

التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بأداء القدرات البدنية للطلاب.

Psychological and Social Compatibility and the Students Physical Performance

م. محمد اسماعيل مهدي الحديدي

المديرية العامة لتربية ديالى/ معهد الفنون الجميلة للبنين

ديالى / بعقوبة

Lect. Mohammed Ismail Mahdi Al-Hadidi

General Directorate of Education, Diyala / Institute of Fine Arts for Boys

Diyala / Baqubah

الهاتف / 07700793203

البريد الالكتروني / 8wn2yll@gmail.com

الكلمات المفتاحية : توافق نفسي واجتماعي - قدرات بدنية

Keywords: Psychological and social compatibility – physical abilities

المخلص :

تكمن اهمية الدراسة في اهمية التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب في تحقيق اهدافه المنشودة في جميع مجالات الحياة العلمية والاجتماعية والنفسية والبدنية وخاصة في مجال ادائه المهاري والحركي وبناء قدراته البدنية ، حيث ان الاضطرابات الاجتماعية والمشاكل النفسية لها الاثر السلبي على الطالب وعلى كيفية اكتسابه للقدرات البدنية .

هدفت الدراسة الى التعرف على التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب بشكل عام وعلاقته بأداء القدرات البدنية ، الوثب للأمام من الثبات ، رمي الكرة الطبية زنة 3 كغم ، الاستناد الامامي ، ركض 40 م.

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة الدراسة واختار عينة مكونة من (80) طالب من طلاب معهد الفنون الجميلة للبنين للمراحل الدراسية (الثانية والثالثة والرابعة) بالطريقة العمدية التطبيقية .

توصل الباحث الى ان مستوى التوافق النفسي والاجتماعي كان عالي حيث بلغت نسبته المئوية 70,30% وان هناك علاقة ارتباط قوية ومعنوية (دالة احصائية) بين التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب وبين ادائهم للقدرات البدنية .

أوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالأعداد النفسية للطلاب من قبل مدرسي التربية الرياضية باعتباره جزء من الاعداد العام وفتح دورات اعداد تربوية ونفسية لهم .

Abstract:

The importance of the study lies in the importance of the students' psychological and social compatibility in achieving their goals in the various fields such as scientific, social, psychological and physical side. Psychological problems and social disorders have a negative impact on the students' physical abilities and performances. The study aims at identifying the psychological and social compatibility of students in general and its relationship to the performance of physical abilities, jumping forward from a standing position, throwing a 3 kg medicine ball, front leaning, running 40 m. etc. The researcher uses the descriptive approach with a sample of (80) students from the Institute of Fine Arts for Boys for the academic stages (second, third and fourth) using the intentional stratified method. The researcher concludes that the level of psychological and social compatibility was high with a percentage reached 70.30%, and that there is a strong and significant correlation (statistically significant) between the psychological and social compatibility of students and their performance of physical abilities. The researcher recommends the necessity of paying attention to the psychological preparation of students by physical education teachers as part of the general preparation by special educational and psychological courses.

1. المقدمة

يعتبر موضوع التوافق النفسي والاجتماعي من المواضيع الاساسية والهامة في علم النفس كما في أغلب الدراسات الانسانية ، فقد كان ومازال محمور للاهتمام في العديد من الدراسات والابحاث فهو يعتبر دليلا ومؤشراً على الصحة النفسية والسلامة من الاضطرابات والمشاكل النفسية ، وحيث ان الانسان يمر بعدة مراحل للنمو في حياته ولكل مرحلة تتطلب من الفرد القيام بأدوار اجتماعية ونفسية معينة بدأ من مرحلة الطفولة المبكرة وانتهاء بمرحلة الشيخوخة مروراً بمراحل المراهقة والنضج وهذا ما يستوجب تعديلاً مستمراً في سلوكه وتغييره ومتطلبات المرحلة ليصل لحالة التوافق التي تمكنه من العيش بسلام داخلي مع نفسه كما هو مع محيطه الاجتماعي واداء ادواره بكفاءة وفعالية .

ويقول (علاوي، 1998، 120) ان التوافق النفسي والاجتماعي هو من المفاهيم الأساسية في علم النفس ، اذ ان علم النفس هو علم دراسة توافق الفرد او عدم توافقه مع متطلبات مواقف حياته التي تملئها عليه طبيعته الانسانية وهذا العلم يهتم بتوافق الفرد مع بيئته بأعتبار ان السلوك الانساني عبارة عن توافقات مع متطلبات الحياة وضغوطاتها .

ويذكر (زهران، 11، 1994) ان مفهوم التوافق النفسي والاجتماعي يعد من المفاهيم المهمة في الجانب الرياضي لدوره المهم والفاعل في التقليل من حدوث الاتجاهات السلبية التي تحدثها ظروف العمل الرياضي التدريبية والمنافسات الجماعية والفردية التي تقام داخل المدرسة وخارجها . ويلعب التوافق النفسي والاجتماعي دورا بارزا في تطوير الاداء الحركي لاي نشاط رياضي ومنها القدرات البدنية المتمثلة بالعناصر التالية (القوة، السرعة، المرونة، المطاولة) .

اما سوء التوافق وهو تغير كفي لحالة التوافق او فشل الشخص في تحقيق انجازاته واشباع حاجاته ومواجهة صراعه ومن ثم يعيش الفرد في الاسرة، في العمل، في التنظيمات التي ينخرط فيها في حالة عدم الانسجام وعدم التناغم .

وفي هذا الصدد يشير (صالح، 2000م، 31) ان الحركة الفعالة تعتمد على العمل المنظم والمنسق بين الجهاز العضلي والجهاز العصبي، فاذا كان التنسيق جيد بين الجهازين تصبح الحركة منسجمة فتبتعد الفترة بين التعب وقمة الاداء وهذا ما يعبر عنه بالتوافق العضلي العصبي، مما يسهم ذلك في اكتساب الشخص للثقة في نفسه وتحسين الصحة العقلية والجسمية والنفسية وتعاون في ترقية التذوق الجمالي .

ومن خلال ما تقدم تبرز اهمية الدراسة كون مفهوم التوافق النفسي والاجتماعي متغير وأساس في اداء الرياضي لكافة الالعاب وخاصة القدرات البدنية للطلاب، كما ان عملية بحثه ودراسته ضرورية للجميع سواء المدرس او المدرب وعليه ارتأى الباحث دراسة التوافق النفسي والاجتماعي للطلاب وعلاقته بأداء القدرات البدنية.

ومن خلال خبرة الباحث كتدريسي عمل في عدد من مدارس المحافظة وجد ان هناك العديد من الطلاب يتمتعون بقابليات بدنية ضعيفة واداء سيء للقدرات البدنية وخاصة في مجال القوة والسرعة والتحمل رغم التأكيد عليهم من خلال التدريب والتعليم في درس التربية الرياضية وخارجه وتطورهم بطيء جدا.

ومن خلال المراجعة لسجلاتهم في ادارة المدرسة وبالتنسيق ايضا مع المرشد التربوي والنفسي في المدرسة تبين لنا البعض منهم يعانون من اضطرابات نفسية وحالة من عدم التوازن النفسي والاجتماعي لديهم، ومن هنا يمكن التعبير عن مشكلة الدراسة بالسؤال التالي :

هل للضغوط النفسية والاجتماعية التي يعاني منها الطالب تأثير سيء على ادائه الحركي ونموه البدني وعدم تمكنه من اكتساب القدرات البدنية بشكل سليم وهل للتوافق النفسي والاجتماعي للطلاب له دور إيجابي في اكتسابه لتلك القدرات والأداء الحركي السليم لها ؟

ويهدف البحث إلى :

أ. التعرف على واقع التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب (عينة البحث) بشكل عام

ب. التعرف فيما اذا كانت هناك علاقة ارتباط بين التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب وبين القدرات البدنية التالية ، الوثب للأمام من الثبات ، رمي الكرة الطبية (زنة 3كغم) ، الاستناد الامامي ، فعالية ركض 40 م .
اما فرض البحث فهو توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين عملية التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب وبين اداءهم للقدرات البدنية .

مجالات البحث

- المجال البشري طلاب معهد الفنون الجميلة للبنين - ديالى .
- المجال المكاني بناية وساحة معهد الفنون الجميلة للبنين - ديالى
- المجال الزمني تم اجراء البحث للفترة من 2022/11/15 - 2023/4/15

مصطلحات البحث :

- القدرات البدنية
وهي قدرات موروثة تعتمد في اداءها على الجهاز الحركي (العظام والعضلات) والحالة الفسيولوجية للجسم فالعضلة هي المسؤولة عن انتاج القوة والسرعة والتحمل. (الحديثي، 2013، 34)
- التوافق النفسي
وهو مجموعة السلوكيات التي يسلكها الفرد من اجل الانسجام وتحقيق الاستقرار مع نفسه اولا ومع الاخرين ثانيا . (حياة، 2013، 64)
- التوافق الاجتماعي
وهو ان يكون للفرد قدره على اكتساب الاصدقاء وتكوين علاقات اجتماعية مع المحيطين به وان يشعر بالسعادة لوجوده مع الناس اكثر مما يكون بمفرده وان يجد سهولة في ان يطلب المساعدة من الاخرين اذا دعت الحاجة لذلك او هو الذي يمد يد العون والمساعدة للآخرين . (الزامل، 29، 2001)

2. منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة المشكلة .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث على طلاب معهد الفنون الجميلة للمراحل الدراسية (الثانية والثالثة والرابعة) للعام الدراسي 2022-2023 والبالغ عددهم (260) طالب، واختار الباحث عينة مكونة من (80)

طالب بالطريقة التطبيقية العمدية وبواقع (27) طالب تقريبا لكل مرحلة من المراحل الدراسة الثلاث ، وقد شكلت هذه العينة نسبة مقدارها (30,7%) من مجتمع الدراسة وهي نسبة ممثلة .

2-3 إجراءات البحث الميدانية :

2-3-1 أداة البحث *

أستخدم الباحث مقياس التوافق النفسي الذي اعده الباحث عبدالرزاق وهيب وقد حسيت درجة التوافق النفسي لكل فرد من افراد العينة بايجاد مجموعة الدرجات التي حصل عليها الطالب من خلال اجاباته على فقرات المقياس ، اذ صحح المقياس على اساس (39) فقرة بحيث تكون الاجابة عليه وفق مدرج ثلاثي ، وقد أتبعته طريقه (ليكارت Lekart) في المقياس الحالي ، فاذا كانت الفقرة بالاتجاه الايجابي وكانت الاجابة عليه (دائما) تعطي (3) درجات لهذه الفقرة وعكسها اذا اجيب عنها (نادرا) تعطي (1) درجة لهذه الفقرة ، تعطي (2) درجتين لـ (احيانا) ، اما اذا كانت الفقرة بالاتجاه السلبي وكانت الاجابة عليها (دائما) تعطي (1) درجة واذا كانت الاجابة (نادرا) تعطي (3) درجات و (2) درجتين لـ (احيانا) ، وكانت اعلى درجة للمقياس (117) واقل (39) .

علما ان جميع فقرات المقياس كانت بالاتجاه الايجابي، وقد تم تعديل بعض فقرات المقياس وعرضها على مجموعة من الخبراء لكي تلائم عينة البحث.

وبعد ذلك جمعت الدرجات حسب ما اختارها المستجيب لتكون درجة الكلية على المقياس ، وقد طبقت هذه الطريقة على جميع استمارات عينة البحث والبالغ عددهم (80) استمارة ، هذا وقد حسبت النسبة المئوية لدرجة اجابات الطلاب (عينة البحث) بالشكل الاتي ،

1% - 33% درجة توافق ضعيفة

34% - 66% درجة توافق متوسطة

67% - 100% درجة توافق عالية

2-3-2 تحديد القدرات البدنية واختباراتها :

اجرى الباحث عدة مقابلات مع بعض الخبراء اختصاص تربية رياضية وخاصة في مجال (الاختبارات الرياضية) لغرض تحديد بعض القدرات البدنية واختباراتها التي تتناسب مع قدرات الطلاب البدنية بغية استخدامها في قياس الصفات البدنية لديهم ، حيث اتفق الباحث مع رأي الخبراء في اختبار القدرات التالية ،

1. القوة الانفجارية للرجلين

2. القوة الانفجارية للذراعين

* ملحق رقم (1)

3. السرعة

4. المطاولة (مطاولة القوة)

والتي يمكن قياس هذه القدرات على التوالي من خلال الاختبارات التالية ،

1. الوثب للأمام من الثبات .

2. رمي الكرة الطبية (زنة 3 كغم)

3. ركض 40 م .

4. الاستداد الامامي (ثني ومد الذراعين لحين استنفاد الجهد)

2-6-2 مواصفات اختبارات القدرات البدنية المستخدمة في البحث

ذكر (حسنين، 30، 2001) تلك المواصفات بالشكل الاتي :

1. الوثب للأمام من الثبات :

الغرض من الاختبار :

قياس القوة الانفجارية لعضلات الرجلين .

الادوات اللازمة :

ارض مستوية لاتعرض الفرد للانزلاق، شريط قياس يرسم على الارض، خط بداية.

وصف الاداء :

يقف المختبر خلف خط البداية والقدمان متباعدتان قليلا والذراعان عاليا ، تمرجح الذراعان اماما اسفل خلفا مع ثني الركبتين نصفاً وميل الجذع اماما حتى يصل الى مايشبه وضع البدء في السباحة ، ومن هذا الوضع تمرجح الذراعان اماما بقوة مع مد الرجلين على امتداد الجذع ودفع الارض بالقدمين بقوة في محاولة للوثب اماما الى ابعد مسافة ممكنة .

تعليمات الاختبار :

- لكل مختبر محاولتان تسجل له افضلهما .

- اذا ما اختل توازن المختبر ولمس الارض بجزء اخر من جسمه عدا القدمين تعتبر المحاولة لاغيه ويجب اعادتها .

- يجب ان تكون القدمين ملامستين الارض حتى لحظة الارتقاء .

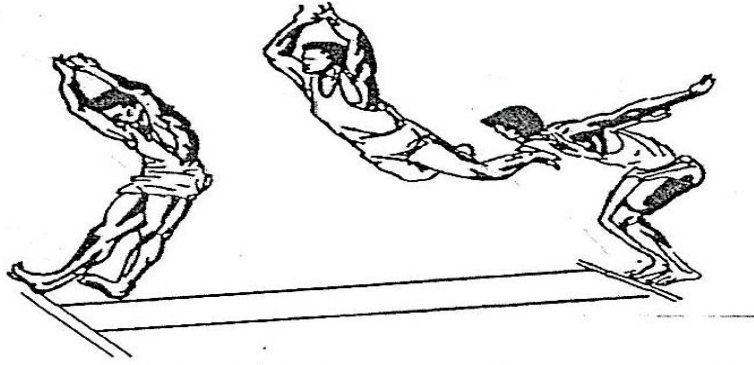
اداة الاختبار :

- مسجل يقوم بالنداء على الاسماء وتسجيل النتائج.

- محكم يقوم بحساب مسافة الوثب وملاحظة الاداء .

طريقة التسجيل : يسجل للمختبر المسافة من خط البداية (الحافة الداخلية) حتى اخر اثر تركه

الطالب المختبر والاقرب لخط البداية مقاسه بالمتر واجزاءه .



الشكل (1) يوضح اداء الوثب للأمام من الثبات

2. اختبار رمي الكرة الطبية زنة (3) كغم امام اليدين من فوق الرأس .

ذكر (حسنين وعبد المنعم، 1997، 200) مواصفات هذا الاختبار بالشكل الاتي :

الغرض من الاختبار :

قياس القوة الانفجارية لعضلات الذراعين (الاطراف العليا) .

الادوات اللازمة :

ساحة لأداء الاختبار ، شريط قياس ، كرة طبية زنة (3) كغم ، صافرة ، طباشير .

وصف الاداء :

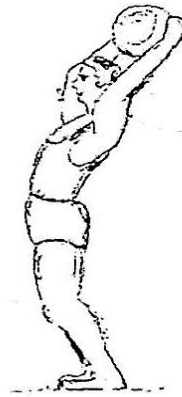
يتخذ الطالب وضع الوقوف فتحتا خلف خط الرمي المرسوم على الارض وممسك الكرة الطبية امام الصدر ، وعند اعطاء اشارة يقوم برمي الكرة الطبية للأمام ولأبعد مسافة ممكنة ، وذلك بعمل قوس بالظهر مع ارجاع الكرة الطبية للخلف بواسطة الذراعين ومن ثم رميها الى الامام من فوق الرأس ولأبعد مسافة ممكنة ، ويراعي السرعة في الاداء .

تعليمات الاختبار :

- لا يجوز للطالب لمس الخط على الارض او المنطقة امام الخط .
- لا يجوز رفع القدمين اثناء الاداء .
- لكل طالب مختبر محاولتين تسجل افضلهما .
- يعلن الرقم الذي يسجله كل طالب مختبر على الطالب الذي يليه لضمان عامل المنافسة .

ادارة الاختبار :

- مسجل يقوم بالنداء على الاسماء اولا وتسجيل النتائج من خلال تعيين مكان سقوط الكرة
- محكم ، يقوم بإعطاء اشارة البدء مع ملاحظة صحة الاداء .
- طريقة التسجيل : تسجل للطالب المختبر المسافة بالمتر واجزائه من الحافة الداخلية لخط الرمي حتى اقرب اثر لسقوط الكرة الطبية على الارض من جهة هذا الخط .

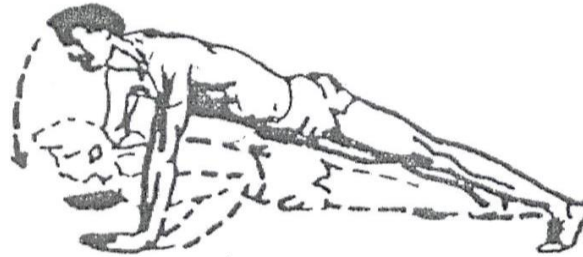


الشكل (2) يوضح رمي الكرة طبية زنة (3) كغم من فوق الرأس باليدين

3. اختبار ثني ومد الذراعين (الاستناد الأمامي) لحين استنفاد الجهد .

ذكر (ناجي واحمد، 1984، 353) مواصفات هذه الاختبار بالشكل الاتي :

- الهدف ، قياس مطاولة قوة العضلات العاملة على مد الذراعين .
- الادوات ، ملعب صغير ، زميل .
- اجزاء الاختبار ، من وضع الانبطاح المائل تسجيل أقصى عدد يمكن أدائه لثني ومد الذراعين كاملا حتى مرحلة استنفاد الجهد .
- التقويم ، أقصى عدد يمكن أدائه لمطاولة القوة



الشكل (3) يوضح ثني ومد الذراعين (الاستناد الامامي) لحين استنفاد الجهد

4. اختبار ركض (40) متر من البداية العالية :

ذكر (مجيد، 1991، 273) مواصفات هذا الاختبار بالشكل الاتي :

الغرض من الاختبار ،

قياس السرعة الانتقالية .

الادوات المستخدمة :

ساحة للاختبار ، يحدد فيها خط البداية والنهاية والمسافة بينهما (40) متر ، ومجالين للركض عرض كل مجال (1,22) متر ، ساعة توقيت الكترونية عدد (2) ، صافرة عدد (2) ، واعلام اشارة عدد (2) .

وصف الاداء : يقف الطالب خلف خط البداية من وضع البدء العالي ، وعند سماع اشارة يقوم اللاعب بالركض بأقصى سرعة ممكنة وبخط مستقيم ضمن مجاله الى ان يجتاز خط النهاية .
ادارة الاختبار :

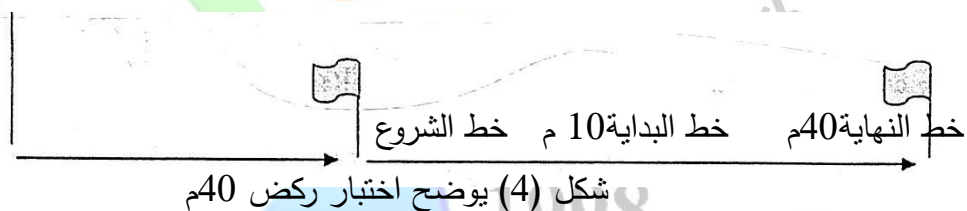
- مسجل يقوم بالنداء على اسماء الطلاب اولا وتسجيل زمن اداء الاختبار ثانيا .
- مطلق يقوم بعملية اطلاق الطلاب وملاحظة صحة الاداء .
- ميقاتي عدد (2) لتوقيت زمن الاختبار .

تعليمات الاختبار :

- لخلق روح المنافسة بين الطلاب المختبرين يتم اجراء الاختبار لكل اثنين منهم معا .
- على الطالب الالتزام بالبقاء ضمن مجال الركض المخصص له اثناء اداء الاختبار .
- يعطي للمختبر محاولة واحد فقط .

طريقة التسجيل :

يسجل للاعب الزمن المستغرق في قطع مسافة الاختبار لاقرب (100/1) من الثانية.



4-2 الاسس العلمية للمقياس

4-2-1 الصدق

تم ايجاد الصدق الظاهري وصدق المحتوى للمقياس (اداة البحث) من خلال عرض فقرات الاستبيان على مجموعة من الخبراء(*) في مجال التربية الرياضية ، حيث اتفق الجميع على دقة الفقرات وملائمتها لعينة البحث حيث بلغت نسبة الاتفاق 100% مما يدل على صدق المقياس .

4-2-2 الثبات

تم ايجاد الثبات بطريقة اعادة الاختبار ، اذ طبق المقياس (اداة البحث) على عينة من طلاب معهد الفنون الجميلة (غير العينة الاصلية) بتاريخ 2023/1/20 وكان عددهم (20) طالب وبعد 10 أيام تم اعادته على نفس العينة وذلك بتاريخ 2023/1/30 وتم استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لاجاد الارتباط حيث بلغ معامل الارتباط (85%) ما يدل على ثبات المقياس وملائمته للبيئة الواقعية .

(*) ملحق رقم (2)

2-5 وسائل جمع المعلومات والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث

2-5-1 وسائل جمع المعلومات:

- المصادر والمراجع
- الاختبارات والقياس
- الاستبانة (مقياس التوافق النفسي والاجتماعي)

2-5-2 الادوات والاجهزة المستخدمة في البحث :

- ساحة المعهد الداخلية .
- كرة طبية زنة (3 كغم) .
- شريط قياس (جلدي) بطول 40م .
- ساعة توقيت الكترونية .
- صافرة .
- استمارة تسجيل البيانات .
- طباشير .
- استبانة الاختبار (اداة البحث) .

2-6 التجربة الاستطلاعية :

اجرى الباحث تجربة استطلاعية على عينة قوامها (9) طلاب من معهد الفنون الجميلة للبنين تم اختيارهم من المراحل الدراسية الثلاث (الثانية والثالثة والرابعة) من غير عينة الدراسة بواقع 3 طلاب من كل مرحلة وذلك يوم الاحد 2023/2/20 لمعرفة مدى ملائمة الاختبارات لافراد العينة والوقت الذي تستغرقه والصعوبات التي تواجه الباحث لغرض تجاوزها كما تم توزيع استمارات الاستبانة (اداة البحث) على افراد العينة المذكورة لنفس الغرض .

2-7 تنفيذ التجربة الرئيسية :

قام الباحث بتنفيذ اجراءات البحث وجمع البيانات من خلال دروس التربية الرياضية في معهد الفنون الجميلة للبنين وكما يلي :

- توزيع استمارات الاستبانة وجمعها للفترة من 2023/3/22-21 .
- تنفيذ الاختبارات الخاصة بالقدرات البدنية وجمع البيانات للفترة من 2023/3/23 - 2023/3/30 .

2-8 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الاحصائية التالية لتحقيق اهداف الدراسة :

1. الوسط الحسابي .

2. الانحراف المعياري .

3. النسبة المئوية .

4. معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

3- عرض النتائج ومناقشتها

1-3 عرض النتائج ومناقشتها للجدول رقم (1)

جدول رقم (1)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث على متغيرات الدراسة والنسبة المئوية

لإجابات افراد العينة على مقياس التوافق النفسي والاجتماعي

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	N افراد العينة	النسبة المئوية للتوافق
التوافق النفسي والاجتماعي	82,2000	8,2283	80	%70,30
الوثب للامام من الثبات	8,1250	3,54492	80	
رمي الكرة الطبية زنة 3كغم	7,8650	0,69798	80	
الاستناد الامامي	1,7944	0,83483	80	
ركض 40م	4,2509	0,61859	80	

مناقشة النتائج :

نلاحظ ما أفرزه جدول رقم (1) من نتائج ان الاوساط الحسابية لافراد عينة البحث على مجالات او متغيرات الدراسة كانت متفاوتة نوع ما ، فبينما كانت جيدة وعالية في متغيرات (التوافق النفسي والاجتماعي) واختبارات الوثب للامام من الثبات واختبار رمي الكرة الطبية زنة 3كغم والتي تخص القوة الانفجارية للرجلين والذراعين نلاحظها بنسبة اقل في اختبارات (الاستناد الامامي) وركض 40 م والتي تخص المطاولة والسرعة والسبب في ذلك حسب ما يعتقد الباحث ان الطلاب في دروس التربية الرياضية دائما ما يميلون الى الالعب المنظمة (قدم، سلة، طائرة، يد) وهذه الالعب تنمي لديهم القوة للذراعين والرجلين بسبب ممارستهم لها بشكل يومي تقريبا اما السرعة والمطاولة فهي تمارس بالنشاطات الخارجية بشكل اكبر من دروس التربية الرياضية وعادة مايشترك فيها فقط الطلاب الذين لديهم قابليات بدنية جيدة وامكانات جسيمة ونفسية تؤهلهم لذلك، كما نلاحظ ان الاستجابات افراد العينة على مجال (التوافق النفسي والاجتماعي) كانت نسبته عالية حيث بلغ %70,30 وهذا يدل حسب اعتقاد الباحث ان افراد العينة كانوا مستقرين نفسيا ولديهم توازن نفسي واجتماعي ولايعانون من اضطرابات نفسية او مشاكل اجتماعية

جدول رقم (2)

قيم الارتباط البسيط (بيرسون) بين التوافق النفسي والاجتماعي والاختبارات البدنية ونسبة الخطأ والقرار الاحصائي

القرار الاحصائي	نسبة الخطأ	قيمة (ر) المحسوبة	المتغيرات
معنوي	0,004	0,319 (**)	الوثب للامام من الثبات
معنوي	0,000	0,969 (**)	رمي الكرة الطبية زنة 3كغم
معنوي	0,000	0,959(**)	الاستناد الامامي
معنوي	0,000	0,952(**)	ركض 40م

مناقشة النتائج :

افرز الجدول رقم (2) وباستخدام معامل الارتباط (بيرسون) ان هناك علاقة ارتباط قوية ذات دلالة احصائية (معنوية) ما بين التوافق النفسي والاجتماعي لافراد عينة البحث وبين القدرات البدنية (الوثب للامام من الثبات ، رمي الكرة الطبية زنة 3كغم، الاستناد الامامي ، ركض 40م) وهذا يثبت صحة فرضية البحث بوجود علاقة ارتباط ما بين التوافق النفسي والاجتماعي والقدرات البدنية ويرى الباحث ان السبب وراء ذلك يعود الى ان الشخص المتوافق نفسيا سواء كان طالبا او لاعبا والذي لايعاني من اضطرابات نفسية او عقد اجتماعية تكون لديه القدرة والقبالية على الاداء الحركي واكتساب المهارات الرياضية اكثر من غيره وذلك بسبب امتلاكه للثقة في نفسه والثبات الانفعالي وعدم تأثره بالإحباطات التي تقع من حوله كما ان الشخص المتوافق نفسيا واجتماعيا يكون اكثر من غيره توافقا مع اسرته وزملائه ومع نفسه والبيئة المحيطة به مما يتيح له المجال للأبداع والتطور في جميع الالعاب وبناء جسمه بدنيا ويكون قادرا لأداء القدرات البدنية.

والتوافق الاجتماعي يشير إلى قدرة الأفراد على التفاعل بشكل إيجابي مع الآخرين داخل البيئة الاجتماعية التي يتواجدون فيها. في الأندية الرياضية، يعد التفاعل بين اللاعبين، المدربين، والإداريين أمراً حيوياً لتحقيق النجاح الجماعي. (Abd:2024:67)

4- الخاتمة :

استنتج الباحث من نتائج البحث مايلي :هناك توافق نفسي واجتماعي لدى الطلاب (عينة لبحث) في معهد الفنون الجميلة للبنين حيث بلغت النسبة المئوية لمستوى هذا التوافق 70,30% وهي نسبة عالية . توجد علاقة ارتباط قوية ومعنوية (دالة احصائية) بين التوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب وبين اداءهم للقدرات البدنية. وهناك تفاوت نسبي في مستوى استجابات الطلاب

ونتائجهم على القدرات البدنية بين اختبارات (الوثب الطويل للامام) و (رمي الكرة الطبية زنة 3كغم) والتي تخص القوة الانفجارية للرجلين والذراعين وبين اختبارات (الاستناد الامامي) و (ركض 40م) والتي تخص المطاولة والسرعة) والسرعة ولصالح الاولى القوة الانفجارية للرجلين .
يوصي الباحث فيما يلي : الاهتمام بالإعداد النفسي والاجتماعي للطالب من قبل مدرس التربية الرياضية في المدارس بأعتبره جزء من الاعداد العام (البدني والمهاري والمعرفي) ، وفتح دورات تربوية ونفسية للطلاب . التأكيد على دعم الثقة بالنفس لدى الطالب من خلال اشراكه في المنافسات الرياضية والنشاطات الخارجية والسماح له بممارسة دور القيادة في دروس التربية الرياضية ، وعقد اجتماعات دورية من قبل ادارة المدرسة والمرشد النفسي والتربوي ومدرس التربية الرياضية مع اولياء امور الطلاب وخاصة أولئك الذين يعانون من اضطرابات نفسية واجتماعية لاجل وضع الحلول الناجحة لهما .

References:

- Abbas Ahmed Saleh. Teaching Methods in Physical Education. 2nd ed. (University of Baghdad, 2000).
- Abd, A. L. M. R. A., & Farhan, S. S. A. R. (2024). Administrative leadership methods for coaches of Diyala Governorate football clubs. Sciences Journal Of Physical Education, 17(3).
- Abdul Razzaq Wahib Yassin . Sports Psychology. (College of Physical Education and Sports Sciences, University of Diyala).
- Hamed Abdel Salam Zahran. Mental Health and Psychotherapy. 1st ed.: (Cairo, Alam Al-Kutub, 1994)
- Khalil Ibrahim Salman Al-Hadith. Motor Learning. (Damascus, Dar Al-Arab and Dar Nour Houran for Studies, Publishing and Translation, 2013).
- Maash Hayat. Attitudes towards School and their Relationship to Psychological and Social Adjustment. Master's Thesis in Social psychology. (Algeria, University of Mohamed Kheder - Biskra, 2013)
- Mohamed Mohan Yasser Al-Zamili. Assertive Behavior and its Relationship to Psychological and Social Adjustment among Students of the Teacher Training Institute. Scientific Research (University of Karbala, College of Education, Department of Educational and Psychological Sciences, 2011).
- Mohamed Sobhi Hassanein and Hamdi Abdel Moneim. Scientific Foundations of Volleyball and Methods of Measurement and Evaluation. 1st ed.: (Cairo, Book Center for Publishing, 1997).
- Mohamed Sobhi Hassanein. Measurement and Evaluation in Physical Education and Sports. 4th ed.: (Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2001)
- Muhammad Hassan Alawi. Sports Psychology. (Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1998).

- Qais Naji and Bastawis Ahmed. Tests and Principles of Statistics in the Sports Field. (Baghdad, University of Baghdad Press, 1984).
- Risan Khuraibat Majeed. Encyclopedia of Measurements and Tests in Physical Education and Sports, Vol. 1. (Baghdad, College of Physical Education, University of Baghdad, 1991).
- Wajih Mahjoub. Kinesiology - Motor Learning. (Mosul, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, 1989)

ملحق رقم (1)

فقرات مقياس التوافق النفسي والاجتماعي

ت	الفقرات	دائما	احيانا	نادرا
1	أنا واثق من قدرتي على الفوز في المنافسة			
2	يهمني الفوز أكثر من الجائزة			
3	إدارة الفريق تثق بإمكانياتي الرياضية			
4	أشعر بالرضا عن مستواي أثناء التدريب والمنافسات			
5	أتدرب في وقت المنافسة فقط			
6	أستعيد نشاطي بسرعة بعد الأداء السريع			
7	عندما يثيرني المدرب تزداد رغبتني بالفوز			
8	من السهولة أن تجرح مشاعري من قبل المنافسين			
9	أدائي في المنافسة أفضل من التدريب			
10	أشعر بالوحدة حتى لو كنت بين زملائي اللاعبين			
11	كثيرا ما أكون مفعما بالنشاط أثناء التدريب			
12	أستعيد نشاطي بسرعة بعد الأداء السريع			
13	أشعر باضطراب معدل النبض عند أقل جهد			
14	ضغوط التدريب أو المنافسة لا تؤثر في قدراتي النفسية			
15	أشعر بضيق في التنفس قبل المنافسة			
16	عند الخسارة يحاول بعض أفراد أسرتي إثارة غضبي			
17	أحاول أسرتي منعي من الاستمرار في الرياضة			
18	تساعدني أسرتي في شراء الملابس الرياضية			
19	استعين باللاعبين الآخرين في كثير من الأمور			
20	يسألني اللاعبون الآخرون لحل مشاكلهم			
21	أحب أن أتدرب بمفردي			

22	خجلي يبعدي عن المناسبات الاجتماعية
23	كثيرا ما تتقاطع آرائي مع المدرب واللاعبين
24	أناقش المدرب في بعض الأمور التدريبية
25	يصعب علي التركيز أثناء التدريب
26	أحاول عدم التأخر في التدريب
27	يوجد عدم تفاهم في العمل بين الادارة والمدرب واللاعبين
28	أستطيع التحكم بأعصابي أثناء المنافسة
29	أتضايق كثيرا عندما ينتقدي المدرب أمام اللاعبين
30	أشعر بتوتر عصبي أثناء المواجهات الصعبة
31	تضعف قابليتي البدنية من وقت لآخر
32	اعرق كثيرا في بداية المنافسة
33	كثرة المشاكل داخل أسرتي تؤثر في مستواي الرياضي
34	أتردد في الكلام عندما أتواجد مع فريق جديد
35	أشعر بقلّة الاهتمام الإعلامي بأدائي وبلعبي
36	ألعب كما يريد المدرب وليس كما أريد
37	أجد صعوبة في التفاهم مع بعض اللاعبين
38	إدارة الفريق لا توفر الحاجات الضرورية للاعبين
39	أجد صعوبة في أداء بعض التمارين

ملحق رقم (2)

اسماء الخبراء (المحكمين)

ت	اسم المحكم	درجة التحصيل العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	ناظم احمد عكاب	أ.د.	تعليم حركي	جامعة ديالى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	محمد عبدالمنعم طاهر	م.د.	طرق تدريس	المديرية العامة لتربية ديالى
3	ظافر ناموس خلف	أ.د.	طرق تدريس مبارزة	المديرية العامة لتربية ديالى
4	احمد مهدي صالح	م.د.	تعليم حركي	المديرية العامة لتربية ديالى
5	عبدالجبار كريم علو	م.د.	طرق تدريس	المديرية العامة لتربية ديالى
6	سيف سعد محمود	أ.م.د.	علوم نفسية وتربوية	المديرية العامة لتربية ديالى