

تأثير النشاطات البدنية والرياضية المدرسية في مستوى الاغتراب النفسي لدى بعض تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر ٩ - ١٠ سنوات

م.د. سعد خميس راضي السوداني

١٤٣٦ هـ

مستخلص البحث باللغة العربية.

هدفاً للبحث الى إعداد مقياس لقياس مستوى الاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر ٩-١٠ سنوات في درس التربية الرياضية، اما الهدف الثاني فكان التعرف على تأثير الأنشطة البدنية والرياضية المدرسية في مستوى الاغتراب النفسي للتلاميذ بعمر ٩-١٠ سنوات في تطوير بعض القدرات البدنية والحركية في درس التربية الرياضية.

اما فرضية البحث فكانت: هناك فروق دالة معنوياً بين نتائج القياسات القبلية و البعدية في مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة البحث، واستخدم الباحث المنهج شبه التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة التي يطبق عليها استخدام المتغير المستقل وتمثل مجتمع البحث بتلاميذ الصف الرابع الابتدائي لمدرسة الخلد والثقافة الابتدائية والبالغ عددهم (٢٠٥) تلميذ وتم اختيار عيني البحث عن طريق القرعة مقسمة على عيتين الأولى شعبة (ب) خاصة بالتجربة الاستطلاعية من مدرسة الخلد الابتدائية وعددهم (٢٢) تلميذ لبناء المقياس و(١٢) تلميذ من شعبة (أ) من مدرسة الثقافة الابتدائية تم اختيارهم بشكل عشوائي لتنفيذ التجربة الرئيسية، وتم بناء مقياس للاغتراب النفسي لطلاب المرحلة الابتدائية، واستعان الباحث بمجالات مقياس الاغتراب النفسي الذي استخدمته الباحثة (ثناء يوسف الضبع ٢٠٠٤)، وكانت مجالات المقياس (٤) مجالات مثلت المحاور الأساسية في ظاهرة الاغتراب النفسي والمحاور هي (العزلة الاجتماعية - العجز - اللامعيارية - اللامعنى)، قام الباحث بإجراء الاختبار القبلي يوم الأربعاء المصادف ٢٠١٤/٣/١٢ على عينة البحث وذلك من خلال توزيع مقياس الاغتراب النفسي. واعتمد الباحث النشاطات البدنية لدرس التربية الرياضية والبالغ عددها (٢) درس في الأسبوع والنشاط اللاصفي لدرس التربية الرياضية (حصة واحدة في الأسبوع) خلال إقامة سباقات رياضية بألعاب كرة اليد والكرة الطائرة وسباقات التتابع بألعاب القوى ولمدة (٧) أسابيع وبواقع (٢١) وحدة تعليمية، (١٤) وحدة من خلال درس التربية الرياضية و (٧) وحدة تعليمية نشاط لأصفي وزمن الدرس (٤٠) دقيقة بدأت يوم الخميس المصادف ٢٠١٤ / ٣/١٣ ولغاية يوم الخميس المصادف ٢٠١٤/٤/٢٤. وتم إجراء

الاختبار البعدي يوم الأحد المصادف ٢٧/٤/٢٠١٤ وللتوصل الى نتائج البحث تمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الحقيبة الإحصائية لنظام Spss.

ومن اهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث: ان للأنشطة البدنية والرياضية دور مهم في خفض مستوى العزلة الاجتماعية والعجز لدى التلاميذ، وأوصى الباحث: اعتماد الأنشطة البدنية والرياضية في تقليل مستوى الاغتراب النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية.

الكلمات المفتاحية: النشاطات البدنية والرياضية المدرسية، الاغتراب النفسي

Abstract.

The impact of physical and sports activities in school psychological level of alienation among some primary school students aged 9–10 years.

Find a goal to prepare the scale to measure the level of alienation psychological among primary school students aged 9-10 years in the physical education lesson. The second objective was to identify the effect of physical activity and sports school in the level of psychological alienation of pupils aged 9-10 years in the development of some physical and motor abilities in physical education lesson. The research hypothesis was there significant differences morally results between tribal and dimensional measurements in the level psychological alienation find the sample. The researcher used_ quasi experimental design one group which is applied to the use of the independent variable the community find fourth grade pupils of the school of mole and culture alaataiah to taking (205) students. The research sample was chosen by lot divided into two samples to a private experience expeditionary division of school mole primary and the (22) pupils to build and (12) students from the division of culture elementary school were randomly selected for the implementation of the key experiment. Psychological students of primary gauge. The researcher used the areas of psychological alienation that you used to praise researcher Joseph (hyena scale)(2004). The areas of scale (4) areas. Presented the basic themes in the psychological phenomenon of alienation and axis in the (social_ alamaarah_ deficit_ alamanay). The researcher conducting the pre_ test on Wednesday, a brief summary 12/3/2014. Find the sample through the distribution of psychological alienation. and adopted researcher physical activity lessons of physical Education and guestrooms (2) he studied the weeks activity, but a descriptive one serving per week through the establishment of sports racing games has handball, volleyball, relay races for a period of seven weeks and by (21) units and (14) educational units through physical education lesson and (7) units educational activity that is not descriptive and accurate time lesson (40) minute. Began on Thursday a brief summary 13/3/2014 until day Thursday a brief summary 27/4/2014. In order to arrive to the search results were statistically using data processing S.pss. One of the main conclusions reached by researcher: The physical activities and sports play an important role in reducing the level of social isolation and deficit among students. The researcher

recommended: The adoption of physical activity and sports in reducing the level of psychological alienation bamiv primary school.

١ - المبحث الأول: التعريف بالمبحث.

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

تعد المدرسة من أهم المؤسسات المؤثرة في رفق المجتمع بالملاكات البشرية وتأهيلها ودفعها وتوجيهها نحو التطور والإسهام في تنمية القدرات واستثمار الطاقات لخدمة المجتمع في مختلف المجالات اذ اتخذت المجتمعات السبل والنظم المتعددة والمختلفة لتطوير مؤسساتها ولاسيما المؤسسة التربوية وتوسمت بأحدث الوسائل لتحقيق أهدافها وارتقاءها والإسهام في دفع عجلة التطور الى الأمام. وتحقق التربية أهدافها المختلفة من خلال جملة من النشاطات والفعاليات التي تقوم بها أجهزة ومؤسسات متخصصة يتألف من مجموعها النظام التربوي، والبرامج والأنشطة الرياضية من الأجزاء الأساسية التي تسهم في تحقيق أهداف التربية لما له من أثر فاعل في العملية التربوية نحو تحقيق الأهداف المرسومة بالكفاية والفاعلية المطلوبتين كونه عملية تعنى بسلوك المتعلم و تحسينه وتغيره بالاتجاه المطلوب، إذ أنها تعد الفرد الى الحياة العامة النشيطة عن طريق تنمية قدرات الفرد البدنية والنفسية والاجتماعية، وهي تعمل على تنمية أخلاق الفرد وصحته ولباقته وإمكانياته العلمية والعملية وتغرس فيه الروح الوطنية والاجتماعية وتسخيرها في خدمة الآخرين. فالتربية الرياضية بصورتها الحديثة ترتبط بدراسة جميع جوانب السلوكيات لدى الفرد وبما ان الإنسان كائن اجتماعي يعيش ضمن الجماعة يؤثر فيها ويتأثر بها، كما إن سلوكه والعوامل النفسية له تتأثر بالمجتمع الذي يعيش فيه وإن دراسة سلوك الفرد داخل الجماعة من خلال اتصاله بهم وتفاعله معهم يجب أن تكون مبنية على أسس علمية وذلك ضمن طريقة معينة تشمل كل جوانب وأبعاد سلوك الفرد وتعد الدراسات الخاصة بالتربية الرياضية ضرورة حضارية صحيحة سارت على وفقها كل دول العالم المتقدمة. وإذا أردنا الارتقاء بمستوى سلوك الأفراد نحو الأفضل يجب علينا أن نحذو حذو الدول المتطورة علمياً لأن الرياضة بصورة عامة والأنشطة المصاحبة بصورة خاصة لها وظائف متعددة داخل المجتمع وقد لا تكون تلك الوظائف إيجابية دائماً بل قد تكون مضادة في بعض الأحيان فمن الضروري توجيهها في خدمة المجتمع.

والأنشطة البدنية والألعاب الرياضية ونظام المسابقات تعد واحدة من الأساليب التربوية الفعالة في تغيير سلوك المتعلمين وكذلك ركن أساسية من أركان التربية لمرحلة الطفولة وجزء من التربية الرياضية، ومن الجوانب المهمة في تربية التلاميذ تربية بدنية و اجتماعية وتغير في سلوك التلميذ كما تؤكد على التفاعل بين جانبيين أساسيين من جوانب نموه هما الجانب الحركي والإدراكي لذلك كان من الضروري إيجاد الوسائل التي تتيح للتلميذ فرصاً أكثر لاكتساب خبرات تتعلق بالنشاط البدني والحركي والتي لها بالغ الأثر في التأثير على قدرات التلميذ الاجتماعية وتفاعله مع الجماعات. إذ يعاني بعض التلاميذ من صعوبة التكيف والتفاعل مع الجماعة وارتفاع مستوى الاغتراب، ومن هنا تأتي أهمية البحث في التعرف على دور الأنشطة البدنية في درس التربية الرياضية في التقليل من مستوى الاغتراب لدى التلاميذ، ويمكن أن يشارك هذا البحث مشاركة علمية جادة في وضع الحلول من خلال تضمينه برامج التربية الرياضية في مرحلة مبكرة لتلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر ٩ - ١٠ سنوات وذات أهمية خاصة لان الطفل يبدأ في البحث عن نفسه وعن العالم

حوله من خلال التجوال الحركي والتجارب الحركية، وتفاعله مع محيطه بصورة ايجابية يؤثر ويتأثر من التجارب فيصبح ما تعلمه أساساً يرتكز وينبني عليه المعرفة و تؤدي في النهاية إلى السير قدماً بهم عقلياً وجسدياً ونفسياً وروحياً واجتماعياً بجانب نمو الشخصية وبذلك يتمكن التلميذ من احتلال مكانة في المجتمع كشخص مستقل يتمتع بحياته بأقصى ما تسمح به حالته وهذا ما تسعى له أهداف التربية الرياضية.

٢-١ مشكلة البحث:

تعددت أغراض وأهداف التربية البدنية على وفق طبيعة الأنشطة والفعاليات التي تحتويها ولعل الأنشطة الصفية واللاصفية، واحدة من هذه الأدوات التي قل الاهتمام بها لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية في الآونة الأخيرة على الرغم من أهميتها الكبيرة تماشياً مع الأوضاع التي يعيشها مجتمعنا. والتي تسهم في إيجاد العلاقات الاجتماعية المترابطة بين الأفراد فضلاً عن الترويح والمتعة للتلاميذ. ومن خلال خبرة الباحث من خلال مشاركته ومتابعته للعديد من النشاطات داخل المدارس وخصوصاً المرحلة الابتدائية، لاحظ الباحث ضعف في التفاعل بين أفراد التلاميذ فيما بينهم وان من أهم الأسباب هو ارتفاع مستوى الاغتراب النفسي بين أفرادها نتيجة الإحساس بالحاجة والمساعدة من قبل الآخرين كل ذلك ولد مشكلة للباحث وحاول دراسة هذه المشكلة دراسة علمية والعمل على وضع الحلول العلمية لذا ارتأى الباحث دراسة هذه المشكلة في بعض الجوانب النفسية والعمل على إيجاد الحلول من خلال إعداد برنامج بالأنشطة البدنية من خلال دمج التلاميذ بمختلف مستوياتهم وقابلياتهم خلال درس التربية الرياضية والأنشطة اللاصفية والتي تعد إحدى الوسائل لدمج التلاميذ بالمجتمع فضلاً عن التعبير عن حالة الرضا والمرح والسرور وإشباع رغباتهم وميولهم من خلال التعرف على مستوى الاغتراب النفسي الذي يعبر عن مستوى تفاعل الفرد مع المجتمع وقياس العلاقات الاجتماعية وتحقيق أهداف التربية الرياضية كونها من إحدى الوسائل المهمة في بناء الشخصية للفرد.

٣-١ أهداف البحث:

- التعرف على تأثير النشاطات البدنية والرياضية المدرسية في مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة البحث.

٤-١ فرض البحث:

- هناك فروق دالة معنوياً بين نتائج القياسات القبليّة والبعدية في مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة البحث.

٢- منهج البحث وإجراءاته الميدانية.

١-٢ منهجية البحث:

إن المنهج الذي يختاره الباحث يجب أن يكون ملائماً لحل مشكلة ما، والمنهج هو الأسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه الذي يمكن من خلاله التوصل الى حل مشكلة البحث.(٥: ٨١) وقد استخدم الباحث المنهج شبه التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة التي يطبق عليها استخدام المتغير المستقل، وذلك لأن المنهج شبه التجريبي هو

المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفرضيات العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر، كما أن هذا المنهج يمثل الاقتراب الأكثر صدقاً لحل العديد من المشكلات الإنسانية والاجتماعية والذي يمكن من خلاله الباحث بالاستدلال على الحقيقة المطلوبة دون التدخل بتغيير أو التلاعب بالعامل المستقل لذا سمي هذا المنهج بالشبه التجريبي.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بتلاميذ المرحلة الابتدائية لمدرسة الثقافة والخلد والبالغة عددهم (٢٠٥) تلميذ، اما عيني البحث فتمثل بالصف الرابع الابتدائي والبالغ عددهم (٣٤) مقسمة على عينتين الأولى خاصة بالتجربة الاستطلاعية من مدرسة الخلد وعددهم (٢٢) لبناء المقياس و(١٢) تلميذ من مدرسة الثقافة لتنفيذ التجربة الرئيسية.

٢-٣ وسائل جمع المعلومات والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

١-٣-٢ وسائل جمع المعلومات:

لقد تم الاستعانة بما يأتي:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية
- مقياس الاغتراب النفسي

٢-٣-٢ ادوات البحث:

- شريط قياس
- أقراص طائرة
- كرة يد عدد (٦)
- كرة طائرة عدد (٤)
- كرات سوفت بول عدد (٤)
- حلقات دائرية ملونة
- شواخص عدد (١٢)
- أجهزة البحث
- حاسوب الكتروني بانتيوم ٤ صيني المنشأ
- اقراص ليزرية.

٢-٤ اجراءات البحث الميدانية:

٢-٤-١ تحديد المقياس الخاص بالبحث:

٢-٤-١-١ مقياس الاغتراب النفسي:

تم الاستعانة بمقياس الاغتراب النفسي الذي استخدمته الباحثة (ثناء يوسف الضبع ٢٠٠٤)، وكانت مجالات المقياس (٤) مجالات مثلت المحاور الأساسية في ظاهرة الاغتراب النفسي والمحاور هي: (العزلة الاجتماعية - العجز - اللامعيارية - اللامعنى) واجراء تغييرات على فقراته. (٢: ٦٦).

٢-٤-١-٢ صلاحية مقياس الاغتراب النفسي:

وتتضمن إجراءات بناء المقياس الخطوات التي تم إتباعها بغية الحصول على مقياس تتوافر فيه شروط الخصائص السيكومترية كالصدق والثبات.

أولاً: تحديد مجالات المقياس:

تم عرض مجالات المقياس على مجموعة من المختصين في مجال علم النفس الرياضي والاختبارات والقياس وطلب منهم إبداء آراءهم بمدى صلاحية المجالات وتعريفاتها وإضافة أي مجال آخر يرونه مناسباً والإفادة من أكبر عدد ممكن من الأفكار والخبرات المتعلقة بموضوع البحث وقد أبدى السادة الخبراء موافقتهم على المجالات المقترحة وتعريفاتها وأنها تغطي المقياس بحسب آراءهم وكما موضح في جدول (١).

الجدول (١)

يبين النسبة المئوية لآراء الخبراء عن مجالات المقياس

ت	المجالات	اراء الخبراء		النسبة المئوية	المستبعدة
		موافق	غير موافق		
١	العزلة الاجتماعية	٩	-	١٠٠%	
٢	العجز	٩	-	١٠٠%	
٣	اللامعنى	٨	١	٨٧%	
٤	اللامعيارية	٨	-	٨٧%	

ويتضح من جدول (١) ان النسبة المئوية لآراء الخبراء قد تراوحت ما بين (٨٧% - ١٠٠%) حول مدى مناسبة مجالات المقياس، وبناءً على آراء السادة الخبراء تمت الموافقة على مجالات المقياس كلها بعد أن حصلت على نسبة اتفاق أكبر من ٧٥%.

ثانياً: تحديد فقرات المقياس:

بعد تحديد المجالات استناداً الى مقياس (ثناء يوسف الضبيح ٢٠٠٤)، قام الباحث بصياغة فقرات المقياس بصورتها الأولية و البالغ عددها (٤٠) فقرة موزعة في أربع مجالات للمقياس ولكل مجال (١٠) فقرة وجعلها مناسبة للأعمار الصغيرة وكما موضح في ملحق (١) والجدول (٢) يوضح توزيع الفقرات وفق المجالات.

الجدول (٢)

يبين توزيع فقرات المقياس على وفق المجالات

المجموع الكلي	ارقام الفقرات واتجاهاتها		المجالات	ت
	سلبية	ايجابي		
١٠	١٠-٨-٧-٦-٥-٤-٣-٢-١	٩	العزلة الاجتماعية	١.
١٠	من (١١ - ٢٠)		العجز	٢.
١٠	٣٠-٢٩-٢٨-٢٧-٢٦-٢٤-٢٣-٢٢-٢١	٢٥	اللامعنى	٣.
١٠	٤٠-٣٩-٣٨-٣٧-٣٦-٣٤-٣٣-٣٢-٣١	٣٥	اللامعيارية	٤.
٤٠	٣٧	٣	المجموع	

وتم صياغة فقرات الاغتراب النفسي والمجالات المتضمنة لقياسه واتجاه العبارة السلبية والايجابي والتحقق من صلاحية مقياس التقدير الخماسي (تتطبق علي دائماً، تتطبق علي غالباً، تتطبق علي احياناً، تتطبق علي نادراً، لا تتطبق علي ابدأ) وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبة الفقرات لمجالات المقياس، وفي ضوء الآراء و الملاحظات التي أبداها السادة الخبراء ملحق (٤)، تم حذف (٦) فقرة لعدم ملاءمتها في قياس مجالات الاغتراب، أو لتكرار مضمونها، وبذلك أصبح عدد الفقرات (٣٤) فقرة بواقع (٩) فقرات لمجال العزلة الاجتماعية و(٨) فقرات لمجال العجز و(٩) فقرات لمجال اللامعنى و(٨) فقرات لمجال اللامعيارية وقد قام الباحث عند صياغة الفقرات بمراعاة الاتي:

- أن يكون للفقرة معنى واحد فقط و محدد.
- أن تكون لغة كل فقرة واضحة و صحيحة وبسيطة ومفهومة.
- الابتعاد عن العبارات الصعبة.
- أن تصاغ الفقرات بصيغة المتكلم.
- تجنب استعمال الكلمات التي تحمل أكثر من معنى.

ثالثاً: إعداد تعليمات المقياس.

من أجل اكتمال صورة المقياس وتطبيقه على التلاميذ، فقد وضعت التعليمات الخاصة بالمقياس لأن "ضمان الإجابة الصحيحة هي بوضع تعليمات تسهل على المستجيب الجواب الصحيح(٦:١٤٣) لذلك روعي فيها أن تكون سهلة ومفهومة، وان توجي للتلميذ بالاطمئنان لكي تتصف إجابته بالصراحة والثقة. كما طلب من التلاميذ ضرورة ان تكون الإجابة عن الفقرات جميعها وعدم ترك أي فقرة بلا إجابة، وان إجابتهم ستحظى بسرية تامة وهي لأغراض البحث العلمي كما لم تتم الإشارة الى التسمية الصريحة للمقياس، إذ يبين كرونباخ "أن التسمية الصريحة لمثل هذه المقاييس قد تدفع المستجيب الى ترتيب الإجابة أو الامتناع عن الإجابة الدقيقة (٨: ٤٠)

رابعاً: احتساب أوزان البدائل:

اعتمد الباحث طريقة (ليكرت) في القياس لكونها تتناسب مع طبيعة وإجراءات وطبيعة البحث والاستبانات المعتمدة، وكان احتساب الأوزان باتجاه ايجابي من (١-٥) على وفق البدائل، وهي: عبارة (لا تنطبق علي ابدأ) أعطيت الوزن (١) درجة، وعبارة (تنطبق علي نادراً) أعطيت الوزن (٢) درجة، وعبارة (تنطبق علي احياناً) أعطيت الوزن (٣) درجات، وعبارة(تنطبق علي غالباً) أعطيت الوزن (٤) درجات، وعبارة (تنطبق علي دائماً) أعطيت الوزن (٥) درجات. وكما مبين في الجدول رقم (٣)، تم تصحيح المقياس بإعطاء درجة عن كل استجابة التلميذ وعلى كل فقرة من فقرات المقياس وعلى النحو الاتي: (١،٢،٣،٤،٥) للفقرات الايجابية و(١،٢،٣،٤،٥) للفقرات السلبية، ثم جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية لكل استمارة، ولأجل استخراج الدرجة التي يحصل عليها اللاعب في إجابته على فقرات المقياس الـ (٣٤) فقرة إذ تبلغ أعلى درجة يمكن الحصول عليها لكل فقرة هي (٥) درجة وأدنى درجة هي (١) درجة.

جدول (٣)

يبين بدائل الاستبانات وأوزانها

البدائل	لا تنطبق علي ابدأ	نادراً	احياناً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي دائماً
الوزن	١	٢	٣	٤	٥

٥-٢ التجربة الاستطلاعية للمقياس:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة عشوائية مكونة من (٢٢) طالب من مجتمع البحث من مدرسة الخلد الابتدائية وخارج عينته الرئيسة، يوم الاثنين المصادف ٢٠١٤/٣/١٠، وكان الهدف من إجراء التجربة الاستطلاعية هو:

١. التعرف على مدى وضوح وفهم فقرات المقياس وطريقة الإجابة من قبل أفراد عينة التجربة الاستطلاعية.
٢. التعرف على الزمن الكلي لتطبيق المقياس من قبل التلاميذ.

٣. التعرف على الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه الباحث وفريق العمل المساعد لغرض تلافيتها.

٤. إجراء المعاملات العلمية لمقياس الاغتراب النفسي.

وبعد إجراء التجربة الاستطلاعية من قبل الباحث تبين أن المقياس بتعليماته وفقراته وكيفية الإجابة عنه

واضحة. وان الوقت المستغرق للتطبيق يتراوح بين (٢٠ - ٣٨) دقيقة.

٢-٦ المعاملات العلمية لمقياس الاغتراب:

ويتطلب بناء المقياس توافر شروط أساسية ومهمة لضمان سلامة بناء المقياس، ومن أهم تلك الشروط

الصدق والثبات والموضوعية. وقد اعتمد الباحث نوعين من الصدق هما:

اولاً: صدق المحتوى (Content Validity).

هنالك مؤشران لصدق المحتوى أولهما الصدق الظاهري (Face Validity) الذي يشير الى مدى صلة

فقرات المقياس بالمتغير المراد قياسه. ويتحقق مؤشر الصدق هذا حين يقرر شخص له علاقة بالموضوع أن المقياس

مناسب للخاصية المراد قياسها، وقد يكون ذلك خبيراً وقد تحقق الصدق الظاهري للمقياس عندما تم عرض المقياس

بصيغته الأولية على مجموعة من الخبراء للحكم على مدى صلاحية فقراته في قياس مستوى الاغتراب، وقد اجمعوا على

أن الفقرات صالحة لذلك.

أما المؤشر الثاني وهو الصدق المنطقي (Logical Validity) فيتحقق بقدرة المقياس على قياس مجال

محدد من السلوك، "إلا أن هذا النوع من الصدق يتحقق من خلال التعريف بالمجال السلوكي الذي يقيسه المقياس ومن

خلال التصميم والتخطيط المنطقي للفقرات لتغطي الأبعاد المهمة للمجال السلوكي". فعندما يكون المجال أو البعد محدداً

ومعروفاً يصبح بالإمكان تغطيته بعدد محدد من الفقرات تمثله تمثيلاً جيداً" (٩٢:٧) وقد توافر هذا المؤشر للصدق في

المقياس الحالي عند بداية إعداد المقياس من خلال التعريف لمفهوم الاغتراب وتحديد مجالاته وفقراته بالاستعانة

بمجموعة من الخبراء في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي والاختبارات والقياس.

ثانياً: صدق البناء (Construct Validity).

وقام الباحث في بنائه والمقصود بهذا النوع من الصدق هو مدى قياس فقرات المقياس للسمة أو الظاهرة

السلوكية المراد قياسها (٣: ٦٨). وقد تحقق الباحث من صدق البناء في مقياسه الحالي بالطرائق الآتية:

١. القوة التمييزية للفقرات.

جدول (٤)

يبين القيم التائية القوة التمييزية لفقرات المقياس لعينة التجربة الاستطلاعية

الفقرة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمة (ت)	الدلالة
	ع	س	ع	س		
١	١,٠٠	٠,٠٠	٤,٥٠	٠,٥٤٧	١٥,٦٥٢	معنوي
٢	١,٨٣	٠,٤٠٨	٤,٦٦	٠,٥١٦	١٥,٥٤٣	معنوي
٣	١,٠٠	٠,٠٠	٤,١٦	٠,٤٠٨	١٩,٠٠	معنوي
٤	١,١٦٦	٠,٤٠٨	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
٥	١,٠٠	٠,٠٠	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
٦	١,٦٦	٠,٨١٦	٤,٥٠	٥,٤٧	٧,٠٥٩	معنوي
٧	١,٦٦	٠,٨١٦	٣,٨٣٣	٠,٧٥٢	٧,٦٢	معنوي
٨	١,٦٦٧	٠,٤٠٨	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
٩	١,٦٦٧	٠,٤٠٨	٤,٨٣٣	٠,٤٠٨	١٥,٥٥٦	معنوي
١٠	١,٠٠	٠,٠٠	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
١١	١,٦٦	٠,٨١٦	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
١٢	١,٦٦	٠,٨١٦	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
١٣	١,٠٠	٠,٠٠	٤,٨٣٣	٠,٤٠٨	٢٣,٠٠	معنوي
١٤	١,٠٠	٠,٠٠	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
١٥	٢,٠٠	٠,٦٣٢	٥,٠٠	٠,٠٠٠	١١,٦١٩	معنوي
١٦	١,٣٣	٠,٥١٦	٤,٦٦	٠,٥١٦	١١,١٨٠	معنوي
١٧	١,٠٠	٠,٠٠	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
١٨	١,٠٠	٠,٠٠	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٩,٦٩٠	معنوي
١٩	١,٥٠٠	٠,٥٤٧	٥,٠٠	٠,٠٠٠	١٥,٨١٤	معنوي
٢٠	١,٦٦	٠,٥١٦	٥,٠٠	٠,٠٠٠	١٥,٨٤	معنوي
٢١	١,٠٠	٠,٠٠	٤,٦٦٦	٥,١٦	١٧,٣٩٣	معنوي

الفقرة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمة (ت)	الدلالة
	س	ع	س	ع		
٢٢	١,٣٣٣	٠,٥١٦	٤,١١٦	٠,٤٠٨	١٠,٥٤٣	معنوي
٢٣	٣,٠٠	١,٥٤٩	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٣,١٦٢	معنوي
٢٤	١,٥٠٠	٠,٥٤٧	٤,٨٣٣	٠,٤٠٨	١١,٩٥٢	معنوي
٢٥	١,٠٠	٠,٠٠	٥,٠٠	٠,٠٠٠	٢٣,٠٠	معنوي
٢٦	١,٠٠	٠,٠٠	٤,٦٦	٠,٥١٦	١٧,٣٩٣	معنوي
٢٧	١,١٦٦	٠,٤٠٨	٤,٦٦٦	٠,٥١٦	١٣,٠٢٤	معنوي
٢٨	١,٠٠	٠,٠٠	٤,٦٦٦	٠,٥١٦	١٧,٣٩٣	معنوي
٢٩	١,٥٠٠	٠,٥٤٧	٥,٠٠	٠,٠٠٠	١٥,٦٥٢	معنوي
٣٠	١,١٦٦	٠,٤٠٨	٤,٥٠٠	٠,٥٤٧	١١,٩٥٢	معنوي
٣١	١,٠٠	٠,٠٠	٤,٣٣	٠,٨١٥	١٠,٠٠	معنوي
٣٢	١,٣٣٣	٠,٥١٦	٤,٦٦٦	٠,٥١٦	١١,١٨٠	معنوي
٣٣	١,٣٣٣	٠,٥١٦	٤,٥٠٠	٠,٥٤٧	١٠,٣٠٤	معنوي
٣٤	١,٠٠	٠,٠٠	٤,١٦٦	٠,٩٨٣	٧,٨٨٩	معنوي

٢. معامل الاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية):

ولإيجاد معامل الاتساق الداخلي تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس ولجميع أفراد العينة البالغة (٢٢) تلميذاً وأتضح أن ثلاث فقرات غير دالة إحصائياً وهي (١٤-٢٤-٣٣) وقد تم استبعادها من المقياس لان معامل الارتباط لكل منها أكبر من مستوى الدلالة (٠.٠٥). وبذلك تبقى (٣١) فقرة لقياس مستوى الاغتراب و الملحق (٣) يبين المقياس النهائي.

الجدول (٥)

معاملات الارتباط البسيط لـ(بيرسون) لفحص صلاحية فقرات مقياس مستوى الاغتراب لعينة التجربة بطريقة الاتساق

الداخلي ما بين استجابات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل ارتباطها	مستوى الخطأ
١	٠,٦٧٢	٠,٠٠٠
٢	٠,٣٨٤	٠,٠٤٢
٣	٠,٤٦١	٠,٠١٥
٤	٠,٤٤٩	٠,٠١٨
٥	٠,٤٤٠	٠,٠٢٠
٦	٠,٧٩٣	٠,٠٠٠
٧	٠,٣٨١	٠,٠٤٣
٨	٠,٥٤١	٠,٠٠٥
٩	٠,٦٠٢	٠,٠٠٢
١٠	٠,٣٧١	٠,٠٤٤
١١	٠,٤٤٦	٠,٠٢٤
١٢	٠,٤٠٥	٠,٠٣١
١٣	٠,٧٧٧	٠,٠٠٠
١٤	٠,٢٦٣	٠,١١٨
١٥	٠,٤٤٥	٠,٠٢٤
١٦	٠,٥١٧	٠,٠٠٨
١٧	٠,٦٩٤	٠,٠٠٠
١٨	٠,٥٣٢	٠,٠٠٥
١٩	٠,٤١٥	٠,٠٢٧
٢٠	٠,٥١٠	٠,٠١٠
٢١	٠,٤٢٢	٠,٠٢٥
٢٢	٠,٥٢٣	٠,٠٠٦
٢٣	٠,٤٥٠	٠,٠١٨
٢٤	٠,٢١٢	٠,١٧٢
٢٥	٠,٧٧٣	٠,٠٠٠
٢٦	٠,٦٧٧	٠,٠٠٠
٢٧	٠,٨٦٦	٠,٠٠٠
٢٨	٠,٧١٠	٠,٠٠٠
٢٩	٠,٤٦٢	٠,٠١٥
٣٠	٠,٤٧٢	٠,٠١٢
٣١	٠,٣٧٧	٠,٠٤٢
٣٢	٠,٥٤٤	٠,٠٠٤
٣٣	٠,٠٢٤	٠,٤٥٩
٣٤	٠,٤٤٩	٠,٠١٨

٧-٢ وصف مقياس مستوى الاغتراب للتلاميذ:

يتكون مقياس بصورته النهائية من (٣١) فقرة منها (٣) فقرة ايجابية، (٢٨) فقرة سلبية، كما ان المقياس

تكون من اربع محاور هي:

١. محور العزلة الاجتماعية (٩) فقرات وهي (١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩)

٢. محور العجز (٧) فقرات وهي (١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٦، ١٥).

٣. محور اللامعنى (٨) فقرات وهي (١٧، ٢٠، ١٩، ١٨، ٢١، ٢٢، ٢٤، ٢٣)

٤. محور اللامعيارية (٧) فقرات وهي (٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٩، ٢٨، ٣١، ٣٠).

كما تضمن المقياس معلومات عن المستجيب وتعليمات ترشده إلى كيفية الإجابة عن المقياس، كما الحق بالمقياس ورقة للإجابة، تضمنت معلومات عن المستجيب، وحقول للإجابة على كل فقرة تحت ما يلائمها من البدائل (الفقرة لا تنطبق علي دائما، كثيراً، غالباً، أحياناً، نادراً) هذا وقد تراوحت الدرجة الكلية لكل فقرة (١-٥) درجة، وللمقياس بين (٣١-١٥٥) درجة.

٢-٨ التجربة الرئيسية:

٢-٨-١ الاختبار القبلي:

قام الباحث بإجراء الاختبار القبلي يوم الاربعاء المصادف ٢٠١٤/٣/١٢ على عينة البحث وذلك من خلال توزيع مقياس الاغتراب النفسي على عينة البحث وقام معلم التربية الرياضية (عباس حسن مرعي معلم مدرسة الثقافة الابتدائية للبنين والسيد محمد جميل معلم مدرسة الخلد الابتدائية) بمساعدة التلاميذ على الإجابة وشرح فقراته.

٢-٨-٢ الأنشطة البدنية والرياضية:

اعتمد الباحث النشاطات البدنية لدروس التربية الرياضية والبالغ عددها (٢) درس في الأسبوع والنشاط اللاصفي لدرس التربية الرياضية (حصة واحدة في الأسبوع) وبمشاركة التلاميذ من خلال إقامة مسابقات رياضية بألعاب كرة اليد والكرة الطائرة وسباقات التتابع بألعاب القوى ولمدة (٧) أسابيع وبواقع (٢١) وحدة تعليمية، (١٤) وحدة من خلال درس التربية الرياضية و(٧) وحدة تعليمية نشاط لأصفي وزمن الدرس (٤٠) دقيقة بدأت يوم الخميس المصادف ٢٠١٤ /٣/١٣ ولغاية يوم الخميس المصادف ٢٠١٤/٤/٢٤.

٢-٨-٣ الاختبار البعدي:

قام الباحث بإجراء الاختبار البعدي يوم الاحد المصادف ٢٠١٤ /٤/٢٧ على عينة البحث وذلك من خلال توزيع مقياس الاغتراب النفسي على عينة البحث بمساعدة التلاميذ على الإجابة.

٢-٩ الوسائل الإحصائية المستخدمة بالبحث:

للتوصل الى نتائج البحث تمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الحقيبة الإحصائية لنظام Spss وتم

أيجاد:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط بيرسون
- الاختبار التائي (T. test) للعينات المتناظرة.
- الاختبار التائي (T. test) للعينات الغيرمتناظرة.

٣- المبحث الثالث: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

٣-١ عرض وتحليل النتائج لعينة البحث التجريبية في مستوى الاغتراب ومناقشتها:

٣-١-١ عرض وتحليل نتائج المحور الاول العزلة الاجتماعية (القبلية والبعدية) ومناقشتها:

الجدول (٦)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث التي استخدمت في الاختبارات القبلية والبعدية.

المتغير	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
		س	ع	س	ع
العزلة الاجتماعية	درجة	٣٠,٠٨٣	٥,٩٠٠	٢٢,١٦٦	٦,١٤٧

٣-١-٢ عرض الفروق بنتائج المحور الاول العزلة الاجتماعية (القبلية والبعدية) ومناقشتها.

الجدول (٧)

يبين فروق الاوساط لعينة البحث بين الاختبارات القبلية والبعدية.

المتغيرات	وحدة القياس	ف	ع	ع س ف	قيمة (t)	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
العزلة الاجتماعية	درجة	٧,٩١٦	٩,٩٩٥	٢,٨٨٥	٢,٧٤٤	٠,٠١٩	معنوي

عند درجة حرية (١١) ومستوى خطأ (٠.٠٥)

٣-٢ عرض وتحليل نتائج المحور الثاني العجز (القبلية والبعدية) ومناقشتها:

٣-٢-١ عرض نتائج المحور الثاني العجز (القبلية والبعدية)

الجدول (٨)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث التي استخدمت في الاختبارات القبلية والبعدية.

المتغير	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
		س	ع	س	ع
العجز	درجة	٢٤,٢٥٠	٥,٣٩٥	١٩,٨٣٣	٤,٢٨١

٣-٢-٢ عرض الفروق بنتائج المحور الثاني العجز (القبلية والبعدية) ومناقشتها.

الجدول (٩)

يبين فروق الاوساط لعينة البحث بين الاختبارات القبلية والبعدية.

المتغيرات	وحدة القياس	ف	ع	ع س ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
العجز	درجة	٤,٤١٦	٦,٠٠٦	١,٧٣٤	٢,٥٤٧	٠,٠٢٧	معنوي

عند درجة حرية (١١) ومستوى خطأ (٠,٠٥).

٣-٣ عرض وتحليل نتائج المحور الثالث اللامعيارية (القبلية والبعدية) ومناقشتها:

٣-٣-١ عرض نتائج المحور الثالث اللامعيارية (القبلية والبعدية):

الجدول (١٠)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث التي استخدمت في الاختبارات القبلية والبعدية.

المتغير	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
		ع	س	ع	س
اللامعيارية	درجة	٢٥,٥٠	٦,٤٧٣	٢٤,٥٨٣	٦,٨١٥

٣-٣-٢ عرض الفروق بنتائج المحور الثالث اللامعيارية (القبلية والبعدية) ومناقشتها:

الجدول (١١)

يبين فروق الاوساط لعينة البحث بين الاختبارات القبلية والبعدية.

المتغيرات	وحدة القياس	ف	ع	ع س ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
اللامعيارية	درجة	٠,٩١٦	٩,٠٤٩	٢,٦١٢	٠,٣٥١	٠,٧٣٢	عشوائي

عند درجة حرية (١١) ومستوى خطأ (٠,٠٥)

٤-٣ عرض وتحليل نتائج المحور الرابع اللامعنى (القبلية والبعديّة) ومناقشتها:

١-٤-٣ عرض نتائج المحور الرابع اللامعنى (القبلية والبعديّة):

الجدول (١٢)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث التي استخدمت في الاختبارات القبليّة والبعديّة.

المتغير	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
		ع	س	ع	س
اللامعنى	درجة	٢٤,٤١٦	٤,٢٩٤	١٨,٨٣٣	٥,١٨٤

٢-٤-٣ عرض الفروق بنتائج المحور الرابع اللامعنى (القبلية والبعديّة) ومناقشتها:

الجدول (١٣)

يبين فروق الأوساط لعينة البحث بين الاختبارات القبليّة والبعديّة.

المتغيرات	وحدة القياس	ف	ع	ع س ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
اللامعنى	درجة	٥,٥٨٣	٧,٢٤٢	٢,٠٩٠	٢,٦٧١	٠.٠٢٢	معنوي

عند درجة حرية (١١) ومستوى خطأ (٠.٠٥)

٥-٣ عرض وتحليل نتائج الاغتراب (القبلية والبعديّة) ومناقشتها:

١-٥-٣ عرض نتائج الاغتراب (القبلية والبعديّة):

الجدول (١٤)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث التي استخدمت في الاختبارات القبليّة والبعديّة.

المتغير	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي	
		ع	س	ع	س
الاغتراب	درجة	١٠٤,٣٣	١٧,٢٠٦	٨٥,٤١٦	١٨,١٢٣

٣-٥-٢ عرض الفروق بنتائج الاغتراب (القبلية والبعديّة) ومناقشتها:

الجدول (١٥)

يبين فروق الاوساط لعينة البحث بين الاختبارات القبلية والبعديّة.

المتغيرات	وحدة القياس	ف	ع	ع س ف	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الخطأ	دلالة الفروق
الاغتراب	درجة	١٨,٩١٦	٢٦,٠٤٣	٧,٥١٨	٢,٥١٦	٠,٠٢٩	معنوي

عند درجة حرية (١١) ومستوى خطأ (٠.٠٥)

٣-٦ مناقشة النتائج:

من خلال النتائج التي ظهرت نلاحظ ان للأنشطة البدنية والرياضية دور مهم في انخفاض مستوى الاغتراب النفسي ومجالاته باستثناء مجال اللامعيارية ويعزو الباحث هذه النتيجة لدور الأنشطة البدنية والرياضية التي تم تقديمها لأفراد المجموعة التجريبية التي سمحت لأفرادها بتكوين علاقات مع زملائهم وايجاد اتصال بين الافراد من اجل ممارسة هذه الأنشطة البدنية والمسابقات الرياضية وسهولة اتصال الافراد مع بعضهم وايصال نظرهم وافكارهم عن اللعب والنشاط وبالنتيجة يؤدي الى علاقات اجتماعية و انعكاسها على شخصية التلميذ ومشاعره وانفعالاته ودوافعه وحاجاته اذ ان الأنشطة البدنية والرياضية كانت موجهاً توجيهها استطاع من خلاله التلاميذ اكتساب المهارات الحركية والقدرات البدنية متزامنة مع اكتساب التلاميذ المهارات الاجتماعية من خلال الدور الذي تلعبه ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية وهذا يتفق مع ما اشار اليه الشافعي الى ان التربية البدنية جزء متكامل من التربية العامة وميدان تجريبي هدفه تكوين الفرد اللائق من الناحية البدنية و الاجتماعية، وذلك عن طريق ممارسة الوان مختلفة من النشاط البدني الالعب الفردية او الجماعية وهذا لا يمكن ان يتحقق الا بتوافر القيادة التربوية التي تقوم بعملية التوجيه والارشاد(١٤:١) وتتفق ايضا هذه النتائج مع ما اشار اليه (كاول، وهازولتون) الى "ان الاهداف التي ترتبط بالتربية البدنية تنمية الاتجاهات الشخصية و الاجتماعية والقدرة على التوافق وذلك من خلال اتاحة مواقف اللعب والنشاط التي تمنح الفرد الثقة بالنفس وتتمى لديه الانتماء الاجتماعي"(٤: ٣٦) اما بخصوص مجال اللامعيارية فظهر النتائج عشوائية يعود الى ان اغلب الأنشطة تعتمد على اداء حر غير مقيد بقوانين وهذا ما انعكست عليه النتائج بالرغم من حدوث انخفاض بمستوى هذا المجال الا انه يتطلب وضع قواعد يستخدمها التلميذ وأسباب وضع هذه القواعد وأهميته وهذا يحتاج الى خبرات تعليمية اكبر وقدرات ذهنية تستطيع من تقدير وضع الأشياء.

٤ – المبحث الرابع: الاستنتاجات والتوصيات:

١-٤ الاستنتاجات:

١. ان للأنشطة البدنية والرياضية دور مهم في خفض مستوى العزلة الاجتماعية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر ٩-١٠ سنوات.
٢. ان للأنشطة البدنية والرياضية دور مهم في خفض مستوى العجز لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
٣. ان للأنشطة البدنية والرياضية دور مهم في خفض مستوى اللا معنى لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
٤. ان للأنشطة البدنية والرياضية دور مهم في خفض مستوى الغربة النفسية تلاميذ المرحلة الابتدائية.

٢-٤ التوصيات:

١. اعتماد الأنشطة البدنية والرياضية في تقليل مستوى الاغتراب النفسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بعمر ٩-١٠ سنوات.
٢. استخدام مقياس الاغتراب النفسي المعد من قبل الباحث للتعرف على مستوى الاغتراب لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية.
٣. إجراء دراسة مشابهة لقياس متغيرات نفسية اخرى مثل الأمن النفسي ومستوى القلق.

المصادر:

١. حسن احمد الشافعي؛ الموسوعة العلمية في ادارة و فلسفة التربية البدنية. ط١، القاهرة، مكتبة ومطبعة الاشعاع الفنية. ٢٠٠١.
٢. خالدة إبراهيم و دنيا صاحب ؛ الاغتراب النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طالبات الاقسام الداخلية في جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد، ٢٠١١.
٣. عامر سعيد جاسم الخيكاني؛ سيكولوجية كرة القدم، ط١، النجف، دار ضياء للطباعة، ٢٠٠٨.
٤. عبد المجيد عبد نايف؛ مفهوم التربية البدنية من وجهة نظر رجال الامن العام في الاردن ، رسالة ماجستير. جامعة اليرموك، ٢٠٠٦.
٥. وجيه محجوب؛ البحث العلمي ومناهجه، دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد، ٢٠٠٢.
٦. وجيه محجوب؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط٢، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، ١٩٨٨.
7. Freeman , F. S. , **Theory and Praction of Psychological Testing** , New York , 1962
8. Cronbach , L. J , Essential of Psychological Testing , New York , Harper and Pow , 1970.

ملحق (١)

استمارة مقياس الاغتراب النفسي التي تم عرضها على الخبراء

ت	العبرة	اوافق	لا أوافق	المقترح
محور العزلة الاجتماعية:				
١	صلتي بأخوتي ضعيفة			
٢	يصعب علي تكوين صداقات			
٣	اتجنب من التكلم امام مجموعة من زملائي			
٤	اتجنب حضور اللقاءات والمناسبات الاجتماعية			
٥	أتجنب الدخول باحاديث			
٦	اتجنب من الحديث مع عائلتي بأمور المدرسة			
٧	احب ان اكون لوحد في كثير من الاحيان			
٨	اشعر بالوحدة حتى وأنا مع الآخرين			
٩	ارى انه من الافضل الاندماج مع الناس			
١٠	ارى ان البعد عن الناس يحميه من شرورهم			
العجز:				
١١	كثيرا لا استطيع تحضير الواجبات			
١٣	عندما يطلب مني اداء عمل اشعر في الغالب بأنني في حاجة لمساعدة الآخرين حتى انجزه			
١٤	اعتمد على الاخرين باداء الواجبات			
١٥	أشعر وكأنني لاحول لي ولاقوه			
١٦	تضيق حقوقي بسبب عدم قدرتي على الدفاع عنها			
١٧	اعتمد على اهلي بإيصالي للمدرسة			
١٨	يصعب علي اقناع زملائي باللعب معهم			
١٩	الجأ الى الهروب عند حدوث مشكلة			
٢٠	لا استطيع الفوز باي منافسة او امتحان			
اللامعنى:				
٢١	يتساوى لدي الفوز والخسارة بالسباقات الرياضية			

ت	العبارة	اوافق	لا أوافق	المقترح
٢٢	الهدف من دراستي غير واضح			
٢٣	ليس لدي اهداف محدد في الحياة			
٢٤	اتناول طعامي بلا شهية فقط لأجل ان اعيش			
٢٥	اشعر بالسعادة في داخل المدرسة			
٢٦	الانشطة المدرسية مضيعة للوقت			
٢٧	الصدافة لا شيء ولا معنى له			
٢٨	الرياضة لا تستأثر اهتمامي فلا شيء مهم			
٢٩	اشعر بأن حياتنا المعاصرة غير مجدية			
٣٠	تقدم او تأخر بلدي أمر لا يهمني			
اللامعيارية:				
٣١	اعتقد انه لا توجد نظم ثابتة يلزم ان نسير عليها بداخل المدرسة			
٣٢	اعتقد ان تحقيق التلميذ لما يريد اهم من انصياحه لأنظمة المدرسة			
٣٣	اعتقد ان معظم التلاميذ مستعدون لأن يكذبوا في سبيل التوق على غيرهم			
٣٤	لا ألوم أي تلميذ يحاول ان يحصل لنفسه على ما يمكن ان تقع عليه يده في المدرسة			
٣٥	لا احاول التجاوز على معلمي			
٣٦	لا تهمني درجات الامتحان			
٣٧	لا أتقيد بقوانين الالعاب في درس الرياضة			
٣٨	عند تنافسي مع شخص ما لا أعير اهتماما كبيرا للمعايير الأخلاقية في سبيل تغلبي عليه			
٣٩	لا توجد انظمة داخل البيت			
٤٠	لا التزم بالتوقيت المحدد الى اللعب			

ملحق (٢)

مقياس الاغتراب النفسي

ت	العبارة	لا تنطبق علي ابدأ	تنطبق علي نادراً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي دائماً
	محور العزلة الاجتماعية:					
١	صلتي بأخوتي ضعيفة					
٢	يصعب علي تكوين صداقات					
٣	اتجنب من التكلم امام مجموعة من زملائي					
٤	اتجنب حضور اللقاءات والمناسبات الاجتماعية					
٥	اتجنب من الحديث مع عائلتي بأمر المدرسة					
٦	احب ان اكون لوحد في كثير من الاحيان					
٧	اشعر بالوحدة حتى وأنا مع الآخرين					
٨	ارى انه من الافضل الاندماج مع الناس					
٩	ارى ان البعد عن الناس يحميه من شرورهم					
	العجز:					
١٠	كثيرا لا استطيع تحضير الواجبات					
١١	عندما يطلب مني اداء عمل اشعر في الغالب بأنني في حاجة لمساعدة الآخرين حتى انجزه					
١٢	اعتمد على الاخرين بأداء الواجبات					
١٣	أشعر وكأنني لاحول لي ولاقوه					
١٤	اعتمد على اهلي بإيصالي للمدرسة					
١٥	يصعب علي اقناع زملائي باللعب معهم					
١٦	الجا إلى الهروب عند حدوث مشكلة					

ت	العبارة	لا تنطبق علي ابدأ	تنطبق علي نادراً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي دائماً
١٧	لا استطيع الفوز باي منافسة او امتحان					
	اللامعنى:					
١٨	يتساوى لدي الفوز والخسارة بالسباقات الرياضية					
١٩	الهدف من دراستي غير واضح					
٢٠	اتناول طعامي بلا شهية فقط لأجل ان اعيش					
٢١	اشعر بالسعادة في داخل المدرسة					
٢٢	الانشطة المدرسية مضيعة للوقت					
٢٣	الصداقة لا شيء ولا معنى له					
٢٤	الرياضة لا تستأثر اهتمامي فلا شيء مهم					
٢٥	اشعر بأن حياتنا المعاصرة غير مجدية					
٢٦	تقدم او تأخر بلدي أمر لا يهمني					
	اللامعيارية:					
٢٧	اعتقد انه لا توجد نظم ثابتة يلزم ان نسير عليها بداخل المدرسة					
٢٨	اعتقد ان تحقيق التلميذ لما يريد اهم من انصياعه لأنظمة المدرسة					
٢٩	لا ألوم أي تلميذ يحاول ان يحصل لنفسه على ما يمكن ان تقع عليه يدها في المدرسة					
٣٠	لا احاول التجاوز على معلمي					
٣١	لا تهمني درجات الامتحان					
٣٢	لا أتقيد بقوانين الالاعاب في درس الرياضة					
٣٣	لا توجد انظمة داخل البيت					
٣٤	لا التزم بالتوقيت المحدد الى اللعب					

ملحق (٣)

مقياس الاغتراب النفسي بصيغتها النهائية

ت	العبارة	لا تنطبق علي ابدأ	تنطبق علي نادراً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي دائماً
محور العزلة الاجتماعية:						
١	صلتي بأخوتي ضعيفة					
٢	يصعب علي تكوين صداقات					
٣	اتجنب من التكلم امام مجموعة من زملائي					
٤	اتجنب حضور اللقاءات والمناسبات الاجتماعية					
٥	اتجنب من الحديث مع عائلتي بأمور المدرسة					
٦	احب ان اكون لوحدني في كثير من الاحيان					
٧	اشعر بالوحدة حتى وأنا مع الآخرين					
٨	ارى انه من الافضل الاندماج مع الناس					
٩	ارى ان البعد عن الناس يحميه من شرورهم					
العجز:						
١٠	كثيرا لا استطيع تحضير الواجبات					
١١	عندما يطلب مني اداء عمل اشعر في الغالب بأنني في حاجة لمساعدة الآخرين حتى انجزه					
١٢	اعتمد على الاخرين بأداء الواجبات					
١٣	أشعر وكأنني لاحول لي ولاقوه					
١٤	يصعب علي اقناع زملائي باللعب معهم					
١٥	الجأ الى الهروب عند حدوث مشكلة					
١٦	لا استطيع الفوز باي منافسة او امتحان					
اللامعنى:						

ت	العبارة	لا تنطبق علي ابدأ	تنطبق علي نادراً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي دائماً
١٧	يتساوى لدي الفوز والخسارة بالسباقات الرياضية					
١٨	الهدف من دراستي غير واضح					
١٩	اتناول طعامي بلا شهية فقط لأجل ان اعيش					
٢٠	اشعر بالسعادة في داخل المدرسة					
٢١	الانشطة المدرسية مضيعة للوقت					
٢٢	الصداقة لا شيء ولا معنى له					
٢٣	الرياضة لا تستأثر اهتمامي فلا شيء مهم					
٢٤	اشعر بأن حياتنا المعاصرة غير مجدية					
	اللامعيارية:					
٢٥	اعتقد انه لا توجد نظم ثابتة يلزم ان نسير عليها بداخل المدرسة					
٢٦	اعتقد ان تحقيق التلميذ لما يريد اهم من انصياعه لأنظمة المدرسة					
٢٧	لا ألوم أي تلميذ يحاول ان يحصل لنفسه على ما يمكن ان تقع عليه يده في المدرسة					
٢٨	لا احاول التجاوز على معلمي					
٢٩	لا تهمني درجات الامتحان					
٣٠	لا أتقيد بقوانين الالعاب في درس الرياضة					
٣١	لا التزم بالتوقيت المحدد الى اللعب					

ملحق (٤)

اسماء الخبراء

الاختصاص	اسم الخبير
علم النفس الرياضي	أ.د. حازم علوان منصور
الاختبارات والقياس في المجال الرياضي	أ.د. عبد الرحمن ناصر راشد
علم النفس الرياضي	أ.م.د. كامل عبود حسين
علم النفس الرياضي	أ.م.د. الاء زهير مصطفى
الاختبارات والقياس في المجال الرياضي	أ.م.د. حنان عدنان
الاختبارات والقياس في المجال الرياضي	م.د. محمد وليد شهاب
الاختبارات والقياس في المجال الرياضي	م.د. نعيمة زيدان خلف