



جامعة الزقازيق

كلية التربية الرياضية للبنات

قسم العلوم التربوية والاجتماعية

توجه دافعية ممارسة الرياضة لدى المراهقين (الممارسين – غير الممارسين) و علاقته بالتوافق النفسى

إعداد

إيمان عبد الهادى طلبه عبد الهادى
أخصائى نشاط رياضى _ إدارة رعاية الطلاب
كلية الآداب – جامعة المنصورة

بحث مقدم

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية

إشراف

د/ هدى عبد الحميد عبدالوهاب

مدرس بقسم العلوم التربوية والاجتماعية

كلية التربية الرياضية بنات

جامعة الزقازيق

أ. د / لىلى حامد صوان

أستاذ علم النفس الرياضى بقسم العلوم التربوية والاجتماعية

كلية التربية الرياضية بنات

جامعة الزقازيق

١٤٢٧ هـ – ٢٠٠٦ م

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ
سُبْحٰنَكَ لَا عِلْمَ لَنَا اِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا اِنَّكَ اَنْتَ الْعَلِیْمُ
الْحَكِیْمُ

صدق الله العظيم

سورة البقرة الآية (٣٢)

شكر و تقدير

الحمد لله و الصلاة و السلام علي خاتم النبيين و المرسلين سيدنا محمد ﷺ .
يطيب لي أن أتقدم بأسمى آيات الشكر و العرفان إلى أستاذتي الجليلة الأستاذة الدكتورة/ليلى حامد صوان أستاذ علم النفس الرياضى بقسم العلوم التربوية و الاجتماعية بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق ، وذلك على ما قدمته لي من جهد علمي و توجيهات و نصيح و إرشاد هادف فكانت خير عون لي طوال فترة الإشراف على هذا البحث .
كما أتقدم بخالص الشكر إلى الدكتورة الفاضلة / هدى عبد الحميد عبد الوهاب مدرس بقسم العلوم التربوية و الاجتماعية بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق على ما بذلته من جهد كبير حيث كانت بمثابة أخت كبيرة وكانت دائماً توجهني و تساعدني طوال فترة الإشراف على البحث .
و أتقدم بوافر الشكر و التقدير إلى الأستاذة الدكتورة / كريمان عبد المنعم سرور أستاذ البحث العلمي و عميدة كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق سابقاً لتفضلها مشكورة بقبول مناقشة هذا البحث.
و أتقدم بوافر الشكر و التقدير إلى الأستاذ الدكتور/ جمال السيد أحمد رمضان الجسمى أستاذ علم النفس الرياضى ورئيس قسم أصول التربية الرياضية و الترويح الأسبق بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق لقبوله مناقشة هذا البحث .
ولا يفوتني أن أتقدم بالشكر و التقدير إلى أفراد عينة البحث من استاذ المنصورة وكل من ساعدني من أسرة استاذ المنصورة على حسن تعاونهم معي .
كما أتقدم بكل الحب و التقدير و الفخر إلى أبي وأمي الذان بحبهما و جهدهما وفضلهما استطعت القيام بهذا البحث و أشكر إخوتي على جهدهم و صبرهم معي .
و لا يفوتني أن أتقدم بوافر الشكر و الإمتنان لكل يد ساهمت في هذا البحث .

الباحثة

قرار لجنة الحكم والمناقشة

فائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع
ب	قرار لجنة الحكم و المناقشة -
ج	الشكر و التقدير -
د	قائمة المحتويات -
ز	قائمة الجداول -
ط	قائمة الأشكال -
٦-١	الفصل الأول
٢-١	مقدمة البحث -
٥-٢	مشكلة البحث -
٥	أهداف البحث -
٥	فروض البحث -
٦	المصطلحات -
٤٢-٧	الفصل الثاني
	أولاً الإطار النظرى
٧	١- أولاً الدافعية -
٩-٨	تصنيف الدوافع -
١٠-٩	الدافعية الداخلية و الخارجية -
١١	توجه الدافعية -
١٣-١١	الدافعية فى الأداء الرياضى -
١٦-١٣	الدافعية و الرياضة فى مرحلة المراهقة المبكرة -
١٧-١٦	٢- التوافق النفسى -
١٩-١٧	أبعاد التوافق النفسى -
٢٠-١٩	التوافق النفسى و ممارسة الرياضة -
٢١-٢٠	التوافق النفسى و ممارسة الرياضة فى مرحلة المراهقة المبكرة -
٢١	٣- المراهقة -
٢٢	خصائص النمو فى مرحلة المراهقة -
٢٢	النمو العقلى -
٢٤-٢٣	النمو النفسى -

٢٥-٢٤	-	النمو الاجتماعي
٢٥	-	النمو الجسمي
٢٧	-	النمو الحركي
٢٨	-	ثانياً الدراسات المرتبطة العربية و الأجنبية
٣٢-٢٨	-	دراسات مرتبطة بالدافعية
٣٤-٣٣	-	دراسات مرتبطة بالتوافق النفسي
٣٥	-	الاستفادة من الدراسات السابقة
٤٢-٣٦	-	تحليل الدراسات المرتبطة العربية و الأجنبية
٥٦-٤٣		الفصل الثالث
		(إجراءات البحث)
٤٣	-	منهج البحث
٤٣	-	مجتمع البحث
٤٣	-	عينة البحث
٤٨-٤٥	-	اعتدالية توزيع عينات البحث
٤٨	-	وسائل جمع البيانات
٥٠	-	الدراسة الاستطلاعية
٥٦	-	الدراسة الأساسية
٥٦	-	المعالجات الإحصائية
٧٦-٥٧		الفصل الرابع
		(عرض النتائج و مناقشتها)
٧٠-٥٧	-	عرض النتائج
٧٣-٧١	-	مناقشة النتائج الفرض الأول
٧٦-٧٣	-	مناقشة نتائج الفرض الثاني
٧٧-٧٦	-	مناقشة نتائج الفرض الثالث
٨٨-٧٨		الفصل الخامس
		(الاستنتاجات و التوصيات)
٧٨	-	الاستنتاجات
٧٩-٧٨	-	التوصيات
٨٦-٨٠	-	المراجع العربية
٨٨-٨٧	-	المراجع الأجنبية

- مصادر شبكة المعلومات

- المرفقات

ملخص البحث

٦-١

ملخص البحث باللغة العربية

٧-١

ملخص البحث باللغة الإنجليزية

فائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٢٦	يوضح الفروق بين البنات و البنين فى النمو الجسمى خلال فترة المراهقة المبكرة	١
٣٦	الدراسات المرتبطة بالدافعية و التوافق النفسى	٢
٤٤	تصنيف عينة البحث و عددها العينة الاستطلاعية	٣
٤٥	المتوسط الحسابى و الانحراف المعيارى و الوسيط و معامل الالتواء لمجموعة الممارسات بنات	٤
٤٦	المتوسط الحسابى و الانحراف المعيارى و الوسيط و معامل الالتواء لمجموعة الممارسين بنين	٥
٤٧	المتوسط الحسابى و الانحراف المعيارى و الوسيط و معامل الالتواء لمجموعة غير الممارسات بنات	٦
٤٨	المتوسط الحسابى و الانحراف المعيارى و الوسيط و معامل الالتواء لمجموعة غير الممارسين بنين	٧
٥١	المتوسط الحسابى و الانحراف المعيارى و قيمة (ت) لأبعاد التوجه الرياضى لكل من مجموعة الممارسين و مجموعة غير الممارسين	٨
٥٢	المتوسط الحسابى و الانحراف المعيارى لكل من التطبيق الأول و التطبيق الثانى ومعامل الارتباط لأبعاد التوجه الرياضى لعينة الدراسة الاستطلاعية	٩
٥٤	المتوسط الحسابى و الانحراف المعيارى و قيمة (ت) لكل من مجموعة الممارسين و مجموعة غير الممارسين فى التوافق النفسى	١٠
٥٥	المتوسط الحسابى و الانحراف المعيارى لكل من التطبيق الأول و التطبيق الثانى ومعامل الارتباط لمقياس التوافق النفسى لعينة الدراسة الاستطلاعية	١١
٥٨	تحليل التباين لأبعاد التوجه الرياضى و التوافق النفسى لأفراد عينة البحث	١٢
٥٩	دلالة الفروق بين متوسطات درجات الممارسين و غير الممارسين (بنات - بنين) فى بعد توجه التنافس (أقل فرق معنى)	١٣
٦١	دلالة الفروق بين متوسطات درجات الممارسين و غير الممارسين (بنات - بنين) فى بعد توجه الفوز (أقل فرق معنى)	١٤

الصفحة	عنوان الجدول	الجدول
٦٣	دلالة الفروق بين متوسطات درجات الممارسين و غير الممارسين (بنات - بنين) فى بعد توجه الهدف (أقل فرق معنوى)	١٥
٦٦	دلالة الفروق بين متوسطات درجات الممارسين و غير الممارسين (بنات - بنين) فى التوافق النفسى	١٦
٦٧	المتوسط الحسابى و قيمة (ت) لأبعاد التوجه الرياضى لدى ممارسين (بنين - بنات)	١٧
٦٩	معامل الارتباط بين التوافق النفسى و أبعاد التوجه الرياضى لدى مجموعات البحث	١٨

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
٦٠	شكل يوضح أقل فرق معنوى لتوجه التنافس لمجموعات البحث	١
٦٢	شكل يوضح أقل فرق معنوى لتوجه الفوز لمجموعات البحث	٢
٦٤	شكل يوضح أقل فرق معنوى لتوجه الهدف لمجموعات البحث	٣
٦٦	شكل يوضح أقل فرق معنوى للتوافق النفسى لمجموعات البحث	٤
٦٨	شكل يوضح الفروق بين مجموعة الممارسين (بنين _ بنات)	٥
٧٠	شكل يوضح الفروق بين مجموعات البحث الأربعة	٦

الفصل الأول

١. المقدمة

٢. مشكلة البحث

٣. أهداف البحث

٤. فروض البحث

٥. المصطلحات

المقدمة

إن موضوع الدافعية يعتبر من أهم الموضوعات التي تهتم المربي الرياضي وذلك لأنها تساعد في التعرف لماذا يقبل بعض البنين و البنات على ممارسة النشاط الرياضي و يكتفى البعض الآخر برؤية الأنشطة الرياضية دون المشاركة فيها .

و الدافعية ليست شيئاً مادياً أى أنها ليست قوى يمكن رؤيتها مباشرة إنما هي حالات فى الكائن الحى يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة ومن نشاط الكائن الحى نفسه ، أى أنها حالة تثير و تنشط و توجه السلوك وتعمل على استمراريته .
(٣٠ : ٢١٢)

ويشير " أحمد أمين فوزى " ٢٠٠٣ إلى أن دوافع الممارسة الرياضية تتغير نتيجة لمتغيرين أساسيين هما المرحلة العمرية التى يكون فيها الفرد و المستوى الرياضى الذى يكون عليه الفرد (٣ : ٩٣) ، لذلك فإن مراحل النمو المختلفة تؤثر فى دوافع ممارسة الرياضة حيث يشير كلا من " أسامة كامل راتب و إبراهيم عبد ربه خليفة" ١٩٩٩ إلى أن مرحلة المراهقة المبكرة من ١٢ إلى ١٥ سنة تعتبر المرحلة التخصصية للمهارة الحركية لأن مرحلة الممارسة التخصصية تبدأ فى عمر ١٤ سنة و تستمر لسنوات عديدة وفقاً للعمر المتوقع لتحديد أفضل إنجاز رياضى إذا كان الغرض من الممارسة هو البطولة الرياضية (٨ : ٣٤٣) ، ولأن ممارسة الأنشطة الرياضية تكسب الفرد درجة عالية من القدرة على التوافق الشخصى والاجتماعى
(٣٩ : ١٠٣)

كما نجد أن مرحلة المراهقة المبكرة مرحلة انتقالية يتحول فيها الفرد من طفل إلى فرد ناضج له دور فى الحياة و يؤكد كلا من " أسامة راتب و إبراهيم خليفة " أنه ينظر إلى فترة المراهقة على إنها انتقال جسمى و عقلى و اجتماعى بين مرحلة الطفولة ومرحلة النضج و الشباب و لهذه المرحلة أهميتها فى تكوين حياة الفرد و

تكوين شخصيته لما يصاحبها من تغيرات لها أثارها فى مختلف مجالات النمو (٦ : ١١٥) ، كما أننا نلاحظ أن كثير من أفراد هذه المرحلة يقبل على ممارسة الرياضة حيث يشير " مفتى إبراهيم حماد " (١٩٩٦) أن أرقام الممارسين للرياضة فى مرحلة الناشئين تتزايد على مستوى معظم دول العالم و خاصة التى تدير أنشطة رياضية منظمة مما يعكس مدى أهمية هذا القطاع العريض من الممارسين للرياضة . (٤٣ : ٢٥)

لذلك فإننا فى حاجة إلى دراسة العلاقة بين التوافق النفسى و توجه الدافعية لدى اللاعبين فى مرحلة المراهقة المبكرة من ١٢ سنة إلى ١٥ سنة لتحقيق النمو المتكامل المتزن و الوصول بهم إلى أعلى المستويات الرياضية .

مشكلة البحث وأهميته

من خلال دراسة توجه الدافعية نستطيع كمربين رياضيين ومدربين التعرف على توجه الدافعية لدى اللاعبين ، فبعض اللاعبين تتوجه دافعتهم للفوز و البعض الأخر تتوجه للتنافس و لاعبين آخرين تتوجه دافعتهم إلى أهداف خاصة بهم كالاستمتاع بممارسة النشاط الرياضى أو تكوين علاقات اجتماعية ، فمن خلال التعرف على هذه التوجهات يستطيع المدرب تطوير دافعية اللاعبين فى الاتجاه الذى يسهم فى تطوير عملية التدريب لتحقيق نتائج أفضل أثناء المنافسات كما تساعد على استمرار اللاعب فى ممارسة النشاط الرياضى لأطول فترة ممكنة، ويشير " محمد حسن علاوى " أن عمليات النمو مستمرة و لا يوجد حد فاصل بين مرحلة نمو و المرحلة التى تليها و أننا تقسيم النمو إلى مراحل ما هو إلا عملية يقصد بها سهولة الدراسة و أن التقسيمات تقوم بتحديد مراحل النمو طبقاً لمظاهر بارزة تميز هذه المرحلة و على ما يعتبر ظاهرة لها أهميتها . (٣١ : ٣١ ، ٣٢)

لذلك فقد حددت الباحثة مرحلة المراهقة المبكرة من سن ١٢ : ١٥ سنة طبقاً لما يتفق مع موضوع الدراسة و وفقاً لمراحل التعليم حيث أنها مرحلة التعليم الإعدادى ولأن الفترة العمرية من ١٢ : ١٣ سنة تشهد تغيرات هامة فى نمو المهارة الرياضية و ذلك بسبب نمو القدرات المعرفية و النفسية ، وتسمى بداية هذه المرحلة بمرحلة المهارات الحركية النوعية و التى يختار فيها اللاعب نشاط رياضى معين و يعزف عن ممارسة نشاط رياضى آخر و يتوقف ذلك على الاستعداد البدنى و النفسى للاعب و يتوقع أن تبدأ المرحلة التخصصية فى عمر ١٤ سنة (٦ : ١٢٠) ، فبالنتالى تتغير دافعية ممارسة الرياضة فى هذه المرحلة و التى توزاى مرحلة المراهقة المبكرة فى مراحل النمو لذلك ترى الباحثة ضرورة دراسة توجه الدافعية لممارسة الرياضة فى مرحلة المراهقة المبكرة حتى نستطيع التعرف على توجه الدافعية لدى اللاعبين فى بداية مرحلة الممارسة التخصصية لأن من خلال التعرف على توجه الدافعية فى بداية هذه المرحلة نستطيع التنبؤ بالمستوى الذى سوف يكون عليه اللاعب بالإضافة إلى تطوير دافعية اللاعب فى الاتجاهات الإيجابية وبذلك نضمن استمرار اللاعب فى ممارسة النشاط الرياضى التنافسى لفترة كبيرة و الذى يسهم فى زيادة عدد اللاعبين لدينا .

كما أن مرحلة المراهقة المبكرة تتسم بالنمو الجسمى السريع و طفرة كبيرة فى النمو، (٦ : ١١٥) و لأن انفعالات المراهقين تتأثر بالتغيرات الخارجية التى تطرأ على أجزاء الجسم بتغير النسب الجسمية لنمو أعضائه. (٢٦ : ٢٥٨) ، نتيجة لهذه التغيرات قد يصاحب المراهقين بعض المشكلات النفسية مثل عدم التوافق الشخصى نتيجة لتغير شكل الجسم مثل زيادة الطول حيث يذكر فى هذا الصدد " عبد الحميد الشاذلى " أن الإنسان فى حالة تفاعل دائم مع بيئته و قد يفشل فى تحقيق التوافق و من أسباب هذا الفشل التغيير فى شكل الجسم من حيث الطول الزائد أو

القصر الزائد أو النحافة أو السمنة (٢٣ : ٧١)، وكل هذه التغيرات تحدث في مرحلة المراهقة نتيجة لعمليات النمو السريعة .

مما سبق فإن كل مرحلة من مراحل النمو لها متطلباتها فعلى سبيل المثال فى مرحلة المراهقة المبكرة من ١٢ : ١٥ سنة يوجد لدى البنات و البنين دوافع لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة حيث يشير " خليل ميخائيل عوض " إلى أن المراهق يهتم بمظهره الجسمى و قوة عضلاته و مهارته الحركية و رياضته التى تساعد على نمو جسمه و يحاول أن يظهر بمظهر جسمانى لائق يمكنه من التوافق الاجتماعى مع أقرانه (١٥ : ٢٩٣) ، بالإضافة إلى أن أفراد مرحلة المراهقة المبكرة يقبلون بصفة خاصة على ممارسة النشاط البدنى بغرض تحسين مظهر و شكل الجسم . (٦ : ١٢٦)

و من مظاهر النمو الاجتماعى محاولة الانتماء إلى جماعة الرفاق من نفس العمر حيث يستطيع من خلالها تأكيد الذات و التعبير عن نفسه بحرية تامة وهذا ما تحققه الجماعة الرياضية (الفريق الرياضى) . (٣ : ٦٥) ولأن السلوك الرياضى ليس سلوك تلقائى إنما هو رد فعل طبيعى لمجموعة من الدوافع (٢ : ٢٢) ، و لأن الدوافع محركات السلوك و يظل الإنسان فى حالة عدم اتزان الذى لا يزول إلا بإشباع هذه الدوافع ، لذلك فإن إشباع حاجة الفرد يبدل حالته من حالة عدم التوازن النفسى إلى تحقيق التوازن النفسى . (٣٨ : ٧٠) ؛ ولأن التوافق النفسى يتحقق بإشباع حاجات الفرد و دوافعه أى أن التوافق يقلل من التوتر و يتحقق هذا عن طريق الاعتدال فى الإشباع . (٣٩ : ٨٠)

لذا يجب علينا كمدرسين و معلمين نهتم بتحقيق التوافق النفسى لأبنائنا لأن حالات عدم التوافق مؤشر لاختلال الصحة النفسية (٢٣ : ٥٨) ، ذلك لأن التوافق النفسى هو السلوك الذى يحاول الفرد إتباعه للتغلب على الصعوبات التى تعيق تحقيق

رغبة أو دافع أو حاجة و التوافق النفسى السليم هو الذى يقلل أو يزيل التوتر الناجم عن الإحباط أو الصراع بطريقة إيجابية . (٢٢ : ٣٤٨) .

أهداف البحث

يهدف البحث الحالى إلى التعرف على :

١. توجه الدافعية و التوافق النفسى للممارسين وغير الممارسين للرياضة (بنين و بنات) .
٢. الفروق فى توجه الدافعية و التوافق النفسى للممارسين للرياضة (بنين و بنات) .
٣. العلاقة بين توجه دافعية ممارسة الرياضة والتوافق النفسى لعينة البحث الممارسين و غير الممارسين للرياضة .

فروض البحث

١. توجد فروق دالة إحصائية بين مجموعات البحث الأربعة فى أبعاد توجه الدافعية و التوافق النفسى .
٢. توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسات بنات و الممارسين بنين فى أبعاد توجه الدافعية و فى التوافق النفسى .
٣. توجد علاقة دالة إحصائية بين توجه دافعية ممارسة الرياضة و التوافق النفسى لعينة البحث الممارسين و غير الممارسين .

المصطلحات

* توجه الدافعية

هو " توجيه سلوك الفرد و بذل الجهد فى المواقف التنافسية الرياضية للوصول للفوز من أجل تحقيق أهداف شخصية يريد الفرد إشباعها " .

التوافق النفسى

هو " محاولة تحقيق توازن بين الحاجات والمثيرات و الفرص المتاحة بواسطة البيئة وهذا يتوقف على محاولة إشباع الحاجات وذلك بالتغلب على كل من العقبات الداخلية و الخارجية و الظروف الملائمة للفرد نفسه " . (٣٨ : ٨٤)

تعريف إجرائى

١- الدافعية

إن الدافعية Motivation من أكثر المفاهيم شيوعاً في مجال التربية الرياضية لأن من خلال هذا المفهوم يستطيع الآباء و المدربون و المدرسون معرفة لماذا يقبل الأبناء و اللاعبون و التلاميذ على ممارسة نشاط رياضي معين دون الآخر .

حيث يذكر " محمد حسن علاوي " أن الدافعية تعتبر بمثابة حالة بادئة و باعثة و موجهة و منشطة للسلوك و تعمل على دفع الفرد نحو تحقيق هدف أو أهداف معينة و الاحتفاظ باستمرارية السلوك ، كما أنها حالات في الكائن الحي يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة و من نشاط الكائن الحي نفسه و ليس هي نمط سلوك نلاحظه إنما حالة وراء السلوك تثيره و تنشطه و توجهه . (٣٠ : ٢١٢)

ويشير " أسامة كامل راتب " إلى مفهوم الدافعية على أنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف ، (٩ : ٧٢) ، و " يذكر مصطفى باهي و أمينة إبراهيم " أن الدافعية كتكوين نفسي هي حالة تغير تنشأ في نشاط الكائن الحي بالاستثارة و بالسلوك الموجه نحو تحقيق هدف معين . (٤٠ : ٨)

ويعرفها " محمود عبد الفتاح عنان " بأنها حالة يكون فيها الفرد مسئولاً عن القيام بنشاط معين في وقت معين وهذه الحالة تمثل محصلة العوامل الداخلية (الشخصية) و العوامل الخارجية (الموقفية) . (٣٧ : ٨٠)

و يعرفها " مفتي إبراهيم حماد " بأنها جنوح اللاعب أو اللاعبة إلى بذل الجهد لتحقيق هدف معين نتيجة قوى داخلية . (٤٢ : ٢٣٩)

مما سبق يتضح أن الدافعية عبارة عن قيام الفرد بنشاط أو سلوك معين لتحقيق هدف معين حدده الفرد مسبقاً ، كما أن الدافعية تكون نتيجة لعوامل داخلية و خارجية و الدافع هو حالة من التوتر الداخلي تعمل على إثارة السلوك

وتوجيهه (٣٠ : ٢١٢) ، كما يشير "مصطفى حسين باهى" إلى أن الدوافع هي محركات السلوك (٣٨ : ٧٥) ، و يذكر " أحمد أمين فوزى و بثينة محمد فاضل " إلى أن الدوافع الرياضية هي المحرك الرئيسى لكل أنواع الأداء الحركى الرياضى (٢ : ١٧٥) كما أن الدافع هو حالة توترية داخلية ناتجة عن حاجة فسيولوجية أو نفسية تجعل الفرد فى حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك و توجه و تستمر به إلى هدف معين حتى يزول هذا التوتر و يستعيد الفرد توازنه الفسيولوجى و النفسى . (٣ : ٨١)

و الدافع Motive هو حالة من التوتر تثير السلوك فى ظروف معينة و توجهه وتؤثر عليه (٩ : ٧٢) ، و يصف "محمود عبد الفتاح عنان" الدوافع نقلاً عن كل من ويتنج و باكير " Baker, Whiting" بأن الدوافع هي أسباب القيام بعمل معين أنها استعدادات تنشط فى ظروف معين . (٣٧ : ٨٠)

فمفهوم الدافع يستخدم لوصف ما يستحث الفرد و يوجه سلوكه و يستخدم ليفسر لنا ما يدور داخل الفرد و لا يمكن ملاحظته بصورة مباشرة و إنما يمكن استنتاجه لذلك فالدافع يجمع بين وظيفتين استثارة السلوك و توجيهه . (٤٠ : ٧)

لذلك فإن الدوافع تعتبر من مكونات الدافعية و بذلك تكون حالة من حالات الدافعية و بالتالى يمكن القول بأن الدوافع هي العوامل التى تتحكم فى دافعية الفرد لأن مجموعة الدوافع المختلفة تكون دافعية الفرد .

• تصنيف الدوافع

تمكن علماء التربية الرياضية من تصنيف الدوافع إلى عدة تصنيفات فقد قسمها "مصطفى باهى و أمنية إبراهيم" إلى :

- أ- دوافع بيولوجية المنشأ (أولية) مثل الحاجة إلى الطعام و الشراب .
- ب- دوافع سيكولوجية المنشأ (ثانوية) و تتمثل فى دوافع النمو الإنسانى و تكامل الشخصية و يتم تعلمها و اكتسابها من الإطار الثقافى و تنقسم إلى نوعين هما

أ- دوافع داخلية Intrinsic motives و تمثل أهم الأسس الدافعة للنشاط الذاتى التلقائى للفرد ، ومنها دافع الإنجاز Achievement motives دافع الكفاءة أو دافع المنافسة Competence motives .

ب- دوافع خارجية اجتماعية Extrinsic social motives وهى دوافع مركبة تعبر عن المواقف الإنسانية و هى خارجية لكونها تخضع لبواعث و حوافز تنشأ خارج الفرد وهى مكتسبة من المجتمع مثل الحاجة إلى الانتماء . (٤٠ : ١١ ، ١٢)

وصنف " محمود عنان " الدوافع إلى قسمين هما :

أ- دوافع مباشرة و التى تتضمن الدافع لتعلم مهارة جديدة و دافع التحدى و الإثارة و المنافسة و الحصول على المتعة و السعادة من المشاركة الرياضية ودافع الصداقة و روح الفريق .

ب- دوافع غير مباشرة و التى تتضمن دافع اكتساب اللياقة البدنية ودافع تطوير قدرة الفرد على العمل و الإنتاج ، ودافع استثمار وقت الفراغ ، ودافع التخلص من التوتر العصبى ، ودافع تطوير الصحة النفسية (٣٧ : ٩٦)

• الدافعية الداخلية والخارجية

لقد اتفق كل من "محمد حسن علاوى" و"أسامة كامل راتب" و"محمود عنان و مصطفى باهى" (٣٠ : ٢١٥) (٩ : ٧٥ ، ٧٦) " (٣٦ : ١٢٧) على تصنيف الدافعية من حيث مصادرها إلى نوعين هما :

أ- دافعية داخلية Intrinsic motivation

ب- دافعية خارجية External motivation

أ- الدافعية الداخلية

وهي الدافعية التي تأتي من داخل الفرد و يطلق عليها الدافعية إلى النشاط ذاتية الإثابة (٩ : ٧٥) ، فحينما نمارس الرياضة دون وجود أى دلالة على الإثابة نتيجة الممارسة واعتبار النشاط الرياضى فى حد ذاته هو المكافأة و هو الهدف الأساسى يمكن القول بأن الدافع هنا ذاتى أو داخلى الإثابة . (٣٦ : ١٢٧) و الدافعية الداخلية ذاتية الإثابة تنبع من داخل الناشئ و تحدث أثناء الأداء و على هذا تعتبر جزاءً هاماً مكملاً لموقف التعلم و خاصة إذا كان الهدف من التعلم تحقيق الاستمتاع و الرضا لدى الناشئ (٧ : ١٩٧) ، ويشير " ميشل بيويد Michael PBoyd " إلى أن الدافعية الداخلية عند ممارسة الرياضة تعمل على الاستمتاع بالرياضة و تقلل من الدافعية الخارجية . (١ : ٦١)

ب- الدافعية الخارجية

يقصد بالدافعية الخارجية المرتبطة بالرياضة هي الحالات غير النابعة من داخل الفرد نفسه و التي تثير و توجه السلوك نحو ممارسة الرياضة أو الأداء الرياضى (٢ : ٢١٥) ، إذا ارتبطت الممارسة الرياضية بالحصول على الامتيازات أو المكافآت فيمكن القول بأن هذا اللاعب يتصف بالدافعية الخارجية أى أن اللاعب يعتمد على الآخرين كمصدر للدافعية خارجية الإثابة (٢٣ : ١٢٧) ، و الدافعية خارجية الإثابة قد تفيد الفرد فى استجابته إلى ممارسة الرياضة أو تطوير الأداء لفترة معينة و لكنها لا تضمن الاستمرار فى ممارسة الرياضة ، فالدافعية ذات الإثابة الخارجية تفقد قوة تدعيمها أسرع من الدافعية ذاتية الإثابة لأن الجوائز و المكافآت تمثل خبرات نجاح لفترات وجيزة و لكن يمكن الاستفادة من الدافعية الخارجية الإثابة فى تدعيم الدافعية ذاتية الإثابة . (١٢ : ٧٦)

• توجه الدافعية

يذكر "محمود حمدي محمد" أن توجه الدافعية الرياضية هو قدرة اللاعب على التوجه التنافسي و الفوز و الهدف و أداء المهمة و توجه الذات للأداء بجد و اجتهاد و التميز و التمكن طوال المباراة ليكون أفضل من الآخرين" (٣٥ : ٢٢٨) و يرى "أسامة كامل راتب" أن توجهات الإنجاز Achievement Orientation تشمل ثلاثة توجهات إنجازية رئيسية هي توجه القدرة Ability Orientation و يعنى اشتراك الناشئ فى الرياضة بغرض إظهار قدراته المتميزة لتحقيق الفوز ، و توجه الواجب Task Orientation و يعنى اشتراك الناشئ فى الرياضة بغرض أداء الواجب المكلف به لتحقيق أقصى أداء بغض النظر عن النتائج ، و توجه القبول الاجتماعى Social Approval Orientation و يعنى اشتراك الفرد فى الرياضة بغرض الاستحسان و القبول من الآخرين و تحقيق أفضل أداء و بذل الجهد لإرضائهم (٩ : ١٠٨) ، و ترى "ديانا جيل Gill" أن توجه الدافعية يشتمل ثلاثة أبعاد هم (توجه التنافس - توجه الفوز - توجه الهدف) ، (٣٢ : ١٩١) كما أن تختلف التوجهات الدافعية لدى لأفراد وفق درجات إدراك الذات لديهم وسلوك المشاركة الرياضية و الفروق الفردية . (٣٨ : ١٥٦)

• الدافعية فى الأداء الرياضى

إن للدافعية دورا فعال فى الأداء الرياضى و هذا الدور يتلخص فى وظيفتين أساسيتين هما :

- أ - توجيه الجهد و هى التى ترتبط بتوجيه اللاعب نحو هدف معين .
- ب - وظيفة تنشيطية و هى التى تختص بالسلوك الذى ينشط اللاعب أو يستثيره عند الأداء و هى ما يطلق عليها الاستثارة الانفعالية .

فعندما تكون الدافعية مرتفعة نحو رياضة معينة فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام بهذه الرياضة و الاستمرار فيها أى يؤدى إلى المثابرة فى التدريب بجانب العمل الجاد الذى يضمن تعلم و اكتساب مهارات حركية جديدة . (٩ : ٧٣)

والدوافع الرياضية هى تلك الحالات النفسية التوتيرية التى تستثير الأداء الحركى الرياضى فهى تستثير و توجه الأداء الرياضى نحو أهداف رياضية معينة دون الأخرى و إذا لم يحقق الأداء الهدف يظل الرياضى يواجه مشكلة إرضاء الدافع الذى يجعله يستمر فى نشاطه بأداءات حركية حتى يستطيع تحقيق الهدف (٢ : ١٧٥) ، و يجب أن نفرق بين دافعية الممارسة الرياضية و دافعية المشاركة الرياضية حيث أشارت دراسة " كليب باتيرك Kilpatrick " إلى أن دوافع المشاركة الرياضية تكون دوافع حقيقة مثل المتعة و التحدى فى حين أن دافعية الممارسة للرياضة غير حقيقة و بالتالى تكون دوافع مرغوبة يمكن تطويرها (٥٤ : ٨٧) ، كما أكدت دراسة "فريير Ferrer " أن توجيه هدف اللاعب يعمل على تكوين دافعية حقيقة و التى تساعد على الأداء بصورة أفضل . (٥٣ : ٢٧٦)

كما أن الدوافع تعمل على تأخير ظهور التعب خلال الممارسة الرياضية فمن المعروف و الثابت علمياً أن التعب ظاهرة نفسية أكثر منها ظاهرة فسيولوجية (٣ : ٨٩)

فمن السابق يتبين الدافعية دوراً هاماً فى الأداء الرياضى يمكن تحديده فى النقاط التالية :

- الدافعية توجه الفرد نحو الممارسة الرياضية سواء إذا كان الهدف هو الممارسة الرياضية أو ممارسة الرياضة كوسيلة لتحقيق هدف معين .

- تسهم الدافعية فى تطوير الأداء الرياضى سواء لتحقيق مكاسب و هذا ما يتحقق من الدافعية الخارجية أو بهدف الاستمتاع و تحقيق الذات و هذا ما تحققه الدافعية (الداخلية) ذاتية الإثابة .
- تسهم الدافعية فى عملية التعلم حيث تعتبر الدافعية الداخلية جزء مكمّل لعملية التعلم بينما الدافعية الخارجية تسهم فى التعلم لفترة محدودة .
- الدافعية خارجية الإثابة تدعم و تطور الدافعية الداخلية الإثابة و التى تضمن الاستمرار فى الممارسة الرياضية و بذلك يكون الاثنان مكملتان لبعض و تسهمان فى استمرار الممارسة الرياضية .
- الدافعية توجه اللاعب إلى هدف معين أو نشاط رياضى محدد .
- تعمل الدافعية على استثارة اللاعب بطريق إيجابية لبذل الجهد من أجل تحقيق الهدف من الممارسة الرياضية أو المشاركة الرياضية .
- الدوافع تعمل على تأخير ظهور التعب وذلك لأن اللاعب يبذل الجهد من أجل تحقيق هدف محبب لديه.
- يمكن الاستفادة من دوافع المشاركة الرياضية و ذلك بتحويل الفرد المشارك فى الرياضة إلى فرد ممارس للرياضة .
- تحقيق التوافق النفسى للاعب و ذلك من خلال إشباع حاجات اللاعب والشعور بالرضا النفسى الذى يحقق التوافق النفسى .

• الدافعية والرياضة فى مرحلة المراهقة المبكرة

إن دافعية الفرد الممارس للرياضة تتغير فى كل مرحلة سنية حتى تحقق المطالب و الحاجات النفسية و البدنية والاجتماعية للمرحلة السنية التى يمر فيها الفرد الرياضى . (٣٠ : ٢٣٦) ، كما أن تتطور دوافع الممارسة الرياضية نتيجة

لمتغيرين أساسيين الأول المرحلة العمرية التي يكون عليها الفرد فالدوافع التي تستثير الأطفال نحو الممارسة الرياضية تختلف عن الدوافع التي تستثيرهم في مرحلة المراهقة ، و المتغير الثانى الذى يتحكم فى تطور دوافع الممارسة الرياضية هو المستوى الرياضى الذى يكون عليه الفرد فدوافع الناشئ تختلف عن دوافع الدرجة الأولى تختلف عن دوافع الممارسة الرياضية من أجل الترويج تختلف عن دوافع الممارسة الرياضية من أجل البطولة (٣٠ : ٢٣٦) ، كما أن ممارسة الرياضة فى مرحلة المراهقة هامة جداً من الناحية النفسية و الناحية الفسيولوجية لأن ممارسة الرياضة فى مرحلة المراهقة يكسب المراهقين الجسم المتناسق والصحة وتكسب تقدير الذات بالإضافة إلى ذلك تعلم المراهقين كيفية ضبط النفس و روح الفريق. (٢ : ٦٤)

كما أن تعتبر مرحلة المراهقة المبكرة من ١٢ : ١٥ سنة مرحلة الممارسة التخصصية ،فترتبط دوافع الفرد بالتخصص فى نوع معين من أنواع النشاط الرياضى ، و من أهم الدوافع فى هذه المرحلة التخصصية فى النشاط الرياضى ميل خاص نحو نشاط رياضى معين يثير اهتمامه و يسعى لممارسته و اكتساب قدرات خاصة فى نوع معين من الأنشطة الرياضية فيسعى لتنميتها وتطويرها عن طريق المثابرة فى الممارسة لأن اتقان الفرد للمهارات الحركية يدفعه للتدريب لأقصى مدى وتصبح ممارسة الرياضة حاجة عضوية تتطلب من الفرد محاولة إشباعها ومن دوافع المرحلة التخصصية و اكتساب معارف جديدة والاشتراك فى المنافسات لأن الاشتراك فى المنافسات الرياضية وما يرتبط بها من خبرات انفعالية تحفز الفرد على ممارسة الرياضة و تطوير مستواه ، كما أن خبرات المرتبطة بالمنافسات الرياضية مثل النجاح و الفشل و الفوز و الهزيمة تعتبر من أهم حالات الدافعية التي لها تأثير فى هذه المرحلة (٣٠ : ٢٢٥، ٢٢٦).

وتتلخص دوافع ممارسة المراهقين للرياضة فى النقاط التالية :

- ممارسة الرياضة بغرض اكتساب اللياقة البدنية و جسم متناسق و إظهار القوة العضلية التى هى من مظاهر النمو الجسمى.
- ممارسة الرياضة بدافع الابتعاد عن سيطرة الأسرة و الانتماء إلى جماعة يشعرون فيها بذاتهم و هذا ما يحققه الفريق الرياضى حيث يعتمد على العمل الجماعى و من خلال الممارسة الرياضية يستطيع المراهق أن يشعر بذاته داخل الجماعة و أن يكون مقبول اجتماعياً ، كما توجد علاقة إيجابية بين مستوى الأداء الحركى و المكانة الاجتماعية للناشئ أى الناشئ الذى يتميز بالتفوق فى مهارته و قدراته البدنية و الحركية تكون فرصته أكبر فى تحقيق القبول الاجتماعى (٧ : ٢٠١) ويشير إلى ذلك " لبلانس كسون Leblance, Dickson " بقولهما أن ممارسة الرياضة تساعد المراهقين على أن يكونوا ذو نشاط اجتماعى مع الآخرين و تسمح لهم بقياس ذاتهم من خلال التنافس مع الآخرين بشرف . (٥٥ : ٣)
- يمارس المراهقون الرياضة بدافع إشباع الحاجات النفسية لديهم مثل دافع التنافس و تحقيق الفوز و هذا ما يشير إليه " مرفلى Murphy " حيث يذكر أن المراهقين يمارسون الرياضة بطريقة جدية من أجل تحقيق الفوز و تنمية المهارات الصحية (٥٧ : ١٧٢)
- يمارس المراهقون الرياضة بدافع التخصص فى نشاط رياضى معين ، لأن المرحلة العمرية من (١١) إلى (١٣) سنة هى المرحلة النوعية للمهارة الحركية و التى يفضل فيها الطفل ممارسة بعض الأنشطة الرياضية و يعزف عن ممارسة الأنشطة الرياضية الأخرى و المرحلة التخصصية للمهارة الحركية تبدأ فى عمر ١٤ سنة و تستمر لسنوات عديدة (٨ : ٣٤٣) ، و لأن مرحلة المراهقة المبكرة من ١٢ سنة إلى ١٥ سنة تشمل المرحلة النوعية

للمهارة الحركية و المرحلة التخصصية للمهارة الحركية فترى الباحثة ،
تخصص فى نشاط رياضى معين من دوافع ممارسة الرياضة فى مرحلة
المراهقة المبكرة .

▪ كما يمارس المراهقون الرياضة أيضاً من أجل اكتساب المرح و الشعور
بالسعادة كما يذكر " ميشيل بويد Michael PBoyd " . (٣ : ٦٣)

٣- التوافق النفسى

إن مفهوم التوافق من أكثر المفاهيم استخداماً عند المهتمين بعلم النفس و
يذكر " رمضان القذافى " أن الصحة النفسية استعارت مفهوم التوافق من العلوم
الطبيعية حيث جرى استخدامه فى مجال علم الأحياء . (١٦ : ٧٤)

و يقول " مصطفى باهى و آخرون " على الرغم من أهمية مفهوم التوافق إلا أن
لم يستقر بعد على تعريف محدد له فقد استخدم بمعان مختلفة كالتكيف فى مجال العلوم
البيولوجية أو التوافق فى مجال الصحة النفسية أو العقلية (٣٩ : ٧٧) ، و يشير
" عبد الحميد الشاذلى " إلى أن التوافق يتضمن الجوانب النفسية و الاجتماعية و
يقترن على الإنسان فقط بينما يختص التكيف بالنواحي الفسيولوجية و يشمل الإنسان
و الحيوان معاً و لذلك تصبح عملية تغير الإنسان لسلوكه ليتسق مع غيره بإتباعه
للعادات و التقاليد و خضوعه للالتزامات الاجتماعية عملية توافق (٢٢ : ٥٧)

ويذكر " سعد المغربى " أنه نتيجة لتعدد مصطلح التوافق أصبح معناه يتوقف على
الموقف الذى يستخدم فيه ، فقد يأتى هذا المصطلح بمعنى قبول الأشياء التى لا نستطيع
السيطرة عليها ، وقد يأتى بمعنى التوفيق بين الرغبات ، أو بمعنى توافق الأفكار مع
الأفعال . (١٩ : ٨)

وفيما يلي عرض لتعريفات التوافق عند علماء النفس حيث يذكر "مصطفى باهى و آخرون" هو القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مثمرة و ممتعة تتسم بقدرة الفرد على العمل المنتج الفعال الذى يجعل الفرد شخصاً نافعاً فى محيطه الاجتماعى" ، وذكر أيضاً أن التوافق مفهوم شامل يرمز إلى حالة معينة من النضج يصل إليها الفرد (٣٩ : ٧٩) ، و يعرفه "تبيل صالح سفيان" بأنه إشباع الفرد لحاجاته النفسية و تقبله لذاته و استمتاعه بحياة خالية من التوترات و الصراعات و الاضطرابات النفسية و استمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة و مشاركته فى الأنشطة الاجتماعية و تقبله لعادات و تقاليد مجتمعه (٤٦ : ١٥٢)، و يعرفه "جوردن Gordon" بأنه محاولات الفرد لتحقيق نوع من العلاقات الثابتة و المرضية مع بيئته. (٣٩ : ٨١) من السابق يتبين أن التوافق عملية نفسية لها أكثر من بعد و أن كل بعد من هذه الأبعاد يؤثر فى الآخر ولا يتحقق التوافق إلا من خلال تكامل هذه الأبعاد .

• أبعاد التوافق النفسى

إن التعريفات السابقة لمفهوم التوافق النفسى تحتوى كلها على بعدين أساسيين هما بعد اجتماعى و بعد شخصى و ذلك لأن الفرد لا يستطيع أن يعيش بمفرده ، و إنما يتفاعل مع المجتمع الذى يعيش بداخله و يحاول إرضاء مجتمعه و نفسه و من هنا نجد البعدين الأساسيين للتوافق ، التوافق الاجتماعى الذى يحاول من خلاله الفرد التكيف مع مجتمعه و إرضاءه و التوافق الشخصى الذى من خلاله يحاول الفرد التكيف مع نفسه لتحقيق الاتزان بين المجتمع الذى يعيش فيه و بين متطلباته الشخصية فإذا تحقق للفرد هذا الاتزان تحقق لديه التوافق النفسى العام .

أ- التوافق الاجتماعى

هو الذى يتعلق بالتعامل مع الآخرين و ينشأ بسبب المعيشة الجماعية (١٦ : ٧٣) . و هو الذى يضمن السعادة مع الآخرين و الالتزام بأخلاقيات المجتمع

ومسايرة المعايير الاجتماعية و قواعد الضبط الاجتماعي و التفاعل الاجتماعي السليم والعلاقات الناتجة مع الآخرين (٢٢ : ٦٠) ، كما أنه استمتع الفرد بعلاقات اجتماعية حميمة تتصف بالاحترام و التقدير و العطاء المتبادل و التي تشبع حاجات الفرد الاجتماعية و مشاركته في الأنشطة الاجتماعية و تقبله لعادات و تقاليد و قيم و أفكار وقوانين مجتمعه (٤٦ : ١٠٣) ، و التوافق الاجتماعي يعنى قدرة الفرد على التكيف مع البيئة الخارجية_المادية و الاجتماعية و المقصود بالبيئة المادية هو كل ما يحيط بالفرد من عوامل و ظروف طبيعية و مادية ، أما البيئة الاجتماعية فتشمل العلاقات بالآخرين فى إطار التعامل الإنسانى . (١ : ٦٣)

ب- التوافق الشخصى (الذاتى)

التوافق الشخصى ما هو إلا مجموعة الاستجابات التى تدل على تمتع الفرد وشعوره بالأمن الذاتى و هو السعادة مع النفس و الرضا عنها و إشباع الدوافع الداخلية الأولية الفسيولوجية و الثانوية و يعبر عن السلم الداخلى حيث لا صراع داخل الفرد و يتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو فى مراحل المتابعة . (٣٩ : ٨٩)

و يمكن تعريفه بأنه إشباع الفرد لحاجاته النفسية و فهمه لذاته فهماً واقعياً و تقبله لذاته و احترامها و ثقته بنفسه و تحمله المسؤولية و قدرته على اتخاذ القرار و حل مشكلاته و تحقيق أهدافه . (٤٦ : ١٠٣) هو أيضاً السعادة مع النفس و الثقة بها و الشعور بالحرية و التخطيط للأهداف و السعى لتحقيقها و توجيه السلوك و مواجهه المشكلات الشخصية و حلها و تغير ظروف البيئة و توافق لمطالب النمو فى مراحل المتتالية وهو ما يحقق الأمن النفسى (٢٢ : ٦٠)

ويمكن تعريف التوافق الشخصي بأنه "قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه وبين أدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع بحيث لا يقع فى صراع داخلى". (١٩ : ٨)

• التوافق النفسى و ممارسة الرياضة

إن الأنشطة الرياضية لها دور فعال فى تنمية التوافق النفسى لدى الفرد لأنه من خلال ممارسة الرياضة يستطيع الفرد تكوين علاقات اجتماعية من خلال الجماعة الرياضية ، لأن الرياضة ما هى إلا تفاعل اجتماعى و ظاهرة اجتماعية تعمل على تنمية العلاقات الاجتماعية بين أفراد الفريق الواحد و الفرق الأخرى بكفاءة . (١٤٧ : ١٤٦)

و لأن التوافق يتحقق بإشباع حاجات الفرد ودوافعه و هذا يعنى أن التوافق يقلل من التوتر ، فالفرد يسلك سلوكه مدفوعاً بدافع معين نحو الهدف الذى يشبع هذا الدافع . (٣٩ : ٨٠) ، وهذا ما تحققه ممارسة الرياضة فمن خلال ممارسة الرياضة يتم إشباع بعض الدوافع مثل (الاستحسان الاجتماعى - العلاقات الاجتماعية - المكانة الاجتماعية) (٦ : ١٤١) ، و هذه الدوافع تمثل التوافق الاجتماعى للفرد كما أن ممارسة الرياضة تعمل على إشباع الحاجات الجسمية و النفسية و التى منها دوافع (الشعور بالصحة - المظهر الجسمانى - الثقة بالنفس التخلص من التوتر - الإثارة و المتعة - الاستقلالية و الاعتماد على النفس) ، (٦ : ١٤١) كل هذه الدوافع تحقق التوافق الشخصى لدى الفرد ، كما أن التدريب الرياضى بصفة عامة يؤثر على درجة التوافق لدى الفرد حيث أشارت دراسة "إيناس محمد سالم" (١١) ودراسة "سميرة محمد خليل" (٢٠) و دراسة " سامى غنيم مطاوع" (١٧) إلى أن التدريب الرياضى يرفع من مستوى التوافق النفسى لدى الفرد ، كما أشارت دراسة "سوزان مصطفى" (٢١) إلى أن السلوك الاجتماعى لدى الأفراد الممارسين للرياضة أفضل عن الأفراد غير الممارسين للرياضة .

فمن السابق يمكن تحديد علاقة التوافق النفسى بممارسة الرياضة فى النقاط التالية :

- من خلال ممارسة الرياضة يتم إشباع دوافع الفرد و بالتالى يتم خفض التوتر الداخلى لديه فيتحقق التوافق النفسى العام .
- الجماعة الرياضية (الفريق الرياضى) تعمل على تحقيق التوافق الاجتماعى و الذى يسهم فى تحقيق التوافق النفسى العام .
- ممارسة الألعاب الرياضية الجماعية و الفردية تنمى السمات النفسية مثل تحقيق الذات و الثقة بالنفس و المكانة الاجتماعية و التى تحقق الرضا النفسى لدى الفرد و الذى يؤدى إلى تحقيق التوافق النفسى .
- كما أن ارتفاع مستوى التوافق النفسى للفرد كان مستوى الأداء أفضل لديه .

• التوافق النفسى و ممارسة الرياضة فى مرحلة المراهقة المبكرة

إن ممارسة الرياضة تعمل على تحقيق التوافق النفسى فى مرحلة التعليم الإعدادى وهذا ما أكدته دراسة "عبير إبراهيم السيد " (٢٤) حيث أثبت أن التوافق النفسى لدى تلاميذ الإعدادى الرياضى أفضل من التوافق النفسى لدى تلاميذ الإعدادى العام و أشارت إلى ذلك أيضاً دراسة "سوزان مصطفى " (٢١) حيث أثبت أن السلوك الاجتماعى لدى الممارسين للرياضة أفضل من السلوك الاجتماعى لغير الممارسين للرياضة .

و لأن أفراد مرحلة المراهقة المبكرة لديهم دوافع للممارسة الرياضة مثل تقدير الذات و المكانة الاجتماعية و تحسين اللياقة البدنية وهذا ما تشير إليه دراسة "منى مختار مرسى " (٤٤) حين أشارت إلى أن هناك ٩ عوامل تمثل دافعية الإنجاز الرياضى منها (الرغبة فى التفوق الرياضى و الاستقلالية فى اتخاذ القرار) .

لذلك فإن ممارسة الرياضة تعمل على إشباع دوافع المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة و لأن ممارسة الرياضة تعمل على زيادة التوافق النفسى ، و هذا ما تؤكدته الدراسات السابقة لذلك فإن الباحثة ترى وجود علاقة ارتباطية بين التوجهات الدافعية لدى أفراد مرحلة المراهقة المبكرة و التوافق النفسى .

٣- المراهقة

المراهقة إحدى المراحل العمرية فى حياة الإنسان ، و المراهقة كمصطلح تعنى فترة الحياة بين الطفولة المتأخرة و الرشد أى أنها تأخذ سمات من الطفولة وسمات من الرشد . (١ : ٦٣) ، ومصطلح مراهقة فى علم النفس يعنى الاقتراب من النضج العقلى و النفسى و الاجتماعى و الجسمى و الحركى لكنه لا يصل إلى اكتمال النضج إلا بعد سنوات عديدة قد تصل إلى تسع سنوات . (١ : ٥٩) ، فالمراهقة عملية بيولوجية عضوية فى بدنها و ظاهرة اجتماعية فى نهايتها وهى تعنى التدرج نحو النضج الجنسى و الانفعالى و العقلى و بهذا يتضح الفرق بين كلمة مراهقة Adolescence و كلمة بلوغ Puberty فالبلوغ يقتصر معناه على النمو الجنسى و الفسيولوجى ، أما المراهقة فتطلق على مرحلة كاملة تبدأ بالبلوغ و تستمر حتى مرحلة النضج . (٦ : ١٥)

و يمكن تعريف مرحلة المراهقة بأنها هى المرحلة التى تلى مرحلة الطفولة المتأخرة ،والتي ينتقل الطفل خلالها من مرحلة الطفولة المتأخرة إلى مرحلة الرشد (٢ : ٥٩) ، و مرحلة المراهقة تنقسم إلى مرحلتين هما مرحلة مراهقة مبكرة و مرحلة مراهقة متأخرة ، ويقصد بمرحلة المراهقة المبكرة من ١٢ سنة تقريباً إلى ١٤ سنة تقريباً أى مرحلة التعليم الإعدادى و مرحلة المراهقة المتأخرة من ١٥ سنة إلى ١٨ سنة أى النمو فى مرحلة التعليم الثانوى . (٦ : ١١٥)

وحيث أن الإنسان ينتقل إلى مرحلة المراهقة تدريجياً و يصاحب هذا الانتقال بعض التغيرات الداخلية والخارجية في جسم الإنسان الناتجة عن عمليات النمو والتي يمكن تقسيمها إلى :

١. نمو عقلي (معرفي)
٢. نمو نفسي (انفعالي)
٣. نمو اجتماعي
٤. نمو جسمي
٥. نمو حركي

• خصائص النمو في مرحلة المراهقة المبكرة

١. النمو العقلي

أن في مرحلة المراهقة ينمو الذكاء بشكل عام و تنمو لدى الفرد القدرات العقلية الخاصة كقدرة التعامل مع الأعداد (٣ : ٥٩) ، و يتميز الخيال لدى المراهق في هذه المرحلة بقربه من الواقعية كتخييل تكوينات حركية جديدة في الملعب و لهذا تتميز هذه المرحلة بالابتكار والميول الرياضية . (٣ : ٦٤)

كما تنمو لدى المراهق القدرة على التذكر لتشمل أنواع جديدة و يكون التذكر هنا من المدى الطويل أي يستطيع المراهق استدعاء خبرات سبق تعلمها ، كما يزداد لدى المراهق القدرة على اكتساب التفكير و الاستنتاج مما يسهل عملية استيعاب المهارات الحركية الجديدة (٦ : ١٢٤) ، كما أن النمو العقلي يبدأ من البسيط (الحسي الحركي) و ينتهي بالمعقد (إدراك العلاقات) و تكون التغيرات العقلية في المراهقة كمية أكثرها منها نوعية (١٣ : ٣٦٢) ، ففي مرحلة المراهقة المبكرة يميل المراهق

إلى الألعاب الرياضية المختلفة و تكون الفروق الفردية فى النمو العقلى واضحة و صريحة . (٢٥ : ٢٩٩)

٣. النمو النفسى (الانفعالى)

أن الانفعالات ترتبط ارتباط وثيق بالعالم الخارجى المحيط بالفرد عبر مثيراتها و استجاباتها و بالعالم العضوى الداخلى عبر شعورها الوجدانى و تغيراتها الفسيولوجية الكيمائية و يخضع ارتباطها الخارجى خضوعاً مباشراً لنمو الفرد فتتغير تبعاً لعمر الفرد و تتغير الاستجابات تبعاً لتطور مراحل النمو (٢٦ : ٢٥٧)

إن مرحلة المراهقة المبكرة مرحلة اضطراب انفعالى و حساسية شديدة للنقد و خاصة فيما يتصل بالتغيرات فى الصوت ومظهر الجسم ، ومحاولات التكيف مع هذه التغيرات (٣١ : ١٣٠) ، و تمتاز مرحلة المراهقة بأنها فترة نمو متزايد لجميع الطاقات التى يملكها الفرد بما فيها من طاقات نفسية وانفعالية و تتفاعل هذه الطاقات المتزايدة لتولد لديه حساسية مرهفة و التى تتولد عند المراهق و تجعله يتأثر سريعاً بأتفه المثيرات الانفعالية ، كما تمتاز انفعالات المراهق بأنها مرهفة عنيفة منطلقاً و متهورة و لا يستطيع التحكم فيها و متذبذبة و هى مزيج من انفعالات طفولية و انفعالات راشد كبير فى آن واحد و متناقضة. (٢٥ : ٣٠٠ ، ٣٠١)

كما أن التغيرات البدنية و الفسيولوجية التى تطرأ على المراهق فى هذه المرحلة فهو يشعر بأنه بعيد عن عالم الصغار و دخل عالم الكبار الذين لم يعترفوا بانضمامه إليهم ، وهذا الوضع يولد لدى المراهق الشعور بالاغتراب فى المجتمع . (٣ : ٦٤)

ويكون الخيال لدى المراهق خصباً حيث يتخطى حدود الزمان و المكان و حتى قدراته ، كما يفيد الخيال المراهق و يساعده فى تقييم جهوده الحالية فى أبعاد كثيرة . (١٣ : ٣٦٤ ، ٣٦٥)

ومن الخصائص النفسية للأفراد مرحلة المراهقة المبكرة من سن ١٢ سنة إلى ١٥ سنة الرغبة في تعلم المهارات الحركية الرياضية و قضاء وقت طويل في الاهتمام بالمظهر و تتفوق البنات عن البنين في هذه الصفة و الرغبة في إتقان العمل وتطور عناصر التبرير و القدرة على إبداء الأسباب. (١ : ٤٨ ، ٤٩)

٣. النمو الاجتماعي

النمو الاجتماعي محصلة عاملين هما الفرد الإنساني ذاته ثم البيئة المحيطة به و ما فيها من مؤثرات اجتماعية و ثقافية (٢٥ : ٣٠٧) ، كما ترتبط التغيرات البيولوجية بالتغيرات الاجتماعية (٧ : ٤٩)، وعند بدء مرحلة المراهقة المبكرة نلاحظ زيادة واضحة متصلة بناحية الوعي الاجتماعي يبدأ الطفل يشعر بحاجة ملحة للانتماء إلى جماعة و خاصة عندما يعترى العلاقة بين الطفل والديه شئ من الضغط و التوتر (٤١ : ١٨٢) ، و لأن المراهق ينتقل من مرحلة الطفولة للنضج فإنه يحاول دائماً الابتعاد عن الأسرة و التحرر من قيودها لذلك يزداد الانتباه إلى الشلة من نفس الجنس و تحتل هذه الشلة مركزاً ممتازاً في اتجاهات المراهق ويدين إليها بالولاء الأول (٣١ : ١٣٠) ، كما أن المراهق يميل في السنوات الأولى من المراهقة إلى مسابرة الجماعة التي ينتمى إليها و تتميز هذه المسابرة بالصدقة التامة و الإخلاص ثم يتدرج في الاندماج إلى الجماعة و مسابرة أفرادها مسابرة عمياء تقل شيئاً فشيئاً ويحل محل هذا الشعور اتجاه آخر يقوم على تأكيد الذات و الرغبة في الاعتراف به كفرد يعمل وسط الجماعة و يرجع ذلك إلى وعيه الاجتماعي و نضجه العقلي و ما يصاحب ذلك من زيادة في خبراته (٤١ : ١٨٤) ، وبعد أن يشعر المراهق بأنه فرد في مجتمع له نشاطه تزداد حساسيته و تظهر ميوله متجهة نحو التوافق مع الجماعة على صورة تعاون و مشاركة و وفاق . (١٥ : ٢٨٥) و تعتبر المنافسة من مظاهر العلاقات الاجتماعية في مرحلة المراهقة و يظهر هذا السلوك التنافسي في الدراسة و الألعاب

الرياضية و بهذا يدعم المراهق ذاته و يثرى مفهوم الذات لديه و ينتهى بالصدائة .

(١٣ : ٣٧٠)

٤. النمو الجسمى

ينتقل الطفل من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الرشد عبر فترة المراهقة و تستغرق هذه الفترة حوالى ٨ سنوات من عمر الإنسان من ١١ سنة إلى ١٨ سنة تقريباً و تشهد فترة المراهقة طفرة فى معدلات النمو لكل من الطول و الوزن من حيث زيادة السرعة . (٨ : ١٣١) و النمو الجسمى فى مرحلة المراهقة المبكرة من ١٢ سنة إلى ١٤ سنة تتسم بالنمو الجسمى السريع و طفرة النمو (٦ : ١١٦) ، حيث تكون طفرة النمو Growth Spurt و ازدياد سرعته لمدة حوالى ٣ سنوات من ١٠ سنوات إلى ١٤ سنة عند الإناث و إلى ٢٠ سنة عند الذكور و تصل أقصى سرعة للنمو الجسمى عند الإناث فى سنة ١٢ سنة و عند الذكور فى سنة ١٤ سنة (١٣ : ٣٥٥) و النمو الجسمى فى مرحلة المراهقة المبكرة يتميز بسرعته الكبيرة الذى يغلب عليها نقص الانتظام أو التناظر فى أجزاء الجسم المختلفة ، فالأنف يبدو كبيراً و الوجه غير متناسق و الجسم لا يتناسب طولاً و عرضاً مما يقلق المراهق بخصوص شكله و يفقده الاتزان الحركى كما أن النمو الجسمى لا يسير فى توازن مع مظاهر النمو الأخرى مثل النمو العقلى و الانفعالى و الاجتماعى (١٣ : ٣٥٧) ، كما توجد بعض المشكلات المرتبطة بعيوب القوام نتيجة لعدم التوازن و التناسق فى نمو بعض أجزاء الجسم و زيادة تراكم الدهون فى مناطق معينة دون الأخرى ، و حيث أن يتأخر النمو العضلى عن النمو العظمى الطولى فيشعر المراهق ببعض الآلام لتوتر العضلات المتصلة بالعظام النامية المتطورة (٦ : ١١٦ ، ١١٧) ، وقد وضعت الباحثة الفروق الفروق فى النمو الجسمى فى مرحلة المراهقة المبكرة بين البنين و البنات فى جدول رقم (١) .

جدول (١)

بوضم الفروق بين البنات و البنين فى النمو الجسمى خلال فترة المراهقة المبكرة

م	وجه المقارنة	بنين	بنات
١.	الطول	١. فى ١٢ سنة ١٤٣,١ سم ٢. فى ١٣ سنة ١٤٨,٢ سم ٣. فى ١٤ سنة ١٥٣,٥ سم ٤. فى ١٥ سنة ١٥٩,١ سم	١. فى ١٢ سنة ١٤٧,١ سم ٢. فى ١٤ سنة ١٥١,٢ سم ٣. فى ١٤ سنة ١٥٤,٦ سم ٤. فى ١٥ سنة ١٥٧,١ سم
٢.	الوزن	١. فى ١٢ سنة ٣٤,١ كجم ٢. فى ١٣ سنة ٣٩,٥ كجم ٣. فى ١٤ سنة ٤٤,١ كجم ٤. فى ١٥ سنة ٤٨,٨ كجم	١. فى ١٢ سنة ٣٩,٥ كجم ٢. فى ١٣ سنة ٤٤,٦ كجم ٣. فى ١٤ سنة ٤٦,٦ كجم ٤. فى ١٥ سنة ٥٠,٥ كجم
٣.	القوة البدنية	زيادة أنسجة العضلات و القوة البدنية	تنمو لديهن أنسجة دهنية بصورة أكبر مما يساعد على استدارة أجسامهن .
٤.	نمو العضلات	١. يزداد النشاط العضلى فى سن ١٥ ٢. تنمو العضلات و القوة العضلية و العظام من سن ١٤ : ١٦ سنة	١. يزداد النشاط العضلى فى سنة ١٦ ٢. يزداد نمو العضلات و القوة العضلية و العظام من سن ١٢ إلى ١٤ سنة .
٥.	النمو العظمى	يبلغ أقصى سرعته ١٣,٥ : ١٢,٥ سنة	تسبق البنات البنين إذا يبلغ أقصى سرعته من ١١ سنة إلى ١٤ سنة
٦.	عرض الكتف و الحوض	الفروق بين البنات و البنين طفيفة فى عرض و اتساع الكتفين لكن هذة الفروق لصالح البنات	ازدياد عرض و اتساع الحوض من الطفولة المتوسطة حتى نهاية المراهقة لدى البنات

١. الطول و الوزن (٢٥ : ، ٢٩٤ ، ٣٢٦)

٢. القوة البدنية (٦ : ١١٧)

٣. نمو العضلات (١٣ : ٣٥٧)

٤. النمو العظمى (٦ : ١١٧)

٥. عرض الكتف و الحوض (٨ : ١٣٤ - ١٣٥)

٥- النمو الحركى

يعرف النمو الحركى كنوع من التغيرات التى تطرأ على السلوك الحركى مع مرور فترة زمنية معينة (٨ : ٣٨)، كما يمكن تعريف النمو الحركى بأنه مجموعة من التغيرات المتتابة التى تسير حسب أسلوب و نظام مترابط متكامل خلال حياة الإنسان. (٦ : ١٤)

النمو الحركى فى مرحلة المراهقة المبكرة يرتبط بالنمو الجسمى و النمو الاجتماعى بشكل واضح و من مظاهره تنمو القدرة و القوة الحركية بصفة عامة و يلاحظ الميل نحو الخمول و الكسل و التراخى (١٣ : ٣٥٩) ، و يكون هذا الميل نحو الخمول و الكسل و التراخى ناتج عن النمو الجسمى السريع و يطلق على هذه الفترة من حياة المراهق (The Awkward age) أى مرحلة غير مريحة (٤١ : ١٧٤) و يزداد نمو القلب و لكن ليس بنسبة متعادلة مع نمو الشرايين فينتج عن عدم التناسق فى نمو أجهزة الجسم بعض علامات التراخى فى النشاط الحركى و ضعف التوافق العضلى العصبى و عدم القدرة على التحكم و السيطرة على الحركات لذا يطلق على هذه المرحلة مرحلة الخمول و الارتباك العضلى . (٣ : ٦٢)

و بالرغم من السابق فيشير " أسامة كامل راتب " إلى أن الفترة العمرية الخاصة بالبلوغ و بداية المراهقة بين ١١ سنة و ١٣ سنة موازية لمرحلة الحركة الرياضية وفقاً لتطور النمو الحركى و الفترة العمرية من ١٢ سنة إلى ١٣ سنة تشهد تغيرات هامة فى نمو المهارة الرياضية و ذلك بسبب زيادة القدرات المعرفية و الوجدانية و تسمى بداية هذه المرحلة بالمهارات الحركية النوعية ، و يتوقع أن تبدأ مرحلة المهارات الحركية التخصصية فى عمر ١٤ سنة و تستمر حتى نهاية مرحلة المراهقة (نهاية التعليم الثانوى) ، (٦ : ١٢٠) و يذكر أيضاً أن أظهرت نتائج بعض الدراسات أن زيادة تحسن سرعة الجرى لدى البنات فى سن ١٤ سنة كما أن الفترة

العمرية من ١٢ سنة إلى ١٥ سنة تشهد بالنسبة للبنات تحسناً مستمراً فى السرعة . (٨ : ٣١٦)

كما يذكر " على فالج الهندواى " أن حركات المراهق تميل إلى التوافق و الانسجام ويزداد نشاطه و يكون هذا النشاط من النوع الذى يرمى إلى تحقيق هدف معين هو ابراز ذاته و يكون الذكور متفوقين عن الإناث فى الأنشطة الرياضية بسبب تفوقهم عليهم فى القوة و التناسق الحركى و كثرة مزاولتهم النشاط الرياضى فى سن مبكرة ، و من أبرز مظاهر النمو الحركى تزايد قدرة المراهق على اكتساب المهارات الحركية التى تحتاج دقة و تأزر حركى كالغزف على الآلات و بعض الألعاب الرياضية المتخصصة و يظهر التطور الحركى فى الألعاب الرياضية السويدية التى يستطيع المراهق ممارستها و حركات الرقص الإيقاعى لدى البنات . (٢٥ : ٣١٤)

الدراسات المرتبطة

توصلت الباحثة إلى عدد (١٣) دراسة مرتبطة بالدراسة الحالية و قامت الباحثة بتقسيمها إلى مجموعتين هما :

١ . مجموعة دراسات مرتبطة بالدافعية مقسم إلى ٧ دراسات عربية ودراستان أجنبية) .

٢ . مجموعة دراسات مرتبطة بالتوافق النفسى و عددها ٤ دراسات .

و قد تم عرض الدراسات حسب سنوات إجرائها من الحديث إلى القديم

أولا الدراسات المرتبطة بالدافعية

١ . دراسة " موسى طلعت إبراهيم " (٢٠٠٤) (٤٥) بعنوان " وجهة الضبط و علاقته بدافعية الإنجاز و توجه المنافسة لدى لاعبي الكاراتية و الملاكمة (دراسة مقارنة) "

وتهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى و جهة الضبط و مستوى دافعية الانجاز و توجه المنافسة لدى لاعبي الكاراتيه و الملاكمة و استخدم المنهج الوصفي و بلغ حجم العينة ١١٦ من لاعبي الدرجة الأولى في الكاراتيه و الملاكمة و استخدم مقياس دافعية الانجاز الرياضي إعداد ليلي زهران و أسامة كامل راتب و منى مختار مرسى ١٩٩٩ و اختبار وجهة الضبط في الرياضة (العزو في الرياضة) إعداد محمد حسن علاوى ١٩٩٨ و مقياس التوجه التنافسي إعداد محمدحسن علاوى ١٩٩٨ و أشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائية بين الضبط الداخلى المرتفع و كل من دافعية الانجاز و توجه المنافسة .

٢. دراسة " محمد إبراهيم محمد " (٢٠٠١) (٢٩) بعنوان " التوجهات دافعية الإنجاز لدى الناشئين في بعض الأنشطة الرياضية " و تهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق بين الناشئين في أبعاد دافعية الإنجاز وفقاً للمستوى الرياضي و سنوات الممارسة و استخدم المنهج الوصفي و بلغ حجم العينة ٤٥٠ ناشئ تتراوح أعمارهم من ١٥ : ١٧ سنة يمثلون أنشطة رياضية مختلفة ، و استخدم اختبار التوجه الرياضي إعداد " جيل Jill " تعريب"محمد حسن علاوى " ١٩٩٣ و مقياس دافعية الإنجاز إعداد ليلي زهران و أسامة كامل راتب و منى مختار " ١٩٩٩ و أشارت أهم النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في أبعاد دافعية الإنجاز بين اللاعبين ذو مستوى رياضى الأفضل و عدم وجود فروق دالة إحصائية في أبعاد دافعية الإنجاز الرياضى بين اللاعبين باختلاف سنوات الممارسة في دافعية الإنجاز ماعدا بعد مستوى الطموح وواقعية الأهداف .

٣. دراسة " محسن حسن مرسى " (٢٠٠٠) (٣٤) بعنوان "تطور دوافع الممارسة للاعبى الكرة الطائرة " و تهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق بين اللاعبين و اللاعبات في تطور الدوافع وفقاً لكل مرحلة عمرية و التعرف على ترتيب الدوافع

لدى اللاعبين و اللاعبين وفقاً لتطورها تبعاً للجنس و قد استخدم المنهج الوصفي و بلغ حجم العينة ١٨٤ لاعب و ١١٤ لاعبة تتراوح أعمارهم من ١٠ : ١٩ سنة وفقاً لتقسيم مراحل السن فى الكرة الطائرة ، و استخدم استمارة استبيان من إعداد الباحث و أشارت أهم النتائج إلى وجود فروق فى دوافع الممارسة للكرة الطائرة و ذلك بين كل مرحلة عمرية و الأخرى .

٤. دراسة " محمد يوسف حجاج " (٢٠٠٠) (٣٣) أجرى دراسة بعنوان " الثقة الرياضية و علاقاتها بالتوجه التنافسى لدى لاعبي المستويات الرياضية العليا فى بعض الأنشطة المختارة " و تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين توجه التنافس و دافعية الانجاز، و الثقة الرياضية وقلق المنافسة و السن و الخبرة و استخدم المنهج الوصفي و بلغ حجم العينة ١٦٤ من لاعبين المنتخبات القومية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية و استخدم اختبار التوجه التنافسى اختبار التوجه الرياضى أعده " مارش Marsh " ١٩٩٤ وهو الصورة المصغرة لاختبار التوجه التنافسى " لجل Gill " ، و أشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة سالبة عكسية بين قلق المنافسة و الفوز لدى لاعبي الألعاب الرقمية كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائية طردية موجبة بين توجه الأداء و توجه النتيجة لدى لاعبي الأنشطة الرقمية .

٥. دراسة " محمود حمدي محمد إبراهيم " (٢٠٠٠) (٣٥) بعنوان " مقارنة التوجه الرياضى لدافعية الإنجاز لدى لاعبي الدرجة الأولى الممتازة و درجة الشباب و علاقتها بمستوى الأداء المهارى فى الكرة الطائرة " و تهدف الدراسة إلى التعرف على هل يوجد فروق بين اللاعبين المتميزين و اللاعبين الشباب فى التوجهات الدافعية الثلاث (توجه التنافس - توجه الفوز - توجه الهدف) ومستوى الأداء المهارى و التعرف على هل يوجد فروق بين المستويات الثلاث (عال -متوسط -

منخفض فى كل مجموعة ، مجموعة الممتازين و مجموعة الشباب فى توجهات الدافعية وفقاً لترتيب المجموعات حسب الأداء المهارى ، و استخدم المنهج الوصفى، وبلغ حجم العينة ١٢٠ لاعب منهم ٧٢ لاعب من لاعبي الدورى الممتاز و ٤٨ لاعب من دورى الشباب بالاتحاد السعودى للكرة الطائرة وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية و قد استخدم اختبار التوجه الرياضى (S.O.Q) "لجيل" ١٩٩٣ وأشارت أهم نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة احصائية بين اللاعبين الممتازين و اللاعبين الشباب فى التوجهات الدافعية الثلاثة ومستوى الأداء المهارى .

٦. دراسة "بثينة محمد فاضل" (١٩٩٩) (١٢) أجرت دراسة عنوان " التعرف على أنماط دافعية الانجاز و علاقاتها بالعزو السببى " و قد استخدمت المنهج الوصفى و كان حجم العينة ٤٥٠ لاعبة يمثلن ناشئات كرة اليد بواقع ١٥٠ لاعبة لكل مرحلة سنوية و قد استخدمت مقياس أنماط دافعية الإنجاز "سكلى و كريمر Scully, Kremer " ١٩٩٤ و قد أشارت أهم النتائج إلى أن ناشئات كرة اليد ترجعن كل عزو الفوز و الأداء الجيد إلى قوة دافعية داخلية و الأداء السيئ إلى قوة دافعية خارجية .

٧. دراسة " منى مختار مرسى " (١٩٩٩) (٤٤) بعنوان " بناء مقياس دافعية لدى الناشئين الرياضيين " و كانت تهدف الدراسة إلى بناء مقياس دافعية الإنجاز لدى الناشئين و استخدامه كأداة للتنبؤ و التشخيص و استخدمت المنهج الوصفى و بلغ حجم العينة ٤٠٠ ناشئ و ناشئة من لاعبين و لاعبات المنتخبات القومية و استخدمت الباحثة مقياس من تصميمها و أشارت أهم النتائج استخلاص ٩ عوامل تمثل مقياس دافعية الإنجاز هى (الرغبة فى التفوق الرياضى ، الثقة بالنفس فى الأداء ، الالتزام نحو الانجاز ، التنافس لكفاية ، التقدير الاجتماعى ، المثابرة فى

الأداء ، الاستقلالية فى اتخاذ القرار ، الواقع الذاتى للإنجاز ، مستوى الطموح و دافعية الإنجاز) .

٨. دراسة "سالجرو و جونزلز Salguero A, Gonzalez (٢٠٠٤) (٥٨) بعنوان "العلاقة بين القدرة الجسدية المدركة و دوافع المشاركة الرياضية لدى السباحين الشباب التنافسيين" وتهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين دوافع المشاركة و القدرة الجسدية المدركة لدى السباحين الشباب الأسباب و قد استخدم المنهج الوصفى و بلغ حجم العينة ٤٢٨ من السباحين بواقع ٢٠٤ سباح و ٢٢٤ سباحة تتراوح أعمارهم من ٨ : ٢٢ سنة و استخدم ميزان القدرة البدنية (P.A.P) استبيان دوافع المشاركة الأسباني PMJ و تشير أهم النتائج إلى وجود اختلافات فى دوافع المشاركة بين السباحين مع مستويات القدرة البدنية المدركة و كانت دوافع المشاركة هى اكتساب الصحة و اللياقة و المرح و الصداقة و المنافسة .

٩. دراسة " سندی كونرادو Cindy Koenraad (٢٠٠٣) (٥١) بعنوان "التوجهات الدافعية للمشاركة الرياضية للشباب باستخدام نظرية تحقيق الهدف و" تهدف الدراسة إلى التعرف على التوجه الدافعى للشباب تجاه المشاركة الرياضية باستخدام نظرية تحقيق الهدف" و نظرية الاتعكاس و النقيض، و قد استخدم المنهج الوصفى و بلغ حجم العينة ١٢٣٥ من الشباب و قد استخدم نظرية تحقيق الهدف "نيكول Nicholls " ١٩٨٩ نظرية النقيض "لأبتر Apter " ١٩٨٩ و كانت أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية بين التوجهات الدافعية و دوافع المشاركة الرياضية .

ثانياً دراسات مرتبطة بالتوافق النفسي

١٠. دراسة " إيناس مصطفى محمد " (٢٠٠١) (١١) بعنوان " تأثير برنامج مقترح باستخدام الألعاب الصغيرة على التوافق النفسي و الاجتماعي لأطفال المؤسسات الاجتماعية الأيتام من ٩ :١٢ سنة " وتهدف الدراسة إلى التعرف على تأثير برنامج من الألعاب الصغيرة على التوافق النفسي للأطفال الأيتام و التوافق الاجتماعي للأطفال الأيتام و استخدمت المنهج التجريبي و بلغ حجم عينة البحث ٥١ فتاة من فتيات مؤسسة رعاية الفتيات الأيتام بالمنصورة ، وقد استخدمت اختبار التوافق النفسي و المقابلات الشخصية و بعض الألعاب الصغيرة ، وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي و البعدى فى التوافق النفسي و التوافق الاجتماعي لصالح القياس البعدى و أن الألعاب الصغيرة لعل تأثير إيجابى على التوافق النفسي و الاجتماعي لدى الفتيات .

١١. دراسة "عبير إبراهيم السيد " (١٩٩٩) (٢٤) بعنوان "مقارنة التوافق النفسي و التوافق الحركى بين تلاميذ الاعدادى العام و الإعدادى الرياضى " و تهدف الدراسة إلى مقارنة بين تلميذات الاعدادى العام و الإعدادى الرياضى فى التوافق النفسي و التوافق الحركى و استخدمت المنهج الوصفى و بلغ حجم العينة ١٢٩ تلميذة من الإعدادى العام و الإعدادى الرياضى مقسمة إلى ٧٠ تلميذة من الإعدادى العام و ٥٩ تلميذة من الإعدادى الرياضى و قد استخدمت مقياس التوافق النفسي لتلميذات المرحلة الإعدادية من تصميم الباحثة و استمارة تحديد المستوى الاجتماعي و المستوى الأقتصادي لعبد العزيز الشخص و اختبار الذكاء المصور و أشارت أهم النتائج إلى أن التوافق النفسي و التوافق الحركى لدى تلميذات مدارس الإعدادى الرياضى أفضل من التوافق النفسي و التوافق الحركى لدى تلميذات الإعدادى العام .

١٢ . دراسة " أحمد مصطفى عز الدين " (١٩٩٨) (٥) بعنوان " التوافق النفسى لدى لاعبي رياضة الجودو و علاقته بمستوى الإنجاز الرقى " وتهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين أبعاد التوافق النفسى لمجموعات الأوزان الثلاثة (خفيف - متوسط - ثقيل) و دراسة الفروق بين مجموعات البحث بالنسبة للتوافق الشخصى و التوافق الاجتماعى و التوافق الرياضى و ، واستخدم المنهج الوصفى و كانت عينة الدراسة من لاعبي الدرجة الأولى رجال من بطولة الجمهورية ١٩٩٦ و بلغ حجمها ٩٦ لاعب و استخدم اختبار التوافق النفسى للرياضيين إعداد محمود حمدى عبد الكريم و نتائج المباريات فى قياس مستوى الأداء و أشارت أهم النتائج إلى وجود ارتباط موجب بين أبعاد التوافق النفسى و مستوى الإنجاز لدى لاعبي الجودو كما توجد علاقة ارتباطية دالة إيجابية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين كل من التوافق الشخصى و التوافق الاجتماعى و التوافق الرياضى و بين اللاعبين الفائزين و المهزومين فى رياضة الجودو.

١٣ . دراسة " أحمد عبد الحكيم موسى " (١٩٩٥) (٤) بعنوان " التوافق النفسى وعلاقته بالمستوى الرقى لسباحى المنافسات " و تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التوافق النفسى لسباحى المنافسات و مستواهم الرقى ، و استخدم المنهج الوصفى و بلغ حجم عينة الدراسة ٥٨ سباحاً من سباحى المنافسات المشتركين فى بطولة الجمهورية العموم ١٩٩٤ / ١٩٩٥ ، و استخدم اختبار التوافق النفسى من تصميم الباحث و أشارت أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التوافق النفسى و المستوى الرقى لسباحى المنافسات .

• الاستفادة من الدراسات السابقة

من خلال الاستعراض النظرى للدراسات السابقة استخلصت الباحثة ما يلى :

١. التعرف على المقاييس المستخدمة و معرفة الأبعاد التى تقيسها و التى من خلالها أمكن للباحثة اختيار المقاييس المناسبة لموضوع البحث .
٢. أجريت معظم الدراسات خلال الفترة الزمنية من عام ١٩٩٥ إلى عام ٢٠٠٤ م .
٣. المعالجات الإحصائية المستخدمة فى هذه الدراسات .
٤. كل الدراسات استخدمت المنهج الوصفى بالأسلوب المسحى ماعدا دراسة " إيناس مصطفى " استخدمت المنهج التجريبي .
٥. المرحلة العمرية التى أجريت عليها الدراسات .
٦. المراجع العلمية التى يمكن الرجوع إليها .

جدول (٢)

توضيح الدراسات المرتبطة

م	اسم الباحث	عنوان البحث	السنة	المهوف	الوصف	السنة	أهم النتائج
١	موسى طلعت إبراهيم	وجهة الضبط وعلاقته بدافعية الإنجاز و توجه التنافس للاعبين الكاراتيه و الملاكمة	٢٠٠٤	١- التعرف على مستوى وجهة الضبط ومستوى دافعية الإنجاز و توجه المنافسة لدى لاعبي الكاراتيه . ٢- المقارنة بين لاعبي الكاراتيه تخصص كويتيه و الملاكمة في كل من متغيرات وجهة الضبط و دافعية الإنجاز و توجه المنافسة	١١٢ لاعب من لاعبي الكاراتيه تخصص كويتيه و الملاكمة لمستوى الدرجة الأولى و تم اختيار العينة بالطريقة المعدية من المركز الأول إلى المركز الرابع تبعاً للحافز الرياضي للإحاديين الصريين للكاراتيه و الملاكمة.	١- مقياس دافعية الإنجاز اعداد ليلى زهران و اسامة كامل راتب و منى مختار موسى ١٩٩٩ . ٢- اختبار وجه الضبط في الرياضة (العزى في الرياضة). اعداد محمد حسن علاوى ١٩٩٨ ٣- مقياس التوجه التنافسي اعداد محمد حسن علاوى ١٩٩٨ و اللاكمة في متغيرات البحث	توجد علاقة دالة احصائية بين الضبط الداخلي المرتفع وكل من دافعية الإنجاز و توجه المنافسة . ٢- توجد فروق دالة احصائية بين لاعبي الكاراتيه تخصص كويتيه و اللاكمة في متغيرات البحث
٢	محمد إبراهيم محمد	توجهات دافعية الإنجاز لدى الناشئين في بعض الأنشطة الرياضية	٢٠٠١	التعرف على الفروق بين الناشئين في أبعاد دافعية الإنجاز و فقا للمستوى الرياضي و سنوات الممارسة .	الوصفي	٤٥٠ اشتملت العينة على ٤٥٠ ناشئ تتراوح أعمارهم من ١٥ : ١٧ سنة مطلقين أنشطة رياضية مختلفة	وجود فروق دالة احصائية في أبعاد دافعية الإنجاز بين اللاعبين ذو مستوى رياضي الأفضل والأقل لصالح الأفضل

نتائج جدول (٢)

بموقع: الدراسات المرتبطة:

م	اسم الباحث	عنوان البحث	السنة	الهدف	المنهج	البيئية	الأدوات المستخدمة	أهم النتائج
٣	محمد حسن موسى	تطور دوافع الممارسة للاعبي الكرة الطائرة مرحلة	٢٠٠٠	التعرف على - الفروق بين اللاعبين و الالعبات و الالعبات في تطور الدوافع وفقاً لكل مرحلة عمرية . ترتيب الدوافع لدى اللاعبين و الالعبات وفقاً لتطورها تبعاً للجنس	الوصفي	١٨٤ لاعب و ١١٤ لاعبة في مراحل سنبة مختلفة حسب تقسيم الكرة الطائرة تتراوح أعمارهم من ١٠ : ١٩ سنة	استمارة استبيان من إعداد الباحث	١- وجود فروق في دوافع الممارسة للاعبي الكرة الطائرة و ذلك بين كل مرحلة عمرية . ٢- وجود فروق بين اللاعبين و الالعبات وفقاً لتطورها تبعاً للجنس.
٤	محمد يوسف حجاج	الثقة الرياضية و علاقتها بالتوجه التنافسي لدى لاعبي المستويات الرياضية العليا في بعض الأنشطة الرياضية المختارة	٢٠٠٠	التعرف على العلاقة بين التوجه التنافسي (دافعية الإنجاز) و الثقة الرياضية و قلق المنافسة و السن والخبرة	الوصفي	١٦٤ لاعب من التكتيات التورية	اختبار التوجه الرياضي Marsh أعدده مارس ١٩٩٤ وهو الموزة المصغرة لاختبار التوجه التنافسي Gill لجنس	١- وجود علاقة طردية سالبة دالة إحصائية عكسية بين قلق المنافسة والفرز للاعبي الأنشطة الراقية . ٢- وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائية بين توجه الأداء و توجه النتيجة لدى لاعبي الأنشطة الراقية

تأيم جدول (٢)

يوقع: الأبحاث الموثقة

٢	اسم الباحث	عنوان البحث	السنة	الهدف	النتيج	العينة	الأدوات المستخدمة	أهم النتائج
٥	محمد حمدي إبراهيم	مقارنة التوجه الرياضي للافقية الانجاز لدى لاعبي الدرجة الأولى الممتازة ودرجة الشباب بمستوى الأداء النهاري في الكرة الطائرة	٢٠٠٠	١- التعرف على هل يوجد فروق بين اللاعبين الممتازين و اللاعبين الشباب في توجهات اللافقية الثلاثة (التنافس - النور - الهدف) ومستوى الأداء النهاري ٢- هل توجد علاقة دالة احصائية بين التوجهات اللافقية الثلاثة وبينها وبين مستوى الأداء النهاري في الكرة الطائرة في كل مجموعة على حدة (مجموعة الممتازين مجموعة الشباب ٣- هل توجد فروق دالة بين المستويات (عالي - متوسط - منخفض في كل مجموعة على حدة مجموعة الممتازين مجموعة الشباب في التوجهات اللافقية و مستوى الأداء النهاري في الكرة الطائرة	الوصفي	(٧٢) لاعب من اللاعبين المتكئين في النور الممتاز و (٤٨٠) لاعب من لاعبي دوري الشباب في الكرة الطائرة في نوادي المملكة المرتبعة السعودية في الرسم الرياضي (١٤٢٠)	استخبار التوجه الرياضي لقياس ثلاث أبعاد لتوجه اللافقية الرياضية و هي توجه النور توجه الهدف توجه التنافس	١- توجد فروق دالة إحصائية بين اللاعبين الممتازين و اللاعبين الشباب في توجهات اللافقية الثلاث (التنافس -النور - الهدف) ومستوى الأداء النهاري ٢- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين توجهات اللافقية الثلاثة و بينها و بين مستوى الأداء النهاري و اللاعبين الممتازين .

تاييم جدول (٢)

توضيح: الدراسات الموثقة

أهم النتائج	الأدوات المستخدمة	العيبة	النتيج	الهدف	السنة	عنوان البحث	اسم الباحث
أشارت أهم النتائج أن نتائج كرة اليد ترجح عزم الفوز و الأداء الجيد إلى قوة دافعية داخلية و البريعة و الأداء السليم إلى قوة دافعية خارجية .	مقياس أنماط دافعية الإبحاز	٤٥٠ لاعبة يمثلن ناشئات كرة اليد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية بواقع ١٥٠ لاعبة لكل مرحلة متبينة .	الوصفي	العزوف على أنماط دافعية الإبحاز و علاقتها بالعمزو الرياضي	١٩٩٩	العزوف الرياضي و علاقتها بأنماط دافعية الإبحاز لناشئات كرة اليد	اسم الباحث بشيمة محمد فاضل
استخلاص ٩ عوامل تمثل مقياس دافعية الإبحاز منها الرغبة في التفوز الرياضي و الواقع الذاتي للإبحاز و التنافس كغالبية	مقياس من تصميم الباحثة	٤٠٠ ناشئة و ناشئة من لاعبات التنشئات القومية	الوصفي	بناء مقياس دافعية لدى الناشئين الرياضيين	١٩٩٩	بناء مقياس دافعية الإبحاز لدى الناشئين الرياضيين دراسة تحليلية مقارنة .	اسم الباحث منى مختار الرسي
وجود اختلافات في الودافع بالنسبة للمشاركة بين الساجحين مع مستويات العزوف البدنية المدركة . دوافع المشاركة في الصحة . النايقة . الحج . الصحافة . النافقة . الهارة	میزان العزوف المدبنة Pa P و استبيان دوافع المشاركة الأساسي P.M.I	٤٢٨ من الساجحين بواقع ٢٠٤ ساحة و ٢٢٤ ساحة تتراوح أعمارهم من ١٨ إلى ٢٢ سنة	الوصفي	دراسة العلاقة بين دوافع المشاركة و العزوف الجسدبنة المدركة لدى الساجحين الأساس النشاب	٢٠٠٤	العلاقة بين العزوف الجسدبنة المدركة و دوافع المشاركة الرياضية لدى الساجحين النشاب التناقصيين	اسم الباحث SalgueroA, Gonzalez سالحرو جوزيلز
وجود علاقة ارتباطية بين الودجعات الدافعية و دوافع المشاركة الرياضية	١٢٢٥ من النشاب	نظرية تحقيق الهدف نيكول Nicholls (١٩٨٩) (AGT) نظرية التقيض أبتز نظرية الالتمكاس و التقيض. ١٩٨٩(AT) Apter	الوصفي	العزوف على التوجه الافاعي للنشاب تجاه المشاركة الرياضية باستخدام تحقيق الهدف و نظرية الالتمكاس و التقيض.	٢٠٠٣	توجهات الدافعية في المشاركة الرياضية للنشاب باستخدام نظرية تحقيق الهدف و نظرية الالتمكاس و التقيض	اسم الباحث Cindy H. P, Koenreaad سندى كوزراد

تابع جدول (٢)
يوغيم: المراسلات المرتبطة

م	اسم الباحث	عنوان البحث	السنة	الهدف	المنهج	البيئة	الأدوات المستخدمة	أهم النتائج
١٠	إيياس ممطى محمد	تأثير برنامج مقترح باستخدام الألعاب الصغرى على التوافق النفسى الاجتماعى لأطفال الأوسسات الاجتماعية الأيتام من ٩ : ١٢ سنة	٢٠١١	التعرف على تأثير برنامج من الألعاب الصغرى على التوافق النفسى للأطفال الأيتام و التوافق الاجتماعى للأطفال الأيتام	التجريبى	٥١ فتاة من فتيات مؤسسة رعاية مؤسسات الأيتام بالمحـــــورة تم اختيارهم بالطريقة الممعدية	القياس الشخصية – برنامج مقترح من الألعاب الصغرى – اختبار التوافق النفسى	١- وجود فروق ذاتية إحصائية بين القياس القبلى و البعدى فى التوافق النفسى و التوافق الاجتماعى لصالح القياس البعدى ٢- أن الألعاب الصغرى لهل تأثير إيجابى على التوافق النفسى و الاجتماعى لدى الفتيات
١١	عبير إبراهيم محمد	مقارنة التوافق النفسى و التوافق الحركى بين تلاميذ الإعدادى المسام و الإعدادى الرياضى	١٩٩٩	مقارنة بين تلميذات الإعدادى الرياضى و الإعدادى المسام فى التوافق النفسى و التوافق الحركى	الوصفى	١٢٩ تلميذة من الإعدادى المسام و الرياضى مقسمة من ٧٠ تلميذة من الإعدادى المسام و ٥٩ تلميذة من الإعدادى الرياضى	١-مقياس التوافق النفسى لتلميذات المرحلة الإعدادية من التوافق النفسى لدى تلميذات المسام العامة. ٢- التوافق الحركى للتلميذات المدارس الرياضية أفضل من التوافق الحركى لدى تلميذات المدارس الحركى لدى تلميذات المسام العامة.	

تاييم جدول (٣)
بموضع: الدراسات المرتبطة

م	اسم الباحث	عنوان البحث	السنة	الهدف	المنهج	السنة	الأدوات المستخدمة	أهم النتائج
١٢ .	أحمد مصطفى عز الدين	التوافق النفسي لدى لاعبي رياضة الجودو وعلاقته بمستوى الإنجاز الرقي	١٩٩٨	١- التعرف على العلاقة بين أبعاد التوافق النفسي و مستوى الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الجودو . ٢- التعرف على العلاقة بين أبعاد التوافق النفسي لمجموعات الأوزان الثلاثة (خفيف -متوسط - ثقيل) . ٣- دراسة العروق بين المجموعات بالنسبة للتوافق الشخصي و التوافق الاجتماعي و التوافق الرياضي و التوافق النفسي العام	الوصفي	١٩٩٦ قوامها ٩٢ لاعب .	١- اختبار التوافق النفسي للرياضيين إبعاد / محمود حمدي عبد الكريم . ٢- تتأخر مباريات في قياس مستوى الأداء بواسطة استمارة تسجيل النتائج .	١- يوجد ارتباط موجب دال بين أبعاد التوافق النفسي و مستوى الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الجودو . ٢- توجد علاقات ارتباطية موجبة دالة احصائية بين كل من التوافق الشخصي و التوافق الاجتماعي و التوافق الرياضي و التوافق النفسي العام و بينهما وبين اللاعبين الفئتين و المهوريين في رياضة الجودو . ٣- يوجد ارتباط دال موجب احصائياً بين أبعاد التوافق النفسي لمجموعات الأوزان الثلاثة (خفيفة .

تأريخ جدول (٢)

يوضح الدراسات المرتبطة:

م	اسم الباحث	عنوان البحث	السنة	المرف	النتج	المدينة	الأدوات المستخدمة	أهم النتائج
١٣	أحمد عبد الحكيم موسى	التوافق النفسي و علاقته بالمتوى الرقى لسببى المنافسات	١٩٩٥	١- التعرف على إذا كانت هناك العلاقة بين التوافق النفسى لسببى المنافسات ومستوى الرقى ٢- هل تختلف نسبة مساهمة كل بعد من أبعاد التوافق النفسى لسببى المنافسات ومستواهم الرقى	الرقى	٥٨ سبباً من السببى التستركين فى بطولة الجمهورية لرجلة المعموم ١٩٩٥ / ١٩٩٤	اختبار التوافق النفسى لسببى المنافسات من تصميم الباحث	وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين التوافق النفسى و المستوى الرقى لسببى المنافسات .

إجراءات البحث

١- منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي و ذلك لملاءمته لطبيعة

الدراسة :

٢- مجتمع البحث

الأفراد المشتركين فى استاد المنصورة من البنات و البنين فى المرحلة العمرية من ١٢ إلى ١٥ سنة و بلغ إجمالى حجم مجتمع البحث (٣٠٠) بنت و ولد مقسمة إلى (١٥٠) من الممارسين للنشاط الرياضى و (١٥٠) من غير الممارسين للنشاط الرياضى ، و قد تم اختيار عينة الممارسين بالطريقة العمدية من خلال فرق الألعاب الجماعية و الفردية باستاذ المنصورة ، و تم اختيار عينة غير الممارسين بالطريقة العمدية من المشتركين المترددين على النادى الاجتماعى باستاذ المنصورة ، و قامت الباحثة باستبعاد عدد (٢٠) فرد من مجتمع البحث لعدم توافر الشروط التى حددها الباحثة فى اختيار عينة البحث .

٣- عينة البحث

اجمالى حجم عينة البحث (٢٨٠) بنين وبنات وتم توزيعها كالتالى:

- (٥٠) بنت ، (٥٠) ولد ممارسين للنشاط الرياضى من فرق الألعاب الجماعية و الفردية .
- (٥٠) بنت ، (٥٠) ولد غير ممارسين للنشاط الرياضى .
- (٨٠) بنت و ولد من الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضى كعينة استطلاعية بواقع (٢٠) من كل مجموعة و جدول رقم (٣) يوضح تصنيف عينة البحث و العينة الاستطلاعية .

جدول (٣)
يوضح تصنيف عينة البحث وعدادها
والعينة الاستطلاعية

ن = ٢٨٠

م	اللعبة	ممارسين		غير ممارسين		العينة الاستطلاعية	
		بنات	بنين	بنات	بنين	ممارسين	غير ممارسين
١.	سباحة	٦	١٣			٦	
٢.	كاراتية	١٣	٧			٦	
٣.	تايكونديو	٢	٣			٦	
٤.	كرة سلة	١٥	١٤			١٠	
٥.	كرة طائرة	١٤	-			٦	
٦.	كرة قدم	-	١٣			٦	
	الإجمالي	٥٠	٥٠	٥٠	٥٠	٤٠	٤٠

يوضح جدول (٣) تصنيف عينة البحث من الممارسين و الأنشطة التي يمارسونها و غير الممارسين و العينة الاستطلاعية .

الشروط التي راعتها الباحثة في اختيار عينة البحث :

١. من البنات و البنين المترددين على استاد المنصورة المشاركين في الأنشطة و غير المشاركين .
٢. من التلاميذ و التلميذات المقيدات بإحدى مدارس المنصورة بالحلقة الثانية من التعليم الأساسي .
٣. استبعاد من يقل سنهم عن (١٢) سنة و من يزيد سنهم عن (١٥) سنة .

٤- اعتدالية توزيع عينات البحث الأساسية:

بعد أن تم التأكد من صلاحية أدوات القياس المستخدمة تم إيجاد المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الالتواء للتأكد من اعتدالية توزيع عينات البحث توزيعاً اعتدالياً طبيعياً و الجداول الآتية توضح ذلك :

جدول (٤)

المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و معامل الالتواء

لمجموعة الممارسات بنات

ن = ٥٠

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	توجه التنافس	٥٨,٩٤	٤,٤٦	٥٩,٠٠	٠,٠٤٠-
	توجه الفوز	٢٦,٦٠	٣,١٣	٢٧,٥٠	٠,٨٦٢-
	توجه الهدف	٢٦,٩٤	٢,٦٩	٢٧,٠٠	٠,٠٦٦-
٢	مقياس التوافق النفسي	٩٧,٨٨	٩,٥٦	٩٨,٥٠	٠,١٩٤-

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الالتواء لأبعاد المقياسين تنحصر ما بين (± 3) أي أن عينة البحث (ممارسات بنات) عينة معتدلة اعتدالاً طبيعياً .

جدول (٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

لمجموعة الممارسين بنين

ن = ٥٠

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	توجه التنافس	٦٠,٢٨	٥,٢٣	٦٠,٠٠	٠,١٦٠
	توجه الفوز	٢٦,١٢	٣,٠٠	٢٦,٠٠	٠,١٢٠
	توجه الهدف	٢٧,١٢	٢,٩٠	٢٨,٠٠	٠,٩١٠-
٢	مقياس التوافق النفسي	٩٩,٨٨	٨,١٢	١٠١,٠٠	٠,٤١٣-

يتضح من جدول (٥) أن معاملات الالتواء لأبعاد المقياسين تنحصر ما بين

($3 \pm$) أي أن عينة البحث (ممارسين بنين) عينة معتدلة اعتدالاً طبيعياً .

جدول (٦)

المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و الوسيط و معامل الالتواء

لمجموعة غير الممارسات بنات

ن = ٥٠

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١.	توجه التنافس	٤٨,٢٦	٧,٨٠	٤٩,٠٠	٠,٢٨٤-
	توجه الفوز	٢٣,١٠	٤,٠٧	٢٣,٠٠	٠,٠٧٣
	توجه الهدف	٢٢,٧٦	٤,٠٤	٢٣,٠٠	٠,١٧٨-
٢.	مقياس التوافق النفسي	٨٧,٣٢	٩,٩١	٨٦,٠٠	٠,٣٩٩

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الالتواء لأبعاد المقياسين تنحصر ما بين

($3 \pm$) أي أن عينة البحث (ممارسات بنات) عينة معتدلة اعتدالاً طبيعياً .

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء

لمجموعة غير الممارسين بنين

ن = ٥٠

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١.	توجه التنافس	٥٤,٠٢	٧,٧٥	٥٦,٠٠	٠,٧٦٦-
	توجه الفوز	٢٣,١٦	٤,٨٢	٢٤,٠٠	٠,٥٢٢-
	توجه الهدف	٢٤,٨٢	٤,٥٦	٢٥,٥٠	٠,٤٤٧-
٢.	مقياس التوافق النفسي	٩٣,١٢	١٠,٢٥	٩٣,٥٠	٠,١١١-

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الالتواء لأبعاد المقياسين تنحصر ما بين

($3 \pm$) أي أن عينة البحث (ممارسات بنات) عينة معتدلة اعتدالاً طبيعياً.

٥ - وسائل جمع البيانات :-

أولاً مقياس التوجه الرياضي

استخدمت الباحثة مقياس التوجه الرياضي مرفق رقم (١) (Sport) (S O Q)

(Orientation Questionnaire) تصميم ديانا جيل Gill (١٩٩٣) تعريب

" محمد حسن علاوى " مرفق رقم (١) و الذى يهدف إلى قياس بعض جوانب توجه الدافعية الرياضية (Sport Motivation Orientation) و يتكون المقياس من (٢٥) عبارة تقيس ثلاثة أبعاد لتوجه الدافعية الرياضية و هى :

أ. توجه التنافسية :

الرغبة فى التنافس و السعى للنجاح فى المنافسة و له (١٣) عبارة .

ب. توجه الفوز

التركيز على مقارنة مستوى اللاعب مع المنافسين الآخرين و له (٦) عبارات

ج. توجه الهدف

التركيز على مستوى الأداء الشخصى للاعب الرياضى و له (٦) عبارات.

يقوم اللاعب بالإجابة على عبارات المقياس طبقاً لدرجة شعوره و المقياس متدرج من (١) إلى (٥) ، (بدرجة كبيرة جداً - بدرجة كبيرة - بدرجة متوسطة - بدرجة قليلة - بدرجة قليلة جداً) و لا يوجد درجة كلية للمقياس ، حيث يتم جمع كل بعد من الأبعاد الثلاثة على حدة .

بعد توجه التنافس	(٦٥) درجة
بعد توجه الفوز	(٣٠) درجة
بعد توجه الهدف	(٣٠) درجة

تم إيجاد صدق درجات الاستخبار باستخدام الصدق التلازمى مع درجات أبعاد استخبار توجه العمل والعائلة (WFOQ) و الصدق المرتبط بالمحك عن طريق مقارنة درجات الطلاب الذين يمارسون النشاط الرياضى التنافسى و الطلاب الذين لا يمارسون النشاط الرياضى التنافسى و التى أسفرت عن فروق جوهرية لصالح المجموعة الأولى .

كما قامت " ديانا جيل " بإيجاد ثبات المقياس عن طريق (معامل ألفا) و الذى بلغ (٠,٩٤) لبعء التنافس ، (٠,٨٦) لبعء الفوز ، (٠,٨١) لبعء الهدف و إعادة تطبيق الاختبار و التى أسفرت نتائجه عن (٠,٨٩) لبعء التنافسية ، (٠,٨٢) لبعء الهدف ، (٠,٧٣) لبعء الفوز، كما بلغ معامل الارتباط الداخلى بين العبارات كل بعد و الدرجة الكلية للبعء عن النتائج التالية : (٠,٩٤) لبعء التنافس ، (٠,٩٠) لبعء الفوز ، (٠,٨٤) لبعء الهدف

٦- الدراسة الاستطلاعية و تتضمن الأتى :

المعاملات العلمية للمقياس فى البحث الحالى

أ- صدق المقاييس

قامت الباحثة بإيجاد الصدق بطريقة صدق التمايز ، وذلك بمقارنة درجات الممارسين للنشاط الرياضى بدرجات غير الممارسين للنشاط الرياضى للعينة الاستطلاعية ثم إيجاد الفروق بينهما باستخدام اختبار (ت) لدلالات الفروق و جدول رقم (٤) يوضح ذلك :

جدول (٨)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت)

لأبعاد التوجه الرياضى لكل من مجموعة الممارسين

و مجموعة غير الممارسين

$$n_1 = n_2 = 40$$

م	الأبعاد	ممارسين		غير ممارسين		فرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
		س	ع	س	ع		
١	توجه التنافس	٦٠,٤٧	٣,٩٦	٤٩,٢٠	٨,٢٠	١١,٢٧	*٨,٣٣
٢	توجه الفوز	٢٦,٣٢	٣,١٠	٢٢,١٠	٣,٩٢	٤,٢٢	*٥,٦٣
٣	توجه الهدف	٢٧,١٢	٢,٦٣	٢٢,٨٠	٤,٠٢٦	٤,٣٢	*٥,٨٢

قيمة (ت) عند مستوى دلالة ٠,٠٥ = ٢,٠٢

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مجموعة الممارسين مما يشير إلى قدرة المقياس على التمايز بين الممارسين و غير الممارسين مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله .

ب- ثبات المقياس

استخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبار لحساب معامل الثبات و ذلك بإعادة تطبيق المقياسين على نفس عينة الدراسة الاستطلاعية ، و كان التطبيق الأول يوم ١٥ / ٢ / ٢٠٠٦ بفاصل زمني قدره أسبوع من التطبيق الثاني الذي كان يوم ٢٢ / ٢ / ٢٠٠٦ تحت نفس الظروف التي تم بها التطبيق الأول و جدول رقم (٥) يوضح معاملات الثبات لأبعاد المقياس .

جدول (٩)

المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لكل من التطبيق الأول و التطبيق الثاني و معامل الارتباط لأبعاد التوجه الرياضي

لعينة الدراسة الاستطلاعية

م	الأبعاد	التطبيق الأول ن = ٤٠		التطبيق الثاني ن = ٤٠		معامل الارتباط
		ع	س	ع	س	
١.	توجه التنافس	٤٩,٢٠	٨,٢٠	٥٠,١٠	٧,٣٧	*٠,٩٧٠
٢.	توجه الفوز	٢٢,١٠٠	٣,٩٢	٢٢,٧٥	٣,٥٦	*٠,٩٨٢
٣.	توجه الهدف	٢٢,٨٠	٤,٠٢	٢٢,٩٢	٣,٧٩	*٠,٨٨٤

قيمة (ر) عند مستوى دلالة ٠,٠٥ = ٠,٣٢٥

يتضح من جدول (٩) حصول أبعاد اختبار التوجه الرياضي على معاملات ارتباط عالية مما يشير إلى حصول المقياس على معاملات ثبات عالية

ثانياً مقياس التوافق النفسى

استخدمت الباحثة مقياس التوافق النفسى للمرحلة الإعدادية تصميم "عبير إبراهيم السيد" (١٩٩٩) مرفق رقم (٢) و يهدف إلى قياس التوافق النفسى للمرحلة الإعدادية و يتكون المقياس من (٤٠) عبارة تقيس (٥) أبعاد ، لكل بعد (٨) عبارات، تتنوع ما بين عبارات إيجابية و عبارات سلبية و أبعاد المقياس هى :

١. بعد اجتماعى له (٤) عبارات إيجابية و (٤) عبارات سلبية .
٢. بعد دراسى له (٤) عبارات إيجابية و (٤) عبارات سلبية .
٣. بعد صحى له (٦) عبارات إيجابية و (٢) عبارة سلبية .
٤. بعد أسرى له (٢) عبارة إيجابية و (٦) عبارات سلبية .
٥. بعد انفعالى له (١) عبارة إيجابية و (٧) عبارات سلبية .

و يوجد درجة كلية للمقياس ، ومجموعها (١٢٠) درجة

قامت "عبير إبراهيم السيد" بإيجاد صدق المقياس عن طريق صدق الاتساق الداخلى لعبارات المقياس و لأبعاد المقياس و الذى بلغ (٠,٨٨) و كذلك تم إيجاد الصدق العاملى عن طريق التحليل العاملى للمقياس و الذى بلغ (٠,٩٠) ش كما قامت "عبير إبراهيم السيد" بإيجاد ثبات المقياس وذلك عن طريق :

- معامل ألفا كرونباخ
- التجزئة النصفية (طريقة سيبرمان بروان ، طريقة جتمان)

المعاملات العلمية للمقياس فى البحث الحالى

أ- صدق المقياس

قامت الباحثة بإيجاد الصدق بطريقة صدق التمايز و ذلك بمقارنة درجات الممارسين للنشاط الرياضى بدرجات غير الممارسين للنشاط الرياضى للعينة الاستطلاعية و تم إيجاد الفروق بينهما باستخدام اختبار (ت) و جدول رقم (٦) يوضح ذلك .

جدول (١٠)

المتوسط الحسابى و الانحراف المعياري و قيمة (ت)

لكل من مجموعة الممارسين و مجموعة غير الممارسين

فى التوافق النفسى

$$n_1 = n_2 = 40$$

القياس	ممارسين		غير ممارسين		فرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
	n = 40		n = 40			
	ع	س	ع	س		
التوافق النفسى	٩٠,٧٠	١٠١,١٧	٧٠,٩٠	٨٧,٤٢	١٣,٧٥	* ٦,٦١

$$\text{قيمة (ت) عند } 0,05 = 2,02$$

يتضح من جدول (١٠) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مجموعة الممارسين مما يشير إلى قدرة المقياس على التمايز بين الممارسين و غير الممارسين مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله .

ب- ثبات المقياس

استخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبار لحساب معامل الثبات و ذلك بإعادة تطبيق المقياسين على نفس عينة الدراسة الاستطلاعية ، و كان التطبيق الثانى يوم ٢٠٠٦/٢/٢٢ بفاصل زمنى قدره أسبوع من التطبيق الأول الذى كان يومى ٢٠٠٦/٢/١٥ و تحت نفس الظروف التى تم بها التطبيق الأول و جدول رقم (٧) يوضح معامل ثبات المقياس .

جدول (١١)

المتوسط الحسابى و الانحراف المعياري لكل من التطبيق الأول و التطبيق الثانى
و معامل الارتباط لمقياس التوافق النفسى
لعينة الدراسة الاستطلاعية

ن = ٨٠

معامل الارتباط	التطبيق الثانى		التطبيق الأول		المقياس
	ع	س	ع	س	
*٠,٧٦٣	٧,٩٠	٨٧,٤٢	٧,٩٣	٨٧,٢٢	التوافق النفسى

قيمة (ر) عند مستوى دلالة ٠,٠٥ = ٠,٣٢٥

يتضح من جدول (١١) حصول مقياس التوافق النفسى على معاملات ارتباط عالية مما يشير إلى حصول المقياس على معاملات ثبات عالية

الدراسة الأساسية :

بعد التأكد من صلاحية المقاييس و حصولها على معاملات علمية عالية على مجتمع العينة الاستطلاعية قامت الباحثة بتطبيق المقاييس على عينة البحث الأساسية و عددها (٢٠٠) بنت و ولد من استاد المنصورة يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٠٦/٢/٢٨ إلى يوم الجمعة الموافق ٢٠٠٦/٣/٣ .

المعالجات الإحصائية

قامت الباحثة باستخدام المعالجات الإحصائية التالية :

- ١ . المتوسط الحسابى
- ٢ . الانحراف المعياري
- ٣ . معامل الالتواء
- ٤ . معامل ارتباط بيرسون
- ٥ . تحليل التباين
- ٦ . اختبار أقل فرق معنوى L .S .D
- ٧ . اختبار (ت) لدلالات الفروق

أولاً عرض النتائج

بعد تصحيح أدواتي البحث وفق مفتاح تصحيح كل منهما قامت الباحثة بتفريغ البيانات في كشوف خاصة بذلك وفقاً لكل مجموعة من مجموعات عينة البحث ثم بعد ذلك تم إجراء المعالجات الإحصائية لهذه البيانات على برنامج الحزمة الإحصائية " SPSS " و فيما يلي عرض النتائج التي توصلت إليها الباحثة .

جدول (١٢)

تحليل التباين لأبعاد التوجه الرياضى و التوافق النفسى

لأفراد عينة البحث

ن = ٢٠٠

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدالة
توجه التنافس	بين المجموعات	٤٤٦١,٣٧٥	٣	١٤٨٧,١٢٥	٣٥,٣٣٣	دالة
	داخل مجموعات	٨٢٤٩,٥٠٠	١٩٦	٤٢,٠٨٩		
	المجموع	١٢٧١٠,٨٥	١٩٩			
توجه الفوز	بين المجموعات	٥٢٧,٤٩٥	٣	١٧٥,٨٣٢	١١,٩٥٦	دالة
	داخل مجموعات	٨٢٤٩,٥٠٠	١٩٦	١٤,٧٠٧		
	المجموع	٣٤٠٩,٩٩٥	١٩٩			
توجه الهدف	بين المجموعات	٦٣١,٧٨٠	٣	٢١٠,٥٩٣	١٥,٢٩١	دالة
	داخل مجموعات	٢٥٩٢,٦٠٠	١٩٦	١٣,٢٢٨		
	المجموع	٣٢٢٤,٣٨٠	١٩٩			
التوافق النفسى	بين المجموعات	٤٦٩٠,٧٨٠	٣	١٥٦٣,٥٩٤	١١٧,٣١٨	دالة
	داخل مجموعات	١٧٦٩٦,٧٢٠	١٩٦	٩٠,٢١٩		
	المجموع	٢٢٣٨٧,٥٠٠	١٩٩			

ف الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٢,٦٠٠

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعات البحث

الأربعة فى أبعاد التوجه الرياضى و التوافق النفسى و قد استخدمت الباحثة طريقة

(L.S.D) لإيجاد أقل فرق معنوى بين المتوسطات و الجداول التالية توضح ذلك .

جدول (١٣)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الممارسين و غير الممارسين

(بنات - بنين) في بعد توجه التنافس

(أقل فرق معنوي)

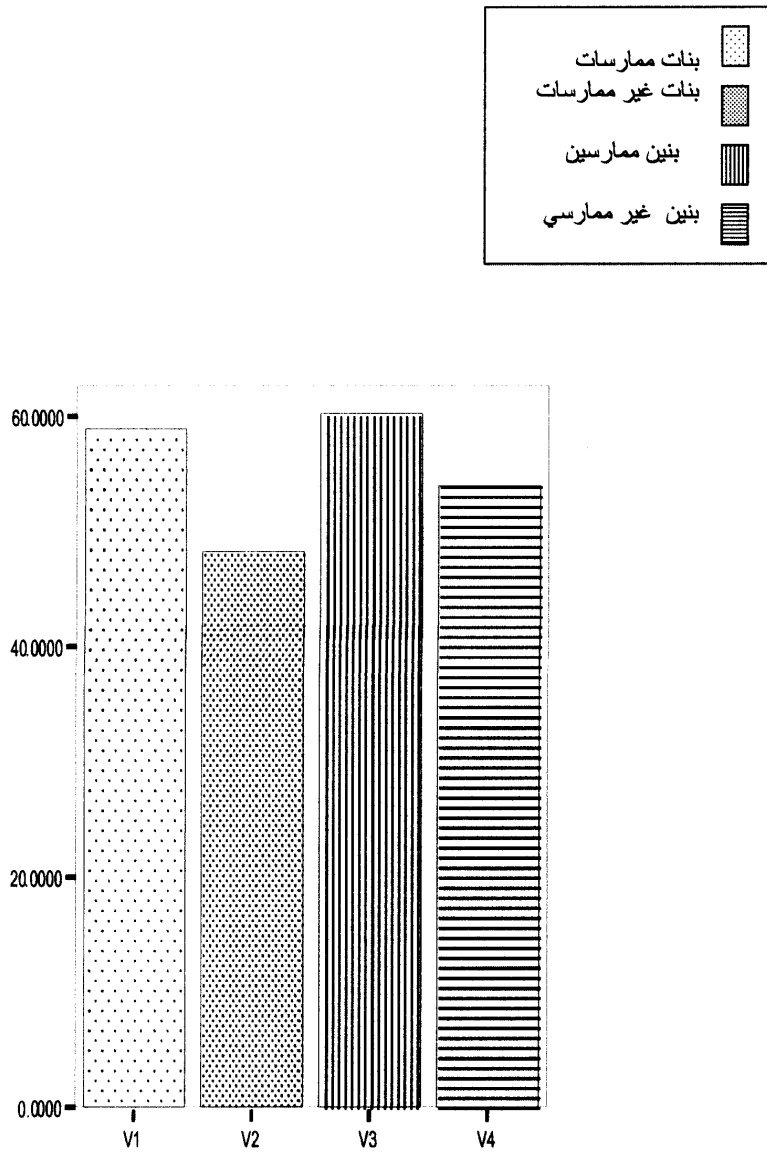
ن = ٥٠ لكل مجموعة

م	المجموعات	المتوسطات	ممارسات بنات	غير ممارسات بنات	ممارسين بنين	غير ممارسين بنين
١.	ممارسات بنات	٥٨,٩٤٠٠		*١٠,٦٨٠٠	١,٣٤٠٠-	*٤,٩٢٠٠
٢.	غير ممارسات بنات	٤٨,٢٦٠٠			*٢,٠٢٠٠-	*٥,٧٦٠٠-
٣.	ممارسين بنين	٦٠,٢٨٠٠				*٦,٢٦٠٠
٤.	غير ممارسين بنين	٥٤,٠٢٠٠				

* قيمة أقل فرق معنوي = ١,٥٥٧

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق دالة احصائية لصالح الممارسين بنين ،

ثم الممارسات بنات ، ثم غير الممارسين بنين .



شكل رقم (١) يوضح أقل فرق معنوي لتوجه التنافس لمجموعات البحث

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الممارسين و غير الممارسين

(بنات - بنين) في بعد توجه الفوز

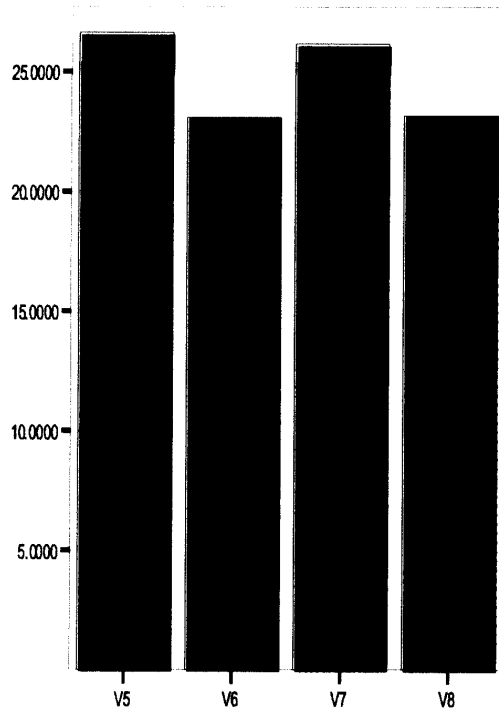
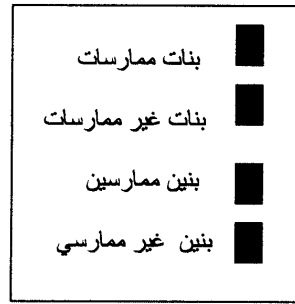
(أقل فرق معنوي)

ن = ٥٠ لكل مجموعة

م	المجموعات	المتوسطات	ممارسات بنات	غير ممارسات بنات	ممارسين بنين	غير ممارسين بنين
١.	ممارسات بنات	٢٦,٦٠٠		*٣,٥٠٠٠	٠,٤٨٠٠	*٣,٤٤٠٠
٢.	غير ممارسات بنات	٢٣,١٠٠٠			*٣,٠٢٠٠	٠,٠٦٠٠
٣.	ممارسين بنين	٢٦,١٢٠٠				*٢,٩٦٠٠
٤.	غير ممارسين بنين	٢٣,١٦٠٠				

* قيمة أقل فرق معنوي = ٠,٩٢٠

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق دالة إحصائية بين الممارسات بنات وغير الممارسات بنات ، و كذلك يتضح وجود فروق بين الممارسين بنين وغير الممارسين بنين ، كما يتضح عدم وجود فروق بين الممارسين (بنين و بنات) .



شكل (٢) يوضح أقل فرق معنوي لتوجه الفوز لمجموعات البحث

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الممارسين و غير الممارسين

(بنات - بنين) فى بعد توجه الهدف

(أقل فرق معنوى)

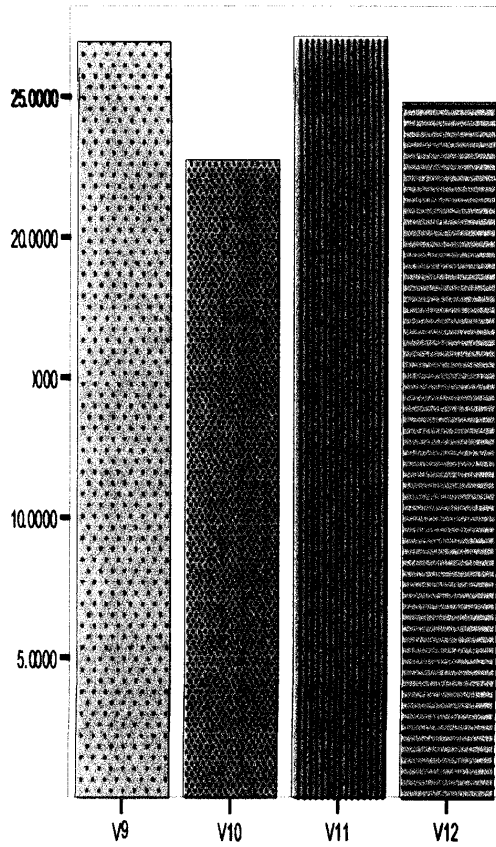
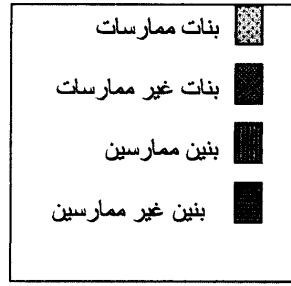
ن = ٥٠ لكل مجموعة

م	المجموعات	المتوسطات	ممارسات بنات	غير ممارسات بنات	ممارسين بنين	غير ممارسين بنين
١.	ممارسات بنات	٢٦,٩٤٠٠		*٤,١٨٠٠	٠,١٨٠٠-	*٢,١٢٠٠
٢.	غير ممارسات بنات	٢٢,٧٦٠٠			*٤,٣٦٠٠-	*٢,٠٦٠٠-
٣.	ممارسين بنين	٢٧,١٢٠٠				*٢,٣٠٠٠
٤.	غير ممارسين بنين	٢٤,٨٢٠٠				

*قيمة أقل فرق معنوى = ٠,٨٧٣

يتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائية لصالح الممارسين بنين ،

عن الممارسات بنات ، ثم غير الممارسين بنين ، عن غير الممارسات بنات .



شكل (٣) يوضح أقل فرق معنوي لتوجه الهدف لمجموعات البحث

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات الممارسين و غير الممارسين

(بنات - بنين) فى التوافق النفسى

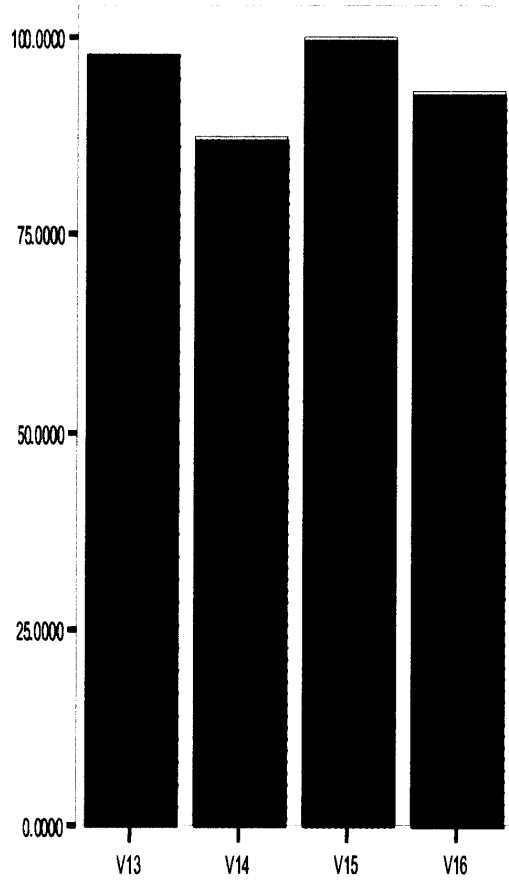
(أقل فرق معنوى)

ن = ٥٠ لكل مجموعة

م	المجموعات	المتوسطات	ممارسات بنات	غير ممارسات بنات	ممارسين بنين	غير ممارسين بنين
١.	ممارسات بنات	٩٧,٨٨٠٠		* ١٠,٥٦٠٠	٢,٠٠٠٠-	*٤,٧٦٠٠
٢.	غير ممارسات بنات	٨٧,٣٢٠٠			*١٢,٥٦٠٠-	*٥,٨٠٠٠-
٣.	ممارسين بنين	٩٩,٨٨٠٠				*٦,٧٦٠٠
٤.	غير ممارسين بنين	٩٣,١٢٠٠				

*قيمة أقل فرق معنوى = ٢,٢٨٠

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائية لصالح الممارسين للرياضة (بنين و بنات) فى التوافق النفسى، كما يتضح عدم وجود فروق بين الممارسين للرياضة (بنين و بنات) فى التوافق النفسى .



شكل (٤) يوضح أقل فرق معنوي لتوجه التوافق النفسي لمجموعات البحث

جدول (١٧)

المتوسط الحسابي وقيمة (ت) لأبعاد التوجه الرياضي

لدى ممارسين (بنين . بنات)

ن = ١ = ٢ = ٥٠

الأيبعاد	بنات ممارسات		بنين ممارسين		الفرق بين المتوسطين	قيمة (ت)
	س	ع	س	ع		
اتوجه التنافس	٥٨,٤٩	٤,٤٦	٦٠,٢٨	٥,٢٣	١,٣٤	*٢,٠١٧
توجه الفوز	٢٦,٦٠	٣,١٣	٢٦,١٢	٣,٠٠	٠,٤٨	٠,٨٠٩
توجه الهدف	٢٦,٩٤	٢,٦٩	٢٧,١٢	٢,٩٠	٠,١٨	*٢,٠٧٧

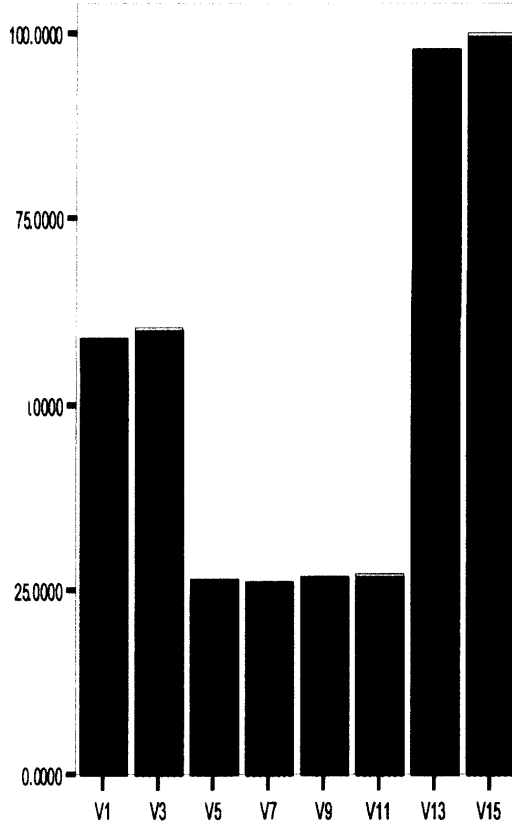
قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ١,٩٩

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥

لصالح مجموعة الممارسين بنين في أبعاد (توجه التنافس - توجه الهدف) بينما لا

توجد فروق بين الممارسين (بنين و بنات) في بعد توجه الفوز.

- ٧١ تنافس بنات
- ٧٣ تنافس بنين
- ٧٥ فوز بنات
- ٧٧ فوز بنين
- ٧٩ هدف بنات
- ٧١١ هدف بنين
- ٧١٣ توافق بنات
- ٧١٥ توافق بنين



شكل (٥) يوضح الفروق بين مجموعة الممارسين (بنين _ بنات)

جدول (١٨)

معامل الارتباط بين التوافق النفسي و أبعاد التوجه الرياضي

لدى مجموعات البحث

ن = ٢٠٠

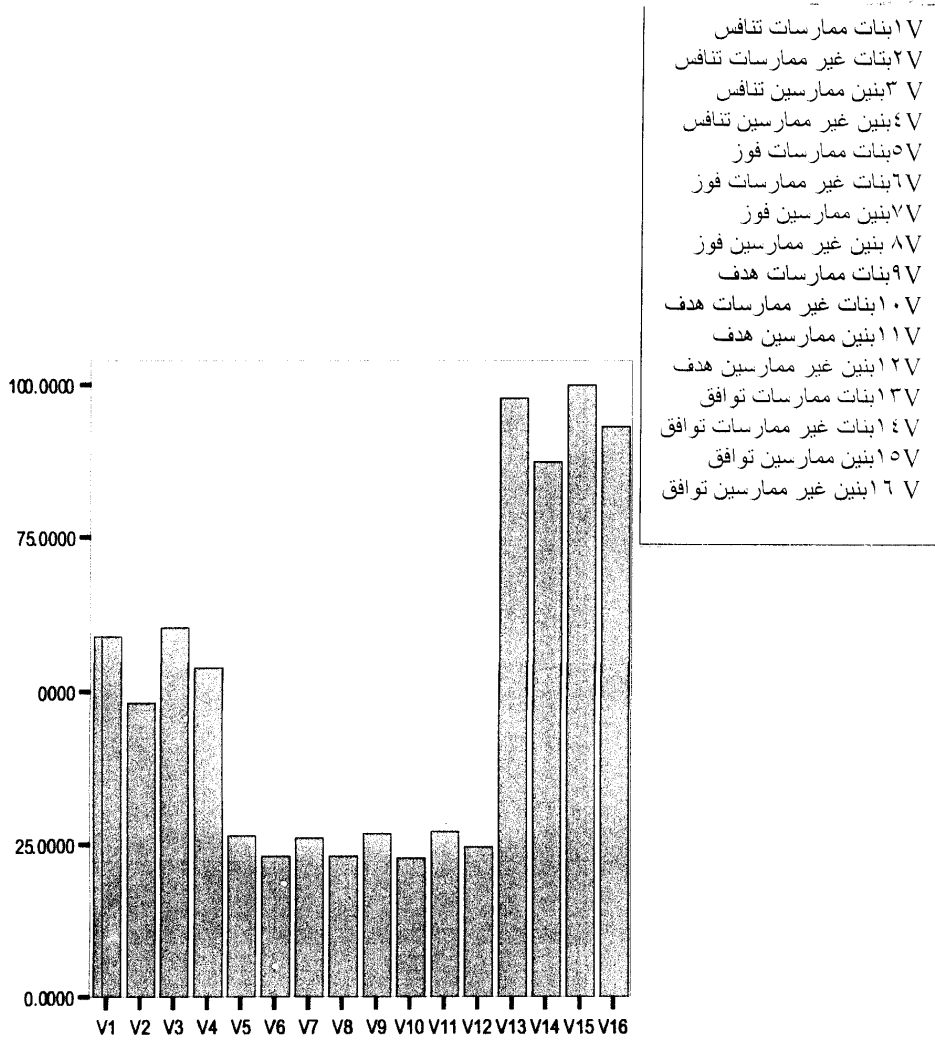
المجموعة	توجه الهدف	توجه الفوز	توجه التنافس	المقياس
بنات ممارسات	*٠,٣٦٨	*٠,٤٩٧	*٠,٥١٩	التوافق النفسي
بنات غير ممارسات	*٠,٧٤٩	*٠,٦٥٧	*٠,٦٤٠	التوافق النفسي
بنين ممارسين	*٠,٧٥١	*٠,٥٢٣	*٠,٥٦٠	التوافق النفسي
بنين غير ممارسين	*٠,٦٢٤	*٠,٥٢٥	*٠,٦٧٤	التوافق النفسي

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٢٨٨

يتضح من جدول (١٨) وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائية عند

مستوى (٠,٠٥) بين التوافق النفسي وكلا من أبعاد التوجه الرياضي لدى البنين و

البنات الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضي



شكل رقم (٦) يوضح الفروق بين مجموعات البحث في ابعاد التوجه الرياضى و التوافق النفسى

ثانياً مناقشة النتائج

يتضح من جدول (١٢) تحليل التباين لعينة البحث وجود فروق دالة إحصائية في أبعاد التوجه الرياضى و مقياس التوافق النفسى بين مجموعات البحث ، حيث كانت قيمة (ف) المحسوبة أكبر من قيمة (ف) الجدولية فى أبعاد التوجه الرياضى والتوافق النفسى لذلك قامت الباحثة بإيجاد أقل فرق معنوى لمعرفة اتجاه هذه الفروق .

و يوضح جدول (١٣)، (١٥) و شكل (١) ، (٣) وجود فروق دالة إحصائية فى أبعاد (توجه التنافس – توجه الهدف) وذلك لصالح الممارسين بنين ثم الممارسات بنات ثم غير الممارسين بنين.

ترجع الباحثة وجود فروق فى أبعاد (توجه التنافس – توجه الهدف) بين (البنين والبنات) الممارسين للنشاط الرياضى لصالح البنين إلى أن أهداف ممارسة البنين للرياضة تختلف عن أهداف ممارسة البنات للرياضة ولذلك قد لا يمثل التنافس أهمية كبيرة للبنات عند ممارسة الرياضة حيث يشير"بييد لوزدا Piebad Lozada" إلى أن من أهم دوافع ممارسة الرياضة بالنسبة للبنات عن البنين اكتساب الأصدقاء و تعلم المهارات الجديدة و السعادة بينما من أهم دوافع ممارسة الرياضة لدى البنين هو التنافس و التحدى (٢ : ٦٥) .

بينما يوضح جدول (١٤) و شكل (٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة الممارسين بنين و مجموعة الممارسات بنات ، فى (بعد توجه الفوز) وذلك لأن أى رياضى سواء كان لاعب أو لاعبة يريد الفوز حيث يسعى دائماً للاعبين لتحقيق الفوز حيث تشير إلى ذلك نتائج دراسة " بثينة محمد فاضل " (١٢) إلى أن ناشئات كرة اليد ترجع عزو الفوز للدافعية الداخلية أى الدافعية الداخلية هى التى تسهم فى الفوز و حيث أن جميع الرياضيين لديهم دافعية داخلية يكون لديهم دوافع للفوز ، ومن جدول (١٣) ، (١٤) ، (١٥) ، و أشكال (١) ، (٢) ، (٣) ، يتضح وجود

فروق دالة إحصائية بين الممارسين للرياضة (بنين و بنات) و غير الممارسين للرياضة(بنين و بنات) لصالح الممارسين للرياضة (بنين وبنات) فى أبعاد التوجه الرياضى و ترجع الباحثة وجود هذه الفروق إلى أن البنات و البنين سواء ممارسين للرياضة أو غير الممارسين للرياضة فى مرحلة المراهقة المبكرة لديهم دوافع لممارسة الرياضة لأن من متطلبات النمو الاجتماعى فى مرحلة المراهقة المبكرة الانتماء إلى جماعة من نفس السن يدين لها الفرد بالولاء(٣١ : ١٣٠) ، كما أن من الخصائص النفسية لأفراد مرحلة المراهقة المبكرة تعلم المهارات الحركية المختلفة (١ : ٤٨) ، و لأن مستوى الدافعية لدى الفرد يتأثر بالمستوى الرياضى الذى يكون عليه الفرد أى الفرد الذى يكون مستواه الرياضى مرتفع يكون مستوى الدافعية لديه مرتفع لذلك تكون الفروق فى التوجهات الدافعية لصالح الممارسين للرياضة حيث أشارت دراسة " محمد إبراهيم محمد " (٢٩) إلى وجود فروق دالة إحصائية فى أبعاد دافعية الإنجاز لصالح ذو المستوى الرياضى الأفضل ، كما أشارت نتائج دراسة " سامية غانم " (١٨) و التى أظهرت فروق دالة إحصائية بين التلميذات المشاركات و التلميذات غير المشاركات فى برامج اللياقة البدنية فى مستوى دافعية الإنجاز لصالح التلميذات المشاركات فى برامج اللياقة البدنية أى أن الممارسين للأنشطة الرياضية لديهم دافعية للممارسة الرياضية أكثر من غير الممارسين للأنشطة الرياضية.

وترجع الباحثة الفروق فى أبعاد توجه الدافعية بين (البنين و البنات) غير الممارسين للنشاط الرياضى لصالح البنين إلى أن البنين غير الممارسين للنشاط الرياضى يتحقق لهم المشاركة فى الأنشطة الرياضية بطريقة غير منتظمة بهدف ترويحى من خلال تجمع الأصدقاء البنين مع بعضهم و ممارسة بعض الأنشطة الرياضية مثل لعب كرة القدم و تنس الطاولة أو ألعاب أخرى داخل المدرسة أو فى الصالات الرياضية أو حتى فى الشارع بينما لا تتوافر للبنات فرصة المشاركة فى الأنشطة الرياضية بطريقة غير منتظمة و تقتصر تجمعات الفتيات على الجلوس مع

بعضهن فقط لذلك يكون لدى البنين دوافع للتنافس و الفوز أكثر من البنات ، كما أن المستوى البدنى للبنين يختلف عن المستوى البدنى للبنات ، لذلك توجد فروق بين (البنين و البنات) غير الممارسين للنشاط الرياضى فى أبعاد توجه الدافعية لصالح البنين غير الممارسين للنشاط الرياضى .

ويتضح من جدول (١٦) و شكل (٤) وجود فروق دالة إحصائية فى التوافق النفسى بين الممارسين للرياضة(بنين و بنات) وغير الممارسين للرياضة(بنين و بنات) لصالح الممارسين للرياضة ترجع الباحثة هذه الفروق إلى أن ممارسة الرياضة تعمل على تحسين مستوى التوافق النفسى للفرد حيث أشارت نتائج دراسة " إيناس مصطفى محمد" (١١) إلى أن التوافق النفسى لدى الأطفال من ٩ : ١٢ تحسن بعد تطبيق برنامج من الألعاب الصغيرة ، كما أشارت إلى ذلك دراسة " عبير إبراهيم السيد" (٢٤) حيث أثبت أن التوافق النفسى لدى تلميذات الاعدادى الرياضى أفضل من التوافق النفسى لدى تلميذات الاعدادى العام ، و تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة " سامى غنيم مطاوع" (١٧) حيث أكد أن النشاط الرياضى له تأثير إيجابى على التوافق النفسى لدى طلاب جامعة عين شمس .و بذلك يتحقق الفرض الأول الذى ينص على: **توجد فروق دالة إحصائية بين مجموعات البحث الأربعة فى أبعاد توجه الدافعية و التوافق النفسى**

من خلال جدول (١٧) و شكل (٥) يتضح وجود فروق دالة إحصائية فى أبعاد (توجه التنافس وتوجه الهدف) بينما لا توجد فروق دالة إحصائية فى (بعد توجه الفوز) حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية فى (أبعاد توجه التنافس وتوجه الهدف) بين الممارسين للنشاط الرياضى (بنين و بنات) .

ترجع الباحثة هذه الفروق إلى أن الدافعية تختلف لدى الرياضيين باختلاف الجنس والمستوى الرياضى لذلك تختلف دافعية البنين عن البنات و أشارت إلى ذلك

نتائج دراسة " محسن حسن مرسى " (٣٤) حيث أثبت أن هناك فروق فى دوافع ممارسة الكرة الطائرة لدى اللاعبين و اللاعبات وفقا لتطورها تبعاً للجنس ، وأشارت إلى ذلك أيضاً نتائج دراسة " نهاد منير عثمان " (٤٧) حيث أكدت على وجود علاقة بين الدافعية ببعديها الداخلى و الخارجى و مستوى الأداء و حيث أن البنين يتفوقوا عن البنات فى الأداء نتيجة للقوة الجسمية لأن عضلاتهم تنمو بشكل أسرع من البنات فى مرحلة المراهقة المبكرة (٢٥ : ٢٩٤) لذلك توجد هذه الفروق فى بعدى توجه التنافس و توجه الهدف .

و ترجع الباحثة الفروق بين البنين و البنات فى توجه التنافس و توجه الهدف إلى أن درجة الثقة فى الأداء الرياضى لدى البنين أفضل من البنات فى مرحلة المراهقة و ذلك لتفوق البنين عن البنات فى القوة و التناسق الحركى و لأن البنين تمارس النشاط الرياضى فى سن مبكرة عن البنات (٢٥ : ٣١٤) ، حيث أشارت نتائج دراسة " محمد يوسف حجاج " (٣٣) إلى وجود علاقة طردية إيجابية بين دافعية الإجازة و الثقة كسمة لدى لاعبين الأنشطة الرقمية ، و ترجع الباحثة الفروق بين البنين و البنات فى (بعد توجه الهدف) إلى أن الهدف الذى يمارس البنين من أجله الرياضة يختلف عن الهدف الذى تمارس البنات من أجله الرياضة وطبقاً للهدف تختلف قوة الدافع لذلك توجد فروق بين أهداف البنين لممارسة الرياضة وأهداف البنات لممارسة الرياضة فى مرحلة المراهقة المبكرة ، كما أثبتت نتائج دراسة " محمود حمدي محمد " (٣٥) حيث أشار أنه توجد فروق دالة إحصائية بين اللاعبين الممتازين و اللاعبين الشباب فى توجهات الدافعية (التنافس- الفوز - الهدف) و مستوى الأداء المهارى و لأن الأداء المهارى للبنين يختلف عن الأداء المهارى للبنات لذلك توجد فروق بين البنين و البنات فى التوجهات الدافعية.

كما أشار "باكسترجونس Baxter Jones" (٥٠) إلى أن ٤٧% من الذين تتراوح أعمارهم من ٨ إلى ١٧ سنة يمارسون كرة القدم بسبب اهتمامات خاصة لديهم و ٢٧% من المجموعة يمارسون كرة القدم بسبب دوافع ذاتية لديهم لذلك توجد فروق بين البنين و البنات الممارسين للرياضة في مرحلة المراهقة المبكرة .

وترجع الباحثة عدم وجود فروق دالة إحصائية في (بعد توجه الفوز) بين البنين الممارسين للنشاط الرياضي و البنات الممارسات للنشاط الرياضي في مرحلة المراهقة المبكرة إلى أن دافع الفوز لدى البنين و البنات ليس من أهم دوافع المشاركة في الأنشطة الرياضية حيث يذكر "رسفكتس Rectacts" (٦٠) أن الأطفال تشارك في الأنشطة الرياضية عموماً بسبب التنافس و التحدى و المهارة ، كما أن العوامل الداخلية مثل تحقيق الشخصية و تنمية المهارات تعتبر من أهم الدوافع في المشاركة في الألعاب الرياضية ، و أن العوامل الخارجية مثل الفوز و إرضاء الآباء و المدرسين أقل أهمية في المشاركة في الألعاب الرياضية ، كما أن دوافع ممارسة النشاط الرياضي لتلاميذ مرحلة المراهقة تتنوع من حيث تحسين اللياقة الجسمية و الصحية و المنافسة وتحقيق التقدير الذاتى و الانتماء إلى الجماعة (٦ : ١٢٧) ، كما أن الفوز هو نتيجة مطلقة في المجال الرياضى (٣١ : ٣٤٢) لأن الرياضى باختلاف مستواه و اختلاف نوعه سواء ذكر أو أنثى يشترك في المنافسة الرياضية ولديه دافع للفوز و أشارت إلى ذلك نتائج دراسة " محمد إبراهيم محمد" (٢٨) حيث أكد أن لا توجد فروق بين السباحين في دوافع الرغبة في التفوق الرياضى و التقدير الاجتماعى وفقاً للمستوى الرياضى و تتحقق هذه الدوافع من خلال الفوز الرياضى لذلك لا توجد فروق دالة إحصائية بين البنين و البنات في توجه الفوز في مرحلة المراهقة المبكرة ، كما أشارت نتائج دراسة " منى مختار المرسى" (٤٤) حيث استخلصت ٩ عوامل تمثل دافعية الإنجاز لدى الناشئين و الناشئات منها الرغبة في التفوق الرياضى والرغبة التنافس و التقدير الاجتماعى وهذا ما يتحقق من خلال الفوز في المنافسات الرياضية .

بذلك يتحقق الفرض الثانى الذى ينص على :توجد فروق دالة إحصائية بين أبعاد

توجه الدافعية لدى لعينة البحث الممارسين (بنين .بنات)

من خلال جدول (١٨) يتضح وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين أبعاد التوجه الرياضى والتوافق النفسى لدى مجموعات البحث .

ترجع الباحثة وجود هذه العلاقة الارتباطية الإيجابية بين التوافق النفسى والتوجهات الدافعية إلى أن أفراد هذه المرحلة يوجد لديهم دوافع داخلية وخارجية لممارسة الرياضة و عندما يمارسون الأنشطة الرياضية يتم إشباع هذه الدوافع و بهذا يتحقق لديهم التوافق النفسى حيث يشير " مصطفى باهى و آخرون " أن التوافق النفسى يتحقق لدى الفرد عندما يشبع الفرد دوافعه (٤٠ : ٨٥) لذلك يوجد علاقة ارتباطية بين التوافق النفسى توجهات الدافعية .

و ترجع الباحثة العلاقة الارتباطية الإيجابية بين التوافق النفسى و التوجهات الدافعية لدى غير الممارسين للنشاط الرياضى إلى أن أفراد هذه المرحلة لديهم دوافع للممارسة الرياضية لأن من خصائص النمو النفسى لأفراد مرحلة المراهقة المبكرة تعلم المهارات الحركية (١ : ٤٩) بالرغم من عدم الممارسة المنظمة للنشاط الرياضى إلا أنه يتاح لهم المشاركة فى أنشطة غير منتظمة مثل لعب الكرة مع الأصدقاء و ممارسة النشاط الرياضى من خلال الأنشطة الرياضية المتنوعة الموجودة داخل المدرسة مما يؤدي إلى إشباع جزء من الدوافع ، أى أن ممارسة الرياضة تؤدي إلى تحسين التوافق النفسى و ذلك لأن من خلال ممارسة الرياضة يتم إشباع دوافع الفرد و لذلك يتحقق لديه التوافق النفسى ، حيث أشار " عبد الحميد محمد الشاذلى " إلى التوافق النفسى يتحقق عندما يستطيع الفرد إشباع معظم حاجاته و تلبية معظم مطالبه البيولوجية و الاجتماعية . (٢٣ : ٥٥)

و تؤكد دراسة " أحمد عبد الحكيم موسى " (٤) وجود علاقة ارتباطية دالة إيجابية إحصائية بين التوافق النفسى و المستوى الرقى لسباحى المنافسات ، و تشير دراسة " هشام صابر " (٤٥) إلى وجود علاقة ارتباطية طردية إيجابية بين المستوى الرقى و مفهوم الذات و التوافق النفسى حيث أكد أن المتسابقين ذات المستويات الرياضية العليا يكون التوافق النفسى لديهم أفضل من الرياضيين ذات المستوى الرياضى المتوسط والمنخفض حيث أن الدافعية لها تأثيراً إيجابياً على المستوى الرقى بمستوى مما يؤكد على وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين التوافق النفسى و التوجهات الدافعية .

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة " أحمد مصطفى عز الدين " (١٩٩٨) (٥) حيث أشار إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية بين مستوى الاجازو أبعاد التوافق النفسى ، كما أشارت نتائج دراسة " سالجرو Salguer " (٢٠٠٤) (٥٨) أن من دوافع المشاركة فى الأنشطة الرياضية (دافع الصداقة و دافع الاندماج مع الجماعة) و هذه الدوافع من متطلبات النمو الاجتماعى فى مرحلة المراهقة المبكرة لذلك توجد علاقة ارتباطية إيجابية بين التوافق النفسى و التوجهات الدافعية لممارسة الرياضة

إذا يتضح من جدول (١٨) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين أبعاد التوجه الرياضى (توجه التنافس - توجه الفوز - توجه الهدف) و التوافق النفسى و بهذا يتحقق الفرض الثالث و الذى ينص على :-
توجد علاقة دالة إحصائية بين توجه دافعية ممارسة الرياضة و التوافق النفسى لعينة البحث الممارسين و غير الممارسين .

الاستنتاجات و التوصيات :

أولاً الاستنتاجات :

فى ضوء هدف البحث و الإجراءات المتبعة و فى حدود العينة و المعالجات الإحصائية المستخدمة ، ومن خلال عرض و تفسير النتائج استخلصت الباحثة الاستنتاجات التالية :

١. وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فى أبعاد التوجه الرياضى و التوافق النفسى لصالح الممارسين للنشاط الرياضى (بنين و بنات) عن غير الممارسين للنشاط الرياضى (بنين و بنات) فى مرحلة المراهقة المبكرة.

٢. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فى أبعاد (توجه التنافس و توجه الهدف) بين الممارسين للنشاط الرياضى بنين و بنات لصالح الممارسين بنين

٣. لا توجد فروق دالة إحصائية فى بعد توجه الفوز بين الممارسين للنشاط الرياضى بنين و بنات فى مرحلة المراهقة المبكرة .

٤. وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين أبعاد التوجه الرياضى و التوافق النفسى لدى البنين و البنات الممارسين و غير الممارسين للنشاط الرياضى فى مرحلة المراهقة المبكرة .

ثانياً التوصيات :

من خلال النتائج التى توصلت إليها الباحثة فى هذا البحث توصى الباحثة بما يلى :

١. توصى الباحثة بضرورة قياس التوجهات الدافعية لدى البنين و البنات الممارسين للنشاط الرياضى فى مرحلة المراهقة المبكرة حتى نستطيع تطوير التوجهات الدافعية لديهم فى اتجاهات إيجابية مما يسهل عملية تعلم المهارات الحركية .

٢. أن يقوم المدربون بعمل برامج تشبع دافعية اللاعبين فى مرحلة المراهقة المبكرة حتى أثناء عملية التدريب حتى يتحقق التوافق النفسى لديهم و يكون أدائهم بصورة أفضل أثناء المنافسة .

٣. نسبة كبيرة من العاملين فى مجال التدريب ليس من خريجي كليات التربية الرياضية فلذلك يستخدمون أساليب غير تربوية مما يؤدي إلى عزوف الممارسين للأشطة الرياضية فى مرحلة المراهقة المبكرة عن ممارستها لذلك يجب توفير مدربين متخصصين و أخصائى نفسى يعاون هؤلاء المدربين .

٤. على مدرسين التربية الرياضية عمل برامج رياضية تجذب أفراد مرحلة المراهقة المبكرة لممارسة الرياضة حيث أن جميع أفراد هذه المرحلة لديهم دوافع للممارسة الرياضة .

٥. مرحلة المراهقة المبكرة تعد مرحلة الممارسة التخصصية و التى من خلالها نستطيع انتقاء الناشئين لذلك يجب الاهتمام بأفراد هذه المرحلة و تقديم الدعم النفسى و البدنى و الصحى لهم حتى يصبح لدينا جيل رياضى قادر على تحقيق إنجازات رياضية .

قائمة المراجع

أولاً المراجع العربية

١. أبو النجا أحمد عز الدين (٢٠٠٠م): المنهاج فى التربية الرياضية للأسوياء والخواص.
٢. أحمد أمين فوزى و بثينة محمد فاضل (٢٠٠٥م): سيكولوجية الشخصية الرياضية
المكتبة المصرية، الإسكندرية.
٣. أحمد أمين فوزى (٢٠٠٣م): مبادئ علم النفس الرياضى المفاهيم- التطبيقات، دار
الفكر العربى، القاهرة .
٤. أحمد عبد الحكيم موسى البشلاوى (١٩٩٥م): التوافق النفسى و علاقته بالمستوى
الرقمى لسباحى المنافسات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية
الرياضية ، جامعة قناة السويس ، ١٩٩٥م.
٥. أحمد مصطفى عز الدين صديق (١٩٩٨م): التوافق النفسى لدى لاعبى الجودو و
علاقته بمستوى الانجاز الرياضى ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية
التربية الرياضية للبنين القاهرة ، الجامعة حلوان .
٦. أسامة كامل راتب و إبراهيم عبد ربه (٢٠٠٥م): النمو و الدافعية فى توجيه النشاط
الحركى للطفل و الأنشطة المدرسية ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
٧. _____ (٢٠٠٠م) : الإعداد النفسى للناشئين دليل المدربين وأولياء
الأمر، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ط ٢ .
٨. أسامة كامل راتب (١٩٩٩م) : النمو الحركى (مدخل للنمو المتكامل للطفل والمراهق،
دار الفكر العربى ، القاهرة .

٩. أسامة كامل راتب (١٩٩٧م): علم نفس الرياضة المفاهيم والتطبيقات ، دارالفكر العربى

،القاهرة ،ط٢ العربى ،القاهرة ،ط٢.

١٠. _____ (١٩٩٠) م : دوافع التفوق فى النشاط الرياضى(المدرّب -

للاعب - المربى) دار الفكر العربى ، القاهرة .

١١. إيناس مصطفى محمد سالم (٢٠٠١) م : تأثير برنامج مقترح باستخدام الألعاب

الصغيرة على التوافق النفسى و الاجتماعى للأيتام من ٩ : ١٢ ، رسالة

ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنات ،جامعة الزقازيق .

١٢. بثينة محمد فاضل (١٩٩٩) م:العزو الرياضى و علاقته بأتماط دافعية الإجاز

لناشئات كرة اليد،مجلة نظريات تطبيقات ،كلية التربية الرياضية الأسكندرية

عدد (٣٣) .

١٣. حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥) م : علم نفس الطفولة والمراهقة ،عالم الكتب ،

القاهرة ،ط٦ .

١٤. خير الدين عويس و عصام الهالى(٢٠٠٥) م :الاجتماع الرياضى،دارالفكر

العربى، القاهرة .

١٥. خليل مخيائيل عوض (١٩٨٣) م: سيكولوجية النمو الطفولة و المراهقة ، دار

الفكر الجامعى ،ط٢ .

١٦. رمضان محمد القذافى(١٩٩٢) م :الصحة النفسية و التوافق ، دار الرواد،

طرابلس ، ليبيا .

١٧. سامى غنيم مطاوع (١٩٩١) م: تأثير النشاط الرياضى على التوافق النفسى العام لطلاب جامعة عين شمس رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
١٨. سامية غانم (١٩٩٩) م: دراسة مقارنة بين دافع الإنجاز و مستوى اللياقة البدنية لتلميذات الريف و الحضر أ المجلد الخامس مجلة العلوم و الفنون .
١٩. سعد المغربى (١٩٩٢) م: حول مفهوم الصحة النفسية و التوافق ، القاهرة .
٢٠. سميرة محمد خليل (١٩٩٤) م: تأثير برنامج ترويحى رياضى على مفهوم الذات و التوافق النفسى للمسنين ، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الزقازيق .
٢١. سوزان مصطفى متولى (١٩٩٦) م :أثر ممارسة النشاط الرياضى على السلوك الاجتماعى لتلاميذ المرحلة السنية من ٩ : ١٢ بمحافظة الأسكندرية ،رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ،جامعة الأسكندرية.
٢٢. عبد الحميد الشاذلى و زكريا أحمد (١٩٩٨) م: علم نفس الطفولة الأسس النفسية و الاجتماعية و الهدى الإسلامى ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
٢٣. عبد الحميد محمد الشاذلى (١٩٩٩) م :الصحة النفسية و سيكولوجية الشخصية المكتب العلمى للنشر و التوزيع ،الأسكندرية .
٢٤. عبير إبراهيم السيد (١٩٩٩) م :مقارنة فى التوافق النفسى و التوافق الحركى بين تلاميذ الإعدادى العام و الإعدادى الرياضى ،رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية للبنات ،جامعة الزقازيق .

٢٥. على فالح الهندواى (٢٠٠٥) م : علم نفس الطفولة والمراهقة ، دار الكتاب الجامعى ، الأردن.
٢٦. فؤاد البهى السيد (١٩٩٨) م: الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، دار الفكر العربى ، القاهرة . ط٢ .
٢٧. لمياء توفيق محمد محمد (٢٠٠٤) م: التوافق النفسى و علاقته بمستوى أداء طالبات التربية العملية بكلية التربية الرياضية بالقاهرة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٤ م .
٢٨. محمد إبراهيم محمد (٢٠٠٥) م: الضغوط النفسية و علاقتها بدافعية الإنجاز لدى سباحى المسافات القصيرة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .
٢٩. _____ (٢٠٠١) م : التوجهات دافعية الإنجاز لدى الناشئين فى بعض الأنشطة الرياضية ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
٣٠. محمد حسن علاوى (٢٠٠٦) : مدخل فى علم النفس الرياضى ، مركز الكتاب للنشر القاهرة ، ط٥ .
٣١. _____ (١٩٩٨) م : سيكولوجية النمو للمربى الرياضى ، مركز الكتاب للنشر القاهرة .
٣٢. _____ (١٩٩٨) : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

- ٣٣ . محمد يوسف حجاج (٢٠٠١) م : توجهات دافعية الإنجاز وعلاقتها بالتوجه التنافسي لدى لاعبي المستويات الرياضية العالية في بعض الأنشطة الرياضية، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان
- ٣٤ . محسن حسن مرسى أحمد (٢٠٠٠) م : تطور دوافع الممارسة للاعبين لكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
- ٣٥ . محمود حمدى محمد إبراهيم (٢٠٠٠) م : مقارنة التوجه الرياضى لدافعية الإنجاز لدى لاعبي الدرجة الأولى الممتازة درجة الشباب وعلاقتها بمستوى الأداء المهارى فى الكرة الطائرة ،مجلة نظريات و تطبيقات ،كلية التربية لرياضية للبنين ،جامعة الأسكندرية ،عدد (٣٩) .
- ٣٦ . محمود عبد الفتاح عنان و مصطفى حسين باهى (٢٠٠٠) م:مقدمة فى علم نفس الرياضة،مركز الكتاب للنشر،القاهرة .
- ٣٧ . محمود عبد الفتاح عنان(١٩٩٥) م : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية النظرية و التطبيق والتجريب ، دارا لفكر العربى، القاهرة .
- ٣٨ . مصطفى حسين باهى(٢٠٠١) م :سيكولوجية الإدارة الرياضية ، مركز الكتاب للنشر،القاهرة.
- ٣٩ . مصطفى حسين باهى،هنا عبد الوهاب حسن وحسين أحمد حشمت(٢٠٠٢)م:الصحة النفسية فى المجال الرياضى (نظريات - تطبيقات) ، مكتبة الأنجلو المصرية،القاهرة .

- ٤٠ . مصطفى حسين باهى أمينة إبراهيم شلبي (١٩٩٨) م :الدافعية (نظريات و تطبيقات)،
مركز الكتاب للنشر ،القاهرة .
- ٤١ . مصطفى فهمى (ب :ت): فى علم نفس سيكولوجية الطفولة و المراهقة ، مكتبة
مصر ،القاهرة .
- ٤٢ . مفتى إبراهيم حماد (٢٠٠٣) م : التدريب الرياضى الحديث ،تخطيط و تطبيق وقيادة
دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٤٣ . مفتى إبراهيم حماد (١٩٩٦) م: التدريب الرياضى للجنسين من الطفولة للمراهقة،
دار الفكر العربى ، القاهرة ، ط٢ م .
- ٤٤ . منى مختار المرسى (١٩٩٩) م:بناء مقياس دافعية الانجاز لدى الناشئين الرياضيين
دراسة تحليلية مقارنة،رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية
للبنين بالقاهرة ، جامعة حلوان .
- ٤٥ . موسى طلعت إبراهيم (٢٠٠٤) م : وجهة الضبط و علاقته بدافعية الإنجاز وتوجه
المنافسة لدى لاعبي الكاراتيه و الملاكمة (دراسة مقارنة) ،رسالة دكتوراه
كلية التربية الرياضية بنين ،فرع بنها ،جامعة الزقازيق ، القاهرة .
- ٤٦ . نبيل صالح سفيان (٢٠٠٤) م:المختصر فى الشخصية و الإرشاد النفسى دليلك
لاكتشاف شخصيتك و شخصيات الآخرين ،ايتراك للطباعة و النشر و التوزيع
القاهرة .
- ٤٧ . نهاد منير عثمان البطيخى (٢٠٠٠) م :مركز التحكم والدافعية وعلاقتها بمستوى
الأداء لدى لاعبي تنس الطاولة فى الأردن ،رسالة دكتوراه غير منشورة
كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ، جامعة حلوان .

٤٨ . هدى محمد فناوى (١٩٩٢) م : سيكولوجية المراهقة ، مكتبة الأجلو المصرية ،

القاهرة .

٤٩ . هشام صابر أحمد (١٩٩٥) م : مفهوم الذات والتوافق النفسى وعلاقتها بالمستوى

الرقمى لبعض مسابقات ألعاب القوى لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين

بالزقازيق ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين

جامعة الزقازيق .

ثانياً المراجع الأجنبية :

50. Baxter-Jones AD, Maffulli N;toya Study group (2003): Parental influence on sport participation in elite young athletes , college of Kinesiology , university of Saskatchewan, Saskatoon ,Canada .
51. Cindy H.P. sit , Koenreed J.Linder (2003): Motivation orientation in youth Sport participation using achievement goal theory and reversal theory , university of Hong Kong.
52. David E, Conry (2006):Enhancing motivation in sport , psychological science agenda , no .2 February .
53. Ferrer.Caja E, Weiss MR (2000): Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education ,department of psychology, university of Virginia.
54. Kilpatric , Marcos Herbert , Edward , Bartholomew , John(2005):College students motivation for physical activity differentiating men's and women's for participation and exercise, journal of American college of health, September.
55. Leblance , Janet, Dickison (1997) :Straight talk about children and sport mosaic press .
56. Maria Newton: the relationship between psychological climate and players motivation , university of New Orleans

57. Murphy , Shan ,Ph , d (1999):**The cheers and tears**, Josey Base publishers,
San Francisco.
58. Salguero A, Gonzalez- Boto R (2004):**The relationship between perceived
physical ability and sport participation motives in young competitive
swimmers**, school of physical activity and sport science, university of
Leon, Leon Spain .

ثالثاً مصادر الشبكة العالمية للمعلومات

59. <http://www.angelfire.com/moon/alanwar/teenage/teen.html>
60. http://www.cd.gov.ab.ca/building_communities/sport
61. <http://www.findarticles.com/p/articles>
62. <http://www.iragcentr.net/vb/archive>
63. <http://www.kenanaonline.com/ws/maro>
64. <http://www.musckids.com>
65. <http://www.oberlin.edu/faculty/nadraling/adach>
66. <http://www.salalahmoon.com/vb/archive/index>

مرفق (١)

استخبار التوجه الرياضى

إعداد ديانا جيل Gill ١٩٩٣ تعريب محمد حسن علاوى

مقياس التوجه الرياضى

مقياس التوجه الرياضى (S O Q) (Sport Orientation Questionnaire) "تصميم ديانا جيل Gill" (١٩٩٣) تعريب "محمد حسن علاوى" و الذى يهدف إلى قياس بعض جوانب توجه الدافعية الرياضىة (Sport Motivation Orientation) و يتكون المقياس من (٢٥) عبارة تقيس ثلاثة أبعاد لتوجه الدافعية الرياضىة و هى :

أ. توجه التنافسية :

الرغبة فى التنافس و السعى للنجاح فى المنافسة و له (١٣) عبارة ، و أرقام عبارات هذا المحور هى (١ ، ٣ ، ٥ ، ٧ ، ٩ ، ١١ ، ١٣ ، ١٥ ، ١٧ ، ١٩ ، ٢١ ، ٢٣ ، ٢٥)

ب. توجه الفوز

التركيز على مقارنة مستوى اللاعب مع المنافسين الآخرين و له (٦) عبارات و أرقام عبارات هذا المحور هى (٢، ٦، ١٠، ١٤، ١٨، ٢٢)

ج. توجه الهدف

التركيز على مستوى الأداء الشخصى للاعب الرياضى و له (٦) عبارات، و أرقام عبارات هذا المحور هى (٤، ٨، ١٢، ١٦، ٢٠، ٢٤)

يقوم اللاعب بالإجابة على عبارات المقياس طبقاً لدرجة شعوره و المقياس متدرج من (١) إلى (٥) ، (بدرجة كبيرة جداً – بدرجة كبيرة – بدرجة متوسطة – بدرجة قليلة – بدرجة قليلة جداً) و لا يوجد درجة كلية للمقياس ، حيث يتم جمع كل بعد من الأبعاد الثلاثة على حدة .

بعد توجه التنافس	(٦٥) درجة
بعد توجه الفوز	(٣٠) درجة
بعد توجه الهدف	(٣٠) درجة

مرفق (١)

جامعة الزقازيق
كلية التربية الرياضية للبنات

ابنى الطالب :

- ١ . العبارات التالية تصف بعض الاستجابات نحو المواقف الرياضية و المطلوب هو معرفة كيف تشعر دائماً نحو الرياضة و نحو المنافسة .
- ٢ . رجاء قراءة كل عبارة من العبارات التالية و ضع علامة \sqrt أمام كل عبارة و أسفل الدرجة التي تراها مناسبة لما تشعر به دائماً .
- ٣ . ليست هناك إجابات صحيحة أو خاطئة و لكن المهم هو إجابتك بكل صدق و أمانة نحو ما تشعر به دائماً بالنسبة لكل عبارة .
- ٤ . لا تحاول أن تأخذ وقتاً طويلاً أمام كل عبارة و حاول أن تصف بدقة كيف تشعر دائماً بالنسبة لكل عبارة .
- ٥ . لا تترك أى عبارة بدون إجابة .

بيانات

الاسم /

اللعبة التي تمارسها /

السن / تاريخ الميلاد

م	العبارات	درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جداً
١ .	أنا منافس قوى و عنيد					
٢ .	اعتبر أن الفوز هام جداً بالنسبة لى					
٣ .	التنافس صفة مميزة لى					
٤ .	أضع لنفسى أهدافاً محددة عندما أتنافس					
٥ .	أبذل أقصى ما فى جهدى فى المنافسات					

م	العبارات	درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جداً
٦.	تسجيل نقاط أكثر من منافسي هام جداً بالنسبة لى					
٧.	أنتظر المنافسة بشوق بالغ					
٨.	أتنافس بقوة عند محاولة إنجاز هدف معين					
٩.	أجد متعة فى المنافسة مع الآخرين					
١٠.	أكره أن انهزم					
١١.	تظهر قدراتي الحقيقية عندما أتنافس					
١٢.	أبذل كل جهدى فى المنافسة عندما يكون لدى هدف معين					
١٣.	هدفى هو أن أكون أفضل لاعب					
١٤.	أشعر بالرضا فقط عندما أفوز					
١٥.	أود أن أكون ناجحاً فى رياضيتى					
١٦.	أدائى بأفضل ما عندى من قدرات ضرورى جداً بالنسبة لى					
١٧.	أبذل قصارى جهدى لكى أكون ناجحاً فى رياضى					
١٨.	تضايقتنى الهزيمة					
١٩.	أحسن اختبار لقدراتى هو التنافس مع الآخرين					
٢٠.	من الأهمية بالنسبة لى تحقيق أهدافى الشخصية					
٢١.	أطلع بلهفة لاختبار مهاراتي فى المنافسة					
٢٢.	أكون سعيد جداً عندما أفوز					
٢٣.	أظهر أحسن ما عندى من قدرات عندما أتنافس مع متنافس آخر					
٢٤.	أحسن طريقة لإظهار قدراتي هى تحديد هدف لى ومحاولة تحقيقه فى المنافسة					
٢٥.	أود أن أكون الأفضل دائماً عندما أتنافس					

مرفق (٢)

مقياس التوافق النفسى لتلميذات المرحلة

الإعدادية

إعداد عبير إبراهيم السيد ١٩٩٩

مقياس التوافق النفسى للمرحلة الإعدادية

مقياس التوافق النفسى للمرحلة الإعدادية تصميم "عبر إبراهيم السيد" (١٩٩٩) و يهدف إلى قياس التوافق النفسى للمرحلة الإعدادية و يتكون المقياس من (٤٠) عبارة تقيس (٥) أبعاد ، لكل بعد (٨) عبارات، تتنوع ما بين عبارات إيجابية و عبارات سلبية و أبعاد المقياس هى :

١. بعد اجتماعى له (٤) عبارات إيجابية و (٤) عبارات سلبية .
٢. بعد دراسى له (٤) عبارات إيجابية و (٤) عبارات سلبية .
٣. بعد صحى له (٦) عبارات إيجابية و (٢) عبارة سلبية .
٤. بعد أسرى له (٢) عبارة إيجابية و (٦) عبارات سلبية .
٥. بعد انفعالى له (١) عبارة إيجابية و (٧) عبارات سلبية .

و يوجد درجة كلية للمقياس ، ومجموعها (١٢٠) درجة

مرفق (٢)

جامعة الزقازيق
كلية التربية الرياضية للبنات

ابن الطالب

١. برجاء قراءة كل عبارة من العبارات التالية وضع علامة $\sqrt{\quad}$ أمام كل عبارة وأسفل الدرجة التي تراها مناسبة لما تشعر به دائماً .
٢. ليست هناك إجابات صحيحة أو خاطئة و لكن المهم هو إجابتك بكل صدق و أمانة نحو ما تشعر به دائماً بالنسبة لكل عبارة .
٣. لا تحاول أن تأخذ وقتاً طويلاً أمام كل عبارة و حاول أن تصف بدقة كيف تشعر دائماً بالنسبة لكل عبارة .
٤. لا تترك أى عبارة بدون إجابة

بيانات

الاسم /

اللعبة التي تمارسها /

السن / تاريخ الميلاد

م	العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
١.	من السهل على تكوين علاقات اجتماعية			
٢.	أحب أنا أمارس النشاط المدرسي مع زملائي			
٣.	أحاول أن أكتسب رشاقة بدنية جيدة			
٤.	أفضى وقت طيب في المنزل			
٥.	ينتابني احساس بالخوف و القلق في أوقات كثيرة			
٦.	أشك في قدرتي على التعامل مع الآخرين			
٧.	هناك بعض المدرسين يجعلون الدراسة عملاً شاقاً أكثر مما يجب			
٨.	أمارس بعض التمارين الرياضية بشكل اعتيادي			
٩.	أبي و أمي يفرقان في المعاملة بيني و بين أخوتي			
١٠.	أشعر أنني متفائل و لست متشائم			

م	العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
١١.	يرغب زملائي دائماً في وجودي معهم			
١٢.	أقضى وقتاً طيباً مع زملائي داخل المدرسة			
١٣.	أعتقد أنني أمتلك جسماً جيداً و متناسقاً			
١٤.	أجد صعوبة كبيرة في اقناع والدي بشئ أريده			
١٥.	من السهل استثارة غضبي			
١٦.	أقوم بالأعمال التي تساهم في نجاح الجماعات التي أنضم إليها			
١٧.	أعتقد أن بعض المدرسين غير عادلين			
١٨.	أقوم في المنزل ببعض الأعمال التي تتطلب جهد بدني			
١٩.	أفضل الجلوس وحدي عن الجلوس مع الأسرة			
٢٠.	أشعر بالإحباط في فترات كثيرة من حياتي			
٢١.	في الغالب أفضل أن أكون بمفردى و لا أحب الاختلاط			
٢٢.	أرى بعض المدرسين يهتمون اهتماماً قليلاً بتلاميذهم			
٢٣.	أتنجذب ممارسة الأنشطة الرياضية أمام الآخرين لتجنب سخريتهم			
٢٤.	كلما زرت احد أصدقائي في بيته تمنيت لو كان والداي مثل والديه			
٢٥.	أشعر بالتوتر لأتفه الأسباب			
٢٦.	عندما أكون مع زملائي لا أستطيع اختيار موضوع للحديث			
٢٧.	أشعر أن المدرسين يفهمونني			
٢٨.	أهتم دائماً بالمحافظة على صحتي الجسمية			
٢٩.	أشعر بأنى غريب وسط أسرتى			
٣٠.	أحياناً تراودنى أفكار سيئة لدرجة أنه لا يمكننى التصريح بها			
٣١.	أقوم بدور فعال في الجماعات التي اشترك فيها			
٣٢.	أشعر أن بعض المواد الدارسية صعبة لدرجة تعرضنى للخوف			
٣٣.	أحرص على الاهتمام باللياقة البدنية			
٣٤.	أتحمس كثير للجلوس مع أسرتى			
٣٥.	مررت بفترات شعرت فيها بأنى عديم النفع			

م	العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
٣٦.	يصعب على ارضاء الناس لذلك أفضل الابتعاد عنهم			
٣٧.	استمتع بالحديث مع زملائي فيما يتعلق بالأمور المدرسية			
٣٨.	أعتقد أن جسمي صحي و خالي من العيوب			
٣٩.	أشعر أن أمي لا تهتم بي بشكل كاف			
٤٠.	أنا لا أكون واثق من نفسي حتى في الحالات التي سبق لي النجاح فيها			

المخصات

١. ملخص باللغة العربية
٢. ملخص باللغة الإنجليزية

ملخص البحث باللغة العربية

ملخص البحث

يهدف هذا البحث إلى دراسة العلاقة بين التوجهات الدافعية و التوافق النفسى فى مرحلة المراهقة المبكرة و ذلك لأن مرحلة المراهقة المبكرة مرحلة انتقالية فى حياة الإنسان حيث يقول " أسامة كامل راتب و إبراهيم عبد ربه خليفة " ينظر لمرحلة المراهقة المبكرة على إنها انتقال جسمى و عقلى و اجتماعى بين الطفولة و مرحلة النضج و الشباب وبهذة المرحلة أهميتها فى تكوين شخصية الفردلما يصاحبها من تغيرات لها آثارها فى مختلف مجالات النمو (٦ : ١١٥) و لأن ممارسة الأنشطة الرياضية تكسب الفرد درجة عالية من القدرة على التوافق الشخصى و تلاجتماعى و بالتالى يستطيع أن يتكيف الفرد مع نفسه و المجتمع الذى يعيش فيه(٣٩ : ١٠٣)

مشكلة البحث وأهميته

إن مرحلة المراهقة المبكرة تتسم بالنمو الجسمى السريع و طفرة كبيرة فى النمو،(٦ : ١١٥) و لأن انفعالات المراهقين تتأثر بالتغيرات الخارجية التى تطرأ على أجزاء الجسم وتغير النسب الجسمية لنمو أعضائه. (٢٦ : ٢٥٨) ، نتيجة لهذة التغيرات قد يصاحب المراهقين بعض المشكلات النفسية مثل عدم التوافق الشخصى نتيجة لتغير شكل الجسم مثل زيادة الطول حيث يذكر فى هذا الصدد " عبد الحميد الشاذلى " أن الإنسان فى حالة تفاعل دائم مع بيئته و قد يفشل فى تحقيق التوافق و من أسباب هذا الفشل التغيير فى شكل الجسم من حيث الطول الزائد أو القصر الزائد أو النحافة أو السمنة (٢٣ : ٧١) ، وكل هذة التغيرات تحدث فى مرحلة المراهقة نتيجة لعمليات النمو.

وكل مرحلة من مراحل النمو لها متطلباتها فعلى سبيل المثال فى مرحلة المراهقة المبكرة من (١٢) إلى(١٥) سنة يوجد لدى البنات و البنين دوافع لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة حيث يشير"خليل عوض مخيانيل " إلى أن المراهق يهتم بمظهره الجسمى و قوة عضلاته و مهارته الحركية و رياضيته التى تساعد على نمو جسمه و يحاول أن يظهر بمظهر جسمانى لائق يمكنه من التوافق الاجتماعى مع أقرانه (١٥ : ٢٩٣) ، بالإضافة إلى أن أفراد مرحلة المراهقة المبكرة يقبلون بصفة خاصة على ممارسة النشاط البدنى بغرض تحسين مظهر و شكل الجسم. (٦ : ١٢٦)

ولأن السلوك الرياضى ليس سلوك تلقائى إنما هو رد فعل طبيعى لمجموعة من الدوافع (٢ : ٢٢) ، و لأن الدوافع محركات السلوك و يظل الإنسان فى حالة من عدم الاتزان الذى لا يزول إلا بإشباع هذه الدوافع ، لذلك فإن إشباع حاجة الفرد يبدل حالته من حالة عدم التوازن النفسى إلى تحقيق التوازن النفسى . (٣٨ : ٧٠) ، ولأن التوافق النفسى يتحقق بإشباع حاجات الفرد و دوافعه أى أن التوافق يقلل من التوتر و يتحقق هذا عن طريق الاعتدال فى الإشباع . (٣٩ : ٨٠)

كما أن مرحلة المراهقة المبكرة هى مرحلة الممارسة التخصصية حيث يبدأ اللاعب فى تخصص فى نشاط رياض معين فى سن ١٤ لذلك فإنه من الضروري التعرف على التوجهات الدافعية لمرحلة المراهقة المبكرة حتى نستطيع تطويرها فى اتجاه ايجابى يساهم فى عملية التدريب و أيضاً إشباع دوافع هذه المرحلة حتى يتحقق التوافق النفسى لديهم ويكون لدينا جيل رياضى قادر على تحقيق الإنجازات الرياضية .

أهداف البحث

يهدف البحث الحالى إلى التعرف على :

١. توجه الدافعية و التوافق النفسى للممارسين وغير الممارسين للرياضة (بنين و البنات) .
 ٢. الفروق فى توجهات الدافعية و التوافق النفسى للممارسين للرياضة (بنين و بنات) .
 ٣. العلاقة بين توجه دافعية ممارسة الرياضة و التوافق النفسى لعينة البحث الممارسين و غير الممارسين للرياضة .
 - ٤.
 ٥. فروض البحث
١. توجد فروق دالة إحصائية بين مجموعات البحث الأربعة فى أبعاد توجه الدافعية و التوافق النفسى .
 ٢. توجد فروق دالة إحصائية بين الممارسات بنات و الممارسين بنين فى أبعاد توجه الدافعية و فى التوافق النفسى .
 ٣. توجد علاقة دالة إحصائية بين توجه دافعية ممارسة الرياضة و التوافق النفسى لعينة البحث الممارسين و غير الممارسين .

الإطار النظري

تناول البحث في الفصل الثاني

١. الدافعية
 ٢. تصنيف الدوافع
 ٣. الدافعية الداخلية والخارجية
 ٤. توجه الدافعية
 ٥. الدافعية في الأداء الرياضي
 ٦. الدافعية و الرياضة في مرحلة المراهقة المبكرة
 ٧. مفهوم التوافق النفسي
 ٨. أبعاد التوافق النفسي
 ٩. التوافق النفسي و ممارسة الرياضة
 ١٠. التوافق النفسي و ممارسة الرياضة في مرحلة المراهقة المبكرة
 ١١. خصائص النمو في مرحلة المراهقة
 ١٢. الدراسات المرتبطة العربية والأجنبية
- دراسات مرتبطة بالدافعية و عددها (٩) دراسات بالعربية ودراسات بالإنجليزية و (٣) دراسات مرتبطة بالتوافق النفسي

إجراءات البحث

• المنهج

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي

• مجتمع البحث

(٣٠٠) ولد و بنت من المشتركين في استاد المنصورة

• عينة البحث

- بلغ حجم عينة البحث (٢٠٠) ولد و بنت من المشتركين مقسمين كالتالى :
- (٥٠) ولد من الممارسين للنشاط الرياضى
- (٥٠) بنت من الممارسات للنشاط الرياضى
- (٥٠) ولد من غير الممارسين للنشاط الرياضى
- (٥٠) بنت من غير الممارسين لنشاط الرياضى

• أدوات جمع البيانات

١. اختبار التوجه الرياضى إعداد ديانا جيل Gill ١٩٩٣ تعريب محمد حسن علاوى
٢. مقياس التوافق النفسى لتلاميذ المرحلة الإعدادية إعداد عيبر إبراهيم السيد ١٩٩٩

• الدراسة الاستطلاعية

- كان قوامها (٨٠) بنت و ولد من المشتركين فى استاد المنصورة مقسمين كالتالى :
- (٢٠) ولد من الممارسين للنشاط الرياضى
- (٢٠) بنت من الممارسات للنشاط الرياضى
- (٢٠) ولد من غير الممارسين للنشاط الرياضى
- (٢٠) بنت من غير الممارسين لنشاط الرياضى

• المعالجات الإحصائية المستخدمة

- صدق التمايز
- المتوسط الحسابى
- معامل الالتواء
- معامل ارتباط بارسون
- تحليل التباين
- اختبار أقل فرق معنوى
- اختبار (ت) لدلالات الفروق

الاستخلاصات و التوصيات :

أولاً الاستخلاصات :

١. وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فى أبعاد التوجه الرياضى و التوافق النفسى لصالح الممارسين للنشاط الرياضى (بنين وبنات) عن غير الممارسين للنشاط الرياضى (بنين و بنات) مرحلة المراهقة المبكرة. in the stage of early adolescence
٢. توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) فى أبعاد (توجه التنافس و توجه الهدف) بين الممارسين للنشاط الرياضى بنين و بنات لصالح الممارسين بنين
٣. لا توجد فروق دالة إحصائية فى بعد توجه الفوز بين الممارسين لنشاط الرياضى بنين و بنات فى مرحلة المراهقة المبكرة .
٤. وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين أبعاد التوجه الرياضى و التوافق النفسى لدى البنين و البنات الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضى فى مرحلة المراهقة المبكرة .

ثانياً التوصيات :

١. توصى الباحثة بضرورة قياس التوجهات الدافعية لدى البنين و البنات الممارسين للنشاط الرياضى فى مرحلة المراهقة المبكرة حتى نستطيع تطوير التوجهات الدافعية لديهم فى اتجاهات ايجابية مما يسهل عملية تعلم المهارات الحركية .
٢. أن يقوم المدربين بعمل برامج تشبع دافعية اللاعبين فى مرحلة المراهقة المبكرة حتى أثناء عملية التدريب يتحقق التوافق النفسى لديهم و يكون أدائهم بصورة أفضل أثناء المنافسة .

٣. نسبة كبيرة من العاملين فى مجال التدريب ليس من خريجي كليات التربية الرياضية فذللك يستخدمون أساليب غير تربوية مما يؤدى إلى عزوف الممارسين للأنشطة الرياضية فى مرحلة المراهقة المبكرة عن ممارستها لذلك يجب توفير مدربين متخصصين أو أخصائى نفسى يعاون هؤلاء المدربين .

٤. على مدرسين التربية الرياضية عمل برامج رياضية تجذب أفراد مرحلة المراهقة المبكرة لممارسة الرياضة حيث أن جميع أفراد هذه المرحلة لديهم دوافع للممارسة الرياضية .

٥. مرحلة المراهقة المبكرة تعد مرحلة الممارسة التخصصية و التى من خلالها نستطيع انتقاء الناشئين لذلك يجب الاهتمام بأفراد هذه المرحلة و تقديم الدعم النفسى و البدنى و الصحى لهم حتى يصبح لدينا جيل رياضى قادر على تحقيق إنجازات رياضية .

ملخص البحث باللغة الإنجليزية

1. Summary of the research:

This research is aiming at studying the relationship between motivations and the psychological adjustment in the early stage of adolescence, because this stage is a transitional stage in human life as Osama Kamel Rateb and Ibrahim Abdrahbu Kahlepha say " it is looking to the early stage of adolescence as physical, mental and social transition between childhood and stage of maturity and youth. This stage has its importance in forming the personality of individual for the changes that accompany it which have its effects in the various fields of growing up (G:1/5), and because exercising sport activity give the individual a high degree of ability to personal and social adjustment and sot the individual can adjust with himself and the society in which he live (39:103).

Also, the psychological adjustment is achieved by with: fulfilling the needs and motives of the individual. The sports' environment helps to fulfill needs and motives of the early stage of adolescence and that's why the researcher studied motivations and its connection with psychological adjustment in the early stage of adolescence.

The problem of the research and its importance:

The stage of early adolescence is characterized with the quick physical growth and a huge mutation in growth (6:115), and because the reactions of adolescents are affected with the external changes that came to human bodies and change of proportions of human body (26:258). As a result to these changes the teenagers could be accompanied with psychological problem such as: personal non-adjustment as a result of the change of body as increasing of tall and Abdel Hamid Alshazly says that "the human being is in a state of continuous reaction with his environment and he could fail in achieving adjustment, and among causes of this failure is the change form of body as increasing tall or shortness or

thinness or fatness (23:71). All these changes are happening in adolescence as a result of growth.

Each stage of growth has its requirements, for example; in the stage of early adolescence from (12) to (15) years old as boys and girls have motives to practice different sports' activities as Kahlil Awad Michael points to "that the teenager cares for his physical appearance, strength of his muscles, physical skills and his exercise of sports that help to the growth his body and he tries to appear in a fit physical appearance to be able to adjust socially with his peers (293:15), in addition that members of early stage of adolescence like to exercise physical activity to improve appearance and form of body (126:6).

The sportive behavior or attitude is not an automatic attitude but it is a natural reaction for a collection of motives (2:22) because of the motives are stirrer to attitudes and the human being is still in a state of unbalance which doesn't stop without the fulfillment of these motives, so the fulfilling of the need of the individual changes his state from psychological non-balance to psychological balance (70:38). The psychological adjustment is achieved to fulfill needs and motives of the individual, which means that adjustment decrease irritation and this is achieved through moderation of fulfillment (80:39).

The stage of early adolescence is the stage of special exercise as the player is starting in be specialized in sport activity, a certain one at age 14, so it is necessary to know the motivations of the early stage of adolescence to be able to develop it in a positive way contributing in exercise process and also in fulfilling motives of this stage to achieve psychological adjustment for them and to have a sportive generation able to achieve sportive achievements.

Aims of research:

The present research is aiming to acknowledge the following:

- 1- Motivations orientation of Practicing Sports for girls and boys.
- 2- The relationship between motivations and psychological adjustment for practitioner for boys and girls of sportive activity in the stage of early adolescence.
- 3- The relationship between motivations and psychological adjustment for non-practitioner for boys and girls of sportive activity in the stage of early adolescence.

of the research:

- 1- There are differences of statistic indicator between motivations and psychological adjustment of research specimen of practitioner and non-practitioner of sportive activity (boys and girls) in the stage of early adolescence.
- 2- There are differences of statistic indicator between motivations orientation There are differences of statistic indicator between motivations
- 3- There is a relation of statistic indicator between motivations of practising sportive activity and the psychological adjustment of research specimen from practitioner and non-practitioner of sportive activity (boys and girls) in the stage of early adolescence

Theoretical Frame:

The research dealt in the second chapter with the following:

- 1- Motivation
- 2- Classification of motives.

- 3- Classification of motivation.
- 4- Motivation orientation .
- 5- Motivation in the sportive activity.
- 6- Motivation and sport in the stage of early adolescence.
- 7- Conception of psychological adjustment.
- 8- Dimensions of psychological adjustment.
- 9- Psychological adjustment and practicing sports.
- 10- Psychological adjustment and practicing sports stage of early adolescence
- 11- Characteristics of growth in the stage of early adolescence.

Also the research examined some Arab and foreign studies which are connected with the subject. The researcher has got (12) studies among then 10 Arab studies, 7 about motivations and 3 about psychological adjustment, as for the foreign studies, they are 2 about motivations.

Research procedures:

Method research:

The researcher used the descriptive method (survey studies):

1- Society or group of research:

(300) Girls and boys who are participants in Mansoura stadium of practitioner and non-practitioner in the sportive activity.

2- Research specimen:

200 boy and girl who are participants in Mansoura stadium (100) boy divided into 50 practitioner and 50 non practitioner of the sportive activity, and (100) girl divided into 50 girls practitioner and 50 non-practitioner of sportive activity.

3- Methods of collecting data:

Examination of the sportive trend, designed by Diana Gill (1993), translation by Mohamed Hassan Alwai.

Scale or measurement of psychological adjustment for preparatory stage.
Designed by (Abeer Ibrahim Al Saed, 1999).

The explorational study:

The magnitude of the explorational study amounted (80) boys and girls, its description was as follows.

20 practitioner boy for sportive activity.

20 non-practitioner boy for sportive activity.

20 practitioner girl for sportive activity.

20 non-practitioner girl for sportive activity.

It was for finding the scientific treatment of the used measurement.

Statistic treatments (factors):

- 1- Differentiation.
- 2- Mathematical average and normative deviation.
- 3- Torsion factor.
- 4- Person correlation factor.
- 5- F. test.
- 6- L. sid.
- 7- T .test

Results:

- 1- There are differences of statistic at the standard (0.05) indicator for the advantage of the practitioner of sportive activity and the psychological adjustment in the dimensions of sportive trend in the stage of early adolescence.
- 2- There are differences of statistic at the standard (0.05) indicator Between boys and girls on (competition orientation and aim orientation) dimensions of boys.

- 3- no differences between girls and boys in win orientation in the stage of early adolescence .
- 4- There is a positive correlative relationship at the standard (0.05) between dimensions of sportive trend and psychological adjustment for (boys and girls) who practice and non practice the sportive activity in the stage of early adolescence

Recommendation:

- 1- The researcher is recommended with the necessity of measuring the motivations for practitioner of boys and girls of the sportive activity in the stage of early adolescence so that we can develop motivations trends for them in the positive trends to facilitate the process of learning movement skills.
- 2- The trainer should design a program to fulfill the motives of the players in the stage of early adolescence to achieve the psychological adjustment for them.
- 3- A large percent of the workers in training field are not graduators of the sportive education so that they use an educational techniques that lead to rejection of practitioner in the sports activities in the stage of early adolescence so we should provide a psychological specialist for these trainers.
- 4- The teachers of sport education should make sports programs to attract individuals of the stage of early adolescence to practice sports as all members of this stage have motives to practice sportive activities.
- 5- The stage of early adolescence is considered a stage of specialized practice and through it, we could choose the beginners, so we should care about the members of this stage and provide the

psychological support and physical and health support for them to have a sportive generation capable of achieving sportive successes and achievements.



Zagazig University
Faculty Of Physical Education
Department Of Education and Social Science

**The Motivation Orientation of Sport practitioner
And non-practitioner Teenagers and its
relation With Psychological coincidence**

By
Eiman Abd Elhady
Specialist - student Well care
Mansoura University

**Research Among the Partial Fulfillments Of Master in
Physical Education**

Supervised

Prof. Dr Laila Hamed Sowan
Prof. Psychological sport
Education and Social Science Dep
Zagazig University

Dr. Hooda Abd Elhmid Abd Elwahab
Teacher. Psychological sport
Education and Social Science
Zagazig University

٢٠٠٦