



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان
علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: التدريب الرياضي النخبوي.

تحت عنوان:

دوافع الطلاب نحو ممارسة الرياضة الجامعية

- دراسة ميدانية أجريت حول رياضة كرة الطائرة في الأحياء الجامعية بالبويرة -

- إشراف الأستاذ:

ميصوبي رضوان

- إعداد الطالبة:

عباس شمرزاد

السنة الجامعية: 2015-2016

كلمة شكر

نشكر الله سبحانه وتعالى على فضله وتوفيقه لنا، والقائل في محكم
تنزيل

{ { لئن شكرتم لأزيدنكم } }

(الآية 07 - سورة إبراهيم)

ووقوفا عند قوله عليه الصلاة والسلام:

{ { من لم يشكر الناس لم يشكر الله } }

(جميع مسلم)

أتقدم بالشكر الخالص للأستاذ المشرف على هذه المذكرة الأستاذ "ميهوبي
رضوان" الذي لم ينخل عليا بنصائحه وتوجيهاته القيمة في البحث، كما أشكره
على جديته أثناء عمله معي فكان نعم المشرف .

كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأساتذة كل من يونسى محمد، زاوي عبد
السلام، حاج احمد مراد، لاوسين سليمان، رامى عزالدين برجم رضوان،
بعوش خالد، لبوخ توفيق.

كما أتقدم بالشكر إلى كل من ساهم من قريب أو من بعيد في إخراج هذا
العمل المتواضع .

وفي الأخير نحمد الله جلا وعلا الذي أعاننا في إنهاء هذا العمل.

إهداء

أحمد الله عز و جل الذي أضاء طريقي و وجداني ليطمئن قلبي و
الصلاة والسلام على المصطفى خير الأنام.

إلى من قال الله في حفظها ﴿.....وَخَفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ
وَقُلْ رَبِّ ارْحَمُهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا.....﴾. الآية 24 سورة الإسراء

إلى أمي العزيزة حفظها الله.

إلى ذكرى أبي رحمة الله عليه.

إلى أخي الغالي رشيد.

إلى أحمد، عز الدين، نصيرة، نادية، غانية، نوال، ذهبية و لودميلى.

إلى أحبتي أسامة، الاس، أمين، آية، رياض، سرين، ملاك، لينيا .

إلى كل أعمامي مسعود ومخلوف وزوجاتهم وأبنائهم، وأخوالي وخالاتي

وأبنائهم، الى كل عائلة عباس.

إلى كل من أوسليمانى حميش، موساوي عبد القادر، وصدىقاتي حنان

خوخة، نسرين، نسيم، عفاف.

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان	رقم الجدول
22	يمثل التدرج الزمني لابرز وقائع ممارسة المرأة للرياضة عبر التاريخ	01
59	يمثل توزيع عينة البحث	02
65	يمثل المتوسطات الحسابية لمظاهر الدافعية الداخلية للطالبات	03
66	يمثل توزيع مستويات توزيع الدافعية الداخلية للمعرفة لدى الطالبات	04
67	يمثل توزيع مستويات الدافعية الداخلية للإنجاز لدى الطالبات	05
68	يمثل توزيع مستويات الدافعية الداخلية للإثارة لدى الطالبات	06
69	يمثل المتوسطات الحسابية لمظاهر الدافعية الخارجية للطالبات	07
70	يمثل توزيع مستويات الدافعية الخارجية بالتعديل المحدد لدى الطالبات	08
71	يمثل توزيع مستويات الدافعية الخارجية بالتعديل الاندماجي لدى الطالبات	09
72	يمثل توزيع مستويات الدافعية الخارجية بالتعديل الخارجي لدى الطالبات	10
73	يمثل المتوسط الحسابي لمظهر اللادافعية لدى الطالبات	11
74	يمثل توزيع مستويات اللادافعية لدى الطالبات	12
76	يمثل مقابلة ومناقشة النتائج بالفرضية العامة	13

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان	رقم الشكل
65	التمثيل البياني لمظاهر الدافعية الداخلية لدى الطالبات	01
70	التمثيل البياني لمظاهر الدافعية الخارجية لدى الطالبات	02
73	التمثيل البياني لمظهر اللادافعية لدى الطالبات	03

ملخص البحث

دوافع الطالبات نحو ممارسة الرياضة الجامعية

إعداد: عباس شهرزاد

إشراف الأستاذ: ميهوبي رضوان

استهدفت هذه الدراسة دوافع الطالبات نحو ممارسة الرياضة الجامعية من خلال التعرف على الدوافع المحددة ذاتيا لعناصر العينة.

شملت عينة البحث على 46 طالبة جامعية ممارسة لنشاط كرة الطائرة داخل الأحياء الجامعية بولاية البويرة، واعتمدنا على المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي من خلال استعمال سلم الدافعية في الرياضة.

استخدمنا برنامج.... في حساب المتوسط الحسابي، النسب المئوية، ألفا كرومباخ، وكذلك قمنا بحساب مؤشر التحديد الذاتي.

توصلنا في النتائج إلى أن دافعية الطالبات داخلية وخارجية مما يدل على انه لديهن دافعية محددة ذاتيا، بالنظر إلى نتائج سلم الدافعية التي جاءت قريبة جدا من الدافعية الخارجية مما يدل على أن مؤشرات الدافعية خارجية أم داخلية فوق سلم الدافعية المحددة ذاتيا متوسطة الى قريبة من قيم التحديد الذاتي هذا ما بينته نتائج اللادافعية التي جاءت ضعيفة.

الكلمات الدالة: الدافعية، الممارسة النسوية، الرياضة الجامعية.

تعد الجامعات إحدى الركائز الأساسية في تقدم وتطور المجتمعات باعتبارها مؤسسات تعليمية وتربوية تحوي شريحة مهمة من المجتمع، ألا وهي الطلبة، فمن خلالهم يكمن هذا التطور والرفق بالمجتمع علمياً ومعرفياً وفي كافة مجالات الحياة، وذلك بممارستهم للعديد من الأنشطة الذهنية والبدنية.

يعد النشاط الرياضي الجامعي عاملاً مهماً في تكوين العلاقات الاجتماعية وتطورها ما بين الطلبة، لما ينتج عنها من لقاءات تنافسية ضمن منهاج منظم يعكس دوافع واتجاهات الطلبة الذكور منهم والإناث، فالرياضة هي وسيلة تربوية وأخلاقية من الدرجة الأولى، تحمل في مضمونها إيجابيات عديدة لتطوير القدرات الحياتية والصحية وللإناث الحق في الاستفادة من هذه الإيجابيات بنفس قدر الذكور، ويجب منحهن فرصاً متساوية لهم.

فممارسة المرأة للرياضة يعكس مكانتها في المجتمع، حيث تؤكد النرويجية كاري فاستينج في دراستها أن الرياضة حق أصيل للفتاة، وأن لها تأثيراً قوياً على تكوين الشخصية القيادية عند المرأة وتعلمها احترام القواعد والعمل الجماعي، فضلاً عن ذلك تحافظ على لياقتها البدنية وتجعلها أكثر سعادة وأفضل من الناحية المزاجية، وكشفت أن ممارسة المرأة للرياضة تسهم في تحقيق المساواة بين الرجل والمرأة، في أهم الجوانب الإنسانية، وأنه لا يجب على المرأة وهي تدافع عن حقها في المساواة أن تتخلى عن أحد أركان المعادلة.

يعتبر الإنسان الكائن الوحيد الذي بإمكانه معرفة ما يدفعه إلى القيام بتصرف ما، كما يعتبر أيضاً موضوع الدافع من أكثر موضوعات علم النفس إثارة للاهتمام، فمن المهم معرفة دوافع ممارسة الأفراد للنشاط الرياضي حيث تلعب الدافعية دوراً هاماً في ميدان التعلم والنشاط الرياضي، فالهدف الأسمى من الممارسة الرياضية هو العناية باللياقة البدنية، وتطويرها والوصول بها إلى أعلى المستويات، ولتحقق ذلك يجب معرفة الأسباب الحقيقية المؤدية إلى ممارسة الأفراد للنشاطات البدنية والرياضية وخاصة الفئة النسوية والتي تقابلها العديد من العقبات في طريقها للممارسة الرياضية وذلك للنظرة السلبية لمجتمعاتنا نحو هذا الموضوع.

وفي هذا الصدد كان اختيارنا لموضوع بحثنا الذي يتناول دوافع الطالبات نحو ممارسة الرياضة الجامعية، والذي جاء تساؤل أشكاله حول التحديد الذاتي لدافعية ممارسة الطالبات للرياضة الجامعية.

وقمنا بتحديد مصطلحات البحث، وأهميته، وأهداف دراسته، وأسباب دراستنا له، وهذا فيما يخص المدخل العام.

كما تناولنا في الجانب النظري فصلين، الأول يضم الخلفية النظرية للبحث، وتطرقنا من خلاله إلى أربعة محاور جاءت على النحو التالي:

- محور حول الدافعية تناولنا فيه كل من تعاريف وتصنيفات الدافعية وكذا تصنيفاتها ومختلف النظريات المفسرة لها.

- محور حول الممارسة النسوية تطرقنا فيه إلى لمحة تاريخية عن الممارسة النسوية وكذا أسباب إقبال المرأة إلى النشاط البدني الرياضي.

- محور حول الرياضة الجامعية قمنا فيه بتفصيل قوانينه ودورها في تكوين شخصية طلبة الجامعة.

-محور حول الكرة الطائرة تناولنا تعريفها وقوانينها والصفات البدنية المميزة لها، وكذا لمحة تاريخية عن تطوراتها.

أما الفصل الثاني فقد تناولنا فيه الدراسات المرتبطة بالبحث.

وعن الجانب التطبيقي قسمناه إلى فصلين، الفصل الأول ويشمل المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية فبيننا الطرق الإحصائية المستخدمة، مجتمع البحث، مجالاته، وكذا طريقة التحليل الإحصائي، كما يشمل الفصل الثاني عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تحصل عليها الباحث من نتائج مقياس سلم الدافعية في الرياضة وتلخيص نتائجها.

الإشكالية:

الرياضة ليست نشاطا حديثا أو مستجدا وإنما هي ضاربة بجذورها في أعماق تاريخ الحياة البشرية. يمارسها الإنسان منذ الولادة في شكل نشاطات بدنية ، فالحبي ثم المشي وبعد ذلك الركض كل هذه الممارسات تعد أبجديات النشاط البدني الطبيعي، القفز و الرمي و التسلق تعتبر بوابة الممارسة الرياضية التنافسية. بالإضافة إلى أنها العامل الأول وراء المحافظة على الرشاقة والجمال والحيوية، ناهيك عن كونها أضحت من شواهد رقي الشعوب وتقدم الأمم التي تستند في التنمية والتطوير على الأسس العلمية والثوابت المدروسة.

إن الرياضة في بعدها الثقافي تتأثر بمعايير ومبادئ البنية الاجتماعية لكل إقليم أو منطقة أو مجال جغرافي معين. هي جزء لا يتجزأ من ثقافات المجتمعات. فبالرغم من تمثيل النساء و البنات لأكثر من نصف سكان العالم إلا أن نسبة مشاركتهن في الممارسة الرياضية تختلف من بلد لآخر و الأكيد هو أن هذه النسبة تبقى اقل من نسبة مشاركة الرجال (19. N°10 dossier de CNIDS).

ولا شك أن موضوع المرأة يستحق مساحة اكبر من الاهتمام كلما ازداد الوعي العام باتجاهات التنمية الشاملة التي تبدأ من الأسرة والمحيط الاجتماعي وتنتهي بالنواحي الثقافية والرياضية والاقتصادية والسياسية إذ لا ينبغي إهمال دورها في التنمية المختلفة وذلك لأنها تمثل نصف المجتمع وأكثره تأثيرا في البنية الاجتماعية عموما. فافتحاح المرأة لميادين يقال عنها أنها ذكورية يعتبر دليلا قاطعا للرغبة في البحث عن تحقيق ذاتها في كل المجالات، مهما كانت اعتباراتها المجنسة. فتعتبر ممارسة النشاطات البدنية الرياضية النسوية في الأوساط الجامعية على سبيل المثال عاملا مهما في إعداد الطالبة الجامعية من الجوانب النفسية و الاجتماعية و البدنية، فهي تساعدها في التخلص من ضغوطات الدراسة و رفع معنوياتها و تحسين مزاجها من خلال الحركة ومن خلال الاحتكاك بالطالبات الأخريات في رياضات جماعية تسودها روح اللهو و التنافس كرياضة الكرة الطائرة، التي تعرف إقبالا نسويا معتبرا إلى جانب رياضات أخرى.

و تختلف حوافز ممارسة الرياضة من طالبة لأخرى باختلاف نوع و مستوى والدوافع لديها. فالرغبة في الحركة من أجل الإثارة النفسية تختلف عن الرغبة في اكتشاف القوانين، و تختلف كذلك دافعية الإنجاز عن دافعية المعرفة، كما تختلف كذلك الدوافع الداخلية عن الدوافع الخارجية. إذ يعتبر العديد من الباحثين مفهوم الدافعية مفهوم افتراضي مستعمل لوصف القوى الداخلية أو الخارجية التي تنتج الانطلاق، الاتجاه، والشدة والإصرار في السلوك (Vallerand.R.J, 2001,p18). فيمكن اعتبار الدافعية معقدة لان السلوك الإنساني محدد بالتفاعل الدائم بين عوامل عديدة، الشيء الذي يعطي لها الطابع الديناميكي. فتركز أغلبية النظريات الحديثة على نوعين من المتغيرات: المحيط الاجتماعي والمعارف (الإدراك) الفردية، الشيء الذي أعطى لها صفة المقاربة الاجتماعية المعرفية، وأن تساهم في توجيه دافعية الفرد وهذا بالإضافة إلى مختلف الإدراكات المترابطة ذات البعد النفسي العميق، فتعد نظرية الدافعية المحددة ذاتيا دليل على قدرة الإنسان على التحكم في ميولاته وتحكمه الذاتي في نفسه و قدرته على الوصول على إتمام أعماله (Déci et rayan, 1985). مما يدعم فكرة التحكم الواعي في التوجه نحو رياضة معينة و فهم

الدافع الحقيقي لهذا الاختيار، مما جعلنا نتساءل عن حقيقة دوافع الطالبات لممارسة الرياضة في الوسط الجامعي بالنظر إلى الظروف الاجتماعية و النفسية المرافقة لها في مسارها الدراسي ، ف جاء تساؤلنا كالاتي:

هل تمارس الطالبات الجامعيات الرياضة الجامعية بدافعية محددة ذاتيا؟

*التساؤلات الجزئية:

- هل للطالبات دوافع داخلية نحو ممارسة الرياضة الجامعية؟.
- هل للطالبات دوافع خارجية نحو ممارسة الرياضة الجامعية؟.
- هل تمارس الطالبات الرياضة الجامعية بدون دافع؟.

*الفرضيات:

- الفرضية العامة:

دوافع الطالبات نحو ممارسة الرياضة الجامعية هي دوافع محددة ذاتيا.

- الفرضيات الجزئية:

- للطالبات دوافع داخلية نحو ممارسة الرياضة الجامعية.
 - للطالبات دوافع خارجية نحو ممارسة الرياضة الجامعية.
 - من الطالبات من تمارس الرياضة الجامعية بدون دافعية محددة ذاتيا.
- *أسباب اختيار الموضوع: ترجع الأسباب والبواعث التي دفعتنا إلى اختيار هذا الموضوع:

- الفضول العلمي.
- ندرة الدراسات على موضوع الدافعية المحددة ذاتيا على مستوى المعهد.
- صلاحية المشكلة للدراسة النظر إلى موضوع الدراسة.
- الإضافة إلى الدراسات القليلة التي كانت في موضوع المرأة والرياضة.
- تقديم توضيح عن دوافع ممارسة الإناث للنشاطات الرياضية في الأوساط المختلفة.
- الرغبة في إرشاد الطالبات إلى حل بسيط غير مكلف يخدم انشغالاتها (بحل مشكلتها) ويساعد على تماسك أسر المجتمع.

- إيماننا بالدور المهم والفعال الذي يمكن أن تلعبه الطالبة الجزائرية في دفع العملية التربوية والممارسة الرياضية إلى الأحسن، وذلك من خلال النشاط البدني الرياضي الجامعي، والدفع بالرياضة الجامعية في جامعة البويرة وجميع جامعات الوطن.

*أهمية الدراسة:

- يهدف هذا البحث قبل كل شيء إلى وصف ظاهرة اجتماعية تتمثل في الرياضة النسوية وإبراز واقعها في الجزائر.
- البحث حول الدوافع في الرياضة وبصفة خاصة البحث حول نوع الدافعية التي تؤثر على الممارسة والإصرار في الممارسة الرياضية.
- تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الموضوع الذي تبحثه، وفي ضوء التأثير الفعال للممارسة الرياضية على اللياقة الصحية البدنية للإناث وهذا نظرا لدور النشاط البدني الرياضي في تحقيق النمو الشامل والمتزن لجميع النواحي البدنية، العقلية، النفسية والاجتماعية.

*أهداف الدراسة: الأهداف التي نرجو تحقيقها من خلال هذه الدراسة:

- توعية للإناث بفوائد الممارسة الرياضية على لياقتها الصحية البدنية.
- غرس ثقافة الممارسة الرياضية للمرأة في وسط المجتمع.
- اقتراح الممارسة الرياضية كحل بسيط وغير مكلف للانعكاسات السلبية للحياة اليومية.
- إبراز دوافع الإناث لممارسة النشاط البدني الرياضي.

*تحديد المفاهيم:

➤ *مفهوم الدافعية : لقد حضى موضوع الدافعية باهتمام عدد من علماء النفس ، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر :

تعريف صالح محمد على أبو جادة الذي يرى أن الدافعية هي المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة وبمتغيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى. (صالح محمد علي أبو جادو، ب س، ص 22).

ونجد الدافع عند مصطفى عشوي " أنه حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة " .مصطفى عشوي : " (ديوان المطبوعات الجامعية ، 1990 ، ص 83) .ويرى Thomas " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف.

(Raymond Thomas 1991 p 32)

ويرى أحمد أمين فوزي " الدافع هو حالة توترية داخلية ناتجة عن حاجة نفسية أو فسيولوجية تجعل الفرد في حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك و توجهه وتستمر به إلى هدف معين حتى يزول هذا التوتر ويستعيد الفرد توازنه النفسي و الفسيولوجي " (أحمد أمين فوزي ، المرجع السابق ، ص 81) .

أما عند اليكسون " الدافعية مجرد الرغبة في النجاح أو أنه النشاط الذي يقوم به الفرد ويتوقع أن يتم بصورة ممتازة ". (رومي جميل ، 1986 ، ص 50)

من كل هذا يظهر أن تعريف الدافع قد تتعدد وتتنوع ومهما كان هذا الاختلاف إلا أنها تبقى المحرك لسلوك الإنسان الجسم في حالة نشاط .

إجرائيا: هي الأسباب التي تدفع بالشخص نحو فعل شيء ما لتحقيق هدف معين.

➤ الممارسة:

الممارسة لغة: مارس الشيء مراسا، وممارسة: عالج وزاوله، يقال : مارس الأمور والأعمال ، تمرس الشيء: احتك به وتدرّب عليه.(المعجم الوسيط،ص 470)

طريقة تحقيق شيء ما وأدائه نقول يتميز بحس تطبيقي في البيداغوجيا، أي له تجربة في هذا المجال ، هناك فرق كبير بين النظري والتطبيقي ، الممارسة تنمي القدرة على القيام بردة فعل في نفس النسق.(larousse.p1478)

اصطلاحا: تعني تكرار النشاط لتوجيه معزز .

إجرائيا: هي أداء الشخص لنشاط معين

➤ كرة الطائرة:

اصطلاحا: لعبة جماعية وبسيطة تتكون من فريقين بستة لاعبين لكل منهما، ملعبها عبارة عن مربعين ضلع كل منهما 9 أمتار وتفصل بينهما شبكة ارتفاعها 2.43 متر للرجال، و 2.24 متر للنساء وهدف هذه اللعبة جعل الكرة تسقط في ملعب الفريق الخصم بطريقة لا تمكنه من إعادتها فوق الشبكة لكسب الفريق نقطته عندما يفشل الفريق المنافس في إعادة الكرة. (أكرم زكي خطابية،2002، ص 20)

إجرائيا: هي من أكثر الرياضات الشعبية يلعب فيها فريقان تفصل بينهما شبكة عالية، على الفريق ضرب الكرة فوق الشبكة لمنطقة الخصم ، تحسب نقطة للفريق حينما تضرب الكرة أرضية الخصم أو إذا تم ارتكاب خطأ أو اخفق في صد الكرة أو إرجاعها بشكل صحيح.

➤ النشاط البدني الرياضي:

اصطلاحاً: ميدان من ميادين التربية عموماً والتربية البدنية خصوصاً، ويعد عنصر فعال في إعداد الفرد من خلال تزويده بمهارات وخبرات حركية تؤدي إلى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الايجابية لخدمة الفرد نفسه ومن خلال المجتمع. (قاسم حسن حسين، 1990، ص 65)

إجرائياً: مجموعة تمارين بدنية والمباريات والمسابقات التي يؤديها الطالب خلال الحصة التدريبية او خارجها بقصد تنمية قدراته البدنية وتحسين مهاراته الحركية بقصد التسلية والترفيه.

➤ الجامعة:

اصطلاحاً: هي مصدر أساسي للخبرة والمحور الذي يدور حوله النشاط الثقافي في الأدب والعلوم والفنون، فمهما كانت أساليب التكوين وأدواته فان المهمة الأولى للجامعة ينبغي ان تكون دائماً هي التوصيل الخلاق للمعرفة الأساسية غي مجالاتها النظرية والتطبيقية ، وتهيئة الظروف الموضوعية لتنمية الخبرة الوطنية التي لا يمكن بدونها أن يحقق المجتمع أي تنمية حقيقية في الميادين الأخرى. (عفر العياشي، 1998، ص12)

إجرائياً: هي تلك الأوساط التي تساهم في نشر المعارف وتطوير المهارات المعرفية والحركية.

➤ الطالب الجامعي:

اصطلاحاً: يعد التعليم الجامعي استثمار بشريا يعود بالنفع على الطلاب، فهم بمثابة حجر الأساس بالنهوض بالتنمية الشاملة ، والنظام التعليمي الجامعي الناجح هو النظام الذي يحقق اكبر عدد من الخريجين وبأفضل المواصفات وبأقل كلفة، لذا يعرف الطالب الجامعي حسب بشلوش طاهر محمد بأنه: الصفوة المثقفة والأكثر وعياً بالواقع الاجتماعي وبالتحولات الاجتماعية والاقتصادية التي يتعرض لها المجتمع بالإضافة إلى ذلك الفهم الأكثر إمكانية من حيث التناول العلمي، فضلا عن ذلك فهم يعدون أكثر إدراكا لطبيعة التفاعل الاجتماعي والإيديولوجي السائد في المجتمع. (بشلوشة طاهر محمد، 2008، ص160)

ويعرف بأنه ذلك الفرد الذي يرتاد على المحاضرات في الجامعة والكلية، ومن هذا التعريف تحضر مهمة الطالب في تلقي المحاضرات فقط في الجامعة أو الكلية، وهي نظرة ضيقة وتقليدية لمهمة الطالب ارتبطت بنظرة زمنية معينة، حيث ان مهمة الطالب حالياً تتعدى ذلك بل أصبح له دور فعال من خلال حرية إبداء الرأي ومناقشة ما يعرض عليه. (غريب السيد محمد احمد، 1996، ص 79)

إجرائياً: الطالب هو احد العناصر الأساسية والفعالة في العملية التربوية طيلة التكوين الجامعي، ويتلقى تعليماً في مؤسسة علمية راقية، يمتاز بالذكاء ومجموعة من المعارف العلمية بالإضافة إلى قدرته على الاندماج والمشاركة الفعالة في المجتمع.

تمهيد:

في هذا الفصل سنتناول جميع المحاور النظرية المرتبط بعنوان الدراسة دوافع الطالبات نحو ممارسة الرياضة الجامعية أي كل من الدافعية، الممارسة النسوية، الرياضة الجامعية، وبما أن دراستنا الميدانية انحصرت على لاعبات كرة الطائرة قمنا بإدخال محور الكرة الطائرة وكل هذا جاء من أجل الإلمام بالخلفية النظرية والمعرفية من أجل الفهم الصحيح لهدف الدراسة.

1-1- الدافعية:

1-1-1- مفهوم الدافعية :

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد من علماء النفس ، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر :

التعريف الذي يرى أن الدافعية هي " المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك ، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة وبمتغيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى ".(صالح محمد علي أبو جادو ، ب س ، ص 22).

ونجد الدافع عند مصطفى عشوي " أنه حالة من التوتر النفسي والفيزيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة "(مصطفى عشوي ، 1990 ، ص 83).

ويرى Thomas.r " أنها عبارة عن كلمة عامة تختص بتنظيم السلوك لإشباع الحاجات والبحث عن الأهداف. (Thomas , 1991, p 32)

ويرى أحمد أمين فوزي " الدافع هو حالة توترية داخلية ناتجة عن حاجة نفسية أو فسيولوجية تجعل الفرد في حالة عدم اتزان وهذه الحالة تثير السلوك و توجهه وتستمر به إلى هدف معين حتى يزول هذا التوتر ويستعيد الفرد توازنه النفسي و الفسيولوجي ". (أحمد أمين فوزي ، المرجع السابق ، ص 81) .

أما عند اليكسون " الدافعية مجرد الرغبة في النجاح أو أنه النشاط الذي يقوم به الفرد ويتوقع أن يتم بصورة ممتازة ".(رومي جميل ، 1986 ، ص 50).

ونستخلص أن تعريف الدافع قد تتعدد وتتوعد واختلف في مفاهيم ومهما كان هذا الاختلاف إلا أنها تبقى المحرك لسلوك الإنسان الجسم في حالة نشاط .

1-1-2- النظريات المفسرة للدافعية:

يشير محمد حسن علاوي ، 1998 بأن أبراهام ماسلو Maslow 1970 قدم هذه النظرية التي حدد فيها سلسلة متدرجة مرتبة من أدنى مراتب الحاجات الإنسانية إلى أعلاها وأشار ماسلو إلى أن الأفراد يشبعون حاجاتهم طبقاً لنظام طبيعي لأولويات الجسم والعقل ، وقسم هذه الأولويات على فئتين هما:

- حاجات النقص:

تتضمن حاجات ضرورية حياتية أو الحاجات الأساسية للحياة التي تتضمن حاجات استهلاك الطاقة ، والحاجة للشعور بالأمان التي لها أولوية في حياة الإنسان.

- حاجات النمو:

"وتتضمن الحاجات النفسية والاجتماعية مثل حاجة الحب والانتماء والصدقة والحاجة إلى تقدير الذات والحاجة إلى تحقيق الذات" ، "ونظرية ماسلو اشتهرت في ميدان الدوافع بسبب ابتعادها عن الغريزة في تفسير السلوك الإنساني، مما ولدت الكثير من الدراسات وهذا دليل على أن النظرية أثارت اهتمام الدارسين والباحثين في ميدان علم النفس بشكل خاص."

وأن هذه النظرية يمكن أن تجد لها تفسير من حيث النشاط الرياضي بشكل مباشر أو غير مباشر ، فلاعب المحترف يحتاج إلى استهلاك الطاقة وهنا نقصد باستهلاك الطاقة الأكل والشرب ، وهذا يتحقق للحارس المحترف من خلال اللعب من أجل المال ، على إن الدافع هنا قد يكون إلى جانب ذلك نابع من حاجات النمو من حيث تحقيق الذات وتقديره من خلال التفوق في النشاط الممارس.

إن أي سلوك إرادي يصدر عن الفرد لا بد أن يكون مدفوعا بدافع معين أو عدد من الدوافع وقد تختفي الدوافع الحقيقية أحيانا خلف دوافع ظاهرية يعتقدونها الفرد، ولهذا تعددت النظريات التي تفسر الدوافع . وفيما يلي تفسير تلك النظريات.

أولا:نظرية مدرج الحاجات:

وقدم في إطار هذه النظرية تفسيراً معقولاً للدافعية يقوم على مجموعة من الحاجات كالتالي :

- **الحاجة الفسيولوجية:** وهي مرتبطة ببقاء الإنسان (كالحاجة إلى الطعام والماء والأكسجين والراحة.....الخ).
 - **حاجات الأمن والسلامة:** يحب الناس أن يشعروا بالأمن والسلامة في بيوتهم التي تتصف بالقابلية للتهديد والتنظيم و تشعرهم بالفرح والسرور .
 - **حاجات الحب و الانتماء:** وذلك من خلال سعي الناس عادة لبناء علاقات اجتماعية مع الآخرين، ليشعروا أنهم مقبولون من جماعتهم.
 - **حاجات التقدير والاحترام:** فالناس يحتاجون إلى الشعور بأهميتهم (تقدير الذات واحترام الذات)، ويحتاجون إلى الشعور باحترام الآخرين لهم وتقديرهم لهم (التقدير من الآخرين).
 - **الحاجة إلى تحقيق الذات:** يحتاج الناس عادة إلى الشعور بتحقيق الذات، أي أن يصبحوا كل ما يمكنهم أن يصبحوا في ظل استغلال إمكانياتهم الكامنة.
- وأقترح "ماسلو" أن هذه الحاجات مرتبة بشكل هرمي وأن الإنسان يميل إلى إشباعها تبعا لموقعها في الهرمية، فأول ما يشبع هو الحاجات الدنيا (الحاجات الفسيولوجية) ثم ينتقل إلى الحاجات الأعلى وهكذا. (العتوم، 2005، ص 178-180).

ثانيا: نظرية الغرائز:

أصحاب نظرية الغرائز حاولوا تفسير دوافع السلوك على أساس الغرائز، وأشاروا إلى ارتباط كل نشاط يقوم به الإنسان بغريزة من الغرائز. و الغريزة مصدرها وظيفة بدنية لأنها تصدر عن حالة إثارة بدنية أو دافع ملح أو توتر داخل الجسم والتي تتجه نحو موضوع معين لبلوغ هدف ما لكي يتحقق إزالة الإثارة والتوتر ، وبالتالي حدوث اللذة و الإشباع ، وقد تبنت هذه النظرية العديد من العلماء مثل مكندوجل Mcdogel في سنة (1908) وحددها بـ (14) غريزة ، منها المقاومة وانفعالاتها والغضب والخوف ، أما ثورندايك Thorndike فقد عرض (42) غريزة مثل الأكل

والضحك ، كما عرض وليم جيمس James (32) غريزة ، وفرويد Frued صنف الغرائز إلى غرائز الحياة وتتمثل بالحاجات الجسمية وغرائز الموت وتتجلى بقوى التدمير والعدوان. ويرى فرويد أن الغريزة في مصدرها وظيفة بدنية لأنها تصدر عن حالة إثارة بدنية أو دافع ملح أو توتر داخل الجسم و التي تتجه نحو موضوع معين لبلوغ هدف ما لكي يتحقق غزالة الإثارة و التوتر و بالتالي حدوث اللذة والإشباع و أشار كذلك أن الإنسان يكون مدفوعاً طول حياته بالطاقة الغريزية التي أطلق عليها مصطلح الليبيدو. أما حديثاً فقد تخلى العلماء عن هذه النظرية لمواجهة العديد من الانتقادات لأنها و على حسب محمد حسن علاوي مبنية على أسس غيبية و ليست علمية و تفقر إلى التفسير العلمي لدوافع السلوك.

ثالثاً: نظرية التنشيط- الاستثارة:

أشار ويتج (Wittig) في سنة (1992) إلى إن الفرد لديه مستوى معين مناسب من (التنشيط- الاستثارة) ، وإن السلوك يكون موجهاً لمحاولة الاحتفاظ بهذا المستوى . وهذا يعني بأنه إذا كانت مثيرات البيئة عالية لدرجة كبيرة فإن السلوك يكون مدفوعاً لمحاولة (التنشيط- الاستثارة) ، أما إذا كان مستوى (التنشيط- الاستثارة) منخفضاً جداً فإن السلوك عندئذ يكون مدفوعاً لمحاولة الارتقاء بمستوى (التنشيط- الاستثارة). ويمكن إن نجد لنظيرتي الحافز ونموذج حرف U المقلوب لباكر BAKKER وآخرون 1990 تفسير لـ (التنشيط- الاستثارة) ، فنظرية الحافز تشير إلى أن العلاقة بين الدافعية الحافز والأداء علاقة طردية خطية ، وكلما ارتفعت مستويات الدافعية الحافز لدى الفرد كلما تحسن السلوك والأداء. في حين إن نموذج حرف U المقلوب يشير بصفة أساسية إلى انه كلما ارتفعت مستويات (التنشيط- الاستثارة) (الدافعية) كلما زادت جودة السلوك أو الأداء إلى نقطة معينة يصل فيها الأداء إلى الأفضل وبعد ذلك فإن الزيادة في (التنشيط- الاستثارة) (الدافعية) تؤدي إلى هبوط مستوى جودة السلوك والأداء .

رابعاً: نظرية التعلم الاجتماعي:

وتشير نظرية التعلم الاجتماعي في مجال الدافعية إلى إن نجاح أو فشل استجابة معينة تؤدي إلى التعرف على الجوانب التي يمكن أن تؤدي إلى نتائج ايجابية أو نتائج سلبية وبالتالي تنشئة الرغبة والدافع في تكرار السلوك الناجح. كما أن التعلم بملاحظة نجاح أو فشل الآخرين قد يكون كافياً لإنتاج حالات الدافعية. وقد أشار باندور (1990) إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي تتأسس على التعلم بالنمذجة أو القدوة أي التعلم بالتقليد ، فعندما يقوم المدرب الرياضي بأداء مهارة حركية فإن اللاعب بملاحظته لهذا النموذج يكون مدفوعاً لتعلمه ومحاولة تقليده بصورة دقيقة قدر الإمكان ، و يضيف باندورا إلى إن التعلم الاجتماعي يرتبط بالتعزيز الاجتماعي على أساس أن

السلوك أو الأداء الذي يتم تعزيزه أو تدعيمه يكون بمثابة دافع أو حافز أو باعث للفرد لتكرار مثل هذا السلوك أو الأداء مرة أخرى.

فمثلا عندما يقوم المدرب بإثابة لاعب ما على سلوك قام به فإن اللاعب يقوم بتكرار السلوك أو الأداء مرارا و على العكس في حالة العقاب مع عدم التكرار.

1-1-3- تصنيف وتقسيم الدوافع :

- تصنيف الدوافع :

يوضح " ساج " (Sage) عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين عرضيتين هما : الدوافع الداخلية والدوافع الخارجية ، ويتعلق العديد من المهتمين بالكتابة في مجال علم النفس الرياضي مع التطبيق السابق في تناولهم لموضوع الدافعية وعلاقتها بالأداء الرياضي ومنهم على سبيل المثال لا الحصر " فوس " (Fousse) و "ترويمان " (Troppmanet) عام 1981 .

" ليون " (Liewelin) و " بلوكر " (Bluker) عام 1982 .

" محمد علاوي " عام 1983 .

" سنجر " (Singer) عام 1984 .

" دروش " (Harris) و " هارس " (Drothy) عام 1984 .

- تقسيم الدوافع : ونقسمها إلى قسمين هما : الدوافع الأولية ، الدوافع الثانوية .

➤ الدوافع الأولية :

وتسمى أيضا بالدوافع الفسيولوجية أو الجسمانية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن أمثلتها :

الحاجة إلى الطعام ، الحاجة إلى الشراب ، الحاجة إلى الراحة ، الحاجة الجنسية ، الحاجة إلى اللعب (عند الأطفال) والحاجة إلى الحركة والنشاط الخ .

وقديما كانت تسمى هذه الدوافع بـ " الغرائز " إلا أن الكثير من علماء النفس في الوقت الحالي لا يستخدمون لفظ الغرائز لتفسير سلوك الحيوان .

➤ الدوافع الثانوية :

تسمى أيضا الدوافع أو الحاجات المكتسبة أو الاجتماعية إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعل مع البيئة ، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية ، غير أنها تستغل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة ، وأمثلة الدوافع الثانوية ، الحاجة إلى التفوق والمركز أو المكانة ، السيطرة و القوة والأمن والتقدير ، والانتماء والحاجة إلى إثبات الذات إلخ . (محمد حسن علاوي ، 1987، ص 205) .

-الدوافع السيكلوجية: والتي يمكن تصنيفها إلى فئتين هما:

أ- الدوافع الداخلية (الفردية):

وتتمثل هذه الدوافع في سعي الشخص للقيام بشيء معين لذاته، وبالتالي تحقيق الذات للفرد، وهي ترتبط بوظائفه الذاتية، وتحقق توازنه من خلال استجاباته المختلفة، وهذا النوع من الدوافع يقف وراء العديد من الإنجازات المتميزة والإبداعات البشرية في الفكر والسلوك وأهم هذه الدوافع نجد:

دوافع حب الاستطلاع، دافع الكفاءة، دافع الإنجاز وهذا الأخير على خلاف دافعي حب الاستطلاع والكفاءة، يقتصر على الكائنات الحية البشرية، والمقصود به هو " كفاح الفرد للمحافظة على مكانة عالية حسب قدراته في كل الأنشطة التي يمارسها، والتي يحقق بها معايير التفوق على أقرانه، وحيث يكون القيام بهذه الأنشطة مرتبطاً بالنجاح أو الفشل." (أحمد غباري، 2008، ص 25-34).

أما في المجال الرياضي يقصد بالدافعية الداخلية، الحالات الداخلية النابعة من داخل الفرد نفسه، والتي تتبعها الممارسة الرياضية أو الأداء الرياضي، كهدف في حد ذاته، ومثال على ذلك، الرضا والمتعة عن الممارسة الرياضية، الشعور بالارتياح كنتيجة للتغلب على صعوبات التدريبات الشاقة والتي تتطلب المزيد من الجهد والقوة والإرادة، وكذلك الإثارة والتحدي في مواجهة بعض العقبات المرتبطة بالأداء. (علاوي، 2006، ص 215).

ب- الدوافع الخارجية (الاجتماعية):

وهي الدوافع التي تنشأ نتيجة لعلاقة الكائن الحي بالأشخاص الآخرين، ومن ثم تدفع الفرد للقيام بأفعال معينة لإرضاء المحيطين به أو للحصول على تقديرهم، أو تحقيق نفع مادي أو معنوي، ومن أهم هذه الدوافع: دافع الانتماء، دافع السيطرة، دافع الاستقلال، ويعتبر هذا الأخير خاصية إنسانية فريدة. (أحمد غباري، 2008، ص 35-37).

أما في المجال الرياضي يقصد بالدافعية الخارجية، الحالات الخارجية غير النابعة من داخل الفرد نفسه، والتي تثير وتوجه السلوك نحو الممارسة الرياضية أو الأداء الرياضي ومثال على ذلك يمكن اعتبار المدرب الرياضي وأسلوب قيادته للفريق أو الجمهور أو أقرانه في الفريق، بمثابة دافعية خارجية للاعب الرياضي. (محمد حسن علاوي، 2006، ص 215).

4-1-1- نظرية التحديد الذاتي:

أنها من أكثر النظريات شيوعاً خصوصاً في المجال الرياضي، التحديد الذاتي ل (Deci et Rayan 1991)، تتطلب أن مختلف الدوافع في الرياضة يمكن ان تميز بدرجة التحديد الذاتي الذي يخص سلوك الرياضي كلما يختار الرياضي ممارسة التمارين بمحض إرادته كلما كانت دافعيته محددة ذاتياً، في المقابل كلما فرضت التمارين على الرياضي كلما كانت دافعيته غير محددة ذاتياً.

أن نكون محددين ذاتيا يعني أننا وصلنا إلى إرضاء الحاجات الفردية، في المقابل عدم الوصول إلى إرضاء الحاجات، التصرفات في التمرين تمر وفق الدافعية بالتعديل الاندماجي، التعديل الخارجي وأيضا بدون تحفيز. توجد بعد هذه النظرية عدة نظريات تفسرها أفضل من هذه الأخيرة منها:

-نظرية التقدير المعرفي.

-نظرية التكامل الوظيفي.

-نظرية التوجهات السببية.

➤ **نظرية التقدير المعرفي:** هذه النظرية ركزت على تأثير المكافئة الخارجية على السلوك المدفوع خارجيا، أنها

تفترض أن المكافئات قابلة لتكملة وظيفتين أساسيتين هما:

• **الوظيفة المعلوماتية:** المكافئة توفر معلومات عن كفاءة الأشخاص، هذا يعزز الدافعية الداخلية.

• **وظيفة المراقبة:** الكفاءات تنفذ مثل شكل مراقب للسلوك، وهذا يتلف ويضر الدافعية الداخلية.

➤ **نظرية التكامل الوظيفي:**

• **التعديل الخارجي:** يوجد تعديل خارجي عندما يكون السلوك مراقب بالمكافئات والتهديدات.

• **التعديل الاندماجي:** أنها الدافعية الخارجية التي تمثل مكان مباشرة السببية أقل داخلية، مع نوع

التعديل، الاندماج في علم النفس هو وضع مرجع لأي واحد يختار ويتبنى قيمة، ولكن لا يتعرف عليها ولا يتقبلها كما هي.

• **التعديل المحدد:** فعل الدفع بتقدير نتائج المشاركة (تجنب الأمراض، تحسين شكل الجسم)

Whitehead (1993)، هذا يعتبر كعتبة التحكم الذاتي.

➤ **نظرية التوجهات السببية:** أوجدت لتقييم نظريات التوجيه (التحكم الذاتي، والمراقبة الذاتية) تستعمل سلم

التوجيه السببي. (1985) de Deci et Rayan (GCOS , General Causality orientation scal)

❖ **الدافعية الداخلية، الخارجية والادافعية:**

➤ **الدافعية الداخلية:** تعتبر بأنها أعلى مستوى الدافعية المحددة ذاتيا التي يمكن أن تصل للشخص، هنا

النشاط يلزمه بدون مكافئات مثل هذه السلوك، لأنها بنفسها مكافئة وتمثل الهدف في ذات النفس وليس

وسيلة بلوغ الهدف، دائما تثبت التسلية، المتعة والرضى في مثل رياضة الهواية(Deci 1975) شرح هذه

الدافعية كممارسة رياضة من أجل المتعة المحسوس بها أثناء تنفيذ التمرين، لا تسلك أي إزعاج خارجي بل

منفذة إراديا، مجردة من المكافئات الخارجية، الانتظار يدفع السلوك الخارجي لامتلاك الإحساس بالكفاءة

والتحكم الذاتي(1989,1992,1993) Vallerand et ses collegues اقترحوا ثلاث أنواع من الدافعية الداخلية:

-الدافعية الداخلية للمعرفة.

-الدافعية الداخلية للإنجاز.

-الدافعية الداخلية للإثارة.

- **الدافعية الداخلية للمعرفة:** (Vallerand (1993 عرفها بالالتزام في نشاط في مقابل التعلم، اكتشاف وتجريب تقنيات وطرق جديدة.
- **الدافعية الداخلية للإنجاز:** هذا النوع من الدافعية ينتج عندما يبدأ النشاط من أجل متعة التنفيذ وإبداع أشياء أو التفوق نفسه.
- **الدافعية الداخلية للإثارة:** هنا المشاركة في النشاطات من أجل الإحساسات المرحية التي تتولد أثناء الممارسة، الأشخاص المدفوعون داخليا هم الذين اختاروا المشاركة أثناء وقت فراغهم والذين يمارسون نفس النشاط لوقت طويل، يرتبط بالسلوك المدفوع داخليا بثلاث حاجات نفسية هي:
 - حاجة الكفاءة.
 - حاجة التحكم الذاتي.
 - حاجة الانتماء.
- **الدافعية الخارجية:** هي مجموعة السلوكيات المنفذة من أجل أسباب وسيلي، من أجل سحب بعض المتعة أو تجنب شيء ممتع ، و وفقا (Deci et Rayan (1985 توجد ثلاثة أنواع للدافعية الخارجية التي تضعها ضمن سلسلة منتظمة محددة ذاتيا من أكثر ضعفا إلى أعلى مستوى من التحديد الذاتي كالآتي:
 - **التعديل الخارجي:** هي الدافعية الخارجية الأقل تحديد ذاتيا من الأنواع الثلاثة الخارجية للسلوك المعدل من طرف مؤشرات خارجية مثل المكافآت.

مثال: الذهاب إلى التدريب إجباريا أو من أجل الفوز بالكأس.
- **التعديل الاندماجي:** هو تمثيل داخلي لاحتمالات خارجية التي حركت الرياضي سابقا والتي تبطن النشاط الذي سيعاش مثل ضغط داخلي.
- **التعديل المحدد:** السلوك يكون خيار، وحكم مهم من طرف الشخص، هنا السلوك مقيم جدا، حيث يكون خيار الممارسة بكل حرية حتى وإن كان غير مهم.

مثال: ذهاب لاعبة كرة الطائرة للجري كل صباح حتى وإن كان الأمر غير مسل بالنسبة لها لكن مهم للمداومة.

- **اللدافعية:** هو غياب نسبي للدافعية كانت داخلية أو خارجية، هنا الشخص لا يفهم العلاقة بين أفعاله والنتائج المحصل عليها (Deci et Rayan (1985 واللدافعية تعكس غياب التحديد الذاتي.
- ❖ **نتائج الدافعية:** وفقا ل(Vallerand (1997 الدافعية المحددة ذاتيا يمكن أن تؤثر على نتائج انفعالية، سلوكية، ومعارف وفق نفس النظرية كلما كانت الدافعية محددة ذاتيا كلما كانت النتائج ايجابية إذ يمكن وضع هذه النتائج وفق قانون:
 - النتائج الأكثر ايجابية تكون ناتجة عن تحديد ذاتي.

- النتائج الأكثر سلبية تكون ناتجة عن الالادافعية وبعض أشكال الدافعية الخارجية.

يمكن أن تثبت هذه النتائج على ثلاث مستويات عامة هي:

- **النتائج السلوكية:** (1995) Vallerand في الأبحاث التي حققها اثبت ان كلما كان للرياضي جانب دفاعي محدد ذاتيا كلما يكون لديه انتباه المواصلة في ممارسة رياضته، توجد علاقة ايجابية بين المثابرة والدافعية الداخلية ولكن سلبية بين المثابرة والالادافعية.
- **النتائج الانفعالية:** (1995) Deci et Rayan اثبتوا المسلمة التي تقول أن الدافعية الداخلية أكثر مشاركة ايجابيا للمشاعر الايجابية المعاشة أثناء الممارسة والعكس بالنسبة للادافعية والتعديل الخارجي.
- **النتائج المعرفية:** (1995) Brière اثبت وان الالادافعية مرتبطة ايجابيا إذ أن الدافعية الداخلية متبادلة سلبيا مع كون الرياضي غافل أثناء ممارسة رياضته.

1-1-5- وظائف الدوافع :

إن أي رد فعل عن أي سلوك لا يمكن أن يحدث تلقائيا وإنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد ومنه فالسلوك له أغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة بها هذا الفرد حاجياته وغرائزه ومنه نستخلص أن للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك وهي ثلاثة :

- **السلوك بالطاقة :**

ومعنى ذلك أن الدوافع تستثير النشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه وتدل الملاحظة على أن الإنسان والحيوان من خلال التجارب في الحياة اليومية كلاهما خاملا طالما حاجاته مشبعة أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل إشباع هذه الحاجات والرغبات فالدافع يمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح للاعب جائزة مكافأة له على تحسين قدراته وتكليلها بالنجاح ، لكن سرعان ما تفتقد هاته المكافأة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من اجل المكافأة ففي هذه النقطة تصبح المكافأة غير ضرورية .

- **أداء وظيفة الاختيار :**

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي يستجيب ويتفاعل معها المراهق و يهمل الأنشطة الأخرى ، كالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلا ، كما أنها تحدد الحد كبير الطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى ، فقد أقر جوردن ألبرت " أنه عندما تكون اتجاه عام للمواقف والميول فإنه لا يخلق فقط حالة التوتر يسهل استثارته فتؤدي إلى نشاط ظاهر يشبع الموقف أو الميل بل يعمل كوسيلة خفية لانتشار واختيار كل سلوك متصل به وتوجيهه " .

• توجيه السلوك نحو الهدف :

- إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسين والنمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها وتحقيقها فالدكتور حلمي المليجي يلخص وظائف الدوافع فيما يلي :
- أ- إثارة الآليات والأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل
 - ب- السلوك بالطاقة اللازمة وبمساعدة المثبرات الخارجية التي تثير السلوك .
 - ج- اختيار نوع النشاط وتحديده .
 - د- تأخير ظهور التعب تحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الانتباه ومقاومة التشتت . (حلمي المليجي ، 1984 ، ص 94 ، 95) .

1-2- الممارسة النسوية:

1-2-1- لمحة تاريخية عن الممارسة النسوية في العالم:

مرت الرياضة النسوية بمراحل تاريخية واختلفت من منطقة لأخرى وذلك بإخلاف الأنظمة السياسية والمعتقدات حيث كان اليونانيون يعتقدون أن الآلهة تشك في قدرة المرأة ومهارتها الجسمية رغم أن في ذلك الوقت السيدات اللاتي كن يستعرضن مهارتهن الرياضية في الألعاب كن في المستوى المتواضع.

فالقوة الجسمية لم تتلاءم مع التعريف الشخصي للنساء بين قدماء اليونان، وذلك لأن كان يشك عندما تشترك المرأة في الرياضة وفي قدرتها الجسمية. (خير الدين علي عويس ، 1987، ص 81).

بالمثل كانت المرأة الرومانية بعيدة ومحرومة من الاشتراك في الأنشطة الرياضية، ولكن كان يسمح لها الدخول إلى الحلبة لمشاهدة المنافسة والتشجيع.

بعد سقوط الإمبراطورية الرومانية حدثت بعض التغيرات في حقوق المرأة خلال الأيام الأولى، وقد كان ينظر إلى المرأة التي تمارس الرياضة على أنها غير سوية وخارجة عن الكنيسة، وكذلك الأمر في النظام الأسري إذا كان واجب المرأة الطاعة وتربية الأطفال فحسب، لأن الكنيسة عرفت الرياضة كرمز للماضي الوثني.

خلال العصور الوسطى كان الرأي أن إشراك المرأة في الرياضة أمر غير مرغوب فيه وعكس ذلك مع الرجال، لأن الرجل هو الذي يشترك في الحروب ويدافع عن البلاد والأسرة.

(أمين أنور الخولي، ص 142).

1000 ق م: فازت اتلنت على بلوس في المصارعة في ألعاب هيران للنساء (في اليونان فقط).

440 ق م: المرأة "فيروس كليبيتر" دخلت متكرة بزي رجل قاعة المنافسة للملاكمة، لمشاهدة ابنها وأكتشف أمرها حين صرخت لفوزه. تمت مسامحتها كونها بنت، زوجة وأم بطل. وقرر تنظيم أول مهرجان للألعاب الأولمبية الخاصة بالنساء سمي بمهرجان "هيرتا".

396 ق م: الأميرة كينبسك فازت في سباق العربات، وأصبحت أول بطلة أولمبية امرأة.

1805 م: البطولة العالمية النسوية في رياضة الغولف.

1887 م: البطولة النسوية للتنس.

1900 م: قبول المرأة في مسابقات الألعاب الأولمبية الحضارية لكن في منافسات الغولف والتنس فقط، وأصبحت " كوبر شارلوت" من بريطانيا بطلت الألعاب الأولمبية الحديثة للتنس.

1921م: تكوين أول فيدرالية رياضية عالمية للنساء في باريس.
1922م: أول ألعاب أولمبية نسوية في باريس.
1936م: إلغاء الألعاب الأولمبية النسوية لترك المكان لبرنامج أولمبي نسوي مكون من 9 مسابقات.
1947م: أول ملتقى وطني حول المرأة والرياضة.
1976م: إضافة كل من مسابقة التجديف وكرة السلة إلى برنامج الأولمبياد للنساء.
1994م: أول محاضرة عالمية حول المرأة و الرياضة في "بريقتون"
1996م: الألعاب الأولمبية 16 في اثنتا، شملت 271 مسابقة،9مفتوحة للمرأة،11مفتوحة للرجال والنساء، 10629 لاعب بينهم 3626 امرأة.

2013م: أصبحت المرأة تمارس المرأة الرياضة داخل المسابقات وخارجها للتنافس، الترويج أو لأسباب صحية وهذا بفضل الكفاح الطويل في برهنة قدرتها على الإنجاز وتطوير البحوث الدالة على حاجتها للرياضة وفوائدها على الصحة. وهذا ما فتح المجال لقبول ثقافة ممارسة المرأة للرياضة داخل المجتمع من خلال إدراج مختلف المدارس للحصص خاصة بالنشاط البدني مثل الجمباز، الرقص، ركوب الخيل، المشي، الركض والألعاب الجماعية المختلفة وأصبحت الممارسة الرياضية وحدة أساسية في البرامج الدراسية. وامتد حق المرأة ليشمل الاحتراف وأصبح هناك مرافق رياضية خاصة بالمرأة واحتياجاتها.

. الجدول رقم 1: يمثل التدرج الزمني لأبرز وقائع ممارسة المرأة للرياضة عبر التاريخ .

(طايب صبرينة، 2012-2013، ص12-13).

1-2-2- أسباب إقبال المرأة على العالم الرياضي:

إن ازدياد اشتراك المرأة في العالم الرياضي لوحظ في الولايات المتحدة الأمريكية عند الفتيات والسيدات مشاركات في الأنظمة الرياضية المختلفة والبرامج الرياضية المنظمة منذ بداية السبعينات فمثلا على مستوى المدارس الثانوية عام 1970-1971 لم يتجاوز عدد المشاركات 300 ألف مشاركة، في حين قفز العدد إلى أكثر من مليونين عام 1978-1979 حيث ازدادت نسبة المشاركة عن السنوات العشر الأخيرة السابقة وهذه الإحصائيات صدرت من لجنة الحقوق المدنية بالولايات المتحدة 1980.

وعلى الرغم من عدم وجود معلومات دقيقة عن المساهمات النسائية في برامج النوادي والجمعيات، فإنه يمكن أن نرجع وجود زيادة كبيرة منذ عام 1970 لان البرامج الشبانية الجديدة في مختلف الألعاب الرياضية تجذب إليها كثيرا

من الفتيات والسيدات اللواتي لم يكن لديهن فرصة الاشتراك في الماضي، ومن المؤسف انه من الصعب تقدير قيمة الزيادة لهذه الممارسة في الأنشطة غير الرسمية، وعلى الرغم من وجود اختلافات جوهرية بين مساهمات لرجال والمساهمات النسائية في المجال الرياضي فإنه توجد تغيرات ظاهرة واضحة في زيادة إقبال المرأة على الرياضة. (Oglesly Carol, 1982,P25)

1-2-3-أسباب الاشتراك المتزايد للمرأة في الأنشطة الرياضية:

إن أسباب الاشتراك المتزايد للمرأة في الأنشطة الرياضية يستلزم علينا الرجوع إلى الفقرة رقم 09 من الدستور الأمريكي حيث ينص على المساواة بين الرجل و المرأة وذلك زادت المساهمات النسائية بزيادة عدد الفرص المتاحة للمرأة في الفرق الرياضية، وذلك انه بحصول المرأة على البند في الدستور صار لها الحق الكامل في الممارسة الحرة لجميع أنواع الأنشطة السياسية، الاجتماعية والرياضية.

وهذا ما تجاهله مختلف الدساتير الأخرى القديمة فزيادة المساهمة يعني التغيير في الموارد المستثمرة في برنامج الفتيات بحيث تستثمر الزيادة في الموارد بالتشجيع، واتضح ذلك في البرامج الدراسية في جميع الولايات خاصة ولاية آيو .

ومازال الجدل والنقاش حول المساواة قائمة غير أن الفقرة رقم 11 تعتبر أساسا قانونيا للاعتراض على النقص التقليدي للفرص الملائمة والمعاملة الغير عادلة للمرأة.

في دراسة للعالم هاري 1971 أكد فيها إلى تعميق الشعور بالذات وهذا من أجل إشراك الفتيات في جميع المستويات التنافسية مما يعزز حق المرأة في الاندماج مع الرجال في المنافسات والتظاهرات الرياضية.

➤ مؤتمر برايتون:

كان أول مؤتمر دولي حول المرأة والرياضة انعقد بمدينة برايتون ببريطانيا العظمى من 05 إلى 08 ماي 1994، نظم من طرف المجلس الرياضي البريطاني بالتعاون مع اللجنة الاولمبية الدولية، وقد خرج هذا المؤتمر ببيان تم التصديق عليه من طرف 280 ممثل لـ 82 دولة مشاركة والمتمثلة في مختلف المنظمات الرياضية الوطنية ومعاهد التعليم العالي والبحث العلمي وكان الهدف الرئيسي لهذا المؤتمر هو تطوير الثقافة الرياضية والتي تسمح بتحقيق نسبة عالية من المشاركة النسوية في الميدان الرياضي على كل الأصعدة وفي كل المستويات والمهام والأدوار الملائمة لهن.

هذا البيان موجه خصوصا إلى كل الحكومات والسلطات العامة والمنظمات ومؤسسات التعليم والبحث العلمي وإلى كل الجمعيات النسائية والأشخاص المشرفين والعاملين في التربية أو الإدارة أو المدرسين وكل المكلفين بالنساء في الميدان الرياضي.

أما مبداه فيتمثل في تحقيق العدالة والإنصاف والمساواة في المجتمع وفي الرياضة، ولهذا الغرض قرر المشاركون في هذا المؤتمر وضع إستراتيجية موحدة لتطوير الرياضة النسوية قابلة للتطوير في كل القارات والدول وهذا ما يسمح لمختلف الفيدراليات الرياضية الدولية بتبادل مختلف البرامج الرياضية على جانب الإسراع في تطوير الثقافة الرياضية إلى تكوين نفسها في كل أنحاء العالم، وذلك من أجل الرفع من نسبة المشاركة النسوية في كل الرياضات وفي كل التظاهرات الرياضية وعلى كل المستويات، هذا بإعطائهن كل التأمينات والإمكانات من أجل احترام المشاركة في الرياضة في محيط يضمن الأمن والكرامة والاحترام. (Catrine Bernard, 1998)

➤ مؤتمر وين دهوك:

نظم بمدينة وين دهوك بنامبيا من 19 إلى 22 ماي 1998 شارك فيه ما يقارب 400 ممثل لـ74 دولة، وكان بمثابة دعوة لجميع دول العالم للاهتمام بالرياضة النسوية وتشجيعها وذلك بتوفير كل الإمكانيات المادية والمعنوية من أجل إدماج كبر نسبة ممكنة من النساء في الرياضة وهذا بالتعاون مع كل المنظمات والهيئات المهمة بكل مسائل المرأة وإبلاغهم بمدى أهمية وضرورة ممارسة الرياضة والدور الذي تلعبه.

وقد خرج هذا المؤتمر بنداء موجه إلى كل الرجال والنساء والمنظمات الدولية والوطنية المهمة بالرياضة وكل الحكومات والسلطات العليا، المدارس ومعاهد البحث وكل المنظمات النسائية المؤتمرة بصفة مباشرة في تطوير وترقية النشاطات الرياضية والتي تهتم بإدماج أو تسيير أو تدريب العنصر النسوي، وقراراته جاءت كالآتي:

-تطبيق كل القرارات التي خرج بها المؤتمر برايتون.

-توسيع رقعة القطاع الرياضي وجعلها حركة دولية لمساواة النساء وخلق علاقات قوية بين المنظمات الرياضية والمرأة من جهة، وممثلي القطاعات الأخرى كالتربية، الشباب، الصحة، حقوق الإنسان والعمل من جهة أخرى، مع ابتكار استراتيجيات جديدة بإمكانها مساعدة القطاعات الأخرى وذلك بجعل الرياضة بمثابة وساطة وفي نفس الوقت تحقيق أهداف في الميدان الرياضي.

-توعية الرأي العام عن طريق وسائل الإعلام بمدى فعالية المشاركة النسوية في الرياضة ومدى علاقتها بالمسائل الاجتماعية، الاقتصادية وخاصة الصحية.

-الرفع من قدرات النساء بتعيينهن في مختلف المهام كرئيسات او مقررات، وكذا خلق ميكانيزمات جديدة تسمح للمرأة بالمساهمة في ميدان البحوث الرياضية الخاصة التي تهتم بمسائل المشاركة النسوية في الرياضة.

-السهر على خلق ظروف عادلة ومتساوية في تطوير الرياضة النسوية والاعتراف بمدى أهمية الرياضة في تحقيق أهداف تنموية. (<http://www.un.org/french/escdev/women/dec/Brigon>).

1-2-4- الممارسة الرياضية عند المرأة في الجزائر:

كانت الممارسة الرياضية عند المرأة الجزائرية خلال الاستعمار جد محدودة وشبه منعدمة. حيث كانت الفئة القليلة من هن تمارسن الرياضة داخل المدارس الفرنسية والبعض الآخر اقتصر مفهوم الرياضة لديهن في التدريبات القتالية والتحضيرية للجهد ومقاومة الاستعمار.

أما بعد الاستعمار فظلت النسبة قليلة وبدأت تصاعدا بطيئا في الفترات الأولى وذلك بسبب العديد من المعوقات السائدة في المجتمع الجزائري لكن شهدت تآخرا نسبة ارتفاع جد هام لنساء الممارسات على مستوى مختلف القطاعات التنافسية الصحية أو الترفيهية. (أمال نصيري، 2008م، ص81).

شهدت الحقبة السابقة تألق بارز للجنس الناعم الجزائري من خلال نتائج بارزة على المحافل العالمية، فكانت العداء "حسيبة بولمرقة" أول اسم يثير اهتمام المتابعين الرياضيين بعدما صعدت بالجزائر إلى منصة التتويج، بحصولها على ميدالية ذهبية في سباق 1500م لأولمبياد برشلونة عام 1992، لتكون أول امرأة عربية تنال ميدالية ذهبية في أولمبياد. ومهدت بإنجازها ذلك الطريق واسعا للبقية، فسارت "سليمة سواكري" و"تورية بنيدة مراح" على نفس المسار فاعتلت الأخيرة منصة التتويج في أولمبياد سيدني 2000 وبعد ثماني أعوام قدمت المصارعة "صوريا حداد" ميدالية أولمبية للجزائر خلال أولمبياد بكين. (مليجة بوعزيز، 2000، ص23).

3-1- الرياضة الجامعية:

1-3-1- لمحة تاريخية عن الرياضة الجامعية:

➤ الرياضة الجامعية في العالم:

أول مشاركة بين الجامعات عقدت اجتماعاتها في سويسرا، الولايات المتحدة و إنجلترا عام 1905م التي تم تكوينها من الجمعيات الأكاديمية وأدت إلى الاتحاد الدولي للطلبة في عام 1919م

في عام 1923م تشكلت لجنة الرياضة في تلك المنظمة، التي يرأسها شاب فرنسي ، بتنظيم أول دورة للألعاب في عام 1947م وجامعة - الحركة الرياضية- في عام 1924م التي أنظمت إلى الاتحاد الدولي للطلبة ،وقد قسمت إلى أربع مجموعات، والتأكيد إن الاتحاد الرياضي الدولي للجامعة تأسس في عام 1948م لجامع الدولية الاتحاد الرياضي والاتحاد الدولي للطلاب، كل منهم كان ينظم الأحداث الخاصة به. الاتحادية الجزائرية للرياضة الجامعية، منشور صادر عن مركز الاتحادية الرياضية الوطنية، دالي إبراهيم سنة 2006.

تأسست الحركة الرياضية في عام 1957م بناء على اقتراح من الرابطة الفرنسية حيث تم توحيد الجامعة والتي اقترحت لتنظيم دورة الألعاب المشتركة.

➤ نظرة تاريخية عن النشاط الرياضي الجامعي الجزائري:

تعد الممارسة الرياضية والثقافية والعلمية داخل الوسط الجامعي مكون أساسي لشخصية الطالب، إذ تعتبر عاملا مهما لضمان التوازن الجسمي والفكري للطالب، فإنها يجب أن تحرص على عدم تهميشه لان الجامعة تعمل أساسا على إيجاد الإطار المسؤول ومن ثم النشاطات الثقافية والعلمية الرياضية أضحت ضرورة حتمية يقتضيها السير الحسن للحياة الجامعية.

إن الحصيلة في ميدان التنشيط الثقافي والترفيهي هي حصيلة سلبية على العموم وخاصة خلال هذه السنوات الأخيرة من عمر الجامعة الجزائرية إذ تعرف فيه النشاطات والتظاهرات في جميع أشكالها وجوانبها ركودا جزئيا أضحى السمة العامة التي تطبع الحياة الثقافية والرياضية في الجامعة رغم وجود بعض المحاولات المنعزلة لإعادة إنعاشها أو بالأحرى استمرار الحفاظ على بعض التقاليد المحدودة مكانا وزمانا.

إن هذا التدهور في الأوضاع لا ينبغي أن ينسبنا المراحل المضيئة التي تمت وازدهرت فيها هذه النشاطات مواكبة للتقدم الذي أحرزته الجامعة خلال هذه الحقبة الثرية من تاريخها.

ويمكننا أن نرى ثلاثة مراحل مرت بها النشاطات الجامعية في الجزائر:

• مرحلة 1962-1971:

أخذت المنظمات الشبابية و الطلابية على عاتقها جانبي التنظيم والتجديد وشكلت بذلك وبفضل مناضليها أطرا مفضلة وعامل دفع وحافز للعمليات المسطرة في هذا الشأن.

وكان النشاط يركز أساسا في معية وبصفة اقل في الأحياء الجامعية وكان مقتصرا على الجانب الثقافي والترفيهي ومحتمسا في الميدان الرياضي ولم تتمكن هذه الحركة من التنشيط المناسب لعدد الطلبة القليل الذي كان يعم مقاعد الجامعات الأربع -الجزائر-وهران-قسنطينة-عنايه- حوالي 12000 طالب في 1970 لأشكال الإدارة في التعبير والخروج من التوقع والتفتح على الأفكار والنماذج الثقافية السائدة آنذاك.

ومع التطور السريع والمذهل الذي عرفته الجامعة الجزائرية فيما بعد وعل كافة الأصعدة العملية والثقافية والفكرية أطلقت وأبدت المرحلة المقبلة مرحلة إصلاح التعليم العالي والديمقراطية في 1971.

• مرحلة 1971-1985:

عرفت الجامعة الجزائرية أثناء هذه الحقبة تقدما متصاعدا في مسيرتها من الحياة الطلابية، مما انعكس ايجابيا على حركة النشاطات الثقافية والرياضية والترفيهية والعلمية فدفعت في هذه السنوات عجلتها إلى الإمام ولتساهم في الرياضة.

ولقد لعبت الأطر الرسمية للمؤسسات الجامعية دورا متعاظما في بروز هياكل تنظيمية ذات مصداقية للاحتكاك والتنظيم واستقطاب المواهب والإرادات في ظل حركة البناء السريع للجامعات والتدفقات الكبيرة لإعداد الطلبة ازدهرت النشاطات في الوسط الجامعي حجما ونوعا، ويجب الإشارة هنا إلى أن حجم الإمكانيات المادية الموفرة من قبل الدولة للطلاب كمواطن يحظى بالعناية الخاصة باستعمال التجهيزات والمنشآت بدون دفع مقابل، ومن خلال عمليات التبادل والتوأمة بين الجامعات الجزائرية ونظيرتها الإقليمية والعالمية، غير أن هذه المرحلة المنيرة في مسيرة الجامعة الجزائرية قد حلمت في ثناياها أسبابا التدهور والاضمحلال.

(دليل جامعة الجزائر للمدرسين والطلاب، نيابة الجامعة للتخطيط والتوجيه والإعلام).

• مرحلة 1985 إلى يومنا هذا:

وتعتبر هذه المرحلة صعبة فيما يتعلق بالمجال الرياضي والترفيهي فهي تشكل حقبة مظلمة تدهورت في الأوضاع بشكل فضيع وفي الوقت الذي كان فيه الأمل معقودا على تحقيق قفزة نوعية في هذا الميدان بالنظر إلى التراث ورأس مال التجربة المميزة للأطر والهياكل والأشخاص القائمة عليها وقد ساهمت في هذه الوضعية عدة عوامل في كافة الميادين الاجتماعية والاقتصادية والسياسية وكذا بالتدفقات الكبيرة بإعداد الطلبة، والسياسة المتبعة ونوعية التسيير وركود الأسرة الجامعية وحالة المنشآت والتجهيزات.

(دليل جامعة الجزائر للمدرسين والطلاب، نفس المرجع السابق).

1-3-2- قوانين النشاط الرياضي الجامعي الجزائري:

- إن القوانين هي الأسس والضوابط التي تشعر من جهات أو من طرف مؤسسات رسمية مفوضة لتنظيم ومعالجة الممارسات والنشاطات ذات صلة وهي صمام الأمان والضامنة لتحقيق أهداف تلك الممارسات والنشاطات بأسلوب هادف وعقلاني، ولا يمكن أن نتصور النشاط الرياضي الذي يتصل المؤسسات الرسمية بمختلف اختصاصاته وبالمجتمع بكل شرائحه وطبقاته قادرا على انجاز مهامه دون قوانين وتشريعات تحكمه، وفي الجمهورية الجزائرية وبعد البحث والنقسي وجدنا ان القوانين التي تضمنتها وثائق الفيدرالية الوطنية للرياضة الجامعية وهي عموما:

- تنظيم التشكيلات أو التنظيمات القيادية للرياضة الجامعية.

- تنظيم كأس الجزائرية الجامعية.

- تنظم المنافسات الولائية الجامعية.

ورغم أن هذه القوانين تتصف بالأهمية البالغة لكننا وجدنا حاجة لقوانين تنظم بعض التفاصيل الصغيرة مثل: مشاركة الطلبة لغرض التسلية والترويح.

القوانين التي تنظم النشاط الرياضي الجامعي والجماعي مثل: مشاركة الطلبة في النشاطات لغرض التسلية والترويح فقط.

القوانين التي تنظم الاستغلال المثل للمنشآت الرياضية في المعاهد التي تنظمها الجامعة الواحدة كخطوة أولى والتعاون بين مختلف الجامعات كخطوة ثانية. (دليل جامعة الجزائر للمدرسين والطلاب: نيابة الجامعة للتخطيط والتوجيه والإعلام، ديوان المطبوعات الجامعية لجامعة الجزائر).

أ- البعثات:

تشجع وتطور الأنشطة الرياضية والأكاديمية المنتشرين في قطاع التعليم العالي، سيطرة جامعة الرياضة الرياضية، تنظيم المسابقات الرياضية للجامعة وطنيا ودوليا.

ب- الأهداف:

- وضع الرياضة لرابطات وجود جامعة في مختلف ولاية ودعم أعمالهم مع السلطات المحلية التي تعتمد عليها، أن تساهم عن طريق لجان الدراسات لزيادة الروابط بين الجامعات وطلاب الحركة الرياضية.

- البحث عن سبل جديدة لتمويل، مع المؤسسات الحكومية والهيئات الاقتصادية، وسائل الإعلام لدعم تطوير الرياضة الجامعية في جميع المدن الجامعية.

- وضع نظامها من اجل تأكيد مكانة في كل من الجامعة الوطنية الجزائرية والحركة الرياضية وتعزيز مصداقيتها وذلك من جامعة الحركة الرياضية.

1-3-3- الرياضة الجامعية في الوطن العربي:

تعتبر الرياضة الجامعية احد الروافد المهمة التي تغذي الرياضة لما لها من اثر واضح في تزويد الأندية والمنتخبات الوطنية باللعبين والمدربين كم أنها المكان الذي تصقل فيه طاقة اللاعب وأفكاره كما ينسجم مع الحياة الجديدة التي يعيشها في الجامعة، لذلك تعتبر هذه الحياة نقلة نوعية في حياة الطلاب عامة واللاعب خاصة، كما تعتبر الرياضة الجامعية حركة مضافة ومتممة للرياضة المدرسية حيث تعمل هاتان الحركتان على إرشاد وتوظيف الطاقات الرياضية بمختلف المستويات العمرية لكثير من الألعاب، إلا أن الواقع يقول عكس ذلك حيث تعاني الرياضة الجامعية من قلة التمويل المادي وسوء المرافق الرياضية ووجود فراغ كبير بين البطولات الجامعية وبين المسؤولين عن الرياضة إضافة إلى قلة الدورات التدريبية والتحكيمية للمدربين وحكام الجامعة بالرغم من هذه الصعوبات فان القائمين والمشرفين والعاملين يقدمون بطولات ناجحة على مستوى عال من المنافسة بما يتمتعون به من إمكانيات وطاقات بالإضافة إلى الحب والتفاني في سبيل إنجاز الحركة الرياضية على مستوى الجامعة، هذا بالإضافة إلى أن الرياضة الجامعية كانت في يوم من الأيام تتمتع بقاعدة جماهيرية واسعة بمستوى عال من المنافسة ويعمل مستمر على مدار السنة الكاملة، فما هو الداء الذي أصاب رياضتنا الجامعية وما هي الحلول التي يمكن توظيفها للنهوض من جديد بهذا المجال من الرياضة العراقية إلى الأردنية والسورية كل ذلك دعانا إلى إن نحمل متاعنا الصحفي ونعيش في أروقة الرياضة الجامعية ونسأل القائمين عليها عن هذه السباب.

(علي بجي المنصور، 1973، ص65).

إن أسباب تختلف الرياضة الجامعية كثيرة، لكن يمكن حصر أسباب رئيسية وراء تدهور المستوى منها قلة عدد الطلاب الممارسين للألعاب إضافة إلى حالة الملاعب السيئة وعدم وجود مخصص للنشاط أو حتى وقت مخصص في الكلية لمزاولة النشاط الرياضي إضافة إلى الفرق الواضح بين الرياضة الجامعية والرياضة على مستوى الأندية وخذه الأسباب كمحصلة تؤدي إلى عدم اكتشاف الطاقات الشابة الفنية والتدريبية والإدارية.

1-3-4- أهم الواجبات الرئيسية للإدارة الجامعية فيما يخص النشاطات الرياضية:

- التعاون مع الهيئات والمؤسسات في المجال الرياضي.
- مشاركة الجامعات بالمناسبات والأعياد الوطنية بتنظيم مهرجانات الرياضية والعروض الفنية.
- توفير الملاعب والأجهزة الرياضية المناسبة لممارسة الطلبة من خلالها أنشطتهم الرياضية المفضلة.
- تطوير القدرات البدنية والفنية وصقل المهارات للطلاب لتمكنهم من المشاركات الداخلية والخارجية.
- تعميق الوعي الرياضي في نفوس الطلبة وحثهم على ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل مستمر ومنظم.

- إقامة المسابقات وتنظيم البطولات المفتوحة بين كليات الجامعة وبمشاركة جميع أفراد الأسرة الجامعية.
 - تبادل الآراء والمعلومات والمعارف والخبرات عن طريق حضور المؤتمرات والمناسبات الرياضية التي تدعي لها الجامعة.
 - نشر الثقافة الرياضية والمبادئ الأولية السامية وتنظيم المهرجانات الرياضية والعروض الفنية.
 - تنمية الوعي الوطني والمهارات الفردية والقدرات البدنية للشباب لمواجهة الصعوبات والعقبات.
 - رعاية العاملين بإدارة الأنشطة الرياضية بتطوير قدراتهم الذهنية والإدارية لتمكينهم من أداء واجباتهم الوظيفية على أكمل وجه.
 - تنمية الروابط الرياضية القائمة بين الجامعات العربية والأجنبية تماشياً مع القيم والمبادئ التي تؤمن بها الجامعة.
 - إقامة ندوات وحلقات رياضية وتجديد الخبرات والمعلومات مع الجهات المعنية.
- (كمال درويش، محمد الحماحي ، 1997، ص65).

1-3-5- أهم الواجبات الرئيسية للإدارة المنشآت الرياضية:

إقامة الأنشطة والمسابقات التي تنظمها الإدارة بأقسامها المختلفة، يتطلب توفير وتجهيز وإعداد منشآت رياضية مثالية إلى حد ما، وهذا يقوم به قسم المنشآت الرياضية، فعليه يقع إعداد وتجهيز المنشآت الرياضية بالإضافة إلى توفير متطلبات النشاط من أجهزة وأدوات بالإضافة إلى إعداد جداول زمنية لاستعمال المنشآت سواء في النشاط الحر من قبل أفراد الأسرة الجامعية على أن لا يكون هناك أي تعارض أو تداخل بين تلك الإستخدامات.(فايز الزعبي ومحمد عبيدات، 1997، ص 65).

الجامعة كما هو معروف تشمل على قطاع من الشباب في حاجة إلى نشاطات رياضية ضخمة، التي تلبي رغبات الطلبة لممارسة مختلف النشاطات الرياضية حسب إمكانياتهم وأذواقهم. (حمد سعيد عبد الفتاح ، 1992، ص 98).

1-3-6- الرياضة الجامعية:

يمكن أن تكون رياضة التنشيط أو رياضة التسلية: أي في الواقع لعبة رياضية بإمكان الطلبة تنظيمها مع المنشطين والمسؤولين أثناء وقت الفراغ ويكفي أن يكون نشاطاً بدنياً حراً أو مقابلات لا تتطلب إمكانيات فنية أو تنظيمية رياضة المنافسة تنظم المنافسات لفرق مكونة ومهيأة لإجراء المقابلات مع احترام القانون الرياضي للعبة، يتعلق الأمر برياضيين مهنيين في إطار النادي الرياضي للإقامة الجامعية أو مؤسسة بيداغوجية رياضية المنافسة-الإقامات، الكليات، الجامعات، المراكز الجامعية- تنافس الفرق على الصعيد الفني واللياقة البدنية على الأساس تأتي أهمية تدعيم وإثراء المقابلات بين الجامعات من أجل التعارف والصدقة.

أبرز التظاهرات الرياضية للألعاب الجامعية، تمثل هذه الألعاب المرحلة النهائية للمنافسات الخاصة بالفرق والرياضيين لمختلف الجامعات وتكوين بمثابة مهرجان رياضي كبير يتجمع فيه المئات من الطلبة والطالبات.

• **أماكن ممارسة الرياضة:** يمارس النشاط الرياضي حسب الحالات الآتية:

- في الإقامة الجامعية.

- في المؤسسات البيداغوجية.

• **كيفية ممارسة الرياضة:** يمكن للطلبة ممارسة الرياضة:

بالمشاركة في النشاط الرياضي سواء في الإقامة أو المؤسسة، وفي هذه الحالة فهم غير ملزمين ويكفي أن يعبروا عن مشاركتهم بالتسجيل بالالتحاق بالنادي الرياضي التابع لإقامتهم أو مؤسستهم وفي إطار النادي الرياضي يستطيع الطالب أن يشارك في النشاط الرياضي العام وفي المنافسات الجامعية في إطار الفروع المختلفة.

• **النادي الرياضي الجامعي:**

هو قاعدة النشاط الرياضي الجماهيري أو رياضة المنافسات، وتسري فعاليته في إطار جماعي بموجب القانون 90/31 ب: 04/12/1990 المتعلق بالجمعيات القانونية 95/09 بتاريخ 25/02/1995 المتعلق بالتنظيم " المنظومة الوطنية للتربية البدنية والرياضية "

- **كيفية إنشاء النادي:**

يمكن أن ينشأ النادي من طرف مجموعة من الطلبة أو من طرف الإدارة الجامعية وإدراجه ضمن تنظيمها لقوانينها، ويمكن إنشاء النادي الرياضي الجامعي في أي وقت، يكفي أن يحدد تنظيمه كل سنة، ولأسباب عملية وإدارية- تنظيم المنافسات -الحصول على رخصة الموافقة- الحصول على المساعدات والالتحاق بالمرافق الرياضية للبلديات- يستحسن إنشاء أو تجديد النادي في بداية السنة الدراسية، الانخراط يكون فرديا، ويتحقق بالحصول على بطاقة تأمين الرياضي مقابل سعر رمزي.

1-3-7- دور النشاط البدني والرياضي في نمو شخصية الطالب:

يمثل النشاط الرياضي محور عملية التربية البدنية، حيث يمثل علاج أو بالأحرى من ميكانيزمات الجسم، العقل والروح، لهذا فإن نوع هذا أو الدواء يجب أن يكون ملائما للإنسان والممارس، وإذا كان عكس ذلك فقد يكون ضارا.

فالأثر السلبي للنشاط البدني والرياضي قد لا يظهر في الحال وإنما بعد أعوام وذلك من جانب عدم وجود منهج سليم لممارسة هذا النشاط، وإن هذا الأثر كإصابة القلب أو الكليتين أو المفاصل أو العظام أو الدماغ.

والإصابات لا تقتصر فقط على الإصابات البدنية بل تتعداها إلى إصابات نفسية، فالأثر التربوي المباشر للتربية البدنية عموما والنشاط الرياضي خصوصا كأداة لها مختلف الأوجه الجسمية والفكرية والمهارية، فالسلوك نلمحه من خلال توفير كافة مستلزمات العملية التربوية للتربية البدنية وذلك لتؤدي مهامها وذلك بما يناسب أهمية المرحلة الدراسية الجامعية لتكوين الطلبة الجامعية فنجاح وتحقيق الهدف من النشاط الرياضي يتوقف بتوفر هذه الشروط: (النشاط البدني الرياضي في الأوساط الجامعية الجزائرية، 1999-2000 ص101).

- توفير الإمكانيات والتجهيزات الرياضية اللازمة.

- توفير القاعات والملاعب المناسبة والموجهة رياضيا.

- وجود جهاز يشرف على التدريب والتسيير.

- وجود مناهج رياضية واقعية وموضوعية.

فغياب هذه الشروط أو عدم اكتمالها، ينقص حتما من تحقيق أغراض النشاط البدني والرياضي مما يؤدي به إلى الركود.

فالنشاط البدني والرياضي يلعب دورا هاما في نمو شخصية الفرد عامة والطالب الجامعي بكلتا جنسيه خاصة، فيؤثر على سلوكه من حيث التعبير عن أحاسيسه ومشاعره، وهذا التأثير متفاوت الدرجة عند الطالبات حيث كلما ازداد هذا التأثير على شخصيتهم.

1-3-8- أهم التأثيرات التربوية للنشاط البدني والرياضي في شخصية الطالب الجامعي:

- حصول الطالب على القوة واللياقة البدنية ينعكس ذلك على الأعمال التي تقوم بها أدائها فلو ضعفت قوته أوقات اثر ذلك على سلوكه المباشرة والغير مباشرة.

- تميز الطالب بالسرعة يجعله يقوم بأعماله بشكل أسرع وأحسن وهذا ما يميزه على باقي زملائه وزميلاته في نظر أساتذته.

- فالمرونة والمهارة والمطاولة التي يكتسبها الطالب من خلال ممارسته للنشاط البدني والرياضي سواء على مستوى ترويحي أو تنافسي تنعكس على تصرفاته وأفعاله الحركية اليومية، فتزيد من كفاءته في أداء وظيفته الدراسية وإبعاد سرعة الرتب قدر الممكن.

- يساهم النشاط البدني والرياضي في تحسين معنويات الطالب ونفسيته مما يطبع ذلك في شخصيته ويصبح هذا السلوك جزء منه. (الدكتور غسان محمد صادق ، الدكتور سامي الصفار ، 1988، ص296-297).

خلاصة:

لقد تمكنا من خلال هذا الفصل من بناء قاعد معرفية للبحث وذلك من خلال التطرق إلى مجموعة من المحاور حيث تناولنا فيها الدوافع وذلك بإبراز نوعها وتقسيماتها كما تطرقنا إلى الممارسة النسوية للشايات الرياضية في الأخير قمنا بتفصيل كل ما يرتبط بكرة الطائرة. ومنها فإن للخلفية النظرية لدراسة الدور الكبير في توجيه الطالب الباحث في مسار بحثه من حيث ضبط جميع المفاهيم المرتبطة بمتغيرات البحث وإزالة الغموض عنها وصولاً إلى الفهم الجيد للموضوع بهدف الوصول إلى تمهيد الطريق للانطلاق في الدراسة التطبيقية وتسهيل مهمة تنفيذها على أرض الواقع .

تمهيد:

يعتبر البحث العلمي سلسلة مترابطة من الدراسات التي ليس لها حدود، ويجب أن تكون لها بداية واضحة فلا يمكن أن ينطلق البحث العلمي من الصفر فهو يستند إلى مجموعة من البحوث السابقة من أجل تحقيق الترابط والتكامل بين البحوث بهدف إثراء الدراسة، فمن المعروف أن أي بحث علمي يقدم مجموعة من الفروض المستقبلية التي تأسس لبداية بحث جديد، وبحكم أن بصدد إجراء بحث وصفي و اعتمدنا على مجموعة من الدراسات المشابهة التي تناولت موضوعات مشابهة لبحثنا هذا لنعلم ما سمينه بخريطة الطريق نحو إنجاز هذا البحث ربحا للوقت من جهة وتقاديا للوقوع في الأخطاء التي وقع فيها من سبقنا في ذلك من جهة أخرى بحيث سوف نتطرق إلى دراسات محلية وعربية مشابهة لبحثنا هذا .

4-1- كرة الطائرة:

1-4-1- تعريف الكرة الطائرة:

الكرة الطائرة رياضة جماعية يتقابل فيها فريقين فوق الميدان الذي يبلغ 18 متر وعرضه 9 متر تقسمه الشبكة إلى جزئين متساويين وارتفاع الشبكة هو 2.43 متر للذكور و 2.33 متر للإناث والهدف من هذه هو محاولة إسقاط الكرة في جهة الخصم وتقاوي سقوطها في الجزء الخاص به ،وتتحرك الكرة فوق الشبكة ببدء اللعب عن طريق اللاعب الخلفي حيث يبدأ بضرب الكرة وذلك بالإرسال ولكل فريق الحق في لمس الكرة ثلاث مرات دون حساب لمسة الصد إن وجدت ولا يمكن للاعب واحد لمس الكرة مرتين متتاليتين ويستمر اللعب حتى تلامس الكرة الأرض أو عدم

تحقيق إرسال صحيح (منشورات الخارجية لكرة الطائرة القانون الرسمي لكرة الطائرة المعتمد من طرف (FIVB)، 2000)

2-4-1- تاريخ ونشأة الكرة الطائرة:

• في العالم :

فكرة طيران الكرة في الهواء وإعادتها هي لعبة قديمة جدا أي منذ 3000 سنة تقريبا قبل الميلاد مما تدل عليها الآثار الموجودة في مقابر الفراعنة، وهناك صور أخرى قديمة في أمريكا واندونيسيا تشير إلى قذف الكرة ولقفاها من جانب إلى آخر وذلك منذ حوالي 2000 سنة، أما في اليابان قديما فقد كانت محاولات لعب الكرة تدور حول قذف الكرة في هدف وهناك معلومات وتقارير نظرية تشير إلى انه في البرازيل وفي شمال أمريكا كانت محاولات لعب الكرة تقام بين فريقين كل منهما يحاول الحصول على الكرة ويرميها لفريقه.

أما حديثا فيقال أن الشعب الإيطالي عرف لعبة تشبه الكرة الطائرة خلال العصور الوسطى ثم انتقلت إلى ألمانيا عام 1893م وكانت تسمى "فوست بول" ذلك بالرغم من أن التاريخ الرياضي يعتبر الكرة الطائرة من الألعاب الحديثة التي جاءت عن طريق البحث عن طريقة جديدة لقضاء أوقات الفراغ

ويرجع منشأ الكرة الطائرة إلى "ويليام مورغان" مدرس التربية البدنية والمدير السابق لجمعية الشبان المسيحية بهوليود بولاية "ماسا شوسني" وقد أطلق عليها اسم "المينونيت" وقد شاهد هذه اللعبة "د. هالستيد"، حيث اقترح تغيير اسمها . إلى الكرة الطائرة، نظرا لأن الفكرة الرئيسية للعب هي طيران الكرة عاليا وخلفا، وأماما لعبور الشبكة وكان هذا عام 1895م، وقد استعمل "ويليام مورغان" شبكة التنس وثبتها على ارتفاع 6 أقدام من الأرض (1.84 سم)

وكانت الكرة المستعملة هي مائة كرة السلة الداخلية ولما كانت المائة خفيفة (علي مصطفى طه، 1999، ص11)

كما كانت كرة السلة بغلافها الخارجي ثقيلة فقد صنعوا كرة أصغر تتناسب مع تأدية اللعبة، وقد انتشرت لعبة الكرة الطائرة في العالم أجمع منذ ذلك الوقت، ومما ساعد على انتشارها بين الشباب هو رغبتهم في إيجاد ألعاب صيفية مناسبة كالألعاب الشتوية يستطيعون ممارستها انتشرت الكرة الطائرة على المستوى العالمي سنة 1900م عندما أصبحت كندا تتبنى هذه اللعبة، وفي نفس العام انتقلت إلى الهند ثم القليلين و البيرو عام 1910م ثم انتقلت إلى إنجلترا عام 1914م وقد دخلت الكرة الطائرة إلى أوروبا عن طريق الجيش الأمريكي أثناء الحرب العالمية الأولى، وبعد انتهاء الحرب انتشرت اللعبة في يوغسلافيا سنة 1918م وفي تشيكوسلوفاكي وبولندا سنة 1919م وفي إفريقيا

1923م.

• بعض التواريخ عن تطور الكرة الطائرة:

- 1922: أول بطولة دولية للكرة الطائرة للرجال بتشيكوسلوفاكيا.
 1928: أول خطوة لإنشاء الاتحاد الدولي للكرة الطائرة.
 1932: الكرة الطائرة للسيدات أدرجت ضمن الألعاب الأولمبية في السلفادور.
 1947: 18-20 أبريل إنشاء الاتحاد الدولي للكرة الطائرة (FIVB).
 1949: تنظيم أول بطولة عالمية للذكور ببراغ.
 1996: ظهور رياضة كرة الطائرة الشاطئية بأطنطا.
 1999: تحديد مدة القيام بالإرسال لا تتجاوز 08 ثواني من صفارة الحكم (علي مصطفى طه : مرجع سابق ، ص 12).

1-4-3- لعبة كرة الطائرة في الجزائر:

قبل الاستقلال كانت كرة الطائرة تمارس من طرف المستوطنين ونادرا ما تمارس من طرف الجزائريين وفي سنة 1962م تم إنشاء الفيدرالية الجزائرية للكرة الطائرة على يد الدكتور "بوركايب" وفي نفس السنة إنشاء المنتخب الوطني للذكور وستين بعد ذلك إنشاء المنتخب الوطني للإناث أما في السنوات الأخيرة فقد أصبحت تمارس في أغلبية التراب الوطني.

وهذه بعض نتائج المشاركات للفريق الوطني في المحافل الدولية:

- 1991: أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في كأس العالم واحتل المركز التاسع.
 1991: أول مشاركة للفريق الوطني للناشئات في بطولة العالم واحتل المركز الثاني عشر.
 1992: أول مشاركة للفريق الوطني ذكور في الألعاب الأولمبية واحتل المركز الثاني عشر.
 1994: أول مشاركة للفريق الوطني في البطولة العالمية واحتل المركز الثالث عشر -
 (Revue dit par la fédération Algérienne de volley- ball Smath .1988)

أما بالنسبة للمحافل القارية:

- 1989: احتلال الجزائر المركز الثاني (البلد المنظم كوتديفوار).
 1991: الجزائر تحتل المرتبة الأولى (البلد المنظم مصر).
 1993: الجزائر تحتل المرتبة الأولى على التوالي (البلد المنظم الجزائر).
 1997: الجزائر تحتل المركز الثالث (البلد المنظم نيجيريا)
 اما بالنسبة للاندية:

- 1998: مولودية الجزائر تفوز بالبطولة الافريقية للاندية.

(www .volley ball.com ,2016)

1-4-4- مميزات وخصائص لعبة الكرة الطائرة:

ما يميز الكرة الطائرة عن باقي الألعاب المشابهة أنها تعتمد على القدرات العقلية بقدر ما تعتمد على التكوين البدني ففي كل الحركات الكرة الطائرة نجد أن اللاعب يفكر و يوافق بين جهازه العصبي والعضلي ويعرف كيف يحلل مواقف

اللعب ،متى يسرع ومتى يبطئ وأين يتم تغيير اللاعبين لمراكزهم ومتى وكيف من لعب الكرة المرتدة من الشبكة في الوقت المناسب. (محمد سعد زغلول، 2001،ص17)

ويمكن تلخيص خصائص كرة الطائرة فيما يلي:

-يعتبر ملعب الكرة الطائرة أصغر ملعب في الألعاب الجماعية
-يعتبر ملعب الكرة الطائرة أكبر هدف في الألعاب الجماعية يمكن التصويب عليه
-يمكن إعادة الكرة الطائرة ولعبها حتى ولو خرجت خارج الملعب
-يمكن للاعب أن يلعب في جميع المراكز الأمامية و الخلفية ما عد اللاعب الحر (الليبيرو) فهو يلعب في المراكز الخلفية فقط.

-لكل فريق ملعب خاص لا يمكن للفريق دخول ملعب الفريق المنافس .

- لعبة الكرة الطائرة ليس لها وقت محدد .

- حتمية أداء ضربة الإرسال لجميع أفراد الفريق .

- لا بد أن تنتهي المباراة بفوز أحد الفريقين (أكرم زكي حظاية،1996، ص61)

1-4-5- أهم القوانين الخاصة بالكرة الطائرة:

- **الملعب :** إن ميدان اللعب يأخذ شكل مستطيل ضلعه 18 متر و 9 أمتار محاط بمنطقة حرة تبلغ على الأقل 3 أمتار عرضها في كل الاتجاهات .
- **فضاء اللعب الحر :** هو فضاء يقع فوق مساحة اللعب وفي المنافسات الدولية ، المنطقة الحرة تبلغ على الأقل 5 أمتار من بداية الخطوط الجانبية وعلى الأقل 8 أمتار من بداية الخطوط الخلفية وفضاء اللعب يجب أن يكون على علو 12.5 متر على الأقل ابتداء من مساحة اللعب
- **الكرة :** يجب أن تكون الكرة دائرية بغلاف من الجلد الطري الطبيعي أو المركب يحتوي من الداخل على متانة مطاطية أو من مواد مماثلة ،يجب أن تكون الكرة مطابقة للمعايير الفدرالية العالمية للكرة الطائرة حيث محيط الكرة بين 65 و 75 سم ووزنها ما بين 260 إلى 280 غ والضغط الداخلي يجب أن يكون من 0.300 و 0.325 كغ /سم³ .
- **الشبكة :** طول الشبكة يكون 9.5متر و عرضها 1 متر وتكون ممتدة عموديا فوق خط الوسط ويوجد على حافة الشبكة عصي طول كل منها 1.8متر وبقطر 10مم مصنوعة من الألياف الزجاجية (فابير كلاس) تدعى بالعصي الهوائية وتكون هذه العصي ممتدة بحيث يبلغ علوه الشبكة بالنسبة للرجال 2.43متر و السيدات 2.24 متر .
- **الفرق:** الفريق يتكون من 12 لاعبا على الأكثر ومدرب و نائبه ، ومعالج الفريق يستطيع كل لاعب قيادة الفريق ماعدا اللاعب الحر ويجب أن يكون معين في ورقة المباراة لا يحق لأي لاعب غير مسجل في ورقة المباراة الدخول الميدان و المشاركة في اللقاء ولا يحق تغيير تشكله الفريق بعد إمضاء أو توقيع ورقة المباراة من طرف القائد أو المدرب .

• اللاعب الحر :

- اللاعب الحر دفاعي فقط .
 - ممنوع عليه القيام بالإرسال ، والصد السحق من أي مكان ، إذا الكرة فوق إرتفاع الشبكة .
 - يستعمل اللاعب الحر ثياب مختلفة عن ثياب فريقه .
 - تغيرات للاعب ليست محددة في حدود المنطقة التفاعلية .
- (القانون الدولي لكرة الطائرة ، 2001-2004 ، ص6-7)

• الحكام : يدير المباراة هيئة من الحكام وتتكون من :

➤ الحكم الأول : وهو مكلف بتحديد

- طبيعة الخطأ .
- الفريق الذي يقوم بالإرسال .
- اللاعب المخطئ .

➤ الحكم الثاني : وهو مكلف بتحديد

- طبيعة الخطأ .
- اللاعب المخطئ .
- الفريق الذي يقوم بالإرسال طبقا للحكم الأول .

➤ المسجل : يقوم بتسجيل كل من النقاط ، الأخطاء الخاصة باللاعبين وكذلك التبديلات .

- الشوط الفاصل : يكون التنقيط فيه حتى 15 نقطة وتنتهي حين يكون الفرق بين الفريقين نقطتين .

1-4-6- المهارات الأساسية في الكرة الطائرة :

- الإرسال: الإرسال هو الضربة التي يبدأ بها اللعب في المباراة ويستأنف عقب انتهاء الشوط وبعد كل خطأ وهو عبارة عن جعل الكرة في حالة لعب بواسطة اللاعب الذي يشغل المركز الخلفي الأيمن في الفريق والذي يضرب الكرة باليد المفتوحة أو المقفلة أو بأي جزء من الذراع بهدف إرسالها من فوق الشبكة إلي ملعب الفريق المنافس .

➤ أهمية ومميزات الإرسال:

ترجع أهمية الإرسال إلى انه احد المهارات الأساسية ذات الطابع الهجومي حيث أن الفريق لاستطيع تحقيق النقاط بدون الاحتفاظ به فيجب علي لاعبي الكرة الطائرة أن يدركوا أن الإرسال ليس مجرد عبور الكرة فوق الشبكة ، ولكن يجب على لاعبي الفريق أن يجيدوا أداء الإرسال بطريقة جيدة ودقيقة علي أن يراعوا فيها المسافة والارتفاع والمكان المحدد وهذا مما يدفع لاعبي الفريق المنافس في كل إرسال إلى اتخاذ مواقف الدفاع ويستطيع الفريق إحدار النقاط من خلال الإرسال ولاعب الإرسال يكون أداؤه مستقل وبدون تأثير من زملائه أو الفريق المنافس .

(علي مصطفى طه : مرجع سابق ، ص 57)

وأنواع الإرسال تهدف إلي تحقيق احدي الغرضين هما:

-اكتساب نقطة سريعة ومباشرة .

-تصعيب عملية القيام بهجوم (الخصم زينب فهمي، 1990، ص21)

• الاستقبال:

هو استقبال الكرة المرسلة من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو لزميل في الملعب وذلك بامتصاص سرعتها وقوتها وبتمريرها من الأسفل إلي الأعلى بالساعدين أو بالتمرير من أعلي حسب قوة الكرة وسرعتها ووضع اللاعب المستقبل (علي مصطفى طه: مرجع سابق، ص69)

➤ أهميته:

يعتبر الدفاع عن الإرسال من المهارات الدفاعية ذات أهمية كبيرة في الكرة الطائرة فمنذ نشأة الكرة الطائرة وحتى وقتنا الحاضر تنوعت وتتابع طرق استقبال الكرة،سواء بالكفين أو الذراعين وبعد أن كانت تؤدي تؤدي من الأعلى أصبحت الطريقة المتبعة حاليا بالذراعين من الأسفل ما يطلق عليها Begger وتؤدي باستخدام السطح،الداخلي للساعدين،وذلك لضمان استلام الكرة بالطريقة الجيدة ولتوصيلها للزميل بدون حدوث أخطاء .

• التمرير:

هو استلام الكرة باليدين أو بيد واحدة من اعلي ومن الأسفل بتوجيهها للأعلى مع تغير اتجاهها بدون استقرارها علي اليدين (علي مصطفى طه : مرجع سابق ، ص69)

• الضرب الساحق:

هو عبارة عن ضرب الكرة بإحدى اليدين بقوة لتعديتها بالكامل فوق الشبكة وتوجيهها إلي الملعب الفريق المنافس بطريقة قانونية

➤ أهميته:

الهدف من الضرب الساحق في لعبة الكرة الطائرة هو الحصول علي نقطة من نقاط المباراة أو الحصول علي الإرسال.

وتتطلب هذه المهارة نوعية معينة من اللاعبين يتميزون بسرعة البديهة وحسن التصرف والثقة بالنفس وارتفاع القامة وقوة عضلات الرجلين والسرعة الحركية الفائقة والرشاقة والقوة الانفجارية العالية في الوثب والضرب (علي مصطفى طه : مرجع سابق، ص112)

➤ طريقة أداءه:

- الإقتراب:

يؤدي بتحريك الضرب في اللحظة التي تترك فيها الكرة يد اللاعب الذي يتولي الإعداد فيأخذ خطوة إلي الأمام بالقدم المناسبة ثم تتحرك القدم في وثبة طويلة سريعة ومتوسطة الارتفاع تنزل بموازاة القدم الأخرى وعلي مسافة مناسبة منها وتتحرك الذراعان في أرجحة إلي الخلف .

- الارتقاء:

من الوضع السابق تثني الركبتين وينتقل ثقل الجسم علي الأمشاط وتتحرك الذراعان في حركة متأرجحة من الخلف إلي الأمام، وفي هذه اللحظة تمتد جميع مفاصل الجسم متجه إلي الأعلى بينما تتابع الذراعان حركتهما إلي الأعلى في محاولة لاكتساب اعلي ارتقاء .

- الضرب:

عندما يصل جسم الضارب إلي الأعلى ارتقاء له يتحرك الجزء العلوي من الصدر في حركة تقوس وتثني الذراع الضاربة للخلف من مفصل المرفق وفي اللحظة المناسبة تدفع الذراع الضاربة إلي الأمام لتضرب الكرة باليد المفتوحة في حركة انقباض مع إعطاء الضربة القوة الدافعة بواسطة اندفاع الجسم إلي الأمام والأسفل بقوة.

- الهبوط:

بعد عملية ضرب الكرة يكون الهبوط علي القدمين في نفس المكان الذي ارتقي منه دون تجاوز خط المنتصف مع ثني الركبتين لتساعد علي امتصاص صدمة الهبوط (حسين عبد الجواد : مرجع سابق ، ص 60-61)

• الصد

هو عملية يقوم بها لاعب أو ثلاثة لاعبين معا من المنطقة الأمامية مواجهها للشبكة أو قريبا منها، وذلك بالوثب الأعلى مع مد الذراع أو الذراعين للاعتراض الكرة المضروبة ساحقا من ملعب الفريق المنافس فوق الحافة العليا للشبكة .

➤ أهميته :

-يعتبرا لصد من المهارات الأساسية في عملية الدفاع عن الملعب.

-إجباط عزم الفريق المنافس .

-امتصاص قوة الضربة الساحقة .

-تستخدم كمهارة هجومية ضد الفريق المنافس (علي مصطفى طه: مرجع سابق ، ص 137)

1-4-7- الصفات البدنية الخاصة بالكرة الطائرة :

• الرشاقة:

هناك معاني كثيرة حول مفهوم الرشاقة وتحديد مفهوم الرشاقة نظرا لارتباطها الوثيق بالصفات البدنية من جهة والتقنيات من جهة أخرى تعرف بأنها قدرة الفرد علي تغير أوضاعه في الهواء كما تتضمن أيضا عناصر تغير اتجاه وهو عامل هام في معظم الرياضات لإضافة عنصر السرعة (قاسم حسن حسين ، 1984، ص 200)

ويري البعض أن الرشاقة هي القدرة علي التوافق الجيد للحركات التي يقوم بها الفرد سواء بكل أجزاء جسمه أو بجزء معين .

ويعتبرا لتعريف الذي قدمه "هوتز" من انطباق التعاريف الحالية لمفهوم الرشاقة في عملية التدريب الرياضي إذ يري أن الرشاقة هي :

- القدرة علي إتقان التوافقات الحركية المعقدة .

- القدرة علي سرعة وإتقان المهارات الحركية الرياضية.

- القدرة علي سرعة تعديل الأداء الحركي بصورة تتناسب متطلبات المواقف المتغيرة (محمد حسن العلاوي ، 1994 ،

ص110)

• السرعة:

يفهم من السرعة كصفة حركية قدرة الإنسان علي القيام بالحركات في اقصر وقت ممكن وفي ظروف معينة ويفترض في هذه الحالة أن تنفيذ الحركات لا يستمر طويلا

وتعني السرعة كذلك القدرة علي أداء الحركات المتشابهة أو غير المتشابهة بصورة متتابعة وناجحة في اقل وقت ممكن وتوضح أهميتها في المباراة عند مفاجأة الخصم أو الفرق المنافس بالهجوم لإحداث تغيرات في دفاع الخصم من خلال سرعة أداء التمرين والتحرك وتغير المراكز ،تعتبر السرعة بكل أنواعها من أهم مميزات لاعب الكرة الحديثة حيث تساهم في زيادة فعالية الخطط الهجومية (قاسم حسن حسين ،مرجع سابق ، ص45)

• المرونة:

يعرف زاسيورسكي " zaciorskiy " المرونة بكونها القدرة علي أداء الحركات لمدي واسع ويتفق معه معظم العلماء وعن أهمية ومضمون المرونة في الكرة الطائرة يشير لاري كيش "lary kich" إلي أنها احد المكونات الحالة البدنية للاعب الكرة الطائرة حيث من ضمنها .

- قابلية العضلات والأربطة للإمتطاط .

- قابلية المفاصل للحركة .

- التناسق والارتقاء للتوتر العضلي (محمد صبحي حسانين ، 1997 ، ص147)

• التحمل:

قوة أو مقدرة الفرد علي العمل لفترات طويلة وقدرته علي مقاومة التعب والتغلب علي المقاومات والضغط الخارجي دون هبوط مستوي الكفاءة والفعالية (أبو العلا عبد الفتاح ، 1997 ، ص 35)

الدراسات المرتبطة بالبحث:

2-1- الدراسة الأولى: من إعداد ازري سوانلنذة مكيوسة، تحت عنوان " الرياضة والمرأة بين العزوف والإصرار وتأثيرها على الحركة الرياضية النسوية: دراسة الدوافع في الرياضة وتأثير دور المدرب على سلوك الرياضية" مذكرة لنيل شهادة الماجستير، جامعة الجزائر، 2003-2004.

• الفرضيات:

الفرضية العامة:

يرتبط إصرار الفتاة في الممارسة الرياضية أو العزوف عنها لنوع الدافعية التي تتميز بها إلى جانب تأثير المدرب على سلوكها،

الفرضيات الجزئية:

الفرضية الأولى:

- هناك علاقة بين سن بداية الممارسة وظاهرة العزوف الرياضي،

- هناك علاقة بين سن وظاهرة العزوف الرياضي،

الفرضية الثانية:

هناك علاقة بين نوع الدافعية وسلوك الرياضية.

الفرضية الثالثة:

- هناك علاقة بين عامل " المدرب " وسلوك الرياضية.

يؤدي اهتمام المدرب بالناحية المهارية (الأداء، النتيجة) فقط إلى عزوف الرياضيات من الممارسة.

يساهم اهتمام المدرب بالناحية النفسية (التشجيعات) على إصرار الرياضية في الممارسة.

• الأهداف:

- وصف ظاهرة اجتماعية تتمثل في الرياضة النسوية وإبراز واقعها في الجزائر.
- استخراج أهم العوامل التي تعرقل هذه الممارسة والتي تؤدي إلى العزوف الرياضي.
- دراسة الأسباب التي تؤدي بالرياضية إلى العزوف من الممارسة الرياضية من جهة أخرى.
- دراسة كيف يؤثر المدرب على سلوك الرياضية من حيث اخذ القرار أما الإصرار في الممارسة أو العزوف منها.
- محاولة جلب اهتمام المسؤولين حول خطورة هذه الظاهرة للحد منها من اجل تطور الرياضة الجزائرية بصفة عامة والرياضة النسوية بصفة خاصة.

• عينة البحث:

العينة الأولى: تشمل فتيات ممارسات لمختلف الرياضات الفردية (العاب القوى، السباحة، الجودو) كلها مسجلات رسميا على مستوى الفيدراليات والرابطات الرياضية وأهم النوادي الرياضية التي تتدرب فيها والتي تخص ولاية الجزائر:

- نادي مولودية الجزائر.
- نادي الاتحاد الرياضي.
- نادي الأمن الوطني.
- نادي الشباب الرياضي بلكور.
- نادي المرادية.

العينة الثانية: تتمثل هذه العينة في ممارسات سابقات لمختلف الرياضات التي تخلت عن مشوارها بعد عدة سنوات من الممارسة أي ما يفوق 8 سنوات لأسباب معينة.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي التحليلي.

- أدوات البحث:

الاستبيان رقم 1: سلم الدافعية في الرياضات.

الاستبيان رقم 2: سلم إدراك الجو الدفاعي.

بدون توصيات ولا اقتراحات.

2-1- الدراسة الثانية: من إعداد قاصدي حميدة تحت عنوان " دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ" مابين الصعوبات والتطلعات، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية والفنية رقم 05 (01/2014) مارس 2014.

- التساؤلات:

-هل الطلبة الجزائريون يهتمون بالأنشطة الرياضية البدنية؟

-ماهي دوافع الطلبة نحو الأنشطة الرياضية الترويحية؟ وهل تختلف باختلاف الجنس؟

-ما الوسائل الرياضية الترويحية التي يرغب طلبة المرحلة الجامعية في توفرها؟

-ما الصعوبات التي تحول دون ممارسة الطلبة للنشاط الرياضي الترويحي؟

- منهج الدراسة: المنهج الوصفي المسحي.

العينة وطريقة اختيارها: الطريقة الموجهة والمقصودة

تم اختيار 70 طالب و60 طالبة بجامعة الجزائر 03.

- أدوات البحث: الاستبيان

- التوصيات:

-توفير ووضع في تصرف الطلبة الوسائل والإمكانيات الرياضية.

-عقد اتفاقية مع القاعات الرياضية والمساح لتمكين الطلبة وخاصة الطالبات من ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

-إنشاء مكاتب خاصة بالأنشطة الرياضية الترويحية

-بحث ثقافة الرياضة في وسط الطلبة وتحسيسهم بأهمية ودور الأنشطة الرياضية في التحصيل الدراسي.

3-2- الدراسة الثالثة:

المدرسة الوطنية للتكوين العالي في علوم تكنولوجيا الرياضة.

مذكرة ماجستير في نظرية ومنهجية التدريب الرياضي.

دراسة رفيق ساعد 2008-2009 تحت عنوان " دراسة مدى تأثير كل من فعالية الذات وبناء الأهداف على دافعية

الانجاز الرياضي "

• الفرضيات:

الفرضية العامة:

يؤدي المستوى العالي لكل من فعالية الذات وبناء الأهداف تأثيرا ايجابيا في مستوى دافعية الانجاز لدى الرياضي.

الفرضيات الجزئية:

-يتميز تلاميذ الثانوية لرياضية بدرارية بمستوى عال لفعالية الذات.

-يتصف أفراد العينة بمستوى عال لمهارة بناء الأهداف.

-مستوى دافعية الانجاز لدى تلاميذ الرياضة بدرارية متوسط.

هناك فروق في دافعية الانجاز الرياضي بين تلاميذ ذوي فعالية الذات العالية وذوي فعالية الذات المنخفضة.

-يتناسب مستوى مهارة بناء الأهداف تناسبا طرديا مع مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى تلاميذ الثانوية

الرياضية بدرارية.

• أهداف البحث: يمكن أن نلخص أهداف البحث في النقاط الآتية:

-تناول موضوع فاعلية الذات،بناء الأهداف، دافعية الانجاز الرياضي نظريا ومحاولة البحث في تطبيقاتهم في

الميدان.

-تحديد مستوى خاصية فاعلية الذات المميزة لتلاميذ الثانوية الرياضية بدرارية.

-التعرف على مستوى مهارة بناء الأهداف لدى أفراد العينة.

-تحديد مستوى دافعية الانجاز الرياضي المميزة لتلاميذ ثانوية درارية باعتبارهم رياضيين.

-التعرف على نوع ودرجة العلاقة الموجودة بين كل من فاعلية الذات وبناء الأهداف من جهة ودافعية الانجاز الرياضي من جهة أخرى.

-تحديد الخاصية النفسية الأكثر تأثير في دافعية الانجاز الرياضي.

-تحديد الخاصية النفسية الأكثر تأثيرا وفعالية في دافعية الانجاز الرياضي وذلك تبعا لبعض العوامل المؤثرة مثل الاختصاص الرياضي، الجنس، المستوى الرياضي.

• منهج البحث: المنهج الوصفي.

العينة وطريقة اختيارها: قام الباحث باختيار عينة عشوائية تتركب من 100 تلميذ.

• أدوات البحث:

أولا: مقياس فعالية الذات تصميم وليام فيتس.

ثانيا: مقياس مهارة بناء الأهداف من تصميم برنتس روشال.

ثالثا: مقياس دافعية الانجاز الرياضي من تصميم تيري اورليك.

• أهم النتائج التي توصل إليها الباحث: يمكن حصر النتائج في النقاط التالية:

-يتميز تلاميذ الثانوية الرياضية بدرارية بمستوى متوسط لفاعلية الذات يحتاج لمزيد من التطور والتفعيل قصد انعكاس ذلك على دافعية الانجاز لدى الرياضي.

-يتصف تلاميذ الثانوية الرياضية بدرارية بمستوى متوسط لمهارة بناء الأهداف، وهذه المهارة لها ارتباط قوي وشديد جدا مع دافعية الانجاز الرياضي، لذلك يجب تنمية هذه المهارة بشكل خاص.

-يعتبر الممارسين للرياضات الجماعية أحسن مستوى في خاصية فاعلية الذات من نظرائهم في الرياضة الفردية.

يعتبر الممارسين للرياضات الفردية أحسن مستوى في مهارة بناء الأهداف بالمقارنة مع نظرائهم في الرياضة لجماعية.

- تتصف الإناث بمستوى فعالية الذات اقل من نظرائهم الذكور، بينما يتفوقن في مستوى كل من مهارة بناء الأهداف ودافعية الانجاز الرياضي.

- يميز أفراد المستوى الرياضي النخبوي بمستوى مناسب ومقبول ولكل من فاعلية الذات ومهارة بناء الأهداف ودافعية الانجاز الرياضي.

• أهم التوصيات:

- الاسترشاد بأهمية تنمية خاصية فعالية الذات ومهارات بناء الأهداف لأثرهما على مستوى دافعية الانجاز الرياضي الذي يعتبر احد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية.

- الاستعانة بالأخصائي النفسي الرياضي أو المدرب لمتابعة ومراقبة سمات الدافعية للانجاز لدى كل رياضي، مع التعرف على نواحي القوة والضعف وملاحظة تطور الخصائص والسمات والمهارات النفسية بشكل عام وتقييمها مع تسجيل مستوى معدلات كل لاعب على الأقل مرة واحدة في الموسم الرياضي.

أهمية التأكيد على انه كلما أمكن تنمية خاصية فعالية الذات وبناء الأهداف والسمات الدافعية في عمر مبكر كان ذلك أفضل.

4-2- الدراسة الرابعة:

من إعداد: بدر دويكات تحت عنوان "دوافع المشاركة في البرامج الرياضية التنافسية للألعاب الجماعية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين 2004، مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية، مجلد 17، 2004.

• أهداف الدراسة:

- التعرف على دوافع المشاركة في البرامج الرياضية لدى طلبة النجاح الوطنية وترتيب هذه الدوافع تبعا للأهمية
- التعرف على دور كل من اسم اللعبة الممارسة والخبرة في دوافع البرامج الرياضية التنافسية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية.

• التساؤلات:

- ماهي أهم دوافع المشاركة في البرامج الرياضية التنافسية للألعاب الجامعية لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية؟ .
-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دوافع المشاركة في البرامج الرياضية التنافسية للألعاب الجماعية لدى طلبة جامعة النجاح؟.

-ماهي أهم دوافع المشاركة في البرامج الرياضية؟

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دوافع المشاركة في البرامج الرياضية التنافسية في الألعاب الجماعية لدى طلبة جامعة النجاح تعزى لمتغير الخبرة لدى الطالب؟

• المنهج المتبع: المنهج الوصفي.

• العينة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية من المجتمع الأصلي والبالغ عددها 128 طالب أي بنسبة 30 بالمائة من مجتمع الدراسة الأصلي.

• ادوة الدراسة: استخدم الباحث استبيان جل 1983 مع إجراء بعض التعديلات الطفيفة والتي تتناسب مع المجتمع الفلسطيني وطبيعة أهداف الدراسة.

• التوصيات:

-توجيه المزيد من الاهتمام بدوافع طلبة الجامعات الفلسطينية والتعرف عليها من قبل المشرفين الرياضيين والمدرسين.

-إجراء المزيد من الدراسات على بقية الجامعات الفلسطينية للتعرف على أهم الدوافع لدى الطلبة وفي الألعاب المختلفة.

-ضرورة اهتمام الجامعة بالجوانب النفسية والشخصية لدى الطلبة لان هذه الدوافع حصلت على اقل ترتيب بالنسبة للدوافع الأخرى.

- ضرورة إجراء دراسات مشابهة لدى لاعبي الألعاب الفردية في الجامعات وذلك لتعرف على أهم الدوافع لدى طلبة الألعاب الفردية.

2-5- التعليل على الدراسات:

يتضح من خلال عرض الدراسات المرتبطة أن هناك علاقة بين هذه الدراسات والدراسة الحالية في بعض النقاط التي سوف نعرضها بالتفصيل.

*من حيث المجال المكاني: أجريت كل هذه الدراسات في البيئة العربية.

*من حيث متغيرات الموضوع: تختلف الدراسات السابقة الذكر في الصياغة ولكنها تشترك مع الدراسة الحالية في أنها كلها تناولت الممارسة النسوية سواء بالنسبة للدافعية أو للمكان أي الجامعة .

*من حيث الهدف: كان الهدف الأبرز الذي اشتركت فيه هذه الدراسات مع الدراسة الحالية هو الدوافع نحو ممارسة الرياضة.

*من حيث المنهج: اشتركت كل الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي التحليلي.

*من حيث العينة وكيفية اختيارها تنوعت كيفية اختيار العينات في الدراسات السابقة بين العينات العشوائية=والعينات الغرضية المقصودة، الدراسة الحالية اعتمدت في اختيار العينة على الطريقة المسحية المقصودة.

*من حيث الأدوات المستخدمة: استخدمت الدراسات السابقة الذكر الأدوات التالية: المصادر والمراجع العلمية مقاييس الدافعية، الاستبيان، ونحن في دراستنا هذه اعتمدنا على سلم الدافعية في الرياضات .

*من حيث الوسائل الإحصائية: اتفقت الدراسات المذكورة مع الدراسة الحالية في الوسائل والمعادلات الإحصائية:

المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، 't' ستودنت،النسب المئوية.

*من حيث النتائج : إن جل الدراسات السابقة توصلت للدوافع باختلاف أنواعها تلعب دورا أساسيا في الممارسة الرياضية النسوية.

2-6-أوجه الاستفادة من الدراسات المرتبطة بالبحث:

من خلال الدراسات المرتبطة بالبحث تمكنا من الاستفادة من تلك البحوث والدراسات، حيث شكلت إطارا نظريا لموضوع الدراسة الحالية، كما تم الاستفادة من الإجراءات المستخدمة في تلك البحوث من حيث:

- رسم خريطة البحث وتحديد المسار الصحيح للخطوات الملائمة لتطبيق إجراءات هذه الدراسة.

- تحديد فصول الجانب النظري.

- ضبط متغيرات موضوع الدراسة.

- الوصول إلى صياغة إشكالية البحث.

- كيفية اختيار العينة.

- تحديد الأدوات المستعملة في الدراسة.

- تحديد أنسب القوانين والمعادلات الإحصائية الملائمة لطبيعة الدراسة.

- كيفية عرض البيانات وتحليلها وتفسيرها تفسيراً علمياً.

- تحديد المنهج المناسب (المنهج الوصفي التحليلي).

- الاستفادة من خبرات الباحثين السابقة.

- تجنب الأخطاء الموجدة في الدراسات السابقة.
- تهيئ للباحث الاتجاه السليم لحل المشكلة وزيادة الخبرة في المجال البحثي.

تمهيد:

لكل دراسة أو بحث علمي أسس منهجية يبني عليها الباحث قاعدته الأساسية في الانطلاق في عملية البحث والدراسة وتكون هذه الأسس المنهجية بمثابة المرشد الذي يتبناه الباحث حتى تتسم دراسته بالدقة العلمية ومما لا شك فيه أن تقديم أي بحث في علم من العلوم يقاس بدرجة الدقة التي يصل إليها في تحديد مفاهيمه وفي دقة الأدوات المستخدمة ليقاسه فعلى الباحث أن يدرك طريقة استعمال مختل فالأدوات الخاصة بهذه العملية وكيفية توظيفها في بحثه.

ونحن في هذا الفصل سنحاول تبين مختلف هذه الإجراءات التي يجب علينا الاعتماد عليها من أجل الوصول إلى حل مشكلة البحث والحصول على نتائج علمية مشبعة بإسناد علمي يمكن الوثوق به كما يمكننا تعميمها على بقية مجتمع البحث وكما هو معروف فإن الذي يميز أي بحث علمي هو مدى قابليته للموضوعية العلمية وهذا يتحقق إلا إذا اتبع صاحب الدراسة منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

3-1- الدراسة الاستطلاعية: تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى في البحث العلمي والهدف منها التعرف على ميدان الدراسة وبعض المتغيرات المتعلقة بالدراسة والتعرف على بعض الجوانب والمفاهيم المرتبطة بموضوع البحث وضبط العينة التي تجرى عليها الدراسة.

ونظرا لأهمية موضوع بحثنا والجوانب المراد دراستها قمنا في بداية الأمر وبعد اختيار موضوع الدراسة وتحديد المشكلة ثم صياغة الفرضيات والعينة التي سنجري عليها الدراسة ، وفي هذا الشأن قمنا بدراسة استطلاعية تمثلت في معاينة مجتمع الدراسة.

3-2- الدراسة الأساسية:

3-2-1- منهج البحث: لكل دراسة أو بحث علمي أسس منهجية يبني عليها الباحث قاعدته الأساسية للانطلاق في عملية البحث والدراسة، وكون هذه الأسس المنهجية بمثابة المرشد الذي يتبناه الباحث حتى تتسم دراسته بالعملية والدقة، والمنهج هو الوسيلة الفعلية التي يستعين بها الباحث في حل مشكلة بحثه، ويختلف المنهج باختلاف مشكلة البحث والأهداف العامة والنوعية التي يستهدف البحث تحقيقها، ومنهج البحث هو النتيجة التي ينتهي إليها الباحث نظرا لتعدد الظواهر والمفاهيم والعلاقات التي تتطوي عليها العلوم الإنسانية يجعل أمر معالجتها أصعب. (عبد المجيد نشواني، 1987، صفحة 28)

وهذا بطبيعة الحال انطلقا من البناء النظري للبحث إلى غاية النتائج التي سوف يتحصل عليها الباحث والتي تعتبر تجسيد لكافة الخطوات التي تصاغ خلال هذا البحث، وانطلاقا من الإشكالية المطروحة "هل تمارس الطالبات الرياضة الجامعية بدافعية محددة ذاتيا؟" فإن المنهج الوصفي هو الأكثر ملاءمة للإجابة على التساؤلات المطروحة

3-2-2- متغيرات البحث:

1- المتغير المستقل: هو ذلك العامل الذي يؤثر في العلاقة ولا يتأثر بها، وفي بحثنا هذا متمثل في دوافع الطالبات.

2- المتغير التابع: هو ذلك العامل الذي يتأثر بالعلاقة ولا يؤثر فيها، وفي بحثنا هذا متمثل في ممارسة الرياضة الجامعية.

3-2-3- مجتمع البحث: إن مجتمع الدراسة يمثل الفئة الاجتماعية التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة، وفي هذه الدراسة كان مجتمع البحث متمثل في الطالبات الممارسات للنشاطات البدنية الرياضية الجامعية داخل الأحياء الجامعية لولاية البويرة.

3-2-3- تحديد مجتمع وعينة البحث:

• المجتمع الأصلي للدراسة:

يعني مجموعة من المفردات أو العناصر التي تدخل في دراسة ظاهرة معينة

(عدنان حسين الجادي ، يعقوب عبد الله أبو حلو، 2009، صفحة 92)، إن مجتمع الدراسة يمثل الفئة التي نريد إقامة الدراسة التطبيقية عليها وفق المنهج المختار والمناسب لهذه الدراسة بحيث تمثل الطالبات الممارسات للنشاطات البدنية الرياضية الجامعية تخصص كرة الطائرة.

• عينة البحث:

هي عبارة عن مجموعة من المفردات أو العناصر التي يتم أخذها من المجتمع الذي نريد بحثه أو بتعبير آخر إنها جزء من الكل، ويفترض في هذا الجزء أن يكون ممثلاً للكل. (عدنان حسين الجادي ، يعقوب عبد الله أبو حلو، 2009، صفحة 93) . إن أي دراسة نفسية تربوية ميدانية، إما تعتمد على طريقة المسح الشامل عندما يكون عدد أفراد المجتمع الكلي قليل حيث يمكن الوصول إلى كل الأفراد.

وفي بحثنا فقد قمنا بأخذ جميع أفراد المجتمع الأصلي أي جميع الطالبات الممارسات لكرة الطائرة فالعينة هنا مقصودة ، وهذا بسبب صغر مجتمع الدراسة.

اشتملت هذه الدراسة على 46 طالبة ممارسة للنشاط البدني الرياضي الجامعي (كرة الطائرة) مقسمة كالآتي:

عدد الطالبات	اسم الإقامة الجامعية
16	قبال عائشة
13	زيتوني شامة
08	جلاوي سعيد
09	زيتوني صديقي

الجدول رقم 2: يمثل توزيع عينة البحث.

3-2-4- مجالات الدراسة:

- المجال المكاني: الاقامات الجامعية بولاية البويرة.

- المجال الزمني: قد قسم إلى جانبين وهما:

• الجانب النظري: لقد انطلقنا في بحثنا هذا ابتداء من شهر أكتوبر 2015 بحيث عرض علينا الأستاذ المشرف موضوع الدراسة، وبعد الحصول على موافقة الإدارة على الموضوع في بداية شهر فيفري قمنا بجمع المعلومات النظرية في الفترة المحدودة بين فيفري 2016 إلى غاية أبريل 2016.

• الجانب التطبيقي: أما الجانب التطبيقي تم تقسيمه على النحو التالي:

-توزيع المقياس: من 20 إلى 25 أبريل 2016.

-جمع السلم والمعالجة الإحصائية: في نهاية شهر أبريل 2016.

3-2-5- أدوات البحث:

قصد الوصول إلى حل لإشكالية البحث المطروحة وللتحقق من صحة فرضيات هذا البحث لزم إتباع أنجع

الأدوات في مجال البحث ، حيث تم استخدام الأدوات التالية:

1- الدراسة النظرية:

التي يصطلح عليها بـ "الببليوغرافيا" ، حيث تتمثل في الاستعانة بالمصادر والمراجع من كتب، مذكرات، مجلات،... الخ، التي يدور محتواها حول موضوع دراستنا وكذلك مختلف العناصر المشابهة التي تخدم الموضوع، سواء كانت مصادر عربية أو أجنبية، أو دراسات ذات صلة بالموضوع.

2- السلم الدافعية في الرياضة-EMS- L'Echelle de motivation dans les sports -Nathalie M.Brière , Robert J.Vallerand et lue pelleti

يسمح السلم بقياس درجة الدافعية الداخلية والخارجية واللدافعية:

1-الدافعية الداخلية : وتتفرع حسب درجة تحديدها الذاتي الى:

1-1- Motivation intrinsèque à la connaissance الدافعية الداخلية للمعرفة.

1-2- Motivation intrinsèque à l'accomplissement الدافعية الداخلية للإنجاز.

1-3- Motivation intrinsèque à la stimulation الدافعية الداخلية للإثارة.

2-الدافعية الخارجية : التي تعتبر أقل تحديدا ذاتيا وتتفرع الى:

1-2- Régulation identifiée الدافعية الخارجية بالتعديل المحدد.

2-2- Régulation introjectée الدافعية الخارجية بالتعديل الاندماجي.

3-2- Régulation externe الدافعية الخارجية بالتعديل الخارجي.

3- Amotivation اللادافعية: التي تعتبر مستوى الدافعية البعيد عن التحديد الذاتي للدافعية او بمعنى لا توجد دافعية.

3-2-6- الشروط العلمية للاختبارات:

• صدق الأداة:

صدق السلم يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أعد لقياسه كما يقصد بالصدق شمول السلم لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى، بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمه. (فاطمة عوض صابر، ميرفت علي حفاجة، 2002، ص 167-168).

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام صدق المحكمين كأداة للتأكد من أن السلم يقيس ما أعد له، حيث قمنا بتوزيع الاستبيان على مجموعة من أساتذة معهد STAPS بجامعة البويرة، وبالاعتماد على الملاحظات والتوجيهات التي أبداها المحكمون، قمنا بإجراء التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين حيث تم حذف بعض العبارات وتغيير صياغة بعضها الآخر، مع العلم اننا طلبنا من المحكمين آراءهم في نقطتين هما:

- ملائمة الترجمة للبيئة.

- ملائمة السلم للإجابة على الإشكالية والتأكد من الفرضيات.

- **الثبات:** يتم حساب درجة ثبات سلم الدافعية الرياضية من أجل التأكد انه يمكن الحصول على نفس النتائج أو نتائج متشابهة في حالة إعادة توزيع السلم أكثر من مرة، بمعنى انه لا يوجد تباين كبير بين الأجوبة فبعد تبويب العبارات وتحليلها عن طريق حزم البرامج الإحصائية (SPSS) توصلنا إلى درجة الثبات ألفا كرونباخ تساوي: 0.8704 وهذه القيمة لألفا كرومباخ تجعلنا نتأكد أن هذا السلم ثابت وصالح لان يستعمل في هذه الدراسة.
- **حساب المؤشر الذاتي:** لقد تم حساب مؤشر التحديد الذاتي باستعمال سلم الدافعية في الرياضة ومعادلة Vallerand(1999):

$$I = ((2 \cdot (MIS + MIC + MIA) / 2) - ((MEINT + MEREX) / 2 + (2AM)))$$

ولقد تحصلنا على $I = 22.658$ وهذه نسبة عالية من التحديد الذاتي.

3-2-7- الأساليب الإحصائية:

بعد تعميم بيانات المقاييس المستعملة في الدراسة، وإدخالها في الحاسب الآلي واستعمال البرنامج الإحصائي

(SPSS) لمعالجتها وتحليلها من أجل مناقشة الفرضيات، ولأجل هذا استعملنا الأساليب الإحصائية التالية:

-المتوسط الحسابي.

-النسب المؤوية.

خلاصة:

يمكن اعتبار هذا الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث، من بين أهم الفصول التي ضمتها دراستنا هذه، لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات والعوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة.

إن هذا الفصل يعتبر بمثابة الدليل أو المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات وبالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بسهولة كبيرة.

كما تناولنا أهم العناصر التي تهتم دراستنا بشكل كبير، منها متغيرات البحث، المنهج المتبع، أدوات البيانات... الخ، من العناصر التي يعتمد عليها أي باحث في الجانب التطبيقي لدراسته.

وهذا الفصل يكسوا أهمية كبيرة في البحوث العلمية، لأنه بمثابة الركيزة المنهجية التي يعتمد عليها الباحث لرسم خريطة عمل واضحة المعالم والأبعاد، وظف إلى ذلك فإنه يحدد الإطار المنهجي العلمي الذي يجب على الباحث أن يلتزم به ليعطي مصداقية علمية لبحثه.

وفي الأخير يمكن القول أن الباحث الذي يتبع هذه الخطوات والإجراءات أثناء إنجازه بحثه يكون قد حقق خطوة كبيرة في إثبات صدق عمله، وكذا توضيح الركائز العلمية التي اعتمد عليها للوصول إلى نتائج علمية دقيقة يمكن الاعتماد عليها مستقبلا وحتى إمكانية تعميمها.

تمهيد:

بعد التقيد بالخطوات المنهجية للبحث يأتي هذا الفصل الذي نقوم فيه بعملية جمع النتائج وعرضها وهي من الخطوات التي يجب على الباحث القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات أو عدم صحتها، ولكن العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة ذات دلالة علمية وإنما يجب على الباحث أن يقوم بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث بصفة عامة، ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من خلال توزيع مقياس سلم الدافعية في الرياضة على طالبات الإقامات الجامعية لولاية البويرة، من خلال عرض النتائج في جداول خاصة وتمثيلها بيانيا ومحاولة تفسير النتائج المتحصل عليها وتحليلها باستخدام الأساليب الإحصائية لغرض التوصل إلى النتائج النهائية وتوضيح تلك النتائج ومن ثم مقارنة هذه النتائج بفرضيات البحث.

والهدف الرئيسي لهذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية يمكن الاعتماد عليها وفي الأخير نختم الفصل بالنتائج العامة المتوصل إليها ونقدم بعض الاقتراحات والفروض المستقبلية.

1-4- عرض وتحليل النتائج:

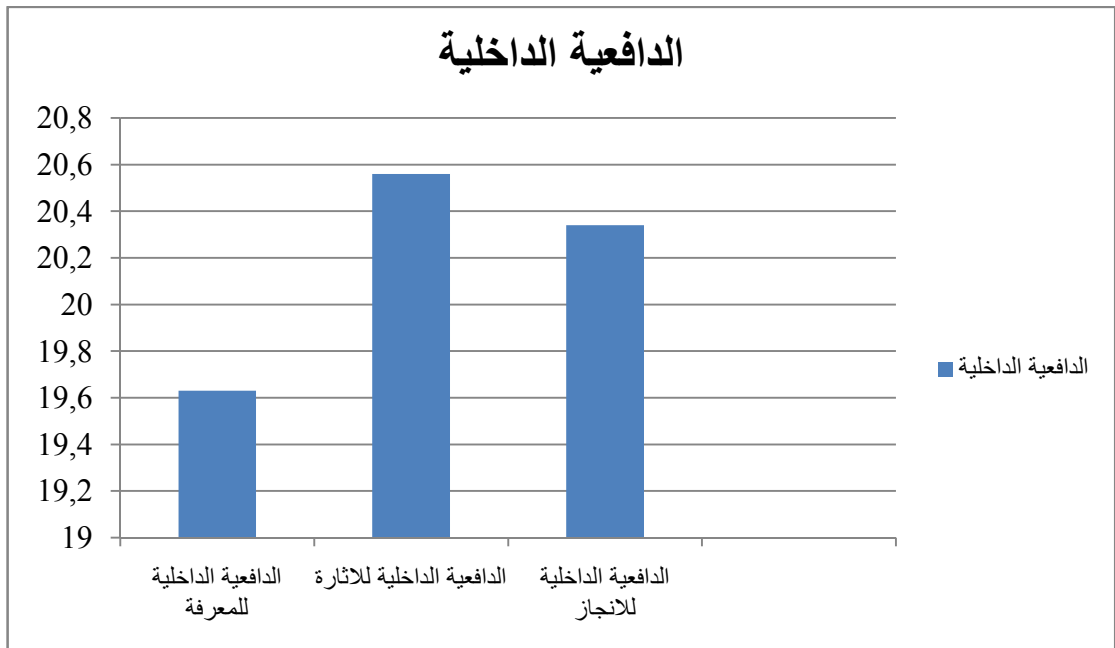
1-1-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى: للطلبات دوافع داخلية نحو ممارسة الرياضة الجامعية.

➤ الدوافع الداخلية:

الجدول رقم(03): يمثل المتوسطات الحسابية لمظاهر الدافعية الداخلية للطلبات

نوع الدافعية	المتوسط الحسابي
الدافعية الداخلية للمعرفة	19.63
الدافعية الداخلية للإثارة	20.56
الدافعية الداخلية للإنجاز	20.34
المجموع	55.82

الشكل رقم(01): يمثل التمثيل البياني لمظاهر الدافعية الداخلية لدى الطالبات.



تحليل النتائج:

من خلال المتوسط الحسابي للدوافع الداخلية الموضحة في الجدول أعلاه نجد أن قيمة المتوسط الحسابي يساوي 55.82 وبمقارنة هذه النتيجة مع المتوسط الحسابي النموذجي والذي يتم حسابه بجمع اعلي قيمة يمكن أن تتحصل عليها الطالبة من خلال جمع درجات عبارات المظهر وأدنى قيمة يمكن أن تتحصل عليها أي طالبة على نفس

المظهر تقسيم 2 ، والذي وجدناه يساوي 28 وبالتالي فالمتوسط الحسابي للدوافع الداخلية اكبر من المتوسط الحسابي النموذجي.

• الدافعية الداخلية للمعرفة:

الجدول رقم (04): يمثل توزيع مستويات الدافعية الداخلية للمعرفة لدى الطالبات.

درجات السلم	التكرارات	النسبة المئوية
1	00	0%
2	03	6.52%
3	02	4.35%
4	09	19.56%
5	17	36.96%
6	11	23.91%
7	04	8.69%
المجموع	46	100%

تحليل النتائج:

حسب المعطيات الواردة في الجدول رقم (4) المتعلق بملخص النتائج التي تخص الدافعية للمعرفة، نلاحظ أن أغلبية عناصر العينة تتميز بهذا النوع من الدافعية حيث نسبة كبيرة منها 36.96% أعطت الإجابة رقم (5) في أغلبية الأسئلة أي "درجة يتناسب تقريبا" كما سجلنا نسبة 23.91% أعطت الإجابة رقم (6) أي "درجة يتناسب بقوة"، وأيضاً نسبة 19.56% أعطت الإجابة رقم (4) أي "درجة يتناسب متوسطياً"، ونسبة 8.69% أعطت الإجابة رقم (7) أي "درجة يتناسب بقوة كبيرة"، أما النسبة 6.52% أعطت الإجابة رقم (2) أي "درجة يتناسب قليلاً جداً"، وفيما يخص النسبة 4.35% أعطت الإجابة رقم (3) أي "درجة يتناسب قليلاً" في حين انعدمت درجة الإجابة رقم (1) أي "درجة لا يتناسب إطلاقاً".

الاستنتاج:

انطلاقاً من هذه النتيجة، يمكن استنتاج ان الممارسة الرياضية بالنسبة لهذه العينة ناتجة من دافع داخلي من جهة فهي تمارس برغبة في هذه الحالة الممارسة تكون في غياب كل الدوافع الخارجية، وتهدف هذه الممارسة بالنسبة لهذه العينة وحسب النتائج المحصلة عليها إلى الإحساس بالرضى النفسي عندما تتعلم أشياء جديدة واكتشاف حركات جديدة، هذا السلوك ناتج عن الشخصية التي تتميز بالسمات التالية:

الرغبة في الاكتشاف.

حب التطلع.

حب التعلم.

و تسمح الدافعية الداخلية للمعرفة للرياضيات بالإصرار في الممارسة الرياضية رغم كل العراقيل والصعوبات التي تواجهها خلال مشوارها الدراسي. فالدافعية الداخلية للمعرفة بالنسبة لهذه العينة تميل إلى الازدياد أو إلى النقصان

حسب الدور الذي يلعبه المحيط الاجتماعي لأن له تأثير مهم في اجتناب السلوك السلبي لهذه المجموعة خاصة العزوف من كرة الطائرة.

ففي جميع المجتمعات باختلاف اللغات والأعراق توجد نقاط مشتركة تلتقي فيها المجتمعات، ومن أهمها الاختلاف بين الأفراد على الخريطة البيولوجية ذكر - مؤنث يرجع كل واحد في فئته الجنسية، أين يجب أن يحترم الترتيب الاجتماعي المتعلق بالأدوار والممارسات المسموحة لكل واحد.

هناك تناقض جد حاد في الجزائر لان الجسم الأنثوي يقع بين التشريع الذي يعطي لها حق ممارسة كل الأعمال والأنشطة مثل الرجال وحقيقة المجتمع الذي يتمسك بالتقاليد، فممارسة الرياضة هو فقدان الأنوثة. وفقدان الجانب الأصلي للحياء ونقص الأخلاق ، فالفتيات في جميع الأحوال يختزن الصورة التقليدية الأكثر أمانا التي يكن فيها في حدود القواعد الاجتماعية.

الممارسة الرياضية تختلف باختلاف المجتمعات والأعراف والتقاليد فهي داخلية في الثقافة الاجتماعية، التنشئة الاجتماعية هي التي يتم من خلالها التوفيق بين دوافع الفرد الخاصة وبين مطالبه واهتمامات الآخرين، والتي تكون متمثلة في البناء الثقافي الذي يتعرض له الفرد، وتبدأ عملية التنشئة منذ الطفولة وتستمر طول حياة الإنسان. (محمد فتحي عكاشة، ص41)

• الدافعية الداخلية للإنجاز:

الجدول رقم (05): يمثل توزيع مستويات الدافعية الداخلية للإنجاز لدى الطالبات.

درجات السلم	التكرارات	النسبة المئوية
1	00	00%
2	01	02.17%
3	04	08.69%
4	05	10.87%
5	14	30.43%
6	17	36.96%
7	05	10.87%
المجموع	46	100%

تحليل النتائج:

حسب المعطيات الواردة في الجدول رقم (5) المتعلق بملخص النتائج التي تخص الدافعية للإنجاز، نلاحظ أن أغلبية عناصر العينة تتميز بهذا النوع من الدافعية حيث نسبة كبيرة منها 36.96% أعطت الإجابة رقم (6) في أغلبية الأسئلة أي "درجة يتناسب بقوة" كما سجلنا نسبة 30.43% أعطت الإجابة رقم (5) أي "درجة يتناسب تقريبا"، وأيضاً نسبة 10.87% أعطت لكلتا الإجابتين رقم (4) أي "درجة يتناسب متوسطياً" ورقم (7) أي "يتناسب بقوة كبيرة"، أما النسبة 08.69% أعطت الإجابة رقم (3) أي "درجة يتناسب قليلاً"، وفيما يخص النسبة

02.17% أعطت الإجابة رقم (2) أي " درجة يتناسب قليلا جدا" في حين انعدمت درجة الإجابة رقم (1) أي "درجة لا يتناسب إطلاقا".

الاستنتاج:

هذا يبين مدى تحكم الطالبات بدافعية الانجاز من أجل تحقيق الأهداف المسطرة وهو أيضا نوع من تحدي الذي يتم مواجهته بفضل الدافعية الداخلية للإنجاز الذي تتميز بدرجة عالية من الإصرار الذاتي، فالإنجاز هو الوصول إلى مستوى نهائي ونتيجة مرضية إلى ايجابية من مستوى الأداء أو النتيجة أو المنافسة. وتطبيقا لنظرية الدافعية للإنجاز، نرى أن الطالبات اللواتي لهن هدف الاهتمام بالعمل يواصلون في ممارسة النشاط الرياضي مادام أنهم يتعلمن حتى ولو كن يدركن أن لديهن كفاءة ضعيفة مقارنة مع الأخريات.

• الدافعية الداخلية للإثارة:

الجدول رقم (06): يمثل توزيع مستويات الدافعية الداخلية للإثارة لدى الطالبات.

درجات السلم	التكرارات	النسبة المئوية
1	00	00%
2	03	06.52%
3	03	06.52%
4	06	13.04%
5	15	32.60%
6	10	21.74%
7	09	19.56%
المجموع	46	100%

تحليل النتائج:

حسب المعطيات الواردة في الجدول رقم (6) المتعلق بملخص النتائج التي تخص الدافعية للإثارة، نلاحظ أن أغلبية عناصر العينة تتميز بهذا النوع من الدافعية حيث نسبة كبيرة منها 32.60% أعطت الإجابة رقم (5) في أغلبية الأسئلة أي " درجة يتناسب تقريبا" كما سجلنا نسبة 21.74% أعطت الإجابة رقم (6) أي " درجة يتناسب بقوة"، وأيضاً نسبة 19.56% أعطت الإجابة رقم (7) أي " درجة يتناسب بقوة كبيرة" ، أما النسبة 13.04% أعطت الإجابة رقم (4) أي " درجة يتناسب متوسطيا"، وفيما يخص النسبة 06.52% أعطت الإجابتين رقم (3) أي " درجة يتناسب قليلا" ورقم (2) أي " درجة يتناسب قليلا جدا" في حين انعدمت درجة الإجابة رقم (1) أي "درجة لا يتناسب إطلاقا".

الاستنتاج:

تبين هذه النتيجة أن أغلبية عناصر هذه العينة تمارس كرة الطائرة من أجل الإحساسات التي تلي الممارسة وتسمى كذلك بالدافعية بالإثارة الداخلية الصرفة.

الطالبات يمارسن كرة الطائرة داخل الإقامات الجامعية لملاقتها مع وقت الفراغ لديهن بعد الانتهاء من يوم طويل مليء بالضغوطات فهو بمثابة الهروب النفسي نحو تفريغ الشحنات السالبة نحو اللعب والاستمتاع و المشاعر المرحة التي تتولد إثر التدريبات في أوقات الفراغ والإجهاد فهن يبحثن على قوة الأحاسيس في الرياضة اذ يعتبر نوع من التلذذ من خلال الجهد البدني المؤلم.

وكذا البحث عن الهوية الاجتماعية الايجابية تدفع الطالبات إلى أن يكن مختلفات وأيضا أن يكن أفضل من الأخريات، بحيث تكون هذه الهوية الاجتماعية صالحة بالمقارنات بين تقدير المجموعات من خلال تطوير الصورة الايجابية للشخص نفسه، فالشخص يسترد علامات اجتماعية التي من خلالها يتمنى أن تكون مشتركة والعلاقات التي يباشرها الشخص مع الآخرين تشارك في تعريف هويته، كما أن النساء يعتمدن كثيرا على المعلومات التي تأتيهن من طرف الآخرين عن أنفسهم، هذه الهوية تمنح من الآخرين بالنسبة للمظاهر.

وكذلك الحاجة للانتماء و فخر الانتماء إلى المجموعة والفريق، وإثبات الانتماء إلى المجموعة.

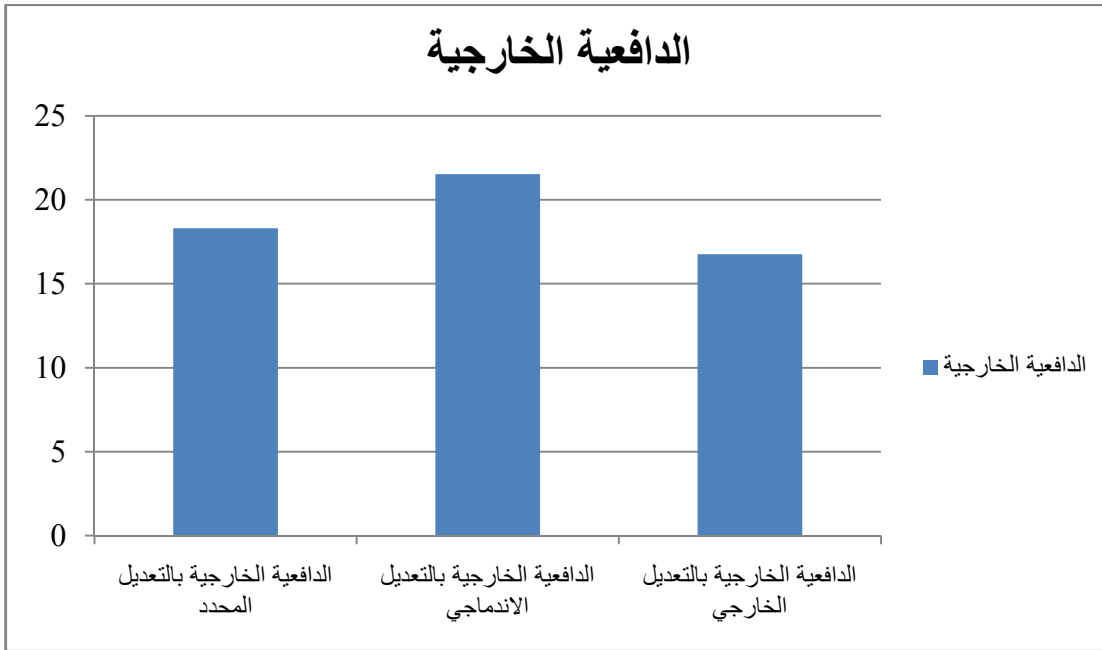
4-1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية: للطالبات دوافع خارجية نحو ممارسة الرياضة الجامعية.

➤ الدافعية الخارجية:

الجدول رقم (07): يمثل المتوسطات الحسابية لمظاهر الدافعية الخارجية للطالبات.

المتوسط الحسابي	نوع الدافعية
18.33	الدافعية الخارجية بالتعديل المحدد
21.53	الدافعية الخارجية بالتعديل الاندماجي
16.76	الدافعية الخارجية بالتعديل الخارجي
56.59	المجموع

الشكل رقم(02): يمثل التمثيل البياني لمظاهر الدافعية الخارجية للطلّبات.



تحليل النتائج:

من خلال المتوسط الحسابي للدوافع الخارجية الموضحة في الجدول أعلاه نجد ان قيمة المتوسط الحسابي يساوي 56.59 وبمقارنة هذه النتيجة مع المتوسط الحسابي النموذجي والذي يساوي 28 وبالتالي فالمتوسط الحسابي للدوافع الخارجية اكبر من المتوسط الحسابي النموذجي.

• الدافعية الخارجية بالتعديل المحدد :

الجدول رقم(08) يمثل توزيع مستويات الدافعية الخارجية بالتعديل المبين لدى الطالّبات.

درجات السلم	التكرارات	النسبة المئوية
1	00	00%
2	03	06.52%
3	05	10.87%
4	15	32.60%
5	11	23.91%
6	08	17.39%
7	04	08.69%
المجموع	46	100%

تحليل النتائج:

حسب المعطيات الواردة في الجدول رقم (8) المتعلق بملخصة النتائج التي تخص الدافعية الخارجية بالتعديل المحدد ونلاحظ أن أغلبية عناصر العينة تتميز بهذا النوع من الدافعية حيث نسبة كبيرة منها 32.60% أعطت الإجابة رقم (4) في أغلبية الأسئلة أي "درجة يتناسب متوسطيا" كما سجلنا نسبة 23.91% أعطت الإجابة رقم (5)

أي " درجة يتناسب تقريبا" ، أما النسبة %17.39 أعطت الإجابة رقم (6) أي " درجة يتناسب بقوة"، وأيضاً نسبة %10.87 أعطت الإجابة رقم (3) أي " درجة يتناسب تقريبا" ، وفيما يخص النسبة %08.69 أعطت الإجابة رقم (7) أي " درجة يتناسب بقوة كبيرة" وتليها نسبة %06.52 أعطت الإجابة رقم (2) أي " درجة يتناسب قليلاً جداً" في حين انعدمت درجة الإجابة رقم (1) أي "درجة لا يتناسب إطلاقاً".

الاستنتاج:

إذن الدافعية ناتجة عن ضغط داخلي الذي يسمح بتعديل سلوك مابين ومشخص عبارة عن اختيار ذاتي. مثال للتوضيح :

يسمح للطالبة التي تختار المشاركة في جميع الحصص التدريبية بالحفاظ على سلامة جسمها. فالحفاظ على سلامة جسمها هو عبارة عن دافع داخلي ينتج عنه سلوك الذي يتمثل في ممارسة كرة الطائرة. هذا النوع من الدافعية له أعلى مستوى من الإصرار الذاتي ضمن الدافعية الخارجية، لكن هذا يبين الاختلاف الموجود بين الدافعية الداخلية والدافعية الخارجية بالتعديل المبين بحيث يتحول الضغط الخارجي إلى دافع داخلي.

• الخارجية بالتعديل الاندماجي :

الجدول رقم (09): يمثل توزيع مستويات الدافعية الخارجية بالتعديل الاندماجي لدى الطالبات.

درجات السلم	التكرارات	النسبة المئوية
1	01	02.17%
2	01	02.17%
3	00	00%
4	04	08.69%
5	17	36.96%
6	19	41.30%
7	04	08.69%
المجموع	46	100%

تحليل النتائج:

حسب المعطيات الواردة في الجدول رقم (9) المتعلق بخلاصة النتائج التي تخص الدافعية الخارجية بالتعديل الاندماجي، نلاحظ أن أغلبية عناصر العينة تتميز بهذا النوع من الدافعية حيث نسبة كبيرة منها %41.30 أعطت الإجابة رقم (6) في أغلبية الأسئلة أي " درجة يتناسب بقوة" كما سجلنا نسبة %36.96 أعطت الإجابة رقم (5) أي " درجة يتناسب تقريبا"، وأيضاً نسبة %08.69 أعطت الإجابتين رقم (4) أي " درجة يتناسب متوسطياً" ورقم (7) أي "درجة يتناسب بقوة كبيرة"، أما النسبة %02.17 أعطت الإجابتين رقم (2) أي " درجة يتناسب قليلاً جداً" ورقم (1) أي "درجة لا يتناسب إطلاقاً"، في حين انعدمت درجة الإجابة رقم (3) أي "درجة يتناسب قليلاً".

الاستنتاج:

نستنتج مما سبق أن الفتاة الجزائرية متأثرة بمبادئ المجتمع فيما يخص صورة المرأة الرياضية كانت أم لا، فهذه النتائج تعتبر دليل آخر لحالة التحول الاجتماعي الحاصل في أعماق العائلة الجزائرية التي أصبحت تشجع على ممارسة الرياضة خاصة الصحية منها، هذا لا يغير أنها لا تشجع على الرياضة التنافسية إلا أن عينتنا قد أثبتت نتائجها أنها متمسكة بالثقافة الاجتماعية.

• **الدافعية الخارجية بالتعديل الخارجي :**

الجدول رقم (10): يمثل توزيع مستويات الدافعية الخارجية بالتعديل الخارجي لدى الطالبات.

درجات السلم	التكرارات	النسبة المئوية
1	01	02.17%
2	06	13.04%
3	04	08.69%
4	16	34.78%
5	10	21.74%
6	04	08.69%
7	05	10.87%
المجموع	46	100%

تحليل النتائج:

حسب المعطيات الواردة في الجدول رقم (10) المتعلقة بملخص النتائج التي تخص الدافعية الخارجية بالتعديل الخارجي ، نلاحظ أن أغلبية عناصر العينة تتميز بهذا النوع من الدافعية حيث نسبة كبيرة منها 34.78% أعطت الإجابة رقم (4) في أغلبية الأسئلة أي "درجة يتناسب متوسطيا" كما سجلنا نسبة 21.74% أعطت الإجابة رقم (5) أي "درجة يتناسب تقريبا"، وأيضاً نسبة 13.04% أعطت الإجابة رقم (2) أي "درجة يتناسب قليلا جدا"، أما النسبة 10.87% أعطت الإجابة رقم (7) أي "درجة يتناسب بقوة كبيرة"، وفيما يخص النسبة 08.69% أعطت الإجابتين رقم (6) أي "درجة يتناسب تقريبا" ورقم (3) أي درجة " يتناسب قليلا" في حين تحصلنا على نسبة 2.17% الإجابة رقم (1) أي "درجة لا يتناسب إطلاقاً".

الاستنتاج:

من خلال النتائج نقول أن الفريق ملتزم بالتمرينات والتدريبات الصادرة من المدرب قصد تحقيق نشاطهم الرياضي هذا ما يفسر كذلك نسبة الدافعية الداخلية للإنجاز التي قدرت ب 20.34 والدليل كذلك على الضغط اليومي الذي تعيش فيه الطالبة في الجامعة من دروس وغيرها، مما يجعلها تشعر أنها ملزمة بحضور التدريبات حيث أن مستوى الدافعية الداخلية للإثارة يدل على أن هذا الشعور سطحي ويزول مباشرة بعد مباشرة التمرين أي أن بعد الانغماس في الأحاسيس القوية المرافقة للنشاط الرياضي.

وكذلك النتيجة تعكس عدم اهتمام الرياضيات بالموثرات الخارجية مثل الجوائز - الشهرة.

3-1-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة: من الطالبات من تمارس الرياضة الجامعية بدون دافع محدد ذاتيا.

➤ اللادافعية:

الجدول رقم(11): يمثل المتوسط الحسابي لمظهر اللادافعية لدى الطالبات.

المتوسط الحسابي	نوع الدافعية
08.44	اللا دافعية

الشكل رقم(03): يمثل التمثيل البياني لمظهر للادافعية لدى الطالبات.



تحليل النتائج:

من خلال المتوسط الحسابي للادافعية الموضحة في الجدول أعلاه نجد ان قيمة المتوسط الحسابي يساوي 08.44 وبمقارنة هذه النتيجة مع المتوسط الحسابي النموذجي والذي وجدناه يساوي 16 وبالتالي فالمتوسط الحسابي للادافعية أقل من المتوسط الحسابي النموذجي وهذا يعني أن أغلبية عناصر العينة لا يراودهن الشك فيما يخص ممارسة كرة الطائرة وما تنتظره منها، وهذا دليل على تحكمها في السلوك والشعور بأنها قادرة على الوصول إلى أعلى النتائج في المنافسات وهذا يعكس شعورها بالكفاءة.

الجدول رقم (12): يمثل توزيع مستويات اللادافعية لدى الطالبات.

درجات السلم	التكرارات	النسبة المئوية
1	22	47.83%
2	10	21.74%
3	11	23.91%
4	02	04.35%
5	01	02.17%
6	00	00%
7	00	00%
المجموع	46	100%

تحليل النتائج:

حسب المعطيات الواردة في الجدول رقم (12) المتعلق بملخص النتائج التي تخص الدافعية اللادافعية، نلاحظ أن أغلبية عناصر العينة أعطت 47.83% أعطت الإجابة رقم (1) في أغلبية الأسئلة أي "درجة لا يتناسب إطلاقاً" كما سجلنا نسبة 23% أعطت الإجابة رقم (3) أي "درجة يتناسب قليلاً"، وأيضاً نسبة 21.74% أعطت الإجابة رقم (2) أي "درجة يتناسب قليلاً جداً"، أما النسبة 4.35% أعطت الإجابة رقم (4) أي "درجة يتناسب متوسطياً"، وفيما يخص النسبة 2.17% أعطت الإجابة رقم (5) أي "درجة يتناسب تقريباً" في حين انعدمت درجة الإجابتين رقم (6) أي "درجة لا يتناسب بقوة" ورقم (7) أي "درجة يتناسب بقوة كبيرة".

الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج أن الممارسة برغبة الميول وهذا يدل أنهم يمارسون بدافعية داخلية كانت أم خارجية قريبة من التحديد الذاتي، حسب ما جاء في النتائج السابقة وهذا ما يؤكد صحة هاته النتائج، إذ لا يمكن أن يمارس الرياضة بشغف وبدافعية للاكتشاف والبحث عن الأحاسيس القوية في الممارسة وفي نفس الوقت نكون غير راغبين في هذه الممارسة.

فدرجة اللادافعية منخفضة هذا يعني أن أغلبية عناصر العينة لا يراودهم الشك فيما يخص ممارسة كرة الطائرة وما تنتظره منها، وهذا دليل على تحكمهم في السلوك والشعور بأنهم قادرين على الوصول إلى أعلى النتائج في المنافسات.

2-4- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضيات:

1-2-4- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الأولى: "للتطالبات دوافع داخلية نحو ممارسة الرياضة الجامعية".

من خلال النتائج المتوصل إليها والموضحة في الجداول رقم (3)، (4)، (5)، (6)، والشكل البياني رقم (2) تبين لنا أن الثقافة الاجتماعية والتنشئة الأسرية تلعب دوراً مهماً وفعالاً في ممارسة الطالبات للنشاط الرياضي كما أن الدافعية للإنجاز لديهن مرتفعة لأنهم يهدفون إلى مواصلة وإتمام النشاط وليس من النتيجة بحد ذاتها، كما سجلنا أعلى نسبة للإثارة الداخلية وذلك لأن الطالبات يمارسن الرياضة بهدف رفع معنوياتهن ومن أجل الإحساسات التي تتولد اثر التدريبات وكذلك البحث عن الهوية الاجتماعية والفخر بالانتماء إلى المجموعة والفريق، وهذا ما بينته دراسة نيكول

هو في دراسته "اختبار التقدير الذاتي للدافعية الزرفية في السياق الطبيعي: النهج الهرمي لدافعية النشاط البدني الرياضي"، حيث أكد أن دافعية الطلبة لممارسة النشاط البدني الرياضي هي دافعية داخلية محددة ذاتيا. ومن خلال ما سبق واعتمادا على القراءات المقدمة للنتائج الخاصة بعينة البحث المدروسة نجد أن الفرضية الأولى التي تقول أن " للطلبات دوافع داخلية نحو ممارسة الرياضة الجامعية " فرضية صحيحة ومحقة.

4-2-2- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الثانية: للطلبات دوافع خارجية نحو ممارسة الرياضة الخارجية"

من خلال النتائج المتوصل إليها والموضحة في الجداول رقم (7)،(8)،(9)،(10)، والشكل البياني رقم (3) تبين لنا أن الطالبات يتميزن بمستوى إصرار ذاتي مرتفع بحيث يتحول الضغط الخارجي إلى ضغط داخلي، طالما أن الطالبات تتأثر الفتاة الجزائرية بمبادئ المجتمع وكذلك التحول الحاصل في أعماق العائلة الجزائرية والتي تشجع على ممارسة الرياضة، فيما أن الطالبات يتأثرن بالدور الفعال للمدرب ولا يهتمن بالموثرات الخارجية مثل الشهرة والجوائز والمكافآت، وهذا ما بينته دراسة ازري سوانلدة مكيوسة في دراستها: " الرياضة والمرأة بين العزوف والإصرار الذاتي وأثرها على الحركة الرياضية النسوية، دراسة الدوافع في الرياضة وتأثير دور المدرب على سلوك الرياضية الجزائرية".

ومن خلال ما سبق واعتمادا على القراءات المقدمة للنتائج الخاصة بعينة البحث المدروسة نجد أن الفرضية الثانية التي تقول أن " للطلبات دوافع خارجية نحو ممارسة الرياضة الخارجية" فرضية صحيحة ومحقة.

4-2-3- مناقشة ومقابلة النتائج بالفرضية الثالثة: "من الطالبات من تمارس الرياضة الجامعية بدون دافع محدد ذاتيا"

من خلال النتائج المتوصل إليها والموضحة في الجداول رقم (11)،(12) والشكل البياني رقم (4) تبين لنا أن مستوى اللادافعية منخفض جدا وهذا يعني أن الطالبات يتحكمن في سلوكهن واهن مدفوعات بدوافع داخلية وخارجية قريبة من التحديد الذاتي، ، هذا ما بينته دراسة كلوي لأكروا: "الدافعية في الرياضة: فصل درجة شدة أنواع الدافعية" التي أتت بنتائج أن نسبة قليلة من الرياضيين يمارسون الرياضة بدون دافعية.

ومن خلال ما سبق واعتمادا على القراءات المقدمة للنتائج الخاصة بعينة البحث المدروسة نجد أن الفرضية الثالثة التي تقول أن "من الطالبات من تمارس الرياضة الجامعية بدون دافع محدد ذاتيا" فرضية صحيحة ومحقة

4-2-3- مقابلة ومناقشة النتائج بالفرضية العامة:

في ظل نتائج الدراسة ومناقشتها، ومن خلال النتائج المتحصل عليها في الفرضيات الجزئية، يمكن القول أنها جاءت في سياق الفرضية العامة، ومنه يمكن القول أن الفرضية العامة والتي تنص: "دوافع الطالبات نحو ممارسة الرياضة الجامعية هي دوافع محددة ذاتيا"

- الجدول رقم (13): مقابلة ومناقشة النتائج بالفرضية العامة.

النتيجة	صياغتها	الفرضية
تحققت	للتالبات دوافع داخلية نحو ممارسة الرياضة الجامعية.	الفرضية الأولى
تحققت	للتالبات دوافع خارجية نحو ممارسة الرياضة الجامعية.	الفرضية الثانية
تحققت	من التالبات من تمارس الرياضة الجامعية بدون دافع محدد ذاتيا.	الفرضية الثالثة

الخلاصة:

لقد تمكنا من خلال هذا الفصل تحويل المعطيات الرقمية لنتائج سلم الدافعية في الرياضة إلى مجموعة من الجداول والأعمدة البيانية من خلال الاعتماد على العمليات الإحصائية المختلفة معتمدين على البرنامج الإحصائي (SPSS) وقمنا بمناقشتها وتفسيرها لمعرفة دوافع الطالبات نحو ممارسة الرياضة الجامعية هي دوافع محددة ذاتيا، ومن ثم الخروج باستنتاج لكل نوع من الدوافع، كما قمنا بعرض ومناقشة وتحليل نتائج المقياس ومن ثم الخروج باستنتاج لأهم النتائج المتوصل إليها، واستخدمنا في الحصول على النتائج كل من المتوسط الحسابي ، والنسب المئوية، وفي الأخير توصلنا إلى مجموعة من النتائج جاءت في سياق الفرضيات المطروحة.

الاستنتاج العام:

من خلال مناقشة نتائج الفرضيات الجزئية، وعلى ضوء النتائج والبيانات المتحصل عليها، تمكننا من الكشف عن أن للدافعية دور أساسي في توجيه الطالبات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي الجامعي، وهي المصدر الرئيسي الذي يتم من خلاله الإقبال على الممارسة، حيث تساهم الدافعية في إثارة الآليات والأجهزة الداخلية في نفسية الطالبة مما يساعد على تنمية القدرات الخاصة وحاجة الانجاز وتحقيق الراحة النفسية، فلا يمكن للفرد القيام بأي عمل إن لم يكن هناك ما يدفعه للقيام به ويشحعه عليه، حيث أسفرت النتائج على أن دوافع ممارسة الطالبات للرياضة الجامعية هي دوافع محددة ذاتيا، أي أنها تتبع من الفرد نفسه.

كما توصلنا إلى أن هناك دوافع داخلية وخارجية محددة ذاتيا تدفع الطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي الجامعي، لكن مع وجود فروق بين درجة التحديد الذاتي بينهما بحيث أسفرت النتائج على أن الدوافع الخارجية هي التي تدفع الطالبات للممارسة بقدر أكبر من الدوافع الداخلية.

من جهة أخرى استنتجنا أن من بين الدوافع الخارجية التي تؤثر على الممارسة الرياضية للطالبات نجد المبادئ الاجتماعية التي ترعرعت فيها الطالبة وتأثير الصورة التسويقية للمرأة عموما والمرأة الرياضية خصوصا. بالإضافة إلى عدم شمولية الممارسة البدنية والرياضية النسوية في الأوساط الجامعية الجزائرية والأثر السلبي للظروف والمحيط الخارجي في تقليل من أهمية النشاطات البدنية والرياضية مقارنة بالنشاطات العلمية والثقافية الأخرى، وأن هذه الفئة لديهم مستوى معين من الضبط والتحكم في توجيه سلوكياتهن من خلال المساهمة والمشاركة في نشاطات متعددة بكل وعي وتحفيز ودافعية، فأثبتت النتائج المذكورة سابقا أن نسبة عنصر اللادافعية ضئيلة جدا ما يدل أنهم محددات ذاتيا ما يثبت النتائج المقابلة للدافعية الداخلية والخارجية.

كما نأمل أن تكون النتائج المتوصل إليها قد ساهمت ولو بالقليل بقطاع الرياضة النسوية الجامعية لأخذها بعين الاعتبار، والسير على المنهج الصحيح بداية من إيجاد البرامج الناجحة وتوفير كل الظروف لنجاح الممارسة البدنية والرياضية (السنوية خاصة) لصالح الطالبات الجزائرية لتوجيهها توجيها سليما نحو التأهيل الحسن لمستواها البدني والفكري والاجتماعي، وكذلك علاقة الوالدين بتشجيعهم لبناتهم نحو ممارسة النشاط الرياضي الجامعي وأثره على كل من الجوانب النفسية والاجتماعية لهاته الفتيات.

خاتمة:

تعتبر الجامعة من المؤسسات الضرورية التي أعدها المجتمع لإعداد وتكوين الفرد في مختلف ميادين ومجالات الحياة، وعلى قدر انشغال الطلبة يظهر نشاطهم ومشاركتهم في مختلف الميادين، وتعتبر النشاطات البدنية والرياضة من بين أهم الأنشطة التربوية التي يشاركون بها، وتمثل النشاطات البدنية والرياضية النسوية جزء من التربية الشاملة كونها أداة فعالة وضرورية في تنشئة الفرد من جميع النواحي.

وقد أظهرنا من خلال بحثنا أن الدوافع المحددة ذاتيا تعد احد أهم أسباب الممارسة الرياضية، وأنه كلما كانت الدافعية الرياضية المحددة ذاتيا مرتفعة كلما كانت هناك ممارسة رياضية والعكس، كلما كانت اللادافعية كبيرة كلما كان احتمال العزوف كبير.

ومن خلال هذه الدراسة تمكنا من تحديد تقسيمات الدافعية المحددة ذاتيا (الداخلية والخارجية) التي توجه الطالبات نحو ممارسة الرياضة الجامعية، وكذا أهم الدوافع الذاتية التي تؤدي للممارسة، والعوامل المؤثرة عليها. ومن خلال الجانب النظري والدراسة الميدانية التي قمنا بها على مستوى الإقامات الجامعية بولاية البويرة، وباستخدام سلم الدافعية في الرياضات، تبين لنا أن دافعية الطالبات داخلية وخارجية ما يدل على انه لديهن دافعية محددة ذاتيا، وأن نتائج الدافعية الداخلية جاءت قريبة جدا من الدافعية الخارجية مما يدل على أن مؤشرات الدافعية فوق سلم الدافعية المحددة ذاتيا من متوسطة إلى قريبة من قيم التحديد الذاتي، وهذا ما تبينه نتائج اللادافعية التي جاءت ضعيفة جدا.

اتضح لنا من خلال هذه الدراسة أن وعي الإنسان بميوله ورغباته تجعله ينطلق نحو إشباعها لأنها تمثل نوعا من التوازن والتكيف عند الإنسان نفسه.

اقتراحات:

- في ضوء حدود ما توصلنا إليه من النتائج، وجب علينا الخروج ببعض الاقتراحات والفرضيات المستقبلية منها:
- من الضروري تنمية وتطوير الدوافع حتى الرياضية إلى أعلى مستوى.
 - الاستعداد بالأخصائيين في ميدان التحفيز وخاصة في المجال الرياضي .
 - توفير البيئة الحسنة للممارسة الرياضة الجامعية من اجل زيادة وتطوير مستوى الدافعية حتى تظهر النتائج بشكل أفضل.
 - الاهتمام بالطالبات الممارسات للنشاط الرياضي البدني الجامعي وتسطير برامج ممنهجة وبطريقة علمية تسمح برفع مستوى الممارسة.
 - إبراز دور النشاط البدني والرياضي في مساعدة الطالبات على تجنب التوتر والقلق والخوف وكل ما يؤدي إلى الاضطرابات النفسية والعقلية.
 - نشر الثقافة البدنية والرياضية وتعميمها في الجامعة من خلال وسائل الإعلام والاتصال.
 - إقامة ندوات ثقافية وعلمية تبرز أهمية ودور النشاط الرياضي البدني داخل الأحياء الجامعية.
 - إعادة النظر في تنظيم اللجان البيداغوجية الخاصة بالنشاطات الثقافية والرياضية على مستوى الجامعات من حيث تحديد أهدافها ومهامها في الميدان التطبيقي ومراقبتها مراقبة فعالة.
 - يجب تصحيح وتعديل القوانين التشريعية الخاصة بالنشاط البدني والرياضي الجامعي، وذلك بوضع قوانين تنفيذية تعمل على تطبيق أحكام القوانين التي تخص الرياضة التنافسية منها والممارسة الترفيهية خاصة والتي تعتبر وسائلها منعمة من حيث التأسيس والتأطير.

• قائمة المصادر:

1- القرآن الكريم (سورة إبراهيم - الآية 07)

2- صحيح مسلم.

• قائمة المراجع باللغة العربية:

- 1- أبو العلا عبد الفتاح : التدريب الرياضي الأسس الفسيولوجية ، دار الفكر العربي ، ب ط ، القاهرة ، 1997 .
- 2-الاتحادية الجزائرية للرياضة الجامعية، منشور صادر عن مركز الاتحادية الرياضية الوطنية، دالي إبراهيم سنة2006.
- 3-أحمد أمين فوري مدخل إلى علم النفس " ديوان المطبوعات الجامعية ، ب ط ، الجزائر،1990
- 4-أكرم زكي حطايبة : موسوعة الكرة الطائرة الحديثة ، دار الفكر العربي ، ط 1 ، مصر 1996 .
- 5-أكرم زكي حطايبة، موسوعة الكرة الطائرة الحديثة، بدون طبعة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر،2002.
- 6-أمال لصيري..كفاح المرأة الجزائرية.. ط2، دار المعرفة، الجزائر، 2008م.
- 7-أمين أنور الخولي: الرياضة والحضارة الإسلامية، دار الفكر العربي، القاهرة،1985.
- 8-بشלוشة طاهر محمد ، التحولات الاجتماعية والاقتصادية،دار بن مرابط للنشر والطباعة، الجزائر ،ط2، 2008.
- 9-حلمي المليجي : " علم النفس المعاصر " ، دار العربية ، ط6 ، لبنان ، 1984.
- 10-حمد سعيد عبد الفتاح-الإدارة العامة -المكتب المصري،مصر، الإسكندرية ،1992.
- 11-الخصم زينب فهمي: الكرة الطائرة ، دار المعارف ، ط1 ، مصر ، سنة 1990 .
- 12-خير الدين علي عويس: الاجتماع الرياضي، دار الفكر العربي، الطبعة الثانية ، القاهرة، 1987.
- 13- غسان محمد صادق ، الدكتور سامي الصفار، التربية والتربية الرياضية، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد،1988.
- 14-دليل جامعة الجزائر للمدرسين والطلاب:نيابة الجامعة للتخطيط والتوجيه والإعلام .
- 15-رومي جميل ،كرة القدم ، دار النقائض ، ط1 بيروت ، لبنان ، 1986 .
- 16-صالح محمد علي أبو جادو : " علم النفس التربوي " دار المسيرة ط1، الأردن ، ب س.

- 17-طايلب صبرينة، تأثير الممارسة الرياضية على اللياقة الصحية البدنية للمرأة بعد الولادة الطبيعية، مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة آكلي محند ولحاج البويرة-الجزائر، 2012-2013.
- 18-علي مصطفى طه، الكرة الطائرة تاريخ تعلم تدريب قانون، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 1999.
- 19-علي يجي المنصور، الاتجاهات المعاصرة للثقافة الرياضية، منشأ المعارف، الإسكندرية، 1973.
- 20-عنفر العياشي، في غد علم الاجتماع، جامعة اليوم، الجزائر، 1998.
- 21-غريب السيد محمد احمد ، علم الاجتماع، الإعلام والاتصال والإلهام، دار المعارف الجامعية، الإسكندرية، 1996.
- 22-فايز الزغبى ومحمد عبيدات، أساسيات الإدارة الحديثة، دار المستقبل للنشر والتوزيع، عمان-الأردن، بدون طبعة، 1997.
- 23-قاسم حسن حسين : مكونات الصفات الحركية ، المطبعة الجامعية ، بدون طبعة ، بغداد ، 1984.
- 24-قاسم حسن حسين، علم النفس الرياضي والميداني وتطبيقاته في مجال التربية، مطابع بغداد، بغداد، 1990.
- 25-القانون الدولي لكرة الطائرة عن الإتحاديه العالمية لكرة الطائرة المؤتمر العالمي لكرة الطائرة، ألمانيا ، 2001-2004 .
- 26-كمال درويش، محمد الحماحمي، رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ، منشأ المعارف، مصر، ط1، 1997.
- 27-محمد حسن العلاوي : علم التدريب الرياضي ، المطبعة 13 ، ب ط ، القاهرة 1994.
- 28-محمد حسن علاوي : " سيكولوجية التدريب والمنافسة " المعارف ، ط1 ، مصر ، 1987 . محمد فتحي.
- 29-عكاشة، محمد شفيق زكي، مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ، مصر، المكتب الجامعي الحديث، الأزاريطة، الإسكندرية، ب س.
- 30-محمد سعد زغلول ، محمد لطفي السيد : الأسس الفنية لمهارات كرة الطائرة للمعلم والمدرّب ، مطابع أمون ط1 ، مصر ، 2001 .
- 31-محمد صبحي حسانين : الأسس العلمية لكرة الطائرة وطرق القياس للتقويم ، مركز الكتاب والنشر ، ط1 ، القاهرة 1997.

32-مصطفى عشوي : " مدخل إلى علم النفس " ديوان المطبوعات الجامعية ، ب ط ، الجزائر ، 1990.

33-مليقة بوعزيز.-المرأة الجزائرية وحركة الإصلاح النسوية العربية.- دار الهدى، الجزائر:2000.

34-منشورات الخارجية لكرة الطائرة القانون الرسمي لكرة الطائرة المعتمد من طرف (FIVB) المنشور الصادر في المؤتمر 27 للفدرالية العالمية لكرة الطائرة المنعقد في المدينة الاسبانية "سفيل" 2000 .

35-النشاط البدني الرياضي في الأوساط الجامعية الجزائرية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الجزائر، السنة الجزائرية 1999-2000 .

المراجع باللغة الأجنبية:

1--Catrine Bernard : la femme et le sport ,Brighton ,Grand Bretagne,1998

2-http //www.un.org./french/escoddev/women/dec/Brigon.

3-larousse. Dectionnaire de la langue francaise .lexis.

4-Oglesly Carol , le sport et la femme,ed Vigot ;1982,Paris,P25

5-Paul ,Foulque : dictionnaire de la langue pédagogique/presse universitaire de France première édition « quadrigé » avril puf 1971 Paris 1991 .

6-Revue dit par la fédération Algérienne de volley- ball Smath .1988

7-Thomas Raymond. " préparation psychologique du sportif " edvigot . 1991 .