

دور الانشطة الرياضية بكرة اليد في تنمية المرونة الايجابية والتفاؤل للطلاب السادس

الاعدادي

م.م.الاء علي وادي

¹ مدرسة الرسول الاعظم الابتدائية للبنات، العراق.

*الايميل: abbaska889@gmail.com

تاريخ نشر: 2026/01/25

تاريخ استلام: 2025/1/18

الملخص

يكتسب البحث أهمية تطبيقية من حيث إمكانية توظيف نتائجه من قبل إدارات المدارس، ووزارة التربية، ومسرفي الأنشطة الالصفية، لتطوير برامج رياضية تربوية هادفة تعزز من الصحة النفسية للطلبة وفي ظل تزايد الاهتمام العالمي بال التربية الإيجابية، فإن هذا البحث يسهم في إثراء الأدبيات المحلية والعربيّة من خلال تقديم نموذج بحثي يجمع بين التربية البدنية والدعم النفسي، وهدف إلى التعرّف على (مستوى المرونة الايجابية والتفاؤل للطلاب السادس الاعدادي، دور الانشطة الرياضية في تنمية المرونة الايجابية والتفاؤل للطلاب السادس الاعدادي)، حدد مجتمع هذا البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب السادس الاعدادي مدارس قطاع الهاشمية البالغ عددهم (10) مدارس ثانوية لتعاونهم بشكل يخدم البحث، وتتألفت عينة البحث من (780) طالباً منهم عينة بناء ، اما العينة التجريبية اذ تم تقسيمهم العينة الاخيرة على مجموعتين واحدة تجريبية وآخرى ضابطة ضمت كل منهم (30 طالب) لتعاونهم بشكل يخدم البحث،قام الباحث بتبني مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل والمعد من قبل (الهرموش ،2018) ويتألف المقياس من (33) فقرة ، وان بدائل الاجابة الثانية (تنطبق على – لا تنطبق على) بمفتاح تصحيح (1,2) . وطبقت الانشطة الطلابية بواقع وحدتين في الاسبوع داخلية و وحدتين خارجية بواقع (32) وحدة من الانشطة ، وبعد جمع البيانات وتحليلها تول الباحثين الى جملة من الاستنتاجات هي:(وجود مستوى عالي وفق مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل لطلاب السادس الاعدادي- للانشطة الداخلية اثر فعال في زيادة المرونة الايجابية والتفاؤل - للانشطة الخارجية اثر فعال في زيادة المرونة الايجابية والتفاؤل). واوصت الدراسة ب: (تلمس الباحثون من الجهات ذات العلاقة ودور في تحديد مفردات المناهج السادس الاعدادي الى (3-2) وحدات اسبوعيا- جراء دراسات بشكل موسع على عينات اخرى وفق المرونة الايجابية والتفاؤل لدى الطلبة).

الكلمات المفتاحية:

المرونة الايجابية، الانشطة الرياضية، كرة اليد.



The role of handball sports activities in developing positive resilience and optimism for sixth-grade students

Asst. Lecturer Alaa Ali Wadi

¹ Al-Rasool Al-A'zam Primary School for Girls, Iraq.

*Corresponding author: alaa01@gmail.com

Received: 10-11-2025

Publication: 25-01-2026

Abstract

The research has practical importance in terms of the possibility of employing its results by school administrations, the Ministry of Education, and supervisors of extracurricular activities, to develop purposeful educational sports programs that enhance the psychological health of students. In light of the increasing global interest in positive education, this research contributes to enriching local and Arab literature by presenting a research model that combines physical education and psychological support, and aims to identify (the level of positive resilience and optimism for sixth-grade students, the role of sports activities in developing positive resilience and optimism for sixth-grade students). The community of this research was determined intentionally, which is the sixth-grade students in the Hashemite sector schools, numbering (10) secondary schools, for their cooperation in a way that serves the research. The research sample consisted of (780) students, including a constructive sample, while the experimental sample was divided into two groups, one experimental and the other a control group, each of which included (30 students) for their cooperation in a way that serves the research. The researcher adopted the scale of positive resilience and optimism.

Keywords:

Positive Flexibility, Sports Activities, Handball.



1- التعريف بالبحث

1-1 أهمية البحث

تبغ أهمية هذا البحث من كونه يتناول جانباً حيوياً يمس الصحة النفسية والتربوية لطلبة السادس الإعدادي، وهم على اعتاب مرحلة انتقالية حاسمة في مسيرتهم التعليمية ، فالاهتمام ببناء المرونة الإيجابية والتفاؤل لدى هؤلاء الطلبة لا يسهم فقط في تحسين أدائهم الأكاديمي، بل يُعد استثماراً في صحتهم النفسية والاجتماعية على المدى البعيد.

ومن هنا، فإن هذا البحث يقدم قيمة علمية وتربوية من خلال محاولة الكشف عن مدى فعالية الأنشطة الرياضية كأداة تنموية تُسهم في إكساب الطلبة استجابات نفسية إيجابية تجاه الضغوط والتحديات.

كما يكتسب البحث أهمية تطبيقية من حيث إمكانية توظيف نتائجه من قبل إدارات المدارس، ووزارة التربية، ومسارفي الأنشطة الlassافية، لتطوير برامج رياضية تربوية هادفة تعزز من الصحة النفسية للطلبة. وفي ظل تزايد الاهتمام العالمي بال التربية الإيجابية، فإن هذا البحث يسهم في إثراء الأدباء المحلية والعربية من خلال تقديم نموذج بحثي يجمع بين التربية البدنية والدعم النفسي. كذلك، فإن تسلیط الضوء على العلاقة بين النشاط الرياضي ومكونات التكيف النفسي (المرونة والتفاؤل) يفتح آفاقاً جديدة للباحثين والممارسين في مجال التربية البدنية وعلم النفس التربوي، مما قد يسهم في تطوير تدخلات نوعية تستند إلى بيئة المدرسة بوصفها المجال الأهم لتنشئة الطلبة المتكاملة.

1-2 مشكلة البحث

تعد مرحلة السادس الإعدادي من المراحل التعليمية الحساسة في حياة الطلبة، حيث تتلاشى فيها الضغوط النفسية والأكاديمية نتيجة التحديات المرتبطة بالامتحانات المصيرية والطلعات المستقبلية.

وقد أظهرت دراسات سابقة أن هذه المرحلة ترتبط بارتفاع معدلات القلق والتوتر، وانخفاض مستويات التفاؤل والمرونة النفسية لدى الطلبة، مما يؤثر سلباً على أدائهم الأكاديمي وتكيفهم الاجتماعي.

في ضوء ذلك، برزت الحاجة إلى البحث في استراتيجيات تربوية فعالة تساعد الطلبة على تنمية قدراتهم النفسية الإيجابية، خصوصاً المرونة الإيجابية (القدرة على التكيف مع الصعوبات) والتفاؤل (النّظرة الإيجابية للمستقبل).

من هذا المنطلق، تشكل الأنشطة الرياضية أداة تربوية مهمة قد تسهم في تنمية هذه السمات الإيجابية، حيث توفر بيئة داعمة تحفز على التحدي والتعاون والانضباط الذاتي.

إلا أن العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى المرونة والتفاؤل لدى طلاب السادس الإعدادي لم تدل نصرياً وافياً من الدراسة في السياق المحلي، وعليه تبرز مشكلة البحث في غياب فهم دقيق ومنهج لدور الأنشطة الرياضية في تعزيز المرونة الإيجابية والتفاؤل لدى هذه الفئة من الطلبة، مما يفرض ضرورة بحث علمي يسلط الضوء على هذا الدور ويوفر قاعدة بيانات يمكن توظيفها في تطوير البرامج المدرسية والأنشطة الlassافية.

1-3 أهداف البحث

يهدف البحث الحالي للتعرف على :

- مستوى المرونة الإيجابية والتفاؤل للطلاب السادس الإعدادي

- دور الأنشطة الرياضية في تنمية المرونة الإيجابية والتفاؤل للطلاب السادس الإعدادي.



4-1 فروض البحث.

- وجود مستوى مرتفع لمستوى المرونة الايجابية والتفاؤل للطلاب السادس الاعدادي
- وجود تأثير ذو دلالة احصائية للاشطة الرياضية في تنمية المرونة الايجابية والتفاؤل للطلاب السادس الاعدادي.

4-2 حدود البحث

1. الحدود الزمانية : الفترة الزمنية 2024/10/15 الى 2025/5/15 م
2. الحدود المكانية : مدارس ثانوية في قضاء الهاشمية
3. الحدود البشري: طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة بابل.

4-3 تحديد المصطلحات:

- الانشطة الرياضية هي تلك الأنشطة التي تتم بالفصل مخططة ومقصودة كاشتراك بالمهرجانات الرياضية والكشفية والمعسكرات التدريبية للطلاب لتنمية المهارات البدنية والتربوية التي تساعدهم على التكيف في البيئة التي يعيشون فيها.

4-4 الإطار النظري والدراسات السابقة

4-4-1 الإطار النظري

4-4-1-1 الانشطة الرياضية

هو مصطلح الأنشطة في السنوات الأخيرة من القرن العشرين، وزاد الاهتمام به بشكل واضح مع بدايات القرن الحادي والعشرين، كأحد الإتجاهات التربوية والنفسية المعاصرة، ذات التأثير الكبير على عملية التعلم داخل غرفة الصف وخارجها من جانب تلاميذ المدارس والمعاهد والجامعات، مما ساهم في زيادة توضيح مفهوم الأنشطة وأهميتها ومجالات تطبيقها في مختلف التخصصات الأكademie والموضوعات المدرسية والجامعية المتعددة، النشاط الالصفي بأنه، “ذلك البرامج التي تنفذ بإشراف المدرسة وتوجيهها، والتي تتناول ما يتصل بالحياة المدرسية وأنشطتها المختلفة ذات الارتباط بالمواد الدراسية أو الجوانب الاجتماعية والبيئية أو الأندية ذات الاهتمامات الخاصة بالنواحي العملية أو العلمية أو الرياضية أو الموسيقية أو المسرحية أو المطبوعات المدرسية، كذلك هو الخطبة مدرورة ووسيلة إثراء المنهج وبرنامج تنظمه المؤسسة التعليمية يتكامل مع البرنامج العام، يختاره المتعلم ويمارسه برغبة وتلقائية بحيث يحقق أهدافاً تعليمية وتربوية وثيقة الصلة بالمنهج المدرسي أو خارجه، داخل الفصل أو خارجه خلال اليوم الدراسي أو خارج الدوام، مما يؤدي إلى نمو المتعلم في جميع جوانب نموه التربوي والاجتماعي والعقلي والانفعالي والجسми واللغوي... مما ينجم عنه شخصية متوافقة قادرة على الإنتاج.

فيما عرف الدخيل (2002) النشاط الرياضي على أنه “عبارة عن مجموعة من الخبرات والممارسات التي يمارسها الطالب ويكتسبها، وهي عملية مصاحبة للدراسة ومكملة لها، ولها أهداف تربوية متميزة، ومن الممكن أن تتم داخل الفصل أو خارجه - ذلك النشاط الرياضي الرسمي الذي تشتراك فيه أكثر من مدرسة مختلفة ، ويحضر الإطار تنظيمي يتضمن بطولات مدرسية مختلفة ، يعتمد هذا النشاط على التدريب والمنافسة خارج أوقات الدراسة بين مدارس مختلفة من أجل تحقيق الفوز أو الحصول على البطولة ، تتضمنها وتشرف عليها على المستوى الوطني الاتحادية الجزائرية للرياضة المدرسية أما على مستوى كل ولاية فنجد الرابطات الولائية للرياضة المدرسية ، ثم على مستوى كل مدرسة الجمعية الثقافية الرياضية وهي تمثل الخلية الأولى لهذه النشاط.



والنشاط البدني نوعان هما :
اولاً: النشاط الرياضي الداخلي:

يتميز درس التربية البدنية والرياضية على مستوى المدارس بالطبع التعليمي والتربوي فمن خلاله يكتسب التلاميذ المهارات والمعارف والاتجاهات والميول، ولكن نظراً لضيق وقت الدراسة أو ما يعرف بالنشاط الأساسي الذي يمثل حصة واحدة في كل أسبوع ، فإن الوقت المخصص للممارسة التطبيقية للمهارات المتعلمة غير كاف من خلال الدرس لذلك فان تنظيم برنامج النشاط الداخلي في المدرسة يتاح للطلاب فرص ممارسة ما تعلموه وتطبيقه على مستوى المنافسات بين الاقسام او بين لقسم الواحد، المنافسة أكثر تنظيماً في العالم عن النشاط الرياضي الداخلي ، ويحظى بشهرة اكبر ودعالية أوسع خارج المدرسة ، وكذلك هو أنواع متعددة من المنافسات الرياضية للممتنازين رياضياً، والتي تشتراك فيها المدرسة كوحدة مع مدارس أخرى سواء كان ذلك بصورة رسمية أو ودية.

ثانياً: النشاط الرياضي الخارجي:

هو ذلك النشاط الذي يجري في صورة منافسات رسمية بين فرق المدرسة والمدارس الأخرى وللنظام الخارجي أهمية بالغة لوقوعه في قمة البرنامج الرياضي المدرسي ، الذي يبدأ من الدرس اليومي أو ما يعرف بالنشاط الأساسي، ثم النشاط الداخلي لينتهي بالنشاط الخارجي حيث تصب فيه خلاصة الجد والمواهب الرياضية في مختلف الألعاب، كما يمكن إعطاء مفهوم للنشاط الخارجي بأنه: نشاطات الفرق المدرسية الرسمية فكما هو معروف إن لكل مدرسة فريق يمثلها في دوري المدارس سواء في الألعاب الفردية أو الجماعي، وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة وعنوان تقدمها في المجال التربية البدنية والرياضية وفي هذه الفرق يوجد أحسن العناصر التي تفرزها دروس التربية البدنية والنشاط الداخلي.

2-2 الدراسات السابقة

دراسة : حملاوي:

عنوان الدراسة : دور الأنشطة الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية والحد من السلوك العدواني عند تلاميذ مرحلة الثانوي (15-18 سنة)

تهدف الدراسة إلى معرفة الفروق في المهارات الاجتماعية والسلوك العدواني بين التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية والتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الصافية، واتبع الباحث المنهج الوصفي، و Ashton مللت عينة البحث على (198) تلميذ وتلميذة في الطور الثانوي موزعين على عينتين بالتساوي حسب طبيعة النشاط، تم اختيارها بطريقة مقصودة، واستخدم الباحث مقياسين: مقياس السلوك العدواني من إعداد محمد حسن علاوي، و مقياس المهارات الاجتماعية من إعداد رونالد ريجيو، وأسفرت هذه الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الاجتماعية بين التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية والتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الصافية، وعدم وجود فروق في السلوك العدواني بين التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية والتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الصافية.

دراسة : عبدالمحسن و خضرير:

عنوان الدراسة : "المرونة الإيجابية وعلاقتها بتشكيل هوية الأنماط لدى الطلبة الموهوبين"
هدف هذا البحث تعريف المرونة الإيجابية وتشكل هوية الأنماط لدى الطلبة



للغرض تحقيق أهداف البحث الحالية ، فإنه لابد من أداة لقياس المرونة الإيجابية لدى الموهوبين ونظراً لعدم وجود مقياس يلائم عينة البحث الحالية (الطلبة الموهوبين) قام الباحث ببناء أداة لقياس هذا المتغير بالاعتماد على تعريف (إبراهيم ، ٢٠٠٩) ، وتشكل هوية الأنما : لغرض تحقيق أهداف البحث الحالية ، فإنه لابد من أداة لقياس تشكل هوية والأنما لدى لموهوبين ونظراً لعدم وجود مقياس يلائم عينة البحث الحالية الطلبة الموهوبين) قام الباحث ببناء أداة لقياس وبعد تطبيق أدوات البحث على عينة البحث البالغة (٨٠) وتحليل البيانات توصل إلى النتائج ، التي من أهمها الآتي :

- تمنع أفراد عينة البحث بالمرادنة الإيجابية وتشكل هوية الأنما بدرجات متفاوتة من الدلالة على النتائج التي تظهر من خلال تحليل الانخفاضات لديهم على نطاق البحث ، وهناك فروق دالة إحصائية بين أفراد عينة البحث في المرادنة الإيجابية تتشكل هوية الأنما على فقدان الوزن الزائد.
- يستنتج الباحث من خلال مقاربات التأطير النظري ونتائج البحث أن هناك علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة معنوية حقيقة بين المرادنة الإيجابية وتشكل هوية الأنما لدى الطلبة الموهوبين
- ان نوع الجنس (ذكور ، إناث) لا يؤثر بإمكانيات الطلبة الموهوبين على التعامل المرن مع الأحداث والمواقف التي تعترضون لها.

3-منهجية البحث وإجراءاته

3-1 منهج البحث:

إن منهج البحث المتبعة في هذا البحث هو المنهج التجريبي الدراسة الارتباطية كونه المنهج المناسب لتحقيق أهداف البحث فهو يعطي وصفاً دقيقاً للظاهرة المدروسة ولا يقتصر فقط على جمع البيانات والحقائق وتصنيفها وتبنيتها، بل يتضمن أيضاً قدرأ من التفسير للنتائج ومناقشتها من أجل الوصول إلى تعميمات عن الظاهرة المدروسة.

3-2 مجتمع البحث:

مجتمع البحث هم جميع الأفراد الذين سعى الباحثون لتعيم نتائج دراسته عليهم ، ومجتمع هذا البحث بالطريقة العمدية وهم طلاب السادس الاعدادي مدارس قطاع الهاشمية البالغ عددهم (١٠) مدارس ثانوية لتعاونهم بشكل يخدم البحث.

3-3 عينة البحث:

هي مجموعة من الأفراد تمثل جزءاً من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة، أو هي الجزء الذي يستخدم في الحكم على الكل، ومن أجل أن تكون العينة ممثلة لمجتمعها يجب اعتماداً على الطرائق والوسائل الصحيحة في اختيار العينة، وبهذا فإن العينة العشوائية تعد خير وسيلة يمكن استعمالها في مثل هذا النوع من المجتمعات، وتتألف عينة البحث من (٧٨٠) طالباً منهم عينة بناء وعينة تجريبية إذ تم تقسيمهم العينة الأخيرة على مجموعتين واحدة تجريبية و أخرى ضابطة ضمت كل منها (٣٠ طالب) لتعاونهم بشكل يخدم البحث .

3-4 أدوات البحث

بما ان الهدف الرئيسي للبحث الحالي هو التعرف على دور الانشطة الرياضية على المرادنة الإيجابية والتفاؤل للطلاب السادس الاعدادي فيتطلب منا اعداد مقياس المرادنة الإيجابية والتفاؤل.



3-4-3 مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل

3-1-4-3 اعداد مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل

بعد اطلاع الباحثون على عدد من الادبيات والدراسات السابقة، قاموا الباحثون بتبني مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل والمعد من قبل (الهرموش ،2018) ويتألف المقياس من (33) فقرة ، علمًا ان بدائل الاجابة .

3-1-4-3 صلاحية فقرات المقياس:-

أن التحليل المنطقي يعد ضروريًا في بديايات أعداد الفقرات لأنه يؤشر مدى تمثيل الفقرة ظاهريًا للسمة التي أعدت لقياسها، لذا بعد أن تم أعداد فقرات المقياس (33)، فقرة وعرض المقياس على مجموعه من الخبراء المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (10)، لبيان مدى صلاحيتها، ولغرض تقويمها من حيث صياغتها وصلاحيتها في قياس المرونة الايجابية والتفاؤل، واعتمدوا الباحثون على الدلالة الإحصائية لقيمة مربع كاي (X^2) لبيان مدى موافقة المحكمين على الفقرات وكما موضح في الجدول(4).

الجدول (1)

نتائج اختبار كا2 لآراء المحكمين حول صلاحية فقرات المقياس

مستوى الدلالة	قيمة كاي		النسبة	عدد الخبراء الرافضون	عدد الخبراء الموافقون	أرقام الفقرات	المقياس
	الجدولية	المحسوبة					
٠.٠٥	3.84	12	%100	-	10	-17-16-11-10-7-6-5-3-2-1 -27-26-25-24-23-22-20 28-4-9-29،30،31،32،3315	مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل
٠.٠٥	3.84	٨.٣٣	%91.66	1	9	21-18-14-12-8-13	

ويوضح من الجدول (1) ان قيمة (مربع كاي)، المحسوبة لجميع الفقرات اكبر من قيمة كاي الجدولية (3.84) ، عند مستوى دلالة (0.05)، ودرجة حرية (1)، وبذلك لم تتحذف اي فقرة من فقرات المقياس.

3-1-4-3 اعداد تعليمات الاجابة عن فقرات المقياس:

لكي تكتمل الصورة الأولية للمقياس بغية التمكن من تطبيقها على الطالب ، تم إعداد تعليمات واضحة للمستجيب، تؤشر طريقة الإجابة عن فقرات المقياس من اجل الوصول إلى نتائج دقيقة، وروعي فيها:

- 1- اعلام الطالب عدم ذكر الاسم ، وان إجاباتهم ستكون سرية وستستخدم لإغراض البحث العلمي للتغلب على عامل الميل للاستحسان.
- 2- الطلب من الطالب الإجابة على جميع فقرات المقياس لأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة بل المقصود فيها التعبير الصادق عن النفس، وطلب منهم قراءة كل فقرة بشكل جيد ومن ثم الإجابة عنها بموضوعية وقد تضمنت التعليمات أيضا مثلاً بين طريقة الإجابة عن عبارات الاختبار.
- 3- تضمنت التعليمات الاجابة عن المقياس من خلال وضع اشارة(✓)، تحت البديل الذي تعتقد انه يناسب الطالب ومتطابق عليه او يعبر عنه وان لكل فقرة اشارة(✓)، واحدة فقط، مع توضيح للطالب انه لا توجد اجابة صحيحة او خاطئة.



4-1-4-3 وضوح تعليمات المقياس:

من أجل التعرف على وضوح تعليمات المقياس والكشف عن الفقرات الغامضة الواضحة لدى عينة البحث وكذلك حساب الوقت المستغرق في الإجابة عن المقياس، إذ طبق المقياس على عينة عشوائية تتألف من (50) طالب وبحضور الباحثون كي يتضمن الإجابة عن استفساراتهم وتحديد العبارات غير المفهومة، وتبين من التطبيق أن تعليمات الإجابة كانت مفهومة وأن فقرات ولكل المقياس كانت واضحة من حيث الصياغة والمعنى، وان الوقت المستغرق للإجابة تراوح بين (6-8)، دقة للمقياس.

3-1-4-3 التحليل الاحصائي للفقرات المقياس :-

3-1-4-3-1 استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس باستعمال المجموعتين الطرفيتين:

عمل الباحثون على ترتيب درجات العينة تنازلياً وتبعداً بأعلى درجة (4)، وتنتهي بأدنى درجة (1)، وباستعمال (إسلوب المجموعتين الطرفيتين)، تم استخراج (27%) تمثل المجموعة العليا وبلغ عدد استماراتها (8)، (27%) تمثل المجموعة الدنيا، واستعمل الباحثون الاختبار مربع كاي لمعرفة الدالة الإحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا، وعدت قيمة مربع كاي المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة من فقرات مقياس المرونة الإيجابية والتقاؤل من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية (3,84)، بمستوى دلالة (0,05)، وبدرجة حرية (1)، كما مبينه في الجدول (2)

جدول (2)

القرة التمييزية لمقياس المرونة الإيجابية والتقاؤل

رقم الفقرة	المجموعة	الحدود العليا	الحدود الدنيا	قيمة مربع كاي	الدالة عند 05
دالة	العليا	2.00	1.226	6.443	
	الدنيا	1.269	1.073		
دالة	العليا	2.00	0.463	12.978	
	الدنيا	1.361	1.054		
دالة	العليا	2.00	0.316	11.61	
	الدنيا	2.843	0.877		
دالة	العليا	2.00	0.749	7.98	
	الدنيا	1.546	1.131		
دالة	العليا	1.917	0.278	12.212	
	الدنيا	1.75	0.948		
دالة	العليا	1.37	0.804	3.669	
	الدنيا	1.907	1.028		
دالة	العليا	1.75	0.456	6.815	
	الدنيا	1.157	0.775		
دالة	العليا	1.907	0.291	9.412	
	الدنيا	1.028	0.922		
دالة	العليا	1.694	0.52	12.902	



		1.026	1.259	الدنيا	
دالة	7.675	0.39	1.815	العليا	
		0.851	1.12	الدنيا	
دالة	4.351	1.226	1.954	العليا	
		1.073	1.269	الدنيا	
دالة	12.501	0.406	1.824	العليا	
		1.009	1.509	الدنيا	
دالة	7.667	0.454	1.787	العليا	
		0.89	1.046	الدنيا	
دالة	4.464	0.459	1.704	العليا	
		0.648	1.361	الدنيا	
دالة	9.19	0.304	1.898	العليا	
		0.81	1.13	الدنيا	
دالة	8.104	0.405	1.796	العليا	
		0.828	1.074	الدنيا	
دالة	11.722	0.347	2.00	العليا	
		0.855	1.815	الدنيا	
دالة	11.766	0.347	1.861	العليا	
		0.948	1.013	الدنيا	
دالة	11.854	0.316	1.889	العليا	
		0.951	1.741	الدنيا	
دالة	8.286	0.577	1.676	العليا	
		0.948	1.787	الدنيا	
دالة	7.923	0.374	1.833	العليا	
		0.799	1.157	الدنيا	
دالة	5.857	0.474	2.00	العليا	
		0.605	1.231	الدنيا	
دالة	13.852	0.475	1.787	العليا	
		0.976	1.333	الدنيا	
دالة	11.9	0.54	1.63	العليا	
		0.961	1.361	الدنيا	
دالة	13.223	0.566	1.75	العليا	
		1.003	1.278	الدنيا	



دالة	11.766	0.347	2.00	العليا	
		0.948	1.713	الدنيا	
دالة	11.854	0.316	2.00	العليا	
		0.951	1.741	الدنيا	
دالة	8.286	0.577	1.676	العليا	
		0.948	1.787	الدنيا	
دالة	11.766	0.347	1.861	العليا	
		0.948	1.713	الدنيا	
دالة	5.857	0.474	1.667	العليا	
		0.605	1.231	الدنيا	
دالة	13.852	0.475	1.787	العليا	
		0.976	1.333	الدنيا	
دالة	11.9	0.54	1.63	العليا	
		0.961	1.361	الدنيا	
دالة	13.223	0.566	2.00	العليا	
		1.003	1.278	الدنيا	

3-4-5-2 ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

عدم الباحثين استخدم معامل ارتباط بوينت بايسيريل، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.20-0.43)، مما يشير الى أن جميع معاملات الارتباط لفقرات مقياس دالة إحصائيًا مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (0.098.0)، عند مستوى دالة (0.05)، وبذلك اصبح المقياس في صيغته النهائية مكون من (33)، فقرة وكما موضح في الجدول (3)، يوضح ذلك.

جدول (3)

علاقة ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لكل مجال من مجالات

قيمة R المجال 5	ت	قيمة R المجال 4	ت	قيمة R المجال 3	ت	قيمة R المجال 2	ت	قيمة R المجال 1	ت
0,256	1	0,707	1	0,256	1	0,707	1	0,798	1
0,211	2	0,731	2	0,211	2	0,731	2	0,290	2
0,214	3	0,650	3	0,214	3	0,650	3	0,202	3
0,601	4	0,220	4	0,601	4	0,220	4	0,818	4
		0,267	5	0,310	5	0,267	5	0,214	6
		0,214		0,597	6	0,214	6	0,601	7



6-1-4-3 الخصائص السيكومترية للمقياس

1-6-1-4-3 صدق المقياس

أ- الصدق الظاهري (Face Validity):

يشير الصدق الظاهري إلى ما يبدو الاختبار أنه يقيس الخاصية المراد قياسها، من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين ليقرروا ما إذا كان صالحاً أو غير صالحًا، ويعني أن الاختبار يتضمن فقرات يبدو ظاهرياً أنها ذات صلة بالمتغير الذي يُقاس وأن الهدف من الاختبار يتفق مع مضمونه، وهو يشير إلى المظاهر العام للاختبار من حيث نوع الفقرات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها وتعليماته والوقف على مدى مناسبة الاختبار لقياس ما وضع لأجله، وقد تتحقق هذا النوع من الصدق بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في التربية الرياضية كما تم توضيح ذلك في فقرة صلاحية الفقرات.

ب- صدق البناء (Construct Validity):

يُقصد بصدق البناء مدى قياس الاختبار لسمة أو ظاهرة سلوكية معينة، وعن تحليل معنى درجات الاختبار في ضوء المفاهيم السايكولوجية، كما انه اكثراً انواع الصدق قبولاً من وجهة نظر عدد كبير من المختصين في المقياس النفسي اذ يتفق مع جوهر مفهوم (Epel)، للصدق من حيث تشبّع المقياس بالمعنى العام، وقد تتحقق هذا النوع من الصدق من خلال استخراج القوة التمييزية بطريقة المجموعتين الطرفيتين وعلاقة درجة الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس (المرونة الايجابية والتفاؤل وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية).

6-1-4-3 ثبات المقياس (The Scale Reliability):

يشير الثبات إلى اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الأشخاص عندما يعاد تطبيق الاختبار اكثراً من مرة، فإن مفهوم الثبات يكمن في حساب خطأ القياس حيث يمكننا التنبؤ بالتبذبذب المرجح أن يحدث في أداء الأفراد نتيجة عوامل غير ذات صلة بالاختبار.

ولأجل استخراج الثبات للمقياس بهذه الطريقة خضعت درجات استمارة المقياس إلى معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، وقد بلغ معامل ثبات مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل (0,85)، لذلك عد المقياس متسق داخلياً ويتمتع بثبات عالٍ وهذا ما يؤكد عليه كرونباخ بأن المقياس الذي ثباته عالٍ هو مقياس دقيق، كما مبين في الجدول (4).

جدول (4)

قيم ثبات مجالات مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل بطريقة وalfa كرونباخ

المقياس	الثبات بطريقة وalfa كرونباخ	ت
المرونة الايجابية والتفاؤل	0,85	1

5-3 وصف المقياس بالصيغة النهائية:

يتكون مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل من (33) فقرة ، علمًاً ان بدائل الاجابة الثنائية (تنطبق على - لاتنطبق على) بمفتاح تصحيح (1,2).

3-6-3 التجربة الرئيسية و التطبيق النهائي لأدوات البحث :

بعد ان تحقق الباحثون من الخصائص السايكومترية عمدت على تطبيق أدوات البحث خلال المدة بين (20/12/2024 ولغاية 8 / 5 / 2025)، إذ وزرعت أدوات البحث على الطلاب وطلب منهم تدوين البيانات في الأماكن المخصصة لها، وبعد ذلك تم شرح كيفية الإجابة عن فقرات كل مقياس وإعطاء هم مثلاً على ذلك، تم اعلامهم أن إجاباتهم سوف تكون سرية ولن يطلع عليها أحد سوى الباحثون



وبعد اخذ البيانات ومعالجتها احصائيا تم اخذ عينة التي لديهم مستوى عالٍ من المرونة الايجابية والتفاؤل لكي يتم تطبيق عليهم الانشطة الرياضية اذ تم تقسيم العينة الى مجموعتين ضمت كل مجموعة (30 طالب) فالمجموعة التجريبية تم تطبيق عليهم الانشطة الرياضية اما المجموعة الثانية فهي مجموعة ضابطة.

وطبقت الانشطة الطلابية الواقع وحدتين في الاسبوع داخلية و وحدتين خارجية الواقع (32) وحدة من الانشطة ، وبعد جمع البيانات وتحليلها تول الباحثين الى جملة من الاستنتاجات هي :

7-3 الوسائل الاحصائية :

لغرض تحليل البيانات استعمل الحزمة الإحصائية (spss) ومنها استخرج الآتي :

- 1- مربع كاي 2 (Chi – Square) لاستخراج اتفاق آراء المحكمين حول صلاحية الفقرات
- 2- معامل الارتباط (بيرسون)، للتعرف على ثبات المقياس .
- 3- معامل الارتباط (باي سيريل) لمعرفة ارتباط فقرات مقياس المجال الذي تنتهي له الفقرة .
- 4- اختبار (T.test) لعينة واحدة: لمعرفة مستوى المرونة الايجابية والتفاؤل
- 5- الاختبار الثنائي لعينتين مستقلتين : لمعرفة القوة التمييزية لفقرات مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل بطريقة المجموعتين الطرفيتين .
- 6- اختبار (F) للبيانات .
- 7- (معادلة ألفا كرونباخ), (Cronbuh Alpha): للتعرف على ثبات المقياس الاتساق الداخلي للمقياس

4- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

1-4 عرض نتائج وتفسير ومناقشة نتائج مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل :-

بعد تطبيق مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل على عينة البحث البالغ عددها (60) اذ اظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي لدرجاتهم بلغ (48.04) درجة والانحراف المعياري (7.64) درجة وعند مقارنة الوسط الحسابي المحسوب بالوسط النظري ، وكان الفرق دال احصائيا استعمل الاختبار الثنائي لعينة واحدة بلغت القيمة الثانية المحسوبة (2.23) درجة وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.44) درجة عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (38) كما في الجدول (5)

جدول (5)

نتائج الاختبار الثنائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفروق بين الوسط الحسابي لمقياس المرونة الايجابية والتفاؤل

الدالة	مستوى الدلالة	القيمة الثانية		درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	المتغير
		الدولية	المحسوبة					
دالة	0,05	2.44	3.23	89	3.64	48.04	60	المرونة الايجابية والتفاؤل

و هذه النتيجة تعني ان مستوى درجة سمة المرونة الايجابية والتفاؤل لدى عينة البحث طلبة السادس الاعدادي عاليه .



4-1 عرض نتائج وتفسير ومناقشة نتائج المرونة الايجابية والتفاؤل للمجموعتين جدول (5)

نتائج تحليل مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل

الرتبة	مستوى الحرارة	القيمة F		الحرارة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	الوسائل الاحصائية المجموعية
		الحرارة	المحسوبة							
دالة	0,05	2.44	3.38	58	5.24	45.87	5.24	48.11	60	الاولى
					7.98	53.63	5.41	47.93		الثانية

بعد تطبيق مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل على عينة البحث البالغ عددها (60) اذ اظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي المجموعية الاولى بلغ (58.08) اما الاولى (48.11) والثانية (47.93) درجة والانحراف المعياري (6.82) المجموعية الاولى والثانية (5.24) درجة وكان الفرق دال احصائيا استعمل القيمة F لعينة واحدة بلغت القيمة القيمة F المحسوبة (3.38) درجة وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (2.44) درجة عند مستوى دالة (0,05) ودرجة حرية (58) مما يدل عدم وجود فروق معنوية وفق متغير الجنس لمقياس المرونة الايجابية والتفاؤل .

وفي الاختبار البعدي اظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي المجموعية الاولى بلغ (43.52) اما الثانية (45.87) ، والانحراف المعياري (6.82) المجموعية الاولى والثانية (5.24) وعند مقارنة الوسط الحسابي المحسوب بالوسط النظري ، وكان الفرق دال احصائيا استعمل قيمة F لعينة واحدة بلغت القيمة F المحسوبة (3.38) درجة وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (2.44) درجة عند مستوى دالة (0,05) ودرجة حرية (58) مما يدل عدم وجود فروق معنوية وفق متغير الجنس لمقياس المرونة الايجابية والتفاؤل ، وهذا يشير الى تفوق المجموعية الاولى والثانية في المرونة الايجابية والتفاؤل وتعزى هذه النتائج الى الانشطة الرياضية الفعلية التي ساهمت في خفض المرونة الايجابية والتفاؤل فعن طريق ممارسة التدريبات البدنية والمنافسات الرياضية يمكن للطلبة ان يرتفع بمستواهم المهاري والنقفي في مختلف النشاط الرياضي ، وخاصة الاختصاص الذي يميل إليه بحيث وبعد احتكاك الطلبة بزمائهم في المدارس الأخرى يستطيع ان يحسن مستواهم في الانشطة الرياضية ، ومن خلال ذلك فان الانشطة ساهمت وبشكل فاعل رفع مستويات المرونة الايجابية وكذلك التفاؤل لدى الطلبة .

5- الاستنتاجات والمقترحات

5-1 الاستنتاجات

- وجود مستوى عالي وفق مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل لطلاب السادس الاعدادي.
- للانشطة الرياضية بكرة اليد اثر فعال في زيادة المرونة الايجابية والتفاؤل .
- للانشطة الرياضية بكرة اليد اثر فعال في زيادة المرونة الايجابية والتفاؤل .

5-2 التوصيات

- تلمس الباحثون من الجهات ذات العلاقة ودور في تحديد مفردات المناهج السادس الاعدادي الى (2-3) وحدات اسبوعيا.
- اجراء دراسات بشكل موسع على عينات اخرى وفق المرونة الايجابية والتفاؤل لدى الطلبة .



3-5 المقتراحات

استكمالاً للبحث الحالي يقترح الباحث الآتي :

- إجراء دراسة مماثلة على مراحل أخرى .

- إجراء دراسات أخرى لمعرفة علاقة المرونة الايجابية والتفاؤل بمتغيرات أخرى.

المصادر

- جودت أحمد سعادة وآخرون، التعلم النشط بين النظرية والتطبيق، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان - الأردن، ط1، سنة 2006.
- حسن صاهر، إدارة النشاط المدرسي وإشكالياته، دار المؤلف، بيروت، ط1، سنة 2004.
- حسن صاهر، الشامل في الاندية المدرسية، دار المؤلف، بيروت، ط1، سنة 2004.
- داود ، عزيز حنا و عبد الرحمن ، أنور حسين : مناهج البحث التربوي ، دار الحكمة، بغداد، العراق، 1990.
- رجاء ابو علام : عمليات التعلم، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر، 2005.-
- سامي محمد ملحم: سيكولوجية التعلم والتعليم الأسس النظرية والتطبيقية، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان ، الأردن ،2006.
- شرف عبد المجيد، التخطيط في التربية الرياضية بين النظري والتطبيق، ط1، مركز الكتاب لنشر القاهرة ، 1997.
- عبد الرحمن كامل ثامر ، أنور حسين ، البحث العلمي التطبيقي ، جامعة بغداد، العراق.
- فاطمة صابر، خاجه ميرفت: أسس ومبادئ البحث العلمي، مطبعة الإشعاع، الاسكندرية، مصر، 2002.
- ماجد الخطابية، بناء المنهج المدرسي، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان - الأردن، ط1، 2001.
- محمد زياد حمدان: اساسيات البحث العلمي ، دار التربية الحديثة، عمان، الاردن،2009.
- محمد فريد حملاوي : دور الأنشطة الرياضية في تنمية المهارات الاجتماعية والحد من السلوك العدواني عند تلاميذ مرحلة الثانوي(15-18 سنة) . 2021 .
- مصطفى محمود الامام وآخرون: التقويم والقياس، جامعة بغداد – وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، العراق،2001.
- وهيب مجيد القاني: الانشطة الطلابية التربوية وعلاقتها بحل المشكلات ، 2017 .
- وهيب مجيد الكبيسي : الإسلوب المعرفي (التصلب والمرونة) وعلاقتها بحل المشكلات ، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، العراق.

