



# ادراكات النجاح وعلاقتها بالرضا الحركي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. سناء جبار الحيدري      أ.د. عامر سعيد الخيواني

[Alkhigani@gmail.com](mailto:Alkhigani@gmail.com)

## الملخص:

هدف البحث الى معرفة الآتي :

1- إدراكات النجاح والرضا الحركي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .

2- العلاقة بين ادراكات النجاح والرضا الحركي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية والعلاقات الارتباطية لملاءمتها وحل مشكلة البحث الحالية . وقد إشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعهه بابل بعدد (28) وقد تم اختيار (15) طالبة وبنسبة بلغت 57.53 % .

وتم إستخدام مقياس ادراكات النجاح الذي وضعه في الاصل مارش 1994 و أقتبسه محمد حسن علاوي وقام بتعديل العدد من فقراته و يقيس هذا المقياس بعدين هما (التنافسية والتفوق) فضلا عن الدرجة الكلية للمقياس التي تشير الى توجه الفرد نحو ادراكات النجاح وقد احتوى المقياس على (14) فقرة . مقياس الرضا الحركي المبني من قبل ( حلا رزاق :2010 ) على طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي تبلغ فقراته ( 30 ) فقرة .

**وقد خرج البحث بعدة إستنتاجات أبرزها الآتي :**

1- تميزت طالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل بدرجات عالية على بعدي إدراكات النجاح وهما ( البعد التنافسي ) و ( البعد التفوق ) .

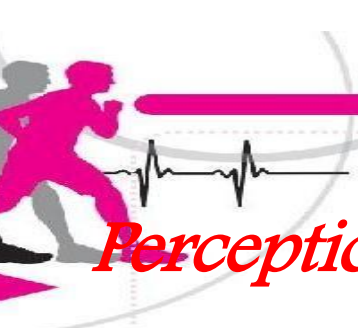


2- تميزت طالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل بالرضا الحركي العالي.

3- إدراكات النجاح العالية لها علاقة وثيقة بالرضا الحركي العالي لدى طالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .  
**وبناءً على ذلك تمت التوصية بعدة توصيات أبرزها :**

➤ تعزيز إدراكات النجاح لطالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل فضلاً عن لعمل على ذلك مع بقية المراحل وصولاً الى نضج نفسي ممكن أن يساعدهن في التفوق .

**الكلمات المفتاحية :** ( إدراكات النجاح – الرضا الحركي – الطالبات ).



# *Perceptions of success and its relationship to motor satisfaction among fourth-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences*

*Dr. Sanaa Jabbar Al-Haidari Prof. Dr. Amer Saeed Al-Khikani*

*Alkhigani@gmail.com*

## **Abstract.**

The aim of the research is to know the following:

1. Perceptions of success and motor satisfaction of the fourth stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon.
2. The relationship between the perceptions of success and motor satisfaction among the students of the fourth stage in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon.

The two researchers used the descriptive approach in the two methods of survey studies and correlations for their relevance and solving the current research problem. The research community included the fourth stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon, with a number of (28), and (15) students were selected, with a rate of 57.53%.



The success perception scale, which was originally developed by March 1994 and quoted by Muhammad Hassan Allawi, was used, and he modified the number of its paragraphs. 14) Paragraph. The kinetic satisfaction scale built by (Hala Razzaq: 2010) on first-year students in the College of Physical Education and Sports Science, which contains (30) items.

The research came out with several conclusions, most notably the following:

1. The students of the fourth stage of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon were distinguished by high degrees on the two dimensions of success perceptions, which are the (competitive dimension) and (the superior dimension.)
2. The students of the fourth stage of the Faculty of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon were distinguished by their high kinetic satisfaction.
3. High success perceptions have a close relationship to high kinetic satisfaction among the fourth stage students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon.

**Accordingly, several recommendations were made, most notably:**

- Enhancing the awareness of success for the students of the fourth stage of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon, as well as working on this with the rest of the stages in order to reach psychological maturity that can help them excel.

**Keywords:** perceptions of success – motor satisfaction – female students



## 1/ التعريف بالبحث: -

### 1/1 مقدمة البحث وأهميته:

عندما يتم تحديد هدف الفتاة في الحصول على شهادة أكاديمية جامعية ويتم قبولها ضمن الصفوة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ستقفز امامها اهداف أكبر مثل النجاح وبتفوق ' فكيف يتم ذلك وكيف يتم ادراك النجاح للطلبات .

ادراكات النجاح للطلبات لا بد ان تعتمد على أهليتهن في الاداء الرياضي فضلا عن المواد النظرية الدراسية لذلك فهن يسعين للتفوق النظري والعملي وهذا يحتاج منهن متابعه للحركات الرياضية ومن ثم رضا عن الحركة او المهارة التي يؤديها

ومما سبق ندرك أهمية البحث في الكشف عن ادراكات النجاح لدى هؤلاء الطالبات فضلا عن الرضا الحركي لديهن وان كان ذلك يشكل محورا مهماً لأهمية إجراء البحث الحالي فالمحور الآخر يكمن في الكشف عن العلاقة التي تكون بين إدراكات النجاح والرضا الحركي لديهن.

### 1 / 2 مشكلة البحث: -

هناك بعض المتغيرات النفسية التي نجدها عند طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ومنها ما يساند أداءهن في الكلية ومنها ما يعوق ذلك وكان البحث الحالي للتغلب على مشكلة تجلت أولاً بعدم معرفه درجة او مستوى ادراكات النجاح لدى الطالبات والرضا الحركي لديهن وثانياً بعدم معرفه طبيعة العلاقة التي قد تربط المتغيرين المذكورين ولذلك كان البحث للإجابة عن هذه التساؤلات.

### 1 / 3 أهداف البحث: -

يهدف البحث الى معرفة الاتي: -

1- إدراكات النجاح والرضا الحركي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .

2- العلاقة بين ادراكات النجاح والرضا الحركي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .



## 1 / 4 فرض البحث:-

➤ وجود علاقة حقيقية بين ادراكات النجاح والرضا الحركي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .

## 2 / منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

### 2 / 1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبي الدراسات المسحية والعلاقات الارتباطية لملاءمتها وحل مشكلة البحث الحالية .

### 2 / 2 مجتمع البحث وعينته :

يشتمل مجتمع البحث على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعه بابل بعدد (28) وقد تم اختيار (15) طالبة ونسبة بلغت 57.53 % .

### 2 / 3 أدوات البحث:-

تم الإستعانة بعدة أدوات وهي الآتي:-

1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.

2- المقابلات الشخصية.

3- ساعة توقيت.

4- المقاييس والاختبارات.

### 2 / 4 إجراءات البحث الميدانية:

#### 2 / 4 / 1 تهيئه مقاييس البحث :

من أجل الخوض في البحث الحالي كان لابد من توافر مقاييس لقياس المتغيرات الموجودة وهي (إدراكات النجاح ) و ( الرضا الحركي ) وكالاتي :

#### 2 / 4 / 1 / 1 مقياس ادراكات النجاح:

وقد تم استخدام مقياس ادراكات النجاح الذي وضعه في الاصل مارش 1994 و أقتبسه محمد حسن علاوي وقام بتعديله ليقيس بعدين هما (التنافسية و التفوق) فضلا عن الدرجة





الكلية للمقياس التي تشير الى توجه الفرد نحو ادراكات النجاح وقد احتوى المقياس على (14) فقره مقسمة على البعدين بواقع (6) فقرات لبعده التنافسية و (8) فقرات لبعده التفوق وكانت الإجابة على فقرات المقياس من خلال خمسة بدائل ( بدرجة كبيرة جداً - بدرجة كبيرة - بدرجة متوسطة - بدرجة قليلة - بدرجة قليلة جداً ) ويتم تصحيح المقياس من خلال الأوزان (5-4-3-2-1) على التوالي لفقرات المقياس اذا كانت على درجة للمقياس ككل هي (70) اما اقل درجة فهي (14) . وقد تم أخذ رأي السادة الخبراء بصلاحيه جميع المقياس ونال ذلك منهم لتطبيقه على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل .

## 2 / 1 / 4 / 2 مقياس الرضا الحركي :

تم استخدام مقياس الرضا الحركي المبني من قبل ( حلا رزاق :2010 ) على طالبات المرحلة الأولى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي تبلغ فقراته ( 30 ) فقرة بـ( 22 ) فقرة ايجابية وهي ( 1 ، 2 ، 4 ، 5 ، 7 ، 8 ، 9 ، 10 ، 12 ، 13 ، 15 ، 16 ، 17 ، 18 ، 19 ، 20 ، 21 ، 23 ، 25 ، 27 ، 28 ، 29 ) و ( 8 ) فقرات فقط سلبية وهي ( 3 ، 6 ، 11 ، 14 ، 22 ، 24 ، 26 ، 30 ) يجيب المفحوص عنها وفق بدائل إجابة خماسية هي (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً ، تنطبق عليّ بدرجة كبيرة ، تنطبق عليّ بدرجة متوسطة ، تنطبق عليّ بدرجة قليلة ، تنطبق عليّ بدرجة قليلة جداً) . وتعطى للإجابة عن الفقرات الايجابية درجات هي ( 5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1 ) على التوالي ، بينما تعطى عكس ذلك على الفقرات السلبية . وقد تم أخذ رأي السادة الخبراء أنفسهم بصلاحيه جميع المقياس ونال ذلك منهم لتطبيقه على طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل .

## 2-4-2 التجربة الاستطلاعية :

لأجل التأكد من مدى وضوح تعليمات مقياسي إدراكات النجاح والرضا الحركي ووضوح فقراته للطالبات ، والتعرف على الوقت المستغرق لإجاباتهم ، فضلاً عن التعرف على ظروف تطبيق المقياس وما قد يرافق ذلك من صعوبات أو معوقات ، والتعرف على ثبات المقياس أيضاً، لذا فقد قامت الباحثة بتطبيقه على عينة استطلاعية مؤلفة من (10) طالبات من المرحلة الرابعة من خارج عينة البحث الحالي ، تم اختيارهم عشوائياً من مجتمع البحث يوم الأحد



المصادف 14 / 3 / 2022 . وقد تبين من هذه التجربة إن تعليمات المقياس وفقراته واضحة ،  
وان الوقت الذي استغرقته الإجابة عن فقرات المقياسين معاً تراوح بين (13-15) أي إن متوسط  
الوقت المستغرق للإجابة على المقياس بلغ (14) دقيقة .

#### **10-1-4-2 تصحيح المقياس :**

تم تصحيح إجابات الطالبات على مقياسي الظاهرتين باستعمال مفتاح التصحيح المعد  
لذلك الغرض . فقد حسبت الدرجة الكلية على أساس مجموع أوزان الإجابات على فقرات  
مقياس إدراكات النجاح البالغة (14) فقرة و مقياس الرضا الحركي البالغة (30) فقرة ، وقد  
حددت الأوزان من ( 1 - 5 ) درجات لكل فقرة وبحسب البدائل الخماسية لكلا المقياسين .

#### **12-1-4-2 الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية :**

##### **1-12-1-4-2 صدق المقياس :**

وقد استخدم الباحثان صدق المحتوى للتحقق من صدق المقياس ، وتم ذلك للمقياسين  
عند عرضهما على السادة الخبراء .

##### **2-12-1-4-2 ثبات المقياس :**

وللتحقق من ثبات المقياس استخدم الباحثان طريقة التجزئة النصفية تعتمد هذه  
الطريقة على تجزئة المقياس المطلوب تعين ثباته على جزئين متكافئين بعد تطبيقه على العينة  
الاستطلاعية . وهناك طرائق عدة لتجزئة الاختبار ، إذ قسمت فقرات مقياس إدراكات النجاح  
ال(14) إلى نصفين فقرات فردية وفقرات زوجية ، وكذلك تم العمل مع فقرات مقياس الرضا  
الحركي ال(30) فقد قسمت الى نصفين بفقرات فردية وأخرى زوجية ، وتم استخراج معامل  
الارتباط بين مجموع درجات النصفين لكلا المقياسين باستعمال معامل الارتباط البسيط.

إذ بلغ معامل الارتباط لمقياس إدراكات النجاح (0.79) ولمقياس الرضا الحركي (0.81) ، وبما  
إن معامل الارتباط المستخرج يعني الثبات لنصف الاختبار فقط قام الباحثان بتطبيق معادلة  
سبيرمان – براون للحصول على ثبات المقياس ككل ، وبذلك بلغت قيمة معامل ثبات الاختبار  
لمقياس إدراكات النجاح (0.87) ولمقياس الرضا الحركي (0.89) . وهو مؤشر عالٍ لثبات المقياسين.





## 2-4-2 التجربة الرئيسة :

وقد تم تطبيق مقياسي (إدراكات النجاح) المكون من (14) فقرة و (الرضا الحركي) المكون من (30) فقرة على عينة بلغت (15) طالبة اختبرن بالطريقة العشوائية من طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في يوم 2022/3/21 وذلك من خلال توزيع الاستبانة عليهم داخل القاعات الدراسية.

## 2-5 الوسائل الإحصائية :

قام الباحثان بإستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) الإصدار السابع عشر. وهي كما يأتي :

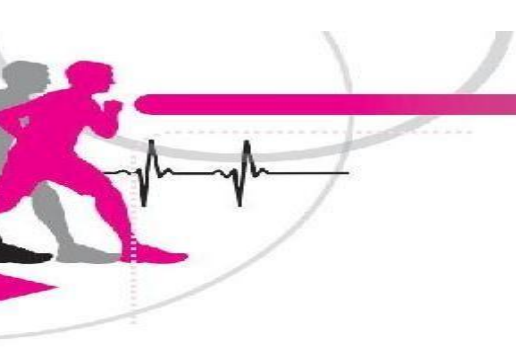
(الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - إختبار (كا2) - الاختبار التائي بين عينات مرتبطة )  
( t – test ) - معامل الارتباط البسيط (Person) .

## 3- عرض النتائج ومناقشتها :

سيتم عرض النتائج ومناقشتها من خلال البيانات التي تم الحصول عليه من خلال تطبيق المقياسين على عينة البحث لتحقيق أهداف البحث وكالاتي :

## 3-1 عرض ومناقشة نتائج إدراكات النجاح والرضا الحركي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل :

من أجل تحقيق الهدف الأول تم قياس إدراكات النجاح لدى أفراد البحث من خلال تطبيق مقياسي البحث ، وقد جرى اعتماد درجة أبعاد للمقياس أساسا في التعرف على درجة إدراكات النجاح على أفراد عينة البحث



## جدول ( 1 )

### يبين المعالم الاحصائية لمتغيرات البحث الخاص بطالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل

ت	متغيرات البحث	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط النظري	قيمة المحسوبة (ت)	مستوى الدلالة
1	إدراكات النجاح	البعد التنافسي	20.74	2.10	17.55	0.000
		البعد التفوق	28.63	2.22	18.52	0.000
		الدرجة الكلية	49.37	4.32	23.43	0.000
2	الرضا الحركي	106.66	5.87	90	6.40	0.038

ومن ملاحظتنا للجدول أعلاه نجد الوسط الحسابي لإدراكات النجاح قد بلغ (49.37) درجة وبانحراف معياري (4.32) وإذا علمنا بأن الوسط النظري (الفرضي) للمقياس هو (42) ندرك تفوق طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل بإدراكات النجاح وللتأكد من تميزهن بذلك تم استخدام (t - test) لتبين لنا معنوية الفروق بين الوسط الحسابي والوسط النظري في الدرجة الكلية لإدراكات النجاح بما يعني إن هؤلاء الطالبات يتمتعن بقدرة على تحمل المسؤولية والتفكير بواقعية فضلاً عن قدرات واضحة في ضبط النفس والقدرة على التفاعل مع الآخرين ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن استمرار الطالبات في دراستهن داخل الكلية مدة طويلة أكسبتهن وبدرجة كبيرة طابعاً تنافسياً عالياً يؤكد الوسط الحسابي للبعد التنافسي الذي بلغ (20.74) درجة متفوقاً على الوسط النظري البالغ (18) ،

الفروق بين الوسطين ينتج لنا فروقاً معنوية تشير إلى تميز هؤلاء الطالبات بالتنافسية العالية في دراستهن ، والانحراف المعياري الضئيل (2.10) يدل على عدم تشتت الطالبات بشكل كبير في تميزهن ببعده التنافسية في حياتهن . ومن الجدير ذكره إن طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل قد تميزن أيضاً بالبعد الآخر لإدراكات النجاح



وهو ( البعد التفوقى ) إذ كان الوسط الحسابى بواقع (28.63) والوسط النظرى ( 24 ) ليؤشر معنوية الفروق بين الوسطين ، وبما يخص تشتت الطالبات فقد أشره الانحراف المعيارى بدرجة قليلة بلغت ( 2.22 ) .

أما فيما يخص متغير ( الرضا الحركى ) فقد أشرت النتائج وسطاً حسابياً بلغ (106.66) درجة وإنحرافاً معيارياً كان (5.87) ولو لاحظنا الوسط الحسابى الموجود رغم عدم تفوقه كثيراً عن الوسط النظرى ( الفرضى ) البالغ (90) درجة إلا إننا وجدنا تميز الطالبات ( عينة البحث ) بالرضا الحركى خصوصاً بعد معاينة مستوى الدلالة الذى لم يتجاوز الـ(0.05) مما يعنى رضا الطالبات عن أنفسهن وقيمة الذات العالية نوعاً ما لديهن فمفهوم الرضا الحركى يبعث على الكثير من الانفعالات الايجابية وأبرزها الثقة بالنفس لدى هؤلاء الطالبات والحيوية والحماس والمتعة التى تدفع لإنسيابية تعلم وأداء المهارات المختلفة وتعزى هكذا نتيجة الى إن طالبات المرحلة الرابعة وهنّ على أعتاب التخرج من الكلية قد تعلمن أغلب المهارات المطلوبة فى المراحل السابقة فضلاً عن نضج التعامل مع المهارات لارتباطهن بعملية تطبيق كل ما تعلمنه فى المدارس المتوسطة والثانوية مما يعنى إلتماً أكثر وضوح عن بقية المراحل السابقة .

وعن الإنحراف المعيارى المسجل (5.87) عند الطالبات فهو أمر طبيعى أن تختلف كل منهن عن الأخرى فى مدى رضاهن عما يقدمنه وما يجدن فى أنفسهن من أهلية لأداء المهارات المتعلمة وهو عموماً لم يصل الى قيم متطرفة خصوصاً اذا علمنا أن اعلى درجة على المقياس نظرياً تبلغ (180) درجة .

#### **2-4 عرض ومناقشة نتائج إدراكات النجاح والرضا الحركى لدى طالبات المرحلة الرابعة فى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل :**

ولتحقيق هدف البحث الثانى فى معرفة العلاقة بين ادراكات النجاح والرضا الحركى لدى طالبات المرحلة الرابعة فى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة فى جامعة بابل تم إستخدام معامل الارتباط البسيط (person) بين الدرجة الكلية لإدراكات النجاح والرضا الحركى وكما موجود فى جدول (2) الآتى :

## جدول ( 2 )

يبين علاقة الارتباط بين الدرجة الكلية لإدراكات النجاح والرضا الحركي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل

ت	متغيرات البحث	درجة الارتباط المحسوبة	مستوى الدلالة
1	إدراكات النجاح	14.28	0.000
2	الرضا الحركي		

ومن خلال النتائج المبينة في جدول (2) يظهر لنا الارتباط المعنوي بين كل من إدراكات النجاح والرضا الحركي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل وهو أمر طبيعي إذا أدركنا الوعي والادراك الذي تميزت به الطالبات عن قدراتهن وإمكانياتهن خصوصاً إذا إستذكرنا إنهن طالبات المرحلة الرابعة التي تعد الأكثر نضجاً بين مراحل الكلية الأربع فكثير من المتغيرات يحددها النجاح الرياضي كالاتجاهات والدوافع والوسط الاجتماعي وهذا ينسجم والرضا الحركي الذي تمتعن به ( رغم أنه لم يصل الى المستوى العالي ) لكنه تميز في النهاية وأشر مردودات إيجابية عن ثقتهم بأنفسهن في تعلم المهارات الحركية وتطبيقها .

وبما سبق حققنا هدي البحث الموضوعين وتحققنا من صحة فرضية البحث بما يخص حقيقة العلاقة بين إدراكات النجاح والرضا الحركي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة بابل .

**4 / الإستنتاجات و التوصيات :**

**3 / 1 الاستنتاجات :**

خرج البحث الحالي بعدة إستنتاجات أفرزتها النتائج التي إستعرضناها في الفصل الرابع وهي الآتي:



1- تميزت طالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل بإدراكات نجاح عالية جداً .

2- تميزت طالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل بدرجات عالية على بعدي إدراكات النجاح وهما ( البعد التنافسي ) و ( البعد التفوق ) .

3- تميزت طالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل بالرضا الحركي العالي .

4- إدراكات النجاح العالية لها علاقة وثيقة بالرضا الحركي العالي لدى طالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل .

#### 2 /4 التوصيات :

في ضوء نتائج البحث واستنتاجاته توصل البحث الحالي إلى بعض التوصيات وكانت على النحو الآتي :

1- تعزيز إدراكات النجاح لطالبات المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل فضلاً عن لعمل على ذلك مع بقية المراحل وصولاً الى نضج نفسي ممكن أن يساعدهن في التفوق .

2- التأكيد على معرفة متغيرات نفسية مهمة جداً لدى طالبات الكلية سيما إدراكات النجاح والرضا الحركي والعمل على إكساب الطالبات ايجابية التعامل مع حيثيات وواقع الدروس الموجودة في الكلية خصوصاً العملية .

3- تعميم نتائج الدراسة الحالية على الكليات والجامعات العراقية الأخرى .

4- ضرورة إلقاء محاضرات نوعية على الطالبات أثناء الوحدات الدراسية من قبل مختص في الإرشاد النفسي وعلم النفس الرياضي لتعزيز إدراكات النجاح والرضا الحركي لديهن فضلاً عن المتغيرات الأخرى لديهن .



## ومن أبرز المقترحات ما يأتي :

1- إجراء دراسة ارتباطيه بين إدراكات النجاح مع متغيرات أُخرى ( كتقدير الذات ، والأمن النفسي ) .

2- العمل على تطوير المناهج الدراسية وبناء أساليب جديدة للمراحل كافة ، لكي يستطيعوا النهوض بالمعلم والمتعلم وفقاً لمتطلبات الوضع الحالي وان يكون المنهج مجرداً من أنواع التحيزات العنصرية والمذهبية والطائفية .

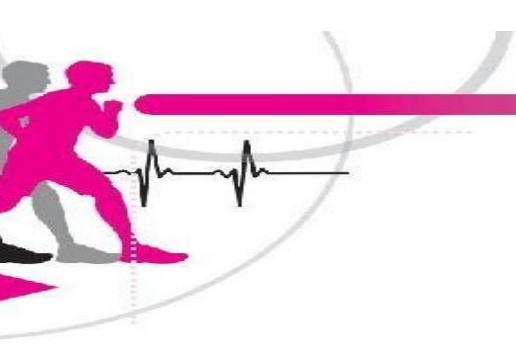
## المصادر:

➤ ثارى أنور زبير . أبعاد الذات البدنية وعلاقتها بإدراكات النجاح لدى بعض طلاب الصف الأول في سكول التربية الرياضية جامعة كوية ، مجلة الخبير، المجلد 1/ العدد 10 / الجزائر، 2016 .

➤ حسين عبد الزهرة . الأنماط المزاجية وعلاقتها بإدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2012 .

➤ حلا رزاق مدلول . تأثير الرسوم الفائقة بالأسلوبين الذاتي والتعاوني فيتعلم مهارات بأداة الشاخص وتطوير الرضا الحركي في الجمناستك الايقاعي . أطروحة دكتوراه مقدمة الى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل ، 2011 .





## ملحق ( 1 )

### مقياس ادراكات النجاح

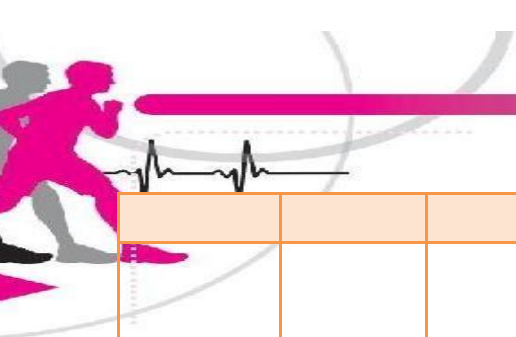
ت	الفقرات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
1	اسعى جاهدة للتفوق على الآخرين					
2	أسعى لأكون احسن طالبة					
3	أسعى لأكون افضل من الطلبة الآخرين					
4	ابذل كل جهدي					
5	اشعر ان مستواي يتقدم					
6	أتنافس بقوة مع الآخرين					
7	احقق اهدافي					
8	اتغلب على الصعوبات والعقبات					
9	احقق اهدافي الشخصية					
10	افوز في المنافسة					
11	اظهر للأخرين بانني الافضل					
12	أفوز اقصى قد ارتي					
13	احاول تحقيق الهدف حددته لنفسي					
14	اقوم بأداء افضل من ادائي السابق					



## ملحق ( 2 )

### مقياس الرضا الحركي

ت	العبارة	تنطبق بدرجة كبيرة جدا	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة قليلة جدا
1	زميلاتي يعتقدن ان قدرتي على الحركة جيدة					
2	استطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة					
3	يصعب عليه المحافظة على اتزان جسمي اثناء الحركة					
4	لدي القدره على الجري بسهولة					
5	استطيع القفز عاليا الى ارتفاع مناسب					
6	يصعب عليه القيام بالحركات التي تتطلب الرشاقة					
7	لديه القدرة على تعلم مهارات حركية جديدة					
8	استطيع الاحتفاظ بتوازن من الثبات					
9	لديه القدرة على الوقوف من الجلوس بسهولة					
10	لديه القدرة على لتقاط شاخص او حمله بدون سقوط					
11	اجد صعوبة في التزان بقدم واحدة					
12	استطيع التحرك بسرعة حول بعض الشواخص					
13	لدي القدرة على الاشتراك في بعض الانشطه الحركية بدون الخوف من السقوط على الارض					
14	يصعب عليه ثني ومد جسمي بسهولة					
15	استطيع ان اقوم باداء حركات بدنيه افضل من بعض زميلاتي					
16	استطيع اداء الحركات البدنيه الصعبه بسهولة					
17	استطيع رمي الشاخص لمسافات					



					بعيدة
					18 استطيع ان اشترك في بعض الانشطة البدنية التي تتطلب مستوى عالي من المهارات الحركية
					19 استطيع اداء المهارات لمدة طويله دون الشعور بالتعب
					20 لديه القدرة على تحرك جسمي بكفاءة في الاتجاهات المختلفة
					21 لديه الثقة في التحرك الجيد في اغلب المواقف
					22 انا غير راضيه عن قدراتي الحركية والمهارية
					23 استطيع حفظ توازني اثناء المشي على خط مستقيم
					24 ليس لدي القدرة على التحرك برشاقة على الايقاعات الموسيقية
					25 استطيع اداء بعض الحركات الرشيقه عندما ارغب في ذلك
					26 يصعب عليه تقدير المسافات بيني وبين زميلاتي عند اداء مهارات الشاخص
					27 استطيع القيام بسترخاء جسمي عندما ارغب في ذلك
					28 استطيع استعمال كل من الذراعين والرجلين في وقت واحد عندما ينطلب الامر ذلك
					29 استطيع الوثب اماما مع الشاخص لمسافة طويلة
					30 يصعب عليه حمل جسمي اثناء المشي من غير تعب