دورحصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبةالمقبلين على التخرج

The role of the physical education and sports class in alleviating the anxiety of the future for students coming to graduate

عصام لعياضي[1]

Issam layadi[1]

[1] جامعة محمد الشريف مساعدية، سوق أهراس (الجزائر)، i.layadi@univ-soukahras.dz

تاريخ الاستلام: 2021/04/19 تاريخ القبول: 2021/06/17 تاريخ النشر: 2021/06/28

ملخص:

هدفت الدراسة إلى معرفة دور التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل للطلبة المقبلين على التخرج، وتم استخدام المنهج الوصفي على عينة البحث من 35 طالبا من جامعة سوق أهراس بطريقة عمدية،حيث تم استخدام الاستبيان.

وأهم النتائج المتوصل إليها من الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لحصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج لمتغير كل من الجنس،السن والتحصيل الدراسي.

كلمات مفتاحية: التربية البدنية والرياضية ؛ قلق المستقبل ؛ التعليم العالي ؛ الجامعة ؛ الطلبة الجامعين المقبلين على التخرج.

Abstract:

The study aimed to know the role of physical and sports education in alleviating the future anxiety of students coming to graduation, and the descriptive curriculum was used on the research sample of 35 students from Souk Ahras University in a deliberate manner, where the questionnaire was used, and the most important results: there are no statistically significant differences for the share of physical and sports education in alleviating the future anxiety of students coming to graduate to change both gender, age and educational achievement.

Keywords: Physical and sports education; Future Anxiety; Higher Education; University; University Students Coming to Graduation.

المؤلف المرسل:عصام لعياضي ، الإيميل: i.layadi@univ-soukahras.dz

I- مقدمة

حصة التربية البدنية والرياضية عبارة عن مجموعة من الأنشطة البدنية التي يحاول من خلالها الفرد كسب المهارات الحركية ومحو كل أشكال العدوانية والأفكار السلبية التي تصيب الفرد فتجعله يعيش في عالم آخر، وقد أصبحت في عصرنا هذا عبارة على أساس النمو المتكامل والسليم للفرد بجعله أداة فعالة في محيطه ومجتمعه، ولأجل ذلك أضحت بأهدافها وبرامجها من أهم العوامل والعناصر الأس-اسية التي تبنى عليها المجتمعات الراقية والمتطورة، إلا أننا نجد الكثير من الناس يفهمون التربية البدنية والرياضية فهما خاطئا على أنها مجرد تمرينات والبعض الآخر يراها مسابقات ومنافسات والأسوأ من ذلك أننا نجد من يراها مضيعة للوقت، وبات من واجب الباحثين توضيح المفهوم الدقيق لها وإبراز الفوائد التي تقدمها للفرد من جميع جوانبه، وهذا ما دفعنا للتطرق في هذه الدراسة إلى مظهر من المظاهر النفسية التي تشكل فجوة في نفسية الفرد ألا وهو قلق المستقبل.

ويعتبر قلق المستقبل من المواضيع الحديثة التي شغلت الباحثين والمفكرين، كون أن الطالب في المرحلة الأخيرة من الجامعة (التخرج) تنتابه أفكار تعصف على ذهنه وفكره حول مستقبله بعد اتمام المشوار الجامعي وما هي فرصة توظيفه؟ وماذا يخبئ الغد؟ وقد تحدث حامد زهران (1977)عن هذا الموضوع حيث رأى أن التفكير الناشئ عن قلق المستقبل يعد من العوامل التي تتشكل من الدوافع القوية للتوتر والتعب العصبي الذي يسبب للفرد اضطرابات نفسية وحالة من انعدام الأمن النفسي الداخلي،فالطالب عندما يشعر بعدم وضوح أو عدم تحديد المستقبل الدهني فإنه يستشعر إحباطا وقلقا على ذاته وعلى مستقبله ووجوده بعد سنوات الدراسة (بكار، 2013،ص13).

وهذا الارتفاع في قلق المستقبل يرجع إلى صعوبة انضمام الطلبة الجامعين إلى القوى العاملة في السنوات الأخيرة مما يجعل الطلبة في حالة من القلق حول مستقبلهم المهني،ويتكون القلق من جانبين هما الجانب المعرفي والجانب الدافعي، فالجانب المعرفي يتمثل في المعتقدات والمعلومات والأحكام عن إمكانات الطالب وتوقعات أدائه في المستقبل أما الجانب الدافعي فيتمثل في تحديد صعوبة الموقف وكمية الجهد المبذول له ومدى المثابرة عليه وهذا ما يعرف بكفاءة الذات (ملوكة، 2018،ص6).

وتعتبر الدراسات السابقة مهمة في البحوث العلمية،لكونها توجه الباحث حيث قمنا في دراستنا بمجموعة من الدراسات كانت أهمها: دراسة وفاء محمد احميدان القاضي 2009 تحت عنوان قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة،رسالة ماجستير بالجامعة الإسلامية-غزة،حيث هدفت الدراسة للتعرف على قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة وتأثير بعض المتغيرات (الجنس،الحالة الاجتماعية،وجود الأبناء،مكان البتر،سبب البتر ومدة الاصابة)،وقد تم استخدام الاستبيان كأداة للدراسة على عينة

عشوائية متكونة من 250 فردا من حالات البتر،أما المنهج المستخدم فقد اشتمل على المنهج الوصفي،وأهم النتائج المتوصل إليها: وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل وصورة الجسم لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة.-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة تعزى لمتغير الجنس (ذكر-أنثى)،كما بينت دراسة بكار سارة 2013 تحت عنوان" أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني-دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة تلمسان،مذكرة ماجستير بجامعة تلمسان،حيث هدفت الدراسة للتعرف على أنماط التفكير (السلبي والايجابي)لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني،وقد تم استخدام الاستبيان كأداة للدرسة على عينة قصدية متكونة من 220 طالبا،وقد تم الاعتماد في الدراسة على المنهج الوصفي،وأهم النتائج المتوصل إليها مايلي:وجود علاقة ارتباطية بين أنماط التفكير وقلق المستقبل المهني لدى طلبة الجامعة.-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يخص قلق المستقبل المهني باختلاف الجنس-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة علم النفس وطلبة الهندسة المعمارية فيما يخص قلق المستقبل المهني،أما دراسة فضيلة عرفات محمد العبساوي2007 والتي كانت تحت عنوان قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي،مقال بمجلة التربية والعلم-جامعة الموصل ،حيث هدفت الدراسة للتعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية ومتغيري الجنس (طلاب وطالبات) والتخصص الدراسي (علمي وانساني)،وقد تم استخدام الاستبيان كأداة للدراسة على عينة عشوائية متكونة من 578 طالبا وطالبة،وأهم النتائج المتوصل إليها: وجود فروق ذات دلالة إحصائيا بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري لمقياس قلق المستقبل.-وجود علاقة ارتباطية دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير الجنس ولصالح الإناث.-لاتوجد علاقة ارتباطية دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير لتخصص الدراسي،في حين قامت رميسة بولعسل2014 بدراسة تحت عنوان" قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج (دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب السنة الثالثة ليسانس وسنة ثانية ماستر)مذكرة تخرج ماستر بجامعة أم البواقي،حيث هدفت الدراسة للتعرف على طبيعة العلاقة بين قلق المستقبل والتوافق النفسي لدى الطلبة الجامعيين المقبلين على التخرج-معرفة درجة الفروق بين الذكور والاناث لكل من قلق المستقبل والتوافق النفسي،وقد تم استخدام الاستبيان كأداة للدراسة على عينة عشوائية متكونة من 100 طالبا وطالبة سنة ثالثة ليسانس وسنة ثانية ماستر،والمنهج المستخدم للدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي،وأهم النتائج المتوصل إليها: وجود علاقة ارتباطية سالبة (عكسية) بين قلق المستقبل والتوافق النفسي.-وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث للطلبة الجامعيين المقبلين على التخرج لصالح الذكور،وقد أكدت دراسة ماهر موسى مصطفى الشرافي2013 تحت عنوان" الانهاك النفسي وعلاقته بكل من قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى العاملين في الأنفاق ،رسالة ماجستير بالجامعة الإسلامية-غزة،وهدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة

بين الانهاك النفسي وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى العاملين في الأنفاق،وقد تم استخدام الاستبيان كأداة للدراسة على عينة عشوائية منتظمة متكونة من 373 من العاملين في الأنفاق التجارية على الحدود المصرية الفلسطينية،أما المنهج المستخدم للدراسة فقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي،وأهم لنتائج المتوصل إليها : توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الانهاك النفسي وقلق المستقبل لدى العاملين في الأنفاق.-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تعزى (لطبيعة العمل،المستوى التعليمي ،الحالة الاجتماعية ،مستوى الدخل).

فاتفقت الدراسة الحالية مع باقي الدراسات السابقة في أداة الدراسة والمتمثل في الاستبيان كذلك الأمر نفسه بالنسبة للمنهج المستخدم (المنهج الوصفي) فقد اتفقت مع دراسة كل من وفاء محمد القاضي2009،بكار سارة2013،فضية عرفات 2007،ماهر موسى 2013،كما اتفقت مع دراسة بكار سارة 2013 في اختيار العينة القصدية.

واختلفت دراستنا مع دراسة رميسة بولعسل 2014 من حيث المنهج المستخدم، كما اختلفت مع دراسة كل من وفاء محمد القاضي2009،فضيلة عرفات2007،ماهر موسى 2013،رميسة بولعسل 2014 من حيث كيفية اختيار العينة .

ومن هذا المنطلق تحددت إشكالية البحث فيما يلي:

هل لحصة التربية البدنية والرياضية دور إيجابي في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج؟

ويتفرع من التساؤل العام التساؤلات الجزئية:

- هل توجد فروق دلالية إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير السن؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير التحصيل الدراسي؟

أما فرضيات البحث فلقد تجسدت في الفرضية العامة والتي مفادها أن لحصة التربية البدنية والرياضية دور إيجابي في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج.

وبالنسبة للفرضيات الجزئية فهي مايلي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير السن.

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير التحصيل الدراسي.

إن الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة دور التربية البدنية والرياضية في التخفيف قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج ، من خلال النقاط التالية:

- التعرف على دور التربية البدنية والرياضية في التخفيف قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج.

- التعرف على ان كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس.

- التعرف على ان كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير السن.

- التعرف على ان كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير التحصيل الدراسي.

II - طرائق و أدوات الدراسة

1. المنهج: تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي الذي يوضح الظاهرة موضع الدراسة ويحللها بهدف معرفة نقاط القوة والضعف.

2.عينة البحث ومجتمعه: يتكون مجتمع الدراسة من طلبة السنة ثالثة ليسانس بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية لجامعة سوق أهراس،والبالغ عددهم 99 طالبا حسب معلومات مدير المعهد،حيث تم اختيار 47 طالبا لتخصصي الإدارة والتسيير رياضي والنشاط البدني المدرسي،حيث تم اختيار العينة بطريقة عمدية.

3.تحديد المتغيرات وكيفية قياسها:

أ.المتغير المستقل: هو الذي يؤثر في العلاقة القائمة بين المتغيرين ولا يتأثر بها، وفي هذا البحث "حصة التربية البدنية والرياضية.

ب.المتغير التابع: هو الذي يتأثر بالعلاقة القائمة بين المتغيرين ولا يؤثر فيها، وفي هذا البحث هو قلق المستقبل.

الشكل رقم1: يوضح متغيرات الدراسة.

المصدر: إعداد المؤلف

4.أدوات البحث:

اعتمد الباحث على الاستبيان بعد القيام بالدراسة الاستطلاعية، حيث رأى بأنه الأداة الأكثر ملائمة في هذه الدراسة.

وبعد الاطلاع على استبيانات عديدة لدراسات سابقة والاقتباس من بعضها.

وقد تكون الاستبيان في النهاية من ثلاث أقسام:

القسم الأول: ويعبر عن البيانات والمعلومات الشخصية لعينة البحث والتي اشتملت على (03) عناصر تمثلت في: الجنس، التحصيل العلمي، السن"

القسم الثاني: قلق المستقبل:

وتكون من (15) عبارة

- ❖ درجات الاستبيان:

يشمل الاستبيان على 05 درجات:

الإجابة	بدرجة قليلة جدا	بدرجة قليلة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة كبيرة جدا
الدرجات	1	2	3	4	5

5.الخصائص السيكومترية للأداة:

1.5.صدق الأداة:

أ.الصدق الظاهري:

قام الباحث بعرض أداة البحث(الاستبيان) في صورتها الأولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة في مجالات البحث العلمي ومن المؤهلين في مجال موضوع الدراسة للحكم عليها.

ب.صدق الاتساق الداخلي:

بعد التاكد من الصدق الظاهري لأداة الدراسة،تم استخدام معامل بيرسون للتاكد من صدق البنائي و الاتساق الداخلي و تحديد مدى التجانس الداخلي لها،و الجدول رقم (01) يوضح ذلك.

جدول رقم1:الاتساق الداخلي بين عبارات محورقلق المستقبل و درجة الكلية المتحصل عليها في هذا المحور.

الرقم	محتوى العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	يجعلني التفكير في المستقبل متشائما	0.517	0.00
02	يخيفني التغير الذي يطرأ على العالم	0.502	0.00
03	تقلقني التغيرات السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل	0.394	0.00
04	اشعر بعدم الامان بالنسبة لحياتي المستقبلية	0.630	0.00
05	يصيبني القلق على ما سيحدث لي مستقبلا	0.660	0.00
06	يشغلني التفكير بخصوص حياتي في المستقبل	0.639	0.00
07	يقلقني التفكير في المستقبل	0.440	0.00
08	يجعلني التفكير في حياتي المستقبلية مضطرب	0.516	0.00
09	تراودني فكرة موت شخص عزيز لي	0.469	0.00
10	تنتابني وساوس بأنني سأموت قريبا	0.418	0.00
11	تشغلني مشكلة الزيادة المستمرة في الأسعار	0.693	0.00
12	يقلقني ما يطرأ على القيم من تغيرات	0.673	0.00
13	أخشى دائما من زيادة موجة العنف و الإرهاب	0.603	0.00
14	أشعر بأن المستقبل سيمثل لي مشكلة	0.569	0.00
15	أشعر بالطمأنينة و الهدوء بالنسبة لحياتي المستقبلية	0.558	0.00

المصدر:إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss الإصدار 22

جدول رقم (1)معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات محور قلق المستقبل و الدرجة الكلية لفقراته،حيث تتراوح معاملات الارتباط بين(0.394-0.693) و تعتبر دلالة عند مستوى دلالة (0.01-0.05) و بذلك تعتبر فقرات المحور صادقة لما وضعت لقياسه.

1.5.ثبات الأداة

بعد عرض الاستبيان على مجموعة من الأساتذة المحكمين، قام الباحث بقياس ثباته باستعمال معامل كرونباخ ألفا.

أ.طريقة ألفا كرونباخ (cronbach's alpha coefficient)

استخدم الباحث طريقة ألفا كرونباخ لقياس ثبات الاستبيان،حيث تحصل على قيمة معامل ألفا كرونباخ لكل محور من محاور الاستبيان،وللاستبيان ككل، والجدول رقم (01) يوضح ذلك:

جدول رقم 2:يوضح نتائج اختبار ألفا كرونباخ

محاورالاستبيان	عدد الفقرات	كرونباخ α
قلق المستقبل	15	0.835

المصدر:إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss الإصدار 22

يتضح من خلال النتائج الموضحة في الجدول أن قيمة معامل ألفا كرونباخ كانت مرتفعة لكل محور، حيث تراوحت 0.835 وهو معامل ثبات مرتفع، وعليه يكون الاستبيان قبلا للتوزيع، كما يكون الباحث قد تأكد من صدق وثبات أداة الدراسة مما يجعله على ثقة تامة بصحة النتائج.

6. التجربة الرئيسية:

قمنا بدراسة وصفية تحليلة لدور حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج على مجموعة من طلبة السنة ثالثة ليسانس من خلال استخدام مقياس قلق المستقبل ولقد استهلنا دراستنا كما يلي:

المجال المكاني: تمت هذه الدراسة على مستوى معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة سوق أهراس،والبالغ عددهم47 طالبا.

المجال الزمني: تم الشروع في هذا البحث بداية شهر جانفي، أما الاستبيان بدأ تحضيره في شهر فيفري، وتم توزيع الاستبيان في الفترة الممتدة ما بين* 2020/02/24 *إلى * 2020/03/12 * ،فيما تم تحليل وفرز النتائج من *2020/03/15 إلى 2020/04/05 .

6. الأدوات الإحصائية: استعمل الباحث البرنامج الإحصائي spss (الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الإصدار 22) .

III- النتائج

1. الإجابة على التساؤل الأول:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $\alpha \leq 0.05$ حول حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام (t-test) من أجل معرفة الفروق تبعا لمتغير الجنس والجدول (03) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات قلق المستقبل لدى استجابات أفراد العينة وقيمة (t) ومستوى دلالتها تبعا لمتغير "الجنس" عند درجة حرية 45.

جدول رقم03: يبين نتائج اختبار(t) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد العينة حول قلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس.

محاور الاستبيان	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t-test	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
محور قلق المستقبل	ذكر	38	51.47	9.71	-0.640	0.94	غير دال
	أنثى	09	49.11	10.95			

المصدر: إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss الإصدار 22

يتضح من الجدول السابق أن قيم الدلالة لمحور قلق المستقبل أكبر من 0.05 أي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير "الجنس" .

كما أن المتوسط الحسابي للذكور51.47 وبانحراف معياري9.71 وهو أكبر من الإناث الذي بلغ المتوسط الحسابي عندهن49.11 وانحراف معياري 10.95،وبلغت قيمة t-test 0.640،أما قيمة الدلالة 0.94،وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير "الجنس" .

2. الإجابة على التساؤل الثاني :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05≤ α حول حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل تعزى لمتغير السن؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام (t-test) من أجل معرفة الفروق تبعا لمتغير السن والجدول (04) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات قلق المستقبل لدى استجابات أفراد العينة وقيمة (t) ومستوى دلالتها تبعا لمتغير "السن" عند درجة حرية 45.

جدول رقم 04:يبين نتائج اختبار(t) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد العينة حول قلق المستقبل تبعا لمتغير السن.

محاورالاستبيان	السن	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t-test	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
محور قلق المستقبل	أقل من 20 سنة	05	53.20	12.21	0.517	0.308	غير دال
	أكثر من 20 سنة	42	50.76	9.72			

المصدر:إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss الإصدار 22

يتضح من الجدول السابق أن قيم الدلالة لمحور قلق المستقبل أكبر من 0.05 أي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير "السن" .

كما أن المتوسط الحسابي للطلبة أقل من 20 سنة بنسبة 53.20 وبانحراف معياري12.21وهو أكبر من الطلبة أكبر من 20 الذي بلغ المتوسط الحسابي عندهم50.76 وانحراف معياري 9.72،وبلغت قيمة t-test 0.517،أما قيمة الدلالة 0.308،وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير "السن" .

3. الإجابة على التساؤل الثالث :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05≤ α حول حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل تعزى لمتغير التحصيل الدراسي؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام (t-test) من أجل معرفة الفروق تبعا لمتغير التحصيل الدراسي، والجدول (05) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات درجات قلق المستقبل لدى استجابات أفراد العينة وقيمة (t) ومستوى دلالتها تبعا لمتغير " التحصيل الدراسي" عند درجة حرية 45.

جدول05رقم: يبين نتائج اختبار (t) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لاستجابة أفراد العينة حول قلق المستقبل تبعا لمتغير التحصيل الدراسي.

محاورالاستبيان	السن	العد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
محور قلق المستقبل	متفوق	25	52.36	10.78	-0.989	0.143	غير دال
	غير متفوق	22	49.50	8.74			

المصدر:إعداد الباحث بالاعتماد على مخرجات spss الإصدار 22

يتضح من الجدول السابق أن قيم الدلالة لمحور قلق المستقبل أكبر من 0.05 أي أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير" التحصيل الدراسي "

كما أن المتوسط الحسابي للطلبة المتفوقين بنسبة 52.36 وبانحراف معياري10.78 وهو أكبر من الطلبة الغير المتفوقين الذي بلغ المتوسط الحسابي عندهم49.50 وانحراف معياري 8.74،وبلغت قيمة t-test 0.989-،أما قيمة الدلالة 0.143، وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل تعزى لمتغير " التحصيل الدراسي " .

IV – المناقشة

- بالنسبة للفرضية الأولى: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير الجنس .

تشير نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول دور التربية البدنية في التخفيف من من قلق المستقبل لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس، وهذا ما يتفق مع **دراسة احميدان2009** والتي توصلت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في قلق المستقبل تعزى لمتغير الجنس (ذكر أنثى) لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة.

وقد اتفقت كذلك مع **دراسة بكار 2013** والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية فيما يخص قلق المستقبل المهني باختلاف الجنس، كما اختلف مع دراسة **عرفات 2007** والتي توصلت إلى ظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه دالة بين متغير قلق المستقبل ومتغير الجنس ولصالح الإناث،كما تختلف كذلك مع **دراسة بولعسل 2014** والتي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث الطلبة الجامعين المقبلين على التخرج لصالح الذكور ،ويري الباحث أن فكرة قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج هي بالنسبة للذكور أكثر من الإناث لأن عاتق الحياة مرتبط بالرجل أكثر من المرأة باعتباره مسئولا.

وهذا ما يبين صدق فرضيتنا "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير "الجنس".

- بالنسبة للفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير السن.

تشير نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير السن، وهذا ما يتفق مع **دراسة مصطفى2013** والذي يرى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول قلق المستقبل لمتغير العمر عند مستوى دلالة 0.05،ويؤكد الباحث أن قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج عند أقل من 20 سنة أكثر، حيث يسعى الشاب في ريعان شبابه إلى التفكير بعيدا حول مستقبله حين ينظر إلى من يفوقونه سنا بدون مستقبل.

وهذا ما يؤكد صحة فرضيتنا" عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير "السن".

- بالنسبة للفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير التحصيل الدراسي.

تشير نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لاستجابات أفراد العينة حول دور التربية البدنية في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير التحصيل الدراسي، ويرى الباحث أن قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج عند المتفوقين أكبر،حيث يرى الطالب المثابر والذي بذل أقصى مجهود للوصول إلى المراتب العلى أن مصيره مجهول بعد تخرجه خصوصا عندما يجد طلبة نجباء تخرجوا من قبل ولم يقبل توظيفهم،هذا ما يجعل من قلق المستقبل يزيد في نفسية الطلبة وهو التخوف من مصير مجهول.

وهذا ما يؤكد صدق فرضيتنا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير "التحصيل الدراسي".

V–خاتمة

من خلال ما تم عرضه في البحث يتضح أن لحصة التربية البدنية والرياضية دور في التخفيف من قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج، حيث أنها تعمل على تطهير الفكر من الرواسب السلبية وبناء اتجاهات وتصورات والنظرة الواقعية للحياة، وقد تناولنا في هذه الدراسة إشكالية البحث وتساؤلاته كما قمنا بصياغة الفرضيات والأهداف والتطرق إلى الدراسات السابقة والتعقيب عليها، لنتطرق في الجانب النظري إلى تعاريف تخص قلق المستقبل وحصة التربية البدنية والرياضية وتعريف الجامعة والطالب الجامعي، لنتناول في الشق الثاني من الدراسة طرائق وأدوات الدراسة ثم عرض ومناقشة

النتائج، وقد تم التوصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير "الجنس"،كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير "السن"وكذلك بالنسبة للتحصيل الدراسي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) حول قلق المستقبل لدى الطلبة المقبلين على التخرج تعزى لمتغير "التحصيل الدراسي"

وأهم الاقتراحات التي يوصي بها الباحث تتمثل في زيادة الدراسات حول قلق المستقبل في المجال الرياضي،كما يجب القيام بأيام دراسية ودورات حول هذا المفهوم داخل الوسط الجامعي،وزيادة الاهتمام بوضع الإجراءات الكفيلة من أجل تخفيف قلق المستقبل لدى الطلبة،والعمل كذلك على الرقي بالأنشطة الرياضية وجعلها مفتاحا لمختلف العلاجات النفسية الحديثة.

VI– قائمة المراجع:

1. خولي،امين أنور،والشافعي،جمال الدين،(2001)،مناهج التربية المعاصرة،ط3،دار الفكر العربي ،مصر.
2. عريفج،سلطي،(2001)،الجامعة والبحث العلمي،ط1،دار الفكر العربي للطباعة و النشر و التوزيع، عمان .
3. فليح،حسن خلف،(2007)،اقتصاديات التعليم وتخطيطه،عالم الكتب الحديث للنشر والتوزيع، الأردن.
4. الحسيني،عاطف سعد،(2011)،قلق المستقبل والعلاج بالمعني،ط1،دارالفكر العربي.
5. الخطيب،محمد جواد محمد،(2001)،المشكلات السلوكية عند الأطفال،كلية التربية،جامعةالأزهر ،غزة،فلسطين.
6. احميدان،القاضي وفاء محمد،(2009)،قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة،رسالةماجستير،(رسالة منشورة)،كليةالتربية،الجامعة الإسلامية بغزة،فلسطين؛
7. ملوكة،صفية،(2018)،أثر توقع الكفاءة الذاتية على قلق المستقبل المهني لدى الطالب الجامعي المقبل على التخرج-دراسة ميدانية بجامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة،مذكرة الماستر الاكاديمي في شعبة علوم التربية، تخصص إرشاد وتوجيه،قسم العلوم الاجتماعية،جامعة الجيلالي بونعامة خميس مليانة ،الجزائر؛
8. بولعسل،رميسة،(2014)،قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج-دراسة ميدانية لدى عينة من طلاب السنة الثالثة ليسانس وسنة ثانية ماستر،مذكرة الماستر في علم النفس العيادي،قسم العلوم الاجتماعية،جامعة العربي بن مهيدي-أم البواقي،الجزائر؛

9. بكار،سارة،(2013)،أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني-دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة تلمسان-مذكرة تخرج ماجستير،تخصص انتقاء وتوجيه،كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ،جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان،الجزائر؛

10.الشرافي،ماهر موسى مصطفى،(2013)،الانهاك النفسي وعلاقته بكل من قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى العاملين في الأنفاق،رسالة ماجستير في الصحة النفسية،قسم علم النفس،كليةالتربية ،الجامعة الإسلامية،غزة،فلسطين؛

11.فراج،محمود أنور،وحنفي،محمود هويدة،(2006)،قلق المستقبل ومستوى الطموح وحب الاستطلاع لدى طلبة كلية التربية من ذوي المستويات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية المختلفة،مجلة كلية التربية بالإسكندرية،مجلد 16،العدد 2،ص60-154؛

12.السبعاوي،فضيلة عرفات محمد،(2008)،قلق المستقبل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالجنس والتخصص الدراسي،مجلة التربية والعلم،كليةالتربية،جامعةالموصل،المجلد 15،العدد2،2008،ص 250-277؛

13.Zaleski, z ,(1996),Future AnxietyConceptmMeasurement and PreliminaryResearchmm", journal of personality and Individual Differencesm,21(2).

14.Klien, K,(1999),The relationship between inter personal meaning systems and future orientation , vol 61,N (1).

15.Housman, A, E,(1998),"Fear and worry, The problems of life. http:// www.Soon. Org.uk/ problems/ worry.htm.

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA :

عصام لعياضي (2021)، **دور حصة التربية البدنية والرياضية في التخفيف من قلق المستقبل للطلبة المقبلين على التخرج، المجلة الدولية للدراسات والأبحاث في علوم الرياضة والتدريب**، المجلد 02(العدد01)، الجزائر: جامعة حسيبة بن بوعلي، الشلف، الجزائر، ص 08-20.