

Attitudes of Yarmouk University's Students Toward Physical Fitness Course to Public in Exercising Physical Activities

Shefa al S. Jarrah^{(1)*}

(1) Teacher, .Ministry of Education , Jordan.

Received: 27/03/2024

Accepted: 20/04/2024

Published: 30/12/2024

* **Corresponding Author:**
shefajarrah@yahoo.com

DOI:<https://doi.org/10.59759/educational.v3i4.822>

Abstract

This study aimed at investigating the attitudes of yarmouk university students toward physical fitness for participate in sport activity, as well as studying the effect of the following variables on their attitudes (gender, academic level , academic specialization and residency).

The descriptive method was utilized to collect the research data from the research sample (150 male and female students) selected purposively, when they responded to a questionnaire with 45 items distributed on three sectors (health, psychology, and social). The results indicated that the health sector was the first in attitudes, while the social sector was the last in the post test. The results showed that there were statistically significant differences at the level of significance level ($\alpha=0.05$)

between the pre-test and the post-test in all the sectors in favor of the post-test. The results as well revealed that there were statistically significant differences at the significance level ($\alpha=0.05$) due to the variables of the study (gender, academic level, academic specialization and residency).

Keywords: Attitudes, Physical Fitness for All , Sport Activity.

اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي

شفاء صلاح الجراح^(١)

(١) معلم، وزارة التربية والتعليم، الأردن.

ملخص

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى الاتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي وكذلك التعرف إلى أثر كل من متغيرات (الجنس، السنة الدراسية، التخصص الأكاديمي، مكان السكن) في اتجاهاتهم، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لجمع البيانات و تكونت عينة الدراسة من (١٥٠) طالب و طالبة تم اختيارهم بالطريقة العمدية حيث أجابوا على مقياس تكون من (٤٥) عبارة موزعه على ثلاثة محاور (صحي، نفسي، اجتماعي) .

وقد أشارت النتائج الى احتلال المحور الصحي المرتبة الاولى والمحور الاجتماعي في المرتبة الأخيرة في التطبيق البعدي، كما و اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha \geq 0.05)$ بين التطبيقين القبلي و البعدي في جميع المحاور لصالح البعدي، كما أظهرت فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \geq 0.05)$ تعزى لمتغيرات الدراسة (الجنس، السنة الدراسية، التخصص، مكان السكن) .

الكلمات المفتاحية: اتجاهات، مساق اللياقة البدنية للجميع، النشاط الرياضي.

مقدمة.

تشهد السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام من مختلف العلماء والمختصين بالتأكيد على ممارسة الأنشطة البدنية، ليس بهدف المنافسة، ولكن كنوع من وسائل الوقاية والعلاج من الأمراض المرتبطة بنقص الحركة والتأثيرات السلبية والأضرار النفسية الناتجة عن ضغوطات الحياة اليومية في ظل التقدم التكنولوجي السريع الذي يشهده العالم مثل الاكتئاب والتوتر وزيادة القلق (راتب وخليفة، ١٩٩٨). ويرجع هذا الاهتمام إلى نتائج الدراسات التي أظهرت بصورة متكررة أن أغلب فئات المجتمع لا يمارسون قدرًا كافيًا من النشاط البدني لتحقيق الصحة المثالية والعافية خاصة في ضوء قلة حركة الأفراد نتيجة لاستخداماتهم للتقنيات التي تقدمها الاختراعات التكنولوجية الحديثة والتي تكفل لهم الراحة في حياتهم العامة سواء في مجالات العمل أو المنزل دون الحاجة للحركة (Corbin & lindesey, 1996) والنشاط البدني له فوائد صحية، ونفسية، واجتماعية عديدة فهو

يساعد عادةً على رفع مستوى اللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وحياة أطول وأكثر نشاطاً، كما يساعد على تقليل احتمالات الإصابة بأمراض القلب، وداء السكري، وآلام أسفل الظهر، والسمنة، بالإضافة إلى تنمية الجوانب المعرفية المتعلقة بالصحة والتغذية، وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني (Corbin, Welk, Lindsey, 2002).

كما أشار (Fahey, Insel, & Roth, 2005) أن للأنشطة البدنية تأثيرات إيجابية على الناحية الصحية والبدنية فمن خلالها يتمكن الفرد من تقوية أجهزة الجسم العضوية المختلفة وتنمية قدرات اللياقة البدنية التي تمكنه من الاحتفاظ بمجهود مناسب لأداء الأعمال اليومية ومقاومة التعب والعودة إلى حالة الراحة. إضافة إلى ذلك فعن طريق الارتقاء بكفاءة أجهزة الجسم العضوية وبمستوى اللياقة البدنية يمكن لنا أن نحتفظ بمستوى مناسب من الصحة الشخصية.

وقد أكد (Corbin & Lindsey, 1996) على أن ممارسة الأفراد للنشاط البدني والافتتاح به يعتمد على تنمية الاتجاهات والقيم والأنماط السلوكية الإيجابية نحو النشاط البدني. وقد أشار (Andersen, 2005) إلى أن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني تلعب دوراً مهماً في تنشيط الفرد نحو ممارسة الأنشطة البدنية، وتدفعه إلى الاستمرار في ممارستها، والعكس صحيح بالنسبة للاتجاهات السلبية. كما أكد على أن اتجاهات الفرد لها تأثير قوي وفعال في توجيه سلوكه، فالاتجاهات تضيء على إدراك الفرد ونشاطاته معني ومغزي تساعد على ممارسة الأنشطة البدنية برغبة وفاعلية.

إن الاتجاه هو حالة من الاستعداد أو التهيؤ النفسي الذي يجعل الفرد يستجيب نحو موقف أو شيء ما بطريقة معينة تتراوح بين القبول المطلق إلى الرفض المطلق (علاوي، ١٩٩٢). الاتجاه نحو النشاط البدني هو مفهوم يعبر عن محصلة استجابات الفرد نحو معارف وخبرات مرتبطة بالنشاط البدني وذلك من حيث تأييد الفرد لهذه المعارف والخبرات أو معارضته لها (Silverman, & Subramaniam, 1999). لذا فإن تنمية الاتجاه الإيجابي نحو النشاط البدني يعد ضرورة ومخرجاً تربوياً وصحياً واجتماعياً للتغلب على المشكلات الصحية والنفسية والسلوكية والأخلاقية المتعلقة بالنقد التقني لدى الأفراد عامة. حيث لوحظ مؤخراً اهتمام المسؤولين في المملكة بتوفير الإمكانيات من أندية رياضية ومضامير للمشي لمزاولة الأنشطة البدنية.

وإدراكاً لأهمية النشاط البدني وتأثيراته على صحة الأفراد الجسمية والنفسية والاجتماعية قامت كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك في إطار خطتها الحديثة والمطورة بطرح مساق

اللياقة البدنية للجميع، واعتبرته مساقاً اختيارياً لطلبة الجامعة. وعلى الرغم من الاهتمام الكبير الذي حظي به هذا المساق من قبل إدارة الكلية والجامعة مازالت البيانات الموضوعية والعلمية المتعلقة بأثر تدريس مساق اللياقة البدنية للجميع على اتجاهات الطلبة نحو ممارسة الأنشطة البدنية غير ملموسة. لذا حاولت الباحثة خلال دراستها التعرف إلى اتجاهات طلبة جامعة اليرموك بمختلف التخصصات بعد دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع كما تهدف هذه الدراسة إلى استقصاء آراء الطلبة حول ما مدى أهمية محتوى هذا المساق من حيث مفردات المساق.

أهمية الدراسة

إن المعرفة الحقيقية لاتجاهات الطلبة نحو النشاط البدني يمكن أن يكشف عن استعداداتهم لممارسة النشاط البدني في المستقبل، ويحسن من مستوى نشاطاتهم الذهنية والبدنية ويرفع مستوى اللياقة البدنية لديهم.

دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع قد تساعد على إكساب طلبة الجامعة من مختلف التخصصات قاعدة أكاديمية من المعارف والمعلومات عن الوضع التشريحي لجسم الإنسان ووظائف أعضائه بشكل عام أثناء ممارسة الحياة العامة والنشاط الرياضي بشكل خاص. كما تزود طلبة الجامعة بالمعارف والمعلومات ذات العلاقة بمؤهلات معلمي التربية الرياضية وقواعد الألعاب والمسابقات الرياضية الترويحية والرسمية. وبناءً على ذلك، فإن تلك المعلومات قد تساعد في الوصول إلى المعرفة الحقيقية لأهمية اللياقة البدنية المستقبلية من أجل سلامة الأجيال القادمة.

مشكلة الدراسة

نظراً لأهمية المعرفة الحقيقية لأهمية اللياقة البدنية بالنسبة لطلبة جامعة اليرموك، ومن خلال دراسة الباحثة بقسم علوم الرياضة بكلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك وقربها من مدرسي التربية الرياضية، فقد ظهرت الحاجة إلى ضرورة تقويم ما يمتلكه مساق اللياقة البدنية في كلية التربية الرياضية من المعارف والمعلومات النظرية والتطبيقية المرتبطة بتنقيف طلبة جامعة اليرموك لمختلف التخصصات من وجهة نظرهم وذلك لمعرفة نقاط القوة والضعف في المعارف والمعلومات اللازمة لطلبة الجامعة والعمل على معالجة جوانب الضعف إن وجدت، وذلك عن طريق تعديل وصف مساق اللياقة البدنية بغرض تمكينهم من القيام بمسؤولياتهم بصورة أكثر فعالية من خلال توظيف تلك المعلومات والمعارف والخبرات في تنمية وتطوير القدرات العقلية والبدنية والمهارية

للطلاب تنمية كاملة ومتزنة، واقتناعاً من الباحثة بأهمية وضرورة المعرفة الرياضية لطلبة الجامعة، فان هذا البحث محاولة جادة لجمع المعلومات لاستقصاء اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع الذي تطرحه كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك ويمكن تطبيق إجراءات هذا البحث في مناطق مختلفة لدى الجامعات الأردنية إن وجد.

الدراسات السابقة

قامت العباس (٢٠١٠) بدراسة هدفت إلى التعرف على اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو الالتحاق بالفرق الرياضية المدرسية ومستوى تحصيلهم الدراسي في مدينة إربد، تبعاً لمتغير الجنس، ومكان السكن، ومستوى التعليم للأُم، ومستوى تقدير التحصيل. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك بتصميم استبانة تكونت من (٣٤) عبارة، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠٥) طالب وطالبة. وأظهرت النتائج وجود اتجاهات بدرجة إيجابية كبيرة في مجالات الدراسة، كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية على الأداة ككل تعزى لمتغير الجنس، في حين كانت الفروق في مجالي اللياقة البدنية والميول الرياضية لصالح الذكور. كما بينت النتائج وجود علاقات ارتباطية بين الاتجاهات ومستوى التحصيل، ولصالح مستوى التحصيل الأعلى.

قام أبو زرع وربابعة (٢٠٠٦) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين اتجاهات طلبة كلية علوم الرياضة (ذكور، إناث) نحو تعلم السباحة ومستوى تحصيلهم الدراسي. كذلك هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة الفروق في كل من اتجاهات الطلبة نحو تعلم السباحة وتحصيلهم الدراسي في مساق السباحة تبعاً لمتغير الجنس. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي وذلك بتصميم استبانة تكونت من (٢٧) عبارة، وتكونت عينة الدراسة من (٦٩) طالباً وطالبة. وأظهرت النتائج أن هناك اتجاهات إيجابية لطلبة كلية علوم الرياضة نحو تعلم السباحة تبعاً لمتغير الجنس، ودلت النتائج على عدم وجود أي علاقة ارتباطية بين اتجاهات الطلبة ومستوى تحصيلهم الدراسي.

قامت نواصره (٢٠٠٥) بدراسة هدفت إلى التعرف على اتجاهات طلبة الجامعات الرسمية وغير الرسمية في ممارسة النشاط البدني بين الجامعات الرسمية وغير الرسمية. وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي حيث تكونت عينة الدراسة من ٥٦٥ طالباً وطالبة من الجامعات الرسمية وغير الرسمية، واستخدمت الباحثة استبياناً مكوناً من ٥٦ عبارة موزعة على ستة مجالات. وقد أظهرت نتائج الدراسة

وجود اتجاهات إيجابية نحو ممارسة الأنشطة البدنية لطلبة الجامعات الرسمية في الأردن، وأظهرت أن مجال النشاط البدني كخبرة اجتماعية وكخبرة توتر ومخاطرة كان لصالح الذكور على الإناث في الجامعات الرسمية وغير الرسمية.

قام كل من عبد الحكيم ومحمود (٢٠٠٥) بدراسة هدفت إلى بناء مقاييس لاتجاهات تلاميذ المرحلة الإعدادية بمدينة الدوحة نحو ممارسة مسابقات الميدان والمضمار والتعرف على اتجاهات التلاميذ نحو ممارسة مسابقات الميدان والمضمار. واستخدم المنهج الوصفي حيث تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية بواقع (٥٧٠) طالبًا و (٤٢) طالبة. أظهرت النتائج أن الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة مسابقات الميدان والمضمار هي الأغلب والأقوى عند الطلاب والطالبات، وأشار أيضًا إلى أن هناك اتجاهات محايدة وضعيفة عند العينة مقارنة بين الطلاب، وأن الوزن النسبي والنسبة المئوية نحو ممارسة مسابقات الميدان والمضمار كانت أعلى لدى الطلبة الذكور مقارنة مع الطالبات.

قامت بطاينة (٢٠٠٤) بدراسة مقارنة بين اتجاهات طلبة جامعة اليرموك وعجمان نحو ممارسة النشاط الرياضي، وهدفت الدراسة إلى التعرف على اتجاهات طلبة جامعتي اليرموك وعجمان نحو ممارسة الأنشطة الرياضية. وتكونت عينة الدراسة من (١٦٨٦) طالبًا وطالبة من جامعة اليرموك و (٩٣٢) طالبًا وطالبة من جامعة عجمان تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي والاستبيان لجمع البيانات. وأظهرت النتائج وجود اتجاهات إيجابية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية لطلبة جامعة اليرموك واتجاهات سلبية لطلبة جامعة عجمان. كما أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور، ولمتغير السنة الدراسية ولصالح طلبة السنة الثانية، ولمتغير التخصص ولصالح طلبة الكليات الإنسانية.

قام بوصالح (٢٠٠٣) بدراسة هدفت إلى التعرف على اتجاهات طالبات جامعة الملك فيصل في المملكة العربية السعودية نحو أهمية ممارسة النشاط البدني من خلال أبعاد أربعة هي: الجانب البدني، والاجتماعي، والترفيحي، والنفسي. وتم تصميم مقياس لهذا وتم توزيعه على عينة الدراسة البالغة (١٥٠) طالبة في جامعة الملك فيصل في مدينة الإحساء. وأشارت النتائج إلى وجود اتجاهات إيجابية لدى الطالبات نحو أهمية ممارسة النشاط البدني، كما أظهرت النتائج وجود فروق في اتجاهات الطالبات نحو ممارسة النشاط البدني تعزى إلى المستوى الدراسي والتخصص الأكاديمي.

قام الوتار والدباغ وإسماعيل (٢٠٠٢) بدراسة هدفت للتعرف على اتجاهات طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية نحو النشاط البدني ومعرفة الاختلاف والتشابه في اتجاهات الطلبة نحو أبعاد

ممارسة النشاط البدني. وبلغ حجم العينة (٥٤) طالبًا وطالبة. واستخدم الباحثون مقياس (كينون) للاتجاهات النفسية نحو النشاط البدني. وكانت نتائج البحث تشير إلى اختلاف في اتجاهات الطلبة ما بين البنين والبنات، وحسب المتوسطات الحسابية لكل بعد، بالنسبة للبنين كان الارتفاع في المعدلات إلى أبعاد كخبرة توتر بالمرتبطة الأولى، وتليه خبرة التفوق الرياضي ثم للصحة واللياقة البدنية. أما البنات، فكانت الخبرة الاجتماعية أولاً ثم الصحة واللياقة، ثم التوتر، ثم التفوق الرياضي.

قام شانغ (Chung, 1998) بدراسة هدفت إلى مقارنة اتجاهات طلبة الجامعات الأمريكية والكورية نحو النشاط الرياضي. وتم اختيار العينة من الطلبة الدارسين في الجامعات الأمريكية والكورية. وأشارت النتائج إلى أن عامل التنافس هو المهم في الالتحاق والمشاركة في النشاط الرياضي. كما أظهرت أن دوافع المشاركة في الأنشطة الرياضية في كل من الجامعتين ارتبطت بالصحة البدنية والعقلية والمتعة. كما أشارت إلى أن قيم كل من البلدين يتم نقلها عبر النشاط الرياضي.

قام جاي (Chi, 1993) بدراسة هدفت إلى التعرف على اتجاهات طلبة الجامعات الصينية نحو النشاط الرياضي. تكونت عينة الدراسة من (١٦٨٦) طالبًا من عشر جامعات لمستوى السنة الدراسية الأولى. واستخدمت أداة البحث استبانة كينون في جمع البيانات، حيث تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة اتجاهات الطلبة نحو القيم (الاجتماعية، الصحية، الجمالية، التوتر، التطهير، النقش) تبعًا لمتغيرات الجنس، عدد السنوات في الجامعة، التخصص الأكاديمي العلمي، اللياقة البدنية وعدد مرات المشاركة في التمرين الرياضي. وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود اتجاهات إيجابية لدى الطالبات أكثر من الطلاب. كما أشارت النتائج إلى وجود اتجاهات إيجابية لدى طلبة الجامعات الصينية نحو الميادين الاجتماعية، الصحية، الجمالية، والتطهيرية. وأخيرًا، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القيم الجمالية لدى الطلبة.

واختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بأنها تناولت اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي، وطبقت الدراسة على المجتمع بأكمله مع تصميم المقياس من قبل الباحثة.

وانتقلت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Chi, 1993) ودراسة جون (Joan, 2000).

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى:

- ١- التعرف إلى الاتجاهات القبلية والبعديّة لطلبة جامعة اليرموك نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية.
- ٢- التعرف إلى الفروق بين التطبيقين القبلي والبعدي نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية حسب (الجنس، السنة الدراسية، التخصص، مكان السكن)

تساؤلات الدراسة

- ١- ما اتجاهات طلبة جامعة اليرموك القبلية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية؟
- ٢- ما اتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعديّة نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية؟
- ٣- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي في اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو ممارسة الأنشطة الرياضية حسب متغيرات الدراسة (الجنس، السنة الدراسية، التخصص الأكاديمي، مكان السكن) ؟
- ٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) في اتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعديّة نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية تعزى لمتغيرات الجنس، السنة الدراسية، التخصص ومكان السكن؟

مصطلحات الدراسة

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 اجرائي).

النشاط البدني - Physical activity: يقصد به 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).

اللياقة البدنية - Physical Fitness: قدرة الجهاز التنفسي والدورة الدموية على استعادة حالتها الطبيعية بعد أداء عمل معين، والقدرة على أداء الواجبات اليومية بحرية ويقضه دون تعب لا مبرر له مع توافر جهد كافي للتمتع بهوايات وقت الفراغ ومواجهة الطوارئ (تعريف اجرائي) .

مساق اللياقة البدنية للجميع: مساق تطرحه كلية التربية الرياضية كمتطلب اختياري لطلبة جامعة اليرموك بمعدل ثلاثة ساعات معتمدة ويتكون هذا المساق من جزئين جزء عملي وجزء نظري ورمزه " ت . ر ١٧٣ " (تعريف اجرائي) .

الطريقة والإجراءات

يتضمن هذا الفصل إجراءات الدراسة التي هدفت للتعرف إلى اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي. كما يتضمن منهج الدراسة ووصف لمجتمع وعينة الدراسة

منهج الدراسة

تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلبة مساق اللياقة البدنية للجميع والبالغ عددهم (١٩٩) طالباً وطالبة، وتكونت العينة من (١٥٠) طالبا وطالبة حيث تم اختيارهم من خلال حصر أعداد الطلبة المسجلين في هذا المقرر موزعين على خمس شعب دراسية للفصل الدراسي الثاني من عام ٢٠١٢، وتم استبعاد (٢٥) مقياس للدراسة الاستطلاعية واستبعاد (٢٤) مقياس لأسباب مختلفة " عدم اكتمال الشروط اللازمة " والجدول رقم (١) يبين وصف أفراد العينة.

جدول (1)
وصف أفراد العينة

النسبة المئوية	التكرار	الفئات	
61.3 %	92	ذكر	الجنس
38.7%	58	انثى	
42.7%	64	السنة الأولى	السنة الدراسية
32.7%	49	السنة الثانية	
20.7%	31	السنة الثالثة	
4.0%	6	السنة الرابعة	
32.7%	49	علمي	التخصص
67.3%	101	انساني	
59.3%	89	مدينة	مكان السكن
40.7%	61	قرية	
76.7%	115	ممارس	ممارسة النشاط الرياضي
23.3%	35	غير ممارس	
% 100	150		المجموع

يظهر من الجدول (١) أن نسبة الذكور المسجلين في مساق اللياقة البدنية للجميع تبلغ ٦١.٣%، ونسبة الإناث ٣٨.٧%. كما أن أعلى نسبة للمسجلين في هذا المساق هي من طلاب السنة الأولى بنسبة ٤٢.٧%، تليها النسب المئوية لطلاب السنة الثانية بنسبة ٣٢.٧%، ثم لطلاب السنة الثالثة بنسبة ٢٠.٧%. أما طلبة السنة الرابعة فبلغت نسبتهم ٤%. وأعلى نسبة للمسجلين كانت في التخصصات الإنسانية بنسبة ٦٧.٣%، يليها التخصصات العلمية بنسبة ٣٢.٧%. وتظهر نسبة الطلبة الذين يعيشون في المدينة أعلى من نسبتهم في القرية (٥٩.٣% - ٤٠.٧%). كما تظهر نسبة الممارسين للنشاط الرياضي فرقاً واضحاً، حيث جاءت النسبة المئوية للممارسين ٧٦.٧%، بينما جاءت النسبة المئوية لغير الممارسين ٢٣.٣%.

الدراسة الاستطلاعية

تم تطبيق أداة الدراسة على عينة إستطلاعية للتأكد من ثبات الأداة حيث بلغ عددها (٢٥) طالباً وطالبة وجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

جدول (2)

معامل الاتساق الداخلي كرونباخ الفا

المجالات	الاتساق الداخلي
المحور النفسي	0.82
المحور الاجتماعي	0.87
المحور الصحي	0.89
الكلية قيلي	0.86

المعالجة الإحصائية

للإجابة عن أسئلة الدراسة، استخدمت الباحثة المعالجات الإحصائية التالية:

- معامل الاتساق الداخلي.
- التكرارات.
- المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري.
- اختبار "ت".

وقد استخدم المعيار الإحصائي الاتي للدلالة على درجات المتوسط الحسابي لكل عبارة من عبارات

كل بعد حيث اعتمدت الباحثة عل المعيار الاتي (التمييزي، ٢٠٠٧):

الاتجاهات السلبية: ١ - ٢.٣٣

الاتجاهات المتوسطة "المحايدة": ٢.٣٤ - ٣.٦٦

الاتجاهات الايجابية: ٣.٦٧ - ٥

عرض النتائج

السؤال الأول: "ما اتجاهات طلبة جامعة اليرموك القلبية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في

ممارسة الأنشطة الرياضية؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات

طلبة جامعة اليرموك القلبية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية في ممارسة الأنشطة الرياضية .

جدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات طلبة جامعة اليرموك القبلية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية في ممارسة الأنشطة الرياضية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	4	المحور الصحي قبلي	4.12	.83
2	3	المحور الاجتماعي قبلي	4.00	.81
3	2	المحور النفسي قبلي	3.97	.83
		الكلّي قبلي	4.03	.82

يبين الجدول (٣) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (٤.١٢-٣.٩٣)، حيث جاء المحور الصحي في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (٤.١٢)، بينما جاء المحور النفسي في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (٣.٩٣)، وبلغ المتوسط الحسابي للأداة ككل (٤.٠٣). وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على عبارات كل مجال على حدى، حيث كانت على النحو التالي:

1. المحور النفسي

جدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المحور النفسي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	1	يعمل مساق اللياقة البدنية للجميع على زيادة ثقتي بنفسي	4.21	1.09
2	5	يعمل على زيادة رغبتني في مزاوله الأنشطة البدنية	4.11	1.10
3	6	يشبع المساق ميولي ورغباتي (تحفيزي)	4.09	1.04
4	15	يحسن المساق حالتي المزاجية	4.09	1.07
5	11	يساهم المساق في تنمية مهارة ضبط النفس	4.03	1.01
6	12	يعمق مفهوم التنافس الشريف بين أطراف اللعب	4.00	1.06
7	8	ينمي لدي قوة الإرادة والعزيمة	3.97	1.03

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
8	9	يساهم المساق في زيادة الاعتماد على نفسي	3.97	1.13
9	2	يساهم المساق في صقل شخصيتي	3.91	1.17
10	14	يعمل على استكشاف لقدراتي ومفهوم ذاتي	3.90	1.07
11	4	يزيد المساق تحملي لانتقادات زملائي	3.88	1.08
12	3	يعمل على زيادة جرأتي في مواجهة المواقف الحرجة لي	3.87	1.12
13	13	يعمل على خضوع رغبات الفرد لإرادة الجماعة	3.87	1.09
14	7	يزيد دافعيتي نحو الدراسة والعمل الحيائي	3.85	1.10
15	10	يبعث المساق السرور في نفسي	3.85	1.17

يبين الجدول رقم (4) ان المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (٤.٢١-٣.٨٥)، حيث جاءت العبارة رقم (١) والتي نصت على "يعمل مساق اللياقة البدنية للجميع على زيادة ثقتي بنفسي" في المرتبة الاولى بمتوسط حسابي (٤.٤١) وانحراف معياري (١.٠٩)، وبالمرتبة التالية العبارة التي نصت على "يعمل على زيادة رغبتني في مزاولة الانشطة البدنية" بمتوسط حسابي بلغ (٤.١١) وانحراف معياري (١.١٠)، في حين احتلت العبارة رقم (١٠) والتي نصت "يبعث المساق السرور في نفسي" بالمرتبة الاخيرة بمتوسط حسابي (٣.٨٥) وانحراف معياري (١.١٧)، وقد تراوحت باقي عبارات المجال بين هاتين العبارتين بمتوسطات حسابية وانحرافات معيارية ونسب مئوية مختلفة وجاءت جميعها بنتائج ايجابية.

2. المحور الاجتماعي

جدول (5)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المحور الاجتماعي مرتبة تنازلياً
حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	1	ينمي مساق اللياقة البدنية حبي للعمل الجماعي	4.20	1.02
2	13	يساعد المساق في زيادة الشعور بالمتعة والرضى في العمل الجماعي	4.12	1.01
3	12	يساهم المساق في تكوين الصداقات	4.09	1.14
4	9	يعلمني التكيف للمواقف المختلفة	4.08	1.03
4	4	يعلمني احترام النظام	4.07	1.02
6	14	ينمي لدي مهارة العمل التطوعي	4.03	1.13
7	10	ينمي المساق لدي الانتماء للجماعة	4.01	1.06
8	11	يساعدني في القبول الاجتماعي للآخرين	4.01	1.03
9	15	ينمي لدي مهارات الاتصال الفعال مع الآخرين	4.01	1.11
10	2	يساهم المساق في زيادة مسؤوليتي نحو المجتمع	3.99	.95
11	3	يهذب سلوكياتي ضمن معايير المجتمع	3.95	.99
12	5	يساعدني على تنمية الشجاعة والتضحية	3.95	1.02
13	6	يعلمني حسن التصرف مع الآخرين	3.90	1.12
14	8	يعلمني التواضع للآخرين	3.88	1.10
15	7	يعمل المساق على تطوير مهارة نكران الذات	3.71	1.14

يبين الجدول (5) أن المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإستجابات أفراد العينة على عبارات المحور الاجتماعي جاءت بنتائج ايجابية بمتوسطات حسابية تراوحت بين (٤.٢٠ - ٣.٧١) حيث جاءت العبارة " ينمي مساق اللياقة البدنية حبي للعمل الجماعي " بالمرتبة الاولى بمتوسط حسابي بلغ (٤.٢٠)، وجاءت العبارة التي نصت على " يساعد المساق في زيادة الشعور بالمتعة والرضى في العمل الجماعي " في المرتبة التالية بمتوسط حسابي بلغ (٤.١٢)، في حين احتلت العبارة رقم (٧) المرتبة الاخيرة بمتوسط حسابي (٣.٧١) وقد تراوحت باقي عبارات المجال بين هاتين العبارتين بمتوسطات حسابية وانحرافات معيارية ونسب مئوية مختلفة.

3. المحور الصحي

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات المحور الصحي مرتبة تنازلياً
حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	15	يعمل على الوقاية من أمراض العصر (السمنة، ارتفاع ضغط الدم، السكري ...)	4.35	1.00
2	4	يزيد الكفاءة الصحية لأعضاء الجسم مختلفة	4.23	1.02
3	1	يساعد مساق اللياقة البدنية في زيادة الوعي بالمشكلات الصحية	4.21	1.13
4	10	يعمل على تحسين لياقتي البدنية في مقاومة التعب للحياة اليومية	4.15	1.00
5	14	يعمل المساق على تعويض قلة الحركة الناجمة عن استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة	4.14	1.09
6	5	أؤمن بفائدة التدريبات البدنية المعطاة بالمساق	4.13	1.07
7	6	يشجعني على ممارسة الأنشطة البدنية في أوقات الفراغ	4.13	1.03
8	13	يعمل على تحسين قدرتي على ضبط الوزن والتخلص من الدهون الزائدة	4.12	1.06
9	2	ينمي المساق لدي عناصر القوة البدنية كالسرعة والرشاقة	4.09	1.07
10	12	يعمل على تحسين حالتي القوامية ومعالجتها الانحرافات إن وجدت	4.09	1.08
11	9	يعمق مفهوم الربط بين التمارين البدنية والتغذية السليمة	4.08	1.07
12	11	يحسن المساق الوظائف الفسيولوجية لأعضاء الجسم وأجهزته	4.08	1.13
13	8	يساهم في الابتعاد عن بعض السلوكيات السيئة كالتدخين مثلاً	4.05	1.07
14	7	يعمق لدي مفهوم العادات الصحية السليمة	4.04	1.10
15	3	يكسبني الكفايات في مواجهة متطلبات الحياة	3.95	1.12

يبين الجدول (6) ان المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (٤.٣٥-٣.٩٥) ، حيث جاءت العبارة رقم (١٥) والتي نصت على "يعمل على الوقاية من أمراض العصر (السمنة، ارتفاع ضغط الدم، السكري ...)" في المرتبة الاولى وبمتوسط حسابي بلغ (٤.٣٥) ، ويليه بالمرتبة التالية العبارة "يزيد الكفاءة الصحية لأعضاء الجسم المختلفة " بمتوسط بلغ (٤.٢٣)، بينما جاءت "يكسبني الكفايات في مواجهة متطلبات الحياة" في المرتبة الاخير بمتوسط حسابي بلغ (٣.٩٥)، وجاءت جميع العبارات بنتائج ايجابية.

السؤال الثاني: "ما اتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعدية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعدية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعدية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية في ممارسة الأنشطة الرياضية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	4	المحور الصحي بعدي	4.41	.49
2	2	المحور النفسي بعدي	4.19	.46
3	3	المحور الاجتماعي بعدي	4.16	.51
		الكلي بعدي	4.25	.48

يبين الجدول (٨) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (٤.٤١-٤.٠٧)، حيث جاء المحور الصحي في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (٤.٤١)، وبلغ المتوسط الحسابي للأداة ككل (4.16).

وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على عبارات كل محور على حدى، حيث كانت على النحو التالي:

1. المحور النفسي

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	1	يعمل مساق اللياقة البدنية للجميع على زيادة ثقتي بنفسي	4.41	.77
2	5	يعمل على زيادة رغبتي في مزاولة الأنشطة البدنية	4.35	.83
3	8	ينمي لدي قوة الإرادة والعزيمة	4.30	.78
4	12	يعمق مفهوم التنافس الشريف بين أطراف اللعب	4.27	.87

اتجاهات طلبة جامعة اليرموك شفاء الجراح

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
5	15	يحسن المساق حالتي المزاجية	4.24	.88
6	9	يساهم المساق في زيادة الاعتماد على نفسي	4.18	.86
7	10	يبعث المساق السرور في نفسي	4.17	.85
8	13	يعمل على خضوع رغبات الفرد لإرادة الجماعة	4.17	.83
9	6	يشبع المساق ميولي ورغباتي (تحفيزي)	4.15	.82
10	11	يساهم المساق في تنمية مهارة ضبط النفس	4.15	.85
11	2	يساهم المساق في صقل شخصيتي	4.14	.82
12	3	يعمل على زيادة جرأتي في مواجهة المواقف الحرجة لي	4.13	.95
13	7	يزيد دافعتي نحو الدراسة والعمل الحياتي	4.11	.79
14	14	يعمل على استكشاف لقدراتي ومفهومتي لذاتي	4.11	.85
15	4	يزيد المساق تحملي لانتقادات زملائي	3.93	1.02

يبين الجدول (9) ان المتوسطات الحسابية للمحور النفسي تراوحت ما بين (٤.٤١-٣.٩٣) بنتائج ايجابية ، حيث جاءت العبارة رقم (١) والتي نصت على "يعمل مساق اللياقة البدنية للجميع على زيادة ثقتي بنفسي" بالمرتبة الاولى بمتوسط حسابي (٤.٤١) ، يليها بالمرتبة التالية العبارة "يعمل على زيادة رغبتني في مزاولة الأنشطة البدنية " بمتوسط بلغ (٤.٣٥)، بينما جاءت العبارة "يزيد المساق تحملي لانتقادات زملائي" بمتوسط حسابي (٣.٩٣) في المرتبة الاخيرة، وكانت جميع العبارات ايجابية.

2. المحور الاجتماعي

جدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	12	يساهم المساق في تكوين الصداقات	4.37	.78
2	13	يساعد المساق في زيادة الشعور بالمتعة والرضى في العمل الجماعي	4.36	.74
3	4	يعلمني احترام النظام	4.32	.77
4	1	ينمي مساق اللياقة البدنية حبي للعمل الجماعي	4.30	.70

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
5	5	يساعدني على تنمية الشجاعة والتضحية	4.27	.87
6	15	ينمي لدي مهارات الاتصال الفعال مع الآخرين	4.24	.90
7	9	يعلمني التكيف للمواقف المختلفة	4.21	.73
8	10	ينمي المساق لدي الانتماء للجماعة	4.21	.87
9	11	يساعدني في القبول الاجتماعي للآخرين	4.20	.73
10	14	ينمي لدي مهارة العمل التطوعي	4.13	.89
11	6	يعلمني حسن التصرف مع الآخرين	4.09	.87
12	8	يعلمني التواضع للآخرين	4.08	.87
13	3	يهذب سلوكياتي ضمن معايير المجتمع	3.93	.88
14	2	يساهم المساق في زيادة مسؤوليتي نحو المجتمع	3.91	.84
15	7	يعمل المساق على تطوير مهارة نكران الذات	3.76	1.08

يبين الجدول (10) ان المتوسطات الحسابية للمحور الاجتماعي تراوحت ما بين (٤.٣٧-٣.٧٦) بنتائج ايجابية ، حيث جاءت العبارة رقم (١٢) والتي نصت على "يساهم المساق في تكوين الصداقات" بالمرتبة الاولى بمتوسط حسابي بلغ (٤.٣٧) في المرتبة الاولى، ويليه بالمرتبة التالية العبارة "يساعد المساق في زيادة الشعور بالمتعة والرضى في العمل الجماعي" بمتوسط حسابي (٤.٣٦)، بينما جاءت العبارة "يعمل المساق على تطوير مهارة نكران الذات" في المرتبة الاخيرة بمتوسط حسابي (٣.٧٦).

3. المحور الصحي

جدول (11)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	1	يساعد مساق اللياقة البدنية في زيادة الوعي بالمشكلات الصحية	4.59	.63
2	15	يعمل على الوقاية من أمراض العصر (السمنة، ارتفاع ضغط الدم، السكري ...)	4.59	.79
3	2	ينمي المساق لدي عناصر القوة البدنية كالسرعة والرشاقة	4.53	.62
4	4	يزيد الكفاءة الصحية لأعضاء الجسم مختلفة	4.50	.68

الرتبة	الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
5	13	يعمل على تحسين قدرتي على ضبط الوزن والتخلص من الدهون الزائدة	4.46	.80
6	14	يعمل المساق على تعويض قلة الحركة الناجمة عن استخدام وسائل التكنولوجيا الحديثة	4.46	.76
7	5	أؤمن بفائدة التدريبات البدنية المعطاة بالمساق	4.42	.80
8	11	يحسن المساق الوظائف الفسيولوجية لأعضاء الجسم وأجهزته	4.42	.75
9	10	يعمل على تحسين لياقتي البدنية في مقاومة التعب للحياة اليومية	4.41	.80
10	6	يشجعني على ممارسة الأنشطة البدنية في أوقات الفراغ	4.37	.75
11	9	يعمق مفهوم الربط بين التمارين البدنية والتغذية السليمة	4.37	.77
12	7	يعمق لدي مفهوم العادات الصحية السليمة	4.36	.76
13	12	يعمل على تحسين حالتي القوامية ومعالجتها الانحرافات إن وجدت	4.27	.88
14	8	يساهم في الابتعاد عن بعض السلوكيات السيئة كالتدخين مثلاً	4.24	.90
15	3	يكسبني الكفايات في مواجهة متطلبات الحياة	4.17	.84

يبين الجدول (11) ان المتوسطات الحسابية للمحور الصحي تراوحت ما بين (٤.٥٩ - ٤.١٧) بنتائج ايجابية، حيث جاءت العبارة رقم (١) والتي نصت على "يساعد مساق اللياقة البدنية في زيادة الوعي بالمشكلات" بالمرتبة الاولى بمتوسط حسابي بلغ (٤.١٧)، وحيث جاءت العبارة "يعمل على الوقاية من أمراض العصر (السمنة، ارتفاع ضغط الدم، السكري...)" بالمرتبة التالية بمتوسط حسابي بلغ (٤.٥٩)، بينما جاءت العبارة "يكسبني الكفايات في مواجهة متطلبات الحياة" بالمرتبة الاخيرة بمتوسط حسابي بلغ (٤.١٧).

السؤال الثالث: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي في اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي بين التطبيقين القبلي والبعدي لكل من التطبيقين القبلي والبعدي؛ ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار "ت"، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (12)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت" لدلالة الفروق بين التطبيق القبلي والبعدي لاتجاهات الطلبة

الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	العدد	المتوسط الحسابي	التطبيق	
0.005	149	-2.880	.83	150	3.97	قبلي	المحور النفسي
			.46	150	4.19	بعدي	
0.037	149	-2.108	.81	150	4.00	قبلي	المحور الاجتماعي
			.51	150	4.16	بعدي	
0.000	149	-3.753	.83	150	4.12	قبلي	المحور الصحي
			.49	150	4.41	بعدي	
0.003	149	-3.039	.76	150	4.03	قبلي	الكلبي
			.38	150	4.25	بعدي	

يتبين من الجدول (12) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha \geq 0.005)$ بين التطبيقين القبلي والبعدي في جميع المحاور، وجاءت الفروق لصالح التطبيق البعدي في الاداة ككل.

السؤال الرابع: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة $(\alpha \geq 0.005)$ في اتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعيدة نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي تعزى لمتغيرات الجنس، والسنة الدراسية، والتخصص، ومكان السكن؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعيدة نحو دراسة مساق اللياقة البدنية في ممارسة الأنشطة الرياضية حسب متغيرات الجنس، والسنة الدراسية، والتخصص، ومكان السكن، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (١٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعيدة نحو دراسة مساق اللياقة البدنية في ممارسة الأنشطة الرياضية حسب متغيرات الجنس، والسنة الدراسية، والتخصص، ومكان السكن

		المحور الاجتماعي بعدي	المحور النفسي بعدي	المحور الصحي بعدي	المحور الكلبي بعدي
الجنس	ذكر	س	4.13	4.12	4.17
		ع	.47	.54	.39
	انثى	س	4.27	4.23	4.28
		ع	.43	.47	.37
السنة الدراسية	السنة الأولى	س	4.16	4.17	4.20
		ع	.48	.51	.41
	السنة الثانية	س	4.25	4.21	4.26
		ع	.43	.38	.35
	السنة الثالثة	س	4.22	4.10	4.22
		ع	.35	.68	.33
	السنة الرابعة	س	3.76	3.91	3.92
		ع	.72	.58	.53
التخصص	علمي	س	4.16	4.17	4.22
		ع	.46	.58	.36
	انساني	س	4.20	4.16	4.21
		ع	.46	.48	.39
مكان السكن	مدينة	س	4.14	4.11	4.18
		ع	.52	.57	.42
	قرية	س	4.25	4.23	4.26
		ع	.34	.41	.32

س= المتوسط الحسابي ع= الانحراف المعياري

يبين الجدول رقم (١٤) أن هناك فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية للأداة ككل فالمتوسطات الحسابية للذكور للمحاور "النفسي الاجتماعي ، الصحي" على التوالي كانت (٤.١٣، ٤.١٢، ٤.٣٥) وعند الإناث على التوالي (٠.٤٧، ٠.٥٤، ٠.٤٩) وجاءت المتوسطات الحسابية للسنة الدراسية الأولى على التوالي (٤.١٦، ٤.١٧، ٤.٤١) وللجنة الثانية (٤.٢٥، ٤.٢١، ٤.٤١) والثالثة (٤.٢٢، ٤.١٠، ٤.٤٣) في حين كانت المتوسطات الحسابية للسنة الرابعة (٣.٧٦، ٣.٩١، ٤.٢٦) وللتخصص الأكاديمي " علمي " (٤.١٦، ٤.١٧، ٤.٤٦) وللتخصص "الإنساني" (٤.١١، ٤.٣٨) وبلغت المتوسطات الحسابية لمكان السكن " مدينة" (٤.١٤، ٤.١١، ٤.٣٨) ولسكان "القرية" (٤.٢٥، ٤.٢٣، ٤.٤٦).

مناقشة النتائج

يتضمن هذا الفصل مناقشة نتائج الدراسة التي تهدف للتعرف الى " اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي " وسيتم مناقشة النتائج بناء على نتائج أسئلة الدراسة:

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما اتجاهات طلبة جامعة اليرموك القبلية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية؟

أظهرت النتائج المتعلقة بمحاور الدراسة ككل وجود تأثير إيجابي، فقد حصل المحور الصحي على المرتبة الأولى، وتعزو الباحثة السبب في ذلك إلى أن الرؤية كانت لدى الطلبة أوسع وأكثر شمولية باهتمامهم، وأن هنالك علاقة وثيقة بين المساق وعلاقته بالناحية الصحية بشكل إيجابي، ورؤيتهم من خلال تسجيلهم للمساق بنوعيه المميز في التطور وتحسن الناحية الصحية لديهم. أما المحور الاجتماعي فقد احتل المرتبة الثانية، ويعود ذلك إلى اعتقاد الطلبة بأن المادة المسجلة تعمل على اجتماعهم وديمومة التواصل والبقاء مع زملائهم، حيث إن هذه المادة تزيد من التواصل مع الزملاء وتنشئ علاقات أكثر تماسكاً لاحتوائها على جزء عملي كبير. أما بالنسبة للمحور النفسي، فتعزو الباحثة السبب في وجوده في المرتبة الثالثة إلى أن الاستقرار الاجتماعي الذي نتج عن الاستقرار الصحي كان لا بد أن ينتج استقراراً نفسياً لدى الطلبة بعد تعمق المفهوم الصحي والعلاقات الاجتماعية. لذلك، كان المحور النفسي متأثراً بالحالة الصحية والاجتماعية من وجهة نظر الطلبة. إن قيام الفرد بعمل يتفق مع التكوين العام لشخصيته يتيح له فرصاً أكبر

للتعبير عن شخصيته وإرضاء دوافعه، كما يساعده على الاطمئنان والاستقرار النفسي. هذا إلى جانب أن سعادة الفرد تتحقق عن طريق حب العمل ورضاه عنه وشعوره بقيمة نفسه كعضو نافع في المجتمع يساهم في تقدمه. وبالعكس، إذا لم يقدّر بعمل يتفق مع قدراته فإنه يفشل ويؤدي إلى الشعور بالنقص وعدم الأمان (باهي، ٢٠٠٢).

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما اتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعيدة نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية؟

أظهرت النتائج المتعلقة بمحاور الدراسة ككل وجود تأثير إيجابي بدرجة كبيرة، فقد حصل المحور الصحي على المرتبة الأولى، وتعزو الباحثة السبب في ذلك إلى أن المحور الصحي عامل رئيسي ومباشر وأساسي، وأن الرياضة ترتبط بشكل مباشر بالصحة، ومن ثم بتسجيل هذه المادة، لأنه إذا لم يكن الطالب لائقاً صحياً، فإن ذلك يشكل صعوبة وعائقاً أساسياً في تحصيله لهذه المادة. فهذا العامل يُعتبر ركيزة أساسية لا يمكن تبديلها أو الاستغناء عنها بشكل قسري. وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة شانغ (١٩٩٨) من الناحية الصحية، حيث خلصت إلى أن دوافع المشاركة في كل من الجامعتين الأمريكية والكورية ارتبطت بالصحة البدنية والعقلية. أما المحور النفسي، فتعزو الباحثة وجوده في المرتبة الثانية إلى التطور الذي مر به الطالب من الناحية الثقافية. فأصبح المحور النفسي هو الذي يؤثر على المحور الاجتماعي من خلال تطور الانضباط النفسي لدى الطالب والتحكم في الدوافع النفسية التي تقود إلى العلاقات الاجتماعية. ومن خلال الانضباط النفسي الذي توصل إليه الطالب، نتج وجود المحور الاجتماعي في المرتبة الثالثة، وكان ذلك تطوراً بديهياً؛ لأن العملية النفسية هي التي تعمل على تماسك التواصل الاجتماعي أو العلاقات الاجتماعية بشكل عام. وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جاي (١٩٩٣)، حيث خلصت إلى وجود اتجاهات إيجابية لدى طلبة الجامعات الصينية نحو الميادين الاجتماعية والصحية. إن ممارسة الأنشطة الرياضية تكسب الفرد درجة عالية من القدرة على التوافق الشخصي والاجتماعي، وبالتالي يستطيع أن يتكيف مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، مما يؤثر ويتأثر به. وهذه أكبر علامة على الصحة النفسية العالية، فهي تكسب الفرد المرح والسعادة وحسن قضاء الوقت الحر الذي يؤدي إلى سعادة الفرد وصحة المجتمع (باهي، ٢٠٠٢).

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \geq 0.05$) بين القياسين القبلي والبعدي في اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة النشاط الرياضي حسب متغيرات الدراسة ؟

أظهرت النتائج وجود دلالة إحصائية عند ($\alpha \leq 0.05$) في جميع المحاور بين التطبيقين القبلي والبعدي لاتجاهات الطلبة لصالح البعدي. وتعزو الباحثة ذلك إلى أهمية جميع المجالات بشكل عام، خصوصاً "النفسي والصحي"، ووجودهما كعوامل رئيسية وأساسية في الحياة بشكل عام وفي المجال الرياضي بشكل خاص، فهما جزء لا يتجزأ، حيث يكمل كل منهما الآخر. فإذا كانت صحة الإنسان سليمة، فإنها تمثل قاعدة تُبنى عليها الحالة النفسية والاجتماعية. وباكتمال الحالة النفسية الجيدة لدى الإنسان، تركز عليها الحالة الاجتماعية، فينشأ الفرد نشأة صالحة تساعد على تطوير ثقافته ومعرفته من الناحية الأكاديمية. وعليه، ينشأ فرد رياضي متكامل من جميع النواحي الصحية والنفسية والاجتماعية.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في اتجاهات طلبة جامعة اليرموك البعدية نحو دراسة مساق اللياقة البدنية للجميع في ممارسة الأنشطة الرياضية تعزى لمتغيرات الجنس والسنة الدراسية والتخصص ومكان السكن؟

• الجنس:

دللت نتائج هذا السؤال على وجود فروق بين الجنسين في المحاور النفسية والاجتماعية والصحية لصالح الإناث. وتعزو الباحثة ذلك إلى رغبة الإناث في زيادة ثقتهن بأنفسهن من خلال ممارستهن للأنشطة البدنية. ومن الناحية الاجتماعية، يعود ذلك إلى رغبة الإناث في تكوين الصداقات من خلال العمل الجماعي في ممارسة النشاط الرياضي.

أما من الناحية الصحية، فكان تفسير الباحثة لذلك هو رغبة الإناث في زيادة الوعي بالمشكلات الصحية ورغبتهم في الوقاية من الأمراض المعاصرة، خاصة مع انتشار التكنولوجيا وتعدد وسائل الرفاهية وما سببته من أمراض نتيجة قلة الحركة.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة الوتار والديباغ وإسماعيل (٢٠٠٢)، حيث خلصت نتائج البحث إلى وجود اختلاف في اتجاهات الطلبة بين البنين والبنات، وحسب المتوسطات الحسابية، كانت الخبرة الاجتماعية في المرتبة الأولى، تليها الصحة واللياقة البدنية لدى البنات. كما اتفقت نتائج

الدراسة أيضاً مع دراسة جاي (١٩٩٣)، حيث خلصت نتائج الدراسة إلى وجود اتجاهات إيجابية لدى الطالبات أكثر من الطلاب، كما أظهرت النتائج وجود اتجاهات إيجابية لدى طلبة الجامعات الصينية نحو الميادين الاجتماعية.

● السنة الدراسية

أما من ناحية السنة الدراسية فجاء المحورين النفسي والاجتماعي فبلغا أعلى متوسطين عند طلاب السنة الثانية وتعزى الباحثة هذه النتيجة إلى تأقلم الطلاب في مجتمعهم الدراسي من حيث تبلور الناحية الاجتماعية لديهم من خلال التواصل وثبات العلاقات مع الزملاء واستقرارها. ومن حيث المحور الصحي فبلغ أعلى متوسط حسابي لطلاب السنة الثالثة وتعزى الباحثة ان المدخلات لدى طلاب السنة الثالثة أصبحت متبلورة من ناحية الثقافة الصحية وإدراك الافضل من احتياجاتهم الصحية الشخصية والعمل على الوصول اليها.

● التخصص "علمي، انساني"

وجاءت نتائج الدراسة من حيث التخصص أن التخصص العلمي اخذ المتوسط الاعلى في المحاور "الاجتماعي والصحي" في حين ان التخصص الانساني حصل على أعلى متوسط حسابي في المحور النفسي وتعزى الباحثة ذلك الى ان المحور الاجتماعي يعتبر اساسيا في التخصص العلمي لان هذا التخصص بحاجة الى أعلى درجة من التواصل الاجتماعي لا نجاز القيمة المراد ايجادها والعمل على تطويرها من حيث ازالة السلبيات والنهوض بالإيجابيات.

تعزى الباحثة هذه النتيجة الى ان العامل النفسي اساسيا وجزء لا يتجزأ من التخصص الانساني وترى الباحثة ايضا ان التخصص الانساني يقوم في كثير من اجزائه على المحور النفسي لا هنالك كثير من العلوم الانسانية تكون المادة النفسية فيها اساس لباقي المواد. وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة بطاينه (٢٠٠٤) بوجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير التخصص ولصالح طلبة الكليات الانسانية.

● مكان السكن "مدينة، قرية"

وجاءت نتائج الدراسة من حيث مكان السكن ان سكان القرية على أعلى المتوسطات في المحاور النفسية والاجتماعية والصحية، وتعزو الباحثة ذلك الى وجود ترابط أسري واجتماعي كبير بين اهل القرى مما ينتج عنه تحسن في الحالة النفسية لديهم. اما من ناحية صحية فان اتباع عادات وانماط غذائية صحية بالإضافة الى طبيعة المناخ السائد.

الاستنتاجات

في ضوء النتائج تم التوصل الى عدد من الاستنتاجات أهمها:

- ١- اتجاهات طلبة السنة الثانية والثالثة اعلى من اتجاهات طلبة السنة الاولى والرابعة.
- ٢- وجود اتجاهات ايجابية لدى الطلاب بين التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي.
- ٣- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات الطلبة في المحورين الصحي والنفسي.

التوصيات

- ١- إقامة محاضرات وندوات تعريفية وتنقيفية في الجامعة تنمي الرغبة عند الطلبة بالتعرف الى اهمية النشاط البدني.
- ٢- إجراء دراسات مشابهة تتناول الاتجاهات لممارسة الأنشطة الرياضية للمنفوقين وغير المنفوقين دراسيا.

المراجع

المراجع باللغة العربية

- أبو زمع، ربابعة، جمال. العلاقة بين اتجاهات طلبة كلية علوم الرياضة نحو تعلم السباحة ومستوى تحصيلهم الدراسي، المستجندات العلمية في التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، الأردن. (٢٠٠٧).
- الطمیزی، وائل. التوافق النفسي والاجتماعي لذوي التحديات الحركية الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي، دراسة مقارنة، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك. (٢٠٠٧).
- العباس، علا. اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو الالتحاق بالفرق الرياضية المدرسية ومستوى تحصيلهم الدراسي في مدينة اربد _ الاردن، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الاردن. (٢٠١٠).
- بطاينه، تيجان. دراسة مقارنة بين اتجاهات طلبة جامعتي اليرموك وعجمان نحو ممارسة النشاط الرياضي، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، اربد، الاردن. (٢٠٠٤).
- بو صالح، كاظم. اتجاهات المرأة نحو اهمية ممارسة النشاط البدني لطالبات جامعة الملك فيصل في المملكة العربية السعودية، مجلة العلوم التربوية والنفسية. ٤ (١)، ١٢٠. (٢٠٠٣).

- عبد الحكيم، رزق و محمود، إيمان. اتجاهات طلبية المرحلة الإعدادية بمدينة الدوحة نحو ممارسة مسابقات الميدان والمضمار . ٢٠٠٥.
- file:///C:/Users/medo/Downloads/etejahat_ba7th.pdf
- علاوي، محمد حسن. علم النفس الرياضي. دار المعارف، مصر. القاهرة، ١٩٩٢.

المراجع باللغة الإنجليزية

- Andersen, M. **Sport Psychology in Practice**, IL: Human Kinetics. Champaign, IL .2005.
- Chi. X. **Ghinece College Student Perceived Values OF Physical Activity Attitudes.D.A. I** .The University of Towan. 1993. Vol.11.No2.
- Chung , H. **A Comparative Study Of The Sociocultural Function Of Physical Activity and Sport Between College Students from the Republic of korea and the United States**. 1998. Vol. 19. No2.
- Corbin, C & Lindsey, R., **Concepts of Physical Fitness (9th ed.)**. Dubuque , IA: Brown & Benchmark.1996.
- Corbin, C. Lindsey, R. Welk, G., & Corbin, W.. **Concepts of Fitness and Wellness: A Comprehensive Lifestyle Approach (4th.ed.)**. St. Louis: McGraw-Hill. 2002
- Fahey, T.; Insel & Roth, W.. **Fit & Well: Core Concepts and labs in physical fitness & wellness**. New York: McGraw-Hill . 2005.
- Jackson, W. Morrow, J. & Hill, W. **Physical Activity for Health and Fitness**. Champaign, IL: Human Kinetics. 2004.
- Silverman, S., & Subramaniam, P. Student Attitude Toward Physical Education and Physical Activity: A Review of Measurement issues and Outcomes. **Journal of Teaching in Physical Education** 1999. 19, 97-125.