

## اتجاهات طلاب كلية الصحة العامة العجيلات جامعة الزاوية نحو النشاط الرياضي

د. الشريف الهادي غبرة ، أ . موسى علي بلق  
كلية التربية العجيلات - جامعة الزاوية

### المقدمة :

يعتبر النشاط البدني والرياضي في وقتنا الحالي من أولويات البرامج التي تعتمد عليها المجتمعات البشرية المتقدمة في جميع مجالات الحياة ، ويزداد هذا الاهتمام كلما أثبتت الدراسات العلمية الحديثة عن الدور الفعال للنشاط الرياضي الإيجابي لاكتساب الصحة والخلو التام من حياة الخمول والكسل التي تعرض حياة الفرد للعديد من الأمراض ، ويعد النشاط الرياضي في الكليات الجامعية عاملا مهما في تكوين العلاقات الاجتماعية وتطورها ما بين الطلاب الرياضيين وما يثمر عنها من لقاءات تنافسية وروح رياضية ضمن منهج منظم يعكس دوافع واتجاهات الطلبة في الجامعة ككل وفي الكليات بشكل خاص .

وتولي الجامعات أهمية كبرى للأنشطة الطلابية انطلاقا من حرصها على بناء الإنسان المتكامل بدنيا واجتماعيا ونفسيا ، حيث تولي أهمية كبرى للأنشطة المكملة وعلى رأسها النشاط الرياضي نظرا لإسهامها في تطوير النواحي الصحية والبدنية والفكرية ، فالجامعة العصرية تخطط لإقامة المنشآت والمرافق الرياضية بذات الوقت الذي تخطط لإنشاء المعامل والمختبرات وقاعات التدريس ، وتظهر أهمية الأنشطة الرياضية في الجامعة من خلال إسهامها في تطوير جوانب شخصية الطلبة لمحاولة جعلها شخصية تتمتع بقدر كافي من النجاح على مستوى الصحي والعلمي والاجتماعي والنفسي مما يعود بمردودات إيجابية على الفرد والمجتمع . ( 8 . علي الجعفري 2013 )

ويري السيد درويش (1999) أن النشاط البدني له فوائد صحية ونفسية واجتماعية عديدة ، فهو يساعد على رفع مستوى اللياقة البدنية ، ويساعد على تقليل احتمالات الإصابة بأمراض القلب وداء السكري والالتهاب أسفل الظهر

والسمنة وغيرها من الأمراض التي تعرف بأمراض العصر (19). السيد درويش (1999)

ويذكر أسامة راتب (2000) أن اتجاهات الفرد لها تأثير قوي وفعال في توجيه سلوكه ، فالاتجاهات تصفي على إدراك الفرد ونشاطه معنى ومغزى تساعد على ممارسة الأنشطة البدنية برغبة وفاعلية (8). أسامة راتب (2000)

ويشير محمد حسن علاوي (2006) أن قياس الاتجاه نحو النشاط الرياضي يساعد المربي الرياضي على تشجيع الاتجاهات الرياضية الإيجابية أو المرغوب فيها كما يسهم في محاولة تعديل أو تغيير الاتجاهات السلبية ، والتمهيد لتنمية اتجاهات جديده وإكسابها للفرد (37). محمد حسن علاوي (2006)

### مشكلة البحث :

إن عملية ممارسة النشاط الرياضي تهدف إلى إعداد الطلاب تربويا ، ونفسيا ، واجتماعيا ، ورياضيا في وقت واحد حتى يتمكنوا من مواجهة كل تحديات العصر ، والقيام بواجباته بكل يسر ، وسهولة ، واستعدادا لمتطلبات هذا العصر ازداد دور الكليات الجامعية أهمية ، وحيوية في اقامة بعض المناشط الرياضية ، والثقافية التي تتمشى مع ميول ، ورغبات الطلبة كل حسب رغبته ، واستعداداته ، ومن ثم تشجيعه على ممارسة تلك الأنشطة لشغل أوقات فراغهم ، فيما يعود عليهم بالفائدة الصحية ، واللياقة البدنية ، والنفسية ، والاجتماعية .

ومما سبق اتضح للباحثين ، ومن خلال عملهم كمنسقين لمكاتب النشاط بالجامعة ، وكلية الصحة العامة ، بالعجيلات خاصة ، أنه لا توجد أي ممارسة للأنشطة الرياضية داخل الكلية سواء الأنشطة الداخلية أو الخارجية إلا القليل من المناشط الجماعية ، ومن هذا المنطلق دعا الباحثان إلى دراسة اتجاهات طلاب كلية الصحة العامة بالعجيلات نحو النشاط الرياضي .

### أهمية البحث :

تكمن أهمية البحث في التعرف على اتجاهات طلبة كلية الصحة العامة بالعجيلات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية والتعرف على ميولهم ورغباتهم نحو نوع النشاط الرياضي الذي يمارسونه من أجل وضع توصيات فيما

يخص تنظيم هذه الممارسة الرياضية لجميع الكليات وبمعرفة اتجاهات طلاب كلية الصحة العامة سوف يوضح الأهمية العلمية لهذه الدراسة ووضع الاستراتيجية الملائمة في كيفية إدارة المناشط الرياضية واستثمارها بما يتناسب وطلاب الكلية بطرق وأسس علمية حديثة الأمر الذي يعود بالفائدة لطلاب هذه الكلية .

### **أهداف البحث :**

#### **يهدف البحث للتعرف على :**

1- التعرف على الفروق في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات جامعة الزاوية .

2- التعرف على الفروق في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لإبعاد النشاط البدني : كخبره اجتماعية وللصحة واللياقة - وكخبره توتر ومخاطره - وكخبره جمالية - ولخفض التوتر - وللتفوق الرياضي لدى طلاب كلية الصحة العامة

#### **تساؤلات البحث :**

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات تعزي لمتغير الجنس والسن .

2- هل توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات لأبعاد النشاط البدني : كخبره اجتماعية وللصحة واللياقة وكخبره توتر ومخاطره وكخبره جمالية ولخفض التوتر وللتفوق الرياضي لدى طلاب كلية الصحة العامة .

#### **مصطلحات البحث :**

##### **الاتجاه :**

حالة من الإستعداد أو التأهب العصبي والنفسي تؤهل الفرد للاستجابة بأنماط سلوكية محددة نحو أشخاص أو افكار أو حوادث أو أوضاع أو أشياء معينة ، تؤلف نظاما معقدا تتفاعل فيه مجموعة كبيره من المتغيرات . ( 19 . حسان دواغره 2006 )

##### **الاتجاه نحو النشاط البدني :**

مفهوم يعبر عن محصلة استجابات الفرد نحو معارف وخبرات مرتبطة بالنشاط البدني .. ( 22 .Andresson .2005 ) .

## الدراسات السابقة :

- 1- دراسة تحرير ابراهيم اسماعيل (2009) بعنوان اتجاهات طلبة كلية اللغات جامعة بغداد نحو ممارسة النشاط البدني واستخدام الباحث المنهج الوصفي الدراسة المسحية وكان عدد العينة ( 507 ) طالبا وأظهرت أهم النتائج عن عدم وجود فروق معنوية لدى الطلبة نحو ممارسة للنشاط الرياضي وكذلك لا توجد فروق في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي والبدني لكافة الأبعاد في المقياس لدى الطلبة الممارسين للنشاط الرياضي والبدني.
- 2- دراسة هدى حسن الخاجة ( 1999 ) بعنوان اتجاهات طالبات جامعة البحرين نحو النشاط الرياضي واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الدراسة المسحية وكان عدد العينة ( 300 ) طالب وأظهرت أهم النتائج عن وجود اتجاهات إيجابية لدى عينة الدراسة في كل من البعد .الخبرة، والصحة واللياقة .
- 3- دراسة ياسر الذبيات (2002) بعنوان اتجاهات طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الاردنية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية واستخدام الباحث المنهج الوصفي وكان عدد العينة (381) وأظهرت النتائج وجود اتجاهات إيجابية بين الطلبة الذكور والإناث ولم تظهر فروق ذات دلالة احصائية تعزي لمتغير الجنس .
- 4-دراسة خالد مصطفي (2015) بعنوان اتجاهات طلبة العلوم الاقتصادية والتجارية نحو النشاط الرياضي جامعة البويره واستخدام الباحث المنهج الوصفي وكان عدد العينة (200) طالب وطالبة وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في متغير السن والتخصص ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير الجنس .

## -التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال العرض السابق للدراسات والبحوث السابقة لموضوع البحث الذي استهدف التعرف على اتجاهات كلية الصحة العامة نحو النشاط البدني بحيث يمكن القاء الضوء على الكثير من النقاط التي أمكن الاستفادة منها ، وأبرزها من حيث ( الأهداف – المنهج المستخدم – العينات المختارة –أدوات جمع البيانات – النتائج )  
-أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

- 1- أظهرت نوع العلاقة الموجودة بين الدراسات السابقة بعضها مع البعض الآخر وعلاقتها مع الدراسة الحالية .

2- ساعدت في تحديد منهج البحث ، والعينة ، وأدوات جمع البيانات ، والمعاملات الإحصائية اللازمة للبحث

## إجراءات البحث

### منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي ( الدراسة المسحية )

### مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع وعينة البحث على طلاب كلية الصحة العامة العجيلات جامعة الزاوية بليبيا للعام الجامعي (2020) وعددهم ( 80 ) طالبا وطالبة .

### أدوات جمع البيانات :

### أداة البحث :

استخدم الباحثان مقياس الاتجاه نحو النشاط البدني الذي صممه جيرالد كينون (Gerald Kenyon) وأعد صورته العربية محمد حسن علاوي .

( 452 محمد حسن علاوي 1998 )

حيث اشتمل على (54) عبارة موزعة على (6) ابعاد والجدول رقم ( 1 ) يوضح العبارات الإيجابية والسلبية لأبعاد المقياس .

### جدول رقم ( 1 )

#### يوضح الابعاد والعبارات الايجابية والسلبية

عدد العبارات	ارقام العبارات السلبية	ارقام العبارات الايجابية	الابعاد
8	49.39.19	29.25.20.17.111	1-النشاط البدني كخبره اجتماعية
11	36.27.6	18.15.10.4 47.40.32.23	2-النشاط البدني للصحة واللياقة
9	38.22.13.1	53.50.42.28.7	3-النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطره
9	.....	33.30.14.8.3 48.45.41.35	4-النشاط البدني كخبرة جمالية
9	54.31	26.21.16.12 51.44.37	5-النشاط البدني لخفض التوتر
8	52.46.24.5	43.34.9.2	6-النشاط البدني للتحقق الرياضي

حيث تم وضع الدرجات لكل معيار من 1-5 على عبارات الاستبيان

### - الدراسة الاستطلاعية

لتقدير ثبات أداة الدراسة ( مقياس الاتجاه نحو النشاط البدني في البيئة الليبية ) قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (20) طالبا من داخل المجتمع وخارج العينة وبفاصل زمني قدره اسبوعان .

### - المعاملات العلمية للمقياس :

#### صدق الأداة:

اختبر الباحثان صدق أداة الدراسة من خلال عرض الاستبانة على مجموعة من الخبراء والمختصين أصحاب الخبرة في مجال دراسة علم النفس الرياضي لإقرار صلاحية فقراته ، ومدى قدرة تلك الفقرات على قياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي ، وقد أجمع الخبراء في آرائهم على صلاحية الفقرات كلها .

#### ثبات الأداة:

من أجل اختبار ثبات أداة الدراسة تم استخدام اختبار التجزئة النصفية لاختبار الاتساق الداخلي للأداة، حيث تشير النتائج الواردة في الجدول ( 2 ) إلى درجة ثبات في استجابات عينة الدراسة كانت 66.1 % وهي نسبة مقبولة.

#### جدول رقم ( 2 )

يوضح معامل الفأكرونباخ

الأبعاد	معامل الفأكرونباخ
الخبرة الاجتماعية	0.631
الصحة واللياقة	0.601
التوتر والمخاطرة	0.603
الخبرة الجمالية	0.717
خفض التوتر	0.632
التفوق الرياضي	0.612
الأداة ككل	0.661

#### جدول رقم ( 3 )

يوضح معامل الارتباط بين الفقرات الكلية والفقرات الفردية والفقرات الزوجية

معدل الفقرات الزوجية	معدل الفقرات الفردية	
0.850**	0.865**	المعدل الكلي
0.471**		معدل الفقرات الفردية

#### جدول رقم ( 4 )

يوضح معامل الارتباط بين المجال الكلي وباقي المجالات

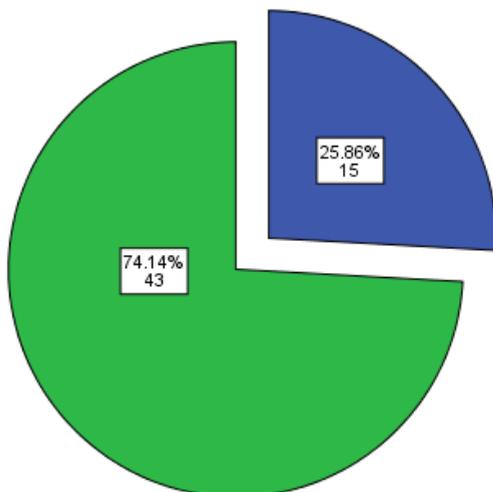
التفوق الرياضي	خفض التوتر	الخبرة الجمالية	التوتر والمخاطرة	الصحة واللياقة	الخبرة الاجتماعية	النشاط الرياضي
0.640**	0.468**	0.666**	0.561**	0.314**	0.374**	

#### جدول رقم ( 5 )

يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير النوع

النسبة	العدد	النوع
%25.9	15	ذكر
%74.1	43	أنثى
%100	58	الإجمالي

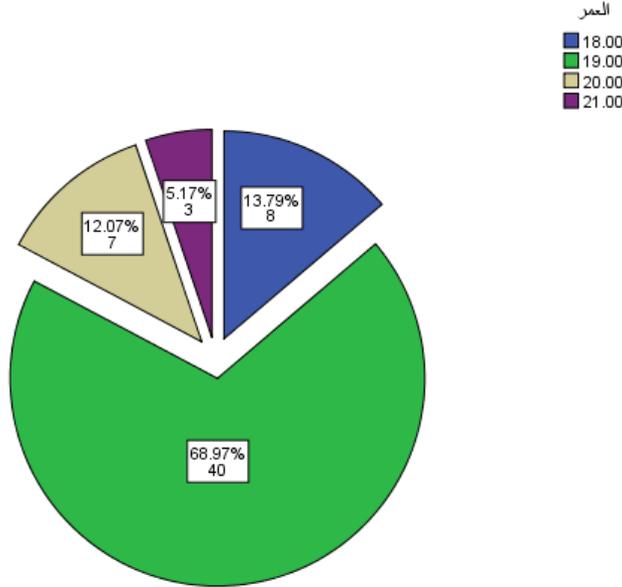
الجنس  
■ ذكر  
■ أنثى



جدول رقم (6)

يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير العمر

العمر	العدد	النسبة
18	8	13.8%
19	40	69%
20	7	12.1%
21	3	5.2%
الإجمالي	58	100%



جدول رقم (7)

يوضح مقياس الأهمية النسبية للمتوسط الحسابي

تم وضع مقياس ترتيبى للمتوسط الحسابي وفقا لمستوى أهميته وذلك لاستخدامه في تحليل النتائج وفقا لما يلي:

المقياس الدرجة	موافق بدرجة كبيرة 4.2-5	موافق 3.4-4.2	ليس لدي رأي 2.6-3.4	غير موافق 1.8-2.59	غير موافق بدرجة كبيرة 1-1.79
-------------------	----------------------------	------------------	------------------------	-----------------------	---------------------------------

## جدول رقم ( 8 )

### مقياس الأهمية النسبية للمتوسط الحسابي

الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي
منعدمة	1-1.79
منخفضة	1.8-2.59
متوسطة	2.6-3.4
عالية	3.4-4.2
عالية جدا	4.2-5

### - الدراسة الأساسية :

قام الباحثان بتنفيذ الدراسة على أفراد عينة البحث للعام الجامعي (2020) الفصل الأول بكلية الصحة العامة العجيلات جامعة الزاوية  
المعالجات الإحصائية المستخدمة في البحث .

استخدام الحقيبة الاحصائية (SpSS)

1- المتوسط الحسابي

2- الانحراف المعياري

3- الفأ كرونباخ

4- معامل ارتباط بيرسون .

5- تحليل التباين الاحادي

عرض ومناقشة النتائج

السؤال الأول - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لطلاب كلية الصحة العامة

العجيلات تعزى لمتغير الجنس والسن ؟

أولا - الجنس :

الفرضية الصفرية: لا توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لطلاب كلية الصحة العامة

وفق متغير الجنس

الفرضية البديلة: توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لطلاب كلية الصحة العامة وفق

متغير الجنس

## جدول رقم ( 9 )

يوضح نتائج اختبار الفرضية المتعلقة بالفروق بين الطلبة والطالبات في مستوى الاتجاهات نحو النشاط البدني

الاتجاه	النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار T	قيمة معنوية T	القرار
الخبرة الاجتماعية	طلبة	3.7167	.49431	0.028	0.977	لا توجد فروق معنوية
	طالبات	3.7122	.53071			
الصحة واللياقة	طلبة	3.8121	.23169	-4.052	0.000	توجد فروق معنوية لصالح الطالبات
	طالبات	4.1459	.28758			
التوتر والمخاطرة	طلبة	3.2296	.38597	4.147	0.000	توجد فروق معنوية لصالح الطلبة
	طالبات	2.6021	.53849			
الخبرة الجمالية	طلبة	4.0074	.62356	-0.243	0.809	لا توجد فروق معنوية
	طالبات	4.0465	.50467			
خفض التوتر	طلبة	3.8741	.31107	0.911	0.366	لا توجد فروق معنوية
	طالبات	3.7597	.44900			
التفوق الرياضي	طلبة	3.3250	.33341	1.092	0.279	لا توجد فروق معنوية
	طالبات	3.1686	.51675			

يتضح من الجدول رقم ( 9 ) بأنه لا توجد فروق معنوية تعزي لمتغير الجنس في جميع الأبعاد ماعدا بعد الصحة واللياقة والتوجه والمخاطرة وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة تحرير اسماعيل ( 2009 ) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاتجاه نحو النشاط الرياضي ، وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة ياسير الذبيبات ( 2002 ) عن وجود اتجاهات ايجابية لطلاب كلية العلوم والتكنولوجيا الاردن باستثناء متغير الجنس ويعلل الباحثان أن الإناث يميلون إلى الاهتمام بالصحة واللياقة والرشاقة وكذلك التوتر والمخاطرة وخاصة في العصر الحالي وهو نوع من الثقافة السائدة في المجتمعات العربية .

## ثانيا - العمر :

الفرضية الصفرية: لا توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لطلاب كلية الصحة العامة وفق متغير العمر  
الفرضية البديلة: توجد فروقات ذات دلالة إحصائية لطلاب كلية الصحة العامة وفق متغير العمر

## جدول رقم ( 10 )

يوضح نتائج اختبار الفرضية المتعلقة بالفروق في مستوى الاتجاهات نحو النشاط البدني وفق متغير العمر

الاتجاه	العمر	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة اختبار F	قيمة معنوية F	القرار
الخبرة الاجتماعية	بين الأعمار	3	.284	.095	0.342	0.765	لا توجد فروق معنوية
	الخطأ التجريبي	54	14.966	.277			
	المجموع الكلي	57	15.250				
الصحة واللياقة	بين الأعمار	3	1.376	.459	6.061	0.001	توجد فروق معنوية
	الخطأ التجريبي	54	4.087	.076			
	المجموع الكلي	57	5.464				
التوتر والمخاطرة	بين الأعمار	3	1.004	.335	1.024	0.389	لا توجد فروق معنوية
	الخطأ التجريبي	54	17.640	.327			
	المجموع الكلي	57	18.644				
الخبرة الجمالية	بين الأعمار	3	1.120	.373	1.340	0.271	لا توجد فروق معنوية
	الخطأ التجريبي	54	15.038	.278			
	المجموع الكلي	57	16.158				
خفض التوتر	بين الأعمار	3	.737	.246	1.437	0.242	لا توجد فروق معنوية
	الخطأ التجريبي	54	9.231	.171			
	المجموع الكلي	57	9.968				
التفوق الرياضي	بين الأعمار	3	.030	.010	0.041	0.989	لا توجد فروق معنوية
	الخطأ التجريبي	54	13.013	.241			
	المجموع الكلي	57	13.043	.095			

يتضح من الجدول رقم ( 10 ) بأنه لا توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية في الابعاد ماعدا بعد الصحة واللياقة ويعلل الباحثان هذه الفروق في ان المرحلة السنوية التي يمر بها الطلاب مرحلة اهتمام بالجانب البدني والصحي للتظاهر بالجسم البدني للذكور والجسم الرشيق للبنات

### جدول رقم ( 11 )

يوضح الفروق بين أي من الأعمار في بعد الصحة واللياقة، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي لتحديد الفروق، فكانت النتائج كالتالي:

21 سنة		20 سنة		19 سنة		العمر
مستوى الدلالة	الفرق بين المتوسطين	مستوى الدلالة	الفرق بين المتوسطين	مستوى الدلالة	الفرق بين المتوسطين	
0.015	0.4697*	0.116	0.22727	0.374	-0.09545	18 سنة
0.001	0.56515*	0.006	0.32273*			19 سنة
0.207	0.24242					20 سنة

يتضح من الجدول رقم ( 11 ) بأنه لا توجد فروق معنوية في الاتجاه بين عمر 18 سنة وكلا من عمر 19 سنة و عمر 20 سنة. وهناك فروق معنوية في الاتجاه بين عمر 18 سنة و عمر 21 سنة لصالح عمر 18 سنة. وكذلك هناك فروق معنوية في الاتجاه بين عمر 19 سنة وكل من عمر 20 سنة و عمر 21 سنة لصالح عمر 19 سنة. بينما لا توجد فروق معنوية في الاتجاه بين عمر 20 سنة و عمر 21 سنة.

**السؤال الثاني :** هل توجد فروق ذات دلالة احصائية لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات للأبعاد النشاط البدني: كخبرة اجتماعية وللصحة واللياقة وكخبرة توتر ومخاطرة وكخبرة جمالية ولخفض التوتر وللتفوق الرياضي لدى طلاب كلية الصحة العامة.

الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات للأبعاد النشاط البدني: كخبرة اجتماعية وللصحة واللياقة وكخبرة توتر ومخاطرة وكخبرة جمالية ولخفض التوتر وللتفوق الرياضي لدى طلاب كلية الصحة العامة.

الفرضية البديلة: توجد فروق ذات دلالة احصائية لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات للأبعاد النشاط البدني: كخبرة اجتماعية وللصحة واللياقة وكخبرة توتر ومخاطرة وكخبرة جمالية ولخفض التوتر وللتفوق الرياضي لدى طلاب كلية الصحة العامة.

## جدول رقم ( 12 )

يوضح نتائج اختبار الفرضية المتعلقة بالفروق المعنوية بين الأبعاد الستة

مصدر الاختلاف	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط مجموع المربعات	قيمة اختبار F	قيمة معنوية F	القرار
بين الأبعاد	5	75.476	15.095	65.743	0.000	ترفض الفرضية الصفرية
الخطأ التجريبي	342	78.527	0.230			
المجموع الكلي	347	154.002				

ترفض الفرضية الصفرية أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات للأبعاد النشاط البدني: كخبرة اجتماعية وللصحة واللياقة وكخبرة توتر ومخاطرة وكخبرة جمالية ولخفض التوتر وللتفوق الرياضي لدى طلاب كلية الصحة العامة ، ولمعرفة الفروق بين أي من الأبعاد، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي لتحديد الفروق .

## جدول رقم ( 13 )

يوضح الفروق بين أي من الأبعاد، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي لتحديد الفروق،

العمر	الصحة واللياقة		التوتر والمخاطرة		الخبرة الجمالية		خفض التوتر		التفوق الرياضي	
	الفرق بين المتوسطين	مستوى الدلالة								
الخبرة الاجتماعية	0.346*	0.000	0.940*	0.000	0.323*	0.000	-0.076	0.394	0.504*	0.000
الصحة واللياقة			1.295*	0.000	0.023	0.795	0.270*	0.003	0.851*	0.000
التوتر والمخاطرة					1.272*	0.000	1.025*	0.000	0.445*	0.000
الخبرة الجمالية							0.247*	0.006	0.827*	0.000
خفض التوتر									0.580*	0.000

يتضح من الجدول رقم (12) انه توجد فروق معنوية بين بعدي الخبرة الاجتماعية والصحة واللياقة لصالح الصحة واللياقة ، وكذلك توجد فروق معنوية بين الخبرة الاجتماعية والخبرة الجمالية لصالح الخبرة الجمالية وأيضاً توجد فروق معنوية بين الخبرة الاجتماعية والتفوق الرياضي لصالح الخبرة الاجتماعية ، كما توجد فروق معنوية بين الصحة واللياقة والتوتر والمخاطرة لصالح الصحة واللياقة وهناك فروق معنوية بين الصحة واللياقة والتفوق الرياضي لصالح الصحة واللياقة ، وأيضاً توجد فروق معنوية بين الخبرة الجمالية وخفض التوتر لصالح الخبرة الجمالية، وكذلك توجد فروق معنوية بين الخبرة الجمالية والتفوق الرياضي لصالح الخبرة الجمالية ، وهناك أيضاً فروق معنوية بين خفض التوتر و التفوق الرياضي لصالح خفض التوتر

### الاستنتاجات :

1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير الجنس لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات للأبعاد النشاط البدني: كخبرة اجتماعية وكخبرة جمالية وخفض التوتر وللتفوق الرياضي لدى طلاب كلية الصحة العامة ، وتوجد فروق فقط في الصحة واللياقة والتوتر والمخاطرة.

2- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير العمر لفئة 18، 19، 20 سنة ، وهناك فروق معنوية في الاتجاه بين عمر 18 سنة وعمر 21 سنة لصالح عمر 18 سنة وكذلك هناك فرق معنوي في الاتجاه بين عمر 19 سنة وكل من عمر 20 سنة وعمر 21 سنة لصالح عمر 19 سنة ، وأيضاً توجد فروق معنوية في الاتجاه بين عمر 20 سنة وعمر 21 سنة.

3-: توجد فروق ذات دلالة إحصائية لطلاب كلية الصحة العامة العجيلات لأبعاد النشاط البدني: كخبرة اجتماعية وللصحة واللياقة وكخبرة توتر ومخاطرة وكخبرة جمالية وخفض التوتر وللتفوق الرياضي لدى طلاب كلية الصحة العامة.

### التوصيات :

1- توفير الإمكانيات والأجهزة والأدوات الرياضية داخل الكليات حتى تسهم في رفع الكفاءة للطلاب في ممارسة الأنشطة الرياضية .

2- إقامة الأنشطة الرياضية الداخلية واستمراريتها دون توقف ، والمشاركة في الأنشطة الخارجية بشكل فعال وإيجابي .

3- نشر الوعي الثقافي نحو أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية داخل الكليات عامة لما لها من فوائد صحية وترفيهية .

#### 4- تفعيل دور مدير مكتب النشاط بالكليات بما يتمشى مع ذوي الاختصاص في المجال الرياضي.

#### المراجع :

- 1- اسامة كامل راتب ( 2000 ) علم النفس الرياضي .دار الفكر العربي .القاهرة
- 2- السيد درويش (1999) برامج وطرق الرياضة للجميع . مركز الكتاب للنشر القاهرة
- 3 تحرير ابراهيم اسماعيل( 2009 ) اتجاهات طلبة كلية اللغات جامعة بغداد نحو ممارسة النشاط البدني بحث منشور مجلة علوم التربية الرياضية العدد 2 المجلد 9 العراق
- 4- حسان دواغره (2006) اتجاهات المعلمين في مدارس الكرك نحو العمل التوجيهي رسالة ماجستير غير منشورة . الاردن
- 5- خالدي مصطفى ( 2015 ) اتجاهات طلبة العلوم الاقتصادية والتجارية نحو النشاط الرياضي جامعة البويره بحث منشور مجلة المعارف مجلة علمية محكمة الجزائر –
- 6- على الجعفري (2013) اتجاهات طلبة جامعة الملك سعود نحو ممارسة النشاط الرياضي ، بحث منشور ، مجلة جامعة النجاح للابحاث المجلد 28
- 7-محمد حسن علاوي ( 2006 ) علم النفس الرياضي .دار المعارف .القاهرة
- 8-\_\_\_\_\_ ( 1998 ) الاختبارات النفسية للرياضيين . مركز الكتاب للنشر .القاهرة
- 9-هدى حسن الخاجة ( 1999 ) اتجاهات طالبات جامعة البحرين نحو النشاط الرياضي . بحث منشور .مجلة العلوم التربوية والنفسية .البحرين
- 10- ياسر الذبيبات ( 2002 ) اتجاهات طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الاردنية نحو ممارسة الانشطة الرياضية رسالة ماجستير غير منشوره جامعة اليرموك كلية التربية الرياضية . الاردن

#### المراجع الاجنبية

- 11-Andreson M.B (2005) Sports psychology in practice .Champaign IL.Human Kinetics