

قياس اتجاهات طلاب بعض كليات جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية نحو ممارسة النشاط البدني في ضوء بعض المتغيرات

د. مازن صالح الجصاص
قسم التربية البدنية - كلية علوم الرياضة والنشاط
البدني - جامعة الملك سعود

د. ثابت أحمد العيزري
قسم التربية البدنية - كلية علوم الرياضة والنشاط
البدني - جامعة الملك سعود

(قدم للنشر في ٥/١٢/٢٠١٨ م ؛ وقبل للنشر في ٢٤/١/٢٠١٩ م)

الكلمات المفتاحية: الاتجاهات، طلاب الجامعة، النشاط البدني.

ملخص البحث: هدف البحث الى التعرف على اتجاهات طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية نحو ممارسة النشاط البدني، وتحديد الفروق في الاتجاه نحو النشاط البدني تبعاً لمتغيرات، المستوى الدراسي، والعمر، والكلية واستخدم الباحثان المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من (٢٤٢) طالب، أُختيروا بطريقه عشوائية، وطُبق عليهم مقياس كينون للاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني والتي تكونت من (٥٤) فقرة، وبعد جمع البيانات عولجت باستخدام البرنامج الاحصائي spss وأظهرت نتائج البحث أن الاتجاه نحو النشاط البدني العام لدى أفراد العينة كان متوسطاً، بمتوسط حسابي (٤٠, ٣)، وجاء المحور (الخبرة الجمالية، الخبرة الاجتماعية، الصحة واللياقة) ايجابي، اما بالنسبة باقي المحاور فقد كان الاتجاه نحو النشاط البدني متوسط (خفض التوتر ، التفوق الرياضي، التوتر والمخاطرة)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي لصالح المستوى الثالث والرابع مقارنة بالأول والثاني، وملتغير العمر لصالح الأكبر سناً، وملتغير الكلية لصالح كلية الآداب (انسانية) مقارنة بكلية الزراعة (علمية)، وفي ضوء هذه النتائج أوصى الباحثان بضرورة تفعيل دور النشاط الطلابي في الجامعات لإيجاد برامج وأنشطة ذات مضامين ايجابي للنشاط البدني، تهدف إلى تعزيز وتنمية الاتجاه الإيجابي نحو ممارسته وأهميته، بين أوساط المجتمع الجامعي، والتنسيق والتكامل بين التعليم العالي والصحة والإعلام؛ لتكثيف حملات الوعي الثقافي للاتجاه نحو لنشاط البدني في المجتمع اليمني.

Measurement of Students Trends of some Faculties of Thamar University in Yemen towards the Physical Activity through some Variables

Dr. Thabit Ahmed Al-aizari

*Physical Education - College of Sport Sciences
& Physical Activity -King Saud University*

Dr. Mazen Saleh Aljassas

*Physical Education - College of Sport Sciences
& Physical Activity -King Saud University*

(Received 5/12/2018 ; Accepted for publication 24/1/2019)

Keywords: Trends, University Students, and Physical Activity.

Abstract: The research aims to identify the students` trends of Thamar University in Yemen towards physical activity, and to specify the trend differences towards the physical activity according to the variables of the studying level, the age, and the faculty. The researchers used the descriptive approach. The sample consisted of (242) students who randomly selected, and the Kinon scale for trend towards the physical activity was applied on them, which consisting of (54) paragraphs. After collecting data, data were corrected using the spss statistical program, and the results of the research showed that the trend towards general physical activity for the sample individuals were medium, at an average of (3.40). The results on the axes showed that (aesthetic experience, social experience, health and fitness) were positive, while the other the axes (stress reduction, athletic superiority, tension and risk) were medium. The results also showed that there were statistically significant differences according to variable of the studying level in favor of the third and fourth level compared to the first and the second, and for variable of the age in favor of the oldest, and for the faculty variable in favor of Faculty of Arts (Humanities) compared to the Faculty of Agriculture (scientific). Through of these results, the researchers recommended the need for activation of the role of student activity in universities to create programs and activities with positive implications for physical activity, which aim to promote and develop a positive trend towards its practice and importance among the university community, and to intensify the cultural awareness campaigns for the trend toward physical activity in Yemeni community.

مقدمة ومشكلة البحث

أصبحت حياة الكثير في عالمنا المعاصر تعتمد على ما توفره الحضارة لنا من وسائل الراحة والرفاهية الجسمانية فأصبحت الحركة قليلة والنشاط البدني لا وجود له إلا في نطاق ضيق، إضافة للضغوط النفسية والحياتية، مما يؤدي إلى حياة تكثرت فيها نسبة المخاطر الصحية التي يتعرض لها الفرد، ويمكن القول بأن نسبة أمراض القلب تزداد مع زيادة الاعتماد على وسائل الراحة والرفاهية والحمول المترافق بنمط غذائي تتوفر فيه كميات زائدة عن الحاجة من الطاقة التي يحتاجها الجسم فيزداد معها الوزن ويرفع الضغط الدموي وتصلب الشرايين فتزداد الإصابة بأمراض القلب عامة. (الحسنات، ٢٠٠٩م)

أن الاتجاهات الرياضية تعد من أنواع الدوافع المكتسبة أو الاجتماعية المتهمة للسلوك، والاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني تقدم دوراً مهماً في الارتقاء بالنشاط البشري؛ لأنها تمثل القوة التي تحرك الفرد، وتثيره لممارسة هذا النشاط، والاستمرار في ممارسته بصورة منتظمة (علاوي، ١٩٩٢م). ويشير (الجفري، ٢٠١٤م) بأن تنمية الاتجاه الإيجابي نحو النشاط البدني يعد ضرورة ومخرجاً تربوياً واجتماعياً للتغلب على المشكلات الصحية والنفسية والسلوكية والأخلاقية المتعلقة بالتقدم التقني لدى جميع افراد الطبقات الاجتماعية.

حيث أثبتت كثير من الأبحاث والدراسات أهمية النشاط البدني وتأثيره الايجابي على الصحة، فهو يقلل من احتمالات الإصابة بعدد من الأمراض المزمنة كالسمنة وأمراض القلب والسكري والسرطان، وغيرها، ويستفيد الجميع من مختلف الطبقات الاجتماعية، ومن مختلف الأعمار من ممارسة النشاط البدني والرياضة بانتظام والتغذية السليمة عوامل مساعدة في تغيير نمط الحياة للأفراد. (الهزاع، ٢٠١٤م).

ويشير (مفتي، ٢٠٠٤م)، أن الممارسة المنتظمة للنشاط البدني المعتدل الشدة (على الأقل) وارتفاع اللياقة البدنية للفرد

تحملان في طياتهما تأثيرات إيجابية حمة على وظائف الجسم المختلفة، وتعودان بفوائد صحية كثيرة على الإنسان. وعلى العكس من ذلك فإن الحمول البدني والركون للراحة يقودان إلى جملة من الآثار السلبية على صحة الفرد. وهناك من الأدلة العلمية التي تشير إلى التأثير الإيجابي للمستوى المرتفع من النشاط البدني المنتظم المتمثل في انخفاض مخاطر الأمراض القلبية الوعائية بصورة عامة، وأمراض الأوعية القلبية بصورة خاصة، وانخفاض ضغط الدم، وانخفاض مخاطر الإصابة بسرطان القولون، ومرض السكري (المزيني، ٢٠٠٣م).

لهذا فإن اتجاهات الطلاب نحو ممارسة النشاط البدني يُعد من الأدلة المهمة والأساسية للشباب، و في بناء شخصياتهم المستقبلية، وأن الكشف عن اتجاهات الطلاب نحو ممارسة النشاط البدني يكون عن طريق مراعاة حاجاتهم، وميولهم، وانتقال الخبرات لهم، وهذا يتم بواسطة التفاعل بين المؤسسة متمثلة بالقائمين على العملية التعليمية، والمسؤولين فيها، والدراسة الجدية في بناء مقياس للاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني، حيث أثبتت العديد من البحوث أن مستوى اللياقة البدنية، هي التي تمثل كفاءة الطالب وميوله لممارسة الأنشطة البدنية المختلفة (محمود، ٢٠٠٧م).

ويؤكد سلامة، (٢٠١١م)، والهزاع (٢٠١٤م) ان التوجه نحو مزاولة النشاط الرياضي سواء كان بغرض شغل وقت الفراغ أو كان بغرض التدريب للوصول إلى المستويات الرياضية العالية يعتبر طريقاً سليماً نحو تحقيق الصحة، حيث إنه من خلال مزاولة ذلك النشاط يتحقق للفرد النمو المتكامل من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية، وهذا في الواقع يساعد على تحقيق مفهوم الصحة كما عرفتها منظمة الصحة العالمية بأنها ليست خلو الفرد من المرض أو الأعجاز ولكنها تكامل النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية، ومن خلال ممارسة النشاط الرياضي نجد أن هناك فرصاً كثيرة لتحقيق هذا المفهوم.

والمعلومات المتعلقة بالنشاط البدني التي تشكل الوعي الثقافي والصحي للمجتمع، ومن هذه المعارف والمعلومات التوجه الإيجابي نحو ممارسة النشاط البدني، إذ إنَّ الشباب الجامعي هم أبناء المستقبل الذين يمكنهم بأفكارهم وخبراتهم تغيير كثير من المفاهيم الخاطئة المتعلقة بالنشاط البدني. تتمثل الأهمية للدراسة فيما يلي:

١- تعدُّ الدراسة الأولى على حد علم الباحثان، التي تبحث في معرفة اتجاهات طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية نحو النشاط البدني.

٢- تساعد نتائج هذه الدراسة في التخطيط للارتقاء بالنشاط البدني لدى طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية.

٣- تساعد هذه الدراسة الجامعة على تصميم المناهج واختيار الأنشطة، والوسائل اللازمة لبث النشاط البدني لدى طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية.

٤- تمثل هذه الدراسة مرجعاً لغيرها من الدراسات في المجال نفسه.

أهداف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على اتجاهات طلاب بعض كليات جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية نحو ممارسة النشاط البدني في ضوء بعض المتغيرات (والمستوى الدراسي، الكلية، العمر) وذلك من خلال الآتي:

١- التعرف على اتجاهات طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية نحو ممارسة النشاط البدني.

٢- التعرف على الفروق في اتجاهات طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية نحو ممارسة النشاط البدني تبعاً لمتغيرات (والمستوى الدراسي، الكلية، العمر).

ويرى الباحثان إن الشباب في المرحلة الجامعية مقبلون على حياة جديدة، فلا بد أن يكون لديهم الاتجاه الإيجابي نحو ممارسة النشاط البدني، فهم من ناحية مسؤولين عن أنفسهم، وعن أسرهم، ومن ناحية أخرى مسؤولين عن توعية وإنشاء جيل بعد جيل في المستقبل، ومن ثمَّ فإنه من الضروري الكشف عن واقع اتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني؛ وذلك لتلافي الآثار الضارة المترتبة على الاتجاه المتوسط أو السلبي نحو النشاط البدني لهذا القطاع المهم من أفراد المجتمع.

ومن خلال عمل الباحثان في المجال الأكاديمي الجامعي لتدريس - ملاحظة أن عدد قليل من الطلاب الذين يمارسون النشاط البدني والبعض الآخر من الطلاب لديهم اتجاه سلبي أو متوسط نحو أهمية أو ممارسة النشاط البدني، وبالاطلاع على عدد من الدراسات السابقة ذات العلاقة بالاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني كدراسات (الجفري ، ٢٠١٣م)، (الأطرش، ٢٠١٦م)، (حمزة ، ٢٠١٧م) (أبو طامع ، ٢٠٠٥م)، (جون، 2000، Jevon)، (ذبابات، ٢٠٠٢م)، سمير وآخرون (٢٠٠٩م)، ودراسة العتيبي (٢٠١٧م)، محمود إسماعيل (٢٠٠٧م)، الحاجة، هدى (٢٠٠١م)، ودراسة نشمي، عماد (٢٠١٠م) التي أجريت في بيئات مختلفة من حيث الاتجاه والفروق، إلا أن البيئة اليمنية على حد علم الباحثان لا توجد بها دراسات أجريت في هذا المجال على طلاب الجامعة، مما دفع الباحثان للقيام بإجراء الدراسة الحالية على شريحة مهمة من شرائح المجتمع المتمثلة بطلاب الجامعة، كون هذه الشريحة ستتحمل مسؤولية إعداد أجيال واعدة تُعدُّ الركيزة الأساسية لبناء مستقبل مشرق.

أهمية البحث

يُعدُّ قطاع الشباب الجامعي أحد الشرائح الأساسية في المجتمع الذي يجب تزويده بقدرٍ مُناسب من المعارف،

ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، وتكونت عينه الدراسة من (٢٠٠) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية، استخدم الباحث مقياس (كينون) كوسيله لجمع البيانات، وللإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخدام المعاملات العلمية الإحصائية، وبعد تحليل النتائج توصل الباحث إلى أن اتجاهات طلبة كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير نحو ممارسة النشاط البدني كانت سلبية، إضافة الا انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات الطلبة نحو النشاط الرياضي تعزى لمتغيرات الجنس، ، والتخصص، والمستوى الدراسي.

أجرى (بالقاسم، ٢٠١٦م) دراسة بعنوان " اتجاهات تلميذات المرحلة المتوسطة نحو ممارسة النشاط الرياضي التربوي في ضوء بعض المتغيرات (طبيعة الممارسة، المستوى الدراسي، والمستوى الاقتصادي للأسرة" هدفت هذه الدراسة الى التعرف على الاتجاهات النفسية لدى الطور المتوسط نحو ممارسة النشاط الرياضي التربوي في ضوء بعض المتغيرات ، ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، وتكونت عينه الدراسة من (١٢٠) تلميذة تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية، استخدم الباحث مقياس (كينون) لقياس الاتجاهات (كوسيله لجمع البيانات، وللإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخدام المعاملات العلمية الإحصائية، وبعد تحليل النتائج توصل الباحث إلى أن اتجاهات تلميذات المرحلة المتوسطة نحو ممارسة النشاط الرياضي التربوي كانت ايجابية، إضافة الا انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي تعزى لمتغيرات طبيعة الممارسة لصالح الممارسين، ، المستوى الاقتصادي للأسرة لصالح الحالة الاقتصادية المرتفعة، والمستوى الدراسي لصالح المستوى المتقدم.

أسئلة البحث

- ١- ما هي اتجاهات طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية نحو ممارسة النشاط البدني؟
- ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية نحو ممارسة النشاط البدني، تعزى لمتغيرات (المستوى الدراسي، والكلية، العمر)؟

مصطلحات الدراسة

الاتجاه

يعرف العتوم الاتجاه بأنه " ميل وتوجه من الافراد لإصدار حكم بالتأييد أو المعارضة أو المحايدة تجاه الأشياء والأشخاص والمواقف" (العتوم، ٢٠٠٩)

لقد عرف (الشرجي) الاتجاه بأنه " عبارة عن تكوين فرضي يعبر عن استعداد نفسي أو تهيؤ عقلي عصبي متعلم نسبياً للاستجابة الموجبة أو السالبة (القبول أو الرفض)؛ ويحدد سلوك الفرد ومشاعره نحو أشخاص أو أشياء أو موضوعات ويقع ما بين المثير والاستجابة" (الشرجي، ٢٠١٥م)

الاتجاه نحو النشاط البدني: " هو مفهوم يعبر عن محصلة استجابات الفرد نحو معارف وخبرات مرتبطة بالنشاط البدني وذلك من حيث تأييد الفرد لهذه المعارف والخبرات أو معارضته لها" (الجفري ٢٠١٤م).

الدراسات السابقة

أجرى (حمزة، ٢٠١٧م) دراسة بعنوان " اتجاهات طلبة اتجاهات طلبة كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي وعلاقتها ببعض المتغيرات" هدفت هذه الدراسة الى التعرف على اتجاهات طلبة كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير نحو ممارسة النشاط البدني والرياضي وعلاقتها ببعض المتغيرات ،

وكذلك تحديد الفروق في اتجاهات الطلبة حسب المتغيرات، الجنس، والبرنامج الاكاديمي، والتخصص، والمستوى الدراسي، الممارسة الرياضية، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية الطبقية، وكان عددها (١٣٥) طالباً و طالبة، تم استخدام مقياس كينون المعدل لقياس الاتجاهات، وبعد التحليل الأخصائي، أشارت النتائج إلى وجود اتجاهات إيجابية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، إضافة الا انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات الطلبة نحو النشاط الرياضي تعزى لمتغيرات الجنس، والبرنامج الاكاديمي، والتخصص، والمستوى الدراسي، بينما كانت الفروق دالة احصائياً تبعاً لمتغير الممارسة الرياضية ولصالح الممارسين لنشاط البدني.

و أجرى ماك (Mack, 2004) دراسة بعنوان " التغيرات في المواقف على المدى القصير نحو النشاط البدني لطلاب جامعة ويلنس " وهدفت الدراسة إلى التعرف على التغيير في اتجاهات طلبة الجامعة المسجلين في مساق، العافية الشخصية نحو ممارسة النشاط والتدريب البدني، وقد استخدم الباحث مقياس الاتجاهات نحو النشاط والتدريب البدني (ATEPA) كأداة لجمع البيانات، حيث طبق القياس على عينة من الطلبة بلغت (١٦٢٥) طالباً وطالبة في اليوم الأول، واليوم الأخير من أيام المساق، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تغير اتجاهات جميع أفراد عينة الدراسة نحو النشاط والتدريب البدني، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في تغيير اتجاهات الطلبة نحو النشاط والتدريب البدني تبعاً لمتغير الجنس، والخبرة في النشاط البدني لصالح الطالبات.

أجرى كوكا وديميرهان (Demirhan G Koca c,2004) دراسة بعنوان "الاتجاهات لدي طلاب المدارس الثانوية نحو التربية البدنية تبعاً لطبيعة الجنس والمشاركة الرياضية" هدفت

كما أجرى (الأطرش، ٢٠١٦م) دراسة بعنوان "قياس التغير في مستوى الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي بعد دراسة مساق اللياقة البدنية بجامعة النجاح الوطنية" وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بعد دراسة مساق اللياقة البدنية، وكذلك تحديد التغير في مستوى الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بعد دراسة مساق اللياقة البدنية، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية (٤٠) طالب وطالبة، تم استخدام استبيان لجمع البيانات، والمنهج المستخدم هو المنهج الوصفي، وبعد التحليل الأخصائي، أشارت النتائج إلى أن اتجاهات طلبة مساق اللياقة البدنية نحو ممارسة النشاط الرياضي بعد دراسة المساق في الاختبار البعدي كانت إيجابية، بعد ان كانت متوسطة قبل دراستهم المساق في الاختبار القبلي.

أجرى (الجفري، ٢٠١٤م) دراسة بعنوان " اتجاهات طلبة جامعة الملك عبد العزيز بالملكة العربية السعودية نحو ممارسة النشاط البدني" هدفت هذه الدراسة التعرف إلى اتجاهات طلبة جامعة الملك عبد العزيز نحو ممارسة النشاط البدني، ولقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٧٥) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية، استخدم الباحث الاستبانة كوسيلة لجمع البيانات، وللإجابة عن تساؤلات الدراسة تم استخدام المعاملات العلمية الإحصائية، وبعد تحليل النتائج توصل الباحث إلى أن اتجاهات طلبة جامعة الملك عبد العزيز نحو النشاط البدني كانت إيجابية.

كما أجرى (أبو طامع، ٢٠٠٥م) بأجراء دراسة بعنوان "اتجاهات طلاب كلية فلسطين التقنية- حضوري نحو ممارسة النشاط البدني" وهدفت الدراسة إلى التعرف إلى اتجاهات طلبة كلية فلسطين التقنية- حضوري نحو ممارسة النشاط البدني،

اتجاهات طلبة الجامعة في كوريا نحو التربية الرياضية ومستويات النشاط الرياضي، حسب المدارس العامة تبعاً لمتغيرات السنة الدراسية، وجنس الطلبة، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٩٣) طالباً من جامعتين هما يونغ نام (ueungnam)، وجامعة شينغ نام (Chengnam) وطبق الباحث استبانة غودن (Godin) نحو النشاط الرياضي ومقياس آدمز (Adams) على طلبة في الجامعتين المذكورتين، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود اتجاهات إيجابية لدى الطلبة نحو ممارسة النشاط الرياضي والتربية الرياضية، كما أظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق في الاتجاهات، والمواقف نحو النشاط الرياضي لدى الطلبة .

وأجرى يونج ماري (Young I. Mary 1990) دراسة بعنوان "التكيف الاجتماعي الشخصي واللياقة البدنية والاتجاهات نحو التربية الرياضية لدى طالبات المدرسة الثانوية وفقاً للمستوى الاقتصادي والاجتماعي"، وهدفت الدراسة الى التعرف علي التكيف الاجتماعي الشخصي واللياقة البدنية والاتجاهات نحو التربية الرياضية لدي طالبات المدرسة الثانوية وفقاً للمستوى الاقتصادي والاجتماعي، واشتملت عينة البحث ١١٤ طالبة يشكلن طالبات الصف الحادي عشر الصف الثاني الثانوي بمصر، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتم قياس هذه المتغيرات من خلال اختبار كاليفورنيا للشخصية - نموذج AA الثانوي، جرد موقف ملابس - نموذج A، واختبار لياقة الشباب AAHPER. تم تحديد المستوى الاجتماعي الاقتصادي باستخدام مقياس McCall وكانت من أهم نتائج هذه الدراسة وجود فرق كبيرة بين المجموعات الاجتماعية الاقتصادية في مسألة التكيف - الاجتماعي، حيث أظهرت المجموعة الاجتماعية والاقتصادية العالية نتائج ضبط أفضل من المجموعة المتوسطة والمجموعة

الدراسة إلى التعرف على موقف واتجاهات طلاب المرحلة الثانوية نحو التربية البدنية بناء على المشاركين وغير المشاركين في التربية البدنية بين الطلاب والطالبات، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي وبلغت العينة (٤٤٠) من الطلبة المشاركين بواقع (١٧٥) مشاركة و٢٦٥ مشارك، و(٤٢٧) من الطلبة غير المشاركين بواقع (٢٢٧) طالبة و٢٠٠ طالب) والجميع من عمر (١٥) سنة. وأظهرت أهم النتائج أن هناك فروق داله إحصائياً بين اتجاهات الطلاب المشاركين وبين غير المشاركين نحو التربية البدنية ولصالح الطلاب المشاركين، وهناك فروق داله إحصائياً بين اتجاهات الطلاب الذكور المشاركين وبين الطالبات المشاركات نحو التربية البدنية ولصالح الطلاب الذكور.

أجرى أيضاً (ذيابات، ٢٠٠٢م) دراسة بعنوان "اتجاهات طلبة جامعة العلوم والتكنولوجيا الأردنية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية" وهدفت الدراسة إلى معرفة وبحث الفروق في الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية تبعاً لمتغيرات (الجنس، والسنة الدراسية، ومكان الإقامة، والكلية)، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية الطبقية، وكان عددها (٣٨٥) طالباً و طالبة، تم استخدام استبيان مكون من (٣٤) فقرة موزعة على خمسة مجالات هي (الأكاديمي، والصحي، والنفسي، والاجتماعي، والإمكانات)، وأشارت النتائج إلى وجود اتجاهات إيجابية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، ولم تظهر النتائج أية فروق داله إحصائياً تبعاً لمتغير الجنس، ومتغير مكان الإقامة، في حين أظهرت النتائج فروقاً ذات دلالة إحصائية تُعزا لمتغيري السنة الدراسية، والكلية، لصالح طلبة كلية طب الأسنان .

كما قام جون (Jevon,2000) بأجراء دراسة بعنوان " العلاقة بين اتجاه طلاب الجامعات الكورية نحو التربية البدنية ومستوى النشاط البدني " وهدفت الدراسة إلى التعرف على

جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية والبالغ عددهم وفق إحصائيات قسم الإحصاء والمعلومات في الجامعة خلال العام الدراسي (١٤٣٨/١٤٣٩هـ)، (٢٠٠٠) طالب.

عينة البحث

اختيرت عينة الدراسة بطريقة عشوائية طبقية من الطلاب المسجلين في كليات الجامعة في الفصل الدراسي الأول للعام (١٤٣٨/١٤٣٩هـ)، حيث تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب، وتم استبعاد (٥٨) استبانة من العينة وذلك لعدم استرجاعها أو اكتمال الإجابة عليها بشكل صحيح، لتصبح عدد العينة الفعلية التي تم تطبيقها (٢٤٢) طالب حيث تمثل هذه العينة ما نسبته (١٢٪) تقريباً من مجتمع الدراسة الأصلية والبالغ عددهم (٢٠٠٠) من كليات الجامعة حيث تم اختيار (٣) كليات وهي (كلية الزراعة، كلية العلوم التطبيقية، كلية الآداب). (١)

المتوسطة أفضل من المجموعة المنخفضة. كانت هناك أيضاً علاقات إيجابية هامة بين المتغيرات التالية: اللياقة البدنية والموقف تجاه التربية البدنية واللياقة البدنية والتكيف الشخصي، والموقف نحو التربية البدنية والتكيف الشخصي والاجتماعي. هذه العلاقات، في بعض الأحيان، تختلف وفقاً للمستوى الاجتماعي والاقتصادية وهناك علاقة إيجابية ذات دلالة بين اللياقة البدنية والاتجاهات نحو التربية الرياضية.

إجراءات البحث

منهج البحث

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمته طبيعة هذه الدراسة ولتحقيق أهدافها.

مجتمع البحث

يشتمل مجتمع الدراسة من طلاب ثلاث كليات من كليات

جدول رقم (١). يوضح توزيع عينة البحث ومعامل الالتواء.

| معامل الالتواء | العلوم التطبيقية (ن، ٨١) | | الزراعة (ن، ٨١) | | الآداب (ن، ٨٠) | | المتغير | |
|----------------|--------------------------|----|-----------------|----|----------------|----|------------|-----------------|
| | % | ك | % | ك | % | ك | | |
| ٠,٠٤- | ٤,٩٥ | ١٢ | ٢,٠٦ | ٥ | ١٠,٧٤ | ٢٦ | ٢٠-١٨ | العمر بالسنة |
| | ١٩ | ٤٦ | ٢٣,٩٦ | ٥٨ | ١٦,٥٣ | ٤٠ | ٢٣-٢١ | |
| | ٩,٥٠ | ٢٣ | ٧,٤٣ | ١٨ | ٥,٧٨ | ١٤ | أكثر من ٢٣ | |
| ٠,٢٦ | ١,٦٥ | ٤ | ٥,٣٧ | ١٣ | ٥,٧٨ | ١٤ | الأول | المستوى الدراسي |
| | ٧,٨٥ | ١٩ | ٩,٠٩ | ٢٢ | ١٠,٣٣ | ٢٥ | الثاني | |
| | ١١,٩٨ | ٢٩ | ٩,٠٩ | ٢٢ | ٨,٦٧ | ٢١ | الثالث | |
| | ١١,٩٨ | ٢٩ | ٩,٩١ | ٢٤ | ٨,٢٦ | ٢٠ | الرابع | |

الميدانية بدراسة استطلاعية، حيث اختير (٣٠) طالباً من المجتمع الكلي للبحث بطريقة عشوائية بمثابة عينة استطلاعية، لمعرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق، وكذلك وضوح البنود وملائمتها لمستوى العينة وخصائصه، والتأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس

من الجدول رقم (١) يتضح معامل الالتواء بين (٣ ±) وهذا يدل على تجانس المجموعات بين عينة البحث في متغيرات العمر والمستوى الدراسي.

عينة استطلاعية

قام الباحثان قبل المباشرة بإجراء الدراسة

المقياس على درجة عالية من الصدق والثبات والموضوعية وذلك لاستخدامه العديد من الدراسات التي أجريت على البيئة العربية، مثل دراسة عزيزة، سالم (١٩٧٧).

المستخدم (الصدق والثبات)، والتأكد من وضوح التعليمات، وقد استُبعدت تلك العينة الاستطلاعية من العينة الفعلية.

حدود البحث

الحدود المكانية

قام الباحثان بإجراء الدراسة في جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية.

الحدود الزمانية

قام الباحثان بإجراء الدراسة خلال العام الدراسي (١٤٣٨/١٤٣٩هـ).

الحدود البشرية

طلاب جامعة ذمار بالجمهورية اليمنية المنتظمون خلال العام الدراسي (١٤٣٨/١٤٣٩هـ).

أداة البحث والخصائص السيكومترية

استخدم الباحثان مقياس الاتجاه نحو النشاط البدني، هذا المقياس وصفة في الأصل جيرالد كينون kenyon (١٩٦٨) وقد استطاع كينون أن يحدد ستة (٦) ابعاد للاتجاهات نحو النشاط البدني. ملحق رقم (٣).

ولقد عربه علاوي عام ١٩٨٧م يشتمل المقياس ككل على (٥٤) عبارة، يقوم المفحوص بالاستجابة لكل عبارة بطريقة ليكرت على ميزان مدرج من خمس تدرجات. وقد أعد

جدول (٣). يوضح قيمة معامل ألفا كرونباخ لثبات الاستبانة.

| المحور | الخبرة الاجتماعية | الصحة واللياقة | الترويح وخفض التوتر | الخبرة الجمالية | التوتر والمخاطرة | التفوق الرياضي | الثبات الكلي |
|--------------|-------------------|----------------|---------------------|-----------------|------------------|----------------|--------------|
| درجات الثبات | ٠,٧٦ | ٠,٧٥ | ٠,٧٦ | ٠,٧٤ | ٠,٧٤ | ٠,٧٤ | ٠,٧٨ |

طريقة تطبيق الأداة

للحصول على المعلومات والبيانات تم توزيع أداة الدراسة على افراد عينة الدراسة واسترجاعها وفقاً لتالي؟

يتضح من جدول (٣) أن معامل ألفا كرونباخ لأبعاد الاستبانة بلغ (٠,٧٤ - ٠,٧٨) وهو معامل ثبات مناسب ومقبول في الدراسات الإنسانية.

جدول (٤). درجات العبارات الموجبة والسالبة.

| الآراء | موافق بشدة | موافق | متوسط | غير موافق | غير موافق بشدة |
|------------------|------------|-------|-------|-----------|----------------|
| العبارات الموجبة | ٥ | ٤ | ٣ | ٢ | ١ |
| العبارات السالبة | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ |

طريقة تقدير درجات المقياس

يتبع هذا المقياس تدرج الدرجات تبعاً للإيجابية وسلبية العبارات، وقد تم عكس درجات الفقرات السالبة قبل التحليل الإحصائي، أي أنه تعطى الدرجات (٥-٤-٣-٢-١) على الترتيب للعبارات الموجبة، كما تعطى على الترتيب الدرجات (٥-٤-٣-٢-١) للعبارات السالبة، والجدول (٥) يبين الفقرات السالبة والموجبة في المقياس.

- بعد اختيار العينة وموافقة إدارة الكليات تم توزيع الأداة من قبل الباحثان مع مساعدة أعضاء هيئة التدريس بالكليات.

- استرجعت (٢٤٢) استبانة من أصل (٣٠٠) إبي بنسبة (٨٠٪)

- بوبة البيانات وعولجت احصائياً.

مفتاح تصحيح المقياس

لقد تم تصحيح المقياس من خلال ملاحظة مكان العلامة (/) الموافقة لرأي المجيب مع الدرجة الموضوعية والمقابلة لذلك، وفي الأخير وبعد الانتهاء من عملية تقدير كل عبارة نقوم بحساب درجة المقياس ككل، ودرجة كل بعد من أبعاد المقياس الموافق لإحدى الفرضيات الموضوعية، وهذا لكل فرد في العينة كما يبينه الجدول (٤).

جدول رقم (٥). يوضح توزيع عبارات الاستبانة (الإيجابية والسلبية) على جميع المحاور.

| الأبعاد | رقم العبارات الإيجابية | ارقام العبارات السلبية | عدد العبارات |
|----------------------------------|-------------------------------|------------------------|--------------|
| النشاط البدني كخبرة اجتماعية | ١،٣،٤،٥،٨ | ٢،٦،٧ | ٨ |
| النشاط البدني لصحة واللياقة | ٩،١٠،١١،١٢،١٣،١٥،١٦ | ١٤،١٧ | ٩ |
| النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة | ٢٠،٢١،٢٣،٢٤،٢٥،٢٦ | ١٨،١٩،٢٢،٢٧ | ١٠ |
| النشاط البدني كخبرة جمالية | ٢٨،٢٩،٣٠،٣١،٣٢،٣٣،٣٤،٣٥،٣٦،٣٧ | ----- | ١٠ |
| النشاط البدني لخفض التوتر | ٣٨،٣٩،٤٠،٤١،٤٣،٤٤،٤٥ | ٤٢،٤٦ | ٩ |
| النشاط البدني للتفوق الرياضي | ٤٧،٤٩،٥١،٥٢،٥٣،٥٤ | ٤٨،٥٠ | ٨ |

قيمة في المقياس (الواحد الصحيح)، فأصبحت أطوال الخلايا كما في الجدول رقم (٦).

طول خلايا مقياس ليكرت الخماسي، وذلك بحساب المدى (٤=١-٥) وتقسيمة على أكبر قيمة في المقياس للحصول على طول الخلية (٤/٥=٠،٨) ثم إضافة هذه القيمة الى اقل

جدول رقم (٦). يوضح أطوال خلايا المقياس.

| قيمة المتوسط الحسابي | من ١ الى اقل من ١،٨٠ | من ١،٨١ الى اقل من ٢،٦٠ | من ٢،٦١ الى اقل من ٣،٤٠ | من ٣،٤١ الى اقل من ٤،٢٠ | من ٤،٢١ الى اقل من ٥ |
|----------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------|
| معيار الاستجابة | سليبي جداً | سليبي | متوسط | إيجابي | إيجابي جداً |

المعالجات الإحصائية

من أجل الإجابة عن تساؤلات الدراسة، استخدم الباحثان برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

- النسبة المئوية، والمتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وكا، ٢، والفيا كرونباخ، ومعامل الالتواء.

- اختبار (ت) (T-test) للمجموعتين مستقلة، وتحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، واختبار LSD (Least Significant Difference) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية عند اللزوم، لتحديد أثر

المتغيرات المستقلة على الاتجاه نحو النشاط البدني.

عرض النتائج

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما اتجاهات طلاب جامعة ذمار نحو ممارسة النشاط البدني؟

للإجابة عن السؤال استخدم الباحثان المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكا لكل فقره وللدرجة الكلية لكل محور او مجال من مجالات الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني ونتائج الجداول رقم (١٣، ١٢، ١١، ١٠، ٩، ٨، ٧) توضح ذلك.

جدول (٧). يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكا للأتجاهات نحو النشاط البدني (مجال الخبرة الاجتماعية) (ن ٢٤٢).

| ت | العبارة | م | ع | كا | الاتجاه |
|---|---|------|-------|---------|---------|
| ١ | أفضل ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشارك فيها مجموعة من الافراد. | ٣,٩٩ | ١,٠١٤ | *١٣٠,١ | ايجابي |
| ٢ | لا تعجبني بصفة خاصة الأنشطة الرياضية الجماعية التي يشارك فيها عدد كبير من الطلاب. | ٣,٠٣ | ١,٠٢١ | *٨١,٤٧ | متوسط |
| ٣ | في الجامعة ينبغي الاهتمام بدرجة كبيرة بممارسة الأنشطة الرياضية التي تتطلب العمل والتعاون. | ٣,٨٥ | ٠,٩٣ | *١١٦,٩٦ | ايجابي |
| ٤ | أهم ناحية تجعلني أمارس الرياضة أني أستطيع من خلالها الاتصال بالناس. | ٣,٥٦ | ٠,٩٤ | *١١٧,٤٦ | ايجابي |
| ٥ | من بين الأنشطة الرياضية أفضل بصفة خاصة الأنشطة التي أستطيع ممارستها مع الآخرين. | ٣,٨٥ | ٠,٨٦ | *١٤٨,٢ | ايجابي |
| ٦ | أفضل ممارسة الأنشطة الرياضية التي يستطيع الإنسان ممارستها بمفرده. | ٣,٤٥ | ٠,٨٣ | *١٩٧,٥٤ | ايجابي |
| ٧ | إن الاتصال الاجتماعي التي تتيح ممارسة الرياضة لا يمثل بالنسبة لي أهمية قصوى. | ٢,٩٨ | ١,٠٢ | *٨١,٥١ | متوسط |
| ٨ | الاتصال الاجتماعي لممارستي الرياضة له أهمية كبيرة بنسبة لي. | ٣,٦٢ | ٠,٩٠ | *١٣٤,٨١ | ايجابي |
| | المتوسط العام | ٣,٥٤ | ٠,٥٥ | | ايجابي |

*دال احصائيا عند مستوى (٠,٠٥)

(٣,٩٩ - ٣,٤٥) للفقرات (٦, ٤, ٨, ٥, ٣, ١) وكان الاتجاه نحو النشاط البدني لمجال (للخبرة الاجتماعية) لدى الطلاب ايجابياً، حيث بلغ المتوسط الحسابي للمحور (٣,٥٤).

يتضح من الجدول (٧) أن اتجاهات طلاب الجامعة نحو النشاط البدني للخبرة الاجتماعية كان متوسط للفقرات (٢,٧)، حيث بلغ المتوسط الحسابي للفقرتين (٢,٩٨) و (٣,٠٣)، أما باقي الفقرات فقد كان الاتجاه نحو النشاط البدني لدى الطلاب ايجابياً، حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين

جدول (٨). يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكا ٢ للأتجاه نحو النشاط البدني (مجال الصحة واللياقة) (ن ٢٤٢).

| ت | العبارة | م | ع | كا | الاتجاه |
|----|--|------|------|---------|---------|
| ٩ | الهدف الرئيسي لممارستي الرياضة هو اكتساب الصحة. | ٣,٨٦ | ٠,٩٠ | *١٣٥,٠٦ | إيجابي |
| ١٠ | خلال النشاط الرياضي ينبغي التركيز على القيمة الصحية للرياضة. | ٣,٩٦ | ٠,٧٧ | *٩٠,١٣ | إيجابي |
| ١١ | عند اختياري لنشاط رياضي تهمني جداً فائدته من الناحية الصحية. | ٣,٨٩ | ٠,٨٥ | *١٥٥,١٩ | إيجابي |
| ١٢ | الصحة بالنسبة لي هي الدافع الرئيسي لممارستي الرياضة فقط. | ٣,٣٩ | ١,٠١ | *١١٢,٧٩ | متوسط |
| ١٣ | أعتقد أنه من الأهمية القصوى ممارسة الأنشطة الرياضية التي لها فائدة كبرى بالنسبة للصحة. | ٣,٩٠ | ٠,٨١ | *٢١٢,٣٨ | إيجابي |
| ١٤ | لا أفضل الممارسة الرياضية اليومية لأجل الصحة فقط. | ٢,٥٩ | ٠,٩٦ | *١١٩,٨١ | سليبي |
| ١٥ | المزايا الصحية لممارسة الرياضة هامة جداً لي. | ٣,٨٦ | ٠,٨٠ | *٨٦,١٦ | إيجابي |
| ١٦ | ممارسة التمرينات اليومية ذات أهمية قصوى بالنسبة لي. | ٣,٦٨ | ٠,٨٨ | *١٣٥,٧٢ | إيجابي |
| ١٧ | الوقت الذي أفضيه في ممارسة التمارين الصباحية يمكن استغلاله بصورة أحسن في أنشطة أخرى. | ٢,٤٦ | ٠,٩٩ | *١٠٠,٨٥ | سليبي |
| | المتوسط العام | ٣,٥١ | ٠,٤٨ | | إيجابي |

* دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥).

يتضح من الجدول (٨) أن اتجاهات طلاب الجامعة نحو النشاط البدني للصحة واللياقة كان متوسطاً للفقرة (١٢) بمتوسط حسابي (٣,٣٩)، أما باقي الفقرات فقد كان الاتجاه نحو النشاط البدني لدى الطلاب إيجابياً، حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين (٣,٦٨ - ٩٦,٣) للفقرات (١٠,١١)، (٢,٥٩)، (٢,٤٦) توالياً، وكان الاتجاه نحو النشاط البدني لمجال (الصحة واللياقة) لدى الطلاب إيجابياً بمتوسط حسابي (٣,٥١).

يتضح من الجدول (٨) أن اتجاهات طلاب الجامعة نحو النشاط البدني للصحة واللياقة كان متوسطاً للفقرة (١٢) بمتوسط حسابي (٣,٣٩)، أما باقي الفقرات فقد كان الاتجاه نحو النشاط البدني لدى الطلاب إيجابياً، حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين (٣,٦٨ - ٩٦,٣) للفقرات (١٠,١١)، (٢,٥٩)، (٢,٤٦) توالياً، وكان الاتجاه نحو النشاط البدني لمجال (الصحة واللياقة) لدى الطلاب إيجابياً بمتوسط حسابي (٣,٥١).

جدول (٩). يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكا ٢ للأتجاه نحو النشاط البدني (مجال التوتر والمخاطرة) (ن ٢٤٢).

| ت | العبارة | م | ع | كا | الاتجاه |
|----|--|------|------|---------|---------|
| ١٨ | أفضل الأنشطة التي ترتبط بقدر بسيط من الخطورة عن الأنشطة التي ترتبط بقدر كبير من الخطورة. | ٢,٤١ | ٠,٨٩ | *١٦٢,٥٠ | سليبي |
| ١٩ | لا أفضل الأنشطة الرياضية التي تتضمن قدراً كبيراً من الخطورة. | ٢,٢١ | ٠,٩٠ | *١٦٠,٩٧ | سليبي |
| ٢٠ | لا أميل إلى الأنشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطر. | ٣,٨٢ | ٠,٩٦ | *١٩١,٠١ | إيجابي |
| ٢١ | أفضل الأنشطة الرياضية التي تتضمن قدراً كبيراً من الخطورة. | ٣,٣٤ | ١,٠٣ | *١٠٤,٥٢ | متوسط |
| ٢٢ | لا تناسني الممارسة المتكررة للأنشطة الرياضية الخطيرة. | ٢,٣٢ | ٠,٩٢ | *١٧١,٠١ | سليبي |
| ٢٣ | إذا طلب مني الاختيار فأنتي أفضل الأنشطة الخطيرة على الأنشطة غير الخطيرة أو الأقل خطورة. | ٣,١٥ | ٠,٩٧ | *١٥٢,٥٨ | معتدل |
| ٢٤ | الأنشطة الرياضية التي تتطلب الجرأة والمغامرة أفضلها إلى أقصى مدى. | ٣,٠٧ | ١,٠٢ | *١٦٦,٦٧ | متوسط |
| ٢٥ | أفضل الأنشطة الرياضية التي ترتبط بلحظات من الخطورة. | ٣,٠٢ | ٠,٩٦ | *١٤٧,٦٢ | متوسط |
| ٢٦ | تعجبني الأنشطة الرياضية التي تتطلب من اللاعب السيطرة على المواقف الخطيرة. | ٣,٤٠ | ١,٠١ | *٨٣,٩٥ | متوسط |
| ٢٧ | إذا طلب مني الاختيار فأنتي أفضل السباحة في المياه الهادئة عن السباحة في المياه المتحركة. | ٣,٨٦ | ٠,٨٩ | *١٨٣,٣٧ | إيجابي |
| | المتوسط العام | ٣,٠٦ | ٠,٢٧ | | متوسط |

* دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥).

يتضح من الجدول (٩) أن اتجاهات طلاب الجامعة نحو النشاط البدني للتوتر والمخاطر كان متوسط للفقرات (٢٦،٢١،٢٣،٢٤،٢٥)، حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين (٣،٤٠ - ٣،٠٢)، والفقرات (٢٧،٢٠) كانت إيجابية بمتوسط حسابي (٣،٨٦)، (٣،٨٢) على التوالي، والفقرات (١٨،٢٢،١٩) كانت سلبية بمتوسط الحسابي ما بين (٢،٢١، ٢-٤١)، وكان الاتجاه نحو النشاط البدني لمجال (للتوتر والمخاطر) لدى الطلاب متوسط بمتوسط حسابي (٣،٠٦).

جدول (١٠). يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكا للأتجاهة نحو النشاط البدني (مجال الخبرة الجمالية) (ن ٢٤٢).

| ت | العبارة | م | ع | كا | الاتجاه |
|----|---|------|------|---------|---------|
| ٢٨ | أعظم قيمة للنشاط البدني الرياضي هي جمال الحركات التي يؤديها الطالب. | ٣،٧٧ | ٠،٨٤ | *١٥٨،٩٩ | إيجابي |
| ٢٩ | الرياضة تتيح الفرص المتعددة لإظهار جمال الحركات البشرية. | ٣،٧٢ | ٠،٨٠ | *٨٨،٦١ | إيجابي |
| ٣٠ | أستطيع أن امضي عدة ساعات في مشاهدة بعض الحركات التي تتميز بالتوافق الجيد مثل حركات الجمباز والرقص الايقاعي. | ٣،٥٣ | ١،٠٧ | *٩٠،٨١ | إيجابي |
| ٣١ | تعجبني الأنشطة الرياضية التي تظهر جمال حركات الالعاب. | ٣،٧٢ | ٠،٨٦ | *١٤٦،٨٨ | إيجابي |
| ٣٢ | خلال النشاط الرياضي ينبغي وضع أهمية كبيرة على جمال الحركات. | ٣،٦٤ | ٠،٨٧ | *١٤٢،٠٥ | إيجابي |
| ٣٣ | أفضل الأنشطة التي تحافظ على جمال الحركات. | ٣،٧٢ | ٠،٨٦ | *٦١،٧٦ | إيجابي |
| ٣٤ | أفضل بصفة خاصة الأنشطة الرياضية التي تهدف إلى التذوق الجمالي أو الفني. | ٣،٦٧ | ٠،٨١ | *١٧٠،٠٢ | إيجابي |
| ٣٥ | أحس بسعادة لا حدود لها عندما أشاهد قوة التعبير وجمال الحركات الرياضية. | ٣،٧٧ | ٠،٩١ | *١٢٣،٢٨ | إيجابي |
| ٣٦ | الأنشطة الرياضية التي تتطلب فن وجمال الحركات اعطيها الكثير من الاهتمام. | ٣،٧٤ | ٠،٨٥ | *١٤٤،١٥ | إيجابي |
| ٣٧ | الأنشطة الرياضية التي تستخدم الجسم كوسيلة للتعبير (الرقص الحركي) اعتبرها من أحسن أنواع النشطة. | ٣،٢٤ | ١،٠٨ | *٨١،٣٠ | متوسط |
| | المتوسط العام | ٣،٦٥ | ٠،٥٨ | | إيجابي |

* دال احصائيا عند مستوى (٠،٠٥).

يتضح من الجدول (١٠) أن اتجاهات طلاب الجامعة نحو النشاط البدني للخبرة الجمالية كان متوسط للفقرات (٣٧)، حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (٣،٢٤)، أما باقي الفقرات فقد كان الاتجاه نحو النشاط البدني لدى الطلاب إيجابياً، حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين (٣،٥٣ - ٧٧،٣) على التوالي للفقرات (٢٨،٣٥،٣٦،٢٩،٣١،٣٣،٣٤،٣٢)، وكان الاتجاه نحو النشاط البدني لمجال (الخبرة الجمالية) لدى الطلاب إيجابياً بمتوسط حسابي (٣،٦٥).

جدول (١١). يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكا للأتجاهة نحو النشاط البدني (مجال خفض التوتر) (ن ٢٤٢).

| ت | العبارة | م | ع | كا | الاتجاه |
|----|---|------|------|--------|---------|
| ٣٨ | الممارسة الرياضية هي غالباً الطريق الوحيد لإزالة التوترات. | ٣،٤٧ | ١،٠١ | *٨٩،٩٤ | إيجابي |
| ٣٩ | هناك فرص كثيرة أمام الإنسان للاسترخاء من متاعب عملة اليومي مثل ممارسة الرياضة أو مشاهدة المباريات الرياضية. | ٣،٦٢ | ١،٠٩ | *٧٣،٣٧ | إيجابي |
| ٤٠ | الممارسة الرياضية تعتبر بالنسبة لي أحسن فرصة للاسترخاء. | ٣،٥١ | ١،١٠ | *٧٣،٠ | إيجابي |

جدول (١١). يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكا للأتجاهة نحو النشاط البدني (مجال خفض التوتر) (ن ٢٤٢).

| ت | العبارة | م | ع | كا | الاتجاه |
|----|--|------|------|---------|---------|
| ٤١ | الممارسة الرياضية هي الطريق العلمي للتحرر من الصراعات النفسية والعدوانية. | ٣,٣٦ | ١,٠٦ | *٧٠,٨٩ | متوسط |
| ٤٢ | هناك العديد من الأنشطة الرياضية تمنحني الاسترخاء بدرجة أحسن من ممارسة الرياضة. | ٢,٦٢ | ٠,٨٠ | *١٩٨,٨٦ | متوسط |
| ٤٣ | أشعر بأن الرياضة تعزليني تماماً عن المشاكل المتعددة للحياة اليومية. | ٣,٧١ | ٠,٨٦ | *١٦٢,٢٥ | إيجابي |
| ٤٤ | الممارسة الرياضية تستطيع أن تجعلني سعيداً بصورة حقيقية. | ٣,٤٩ | ٠,٨٣ | *١٧١,٠١ | إيجابي |
| ٤٥ | عدم ممارسة النشاط الرياضي تضيع مني فرصة هامة للانسجام والاسترخاء. | ٣,٤٦ | ٠,٩٣ | *١٢٩,٧٣ | إيجابي |
| ٤٦ | الممارسة الرياضية لا اعتبرها وسيلة هامة من وسائل الترويح. | ٣,٠٠ | ٠,٨٦ | *٢٠٧,٧١ | متوسط |
| | المتوسط العام | ٣,٣٦ | ٠,٦٠ | | متوسط |

*دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥).

لدى الطلاب ايجابياً، حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين (٤٦,٣ - ٣,٤٦) للفقرات (٤٣,٣٩,٤٠,٤٤,٣٨,٤٥) متتالية، وكان الاتجاه نحو النشاط البدني لمجال (خفض المخاطر) لدى الطلاب متوسط بمتوسط حسابي (٣,٣٦).

يتضح من الجدول (١١) أن اتجاهات طلاب الجامعة نحو النشاط البدني لخفض التوتر كان متوسط للفقرات (٤٦,٣, ٤٢, ٤١)، حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين (٢,٦٢ - ٣,٣٦) أما باقي الفقرات فقد كان الاتجاه نحو النشاط البدني

جدول (١٢). يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكا للأتجاهة نحو النشاط البدني (مجال التفوق الرياضي) (ن ٢٤٢).

| ت | العبارة | م | ع | كا | الاتجاه |
|----|---|------|------|---------|---------|
| ٤٧ | أستطيع ان أمارس التدريب الرياضي الشاق يوماً إذا كان ذلك يعطيني فرصة الانضمام إلى إحدى الفرق الرياضية. | ٣,١١ | ٠,٨٩ | *٢٠٨,٠٨ | متوسط |
| ٤٨ | أستطيع تحمل التدريب اليومي العنيف طوال العام. | ٣,١٧ | ١,٠٤ | *١٣٠,٣٥ | متوسط |
| ٤٩ | تعجبني الأنشطة الرياضية التي تحتاج إلى تدريب منتظم لفترات طويلة، والتي يقيس فيها اللاعب قدرته في المنافسات على مستوى عالي من المهارة. | ٣,٥٥ | ٠,٩٨ | *١٠٠,٠٢ | إيجابي |
| ٥٠ | لا أفضل أي نشاط رياضي يزداد فيه الطابع التنافسي بدرجة كبيرة. | ٢,٥٧ | ٠,٩٩ | *١٠٣,٠ | سلبى |
| ٥١ | اعتقد أن النجاح في البطولات الرياضية يتأسس على انكار الذات والتضحية والجهد. | ٣,٣٦ | ٠,٩١ | *١٣٢,١٧ | متوسط |
| ٥٢ | نظراً لأن المنافسة مبدأ أساسي في المجتمع فعلاً لذلك ينبغي التشجيع على ممارسة الأنشطة الرياضية التي تظهر فيها الطابع التنافسي بصورة واضحة. | ٣,٦٠ | ٠,٨٧ | *١٤١,١٨ | إيجابي |
| ٥٣ | يجب عدم الاهتمام بمحاولة الفوز في الرياضة بدرجة زائدة عن الحد من ممارسته. | ٣,٣٧ | ٠,٩٩ | *٩٤,٣٢ | متوسط |
| ٥٤ | أفضل مشاهدة أو ممارسة أنواع الأنشطة الرياضية التي تأخذ طابع الجدية، ولا تحتاج إلى وقت طويل أو مجهود كبير. | ٣,٥٤ | ٠,٩٦ | *١٣٥,٨١ | إيجابي |
| | المتوسط العام | ٣,٢٨ | ٠,٤٠ | | متوسط |

*دال احصائياً عند مستوى (٠,٠٥).

حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين (٥٤,٥٢,٤٩) - (٣,٥٤) توالي، أما باقي الفقرات فقد كان الاتجاه نحو النشاط

يتضح من الجدول (١٢) أن اتجاهات طلاب الجامعة نحو النشاط البدني للتفوق الرياضي كان ايجابي للفقرات

ممارسة النشاط البدني لدى طلاب جامعة ذمار تعزى لمتغيرات (المستوى الدراسي، الكلية، العمر؟
للإجابة عن السؤال استخدم: تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)، واختبار (Least Significant Difference) LSD للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية عند اللزوم، لتحديد أثر المتغيرات المستقلة على الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني ونتائج الجداول (١٤) توضح ذلك.

أولاً: الفروق بين استجابات أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير (المستوى الدراسي) (الأول، الثاني، الثالث، الرابع).

جدول (١٤): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني

تبعاً لمتغير (المستوى الدراسي)

| الدلالة | قيمة ف | متوسط المربعات | درجة الحرية | مجموعه المربعات | |
|---------|--------|----------------|-------------|-----------------|----------------|
| | | ٠,٦٨ | ٣ | ٢,٠٦ | بين المجموعات |
| ٠,٠١ | *٨,٨٣ | ٠,٠٧ | ٢٣٨ | ١٨,٤ | داخل المجموعات |
| | | | ٢٤١ | ٢٠,٥ | الكلية |
| | | | | ٥ | |

*دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١).

يتضح من الجدول (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني حيث بلغت قيمة (ف) (٨,٨٣)، وتم إجراء اختبار (LSD) لمعرفة الفروق بين المستوى الدراسي كما في الجدول رقم (١٥).

البدني لدى الطلاب م متوسط، حيث بلغ المتوسط الحسابي ما بين (٣,١١ - ٣٧,٣)، ما عدا فقر (٥٠) كانت سلبية بمتوسط (٢,٥٧)، وكان الاتجاه نحو النشاط البدني لمجال (للتفوق الرياضي) لدى الطلاب متوسط بمتوسط حسابي (٣,٢٨).

جدول (١٣): يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و٢٤٢ للاجابة نحو النشاط البدني (ن ٢٤٢)

| رقم المحور | المحاور | متوسط حسابي | انحراف معياري | الاتجاه الكلي |
|------------|----------------------------------|-------------|---------------|---------------|
| ١ | النشاط البدني كخبرة اجتماعية | ٣,٥٤ | ٠,٥٥ | ايجابي |
| ٢ | النشاط البدني لصحة واللياقة | ٣,٥١ | ٠,٤٨ | ايجابي |
| ٣ | النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة | ٣,٠٦ | ٠,٢٧ | متوسط |
| ٤ | النشاط البدني كخبرة جمالية | ٣,٦٥ | ٠,٥٨ | ايجابي |
| ٥ | النشاط البدني لخفض التوتر | ٣,٣٦ | ٠,٤٠ | متوسط |
| ٦ | النشاط البدني لتفوق الرياضي | ٣,٢٨ | ٠,٤٠ | متوسط |
| | المجموع | ٣,٤٠ | ٠,٣٦ | متوسط |

يتضح من الجدول (١٣) أن الاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني لدى طلاب الجامعة كان متوسط بمتوسط عام بلغ (٣,٤٠)، حيث كان الاتجاه الإيجابية للمحور الجمالي (٣,٦٥)، والاجتماعي (٣,٥٤)، والصحة واللياقة (٣,٥١) متتالي، وبقية المحاور فقد كان الاتجاه نحو النشاط البدني لدى الطلاب (التوتر والمخاطر، لخفض التوتر، التفوق الرياضي) متوسط وبلغ المتوسط الحسابي ما بين (٣,٠٦ - ٣٦,٣).

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو

جدول (١٥). اختبار LSD البعدي لمعرفة الفروق بين متغير (المستوى الدراسي) لطلاب جامعة ذمار.

| المستوى الرابع | المستوى الثالث | المستوى الثاني | المستوى الأول | ع | م | |
|----------------|----------------|----------------|---------------|------|------|----------------|
| | | | | ٠,٤١ | ٢,٦٨ | المستوى الأول |
| | | | | ٠,٢٦ | ٢,٧٠ | المستوى الثاني |
| | | * | * | ٠,٢٤ | ٢,٨٧ | المستوى الثالث |
| | | * | * | ٠,٢٥ | ٢,٨٩ | المستوى الرابع |

*دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني، تُعزى لمتغير المستوى الدراسي (الأول، والثاني، والثالث، والرابع)، ولصالح المستوى الثالث مقارنة بالمستوى الأول، والثاني، ولصالح المستوى الرابع مقارنة بالمستوى الأول، والثاني.

ثانياً: الفروق بين استجابات أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير (الكلية).

جدول (١٦): يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني تبعاً لمتغير (الكلية)

| الدلالة | قيمة ف | متوسط المربعات | درجة الحرية | مجموعة المربعات | |
|---------|--------|----------------|-------------|-----------------|----------------|
| ٠,٠١ | *٨,٥٢ | ٠,٦٨ | ٢ | ١,٣٧ | بين المجموعات |
| | | ٠,٠٨ | ٢٣٩ | ١٩,١٨ | داخل المجموعات |
| | | | ٢٤١ | ٢٠,٥٥ | الكلية |

*دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني تبعاً لمتغير (الكلية) حيث بلغت قيمة ف (٨,٥٢) دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ولمعرفة الفروق تم استخدام (LSD) وبين الجدول رقم (١٧)

جدول (١٧). اختبار LSD البعدي لمعرفة الفروق بين متغير (الكلية) لطلاب جامعة ذمار.

| الأداب | العلوم التطبيقية | الزراعة | ع | م | |
|--------|------------------|---------|------|------|------------------|
| | | | ٠,٤١ | ٣,٢٩ | الزراعة |
| | | | ٠,٣١ | ٣,٤٧ | العلوم التطبيقية |
| | | * | ٠,٣٥ | ٣,٤٣ | الأداب |

يتضح من الجدول (١٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني، تُعزى لمتغير الكلية لصالح كلية الآداب مقارنة بكلية الزراعة.

ثالثاً: الفروق بين استجابات أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير (العمر).

جدول (١٨). يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني تبعاً لمتغير (العمر).

| الدلالة | قيمة ف | متوسط المربعات | درجة الحرية | مجموعة المربعات | |
|---------|--------|----------------|-------------|-----------------|----------------|
| ٠,٠١ | *٤,٩٧ | ٠,٤١ | ٢ | ٠,٨٢ | بين المجموعات |
| | | ٠,٠٨ | ٢,٣٩ | ١٩,٧٣ | داخل المجموعات |
| | | | ٢٤١ | ٢٠,٥٥ | الكلية |

*دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)

عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ولمعرفة الفروق تم استخدام (LSD) وبين الجدول رقم (١٩).

يتضح من الجدول (١٨) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني تبعاً لمتغير (العمر) حيث بلغت قيمة ف (٤,٩٧) دالة إحصائية

جدول (١٩). اختبار LSD البعدي لمعرفة الفروق بين متغير (العمر) لطلاب جامعة ذمار.

| أكثر من ٢٣ | ٢١-٢٣ سنة | ١٨-٢٠ سنة | ع | م | |
|------------|-----------|-----------|------|------|------------|
| | | | ٠,٣٣ | ٢,٧٨ | ١٨-٢٠ سنة |
| | | | ٠,٢٨ | ٢,٧٧ | ٢٣-٢١ سنة |
| | * | * | ٠,٢٦ | ٢,٩١ | أكثر من ٢٣ |

واللياقة " بمتوسط حسابي (٣,٥١) اما بالنسبة باقي المحاور فقد كان الاتجاه نحو النشاط البدني متوسط حيث بلغ متوسط محور " خفض التوتر" (٣,٣٦) ومحور "التوتر والمخاطرة" (٣,٢٨) وأخيراً محور "التفوق الرياضي" (٣,٠٦).

وجاءت نتيجة اتجاهات الطلاب نحو ممارسة النشاط البدني للمقياس بشكل عام بمتوسط (٣,٤٠) وهو اتجاه متوسط غير إيجابي، وهذا يعكس الى قلة الوعي لدى طلاب الجامعة بأهمية النشاط البدني الرياضي ودوره في الجوانب الصحية والاجتماعية والنفسية والعلمية، ويعزى الباحثان ذلك في بعض المجالات نتيجة إلى قلة الجهود المبذولة بالتوعية في وسائل الإعلام المختلفة بأهمية النشاط البدني، كذلك عدم الاهتمام الفعلي للجامعة بنشر وتثقيف الطلاب بالنشاط البدني

يتضح من الجدول (١٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة نحو النشاط البدني، تُعزى لمتغير العمر لصالح أكثر من ٢٣ سنة مقارنة بعمر ١٨ - ٢٠، ٢١ - ٢٣ سنة.

مناقشة النتائج

يتضح من خلال عرض النتائج في الجداول (١٣,١٢,١١,١٠,٩,٨,٧) أن الاتجاه نحو النشاط البدني العام لدى أفراد العينة كان متوسط، بمتوسط حسابي (٣,٤٠)، وبالنسبة للمحاور فإن محور " الخبرة الجمالية " إيجابي بالمرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٦٥) يليه محور " الخبرة الاجتماعية" بمتوسط حسابي (٣,٥٤) ثم " محور" الصحة

المستوى الثالث بالمقارنة بالمستوى الأول والثاني، ولصالح المستوى الرابع مقارنة بالمستوى الأول والثاني، ويعزو الباحثان هذه الفروق إلى أنه كلما كان مستواهم الدراسي اعلى زاد اتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني، أي ان شخصية الطالب الجامعي قد اقتربت من النضوج التام لتدرك مدى أهمية وقيمة النشاط البدني كخبرة اجتماعية وصحية ولياقة بدنية وصفة جمالية، والمساهمة في تخفيف الضغوط النفسية للفرد في الحياة المعاصرة والمحافظة على الصحة العامة، الأمر الذي دفع الطلاب إلى ممارسة الأنشطة البدنية باندفاع اكبر، كذلك تعتبر السنوات الأولى في الدراسة الجامعية من اصعب المراحل الجامعية لان الطالب الجامعي يحتاج الى وقت طويل للاندماج مع الاجواء الجامعية وطبيعة الدراسة التي تختلف عن المدرسة، كما ان طلاب المستوى الأخير اصبحوا اكثر قدرة على تنظيم اوقاتهم بحيث يوفقون بين الدراسة وممارسة النشاطات الأخرى ، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة محمود اسماعيل ٢٠٠٧م، ودراسة (ذبابات، ٢٠٠٢م) ودراسة (بالقاسم ، ٢٠١٦م) ودراسة العتيبي (٢٠١٧م) حيث اشارت نتائج هذه الدراسات انه توجد فروق ذات دلالة احصائية لمتغير المستوى الدراسي لصالح اعلى مستوى، السنة الرابعة، وتختلف نتائج هذه الدراسة مع دراسة (حمزة ، ٢٠١٧م) و(ابو طامع ٢٠٠٥م) حيث اظهرت نتائج هذه الدراسات بانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية تبعاً للمتغير المستوى الدراسي.

فيما يتعلق بمتغير الكلية يتضح من الجداول (١٦، ١٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة ذمار نحو ممارسة النشاط البدني تعزى لمتغير الكلية لصالح كلية الآداب (كلية إنسانية) ويعزو الباحثان هذه الفروق الى ان طلاب الكليات العلمية لا يجدون الوقت الكافي لممارسة ومتابعة النشاط البدني، لان اغلب اوقاتهم بالمختبرات ومضغوظين دراسياً، مما أثر على اتجاهاتهم نحو النشاط البدني، بعكس طلاب

وذلك من خلال خطة الأنشطة الطلابية المختلفة في الجامعة، وكذلك ضعف اهتمام المعلمون المتخصصون بالتربية الرياضية بنشر والتثقيف في جميع مراحل التعليم العام، ويرى الباحثان ايضاً أنه في ضوء التغيرات الكبيرة التي حدثت على المجتمعات والتي أدت إلى التدهور الاقتصادي والاجتماعي، مما أدى الى عزوف الشباب عن ممارسة النشاط البدني والتوجه نحو أعباء الحياة، وشمولها فئة الشباب وخاصة الشباب الجامعي، مما أدى الى ظهور العديد من الأمراض المرتبطة بقلّة الحركة وانخفاض مستوى النشاط البدني، كل هذه الاسباب أدت الى التوجه المتوسط نحو النشاط البدني من قبل الطلاب، وهذا ما أظهرته نتائج الدراسة الحالية واتفقت به مع نتائج دراسة كلا من، (حمزة، ٢٠١٧م) والتي أشارت إلى أن اتجاهات طلبة كلية العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير نحو ممارسة النشاط البدني كانت سلبية، وتتفق ايضاً مع دراسة ابوشادي، سمير وآخرون (٢٠٠٩م) والتي أشارت إلى أن لاتجاه نحو النشاط الرياضي لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة الرياض (عينة البحث) منخفض، وتختلف الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جون (Jevon,2000)، سوبرمان وسلفرمان (Subramaniam & Silverman. 2007) ، ذيابات (٢٠٠٢م)، أبو طامع (٢٠٠٥م)، الجفري (٢٠١٣م) ، ودراسة العتيبي (٢٠١٧م) حيث أشارت دراساتهم التي طبقت على عينات مختلفة من الشباب الجامعي وطلاب التعليم الثانوي في المدارس الثانوية وفي بيئات مختلفة، لمعرفة اتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني، وكانت هذه الاتجاهات ايجابية وتقع بين المستوى الجيد والممتاز.

فيما يتعلق بمتغير المستوى الدراسي يتضح من الجداول (١٤، ١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة ذمار نحو ممارسة النشاط البدني تعزى لمتغير المستوى الدراسي (الأول، والثاني، والثالث، والرابع)، لصالح

(شمروخ، نبيل ٢٠١٢م)، (عبد الحافظ، عرسان ٢٠٠٩) التي أشار بإن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لبعض محاور دراسته حول الممارسين النشاط البدني تعزى لمتغير العمر لصالح العمر الجامعي والاكبر سناً، وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (عامر، رضاء ٢٠١٦م)، (الشريف، احمد ٢٠١٣م) التي اشارت دراسته بان هناك وجود فروق ذات دلالة إحصائية للاتجاه نحو ممارسة النشاط الرياضي لمتغير العمر لصالح الأصغر سناً.

الاستنتاجات

- في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستنتج الباحثان ما يلي:
- ١- اتجاهات طلاب جامعة ذمار نحو ممارسة النشاط البدني بشكل عام كان متوسط غير ايجابي.
 - ٢- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو النشاط البدني لدى الطلاب تبعاً لمتغير المستوى الدراسي ولصالح المستوى الثالث والرابع مقارنة للأول والثاني بمعنى انه كلما زاد المستوى الدراسي يزيد معه الاتجاه الإيجابي نحو النشاط البدني.
 - ٣- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو النشاط البدني لدى الطلاب تبعاً لمتغير العمر، لصالح الأكبر سناً.
 - ٤- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاه نحو النشاط البدني لدى الطلاب تبعاً لمتغير الكلية، لصالح كلية الآداب (إنسانية) مقارنةً بكلية الزراعة (علمية).

التوصيات

- ١- تنمية وتعزيز اتجاهات طلاب جامعة ذمار نحو ممارسة النشاط البدني لكي تصل الى المستوى الإيجابي. لجميع الفئات العمرية، والمستويات الدراسية.

كلية الآداب وهي احد الكليات الإنسانية حيث يجدون مساحة من الوقت لممارسة ومتابعة النشاط البدني، مما كانت اتجاهاتهم نحو النشاط البدني اعلى من الكليات الأخرى، وقد يعود السبب ايضاً الى ان طلاب كلية الآداب لديهم مقرر دراسي بالمستوى الأول يسمى التربية الصحية هذا ساعدهم على الوعي بأهمية النشاط البدني بالنسبة للصحة، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة الحاجة (٢٠٠١م) التي اشارت بإن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الكلية الإنسانية، وتختلف مع دراسة (النواصرة، ٢٠٠٥م) و (ذيابات، ٢٠٠٢م) التي اشارت الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الكلية لصالح الكلية العلمية، وتختلف ايضاً مع نتائج دراسة دليلة والشريف (٢٠١٦م)، ودراسة نشمي، عماد (٢٠١٠م)، التي أشارت دراساتهم إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الاتجاه نحو النشاط البدني لعينة البحث وفقاً لمتغير الكلية.

فيما يتعلق بمتغير العمر يتضح من الجداول (١٨، ١٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في اتجاهات طلاب جامعة ذمار نحو ممارسة النشاط البدني تعزى لمتغير العمر، لصالح الأكبر سناً من ٢٣ سنة فما فوق، مقارنة بعمر (١٨ - ٢٠، ٢١ - ٢٣ سنة)،، ويعزو الباحثان هذه الفروق إلى أنه كلما كان عمر الطلاب اكبر زاد اتجاهاتهم نحو ممارسة النشاط البدني، أي ان الطالب الجامعي قد اقترب من التخرج، وقد اصبح عنده نضوج تام وفهم اعمق بأهمية وممارسة النشاط البدني، وكذلك قد يكون في بداية دراسته الجامعية مشغولاً بالأعباء الدراسية، إضافة الى العمل الخارجي ومشكلاته من اجل ظروف اعباء الحياة، والطالب الجامعي ما بعد المدرسة قد يكون غير واعى وفاهم المعنى الحقيقي للاتجاه نحو ممارسة النشاط البدني وفوائده من الناحية النفسية والتربوية والاجتماعية والثقافية والصحية، وهذه الأسباب دعت إلى إحداث تلك الفروق، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة

منشور، مجلة جامعة النجاح للعلوم الأناثية، فلسطين،
 مج ١٩، العدد ٢، ٥٨١-٦٠٨.
 الأطرش، محمود حسني (٢٠١٦م). قياس التغير في مستوى
 الاتجاهات نحو ممارسة النشاط الرياضي بعد دراسة مساق
 اللياقة البدنية بجامعة النجاح الوطنية، بحث منشور،
 دراسات العلوم التربوية، الأردن، مج ٤٣، ١٤٥١-١٤٢٢.
 بلقاسم، نبيل (٢٠١٦م). اتجاهات تلميذات المرحلة المتوسطة
 نحو ممارسة النشاط الرياضي التربوي في ضوء بعض
 المتغيرات (طبيعة الممارسة، المستوى الدراسي، والمستوى
 الاقتصادي للأسرة، جامعة قاصدي مرباح، بحث
 منشور، مجلة المنظومة الرياضية، ١٥٧-١٧٩.
 الجفري، علي (٢٠١٤م). اتجاهات طلبة جامعة الملك عبد
 العزيز بالمملكة العربية السعودية نحو ممارسة النشاط
 البدني، كلية التربية، جامعة الملك عبد العزيز، السعودية،
 مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) المجلد
 ٢٨(٨)، ١٩٠٠-١٩٢٢.
 الحسنات، عصام (٢٠٠٩م). علم الصحة الرياضية، ط ١، دار
 أسامة للنشر والتوزيع، الأردن-عمان.
 حمزة، لقبج (٢٠١٧م). اتجاهات طلبة اتجاهات طلبة كلية
 العلوم الاقتصادية والتجارية وعلوم التسيير نحو ممارسة
 النشاط البدني والرياضي وعلاقتها ببعض المتغيرات،
 جامعة زيان عاشور، الجلفة، بحث منشور، مجلة المنظومة
 الرياضية، ٢٧٠-٢٨٦.
 الحاجة، هدى (٢٠٠١م)، اتجاهات طالبات جامعة البحرين
 نحو النشاط البدني دراسة مقارنة، بحث منشور، جامعة
 البحرين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، ع ٢٤، ٨٩-١٠٨.
 ذيابات، ياسر محمد (٢٠٠٢م). اتجاهات طلبة جامعة العلوم
 والتكنولوجيا الأردنية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية،
 رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، الأردن.

٢- يجب أن تقوم الجامعة بتعديل خطة الأنشطة الطلابية
 في ضوء اتجاهات الطلاب نحو النشاط البدني وأهميته من جميع
 النواحي البدنية، والصحية، والاجتماعية، والنفسية، والثقافية
 وتفعيل ذلك من خلال المواد الدراسية والأنشطة المتعددة
 المنهجية واللامنهجية.
 ٣- العمل على التنسيق والتكامل بين وزارة التعليم العالي
 والتربية والصحة والإعلام، لتكثيف حملات الوعي بأهمية
 النشاط البدني في المجتمع اليمني.
 ٤- إجراء دراسات مشابهة لدراسة الحالية لمتابعة
 الاتجاهات نحو النشاط البدني للشباب من خلال القياسات
 الخاصة بالاتجاهات نحو النشاط البدني، في الجامعات
 والمدارس.

شكر وتقدير

تم دعم هذا البحث من مركز بحوث كلية علوم الرياضة
 والنشاط البدني وعمادة البحث العلمي-جامعة الملك سعود.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

إبراهيم، احمد علي (٢٠١٤م). بعض العوامل المؤثرة في
 اتجاهات طلاب جامعة الجبل الغربي نحو النشاط
 الرياضي، مجلة التربوي، كلية التربية بالخميس، جامعة
 المرقاب، ع ٥، ص ٤٧٥-٤٤٣.
 أبو شادي، سمير وآخرون (٢٠٠٩م). بعض التشوهات
 القوامية وعلاقتها بالاتجاه نحو النشاط البدني للتلاميذ من
 ٩-١٢ سنة بمدينة الرياض، كلية التربية الرياضية، جامعة
 أسيوط، مصر، مج ٢، ١٢٢-١٤٦.
 أبو طامع، بهجت (٢٠٠٥م). اتجاهات طلاب كلية فلسطين
 التقنية-حضوره نحو ممارسة النشاط البدني، بحث

المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة مصر، ع ٣٠،
٦٩-٩٠.

علاوي، محمد حسن (١٩٩٢م). علم النفس الرياضي، ط ٢،
دار المعارف، القاهرة-مصر.

محمود، إسماعيل، (٢٠٠٧م) اتجاهات طلبة كلية التربية
بجامعة اليرموك نحو ممارسة النشاط الرياضي، جامعة
أسيوط، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، مصر
ع ٢٥، ج ١، ١-١٩.

المزيني، خالد صالح (٢٠٠٣م). وصفة النشاط البدني لمختلف
الأعمار، المجلة العربية للغذاء والتغذية، البحرين،
العدد ٤.

مفتي، إبراهيم (٢٠٠٤م). اللياقة البدنية الطريق الى الصحة
والبطولة الرياضية، ط ١ دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

نشمي، عماد (٢٠١٠م). مقارنة بين اتجاهات الطلاب في
الكليات العلمية والإنسانية بجامعة المثني نحو ممارسة
النشاط الرياضي، بحث منشور، مجلة القادسية لعلوم

التربية الرياضية، العراق، مج ١٠، ع ٣، ١٠٩-١٢٤
النواصرة، عمير علي (٢٠٠٥م). اتجاهات طلبة الجامعات
الرسمية وغير الرسمية نحو ممارسة النشاط البدني في
الأردن، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية،
جامعة اليرموك، الأردن.

الهزاع، محمد هزاع (٢٠١٤م). دليل النشاط البدني للعاملين
الصحيين بدول مجلس التعاون، ط ٢، مكتبة الملك فهد
الوطنية، الرياض.

وحيد، أحمد عبد اللطيف (٢٠٠١م). علم النفس الاجتماعي،
دار المسيرة، عمان، الأردن.

ثانياً: المراجع الأجنبية

Subramaniam. P. & Silverman. S. (2007). Middle school
students' attitudes toward physical education.
Teaching and Teacher Education. 37. 602-116

سالم، عزيزة محمود (١٩٧٧م). الاتجاهات النفسية لطالبات
المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي، رسالة دكتوراه غير
منشورة، كلية التربية الرياضية البنات، القاهرة.
سلامة، بهاء الدين (٢٠١١م). الصحة الشخصية والتربية
الصحية، ط ١، دار الفكر العربي للنشر، القاهرة-مصر.
ص ٢٥.

الشريجي، نبيلة عبد الكريم (٢٠١٥م). علم النفس
الاجتماعي رؤية معاصرة، ط ١، دار الأيام لنشر والتوزيع،
عمان، الأردن.

الشريف، احمد (٢٠١٣م). النشاط البدني لدى الشباب بإمارة
دبي بحث منشور، دراسات- العلوم التربوية، الاردن،
مج ٤٠، ع ١٠٩٧-١١١٨.

شمروخ، نبيل (٢٠١٢م). الصعوبات التي تعيق أساتذة
الجامعات الأردنية الخاصة من ممارسة الأنشطة الرياضية،
بحث منشور، مجلة جامعة النجاح للعلوم الإنسانية،
فلسطين، مج ٢٥، ع ٤٤، ٩٠٩-٩٣٨.

العتوم، عدنان يوسف (٢٠٠٩م). علم النفس الاجتماعي،
ط ١، المكتبة الوطنية، عمان، الأردن.

عامر، رضاء (٢٠١٦م). اتجاهات المرأة نحو الرياضة للجميع
بمحافظة بورسعيد وفقاً لبعض المتغيرات، بحث منشور،
المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، مصر ع ٧٦،
١٩٣-٢١٥.

عبد الحافظ، عرسان (٢٠٠٩م). دوافع ممارسة النشاط
الرياضي عند مرتادي مدينة الحسين للشباب، بحث
منشور، مجلة جامعة النجاح للعلوم الإنسانية، فلسطين،
مج ٢٣، ع ١٥، ٢١٥-٢٤٣.

العتيبي، عبد العظيم (٢٠١٧م) اتجاهات طلاب قسم التربية
البدنية وعلوم الحركة بكلية التربية بجامعة القصيم نحو
ممارسة النشاط البدني، جامعة القصيم، بحث منشور،

Maryi, young. (1990). *personal- Social Adjustment, physical Fitness, Attitude toward physical Education of High School Girls by Socioeconomic Level*, pages 593- 599.

Mack, M. C. (2004). *Changes in short-term attitudes toward physical activity and exercise of university personal wellness*. Student Journal, 38(4), 364-387.

Jevon, Young Bae. (2000). *Relationship B etween College Students in chorea toward physical Education and level of physical Activity*. D. A., the University of New Mexico.

Koca C, Demirhan G: "An examination of high school students attitudes toward physical education with regard to sex and sport participation" www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15209287.