

دور الأنشطة الرياضية لكرة اليد في تنمية المرونة الايجابية والتفاؤل للطلاب السادس

الاعدادي

م.م.الاء علي وادي

¹ مدرسة الرسول الاعظم الابتدائية للبنات، العراق.

*الايمل: 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، ومشرفي الأنشطة اللاصفية، لتطوير برامج رياضية تربوية هادفة تعزز من الصحة النفسية للطلبة وفي ظل تزايد الاهتمام العالمي بالتربية الإيجابية، فإن هذا البحث يساهم في إثراء الأدبيات المحلية والعربية من خلال تقديم نموذج بحثي يجمع بين التربية البدنية والدعم النفسي، وهدف الى التعرف على (مستوى المرونة الايجابية والتفاؤل للطلاب السادس الاعدادي، دور الأنشطة 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، وتألقت عينة البحث من (780) طالباً منهم عينة بناء ، اما العينة التجريبية اذ تم تقسيمهم العينة الاخيرة على مجموعتين واحدة تجريبية واخرى 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 الثنائية (تنطبق علي -لا تنطبق علي) بمفتاح تصحيح (1,2). وطبقت الأنشطة الطلابية بواقع وحدتين في الاسبوع داخلية و وحدتين خارجية بواقع (32) وحده من الأنشطة ، وبعد جمع البيانات وتحليلها تول الباحثين الى جملة من الاستنتاجات هي:(وجود مستوى عالي وفق مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل لطلاب السادس الاعدادي- للأنشطة الداخلية اثر فعال في زيادة المرونة الايجابية والتفاؤل - للأنشطة الخارجية اثر فعال في زيادة المرونة الايجابية والتفاؤل).واوصت الدراسة ب: (تلتمس الباحثون من الجهات ذات العلاقة ودور في تحديد مفردات المناهج السادس الاعدادي الى (2-3) وحدات اسبوعيا- جراء دراسات بشكل موسع على عينات اخرى وفق المرونة الايجابية والتفاؤل لدى الطلبة).

الكلمات المفتاحية:

المرونة الايجابية، الأنشطة 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

تتبع أهمية هذا البحث من كونه يتناول جانباً حيوياً يمس الصحة النفسية والتربوية لطلبة السادس الإعدادي، وهم على أعتاب مرحلة انتقالية حاسمة في مسيرتهم التعليمية ، فالاهتمام ببناء المرونة الإيجابية والتفاؤل لدى هؤلاء الطلبة لا يسهم فقط في تحسين أدائهم الأكاديمي، بل يُعدّ 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 تنمية 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، ومشرفي الأنشطة اللاصفية، لتطوير برامج رياضية تربوية هادفة تعزز من الصحة النفسية للطلبة. وفي ظل تزايد الاهتمام العالمي بالتربية الإيجابية، فإن هذا البحث يسهم في إثراء الأدبيات المحلية والعربية من خلال تقديم نموذج بحثي يجمع بين التربية البدنية والدعم النفسي. كذلك، فإن تسليط الضوء على العلاقة بين النشاط الرياضي ومكونات التكيف النفسي (كالمرونة 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.

2-1 مشكلة البحث

تُعد مرحلة السادس الإعدادي من المراحل التعليمية الحساسة في حياة الطلبة، حيث تتكاثف فيها الضغوط النفسية والأكاديمية نتيجة التحديات المرتبطة بالامتحانات المصيرية والتطلعات 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 (النظرة 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 تتل نصيباً وافياً من الدراسة في السياق المحلي، وعليه تبرز مشكلة البحث في غياب فهم دقيق وممنهج لدور الأنشطة الرياضية في تعزيز المرونة الإيجابية والتفاؤل لدى هذه الفئة من الطلبة، مما يفرض ضرورة بحث علمي يُسلط الضوء على هذا الدور ويوفر قاعدة بيانات يمكن توظيفها في تطوير البرامج المدرسية والأنشطة اللاصفية.

3-1 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 للأنشطة الرياضية في تنمية المرونة الايجابية والتفاؤل للطلاب السادس الاعدادي.

5-1 حدود البحث

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

6-1 تحديد المصطلحات:

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

2-الإطار النظري والدراسات السابقة

1-2 الإطار النظري

1-1-2 الأنشطة الرياضية

هو مُصطلح الأنشطة في السنوات الاخيرة 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 الأكاديمية والموضوعات المدرسية والجامعية المتنوعة، النشاط اللاصفي بأنه “تلك 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 الخطة مدروسة 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 وأخارجه، داخل الفصل أو خارجه خلال اليوم الدراسي أو خارج الدوام، مما يؤدي إلى نمو المتعلم في جميع جوانب نموه التربوي والاجتماعي والعقلي والانفعالي والجسمي واللغوي... مما ينجم عنه شخصية متوافقة قادرة على الإنتاج.

فيما عرّف الدخيل (2002 م) 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 تشترك فيه أكثر من مدرسة مختلفة، ويخضع 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 الاتحادي الجزائرية للرياضة المدرسية أما على مستوى كل ولاية فنجد الرابطة الولائية للرياضة المدرسية، ثم على مستوى كل مدرسة الجمعية الثقافية الرياضية وهي تمثل الخلية الأولى لهذه النشاط.



والنشاط البدني نوعان هما :

أولاً: النشاط الرياضي الداخلي:

يتميز درس التربية البدنية والرياضية على مستوى المدارس بالطابع 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 فإن تنظيم برنامج النشاط الداخلي في المدرسة يتيح للطلاب فرص ممارسة ما تعلموه وتطبيقه على مستوى المنافسات بين الأقسام أو بين القسم الواحد، المنافسة أكثر تنظيماً في العالم عن النشاط الرياضي الداخلي ، ويحظى بشهرة أكبر ودعاية أوسع خارج المدرسة ، وكذلك هو أنواع متعددة من المنافسات الرياضية للممتازين رياضياً، والتي تشترك 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 وللنشاط 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 الجماعية، وهذه الفرق تعتبر الواجهة الرياضية للمدرسة وعنوان تقدمها في المجال التربوية 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 الصفية، واتبع الباحث المنهج الوصفي، واشتملت 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، ومقياس 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 الصفية، وعدم وجود فروق في السلوك العدواني بين التلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية والتلاميذ الممارسين للأنشطة البدنية الرياضية الصفية.

- دراسة : عبدالمحسن و خضير:

عنوان الدراسة "المرونة الإيجابية وعلاقتها بتشكيل هوية الأنا لدى الطلبة الموهوبين"

هدف هذا البحث تعريف المرونة الإيجابية وتشكيل هوية الأنا لدى الطلبة





3-4-1 مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل

3-4-1-1 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، علماً ان بدائل الاجابة .

3-4-1-2 صلاحية فقرات المقياس:-

أن التحليل المنطقي يعد ضرورياً في بدايات اعداد الفقرات لأنه يؤشر مدى تمثيل الفقرة ظاهرياً للسمة التي أعدت لقياسها، لذا بعد أن تم اعداد 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

المقياس	أرقام الفقرات	عدد الخبراء الموافقون	عدد الخبراء الرافضون	النسبة	قيمة كاي		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل	1-2-3-5-6-7-10-11-16-17-20-22-23-24-25-26-27-28-30-31-32-33-35-4-9-29	10	-	100%	12	3.84	دالة
	13-8-12-14-18-21	9	1	91.66%	8.33	3.84	دالة

ويتضح 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 تحذف اي فقرة من فقرات المقياس.

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

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

- 1- اعلام الطلاب عدم ذكر الاسم، وان إجاباتهم ستكون سرية وستستخدم لإغراض البحث العلمي للتغلب على عامل الميل للاستحسان.
- 2- الطلب من الطلاب 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 أيضاً مثالا يبين 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 للطلاب 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 المقاس، إذ طبق المقياس على عينة عشوائية تتألف من (50) طالب وبحضور الباحثون كي يتسنى الإجابة عن استفساراتهم وتحديد العبارات غير المفهومة، وتبين من التطبيق أن تعليمات الإجابة كانت مفهومة وأن فقرات ولكلا المقياس كانت واضحة من حيث الصياغة والمعنى، وإن الوقت المستغرق للإجابة تراوح بين (6-8)، دقيقة للمقياس.

3-4-1-5 التحليل الإحصائي للفقرات المقياس :-

3-4-1-5-1 استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس باستعمال المجموعتين الطرفيتين:

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

جدول (2)

القوة التمييزية لمقياس المرونة الايجابية والتفاؤل

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



		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	

3-4-1-2 ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

عمد الباحثين استخدام معامل ارتباط بوينت بايسيريل، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (0.20-0.43)، مما يشير إلى أن جميع معاملات الارتباط لفقرات مقياس دالة إحصائياً مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (0.098)، عند مستوى دلالة (0.05)، وبذلك أصبح 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

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



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 صالحاً، ويعني أن الاختبار يتضمن فقرات يبدو ظاهرياً أنها ذات صلة بالمتغير الذي يُقاس وأن الهدف من الاختبار يتفق مع مضمونه، وهو يشير إلى المظهر العام للاختبار من حيث نوع الفقرات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها وتعليماته والوقوف على مدى مناسبة الاختبار لقياس ما وضع لأجله، وقد تحقق 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 لصفة أو ظاهرة سلوكية معينة، وعن تحليل معنى درجات الاختبار في ضوء المفاهيم السايكولوجية، كما أنه أكثر أنواع الصدق قبولا من وجهة نظر عدد كبير من المختصين في المقياس النفسي إذ يتفق مع جوهر مفهوم (Epel)، للصدق من حيث تشبع المقياس بالمعنى العام، وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال استخراج القوة التمييزية بطريقة المجموعتين الطرفيتين وعلاقة درجة الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس (لمقياس المرونة الايجابية والتفاؤل وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية).

2-6-1-4-3 ثبات المقياس (The Scale Reliability):

يشير الثبات إلى اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الأشخاص عندما يعاد تطبيق الاختبار أكثر من مرة، فإن مفهوم الثبات يكمن في حساب خطأ القياس حيث يمكننا التنبؤ بالتذبذب 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 (Alfa Cronbach Frommula)، وقد بلغ معامل ثبات مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل (0,85)، لذلك عُدَّ 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 ألفا كرونباخ

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

5-3 وصف المقياس بالصيغة النهائية:

يتكون مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل من (33) فقرة، علماً أن بدائل الإجابة الثنائية (تطبق علي - لا تنطبق علي) بمفتاح تصحيح (1,2).

6-3 التجربة الرئيسية و التطبيق النهائي لأدوات البحث :

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



وبعد اخذ البيانات ومعالجتها احصائيا تم اخذ عينة التي لديهم مستوى عال 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 بواقع وحدتين في الاسبوع داخلية و وحدتين خارجية بواقع (32) وحده من الانشطة ، وبعد جمع البيانات وتحليلها تول الباحثين الى جملة من الاستنتاجات هي :

3-7- 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 والمجال الذي تنتمي له الفقرة .
 - 4- اختبار (T.test) لعينة واحدة: لمعرفة مستوى المرونة الايجابية والتفاؤل
 - 5- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين : لمعرفة القوة التمييزية لفقرات مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل بطريقة المجموعتين الطرفيتين .
 - 6- اختبار (F) للتباين .
 - 7- (معادلة ألفا كرونباخ)، (Cronbuh Alpha): للتعرف على ثبات المقياس الاتساق الداخلي للمقياس
- 4- عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها**

4-1 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 التائي لعينة واحدة بلغت القيمة التائية 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 التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفروق بين الوسط الحسابي لمقياس المرونة الايجابية والتفاؤل

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

وهذه النتيجة تعني ان مستوى درجة سمة المرونة الايجابية والتفاؤل لدى عينة البحث طلبة السادس الاعدادي عالية .



1-4 عرض نتائج وتفسير ومناقشة نتائج المرونة الايجابية والتفاؤل للمجموعتين

جدول (5)

نتائج تحليل مقياس المرونة الايجابية والتفاؤل

الدالة	مستوى الدالة	القيمة F		درجة الحرية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	الوسائل الاحصائية المجموعة
		الجدولية	المحسوبة							
دالة	0,05	2.44	3.38	58	5.24	45.87	5.24	48.11	60	الاولى
دالة					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 للمجموعة الاولى بلغ (58.08) اما الاولى (48.11) والثانية (47.93) درجة والانحراف المعياري (6.82) للمجموعة 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 دلالة (0,05) ودرجة حرية (58) مما يدل على وجود فروق معنوية وفق متغير الجنس لمقياس المرونة الايجابية والتفاؤل .

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

5- الاستنتاجات والمقترحات

1-5 الاستنتاجات

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

2-5 التوصيات

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



3-5 المقترحات

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 ضاهر، إدارة النشاط المدرسي وإشكالياته، دار المؤلف، بيروت، ط1، سنة 2004.
 - حسن ضاهر، الشامل في الاندية المدرسية، دار المؤلف، بيروت، ط1، سنة 2004.
 - داوود ، 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، خفاجه ميرفت: أسس ومبادئ البحث العلمي، مطبعة الاشعاع، الاسكندرية، مصر، 2002 .
 - ماجد الخطايبه، بناء المنهج المدرسي، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان - الاردن، 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 العدوانى 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: الأنشطة الطلابية التربوية وعلاقتها بحل المشكلات ، 2017 .
 - وهيب مجيد الكبيسي : الإسلوب المعرفي (التصلب والمرونة) وعلاقتها بحل المشكلات ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ,جامعة بغداد، العراق.

