

المناخ النفسي الاجتماعي وعلاقته بكفاءة الذات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د. حسين صالح نجم/العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د. كمال مزهر حسن/العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د. مرتضى علي شعلان/العراق. المديرية العامة لتربية بابل

م.د. حسين حمزة نجم/العراق. وزارة الشباب والرياضة

Hussein.s9999@gmail.com

الملخص

إن المناخ النفسي الاجتماعي له دور كبير في تحديد طبيعة المستوى العلمي للطلاب وإنما تعتمد أيضا على طبيعة حرص الطلاب وجوانب كثيرة مهمة لذا فهذا الاختلاف سيولد أيضا اختلاف في مستوى التحصيل الدراسي ، إذ ان الصعوبات الدراسية تشكل ضغطاً شديداً على الطلاب ؛ وذلك بسبب المطالبة بتحقيق النجاح في الدراسة ، وكون الباحثون تدريسيين لاحظوا هناك خلل في المناخ النفسي الاجتماعي في كفاءة الذات الرياضية وتلك في الاستجابة للإداء العلمي والعملية لبعض المواد الدراسية نتيجة ضعف الاهتمام وقلة الانتباه مما دفع الباحثون لدراسة هذه الظاهرة والوقوف على واقعها الحقيقي للتعرف على مستوى المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى الطلاب ، وهدف البحث الى اعداد مقياسا للمناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية والتعرف على مستوى المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي ٢٠٢١-٢٠٢٢ والتعرف على العلاقة بين المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة فضلا عن معرفة العلاقة بين المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . تمتع العينة بالمناخ النفسي الاجتماعي ومتغير كفاءة الذات الرياضية

الكلمات المفتاحية: المناخ النفسي الاجتماعي ، كفاءة الذات الرياضية.

abstract

This is the academic level of study, as this study is the same as the study level. This is due to the claim for compensation for psychoanalysis, success in studies, and the fact that teachers indicated that there is an imbalance in the psychological climate. To study this phenomenon and determine its real reality to identify the level of the psychosocial climate and sports self-efficacy among students. ٢٠٢٢ and identifying the relationship between the psychosocial climate and sports self-efficacy among students of the College of Physical Education and Sports Sciences As well as knowing the relationship between the psychosocial climate and sports self-efficacy among students of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences. The sample's enjoyment of the psychosocial climate and the variable of sports self-efficacy, the researchers concluded that there is a direct relationship between the two variables of research, the psychosocial climate and sports self-efficacy, and the use of the two scales of psychosocial climate and sports self-efficacy as a means of measuring the psychosocial climate trait and the sporting self-efficacy trait among students in other school stages, in addition to other colleges The researchers recommend directing students to the need to pay attention to lectures and the importance of daily reading and not to accumulate material for the time of exams, not to take away the factor of fear and anxiety from exams, and to encourage students to participate in activities like tournaments, workshops, and courses, and measure other psychological characteristics of students because of the nature of their practical and theoretical performance.

إن عملية التعلم تعد من المراحل الضرورية في حياة الطلاب فهي لا تقتصر على المادة العملية فحسب وإنما أيضا الجانب التربوي والتنقيفي والجانب النفسي و لكل جوانب الحياة وكل هذه العناصر تعمل تقويم شخصية الطلاب وتحديد مستوى كفاءة الذات الرياضية ، وخصوصاً مرحلة الدراسة إذ تعد مرحلة حرجة من عمر الانسان وتتسم بالصراع والقلق وتحتاج الى مناخ نفسي يلئم هذه المرحلة وتوفير ما يلزم ، وللتخلص من المخاوف التي يعاني منها الطلاب .يعيش الإنسان في بيئة متنوعة ومتشابكة العلاقات من خلال ما يقوم به من سلوكيات يومية متنوعة ومتغيرة نظرا لحاجاته ومطالبه اليومية ، وعادة ما يقوم الفرد بصور مختلفة من السلوك لمواجهة دوافعه المختلفة بهدف تحقيق قدر عالي من التوافق النفسي ، وعندما يتخطى الأمر الجوانب الذاتية ، ويسعى للتعايش مع البيئة والمحيطين ، فهو يكون في محاولة لتحقيق المناخ النفسي الاجتماعي ، وهذا لا يعني ان الفرد يخلو من المشكلات ولا يواجه أي عقبات تحول بينه وبين اشباع حاجاته والوصول الى اهدافه ، فليس هناك فرد من دون مشكلات ، وغالباً ما يتعرض الفرد عموماً والطلاب خصوصاً الى ازيمات نفسية نتيجة مواجهة مطالب متلاحقة تتجاوز أو تفوق بعض الاحيان إمكانياتهم وقدراتهن . ان المناخ النفسي الاجتماعي له دور كبير في تحديد طبيعة المستوى العلمي للطلاب وإنما تعتمد أيضا على طبيعة حرص الطلاب وجوانب كثيرة مهمة لذا فهذا الاختلاف سيولد أيضا اختلاف في مستوى التحصيل الدراسي ، إذ ان الصعوبات الدراسية تشكل ضغطاً شديداً على الطلاب ؛ وذلك بسبب المطالبة بتحقيق النجاح في الدراسة ، وتحقيق طموحهم الشخصي ورد الجميل لا سرهم التي خصصوا من دخلهم المادي للأنفاق على الدراسة ، ويمكن المناخ النفسي الاجتماعي الفرد من التعلم الجيد ، فان التعلم يتطلب قدرة من التركيز والثبات الانفعالي والهدوء النفسي والخلو من الاضطرابات النفسية والشخصية ، والمناخ النفسي الاجتماعي يختلف عند الطلاب ، إي ان الطلاب الذين يواجهون صعوبات دراسية كانوا اقل استقرار من الناحية النفسية من الطلاب الذين لا يواجهون اي صعوبة في الدراسة . وتكمن اهمية البحث في معرفة مستوى المناخ النفسي الاجتماعي وكذلك مستوى كفاءة الذات الرياضية لدى طلاب عينة البحث وأيضاً التعرف على نوع العلاقة بين المتغيرين .وكون الباحثون تدريسيين لاحظوا هناك خلل في المناخ النفسي الاجتماعي في كفاءة الذات الرياضية وتلكؤ في الاستجابة للإداء العلمي والعملية لبعض المواد الدراسية نتيجة ضعف الاهتمام وقلة الانتباه مما دفع الباحثون لدراسة هذه الظاهرة والوقوف على واقعها الحقيقي للتعرف على مستوى المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى الطلاب .

ويهدف البحث الى :

١- اعداد مقياسا المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية والتعرف على مستوى المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي ٢٠٢١- ٢٠٢٢

٢- التعرف على العلاقة بين المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة فضلا عن معرفة العلاقة بين المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

٢- اجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ مجتمع وعينة البحث:

تحدد مجتمع البحث طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل والبالغ عددهم (١٢٠) طالب ليمثلوا عينة البحث.

٢-٣ إجراءات البحث الميدانية:

٢-٣-١ إجراءات اعداد مقياسي المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية:

استعمل الباحثون مقياس المناخ النفسي الاجتماعي الذي قام ببنائه أنور فاضل محمد ياسين (٢٠١٦) ، والذي يتكون من (٢٦) فقرة .

(أنور فاضل محمد ياسين ، ٢٠١٦)

اما مقياس كفاءة الذات الرياضية تم اختيار المقياس الذي قام ببنائه كرار علي محمود (٢٠٢١) وقد احتوى المقياس على(٥٨) فقرة .

ومن أجل تطبيق المقياسان قام الباحثون بعرض المقياسان على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (ينظر ملحق ١) في مجال علم النفس الرياضي والاختبار والقياس في المجال الرياضي , لغرض تقويمها والحكم عليهما من حيث صلاحيتهما في ما وضع لاجلهما وبعد إطلاع السادة الخبراء والمختصين على فقرات المقياس والاختبار أبدوا ملاحظاتهم بعدها قام الباحثون باستخراج قيمة (كأ) المحسوبة لاتفاق الخبراء والمختصين وقبول ترشيح الفقرات الذي تكون قيمة (كأ) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (٣,٨٤)

٢-٣-٢ التجربة الاستطلاعية لمقياسي المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية:

بعد وضع التعليمات الخاصة بالمقياسين قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأحد المصادف ٢٠٢١/١١/١١ للكشف عما يأتي:

- للتأكد من وضوح التعليمات وفقرات المقياسان.
- التعرف على الوقت المستغرق للإجابة على المقياسان.
- التعرف على ظروف تطبيق المقياسان وما يرافقه من صعوبات.
- التأكد من وضوح المقياسان للعيينة.
- تكون للباحث تدريباً عملياً للوقوف بنفسه على السلبيات واليجابيات التي تقابله في أثناء إجراء الاختبار الرئيسي.
- استخراج معامل ثبات .

وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية على (١٠) طلاب من المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل ، وقد كشفت التجربة عن الآتي:

- أن التعليمات كانت واضحة من قبل أفراد العينة.
- الفقرات كانت واضحة وغير غامضة.
- المقياسان كانا مناسبين للعيينة.
- أن الوقت المستغرق للتطبيق كان ما بين (١٥ - ٢٠) دقيقة.
- بدائل الإجابة كانت مناسبة لمستوى أفراد العينة.
- تم استخراج معامل الثبات .
- وبذلك أصبح المقياسان جاهزاً للتطبيق

٢-٣-٣ التجربة الرئيسية لمقياسي المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية:

أجرى الباحثون تطبيق مقياسي المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية على أفراد العينة البالغ عددهم (٩٠) طلاب المصادف ٢٠٢١/١٢/٩ ، وإن الغرض الأساسي من التجربة الأساسية هو تطبيق فقرات المقياسين على عينة البحث.

٢-٣-٤ تصحيح مقياسي المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية:

جمعت استمارات الإجابة لعينة البحث واستخراج الدرجات الكلية لها ، باستعمال مفتاح التصحيح الذي المعد لهذا الغرض والذي يقضي بالاتي:

- مقياس المناخ النفسي الاجتماعي: الدرجة القصوية النظرية (١٣٠) درجة وأقل درجة نظرية (٢٦) درجة .

- مقياس كفاءة الذات الرياضية: الدرجة القصوية النظرية (٢٩٠) درجة وأقل درجة نظرية (٥٨) درجة

الجدول (١ ، ٢) بين درجات بدائل الاجابة للمقياسين ومفتاح التصحيح

الجدول (١) يبين بدائل الاجابة ومفتاح التصحيح لمقياس المناخ النفسي الاجتماعي

الفقرات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	ابداً
الاجابية	٥	٤	٣	٢	١
السلبية	١	٢	٣	٤	٥

الجدول (٢) يبين بدائل الاجابة ومفتاح التصحيح لمقياس كفاءة الذات الرياضية

الفقرات	اوافق بشدة	اوافق	متردد	لا اوافق	لا اوافق بشدة
الاجابية	٥	٤	٣	٢	١
السلبية	١	٢	٣	٤	٥

٢-٣-٥ الأسس العلمية لمقياسي المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية:

إن الصدق والثبات يعدان من أهم الخصائص السيكومترية التي يجب توفرها في المقياس النفسي ومهما كان الغرض من استخدامه وعليه يجب التحقق من هذه الخصائص من أجل ضمان جودة وصلاحيه المقياس المستخدم بالمقياس والتقويم.

أ- صدق المقياسين:

يعد الصدق من الخصائص الأساسية للمقاييس النفسية حيث يشير إلى قدرتها ما وصفت من أجل قياسه

فالصدق يتعلق بالهدف الذي يبنى المقياس على اساسه. (وهيب مجيد الكبيسي ، ٢٠١٠ ، ص٣٣)

وقد تحقق الباحثون من صدق المقياسين من خلال مؤثر صدق المحتوى أو المضمون والذي غالباً ما يتم عن طريق الحكم المنطقي على وجود السمة أو الصفة أو القدرة المعنية للتحقق عما إذا كانت وسيلة القياس المقترحة تقيسها فعلاً أم لا عندها عرض على مجموعة من الخبراء والمختصين .

ب- ثبات المقياسين :

تم إيجاد معامل ثبات الاختبار عن طريق الاختبار وإعادة الاختبار للاختبار للمقياس والاختبار على العينة الاستطلاعية ، إذ تم الاختبار ٢٠٢١/١١/١٥ وتم إعادة الاختبار المصادف ٢٠٢١/١١/٢٤ وبعد تفريغ البيانات استخرجت قيمة (ر) ومنها توصل الباحثون إلى أن مقياس المناخ النفسي الاجتماعي يتمتع بدرجة ثبات عالية ، إذا بلغت قيمة (ر) ، (٠,٨٤) أما مقياس كفاءة الذات الرياضية فإنه يتمتع بدرجة ثبات عالية أيضا ، إذا بلغت قيمة (ر) ، (٠,٨٧) .

٢-٤ الوسائل الإحصائية: قام الباحثون باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية لاستخراج الوسائل الآتية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .
- الوسط الفرضي .

٣- عرض النتائج ومناقشتها:

٣-١ التعرف على واقع المناخ النفسي الاجتماعي لدى عينة البحث:

لأجل تحقيق هذا الهدف كان لابد لنا من إيجاد الوسط الحسابي والوسط الفرضي لعينة البحث وكما مبين في الجدول (٣) .

الجدول (٣) يبين قيمة الوسط الحسابي والفرضي للاستقرار النفسي

الدلالة	قيمة T		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد العينة
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	٢,٠٥٦	٢,٧٩	٨٨	٢٤٤	٢٦,٢٢	٢٤٠,٥٥	٩٠

يتبين لنا من خلال ما عرض في الجدول (٣) ان قيمة الوسط الحسابي قد بلغت (٢٤٠,٥٥) وهي مقاربة من الوسط الفرضي والبالغ (٢٤٤) مما يدل على وجود فروق معنوية وهذا يعني امتلاك الطلاب درجة جيدة من المناخ النفسي الاجتماعي . حيث يعد الطالب يعتمد اولاً واخيراً على المناخ النفسي الذي يجب أن يتوافر في الطالب بشكل كافي مما يؤثر على كفاءة الذات الرياضية .

يمكن تفسير النتيجة الى أن الطلاب الذين حصلوا على درجات مرتفعة في المناخ النفسي الاجتماعي مما يدل على انهم مدركو لأهدافهم وانجازاتهم ولديهم الثقة في قدراتهم على التواصل والابتكار والتجدد ولديهم القدرة على تحمل المسؤولية والوصول الى الاهداف من خلال مواجهة الاحباطات وهذا ما اكده (اريكسون) الى ان الفرد في هذه المرحلة يبدأ بتحمل مسؤولية العمل ويكون قد أكتسب إحساسه بهويته ويبدأ بتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين.

(فاطمة يوسف ابراهيم عودة ، ص١٥٥)

٣-٢ التعرف على واقع كفاءة الذات الرياضية لدى عينة البحث:
 لأجل تحقيق هذا الهدف كان لابد لنا من ايجاد الوسط الحسابي والوسط الفرضي لعينة البحث وكما مبين في الجدول (٤) .

الجدول (٤) يبين قيمة الوسط الحسابي والفرضي لكفاءة الذات الرياضية

الدلالة	قيمة T		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد العينة
	الجدولية	المحسوبة					
معنوي	٢,٠٥٦	٢,٨٧	٨٨	١٣٥	١٣,٥٠	١٣٤,٢٢	٩٠

يتبين لنا من الجدول (٤) ان قيمة الوسط الحسابي والبالغ (١٣٤,٢٢) هي مقاربة للوسط الفرضي والبالغ (١٣٥) عند درجة حرية (٨٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) مما يدل على تمتع العينة بمستوى متوسط من كفاءة الذات الرياضية حيث طبيعة هذه النتيجة كانت تعد كفاءة الذات الرياضية من العوامل المهمة التي تلعب دوراً كبيراً في زيادة قابلية الطالب على العمل بصورة ايجابية الامر الذي يؤثر على مستوى الطالب وتطوير امكانياتهم وقابلياتهم .

٣-٣ التعرف على العلاقة بين المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية لدى عينة البحث:
 لأجل تحقيق هذا الهدف كان لابد لنا من ايجاد معامل ارتباط سبيرمان لمتغيري البحث وكما مبين في الجدول (٥) .

الجدول (٥) يبين العلاقة بين المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية

مستوى الدلالة	القيمة الجدولية	معامل الارتباط	معامل الارتباط بين المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية
٠,٠٥	٠,٣٦١	٠,٤٢٨	المناخ النفسي الاجتماعي × كفاءة الذات الرياضية

يتبين لنا من الجدول (٥) ان الارتباط طردي بين متغير المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية حيث اذا زادت قيمة المناخ النفسي الاجتماعي زادت معها كفاءة الذات الرياضية وهذا يعود الى طبيعة الطلاب وكيفية التأقلم مع المادة الدراسية وتفهمها لتك المادة من خلال التكرار والتركيز على الاداء اليومي سواء كانت المحاضرة مادة عملي ام نظري على حد سواء .

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ١- تمتع العينة بالمناخ النفسي الاجتماعي ومتغير كفاءة الذات الرياضية .
- ٢- وجود علاقة طردية بين متغيري البحث المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية.

٤-٢ التوصيات:

- ١- استخدام مقياسي المناخ النفسي الاجتماعي وكفاءة الذات الرياضية كوسيلة لقياس سمة المناخ النفسي الاجتماعي وسمة كفاءة الذات الرياضية لدى الطلاب في المراحل الدراسية الأخرى إضافة الى الكليات الأخرى .
- ٢- توجيه الطلاب الى ضرورة الاهتمام بالمحاضرات وأهمية القراءة اليومية وعدم تراكم المادة لوقت الامتحانات لا بعباد عامل الخوف والقلق من الامتحانات .
- ٣- تشجيع الطلاب على المشاركة في النشاطات المتخلفة من بطولات وورش عمل ودورات.
- ٤- قياس صفات نفسية أخرى للطلاب لما لها علاقة بطبيعة الأداء العملي والنظري لهن .

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ / ٢٠٢٢/٣/ بابل

الملحق (١)

أسماء الخبراء والمختصين الذين أخذ آرائهم ومقترحاتهم في تحديد صلاحية المقياسان

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
١	د. ياسين علوان التميمي	استاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	د. حيدر عبد الرضا الخفاجي	استاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٣	د. هيثم حسين الجبوري	استاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤	د. رعد عبد الامير الفتلاوي	استاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٥	د. هيثم محمد كاظم	استاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ / ٢٠٢٢/٣/ بابل

الملحق (٢) مقياس المناخ النفسي الاجتماعي الموزع على العينة

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	ليس لدي خوف مبهم من المستقبل.					
٢	أتوقع الأمان والاستقرار في المستقبل .					
٣	استعيد هدوئي مباشرة بعد زوال أسباب الاستثارة .					
٤	أضع أهدافاً قبل كل محاضرة .					
٥	لا تدور في ذهني أفكار سلبية قبل البدء بالمحاضرة.					
٦	اشعر بانني حاصلة على حقي بعد كل محاضرة.					
٧	لا يوجد لدي قلق عند السباق خارج القاعة الرياضية .					
٨	في الامتحانات المهمة أبذل جهداً مميزاً .					
٩	اشعر أن سلوكي متوازن في مختلف المواقف الاجتماعية التي أتعرض لها.					
١٠	لأخشى من الخسارة في الامتحان.					
١١	اشعر بالاطمئنان عندما أكون مع زميلاتي .					
١٢	لا يبتأني شعور بالضيق وعدم الارتياح من وجود الجمهور أثناء المحاضرة.					
١٣	لدي شعور بالاطمئنان عند دخولي القاعة الرياضية .					
١٤	لا أخشى من السير بمفردي امام باقي الطلاب .					
١٥	لا أخشى من أي امتحان يواجهني.					
١٦	اشعر أن مهنتي في المستقبل ستساعدني على تكوين أسرة .					
١٧	أحقق أفضل الأداء عندما أكون هادئة.					
١٨	لا أرى أن الرياضة تسودها شريعة الغاب.					
١٩	اشعر بالتفاؤل عندما أفكر بالمستقبل الرياضي.					
٢٠	اشعر بالرضا عن نفسي رغم صعوبة المحاضرة .					
٢١	اشعر أن اختصاصي يتناسب وطموحاتي.					
٢٢	اشعر بالسعادة والفخر عندما أتحدث مع الآخرين عن انجازات الكلية					
٢٣	اشعر بالراحة لنوع العلاقة التي تربطني بزميلاتي .					
٢٤	اشعر بالثقة بالنفس أثناء المحاضرة.					
٢٥	استطيع السيطرة على انفعالاتي في مواقف الفوز والخسارة.					
٢٦	إدارة الكلية لديها ثقة بإمكانياتي الرياضية .					
٢٧	اشعر أنني قادره على حل مشكلاتي اليومية بهدوء.					
٢٨	أحب القيام بعمل يتطلب الكثير من الدقة والتأني.					
٢٩	اجعل من أخطائي السابقة حافزاً لي نحو المستقبل.					
٣٠	أناقش الأساتذة في بعض الأمور الدراسية.					
٣١	أشعر بالانسجام والراحة أثناء المحاضرة .					
٣٢	يصعب علي التركيز أثناء الامتحان.					
٣٣	اعتمد على نفسي في حل مشكلاتي الدراسية التي تواجهني .					
٣٤	اشعر بالقدرة على المواجهة عندما أتعرض للضغوط النفسية المصاحبة للدرس.					
٣٥	اشعر بالارتياح والسرور عند انجاز المحاضرة .					

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ / ٢٠٢٢/٣/٢٠٢٢ باب ١

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
٣٦	تدفعني عقيدتي إلى حب زميلاتي .					
٣٧	أتابع إنجازات فرق الكلية بالمنافسة الرياضية بحماس وجدية .					
٣٨	يسود الحب بيني وبين زميلاتي .					
٣٩	افتخر بانتمائي إلى كلية التربية الرياضية .					
٤٠	تتصف علاقاتي مع زميلاتي بأنها فعالة .					
٤١	أشعر بالفرح عندما يحقق فريق الكلية إنجازات عالية .					
٤٢	أشعر إن أسرتي تتباهى بإنجازاتي .					
٤٣	أقبل نقد أفراد اسرتي وأصدقائي دون أن أشعر بالانزعاج.					
٤٤	أشعر بأنني استطيع السيطرة على غضبي عندما يستفزني احد.					
٤٥	أتمسك بأرائي التي أعتقد بصحتها.					
٤٦	يسرنني أن أقوم بعمل مفيد.					
٤٧	أشعر بالأسف عندما أتأخر عن تقديم العون للآخرين.					
٤٨	أشعر اني مؤثر في زميلاتي .					
٤٩	أحسن التعامل مع الآخرين في المواقف الاجتماعية .					
٥٠	أعتقد أن علاقاتي الاجتماعية ناجحة مع زميلاتي .					
٥١	أحب أن اختلط مع الآخرين .					
٥٢	أعبر عما بداخلي بسهولة أمام الأساتذة الآخرين.					
٥٣	أتعامل مع الطلاب ببساطة ودون تكلف.					
٥٤	أفضل البساطة في المظهر والملبس.					
٥٥	أفضل الالتزام بالمظاهر الاجتماعية.					
٥٦	حضور الجمهور يحفزني على تقديم أفضل مستوى .					
٥٧	أتحكم بأعصابي عندما توجه لي انتقادات من قبل الآخرين .					
٥٨	أجد متعة الاشتراك في المنافسات .					
٥٩	أحاول إن أرضي زميلاتي ولو على حسابي					
٦٠	زميلاتي يفخرن بي دوماً .					
٦١	تصنفي زميلاتي بأني اجتماعي .					
٦٢	لا أشعر بالخوف من نتائج الامتحانات.					
٦٣	أشعر بأن أفراد أسرتي يحترموني .					
٦٤	أتمتع بعلاقة طيبة مع الطلاب .					
٦٥	أشارك الناس أفراحهم وأحزانهم .					
٦٦	أشعر بالسعادة عندما يوجد شيء يدعوني للتحدي					
٦٧	أتحكم في انفعالاتي إذا تعرضن زميلاتي القرار خاطئ من الأستاذ .					

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ / ٢٠٢٢/٣/ بابل

الملحق (٣) مقياس كفاءة الذات الرياضية الموزع على العينة

ت	الفقرة	أوافق بشدة	أوافق	متردد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
١	أشعر بالسعادة عندما أكون موجودة في الكلية.					
٢	بندر أن يهتم والداي بعلماتي الدراسية.					
٣	أفضل القيام بالتمارين ضمن مجموعة من الزميلات على أن أقوم بها منفردة .					
٤	اهتمامي ببعض التمارين الرياضية يؤدي إلى إهمال كل ما يدور حولي.					
٥	أستمتع بالأفكار الجديدة التي أتعلمها في الكلية.					
٦	لدي النزعة إلى ترك الكلية بسبب قوانينها الصارمة.					
٧	أحب القيام بمسؤولياتي في الكلية بغض النظر عن النتائج.					
٨	أواجه المواقف المختلفة بالكلية بمسؤولية تامة.					
٩	يصغي إلي والداي عندما أتحدث عن مشكلاتي في الكلية					
١٠	يصعب علي الانتباه لشرح الاسناد ومتابعته.					
١١	أشعر بأن غالبية التمارين التي يقدمها الاستاذ غير مثيرة.					
١٢	أسعى لكي يرضى عني زميلاتي في الكلية.					
١٣	أتجنب المواقف الرياضية التي تتطلب تحمل المسؤولية.					
١٤	لا أستحسن إنزال العقوبات على زميلاتي بغض النظر عن الأسباب.					
١٥	يهتم والداي بمعرفة حقيقة مشاعري تجاه الكلية.					
١٦	أشعر بأن بعض زميلاتي هم سبب المشكلات التي أتعرض لها.					
١٧	أشعر بالضيق أثناء أداء التمارين الرياضية التي تتطلب العمل مع الزميلات					
١٨	أشعر باللامبالاة أحيانا فيما يتصل بأداء الواجبات في الكلية					
١٩	أشعر بالرضى عندما أقوم بتطوير معلوماتي ومهاراتي الرياضية.					
٢٠	أفضل أن يعطينا الاستاذ تمارين صعبة تحتاج إلى جهد					
٢١	أفضل أن أهتم بالتمارين الرياضية على أي شيء آخر.					
٢٢	أحرص على أن أتقيد بالسلوك الذي تتطلبه الكلية.					
٢٣	يسعدني أن تعطى المكافآت للطلاب بمقدار الجهد المبذول.					
٢٤	أحرص على تنفيذ ما يطلبه مني الأساتذة بخصوص التمارين الرياضية.					
٢٥	كثيرا ما أشعر بأن مساهماتي في عمل أشياء جديدة في الكلية تميل إلى الهبوط.					
٢٦	أشعر بأن الالتزام بقوانين الكلية يخلق جوا دراسيا مريحا.					
٢٧	أقوم بالكثير من النشاطات الرياضية في البطولات الرياضية					
٢٨	لا يأبه والداي عندما أتحدث إليهما عن علماتي الدراسية.					
٢٩	يصعب علي تكوين صداقة بسرعة مع الزميلات في الكلية					
٣٠	لدي رغبة قوية في الاستفسار عن التمارين في الكلية					
٣١	يحرص والداي على قيامي بأداء التمارين الصحيحة.					
٣٢	لا يهتم والداي بالأفكار التي أتعلمها في الكلية.					
٣٣	سرعان ما أشعر بالملل عندما أقوم بالتمارين بالكلية.					
٣٤	العمل مع الزميلات في الكلية يمكنني من الحصول على علامات أعلى.					
٣٥	تعاوني مع زميلاتي في أداء التمارين الرياضية يعود علي بالمنفعة.					
٣٦	أقوم بكل ما يطلب مني في نطاق الكلية.					

ملحق (٤)

(استبانة استطاعية موزعة على عينة التطبيق لمقياس المناخ النفسي الاجتماعي)

عزيزي الطالب

تحية طيبة:

بين يديك مجموعة من الفقرات ، نرجو قراءة كل فقرة بدقة ، ووضع إشارة (✓) تحت البديل الذي ترى أنه ينطبق عليك ، وعدم ترك أي فقرة من دون وضع إشارة لها . علماً إن إجابتك سوف لن يطلع عليها أحد غير الباحث ، كما وأنها لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي ، وأن إجابتك ستكون عوناً كبيراً للباحثين في إنجاز متطلبات بحثهم . علماً بأنه لا حاجة لذكر الاسم .

شكري وتقديري لتعاونكم

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ / ٢٠٢٢/٣ باب ١

المقياس الثالث المناخ النفسي الاجتماعي

ت	الفقرات	او افق تماما	او افق	محايد	لا أو افق تماما
١	احاول البحث عن طرق متعددة في التدريس كي اكون اكثر كفاءة .				
٢	استطيع ان اتقبل بهدوء الملاحظات الحادة التي يوجهها زملائي .				
٣	اشعر بانني سأحقق ما اريده في الحياة.				
٤	أستطيع حل المشكلات الصعبة.				
٥	أنفذ بدقة كبيرة جداً كل ما يطلب مني .				
٦	افرح بفهمي و انسجامي مع الطلبة .				
٧	أجد في نفسي الكفاءة في مواجهة مشكلاتي .				
٨	عند قيامي بأعمال مميزة اكون محل شكر وتقدير .				
٩	استطيع الاحتفاظ بتفكيري هادئاً .				
١٠	اشعر بان سلوك جميع المدرسين تجاهي جيد.				
١١	تستمع ادارة المدرسة الى افكار المطبقين .				
١٢	بإمكاني التعبير عن ارائي وافكاري.				
١٣	اجد تعاون من قبل جميع المدرسين في المدرسة .				
١٤	يحظى جميع الطلبة باهتمامي دون تفرقة .				
١٥	اشعر بالارتياح عندما احاول حل مشكلات الطلبة .				
١٦	أبذل كل جهودي نحو توجيه زملائي .				
١٧	اشعر بمرونة ادارة المدرسة تجاهي مثل الحضور والانصراف و الاجازات .				
١٨	لا يوجد تعنت واضح في تطبيق القواعد والقوانين تجاهي .				
١٩	ادارة المدرسة تنقل احتياجات و اهتمامات المطبقين الى المسؤولين				
٢٠	ادارة المدرسة تثق بتخصصي وقدراتي.				
٢١	اترك الحرية الى الطلبة في اختيار أي فعالية رياضية.				
٢٢	لا اجبر جميع الطلبة على المشاركة في درس التربية الرياضية .				
٢٣	اقبل عذر الطالب على عدم المشاركة في درس التربية الرياضية لعدم رغبته .				
٢٤	يحترم الطلاب جميع المدرسين في مدرستا .				
٢٥	أسعى الى التقرب الى المدرسين .				
٢٦	أستطيع ان اسيطر على اعصابي .				

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ / ٢٠٢٢/٣/ بابل

ملحق (٥) يبين مقياس كفاءة الذات الرياضية

ت	العبارات				
	ينطبق علي بدرجة قليلة جدا	ينطبق علي بدرجة قليلة	ينطبق علي بدرجة متوسطة	ينطبق علي بدرجة كبيرة	ينطبق علي بدرجة كبيرة جدا
١.					لدي اطلاع واسع بمستجدات علوم التربية البدنية وعلوم الرياضة الأخرى
٢.					لدي القدرة على معرفة آراء وافكار اللاعبين
٣.					باستطاعتي اكساب اللاعبين المعرفة الخاصة بالنشاط الرياضي
٤.					اعمل على ان تكون المعرفة احد مقاييس تقويم اللاعبين
٥.					لدي المام بالمعلومات والمعارف الرياضية التي تخص اللعبة الممارسة
٦.					اعمل على ان يكون الجانب المعرفي احد جوانب التمييز بين لاعب وآخر
٧.					اساعد اللاعبين على توسيع مداركهم وفهمهم بواجباتهم اثناء الاداء
٨.					لدي المام بكافة التعديلات التي تحدث في قوانين النشاط الممارس وقواعده
٩.					اعمل على تطوير مستوى اداء اللاعبين من خلال الاختبارات المعرفية
١٠.					استطيع تطوير الارادة والقدرة على النقاش مع اللاعبين والكادر التدريبي
١١.					اتمكن من ابتكار وضعيات ومنهجيات وادوات جديدة في تدريب اللاعبين
١٢.					لدي رصيد معرفي يمكنني من ايجاد حلول شافية للمشاكل التي تحدث في التدريب والمنافس
١٣.					لدي قدرة من الكفاءة المعرفية تساعد اللاعبين في حفظ وتخزين المعلومات والمهارات بصورة جيدة
١٤.					لدي معرفة تامة في الجوانب الفنية بعملية كمدرب
١٥.					احرص على تقويم معرفتي الرياضية قبل واثناء وبعد الموسم الرياضي

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ /٢٠٢٢/٣/بابل

ت	العبارات				
	ينطبق على درجة قليلة جدا	ينطبق على درجة قليلة	ينطبق على درجة متوسطة	ينطبق على درجة كبيرة	ينطبق علي درجة كبيرة جدا
١-					لا اتجنب المواقف الرياضية التي تحتاج الى تحدي كبير لمواجهتها
٢-					اتحمل المتاعب مهما كانت كبيرة اذا كانت تساعدني في اتمام المطلوب مني
٣-					لدي ثقة بنفسني في اتخاذ القرارات المهمة التي تخص الفريق
٤-					استطيع التغلب على مشاعر الخوف والقلق قبل واثناء المباراة
٥-					لدي القدرة على التركيز بصورة جيدة اثناء المباريات لكي احقق النجاح
٦-					لا يمكن للمضايقات البسيطة ان تشتت تركيزي اثناء المباراة
٧-					لا اشعر بالإحباط عندما تمر بي ظروف صعبة خلال التدريب والمنافسة
٨-					لدي قدرة كبيرة وحماس لأداء المهامي المختلفة
٩-					احاول ان احافظ على رباطة جأشي اثناء المباراة
١٠-					لدي القدرة على تركيز انتباهي مهما زاد عدد الجمهور
١١-					انتقبل الانتقادات مهما كانت ولا انفعل منها
١٢-					لا اشعر ان اعصابي مشدودة دون وجود سبب حقيقي لذلك
١٣-					اشعر انني امك الدافع للقيام بواجباتي التدريبية
١٤-					لا ابالغ في ردود افعالي تجاه مشكلات التدريب والمنافسة
١٥-					استطيع ان احتفظ بتقني العالية في نفسي حتى وانا في اسوء حالاتي في المنافسة
١٦-					احب مهنتي مهما فيها من مصاعب

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ /٢٠٢٢/٣ بابل

ت	العبارات				
	ينطبق علي بدرجة قليلة جدا	ينطبق علي بدرجة قليلة	ينطبق علي بدرجة متوسطة	ينطبق علي بدرجة كبيرة	ينطبق علي بدرجة كبيرة جدا
١-					لدي احترام كبير من قبل اللاعبين والكادر التدريبي والاداري
٢-					اجيد التعامل مع بقية المدربين
٣-					لدي علاقات اجتماعية جيدة مع اللاعبين والمدربين والادارة
٤-					افتقد اللاعبين عند الابتعاد عنهم
٥-					استطيع تجنب المواقف السيئة بسهولة مع اللاعبين والكادر التدريبي والاداريين
٦-					اشترك الجميع همومهم ومشكلاتهم التي تخص حياتهم العامة والخاصة
٧-					تتيح لي مهنة التدريب الرياضي فرصة التعاون والتفاعل الاجتماعي مع الاخرين
٨-					اعمل على تشجيع المشاركة الاجتماعية والتعاون داخل الاسرة الرياضية والنادي الذي اقوم بتدريبه
٩-					لدي مهارات جيدة استخدمها للاستجابة في مواقف اجتماعية محددة مع اللاعبين والكادر التدريبي
١٠-					اسعى الى تعزيز العلاقات الاجتماعية بين اللاعبين لما يخدم مصلحة الفريق
١١-					اعمل على تحقيق التوازن المستمر بين اللاعبين والكادر التدريبي في اشباع حاجاتهم الشخصية والاجتماعية
١٢-					لدي درجة من الذكاء الاجتماعي يجعلني افهم التلميحات غير اللفظية من قبل اللاعبين والتعرف على حالتهم النفسية
١٣-					لا اشعر بالحرج عند تقديم اعتذاري عندما اخطئ مع الكادر التدريبي واللاعبين

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠ / ٢٠٢٢/٣/ بابل

ت	العبارات				
	ينطبق علي بدرجة قليلة جدا	ينطبق علي بدرجة قليلة	ينطبق علي بدرجة متوسطة	ينطبق علي بدرجة كبيرة	ينطبق علي بدرجة كبيرة جدا
١-					اعمل على تقييم مهارات الاتصال مع اللاعبين والمدربين والاداريين بشكل مستمر
٢-					لدي المام بعلم تقنيات الاتصال سواء اثناء التدريب او المنافسة
٣-					لكي اكون ناجحا لابد ان اجيد عمليات الاتصال مع اللاعبين والكادر التدريبي والاداريين
٤-					اسعى الى استعمال وسائل اتصال واضحة سواء كانت رموز شفهي او مرئية او حركية يفهما اللاعب
٥-					اركز على الاتصال الايجابي في المدح والمكافأة
٦-					لدي قدرة في فهم مشاعر واحاسيس اللاعبين عن طريق لغة العيون
٧-					لدي القدرة في استخدام اللغة بشكل سليم ومؤثر في نفوس السامعين من اللاعبين والكادر التدريبي
٨-					من خلال الاتصال اعمل على حل المشكلات واتخاذ القرارات بصورة جماعية مع اللاعبين والكادر التدريبي
٩-					لدي قدرة على حل رموز السلوك اللفظي وغير اللفظي من قبل اللاعبين والكادر التدريبي
١٠-					اعمل على تعزيز مهارات الاستماع لكي يساعدني ذلك في الاستجابة بشكل جيد اثناء الاتصال مع اللاعبين والكادر التدريبي
١١-					استخدم الالفاظ والكلمات البسيطة وغير المعقدة في التواصل مع اللاعبين وبقية الكادر التدريبي
١٢-					اعمل على تعلم مفردات لغات جديدة للتواصل مع اللاعبين الاجانب
١٣-					احرص على ان يكون الاتصال واضحا بإرشاداتي وتوجيهاتي للاعبين
١٤-					احرص على ان يكون هناك توافق بين حركات الجسد والكلمات عند التواصل مع اللاعبين