

دراسة اتجاهات ومفاهيم الرياضة عند الفتهاء القطرية الجامعية ما بين 1999-2006

د. إيمان شاكرا محمود
Dr. Eman SH Mahmud
الاستاذ المشارك
Associate professor
مؤسسة قطر التعليمية
Qatar Foundation

المقدمة وأهمية الدراسة

لم يعد دور ممارسة الرياضة قاصرا على مجرد إحراز البطولات المحلية والدولية بل اتجهت الرياضة حاليا في المجتمعات الحديثة إلى تطوير اللياقة البدنية والصحية للفرد. مما لا شك فيه أن لرياضه المرأه ابلغ الأثر من الحفاظ على لياقتها وصحتها البدنية وممارستها تؤثر على مختلف أعضاء الجسم وتمكنها من إن تتحمل أعباء ومتطلبات الحياة وتقاوم التعب.

تلعب التمارين والأنشطة الرياضية دورا هاما في حياة الفرد اليومية حيث تساهم ممارسة المنتظمة للرياضة في تقليل من الضغوط النفسية وتمنح الفرد السعادة وتحقق أذات والاعتماد على النفس وتحمل المسؤولية كمواطن يفيد نفسه والمجتمع وتنمي العلاقات الاجتماعية والإنسانية هذا من جهة و تحسن الصحة العامة من جهة ثانية. والرياضة عموما أصبحت من أهم مظاهر الرقي والتقدم التي تقاس بها رقي الأمم في وقتنا الحاضر. لذا تحرص معظم دول العالم على توجية مواطنيها إلى ممارسة النشاط الرياضي في مختلف أنواعه البطولية والصحية والترويحية كأسلوب لقضاء أوقات الفراغ والعلاجية أيانا منها ببناء الروح الايجابية بواسطة ممارسة الأنشطة الرياضية

كما تشير الدراسات الحديثة وجود علاقة ارتباط موجبة بين ممارسة الرياضة والتحصيل الدراسي كدراسة (كاميليا 1981) التي وجدت فروق دالة إحصائيا بين الطالبات الأكثر تحصيلًا والأقل إحصائيا لصالح المتفوقات. وفي دراسة أخرى على عينة من 614 من طالبات جامعة الإسكندرية وجدت أن هنالك علاقة ارتباط ولصالح المتفوقات أيضا.

تعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية من بين أهم المجالات لاستثمار الوقت الحر ومن أهم العوامل التي تساهم في الارتقاء بالمستوى الصحي والنفسي والبدني والانفعالي ومن عصر الحضارة الصناعية وتؤكد عطيات خطاب (1976) (اليرموك) إن ممارسة الأنشطة الرياضية تتيح الفرصة للهرب من الضغوط والبعد عن الإحباط بل يتعدى ذلك العلاج النفسي في اغلب الأحيان. ويرى محمد الحمادي أن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد على التوازن النفسي وتقلل من التوتر الناتج عن الإرهاق في العمل حيث يترتب على الاشتراك فيها إشباع الميول والاتجاهات والحاجات النفسية والتعبير عن أذات وتفرغ الانفعالات المكبوتة . وفي دراسة قام بها عايد عبد العزيز (1984) , كابل سي محمد (1987) وجد أن هنالك علاقة عكسية بين نسبة الممارسة للأنشطة الرياضية والسن اى التناقص في عدد الممارسات مع التقدم في السن بينما , الممارسات للأنشطة الرياضية بشكل منتظم يحافظون على الصحة وتؤخر الشيخوخة وتمنح الممارسات الثقة بالنفس والقوة وتجنيبها الإصابة اى إن تكون لائقة بدنيا ومعندلة صحيا اى خالية من الأمراض. وفي دراسة عن مجال التخصص بالكليات وممارسة الأنشطة الرياضية وجد محمد كمال السنوسي ويحي محمد حسن عبدة 1999 وجد استجابة ممارسة الأنشطة الرياضية في الكليات العلمية المختلفة عند الطالبات اكبر عن الطالبات في الكليات الأخرى. اما دراسة معتصم محمود شطناوي وعلى شحادة 1999 حول أسباب عزوف طالبات جامعة موة عن ممارسة الأنشطة الرياضية فقد وجد إن العامل الديني ثم الأكاديمي والعادات والتقاليد أهم مسببات عزوف طالبات جامعة موة عن ممارسة الأنشطة الرياضية, كما وجد العديد من المفاهيم الخاطئة عن ممارسة الرياضة وتأثيرها على الفتهاء لذا اوصى على أهمية نشر الوعي الرياضي , واتفقت النتائج مع دراسة عبد الناصر بن تومي 1996 و دراسة إخلاص عبد الحفيظ 1976 دراسة حول مسببات عزوف الفتهاء عن ممارسة التربية البدنية والرياضية , حيث وجد إن نقص الوسائل الإعلامية والعادات والتقاليد ونقص

الإمكانات اثر سلبا على هذه الناحية كما إن لارتداء الحجاب والخجل من الذكور وعدم تشجيع الأهل والمدرسة من مسببات العزوف وقله وعى الوالدين , اما فاطمة عبد مالح وناهد حامد مشكور فقد وجدت 2005 ان احد معوقات التي تواجه الفتاه بالعراق الانديه ومستوى التجهيز وقله الدعم المادي اضافة الى الوضع الاجتماعي (جامعة البصرة عدد17 مجله بحوث ودراسات (دراسة معوقات الانديه النسويه بالعراق).

وفى مجال الأبحاث الطبية اتفق الأطباء في أبحاثهم عن تأثير ممارسة الرياضة الايجابي في تنظيم ضربات القلب وتقوية العضلة القلبية وتأخير فرصة الإصابة بالجلطة القلبية واستقرار الضغط الدموي الذي يعد العامل الأهم والأساسي والدال على استقرار الدورة الدموية, مما يؤدي إلى تقليل نسبة التوتر العصبي والضغط النفسي. إما مرض السكر والربو والسمنة فقد أشارت الأبحاث إن النشاط البدني لمدة 40 دقيقة يوميا تقلل من نسبة كمية السكر وتنشط إفراز هرمون الأنسولين ويرفع درجة حساسية الجسم للاستجابة له, كما أظهرت احد الدراسات إن نسبة المصابات بالأورام الخبيثة عند الممارسات المنتظمة للرياضة متوسطة الجهد بلغت 14% يقابلها 86% عند غير الممارسات اي إن تأثير الرياضة يساهم في التقليل من نسبة الإصابة بالأورام الخبيثة (وليد هاشم مرديني 1995) . إن ممارسة الرياضة المبكرة تعد عنصرا أساسيا والتي تشعر المرأة بالمتعة والسعادة من اجل الصحة واللياقة البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية وغير ذلك من السلوك السوي تساهم الرياضة في تحقيقه من خلال حياة ملؤها النشاط والحركة وفق قواعد علمية صحيحة تحد من المشاكل الصحية التي تصيب الجسم بسبب حياة الكسل والاسترخاء الحديثة والتي أهم امراضها وبشكل مبكر امراض القلب وتصلب الشرايين والسكري. مما تقدم لا بد من الإشارة إلى إن ممارسة المرأة للرياضة ليس فقط لتحقيق البطولة بمختلف مستوياتها بل الممارسة الرياضة كجزء لا يتجزأ من حياتنا اليومية المؤثر في المجتمع وكحاجة يومية تمكنها من تحمل أعباء وضغوط الحياة اليومية والتي نجدها دون المستوى المطلوب وذلك بحكم خبرتنا الطويلة بهذا المجال لمسنا ضعفا واضحا في الإقبال من قبل طالبات الجامعة لممارسة مختلف الأنشطة الرياضية رغم توفر كافة البرامج والمستلزمات الرياضية داخل الجامعة, مما دفعنا إلى دراسة المشكلة والتي نجدها تستحق الدراسة للتعرف عن مفهوم الرياضة منذ 1999 الى 2007 للطالبات اللاتي مارسن النشاط الرياضي ضمن مقرر النشاط الرياضي لجامعة قطر كما تهدف الدراسة الى التعرف على المعوقات كمحاولة لإيجاد المسببات والحلول الممكنة.

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى التعرف على:

- مفهوم الفتاه القطرية الجامعية واتجاهاتها نحو ممارسة أرياضه ما بين 1999 و 2007
- مقارنة المفاهيم والاتجاهات عند الفتاه القطرية ما بين 1999 -2007
- التعرف على اتجاهات نحو الرياضة ما بين 1999 – 2007
- الوقوف على أهم المعوقات ما بين 1999 و 2007

اسئلة الدراسة

- هل تطور مفهوم الرياضة عند الفتاه القطرية ما بين 1999 - 2007
- هل تغير اتجاه الفتاه القطرية نحو الرياضة من 1999 الى 2007
- هل تمارس الفتاه القطرية التمارين الرياضية لاجل الصحة كجزء من متطلبات الحياه ام للترفيه
- هل ما زالت العادات والتقاليد تؤثر في نسبه الممارسات للرياضه في مجتمع الفتاه القطرية

محددات الدراسة

أجريت هذه الدراسة وفقا للمحددات التالية:

1. اقتصرت الدراسة على طالبات جامعة قطر ممن سجلوا الفصل الدراسي الصيفي من العام الجامعي 1999-2000 الى 2006-2007 لذلك فإن نتائج هذا الدراسة تتحدد بحجم هذه العينة وفترة إجرائها .

2. تحددت نتائج الدراسة بخصائص أداة القياس المستخدمة في تحديد التغيير في اتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط البدني .

تعريف المصطلحات

فيما يلي المصطلحات الواردة في الدراسة التي نرى ضرورة تعريفها وهي على النحو التالي:

-الاتجاه: Attitude: عبارة عن حالة من الاستعداد أو التأهب العصبي والنفسي تؤهل الفرد للاستجابة بأنماط سلوكية محددة، نحو أشخاص أو أفكار أو حوادث أو أوضاع أو أشياء معينة، تؤلف نظاماً معقداً تتفاعل فيه مجموعة كبيرة من المتغيرات المتنوعة.(Andersen, 2005)

-الاتجاه نحو النشاط البدني: Attitude towards physical activity هو مفهوم يعبر عن محصلة استجابات الفرد نحو معارف وخبرات مرتبطة بالنشاط البدني وذلك من حيث تأييد الفرد لهذا المعارف والخبرات أو معارضته له (تعريف إجرائي).

-النشاط البدني Physical activity : يقصد بالنشاط البدني كل ألوان النشاط البدني والحركي التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام والتي تؤدي إلى صرف طاقة تتجاوز الطاقة المصروفة أثناء فترة الراحة (Jackson, Morrow, & Hill, 2004).

-الخبرة السابقة في النشاط البدني : يقصد به مستوي من اللياقة البدنية والحركية نتيجة لممارسة الفرد للأنشطة البدنية أو الرياضية خلال السنوات الماضية (تعريف إجرائي).

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة: استخدمنا المنهج الوصفي لملاءمة وطبيعة الدراسة
عينة الدراسة:

اختير العينة عشوائياً من طالبات جامعة قطر المسجلات على الفصل الصيفي سنويا للاعوام الدراسي من 1999-2000 الى 2006-2007 . طبقت الاستبانة على كافة الطالبات وخلال المقررات الدراسية لمتطلبات الجامعة فقط) تم استبعاد استبيانات كافة طالبات قسم التربية الرياضية -كلية التربية , كما أهملت الاستبانات الناقصة معلوماتها (

بلغ المجموع الكلي لافراد عينه الدراسة المختارين عشوائياً من بين كليات الجامعة واقسامها المختلفة 2288 طالبه من اصل 13659 طالبه اي بنسبه 16,75 % تقريبا (احصائية القبول والتسجيل لجامعة قطر والمسجلات للفصل الصيفي لكافة الاعوام الدراسي والموضحة بالجدول 1) والتي تعد نسبة مناسبة لهذا النوع من الدراسات, وذلك لمقارنة المفاهيم والاتجاهات للفتاه القطرية الجامعية مع تقدم الاعوام الدراسية , وللوقوف مفاهيم واتجاهات نحو الرياضة والمعوقات التي تواجهها الفتاه القطرية التي تحول دون ممارسة الأنشطة والتمارين الرياضية بشكل منتظم .

افراد عينه الدراسة مع النسبة المئوية للسنوات 2007-1999

السنوات	عدد افرادالعينه	العدد الاصيلي	النسبه المئوية
2000 - 1999	256	1628	%15.72
2001- 2000	258	1690	% 15.26
2002 -2001	258	1662	%15.52
2003-2002	344	1850	% 18.59
2004-2003	210	1600	% 13.12
2005- 2004	200	1610	% 12.42
2006- 2005	330	1700	% 19.41
2007- 2006	432	1919	% 22.51
المجموع	2288	13659	% 16,75

إجراءات الدراسة

أداة الدراسة : لما كانت الدراسة تهدف إلى التعرف على مفاهيم واتجاهات ممارسه الرياضة عند الفتاه القطرية الجامعية لجمع البيانات قمنا باستخدام أداة قياس تم بناؤها خصيصا لتحقيق أهداف الدراسة، وتم توزيعها خلال المحاضرات بعد الاتفاق مع مدرس المقرر قبل محاضراته ، وتم استخراج معاملات الصدق والثبات لها، تم تحليل البيانات والإجابة عن أسئلة الدراسة .

تصميم المقياس : لتصميم المقياس وطبقا للدراسات السابقة وجدنا إن طريقة ليكرت ربما تكون أنسب الطرق ملائمة لأنها تتغلب على صعوبة الاعتماد على المحكمين ، كما تعد من طرق بناء مقاييس الاتجاهات لسهولة وسهولتها وقلة الزمن المستخدم لانجازها ، و أضافت غدنانة سعيد المقبل البنعلي (1994) وعبد الباسط (1976) إن طريقة ليكرت للتقديرات المتجمعة تعطى معامل ثبات اكبر من غيرها و تمدنا بمعلومات وافية عن المبحوث إذ انه يستجيب فيها ويعبر عن شدة اتجاهه بالنسبة لكل عبارة من عبارات المقياس وتتميز بالموضوعية .

تكون المقياس المقترح من مجموعة من العبارات التي تختلف بصدها وجهات النظر مستخدمين خمس أنماط للاستجابة حيث تتدرج من (الموافقة بشدة ، موافق ، محايد ، غير موافق ، غير موافق بشدة) وهي الأكثر شيوعا واستخداما في مقاييس الاتجاهات من نوع ليكرت .تم مراعاة بعض النقاط في بناء المقياس المقترح وهي كالآتي :

- صيغت العبارات التي تمثل الاتجاهات نحو الممارسة بحيث أصبحت اثنان واربعون عبارة. كما تم مراعاة :
- إن تكون العبارات مقروءة ومفهومة وتم تجنب العبارات المركبة أو التي نعطي أكثر من معنى في ان واحد - وضعت العبارات التي شملها المقياس في استبانة وأمام كل عبارة سلم يشمل على خمس إجابات متدرجة - بلغت الدرجة العظمي للمقياس 630 درجة ، والدرجة الصغرى 42 درجة .
- تعطي للإجابة التي تمثل أعلى مستوى للاتجاهات الإيجابية خمس درجات ، وللإجابة التي تليها أربع درجات ، ثلاث درجات فدرجتين ثم درجة واحدة وبالعكس لاتجاهات السلبية والموضحة في الجدول 2.

جدول 2

يوضح أرقام العبارات الإيجابية والسلبية لمقياس الاتجاهات

السلبية						الإيجابية					
41	35	27	19	13	4	42	31	25	14	6	1
	36	28	21	15	8		33	26	18	7	2
	37	32	24	16	9		38	29	20	11	3

التحقق من صدق العبارات : تم التحقق بطريقتين الأولى المحكمين والثانية الصدق أو الاتساق الذاتي . ففي الأولى والخاصة بالمحكمين تم عرض المقياس بصورته الأولى على عدد من المتخصصين في التربية البدنية وعلوم الرياضة . زود المحكمين بالهدف من المقياس, وطلب من كل منهم بيان الرأي حول :

- السلامة اللغوية للعبارات

- وضوح العبارات

- ملاءمة المقياس للغرض المعد من أجله

- ملاءمة المقياس لخصائص العينة .

وعلى ضوء الملاحظات التي أبدتها هذه المجموعة من الحكام أدخلت بعض التعديلات في صياغة لكي تمثل الاتجاه المعين . أجريت دراسة استطلاعية على مجموعة عشوائية من طالبات الجامعة لاختبار مدى وضوح العبارات ومدى الفهم لكل عبارة , كما تم احتساب الزمن الذي استغرق في الإجابة على كافة عبارات المقياس الذي وجد بانه ما يقرب 20-25 دقيقة.

وبناء على آراء المحكمين ونتائج التجربة الاستطلاعية تم تعديل بعض العبارات وحذف البعض الآخر لتصبح الاستبانة بالشكل الموضح في الملحق .

أما بخصوص طريقة التحقق من الصدق أو الاتساق الداخلي لعبارات المقياس ومدى ارتباط كل عبارة منها بالمقياس ككل , فقد تم إيجاد معاملات الارتباط للرتب بين درجة كل عبارة وبين الدرجة الكلية للمقياس , وذلك للتأكد من تمثيل كل عبارة من عبارات المقياس للصفة التي يقيسها والموضح بالجدول 3 .

جدول 3

يوضح معاملات الارتباط * بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس

الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة
0,98	34	0,98	23	0,99	12	0,99	1
0,97	35	0,94	24	0,99	13	0,99	2
0,99	36	0,94	25	0,94	14	0,94	3
0,99	37	0,95	26	0,98	15	0,85	4
0,95	38	0,99	27	0,99	16	0,99	5
0,95	39	0,99	28	0,97	17	0,99	6
0,98	40	0,94	29	0,95	18	0,99	7
0,98	41	0,95	30	0,98	19	0,99	8
0,98	42	0,94	31	0,94	20	0,99	9
		0,98	32	0,99	21	0,99	10
		0,94	33	0,99	22	0,94	11

* دلالة بمستوى (0,01)

يتضح من بيانات الجدول 3, إن جميع العبارات دالة إحصائياً عند المستوى 0,01 أي إن هنالك ارتباط ذا دلالة إحصائية بين كل عبارة من عبارات المقياس وبين المقياس ككل مما يدل على صدق المحتوى .

ثبات المقياس : اعتمدنا في تحديد الثبات للمقياس طريقة التجزئة التطبيقية لدرجات المقياس وكانت الفترة الزمنية بين التطبيق الأول والثاني عشرة أيام . استخدمنا معادلة سبيرمان براون لاحتساب معامل ثبات المقياس الذي بلغ (0,86) , وهو معامل ثبات ذو دلالة إحصائية مقبولة مما يؤهل المقياس إلى الخصائص التي تؤهله لكي يكون مقياس معتمداً .

إجراءات جمع البيانات و طريقة تطبيق المقياس:

- تم توزيع استمارات المقياس عشوائيا على نسبة من طالبات بعض المقررات الجامعية بالاتفاق مع استاذ المقرر مسبقا . أما طريقة التطبيق فقد تمت كالتالي :
- توضيح الغرض من المقياس أولا للطلبة.
 - توضيح التعليمات الخاصة بالمقياس وطريقة الإجابة تحت الاستجابة التي تمثل الاتجاهات أمام كل عبارة .

وكان قد تم توزيع عدد من الاستبانات على الطالبات بشكل عشوائي داخل الصف الدراسي خلال الفصل الصيفي. تم استلام 2288 استبانته من اصل 2800 , قد تم اعدادها لتبلغ نسبه الاستبانات المستلمة الي 81% .

المعالجة الإحصائية :

النسبة المئوية : تم استخدام النسبة المئوية للتعرف على عدد التكرارات ومن ثم الوقوف على تسلسل الاتجاهات تنازليا من أعلى نسبة إلى نسبة 50 % لكل عبارة واستجابة ذات النسبة الأعلى لمناقشتها. معامل ارتباط الرتب لسبيرمان للوقوف على مدى ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس . الوزن النسبي * لاستجابة أفراد عينة البحث لعبارات وبنود الاستبيان

$$\text{الوزن النسبي} = \frac{5\text{ن} + 4\text{ن} + 3\text{ن} + 2\text{ن} + 1\text{ن}}{5\text{ن} + 4\text{ن} + 3\text{ن} + 2\text{ن} + 1\text{ن}}$$

حيث أن في حالة العبارات الموجبة حيث :

5ن = عدد تكرارات استجابة موافق بشدة

4ن = عدد تكرارات استجابة موافق

3ن = عدد تكرارات استجابة محايد

2ن = عدد تكرارات استجابة غير موافق

1ن = عدد تكرارات استجابة غير موافق بشدة

ويعكس الوضع في حالة العبارات السالبة .
1ن+2ن+3ن+4ن+5ن=عدد أفراد العينة.

الوزن النسبي الفارق للتعرف على نوعية اتجاهات الأفراد لكل عبارة عن طريق فرض أن عدد أفراد العينة 100 فتكون أعلى درجة يمكن عليها الحصول لاستجابة موافق بشدة هي 100 وعلى هذا يكون :

$$\text{الوزن النسبي} = \frac{5(100 + \text{صفر} + \text{صفر} + \text{صفر} + \text{صفر})}{100}$$

أقل وزن لاستجابة موافق بشدة تتحدد في أن 75 موافق بشدة , 25 غير موافق بشدة (آل 75 عدد اعتباري) وعلى هذا فان:

$$\text{الوزن النسبي} = \frac{5(75 + \text{صفر} + \text{صفر} + \text{صفر} + 25)}{100} = 4 = 25 + 3,75$$

وبالمثل يمكن احتساب الوزن النسبي الأعلى والأقل لكل استجابة ونخلص إلى :

موافق بشدة = اكبر من 4 وحتى 5

موافق = اكبر من 3,25 وحتى 4

محايد = اكبر من 2,50 وحتى 3,25

غير موافق = اكبر من 1,75 وحتى 2,50

غير موافق بشدة = 1,75 فأقل

وبناء على ذلك يعتبر الوزن النسبي اكبر من 3,25 اتجاه موجب
واكبر من 2,50 وحتى 3,25 محايد
وأقل من 2,50 اتجاه سالب

محمد جمال الدين عبد الحميد (1986), المحددات العاطفية للتحصيل الأكاديمي : دراسة العلاقة بين بعض هذه المحددات وتحصيل طلاب الصف الثاني الثانوي العلمي بدولة قطر في مادة الفيزياء. الدوحة , جامعة قطر , مركز البحوث التربوية

عرض النتائج

سوف يتم العرض وفقا لبنود الاستمارة :

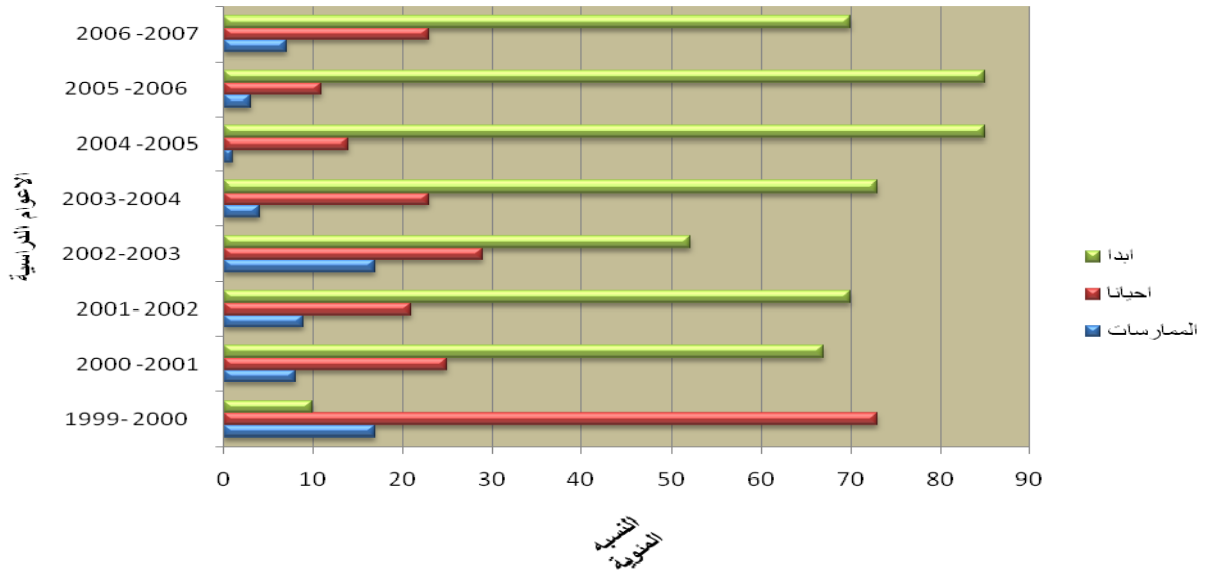
اولا : عدد الممارسات للرياضة من طالبات جامعة قطر والموضحة نتائجها بالجدول 4 والشكل 1 وفقا للاعوام الدراسية من 1999-2000 الى نهايه 2006-2007 , يتضح لنا ان المجموع الكلي لعدد اللاتي لم يمارسن الرياضة هو الاعلى بلغ 67% احيانا بلغ 25% واخيرا الممارسات 8% من افراد عينه الدراسة للفترة من 1999 حتى 2007

جدول 4

افراد عينه الممارسات وغير الممارسات مع النسبة المئوية

السنوات	الممارسات		احيانا		ابدا	
	العدد	%	العدد	%	العدد	%
2000-1999	33	17	147	73	20	10
2001-2000	24	8	76	25	201	67
2002-2001	40	9	96	21	334	70
2003-2002	44	17	100	29	200	52
2004-2003	10	4	50	23	150	73
2005-2004	2	1	28	14	170	85
2006-2005	12	3	38	11	280	85
2007-2006	32	7	100	23	300	70
المجموع الكلي	197	8%	635	25%	1655	67%

الشكل 1 يوضح النسبة المئوية الممارسات وغير الممارسات من طالبات جامعة قطر لسنوات الدراسية 1999-2000 الى 2006-2007



بخصوص الممارسات من طالبات جامعة قطر يتضح من خلال الجدول 4 والشكل التخطيطي رقم 1 ان هنالك تناقصا واضحا وبشكل تدريجي بينما تزداد النسبة المئوية لغير الممارسات ابدا للرياضة وتفاوتا للممارسات احيانا , ففي السنة الدراسية 1999 – 2000 يظهر ان نسبة الممارسات للرياضة احيانا الاعلى مقارنة بالمنتظمات وغير الممارسات لتتناقص النسبة بعدها الى الاقل في 2005-2006 , اما بالنسبة للممارسات فقد بلغن القمة في 1999-

2000 لتتناقص بعدها وبشكل كبير في 2004-2005 ولتزداد وبشكل متواضع 2006-2007 . مما تقدم يتبين لنا ان ممارسة الرياضة تعد ضعيفة عند طالبات الجامعة بشكل عام مقارنة مع الممارسات احيانا والممارسات وهذا هو الجواب على السؤال الاول حول استمرارها بممارسة الرياضة بعد مقرر النشاط الرياضي كمتطلب بالجامعة .
الرياضة تعنى في الاستبانة: يوضح الجدول 5 لاعداد وفقا للسنوات مع النسبة المئوية لكافة الافراد

جدول 5
يوضح الرياضة تعنى لافراد عينه الدراسة من 2006-1999

النشاط	1999	%	2000	%	2001	%	2002	%	2003	%	2004	%	2005	%	2006	%
لعب عام مع الاهد	20	%8	5	8%	38	15%	12	3%	21	10%	44	22%	40	12%	26	6%
جري	25	%10	23	8%	62	24%	45	13%	22	10%	19	10%	24	7%	50	12%
تمارين سويدية	26	%10	16	5%	18	7%	13	4%	3	1%	9	5%	12	4%	24	6%
كرة قدم	44	16%	39	13%	30	12%	25	7%	25	12%	15	8%	43	13%	50	12%
كرة سلة	2	1%	5	2%	18	7%	11	3%	4	2%	9	5%	12	4%	10	2%
كرة طائرة	6	3%	5	2%	26	10%	26	8%	8	4%	7	4%	10	3%	30	7%
كرة يد	29	11%	30	10%	40	16%	22	6%	19	9%	20	10%	43	13%	25	6%
سباحة	22	9%	13	4%	22	9%	23	7%	35	17%	10	5%	31	9%	30	7%
ألعاب لمضرب	2	1%	8	3%	10	4%	22	6%	6	3%	12	6%	34	10%	20	5%
الدفاع عن النفس	3	2%	10	3%	9	3%	21	6%	7	3%	6	3%	20	6%	30	7%
تمارين لأجهزة	22	9%	55	18%	80	31%	11	3%	7	3%	10	5%	18	5%	29	7%
المشي	40	14%	40	13%	70	27%	52	15%	34	16%	28	14%	31	9%	66	15%
جهاز تمارين	2	1%	8	3%	12	5%	20	6%	10	5%	9	5%	10	3%	40	9%
لا اعرف	13	7%	25	8%	37	14%	41	12%	9	4%	2	1%	2	1%	3	1%
المجموع	256		258		258		344		210		200		330		432	

يوضح الجدول رقم 5 وفقا للسنوات ان مفهوم الرياضة عند الفتهاء 1999-2000 يعنى كرة القدم فالمشي فكرة اليد ثم التمارين السويدية حيث احتلوا نسبة تفوق 10% . وفي سنة 2000-2001 احتلت تمارين بالاجهزة لتتنزل الوزن و كرة القدم النسبة ثم المشي على الكورنيش النسبة الاعلى . وفي العام الدراسي 2002-2003 اضافت الطالبات مفهوم اخر احتل النسبة الاعلى وهو الجري والمشي على الكورنيش و تمارين الاجهزة النسب الاعلى هنا . ليستمر

المشى والجري في عام 2003-2004 ايضا الاعلى . وفي العام الدراسي 2004-2005 دخلت السباحة والمشى النسبه الاكبر . وفي عام 2005-2006 نجد ان كرة القدم وكرة اليد كانتا قد احتلت النسب الاكبر بينما في 2006 - 2007 اختارت الاغلبيه تمارين الاجهزة وكرة القدم . مما تقدم نجد ان الرياضة تعنى للطلاب ممارسة المشى والجري وكرة القدم اضافة الى اللعب مع الاهل في اغلب السنوات المذكورة في, كما ظهر ان اللعب في الرحلات العائلية او الترفيه والتسليه لاشغال وقت الفراغ كان قد حققت النسبه الاعلى بمعنى الرياضة عند افراد عينة الدراسة . ا تقدم نجد ان هنالك عينة من المجتمع ليس لها اى اطلاع او معرفة بمعنى الرياضة والالعاب الرياضية ولا حتى انواعها والاكتفاء بسؤال الصديقة ثم الاجابه في احيان اخرى.

جدول 6

مفهوم الرياضة عند افراد الدراسة

العبارة	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006
للترويح	80	31	91	35	130	50	22	6
مهمة لتجنب الامراض	50	19	64	24	87	33	21	6
فقط لاوقات الفراغ	40	15	60	23	75	29	13	3
فقط تسبب التعرق	20	7	53	20	80	31	25	7
تسبب الالام	10	4	33	12	88	33	11	3
متعبه	9	4	26	1	26	10	26	7
فوائدها محدودة	15	6	30	11	40	15	22	6
ابتعد عنها	22	8	13	5	22	8	23	6
لها تاثير اجتماعي	22	8	8	3	10	3	12	3
تزيد من ضربات قلبي	20	7	10	3	9	3	45	13
لا اعرف	13	5	55	21	80	31	11	3
المجموع	256	258	258	344	210	200	330	432

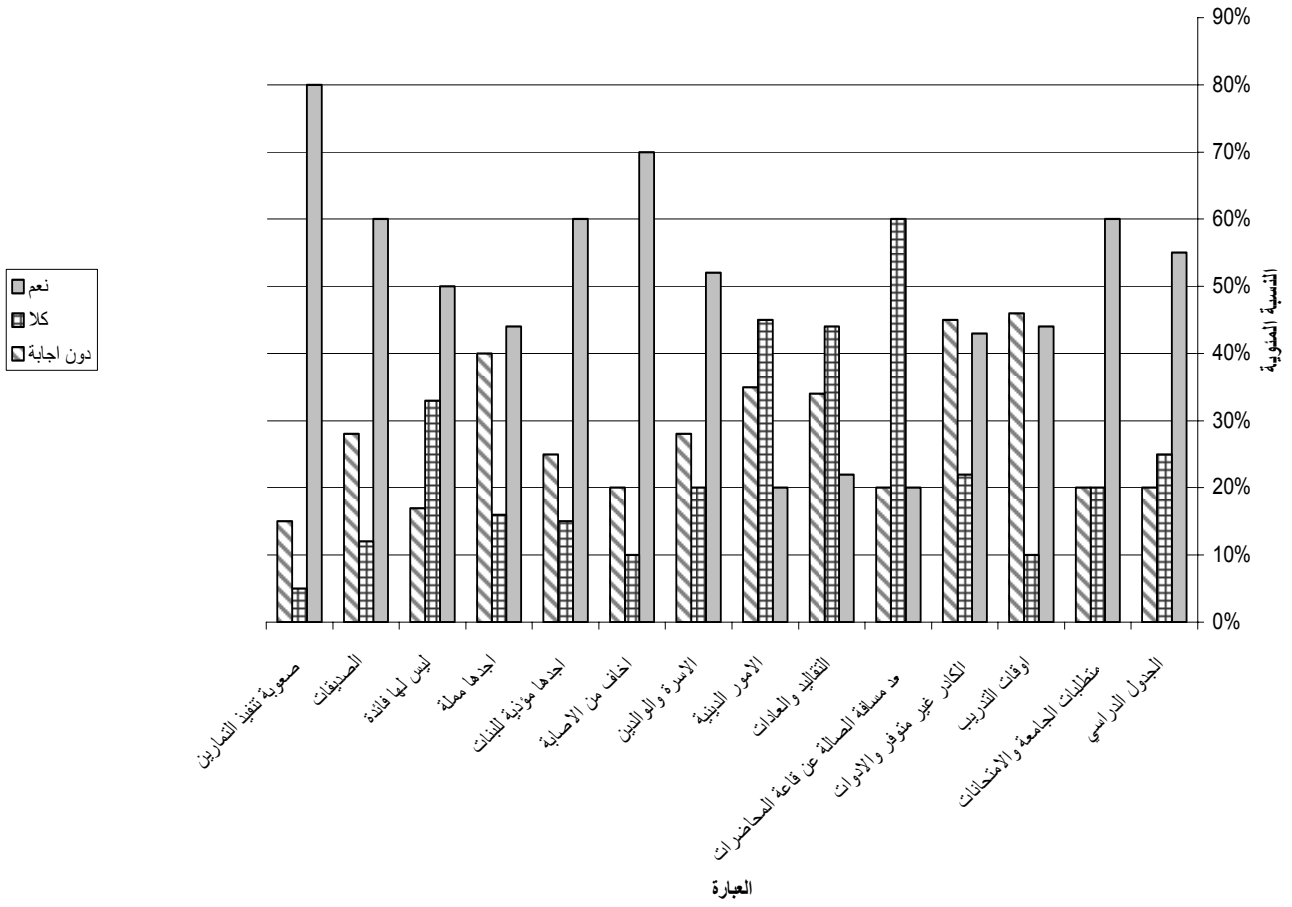
????? يوضح الجدول رقم 4 والشكل التخطيطي ان مفهوم الرياضة مفهوم ترويحيا ولقضاء اوقات الفراغ خلال السنوات الثلاث حيث كانت النسبة المئوية الاعلى خلال السنوات الثلاث . ونجدها مهمة لامراض خلال 1999 بينما تناقصت في 2003 بينما مفهومها خاص يؤدي بالتعب والاجهاد والتعرق قد ازداد في نسبه المئوية خلال 2001 و2003 مقارنة 1999 وان فائدته محدودة وازدادت النسبة المئوية التي ظهرت ضعيفة 1999 لتزداد إلى اكثر من ضعف في 2003 .

جدول (4) النسبة المئوية لمعوقات والعزوف ممارسة الرياضة لكافة أفراد الدراسة

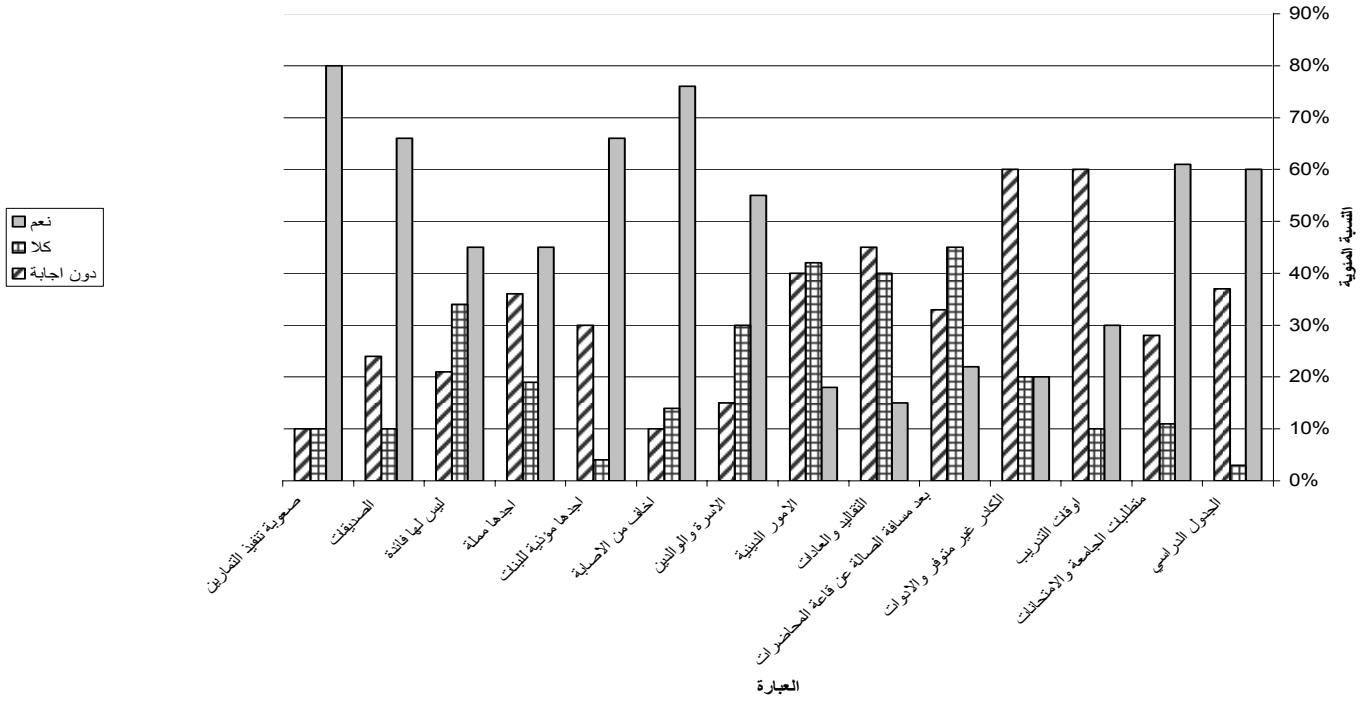
العبارة	نعم			كلا			دون إجابة		
	1999	2001	2003	1999	2001	2003	1999	2001	2003
	1999	2001	2003	1999	2001	2003	1999	2001	2003

%37	%20	%22	%3	%25	%30	%60	%55	%48	الجدول الدراسي
%28	%20	%29	%11	%20	%24	%61	%60	%47	متطلبات الجامعة والامتحانات
%60	%46	%26	%10	%10	%33	%30	%44	%41	أوقات التدريب
%60	%45	%22	%20	%22	%41	%20	%43	%37	الكادر غير متوفر والأدوات
%33	%20	%36	%45	%60	%46	%22	%20	%18	بعد مسافة الصالة عن قاعة المحاضرات
%45	%34	%36	%40	%44	%50	%15	%22	%24	التقاليد والعادات
%40	%35	%20	%42	%45	%50	%18	%20	%30	الأمر الدينية
%15	%28	%10	%30	%20	%50	%55	%52	%40	الأسرة والوالدين
%10	%20	%1	%14	%10	%22	%76	%70	%77	أخاف من الإصابة
%30	%25	%55	%4	%15	%10	%66	%60	%35	أجدها مؤذية للبنات
%36	%40	%20	%19	%16	%30	%45	%44	%50	أجدها مملة
%21	%17	%20	%34	%33	%20	%45	%50	%60	ليس لها فائدة
%24	%28	%10	%10	%12	%34	%66	%60	%56	الصدقات
%10	%15	%10	%10	%5	%20	%80	%80	%70	صعوبة تنفيذ التمارين

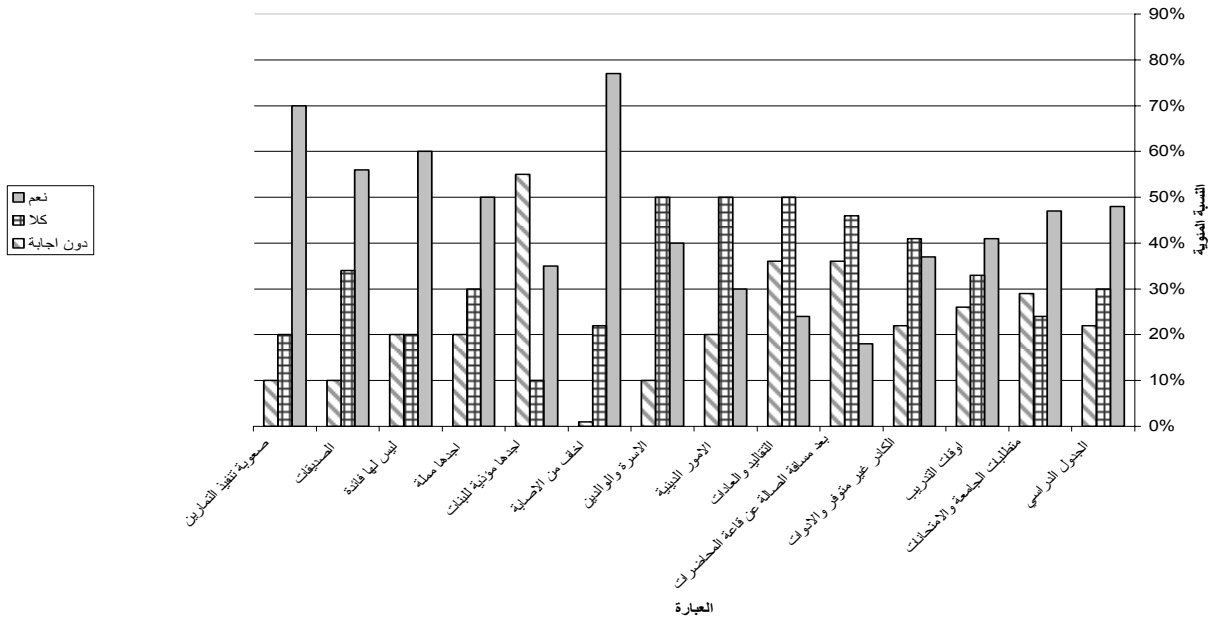
معوقات ممارسة الرياضة 2001



معوقات ممارسة الرياضة 2003

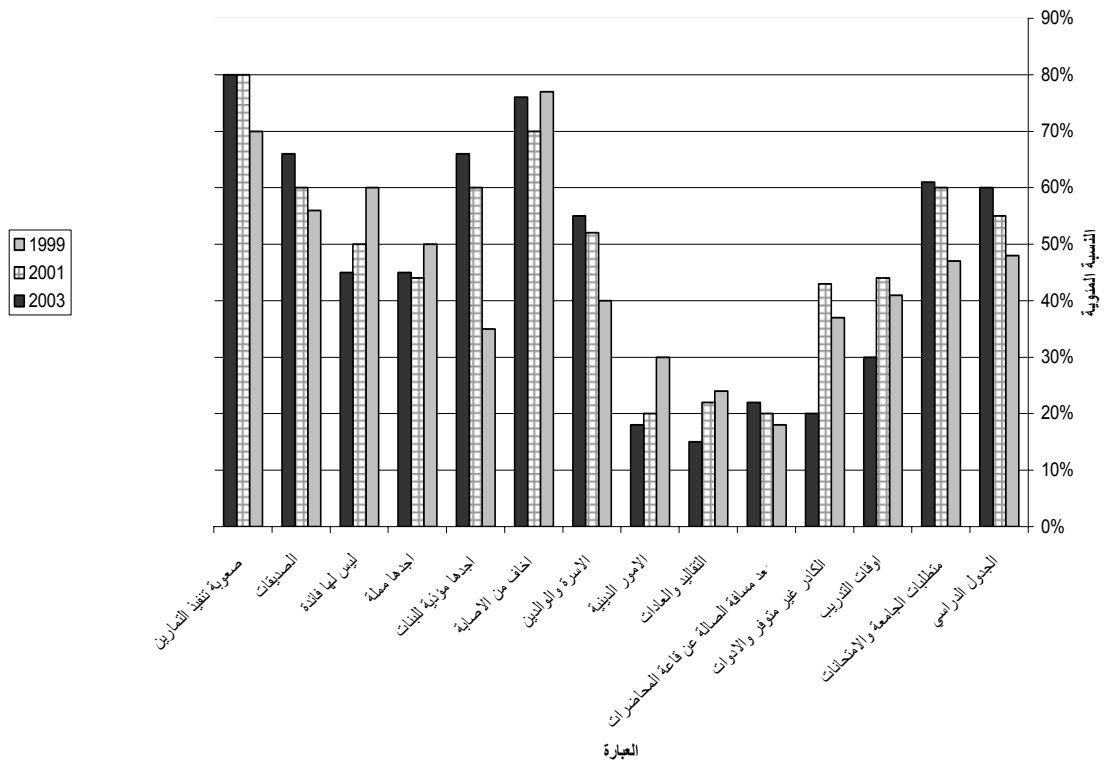


معوقات التي تحول دون ممارسة الانشطة الرياضية 1999



ينضح من الجداول والإشكال التخطيطية لكافة السنوات إن أفراد عينة قد حققوا النسبة الأكبر في بعض العبارات وتناقص النسبة في عبارات أخرى وبخاصة بالإجابة الخاصة بالفقرة (نعم) والبال على معوقة التي تحول عن الممارسة والتي نجدها قد تزايدت في 2001 و2003 وبخاصة بعدما تم إلغاء مقرر النشاط الرياضي بالجامعة والذي تسبب في زيادة النسبة المئوية وتناقص عدد الممارسات وحتى الغير منتظمات منهن. والشكل التالي يوضح النسبة المئوية للإجابة بنعم والتي ندها توضح أهم أسباب أو معوقات الممارسة عند طالبت جامعة قطر .

عزوف ومعوقات التي تحول دون المشاركة بإجابة نعم



ينضح أن صعوبة تنفيذ التمارين الرياضية قد حقق النسبة الأعلى (80 %) في 2003 و 2001 و(70 %) سنة 1999. العبارة صعوبة تنفيذ التمارين الرياضية التمارين أخذت النسبة الثانية في 2003 حيث بلغت (حوالي 75%) والمتقاربة مع 1999. واحتلت الصديقات وتجده التمارين تؤدي إلى الاصابة ببعض الالام بعد ممارستها وبخاصة للبنات وتقاربة مع النسبة المئوية للمل من ممارستها لان لم يجدوا اي تغيير وتطوير من الكادر المشرف او المدربات المتخصصات الا بإعادة والتكرار المحدود الفائدة لان اغلب الأفراد كانت ألممارسه بالنسبة لهن تنقيص للوزن , نجد ان النسب كانت متقاربة وقد ازدادت 2003 مقارنة مع 2001 و1999. والذي يعود سببها إلى بعض مفاهيم الخاطئة عن إمكانية تضخم العضلات وكسر المفاصل وضعفها , وان الوعي الصحي لم يأخذ مكانه المطلوبة من 1999.

واحتلت متطلبات الجامعة وأعباء الجدول الدراسي نسبة بلغت فوق 55% إلى 60% في 2003 و 2001 وبخاصة بعد ما تم تجميد مقرر النشاط الرياضي. كما نجد إن ممانعة الأسرة والوالدين والأخ الأكبر من المعوقات التي احتلت النسبة المتزايدة عن 1999 من 40% إلى فوق 50%.

إما بما يخص العبارات التي احتلت أقل من 50% كان أوقات التدريب وعدم توفر الكادر في أوقات الفراغ مع قلة الأدوات والتجهيزات وبعد المسافة بين الصالة الرياضية للبنات وقاعات المحاضرة وحرارة الجو صيفا وبخاصة 2001 لتتناقص بتأثير تجميد المقرر الخاص بالنشاط الرياضي إلى أدنى مستويات مقارنتا 1999 و 2001 .

إما بخصوص التقاليد والعادات الامور الدينية أخذت النسب الأضعف لتبلغ ما بين 15- 18 % في 2003 والتي نجدها قد تناقصت عن 1999 و 2001.

مما تقدم نجد أهمية إعادة النظر في كافة البرامج الرياضية العامة التي تخدم عموم شرائح المجتمع ومنها طالبات جامعة قطر بزيادة الوعي والتثقيف سواء بإعادة مقرر النشاط الرياضي لكافة طالبات الجامعة من جهة وإقامة الندوات الثقافية والصحية والإعلامية مع التركيز على أهمية الممارسة اليومية والمنتظمة للتمارين الرياضية في المجتمع ودراسة كافة المسببات والعمل على إيجاد البرامج العامة التي تتناسب وكافة أفراد المجتمع كالجري الجماعي مثلا، دورات في الممارسات المنتظمة لفترات محدودة للمدة شهر مثلا وبأسعار رمزية لهدف معين كتنشيط القلب أو لفئة السكري... وهكذا من خلال العمل مع المنظمات والجمعيات المختلفة داخل الدولة.

الاستنتاجات :

1. هنالك اتجاها متناقصا نحو ممارسة الانشطة الرياضية .
2. احتلت معنى الرياضة كممارسة لتنزيل الوزن كالمشي واستخدام الاجهزة داخل الصالات
3. احتلت كرة اليد كمعنى للرياضة مقارنتا بالعباب الاخرى النسبة الافضل
4. الترويج وملئ اوقات الفراغ مفهوم للرياضة عام عند افراد عينة الدراسة
5. صعوبة تنفيذ التمارين الرياضية وصعوبة تنفيذ التمارين الرياضية و التمارين تؤدي إلى الاصابة ببعض الالام اخذت النسبة المئوية الاعلى في معوقات ومسببات عدم الممارسة للرياضة .
6. بخصوص التقاليد والعادات الامور الدينية أخذ إلا النسب الأضعف

التوصيات :

1. أهمية إعادة النظر في كافة البرامج الرياضية العامة
2. زيادة الوعي والتثقيف الرياضي
3. التعاون بين الاتحاد الرياضة للجميع والمنظمات والمؤسسات المختلفة لوضع البرامج المناسبة للمجتمع .
4. اجراء الدراسات المشابهة عن واقع رياضة الفتاه

المصادر

1. إخلاص عبد الحفيظ (1976): أسباب عزوف طالبات الجامعة عن ممارسة النشاط الرياضي. دراسة منشورة في مؤتمر الرياضة للجميع, كلية التربية الرياضية, جامعة حلوان.
2. كاميليا حسن حسني (1981): العلاقة بين اتجاه طالبات كلية التربية الرياضية للبنات نحو مادة التربية العملية ودرجة التحصيل في هذه المادة. بحث منشور في المؤتمر العلمي الأول ((الرياضة والمرأة)) جامعة حلوان.
3. عطيات خطاب (1976): أوقات الفراغ والترويح. دار المعارف, القاهرة.
4. عايد عبد العزيز (1984): دراسة مسحية عن الأنشطة الترويحية للطلبة الأجانب بالجامعة الأمريكية بالقاهرة. دراسة منشورة في كتاب مؤتمر الرياضة للجميع, كلية التربية الرياضية, دار الفكر العربي.
5. محمد كمال السنوسي ويحي محمد حسن عبده (1999): اتجاهات طلاب جامعة أسبوت نحو الترويح. المجلة العلمية للتربية الرياضية.
6. عبد الناصر بن تومي (1996): مسببات عزوف تلميذات الريف عن ممارسة التربية البدنية والرياضية في مدارس الثانوية في الجزائر. المجلة العلمية التربوية, جامعة الجزائر.
7. سهي أديب عيسى (1996): واقع الرياضة التنافسية في مدارس عنان الثانوية للبنات. بحث منشور في مجلة البحوث النفسية والتربوية. العدد 5.
8. كابيل سي محمد (1987): تأثير الممارسة اليومية للرياضة الترويحية في المجتمع. بحث منشور بمجلة العلمية الدورية, جامعة مستغانم - الجزائر.
9. معتصم محمود شطناوي وعلى شحادة (1999): حول أسباب عزوف طالبات جامعة مؤتة عن ممارسة الأنشطة الرياضية. المجلة العلمية لبحوث النفسية والتربوية بجامعة مؤتة, العدد 7.
10. وليد هاشم مرديني (1995): اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو الأنشطة الترويحية وأوقات الفراغ. العدد 4. ر في مجلة البحوث النفسية والتربوية. العدد 4.

ملحق

استمار استبيان عن دراسة مفهوم الرياضة لدى طالبات جامعة قطر

عزيزتى الطالبة بين يدك استمار استبيان للوقوف على مدى مفهومك للرياضة وممارستها من وجهة
نظرك برجاء وضع علامة (√) امام العبارة وفق ما تجدية مناسباً
ممارسة بانتظام ممارسة غير منتظمة
غير ممارسة

غير موافق بشدة	غير موافق	محايد ة	اوافق	موافق بشدة	العبارة
					استمررت بممارسة التمارين الرياضية بعد مقرر النشاط الرياضي بالجامعة
					لم امارسها سابقا بالمدرسة ولا فى الجامعة مضية للوقت
					الرياضة تعنى تمارين للعب
					الرياضة تعنى تمارين مشي وجري
					الرياضة تعنى تمارين بدنية عامة ومهمة للجسم
					الرياضة تعنى تمارين للاعب كرة القدم والسلة

					والطائرة
					الرياضة تعنى تمارين ايروبك
					الرياضة تعنى تمارين الالعب الصغيرة كالريشة والمنضدة
					افهم الرياضة بانها للترويح فقط وشغل اوقات الفراغ
					افهم الرياضة بانها تبعد امراض العصر النفسية وتحقق السعادة
					افهم الرياضة بانها تساعدنى على اقامة علاقات مع الاخرين
					افهم الرياضة تساعدنى على مقاومة التعب
					افهم الرياضة بانها مشاهدة مباريات
					افهم الرياضة بانها نشاط موزي للبدن والعضلات وتضخم عضلاتي
					افهم الرياضة بانها مسبب للتعرق والجهد فقط
					افهم الرياضة بانها محدودة الفائدة بدنيا
					لا افهم لها معنى معين
					اشعر بالنشاط عند ممارستها
					احقق ذاتي واجد نفسي وانسى همومي
					منحتنى قابلية مقاومة التعب فتغلبت على اعباء الحياة وضغوطها
					اجدها منشطا للقلب والتنفس
					خففت عنى الالام الظهر والعضلات
					استخدمها للعلاج الطبيعي وتنزيل الوزن
					احب ممارستها لكن صديقتى تمنعنى
					اقلد به الاخرين كموضة شبابية فى لبس لبس الرياضة
					امارسها دون فائدة فى تنشيط الاجهزة الحيوية
					مارستها فاصبت بالالام المفصلية وتعب فى الدورة الشهرية بخاصة
					اصبحت لى العديد من الصديقات
					امارسها كهواية فقط

عرض النتائج والمناقشة: التكرارات و النسبة المئوية

الجدول

التكرارات والنسبة المئوية لكل عبارة (الطالبات)

العبارات	بشدة موافق	%	موافق	%	محايد	%	موافق	%	بشدة موافق	%
----------	------------	---	-------	---	-------	---	-------	---	------------	---

14	78	13	72	6	36	6	34	61	350	1
17	97	17	85	13	70	3	16	53	302	2
18	100	6	36	8	46	24	138	44	250	3
5	26	19	110	19	114	35	200	21	120	4
14	76	13	70	8	44	8	48	58	332	5
10	56	14	80	10	56	10	58	56	320	6
39	221	20	115	8	46	22	128	11	60	7
9	50	13	70	16	90	44	251	19	109	8
37	210	10	53	37	210	17	97	صفر	صفر	9
6	33	14	100	11	68	38	215	27	154	10
10	56	11	80	11	64	14	76	52	294	11
11	68	13	60	10	58	19	116	47	268	12
11	64	9	70	10	54	3	100	50	282	13
17	84	11	50	17	94	38	216	22	126	14
14	76	15	60	11	62	16	90	49	282	15
13	70	11	86	17	98	40	226	16	90	16
17	84	7	60	26	148	35	198	14	80	17
11	64	11	42	11	63	17	81	56	320	18
11	64	13	68	11	64	16	90	50	284	19
17	84	11	70	10	56	16	90	47	270	20
18	100	13	66	17	95	25	145	29	164	21
16	90	11	70	5	26	22	128	45	256	22
10	58	11	68	17	98	14	74	48	272	23
11	64	13	70	12	66	14	76	52	294	24
17	83	5	26	5	25	25	142	43	244	25
17	84	13	70	8	48	10	54	55	314	26
9	50	19	110	14	78	34	192	25	140	27
14	81	14	78	11	64	26	148	35	199	28
10	55	14	74	9	49	14	74	56	318	29
11	60	15	86	10	54	7	38	58	332	30
8	46	17	95	12	65	14	76	51	288	31
21	120	6	36	29	166	19	112	24	136	32
18	100	6	36	10	44	14	76	55	314	33
13	70	6	36	6	34	9	50	67	380	34
15	87	11	64	14	73	14	78	47	268	35
10	54	14	80	14	72	39	224	25	140	36
3	20	1	6	19	114	25	140	25	140	37
17	98	9	52	26	150	18	100	30	170	38
3	20	3	16	2	14	6	38	58	332	39
2	12	3	12	4	24	38	218	28	154	40

3	22	3	20	34	192	21	120	29	166	41
9	55	7	43	33	192	13	72	19	108	42

يوضح الجدولين التكرارات والنسبة المئوية والتي سوف تناقش طبقا لتسلسل والنسب المئوية التي ازدادت عن 50% العبارات (الإيجابية ثم السلبية).

- أولا: العبارات الإيجابية :** لتحقيق أهداف الدراسة وفروضها تمت مناقشة النتائج تنازليا وفق قيم النسبة المئوية من الأعلى إلى الأسفل للوقوف على الاستجابات الإيجابية وكانت النتائج كالآتي :
- العبارة رقم (1) يوضح الجدول أن أعلى تكرار ونسبة مئوية قد تحققت في استجابة موافق بشدة مقارنة مع البنود المحددة للاستجابة تجعل الجسم أكثر كفاءة وتكسبه مناعة ضد الأمراض .
- 1- العبارة رقم (2) يوضح الجدول أن الطالبات حققوا أعلى تكرار ونسبة مئوية في استجابة موافق بشدة مقارنة مع البنود المحددة للاستجابة بلغت 53% , وجود استجابة مقبولة من الطالبات بلوهم لممارسة التمارين التي تنمي القوة العضلية
- 2- بخصوص العبارة (3) حققت الطالبات نسبة استجابة بلغت 44% أهمية من إزالة التوتر النفسي والعصبي .
- 3- العبارة رقم (5) حققت الطالبات نسبة استجابة بلغت 58% وهي الأعلى في أن ممارستها تكسب القوة والسرعة عموما
- 4- بخصوص العبارة رقم (7) لم تحقق الطالبات النسبة المطلوبة في كافة الاستجابات بينما من أهمية من كوسيلة للأمام بالثقافة اللازمة لتقوية الجسم وإكسابه القوة اللازمة .
- 5- العبارة رقم (11) نجد أن استجابة موافق بشدة حققت نسبة مئوية للطالبات بلغت 52% أنها وسيلة مهمة للياقة الجسم البدنية في اكتساب الفرد للقوة والسرعة والتحمل والرشاقة والمرونة الأزمنة لأداء الرياضات الأخرى .
- 6- العبارة رقم (12) بأنها تشعر بالطاقة والقدرات البدنية العالية والدادل على الضعيفة للرياضة التي تعد من خلال بقاعدة ممارساته قليلة .
- 7- العبارة (13) تظهر أن 50% من الطالبات يؤكدون وبشدة أنها تنمي الصداقات أي تنمي النواحي الاجتماعية بين الطلبة .
- 8- العبارات رقم (14) (20) (38) (42) لم تحقق أي نسبة تذكر وظهر أن طريقة المدرب ليس لها أي تأثير على بناء الاتجاهات نحو ممارسة الرياضة .
- 9- العبارة رقم (18) تظهر أن 56% من الطالبات اعتبرن الرياضة تنمي القيم الأخلاقية بخصوص تقبل الفوز والخسارة .
- 10- العبارة (22) أنها وسيلة لاكتساب الجسم والمظهر الجسماني وافق وبشدة نسبة 45% .
- 11- العبارة (25) أنها تساهم في إمكانية ضبط الحالات الانفعالية أظهرنا استجابة ضعيفة .
- 12- العبارة رقم (26) أشار الطالبات أنها تدخل ضمن التسلية وشغل أوقات الفراغ حيث ساهمت الطالبات بنسبة موافق بشدة 55% .
- 13- العبارات رقم (29) و (33) والمتففة مع العبارات (1 و 2 و 5 و 6 و 11) حيث بلغت النسبة المئوية للطالبات 56% و 50% و في العبارة (33) بلغت 55% . من أن ممارسة التمارين الرياضية تشكل قاعدة للرياضيين .

14- العبارة رقم (30) تأثير استخدام اللوحات التوضيحية والالوان من قبل المدرب ومجلات

الحائط ومهمة لزيادة اطلاع الطالبات نسبة الموافقة و بشدة 58 % .

15- العبارة رقم (31) تعتبر الطالبات أن المكافأة تزيد من إقبال على ممارستها وبلغت النسبة المئوية في

استجابة الموافقة بشدة 51 % .

16- العبارة رقم (39) تظهر ان 58% عند الطالبات هنا اشترك المدرب معهن يزيد من الحافز المعنوي لممارسة

الرياضة .

مما تقدم نجد ان غالبية افراد عينة الدراسة اجابوا بالاجابية ويشعرون باهمية ممارسة واهميتة على الصحة والقوام اى هنالك اتجاها ايجابيا قويا والرغبة بممارستها لفائدتها وتأثيرها النفسى والبدني والصحي والى اهمية المكافأة فى حالات الفوز وللموهوبين . كما اكادوا ايجابية اشترك وتشجيع المدرب الذي اعتبروه ضرورة لرفع الروح المعنوية مع مراعاة الفروق الفردية .

ثانيا :العبارات السلبية

1 - العبارات رقم (4) و (10) و (21) (37) (41) تظهر أن عدم التشجيع من قبل الاهل قد اخذ نسبة المئوية الضعيفة نحو الاتجاهات

2 - العبارة (8) والتي تنص على أن ممارستها تجعلها اقل قدرة على ضبط النفس أيضا أظهرت نسبة الاستجابة ضعيفة مما يعنى أنها بالاتجاه الإيجابي لان نسبة 44% عند الطالبات

3 - أن ممارستها تعد مضیعة للوقت لم تظهر إلا نسب أيضا ضعيفة مما يعنى أنها باتجاه الإيجابي .

4- في العبارة (15) و (22) بان ليس لها تأثير على قوام الجسم أيضا يظهر استجابة فوق 49% للطالبات

5- العبارة رقم (16) أن حركاتها صعبة ظهرت النسبة ضعيفة عند كافة الاستجابات من كافة أفراد عينة

6- العبارة (17) أظهرت استجابة أيضا ضعيفة من أن مقالاتها غير محببة مما يعنى أن هذه استجابة ايجابية وليست سلبية

8 - تتطلب جهدا كبيرا لممارستها لذا يتعد الطلبة عموما عن ممارستها حيث وافقت وبشدة نسبة 48 % من الطالبات

9- العبارة رقم (24) اتفق فيها الطالبات أن لا تمد بالمعلومات الرياضية العامة الكافية لإكسابهم الثقافة الرياضية حيث بلغت نسبة موافق بشدة 52 %

10- ظهر أن نسبة 60 % يوافقون على أن شدة التمارين احد أسباب الاتجاه السلبي عن ممارستها

11- العبارة (28) (40) بان قلة الإمكانيات بالصالة الرياضية اظهرت استجابة ضعيفة عند كافة أفراد عينة البحث

12- العبارة رقم (32) ليس لها تأثير على الصحة أيضا اظهر ضعفا في استجابة كافة مما يدعم الاتجاهات الإيجابية .

13- العبارة رقم (34) بأنه لا يشعر بأنها تزيد من الاعتماد على النفس أن نسبة الموافقين بشدة من الطالبات تبلغ 67% .

14- العبارة رقم (35) أنها لا تشكل أي متعة عند ممارستها حققت استجابة ضعيفة عند الطالبات مما يدل على أن الاتجاه السلبي بهذا الخصوص ضعيف .

مما تقدم يتبين لنا ان هنالك اتجاهات ايجابية قوية وليست سلبية فى اغلب العبارات تأثيرها المهم على زيادة الثقة بالذات والنفس وضبطها وان ممارستها تعد مهمة للبدن والنفس والترويح وتزيد من نسبة الولاء وان ممارستها ليست من الصعوبة وبامكان الجميع ممارسة لانها حركات الجري والوثب والرمي التى تعد حركات اساسية . هذه النتائج متفقة مع نتائج الاتجاهات الايجابية .

ثانيا : الوزن النسبي

قمنا باحتساب الوزن النسبي لكافة عبرات الاستبيان وسوف يتم مناقشتها تنازليا , حيث قمنا بتقسيمها إلى (الإيجابية والمحايد والسلبية)

جدول 6
يوضح ترتيب العبارات والوزن النسبي لاتجاهات الطلبة الإيجابية

الترتيب	رقم العبارة	الوزن النسبي	الترتيب	رقم العبارة	الوزن النسبي
1	11	4,46	1	18	3,96
2	34	4,43	2	12	3,93
3	5	4,29	3	29	3,92
4	2	4,27	4	6+1	3,88
5	25	4,25	5	30	3,87
6	3	4,18	6	5	3,86
7	6	4,15	7	31+11	3,82
8	24	4,11	8	24	3,81
9	33	4,09	9	26	3,77
10	26	4,04	10	3	3,70
11	39	4	11	33+20	3,68
12	42	3,88	12	2	3,59
13	7	3,85	13	25	3,50
14	27	3,84	14	14	3,43
15	38	3,80	15	39	3,34
16	31	3,75	16	38	3,33
17	20	3,71			
18	18	3,50			
19	9+14	3,46			
20	21	3,31			
21	17	3,30			