي، ١٩٩٨، ١٤٦)

واحدة (٣,٥٨٣) درجة، والقيمة الاحتمالية بلغت (٠,٠٠٠٠)، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى المعنوية (٠,٠٥)، مما يدل على ان الفرق معنوي، ولمصلحة المتوسط الفرضي، وهذا يدل على ان الطلاب لا يتمتعون بمستوى عالي من الصحة النفسية اي ان النتيجة سلبية، وبذلك يعزو الباحثان الى عدم المتابعة المستمرة لسلوكيات وتصرفات الطلاب من قبل انفسهم وعدم قدرتهم على تجاوز الضغوطات التي يتعرضون لها اثناء الدروس العملية والنظرية وبذلك يولد لديهم ردة فعل سلبية تجاه صحتهم النفسية.

٣-١-٣ عرض نتائج الهدف الثاني:

قام الباحثان بايجاد العلاقة بين الدرجة الكلية لمقياس مستوى الثقافة الرياضية والصحة النفسية، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط البسيط (ليبرسون) بين درجتي المقياسين، وكما مبين في الجدول ادناه.

الجدول (٦)

يبين معامل الارتباط البسيط (ليبرسون) بين الدرجة الكلية لمقياسي الثقافة الرياضية والصحة النفسية لدى عينة البحث

قيمة (sig)	قيمة (R) المحتسبة	العينة	المؤشرات الاحصائية المقياس
*٠,٠٠٠٠	٠,٨٣٦	١٥٣	الثقافة الرياضية الصحة النفسية

* معنوي عند مستوى معنوية (٠,٠٥)

يتبين من الجدول (٦): انه تم استخدام معامل الارتباط البسيط (R) لمعرفة العلاقة بين المتوسطات لمقياسي الثقافة الرياضية والصحة النفسية، اذ بلغت قيمة (R) المحتسبة (٠,٨٣٦)، وبلغت قيمة مستوى الاحتمالية (٠,٠٠٠٠)، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى المعنوية (٠,٠٥)، مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين المقياسين.

ويعزو الباحثان النتائج التي حصلوا عليها من خلال علاقة الارتباط بين الثقافة الرياضية والصحة النفسية الى المستويات العليا التي يتميز بها الكادر التدريسي القائم بالعملية التعليمية في المجال الرياضي والعمل على توعية الطلاب بأهمية الرياضة في الجانب الصحي والنفسي، فضلا عن كون ان الثقافة الرياضية تعتبر من الثقافات المهمة في العالم والتي تعكس التطورات التي تحدث في المجتمع الرياضي، اضافة الى ذلك زيادة الوعي لدى الطلاب باعتبارهم شريحة متقدمة في المجتمع ومتفهمة ومتعلمة وتعي ثقافة الرياضة وكيفية ممارسة الانشطة الرياضية التي تسهم في خدمة المجتمع بصورة عامة وسلوكيات وتصرفات الطلاب بصورة خاصة بما يناسب امكانياتهم وقدراتهم في جميع جوانب الحياة، وهذا يتفق مع (هاشم، ٢٠١٦) " كون ان الصحة النفسية تعبر عن توافق نفسي ديناميكي مستمر يتضمن سلوكيات الفرد وتوازنه واشباع حاجاته وتحقيق مطالبه وهذا لا يتحقق الا من خلال امتلاك الافراد الكم الهائل من المعلومات الرياضية التي تؤهلهم للتناغم مع الظروف المحيطة بهم" (هاشم، ٢٠١٦، ١١)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- توجد فروق معنوية بين طلاب المرحلة الاولى والمراحل (الثانية- والثالثة- والرابعة) في الثقافة الرياضية.
- لا توجد فروق معنوية بين طلاب المرحلة الثانية والمرحلة الثالثة في الثقافة الرياضية.
- توجد فروق معنوية بين طلاب المرحلة الثانية والمرحلة الرابعة في الثقافة الرياضية.
- توجد فروق معنوية بين طلاب المرحلة الثالثة والمرحلة الرابعة في الثقافة الرياضية.
- ان طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لديهم متوسط الصحة النفسية اقل من المتوسط الفرضي للمقياس، وهذا يدل على ان النتيجة سلبية.

٤-٢ التوصيات:

- إجراء المزيد من الدراسات التي تتطرق الى هذا الموضوع نظرا لأهميته وقلة الدراسات التي تتعلق به.
- ضرورة الاهتمام بنشر الثقافة الرياضية بين الطلاب ولجميع الألعاب الرياضية من خلال دروس التربية الرياضية، وعدم الاقتصار على بعضها.
- الاهتمام بالثقافة الرياضية واعتمادها مادة دراسية ضمن مناهج التدريس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لما لها من دور أساسي في توعية وتنقيف هذه الشريحة المهمة من الطلبة.
- ضرورة اعطاء موضوع الصحة النفسية لدى الطلاب اولوية كبير ضمن مناهج التربية الرياضية كونها في تماس مع شخصية وسلوكيات ونفسية الطلاب.

المصادر العربية والاجنبية:

المصادر العربية:

- ١- بلوم، بنيامين وآخرون (١٩٨٣): " تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني "، ترجمة محمد أمين المفتي وآخرون، دار ماكروهيل، القاهرة، مصر.
- ٢- خليل، عفراء ابراهيم (٢٠٠٦): " المناخ الاسري وعلاقته بالصحة النفسية للأبناء "، بحث منشور في مجلة كلية التربية الاساسية، العدد (٤٩)، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- ٣- خويلة، خلود حمود (٢٠١٦): " مستوى الثقافة الرياضية والصحية لدى المشرفين التربويين في وزارة التربية والتعليم "، بحوث مؤتمر كلية التربية الرياضية الحادي عشر، الجامعة الاردنية، عمان، الاردن.
- ٤- الصميدعي، لؤي غانم وآخرون (٢٠١٠): " الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي "، ط١، اربيل.
- ٥- العجيلي، صباح حسين وآخرون (١٩٩٠): " التقويم والقياس "، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.
- ٦- علاوي، محمد حسن (١٩٩٨): " موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين "، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٧- علي، جرمون (٢٠١٥): " مستويات الثقافة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة ورقلة "، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، العدد (٢٠)، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.
- ٨- العلي، فخري شريف (٢٠٠١): " مستوى الثقافة الصحية لدى الطلبة في نهاية المرحلة الاساسية العليا في المدارس الحكومية في جنين "، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- ٩- عمر، وآخرا (٢٠٠١): " الإحصاء التعليمي في التربية البدنية والرياضية "، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٠- القدومي، محمد والعمد، سليمان (٢٠١٧): " مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالهوية الرياضية لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية "، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، المجلد (٣١)، العدد (١)، نابلس، فلسطين.
- ١١- الكبيسي، كامل ثامر (٢٠٠١): " العلاقة بين التحليل المنطقي والتحليل الإحصائي لفقرات المقاييس النفسية "، مجلة الأستاذ، العدد (٢٥)، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد، العراق.
- ١٢- هاشم، رياض صيهود (٢٠١٦): " العجز النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية بجامعة ميسان "، مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية، العدد (٤٨)، جامعة البصرة، كلية التربية الرياضية.

الملحق (١)

الخبراء والمتخصصون

- أ. م. د وليد دنون يونس / علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
- م. د محمد خير الدين / علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
- م. د اسماعيل عبد الجبار / علم النفس الرياضي / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

مقياس الثقافة الرياضية

ت	الفقرات	اوافق	اوافق احيانا	لا اوافق
١.	تسهم الثقافة الرياضية في معرفة تاريخ الالعاب الرياضية.			
٢.	تبين الثقافة الرياضية المعلومات الرياضية في العالم والتعريف بها.			
٣.	تساعد الثقافة الرياضية في معرفة المصطلحات والمفاهيم الرياضية.			
٤.	يجب الاحماء قبل اداء النشاط الرياضي للمحافظة على سلامة العضلات والمفاصل.			
٥.	تسهم المعلومات الرياضية في معرفة الشخصيات الرياضية البارزة في كل دول العالم.			
٦.	تسهم الثقافة الرياضية في معرفة المهارات الرياضية المختلفة.			
٧.	النشاط الرياضي الترويحي ينمي العلاقات بين الفرد وزملائه ومجتمعه.			
٨.	تزيد الثقافة الرياضية من التشويق في عرض النواحي الفنية للألعاب الرياضية.			
٩.	اللياقة البدنية تكتسب عن طريق مزاوله الانشطة الرياضية.			
١٠.	تنمي الثقافة الرياضية مفهوم التعاون وقيمه الاجتماعية.			
١١.	تعلم الثقافة الرياضية على تنمية القيم الاجتماعية المقبولة.			
١٢.	تعلم الثقافة الرياضية على تطبيع العلاقات الثقافية والاجتماعية للفرد.			
١٣.	الثقافة الرياضية لا تبين اهمية الانشطة الرياضية في اشباع حاجات الفرد وميوله.			
١٤.	تنمي الثقافة الرياضية مفهوم الانتماء للجماعة والوطن.			
١٥.	تعلم الثقافة الرياضية على توطيد العلاقات بين افراد المجتمع.			
١٦.	تشجع الثقافة الرياضية الافراد على الانتماء الى المؤسسات والنادية الرياضية والشبابية.			
١٧.	الثقافة الرياضية لا تدعو الى تجنب العنف والشغب في البطولات والمنافسات الرياضية.			
١٨.	تساعد الثقافة الرياضية في توجيه حياة الفرد نحو اهداف نافعة ومفيدة.			
١٩.	تسهم الثقافة الرياضية في ايقاظ الحس الجمالي في البشر ودوره الحضاري والاخلاقي			
٢٠.	تؤدي الثقافة الرياضية دورا مهما في الكشف عن بعض الانحرافات في الوسط الرياضي.			
٢١.	تسهم الثقافة الرياضية في تجنب العادات الخاطئة اثناء ممارسة النشاط الرياضي.			
٢٢.	الثقافة الرياضية تدعم الصلة بين الرياضة والعلوم الاخرى.			
٢٣.	ممارسة الثقافة الرياضية علمتني احترام الاخرين.			
٢٤.	تعتبر ممارسة الانشطة الرياضية جزء هام في تعمق العلاقة بين الرياضة والجمهور.			
٢٥.	اتمتع باللعب عندما اعرف قوانين اللعبة التي امارسها.			

مقياس الصحة النفسية

ت	الفقرات	دائما	احيانا	ابدا
١.	اشعر بأن الناس سيئون.			
٢.	الحياة لا تستحق ان تعاش.			
٣.	اشعر بالرضا عما امتلكه من قدرات.			
٤.	اتعامل مع من حولي بكل بساطة وتلقائية.			
٥.	اشعر بالوحدة حتى اثناء وجودي مع الاخرين.			
٦.	ارغب بتكوين علاقات جديدة.			
٧.	اشعر ان ظروفى الاسرية غير مستقرة.			
٨.	اقلق من تفوق اصدقائي في الدراسة عليا.			
٩.	اتعامل مع الواقع بكل موضوعية ووضوح.			
١٠.	اجد متعة خاصة في التعامل مع الاخرين.			
١١.	انقبل وجهات النظر المخالفة لوجهة نظري.			
١٢.	اشعر بأنى مهم في مواقف و غير مهم في مواقف اخرى.			
١٣.	اشعر بالاطمئنان على حاضري ومستقبلي.			
١٤.	احاول التخلص من بعض عيوبى.			
١٥.	اشعر بعدم معنى للحياة بدون حب.			
١٦.	ارتبك عندما اقابل انس لأول مرة.			
١٧.	ثقتى بنفسى لا تهتز حتى عندما افشل في حل بعض المشاكل.			
١٨.	اشعر بالكرهية تجاه اغلب الناس.			
١٩.	اتعامل بمرونة في المواقف المختلفة.			
٢٠.	انا غير مقتنع بما انا عليه الان وما وصلت اليه.			
٢١.	اشعر بالكفاية والسعادة.			
٢٢.	اشعر بالضيق عندما لا يتحقق لى ما اريد.			
٢٣.	استطيع ضبط انفعالاتى في شتى المواقف.			
٢٤.	اتقبل اوجه القصور فى نفسى.			
٢٥.	افضل الانفراد والابتعاد عن الاخرين.			
٢٦.	اعترف بكل سهولة بالخطأ الذى ارتكبه.			
٢٧.	لدى القدرة على تحمل مسؤولياتى.			
٢٨.	اتضايق عندما يعارضنى احد.			
٢٩.	انا راض عما حققته فى حياتى.			
٣٠.	اشعر بالخوف من الغد.			
٣١.	اجد متعة عند مشاركتى فى الحفلات والسفرات الجماعية.			
٣٢.	اشعر بالخجل عندما اتحدث مع شخص من الجنس الاخر.			
٣٣.	اشعر بانى مراقب من قبل الاخرين.			