

Arabian Gulf Journal of Humanities and Social Studies

ISSN: 3080-4086

الإصدار الخامس - العدد الخامس عشر || تاريخ الإصدار 2026-06-20



## الانتماء النفسي وعلاقته بالأنشطة المنظمة لقسم النشاطات الطلابية في جامعة ديالى

Psychological Belonging and Its Relationship to the Organized Activities of the Student Activities Department at University of Diyala

أ.م.د. سمير صبري حسن

Sameer Sabri Hasan

جامعة ديالى - قسم النشاطات الطلابية

DOI: <https://doi.org/10.64355/agjhss51522>

مجلة خليج العرب للدراسات الإنسانية والاجتماعية || هذه المقالة مفتوحة المصدر موزعة بموجب شروط وأحكام ترخيص مؤسسة المشاع الإبداعي (CC BY-NC-SA)

Clarivate | ProQuest

Ulrichsweb™



ISSN INTERNATIONAL STANDARD SERIAL NUMBER INTERNATIONAL CENTRE



Google Scholar

معرفة e-Marefa



شبكة المعلومات العربية الشامية Arab Educational Information Network

AskZad

ORCID Connecting Research and Researchers

INTERNATIONAL Scientific Indexing

CC creative commons

### المخلص:

يهدف البحث للتعرف على الانتماء النفسي الرياضي وعلاقته بفعاليات الأنشطة الرياضية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ديالى، من خلال استبانة للانتماء النفسي الرياضي للطلبة من اعداد الباحث والمكونة من ( 46 ) فقرة، ومقياس فعاليات الانشطة الرياضية للباحث (ثائر رشيد حسن) بعنوان (التمكين الشخصي للأنشطة الطلابية لطلبة جامعة المستقبل ( 2025م جامعة ديالى/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والمكون من (48) فقرة، موزعة على اربع مجالات (التمكين الشخصي والمهني، المشاركة الجامعية، التحديات والعقبات، التوصيات والتحسينات)، ويُعد الانتماء النفسي من الركائز الأساسية في تطوير شخصية طالب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، حيث يرتبط ارتباطاً وثيقاً بمشاركته في فعاليات الأنشطة الرياضية، من خلال زيادة التفاعل والالتزام و الاندماج النفسي الاجتماعي وتخفيف الضغوط النفسية و بناء الهوية الرياضية، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بالعلاقة الارتباطية لطبيعة متغيرات البحث، حيث تكونت عينة البحث من ( 400 ) طالب من طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى، ايضا من خلال معالجة البيانات بالحقيبة الإحصائية ( spss ) استنتجت الدراسة الى إن الانتماء النفسي للرياضة هو نتاج ومؤثر في آن واحد؛ فهو يزيد من كفاءة الأداء البدني، وممارسة الأنشطة الرياضية تعزز من توازن الطالب النفسي وتوافقه الاجتماعي. والانتماء النفسي لا ينفصل عن الأنشطة الرياضية؛ فكلما زادت مشاركة طالب التربية الرياضية في الفعاليات، تعزز شعوره بالانتماء، وب دوره، يؤدي هذا الانتماء إلى تحسين الأداء الرياضي والقدرة على التكيف النفسي. لذا، يوصى بضرورة التركيز على برامج الإعداد النفسي إلى جانب الإعداد البدني لتحقيق الانتماء الكامل.

**الكلمات المفتاحية:** الانتماء النفسي، الأنشطة الطلابية .

### Abstract:

The research aims to identify psychological sports belonging and its relationship to the effectiveness of sports activities among students of the Colleges of Physical Education and Sports Sciences at University of Diyala. This was achieved through a questionnaire measuring students' psychological sports belonging prepared by the researcher, consisting of (46) items, in addition to the Sports Activities Effectiveness Scale developed by the researcher Thaer Rashid Hassan entitled "Personal Empowerment of Student Activities for Al-Mustaqbal University Students" (2025), adapted for the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Diyala. The scale consisted of (48) items distributed across four domains: personal and professional empowerment, university participation, challenges and obstacles, and recommendations and improvements.

Psychological belonging is considered one of the fundamental pillars in developing the personality of students in the College of Physical Education and Sports Sciences, as it is closely associated with their participation in sports activities through increasing interaction and commitment, enhancing psychological and social integration, reducing psychological stress, and building sports identity.

The researcher employed the descriptive correlational approach due to the nature of the research variables. The research sample consisted of (400) students from the Colleges of Physical Education and Sports Sciences at the University of Diyala. Data were analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The study concluded that psychological belonging to sports is both an outcome and an influencing factor at the same time, as it enhances physical performance efficiency, while participation in sports activities strengthens students' psychological balance and social adjustment. Furthermore, psychological belonging is inseparable from sports activities; the greater the participation of physical education students in activities and events, the stronger their sense of belonging becomes. In turn, this belonging contributes to improving sports performance and psychological adaptability. Therefore, the study recommends focusing on psychological preparation programs alongside physical preparation in order to achieve complete belonging.

**Keywords:** Psychological Belonging, Student Activities.

## 1. المقدمة واهمية البحث

تعد الحياة الجامعية مرحلة حاسمة في تكوين شخصية الطالب وبناء مهاراته الأكاديمية والاجتماعية، وفي هذا السياق تلعب الأنشطة الطلابية دورًا محوريًا في تمكين الطلاب وتعزيز مشاركتهم في المجتمع الجامعي، وإنَّ الأنشطة الطلابية ليست مجرد ترفيه أو قضاء وقت فراغ بل هي منصة فاعلة لتطوير المهارات القيادية، وتعزيز القدرات التواصلية، وتوفير الفرص لبناء علاقات اجتماعية ومهنية مثينة. في جامعة ديالى يُنظر إلى الأنشطة الطلابية على أنها عنصر أساسي لتطوير الطلبة وتحفيزهم على تحقيق إمكاناتهم الكاملة وعن طريق المشاركة الفعالة في هذه الأنشطة يكتسب الطلبة مهارات حياتية متعددة تشمل القيادة، والتفكير النقدي، والعمل الجماعي، التي لا تقل أهمية عن المعرفة الأكاديمية التي يكتسبونها في قاعات المحاضرات، فضلاً عن ذلك تعزز الأنشطة الطلابية شعور الطلبة بالانتماء إلى مجتمع الجامعة ممَّا يساهم في تحسين تجربتهم الجامعية بشكل عام، حيث لا تقتصر الرياضة في عصرنا الحديث على المهارات البدنية والقدرات الجسدية فحسب، بل أصبحت منظومة متكاملة تتقاطع فيها العوامل الفسيولوجية مع الأبعاد النفسية والاجتماعية. في قلب هذه المنظومة، يبرز الانتماء النفسي الرياضي كعنصر حاسم يحدد مدى ارتباط اللاعب بفريقه، ومدى استعداده للتضحية وبذل الجهد لتحقيق الأهداف المشتركة. إن الانتماء هنا ليس مجرد "عقد" أو "شعار" يرتديه اللاعب، بل هو حالة ذهنية ووجدانية عميقة، تربط الفرد بمنظومته الرياضية، مما يجعله أكثر صلابة في مواجهة الضغوط، وأكثر دافعية لتحقيق الإنجاز، وإن الشعور بالانتماء، وفقاً لمبادئ علم النفس الرياضي، يُعد حاجة نفسية أساسية تعزز من الصحة النفسية للرياضي، وتقويه من العزلة والاحترق النفسي. فعندما يشعر اللاعب بأنه جزء لا يتجزأ من "جماعة" تحترم وجوده وتشاركها القيم ذاتها، يتحول هذا الشعور إلى طاقة إيجابية تدفع نحو التماسك الاجتماعي، وتطور المهارات النفسية، و الانتماء النفسي ركيزة أساسية في بناء شخصية طالب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، حيث يمثل حالة من التوافق النفسي، والقبول الاجتماعي، والارتباط الوجداني بالكلية والأنشطة الرياضية التي يمارسها. وتكمن أهمية البحث في تعزيز الثقة بالنفس والدافعية للشعور بالانتماء يمنح الطالب ثقة أعلى في قدراته البدنية، ويزيد من دافعيته لإنجاز المهام الرياضية الصعبة. ومقاومة الضغوط النفسية من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية، مدعومة بالشعور بالانتماء، تعمل كأداة للتفيس عن الطاقات الزائدة، وتقليل القلق والتوتر، مما يحقق استقراراً نفسياً. ورفع الكفاءة الأكاديمية والمهارية للانتماء والتقليل من التردد والخوف من الفشل أثناء أداء المهارات الرياضية (مثل الجمباز)، مما يحسن من الأداء الفني والخططي للطلاب. وتحقيق التكيف الاجتماعي مما يساعد الانتماء الطالب على تكوين علاقات إيجابية مع زملائه ومدربيه، مما يعزز روح الفريق والعمل الجماعي.

## 1. مشكلة البحث :

ان الاهتمام بالجانب النفسي له الاثر الكبير مع الجوانب الاخرى البدنية والمارية والخطيطة وهذا ان دل على شيء فانه يدل على ان الانتماء النفسي احد الاعمدة التي تركز عليها العملية التدريبية فضلا عن التوافق النفسي وممارسة الانشطة الرياضية التي تساعد الطالب في السيطرة على أفكاره وانفعالاته من خلال فهم العلاقة بين التوافق النفسي وممارسة الانشطة الرياضية التي تلعب العوامل النفسية دورا هاما في حياة الفرد حيث تؤثر على مستوى اداء الطلاب وقدرتهم على تنفيذ الواجبات الفنية الخططية وبما ان مرحلة الجامعية متميزة في حياه الشباب ففيها تتضح الافكار نحو المستقبل لذا فان الاهتمام بمشكلاتهم تعد من الضروريات لإزالة معوقات التنمية والتقدم الحضاري فهي من اكثر المراحل تعرضا للضغوط النفسية والصراعات مما يؤثر في بناء شخصياتهم وحفظ توازنهم فما يتعرض له شبابنا في الوقت الحاضر من صراعات نفسية نتيجة اندفاعهم نحو طموحاتهم من جهة وتعقد الحياة وتزايد الضغوط والتوتر من جهة اخرى يجعل عدم الاستقرار وصعوبة التوافق سببا في قلقهم على مستقبلهم وايماناً من الباحث بأهمية موضوع الانتماء النفسي للطلبة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في تفسير سلوكهم ضرورة مهمة للكشف عن انتمائهم النفسي و دور النشاط الرياضي في خفض المؤثرات الذي يتعرض لها الطالب وبالتالي وصوله الى درجة عالية من التوافق النفسي , ويمكن صياغة المشكلة بالسؤال التالي ما علاقة الانتماء النفسي الرياضي على مزاوله الانشطة الرياضية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى .

## 2. اهداف البحث :

- 1- التعرف على الانتماء النفسي لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى .
- 2- التعرف على العلاقة بين الانتماء النفسي وممارسة الانشطة الرياضية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة .

### 3. مجالات البحث :

- 1- المجال البشري : طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى .
- 2- المجال المكاني : ملاعب جامعة ديالى .
- 3- المجال الزمني : للفترة من 15 / 2 / 2026 ولغاية 10 / 5 / 2026م.

### 4. مصطلحات الدراسة :

- 1- **الانتماء النفسي الرياضي**: هو شعور عميق لدى الرياضي بأنه جزء لا يتجزأ من الفريق أو المؤسسة الرياضية، ويرتبط بتبني قيمها، أهدافها، وأعرافها الجماعية. (اسامة كامل، 1990 )
- 2- **الأنشطة الرياضية الجامعية**: هي مجموعة من الممارسات البدنية، الحركية، والمسابقات التنافسية (الفردية والجماعية) التي تنظمها المؤسسات التعليمية العالية (الجامعات والكليات) لطلابها تهدف هذه الأنشطة إلى تنمية شخصية الطالب من النواحي البدنية، النفسية، المعرفية، والاجتماعية، وتعد جزءاً مكماً للعملية التعليمية والأكاديمية (إبراهيم رزق: 2024)

### 2-الاطار النظري :

#### 1- الانتماء النفسي الرياضي :

تعد المرحلة الجامعية فترة حيوية في تشكيل شخصية الطالب وتطوره النفسي والاجتماعي. في ظل الضغوط الأكاديمية والحياتية، يبرز "الانتماء النفسي الرياضي" كعامل حاسم لتعزيز جودة الحياة الجامعية. لا يقتصر دور الرياضة في الجامعة على الأداء البدني فحسب، بل يمتد ليشمل تشكيل هوية الطالب الرياضية، وتنمية شعوره بالانتماء، وتحقيق الاستقرار النفسي. وإن الانتماء النفسي الرياضي ليس مجرد ممارسة عابرة، بل هو استثمار في صحة الطالب النفسية والعقلية. تعزيز هذا الانتماء لدى طلبة الجامعة يساهم في إعداد جيل يتمتع بالتوازن، والقدرة على مواجهة الضغوط، والتميز في دراسته وحياته الشخصية.

#### 2- مفهوم الانتماء النفسي الرياضي

الانتماء النفسي الرياضي هو الدرجة التي يشعر بها الطالب الجامعي بأنه جزء لا يتجزأ من بيئة رياضية (فريق، نادي جامعي، ممارسة فردية)، ويتمثل في الالتزام العاطفي، والارتباط الذهني، والمشاركة الفعلية في الأنشطة البدنية. هو حالة من الارتباط تزيد من تقدير الذات وتحسن الصورة الذهنية للجسم والشخصية. (راكام عصام فاخوري، 2022)

#### 3- أبعاد الانتماء النفسي الرياضي لدى الطلبة (رفعت السباعي، 2022)

1. الارتباط العاطفي : حب الطالب للرياضة وشعوره بالسعادة والراحة النفسية أثناء الممارسة.
2. المشاركة الاجتماعية : الانتماء لفريق أو مجموعة يساهم في تقوية الشبكات الاجتماعية والدعم المتبادل.
3. الالتزام السلوكي : الانتظام في التمارين الرياضية كجزء من أسلوب الحياة اليومي.
4. الهوية الرياضية : تعريف الطالب لنفسه ك "شخص رياضي" مما يرفع من ثقته بنفسه

#### 4- تأثير الانتماء الرياضي على الصحة النفسية للطلبة (محمد عبد الظاهر الطيب، 1994)

أشارت الدراسات إلى أن الانتماء الرياضي القوي يرتبط بفوائد نفسية مباشرة:

- تخفيف الضغوط النفسية : ممارسة الرياضة تقلل من الاكتئاب، القلق، والعدوانية لدى الطلاب.

- إفراز هرمونات السعادة :تعزز الرياضة إفراز الإندورفينات، مما يحسن المزاج ويخفف التوتر الناتج عن الدراسة.
- تحسين التوافق النفسي :يساعد الانتماء الرياضي في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي داخل الحرم الجامعي.
- تعزيز الثقة بالنفس :تطوير المهارات البدنية يعزز شعور الطالب بالقدرة والكفاءة.

#### 5- الانتماء الرياضي والتميز الأكاديمي

الطلاب الذين لديهم انتماء رياضي يظهرون قدرة أفضل على التركيز وإدارة الوقت. الرياضة ليست مضيعة للوقت، بل هي أداة لتعزيز المهارات العقلية مثل (الاسترخاء، التصور العقلي، وتركيز الانتباه)، مما ينعكس إيجابياً على الأداء الأكاديمي.

#### 6- كيفية تعزيز الانتماء النفسي الرياضي في الجامعات (محمد حسن علاوي: 2002 )

- توفير بنية تحتية رياضية :تشجيع الجامعة للأنشطة الرياضية وتوفير الملاعب والأدوات.
- دعم الفرق الجامعية :خلق بيئة تشجع على الانضمام للفرق الرياضية وتوفير الدعم الاجتماعي والنفسي.
- برامج التوعية :إبراز أهمية علم النفس الرياضي وفوائد النشاط البدني عبر ندوات وورش عمل.

#### 7- الأنشطة الطلابية الرياضية الجامعية :

النشاطات الرياضية هي عبارة عن مجموعة من الفعاليات والأنشطة التي تُقدّم للطالبات بهدف تعزيز جوانب مختلفة من حياتهم الجامعية. تشمل هذه الخدمة مجموعة واسعة من الأنشطة الرياضية مثل الرياضات الجماعية والفردية، وكذلك الأنشطة الثقافية مثل ورش العمل، المحاضرات، العروض الفنية، والفعاليات الاجتماعية. تهدف هذه النشاطات إلى تشجيع الطالبات على المشاركة والانخراط في أوقات فراغهم بشكل إيجابي، وتعزيز مهاراتهم الاجتماعية والقيادية، وتطوير لياقتهم البدنية. كما توفر هذه الأنشطة فرصة للطالبات للاجتماع بأشخاص جدد، تبادل الخبرات، واكتساب ذكريات جميلة خلال فترة دراستهم في الكلية.

والأنشطة الرياضية تعد من أهم الأنشطة التي تمارس داخل الجامعة وتهدف إلى تطوير الجوانب الصحية والجسمية، فالجامعة تهدف من خلال الأنشطة الرياضية إلى تطوير الجوانب العقلية والبدنية والمهارات الحركية والانتماء إلى الجماعة، فضلاً عن الاستمتاع بالأنشطة البدنية والترفيهية واستثمار أوقات الفراغ بالشكل الأمثل واكتساب صفات القيادة وتحمل المسؤولية وإتاحة الفرص أمام الطالبات المتميزات منهن من أجل إبراز تميزهن الرياضي. (رياض معوض، 1982)

وللأنشطة الرياضية أهداف عدة يمكن تحقيقها عند مزاوله الطالبة لها ومن هذه الأهداف هي: (نور الدين:1998)

- 1- تطوير المهارات الأساسية مثل المشي والركض والقفز وغيرها.
  - 2-إكساب الطالبات العادات الصحية والشخصية السليمة مثل النظافة الشخصية والمحافظة على القوام والتخلص من التشوهات والسمنة.
  - 3-إكساب الطالبة روح التعاون وتحمل المسؤولية والروح القيادية وزيادة ثققتها بنفسها.
  - 4-رعاية الموهوبات أو المتفوقات رياضياً والعمل على تطوير مواهبهن.
  - 5-تطوير سمات وحالات الطالبة النفسية ومنها الشعور بالأمن النفسي لتحقيق النمو الشامل المتزن.
- ومن أمثلة الأنشطة الرياضية التي يمكن للطالبة أن تمارسها داخل الجامعة هي:-
- 1-الألعاب الجماعية مثل الكرة الطائرة وكرة السلة وكرة اليد وخماسي كرة القدم.
  - 2-فرق الألعاب الفردية مثل ألعاب القوى، والتنس الأرضي والمبارزة وبرامج اللياقة.
  - 3-المهرجانات والمخيمات الكشفية الداخلية والخارجية.

## 8- أنواع النشاطات الرياضية

### النشاطات الرياضية:

الرياضات الجماعية: تشمل كرة القدم، كرة السلة، كرة الطائرة وغيرها، حيث يمكن للطلاب المشاركة في فرق الكلية والمنافسة مع طلاب من جميع الأقسام.

الرياضات الفردية: مثل التنس، الجري، رياضات المغامرة مثل التسلق وركوب الدراجات.

الفعاليات الصحية: ورش اللياقة البدنية والتغذية، وجلسات اليوغا والبيلاتس.

### النشاطات الثقافية:

الندوات والمحاضرات: تُقام محاضرات عن مواضيع متنوعة مثل الثقافة، العلوم، الأدب والتاريخ.

العروض الفنية والمعارض: فرصة للطلاب لعرض مواهبهم في الموسيقى، الغناء، الرقص، وكذلك الفرصة لعرض أعمالهم الفنية في معارض الفنون.

الورش الإبداعية: مثل ورش الكتابة، الرسم، التصوير الفوتوغرافي، وتطوير مهارات الابتكار.

العروض المسرحية: فرصة للمشاركة في إنتاجات مسرحية وتجسيد شخصيات مختلفة.

### الفعاليات الاجتماعية:

الحفلات والاحتفالات: تشمل الحفلات الموسيقية، الحفلات الراقصة، والاحتفالات بالأعياد والمناسبات الخاصة.

الأنشطة التطوعية: فرصة للمساهمة في المجتمع من خلال أعمال تطوعية مثل حملات التوعية والخدمات الاجتماعية.

## 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

**3-1 منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة مشكلة البحث إذ أن المنهج الوصفي هو "التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع، والاتجاهات والميول والرغبات والتطور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية". (وجيه محبوب: 2002)

**3-2 عينة البحث:** اختار الباحث عينة البحث من مجتمع البحث المتمثل طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وطلبة كلية التربية الأساسية قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة، للعام الدراسي (2025-2026) والبالغ عددهم (1270) طالب، إذ أن المجتمع يعني "جميع عناصر ومفردات المشكلة أو الظاهرة قيد الدراسة" (ربحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم: 2000)، وقد بلغت عينة البحث (400) طالب، وكما هو مبين في الجدول (1).

## الجدول (1)

### توزيع أفراد عينة البحث

ت	الكليات	مجتمع البحث	مجتمع العينة	الاستطلاعية	النسبة المئوية
1-	التربية البدنية وعلوم الرياضة	650	200	20	30.76%
2-	التربية الأساسية/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة	620	200		32.25%

### 3-3 الأدوات والوسائل المستعملة في البحث:

- المصادر العربية والأجنبية.
- الاستبانة.
- المقابلة.
- القياس والاختبار.
- استمارات جمع البيانات.

### 4-3 تحديد متغيرات البحث:

1- **مقياس الأنشطة الرياضية الجامعية** :- استعمل الباحث مقياس الأنشطة الرياضية الجامعية الذي يهدف إلى التعرف على مقدار ممارسة الأنشطة الجامعية لدى عينة البحث والذي أعده (ثائر رشيد حسن) بدراسته التمكين الشخصي للأنشطة الطلابية لطلبة جامعة المستقبل ، وقد عرض الباحث المقياس على السادة الخبراء والمختصين، إذ تمت الموافقة على جميع الفقرات المكون من ( 48 ) فقرة، وتتكون بدائل الإجابة على هذه الفقرات على خمسة بدائل هي ( دائما , غالبا , احيانا , نادرا , ابدا ).

**استبانة الانتماء النفسي** :- اعد الباحث استبانة مكونة من ( 46 ) فقرة خاصة بالانتماء النفسي الرياضي لطلبة الجامعة الذي تهدف إلى التعرف لدرجة توجهات او انتماءات عينة البحث نحو ممارسة الأنشطة الرياضية , ومكونة من 4 مجالات هي ( تقدير الذات , الدعم والقبول , التفاعل والتماسك , المشاركة في الأنشطة الطلابية ), وتكون الإجابة على هذه الفقرات على ثلاث بدائل اجابة هي ( دائما , نوعا ما , ابدا ) وتم عرضها على الخبراء الاختصاص وتمت الموافقة عليها بشكل كلي .

3-5 **التجربة الاستطلاعية**: هي عبارة عن "تدريب عملي للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله في أثناء إجرائه للاختبارات لتفاديها(المندلاوي: 1998) ، وعلى هذا الأساس تم إجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 4 / 3 / 2026 الموافق ليوم الاربعاء في القاعات الدراسية للكليات والملاعب قيد البحث في جامعة ديالى على عينة من طلاب جامعة ديالى والبالغ عددهم (24) طالب ، وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على.

1- الوقت المستغرق بتسليم واستلام استمارات المقياسين.

2- مدى استجابة عينة البحث لمحتويات استمارات المقياس والاستبانة.

3- الصعوبة التي تواجه الباحث في أثناء تنفيذ التجربة الرئيسة.

4- كفاءة فريق العمل المساعد.

### 4-5 الأسس العلمية للمقياس والاستبانة :-

#### 1- صدق المقياس والاستبانة:

يعد الصدق من الشروط والأسس العلمية للاختبار الجيد، إذ أن الصدق يعني " أن الاختبار يقيس ما وضع لأجل قياسه ولا يقيس شيئاً آخر". ، وقد تم التحقق من صدق المقياسين من خلال إيجاد الصدق الظاهري وذلك من خلال عرض المقياسين على مجموعة من الأساتذة المختصين في مجالات علم النفس الرياضي والعلوم التربوية والنفسية الذين اتفقوا بنسبة (100%) على فقرات المقياس والاستبانة قيد البحث.

#### 2- ثبات المقياس والاستبانة :

إن الثبات هو الذي يعطي نتائج متقاربة أو النتائج نفسها إذ طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة. ، ولغرض معرفة درجة ثبات المقياس والاستبانة قام الباحث بتطبيقها على عينة التجربة الاستطلاعية من خلال توزيع المقياس والاستبانة على أفراد عينة التجربة الاستطلاعية والبالغة (24) طالب،

ومن خلال معرفة مدى درجة ثبات المقياس والاستبانة ، تم تطبيق معادلة معامل الارتباط (بيرسون) بين التطبيق الأول الذي اجري بتاريخ 4 / 3 / 2026/ والتطبيق الثاني الذي اجري بتاريخ 11 / 4 / 2026 وذلك بعد توزيع المقياسين مرة ثانية أي بعد مرور سبعة أيام وبظروف التطبيق الأول نفسها تم الحصول على درجة ثبات البالغة (0.887) للاستبانة الانتماء النفسي الرياضي و (0.869) لمقياس ممارسة الأنشطة الرياضية، وان ارتفاع هذه الأرقام تؤكد على مدى ثبات المقياس والاستبانة على أفراد عينة التجربة الاستطلاعية.

### 3- الموضوعية:

تشير إلى أن الاختبار لا يتأثر بالعوامل الذاتية للمحكّمين القائمين على ذلك الاختبار. ، وتعد احد عوامل الأسس العلمية في مجال البحوث العلمية، ويتضمن عدم تدخل العوامل الشخصية والتحيز في وضع الاختبارات أو الفقرات المعنية في البحث، ومن اجل معرفة موضوعية المقياس والاستبانة المعنيين في بحثنا هذا، تم توزيع المقياس والاستبانة على أفراد عينة التجربة الاستطلاعية وبعد مناقشة فقرات المقياس والاستبانة معهن حول مدى فهمهن لمحتويات الفقرات تبين إن جميع الفقرات المعنية في المقياس والاستبانة واضحة ومفهومة لدى أفراد العينة الاستطلاعية، وبذلك تبين مدى الموضوعية حول عدم تحيز أو إدخال العوامل الشخصية من أفراد العينة الاستطلاعية، حول مدى صعوبة أو سهولة فهمهن للفقرات، وبعد التطبيق على العينة الاستطلاعية جاء معامل اتفاق محكمين بمقدار (0.84) لاستبانة الانتماء النفسي و(0.78) لمقياس ممارسة الأنشطة الرياضية مما يدل على ان المقياس والاستبانة , يتمتعان بمعامل موضوعية عالية ومقبولة

### 3-7 التجربة الرئيسية:-

بعد إعداد أداتي البحث بشكل نهائي وبعد تحديد العينة الأصلية والبالغ مجموعها ( 400 ) طالب ، طبق المقياس والاستبانة بصيغتهما النهائية، وقد وزعت الاستمارات الخاصة بالمقياس والاستبانة بأسلوب الاتصال المباشر، إذ أجري التطبيق من الباحث وفريق العمل المساعد وقد قام الباحث بشرح أهداف البحث لأفراد العينة مع التأكيد على ضرورة الإجابة عن جميع الفقرات في المقياسين بصدق، وقد استغرق وقت الإجابة على المقياسين بين (25-30) دقيقة.

### 3-8 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية ( spss ) لمعالجة البيانات .

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1- عرض ومناقشة الهدف الاول " التعرف على الانتماء النفسي الرياضي لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى " بعد تحليل استجابات الطلبة لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى في ضوء البدائل لفقرات الاستبانة للانتماء النفسي الرياضي تبين ان المتوسط الحسابي (190.82) وبانحراف معياري (17.76) درجة وعند مقارنتها بالمتوسط الفرضي البالغ (120) درجة باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة اتضح ان قيمة التائية المحسوبة (9.128) اكبر من القيمة التائية الجدولية (2.000) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي وهذه النتيجة تشير الى ان طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة ديالى لهم مستوى مرتفع من الانتماء النفسي الرياضي تجاه تنفيذ الأنشطة الرياضية وبذلك تحقق هدف البحث الاول كما مبين في الجدول ادناه .

الجدول رقم (1) بين نتائج الاختبار التائي للفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمستوى الانتماء النفسي الرياضي لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة .

العينة	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية	مستوى الدلالة
400	الانتماء النفسي الرياضي	190.82	17.76	120	المحسوبة	0.05
					الجدولية	
					9.128	2000

2- عرض ومناقشة الهدف الثاني (التعرف على العلاقة بين الانتماء النفسي وممارسة الأنشطة الرياضية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعة ديالى ، تم حساب معامل الارتباط بين متغيرات البحث باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين درجات عينة البحث في ممارسة الفعاليات للأنشطة الرياضية والبدنية و الانتماء النفسي الرياضي وقد اظهرت النتائج ان قيمة معامل الارتباط المحسوبة هي (0.399) عند مستوى دلالة (2000) وبدرجة حرية (100) وهي اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية (0.305) وتشير هذه النتيجة الى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين متغيرات البحث لدى طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى وبذلك تتحقق الهدف الثاني كما في الجدول ادناه .

جدول رقم (2) يبين العلاقة بين الانتماء النفسي وممارسة فعاليات الأنشطة الرياضية والبدنية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة .

المتغيرات	معامل الارتباط المحسوبة	معامل الارتباط الجدولية	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
الانتماء النفسي الرياضي * ممارسة الأنشطة الرياضية والبدنية	0.399	0.305	0.05	دال معنوي

حيث تسهم المشاركة في الأنشطة الرياضية الجامعية في تعزيز شعور الأفراد بالانتماء إلى الرياضة الجامعية (G.J. Jones et al. (2020))، وهو أحد أقوى المؤشرات على الصحة النفسية، لا سيما في مرحلة المراهقة/المرحلة الثانوية (S.J. Howard et al. ، 2018). يُعرّف الانتماء الرياضي الجامعي بأنه شعور الطالب بالقبول والتقدير والاندماج والتشجيع من قبل الآخرين في البيئة الدراسية (1993 M.H. Guddal et al.). ووفقاً لنظرية تقرير المصير (ريان وديسي، 2000)، يستطيع الأفراد التطور والعمل بفعالية والتمتع بالصحة النفسية عندما تُلبى احتياجاتهم من الاستقلالية والكفاءة والتواصل، مع التركيز بشكل أساسي على مصادر التحفيز الداخلية. يحتاج الأفراد إلى الشعور بأن أفعالهم وأهدافهم تتبع من ذواتهم (الاستقلالية). كما يحتاجون إلى الشعور بقدرتهم على أداء مهمة معينة واكتساب شعور بالإتقان والفعالية في أنشطتهم (الكفاءة). وأخيراً، يحتاجون إلى الشعور بالانتماء والتواصل مع الآخرين (التواصل). يفترض نموذج تقرير المصير أن العوامل البيئية والشخصية التي تلبى هذه الاحتياجات تساعد في الحفاظ على الذات والارتقاء بها، في حين أن تلك التي تتداخل مع إشباع عناصر الحاجة أو تمنعه تعزز سوء الصحة والصراع والضيق. (Kasser & Ryan, 1999). حيث تتناول نظرية تقرير المصير كيفية تفاعل الموارد الداخلية للطلاب مع البيئة الرياضية لتعزيز شعورهم بالانتماء إلى الجامعة ويميل المراهقون إلى إيلاء أهمية أكبر لعلاقاتهم مع أعضاء المدرسة مقارنةً بأفراد أسرهم، ويتوقفون إلى الشعور بالانتماء إلى المدرسة (R. Jewett et al. ، 2020). يمكن لبرامج الرياضة أن توفر بيئة مثالية لتنمية هذا الشعور. ففي هذه البيئة، لا يكتسب الطلاب مهارات جديدة فحسب، بل يقضون أيضاً وقتاً مع المدربين والأصدقاء، ويتنافسون مع طلاب أو مدارس أخرى، مما يتيح لهم النمو في بيئة داعمة. ويمكن لمستويات الدعم الاجتماعي العالية والشعور بالانتماء للمجتمع، الذي يتشكل مع زملاء الفريق أو زملاء الدراسة والمدربين أو المعلمين، أن يعزز أنظمة الدعم الذاتي لدى الطلاب من خلال تقوية دافعيتهم الذاتية وثقتهم واهتمامهم وحيويتهم وعلى الرغم من أن هذه الاحتياجات الثلاثة تُعتبر أساسية للرفاهية، إلا أنها غالباً ما تكون مترابطة (L.A. Babiss et al. ، 2021). على سبيل المثال، يتفاعل المدربون مع رياضيتهم بطريقة داعمة للاستقلالية من خلال توفير فرص للاختيار ضمن قواعد وحدود محددة، والسماح لهم بالمبادرة (مثل اختيار دورهم أو مركزهم في المباراة ووضع أهداف شخصية)، وتقديم تغذية راجعة مناسبة وهادفة مع تقليل السلوكيات المسيطرة ومنع التورط الأناني حيث يُسهم هذا التعزيز الإيجابي لجهودهم وإنجازاتهم في تعزيز شعورهم بالكفاءة. ولكن، يبدو أن تأثير دعم المدرب للاستقلالية على النتائج الإيجابية يتأثر بالعلاقة بين المدرب والرياضي، لذلك، فإن الطبيعة الاجتماعية للرياضة الجامعية من شأنها أن تُعظم جودة تجارب الطلاب في بناء علاقات مُرضية للطرفين، قائمة على الشعور بالتقارب والدعم والثقة. بعبارة أخرى، تُلبى المشاركة في الرياضة المدرسية حاجة الطلاب النفسية الأساسية للانتماء، مما يُعزز شعورهم بالانتماء إلى المجتمع .

## 5-الاستنتاجات والتوصيات :

### 1- الاستنتاجات :

1. وجود علاقة وثيقة وإيجابية بين الانتماء النفسي (الشعور بالانتماء للجامعة/الفريق) وممارسة الأنشطة الرياضية الجامعية.

2. ان ممارسة الأنشطة الرياضية بانتظام، وخاصة الجماعية منها، بتحسين الصحة النفسية لدى طلاب الجامعات، مما يساهم في تقليل مستويات التوتر والقلق والاكتئاب.
3. الشعور بالانتماء (نحو الفريق أو الجامعة) يعمل كمحفز أساسي يدفع الطلاب للمشاركة الفعالة في الأنشطة الرياضية.
4. تساعد الرياضة الطلاب على التكيف مع ضغوط الدراسة والحياة الجامعية، وتحقق التوافق النفسي، مما يرفع من جودة حياتهم النفسية.
5. ان المشاركة في الأنشطة الرياضية تعزز ثقة الطالب بنفسه وقدرته على تحمل المسؤولية ومواجهة التحديات الأكاديمية.
6. لانتماء لفريق رياضي يوفر بيئة داعمة عاطفياً واجتماعياً، مما يقلل من الشعور بالعزلة ويعزز الولاء للمؤسسة التعليمية.
7. يؤدي الانتماء النفسي من خلال الرياضة إلى تنمية مهارات القيادة والعمل الجماعي، مما يساهم في بناء شخصية متوازنة قادرة على النجاح الأكاديمي.

## 2- التوصيات :

- 1- تنظيم دوريات ومسابقات رياضية مستمرة، فردية وجماعية، لتلبية احتياجات الطلاب المختلفة وتعزيز شعورهم بالانتماء للمؤسسة التعليمية.
- 2- تطوير المنشآت الرياضية داخل الجامعات وإتاحتها لجميع الطلاب، وليس فقط لطلاب كلية التربية الرياضية، لتحسين التوافق النفسي العام.
- 3- خلق بيئة آمنة ومشجعة لممارسة الطلبة للأنشطة الرياضية، والتغلب على قيود الثقافة المجتمعية التي قد تؤدي إلى عزوفهم .
- 4- تقديم أنشطة تروحية بجانب التنافسية لتقليل التوتر النفسي وتحسين المزاج العام للطلاب.
- 5- تشجيع الأنشطة الجماعية لتعزيز التواصل بين الطلاب، مما يزيد من الشعور بالأمان النفسي والرضا عن الذات.
- 6- عقد ندوات وورش عمل تبرز دور الرياضة في تعزيز الصحة النفسية والمرونة الذهنية.

## المصادر :

- إبراهيم رزق؛ الأنشطة الطلابية في الجامعة، مركز أبحاث رقمي سعودي 2024/12/2 ,  
<https://www.kfu.edu.sa/ar/Deans/AhsaaStudent/Pages/ddosafs5.aspx>
- اسامة كامل راتب (1990): دوافع التفوق في النشاط الرياضي , دار الفكر العربي , القاهرة , صر.
- راكام عصام فاخوري(2022).؛ ورشة عمل قيادة المشاريع المجتمعية: (الأردن، الإقليم الكشفي العربي/ملتقى أخصائي نشاط الجواله بالكليات والجامعات العربية.
- ربحي مصطفى عليان وعثمان محمد غنيم. مناهج وأساليب البحث العلمي والنظرية والتطبيق، ط1، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، 2000، ص137.
- رفعت السباعي؛ (2022): ورشة عمل خصائص الراشدين: (الأردن، الإقليم الكشفي العربي/ملتقى أخصائي نشاط الجواله بالكليات والجامعات العربية.
- رياض معوض (وآخرون). اتجاهات جديدة في الإدارة المدرسية، ط4، القاهرة: مكتبة الانجلو، 1982، ص72.
- محمد حسن علاوي (2002): علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية , دار الفكر العربي , ب. ط, مصر .
- محمد عبد الظاهر الطيب (1994) : مبادئ الصحة النفسية , دار المعارف الجامعية , ب, ط, مصر .
- المندلأوي: الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، مطابع التعليم العالي، 1989، ص157.

نور الدين حسن. اثر برنامج صيفي على تنمية قدرات التفكير الأبتكاري وتكوين اتجاهات ايجابية لدى الطلبة المشاركين، قطر: جامعة قطر، مجلة البحوث التربوية، العدد (14)، 1998، ص10.  
وجيه محجوب: البحث العلمي ومناهجه، بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002، ص267.

G.J. Jones et al. (2020) [Is "school sport" associated with school belongingness? Testing the influence of school sport policy](#) Sport Management Review.

S.J. Howard et al (2018) , Early self-regulation, early self-regulatory change, and their longitudinal relations to adolescents' academic, health, and mental well-being outcomes Journal of Developmental and Behavioral Pediatric.

Classroom belonging among early adolescent students: Relationships to motivation and achievement Journal of Early Adolescence(1993) , M.H. Guddal et al.

V.G. Kasser et al.The relation of psychological needs for autonomy and relatedness to vitality, well-being, and mortality in a nursing homeJournal of Applied Social Psychology (1999)

Coach–autonomy support and youth sport team efficacy mediated by coach–athlete relationship Social Behavior and Personality: An International Journal (2020) R Jewett et al.

L.A. Babiss et al , School belongingness, well-being, and mental health among adolescents: Exploring the role of loneliness ,Australian Journal of Psychology(2021).