

OPEN ACCESS

نمذجة دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين ضمن الفئة العمرية 11-13 سنة: دراسة نوعية

سعيد الظفري²
adhafri@squ.edu.qa

عزة الرواحية⁴
azzarawahi90@gmail.com

ناصر الرواحي¹
nalrawahi@qu.edu.qa

حسين الخروصي³
hussein@squ.edu.qa

ملخص

يهدف هذا البحث إلى التعرف على دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين ضمن الفئة العمرية بين 11-13 سنة، وقد تكونت عينة البحث من (352) تلميذاً، و(370) تلميذة، في الصفين السادس والسابع الابتدائيين، بمحافظة مسقط، وبمجموع كلي بلغ 722 تلميذاً. استخدم الباحثون المنهج النوعي عن طريق الاستبانة المفتوحة؛ لمعرفة دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث. وظف الباحثون النظرية المتجذرة في تحليل البيانات، وفهمها، وتصنيفها، وصولاً إلى الصورة التي تفسر دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث، كما قاموا بترميز المعلومات التي جمعت، وبعقد المقارنة بينها؛ وصولاً إلى تصنيف يفسر دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث. وقد أظهرت النتائج وجود نسق متكامل من دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث، صُنفت إلى دوافع صحية، وبدنية، ونفسية، واجتماعية، ومعرفية، وأبرز هذه الدوافع - وفقاً لتسلسل تصنيفها - هو: التسلية واستغلال وقت الفراغ 65.8%، والمحافظة على صحة الجسم وتقويته 62.7%، وتقوية العضلات 54.8%، والشعور بالانتماء ومتعة التعاون والعمل مع الفريق 29%، وتعلّم الرياضة باعتبارها هواية وموهبة؛ للوصول إلى الاحتراف 25.8%، وقد أوصى الباحثون بالاستفادة من نتائج هذه الدراسة في بناء مناهج التربية البدنية في المدارس وتطويرها، وإجراء مزيد من الدراسات الموضوعية في هذا المجال.

الكلمات المفتاحية: الدوافع، الأنشطة البدنية، التلاميذ العمانيون

للاقتباس: الرواحي، ناصر والظفري، سعيد والخروصي، حسين والرواحية، عزة. «نمذجة دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين ضمن الفئة العمرية 11-13 سنة»، مجلة العلوم التربوية، العدد 18، 2021

1. أستاذ مشارك التربية البدنية، قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة قطر.
2. أستاذ علم النفس التربوي، قسم علم النفس، جامعة السلطان قابوس.
3. أستاذ القياس والتقويم، قسم علم النفس، جامعة السلطان قابوس.
4. محاضر علم النفس، قسم علم النفس، جامعة السلطان قابوس.

<https://doi.org/10.29117/jes.2021.0059>

© 2021، الرواحي والظفري والخروصي والرواحية، الجهة المرخص لها: دار نشر جامعة قطر. تم نشر هذه المقالة البحثية وفقاً لشروط Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0). تسمح هذه الرخصة بالاستخدام غير التجاري، وينبغي نسبة العمل إلى صاحبه، مع بيان أي تعديلات عليه. كما تتيح حرية نسخ، وتوزيع، ونقل العمل بأي شكل من الأشكال، أو بأية وسيلة، ومزجه وتحويله والبناء عليه، طالما يُنسب العمل الأصلي إلى المؤلف.

Modeling the Motives for Participation in Physical Activity among Omani Students Aged Between 11–13 Years Old: Qualitative Study

Nasser Al Rawahi¹

nalrawahi@qu.edu.qa

Hussain Al kharusi³

hussein@squ.edu.com

Said Al Dhafri²

adhafri@squ.edu.com

Azza Al Rawahi⁴

azzarawahi90@gmail.com

Abstract

This study aimed to recognize the motives of Omani students within the age group between 11–13 years old for participating in physical activities. The study sample consisted of 352 male students and 370 female students enrolled in the sixth and seventh grades of primary school in Muscat Governorate, with a total sample of 722 students. The researchers applied the qualitative approach through an open questionnaire to find out the motives for participating in physical activities. The researchers employed Grounded Theory in the analysis, understanding and classification of the data collected; in order to reach a real profile of the motives for participation in physical activities among the study sample. The researchers had the data collected undergo coding and comparison, ending up reaching a justifying classification of the sample students' motives for participating in physical activities. The results showed that there is an integrated set of motives for participating in physical activities, which were classified as health, physical, psychological, social and cognitive motives. The most prominent of these motives, according to the classification sequence, are: Entertainment and leisure time use 65.8%, maintaining health and strengthening the body 62.7%, strengthening the muscles 54.8%, sense of belonging and the pleasure of cooperating with the team 29%, learning sports as a hobby and a talent to reach professionalism 25.8%. The researchers recommended at the end of the study the necessity of having the results of this study put to use in building and developing physical education curricula in schools and conducting more qualitative studies in this area.

Keywords: Motives; Physical activities; Omani students

Cite this article as: Al-Rawahi, N. & Al-Dhafri, S. & Al-kharusi, H. , Al-Rawahi, A. "Modeling the Motives for Participation in Physical Activity among Omani Students Aged Between 11-13 Years Old: Qualitative Study", *Journal of Educational Sciences*, Issue 18, 2021

1. Associate Professor, Physical Education, Physical Education & Sport Science Department, Qatar University.
2. Professor, Educational Psychology, Psychology Department, Sultan Qaboos University.
3. Professor, Measurement & Evaluation, Psychology Department, Sultan Qaboos University
4. Lecturer, Psychology, Psychology Department, Sultan Qaboos University.

<https://doi.org/10.29117/jes.2021.0059>

© 2021, Al-Rawahi, N. & Al-Dhafri, S. & Al-kharusi, H., Al-Rawahi, A. licensee QU Press. This article is published under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0), which permits non-commercial use of the material, appropriate credit, and indication if changes in the material were made. You can copy and redistribute the material in any medium or format as well as remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited.

المقدمة

إن ممارسة النشاط الرياضي يحقق الكثير من الفوائد الصحية، والبدنية، والنفسية، والاجتماعية؛ إذ تشير أغلب الدراسات الطبية، والفسولوجية، والرياضية في المجال الرياضي إلى أن للنشاط البدني والحركي دورًا رئيسًا في تحسين صحة الأفراد، وتخفيف كثير من الآلام والأمراض وعلاجها، وأن له دورًا في تحسين الكفاءة القلبية، وخفض مخاطر الإصابة بأمراض القلب، وخفض مستوى الكوليسترول، وخفض نسبة الشحوم في الجسم، والتحكم في زيادة الوزن، وتقليل مخاطر الإصابة بالسمنة (Batty & Lee, 2004; Bowell & Pratt, 1996)، كما أن له دورًا كبيرًا في تحسين الجوانب النفسية، كتعزيز الثقة بالنفس، وإشباع الميول والاحتياجات النفسية (Wilson, Sabiston, Mack & Blanchard, 2012)، إضافة إلى دوره في تنمية الصفات الاجتماعية، كالتعاون، والصدق، والروح الرياضية، وتكوين الصداقات الجديدة، وتحسين نمط حياة الأفراد على مستوى العلاقات، واستثمار أوقات الفراغ (الولاني، 2015).

وفي الجانب الآخر فإن قلة ممارسة النشاط الرياضي هي إحدى أبرز المشكلات العالمية لدى الأطفال والمراهقين؛ فوفق دراسة حديثة أجرتها منظمة الصحة العالمية، تبين أن 80% من الطلاب والطالبات في المدارس في أنحاء العالم بين سن 11-17 لا يمارسون النشاط البدني، وأن قلة ممارسة النشاط البدني تعد أحد مسببات الوفاة، وسببًا لكثير من أمراض العصر، كالسمنة، وزيادة الوزن، وأمراض السرطان، كما أن تأثيراته الاجتماعية والنفسية ناقوس خطر يستوجب بحث أسبابه وتداعياته على مستوى صحة الأفراد في جميع المجتمعات (Guthold, Stevens, Riley & Bull, 2020). إضافة إلى ذلك، فإن نمط الحياة التكنولوجية وما صاحبها من صور الراحة والترفيه قادت كثيرًا من طلاب المدارس - على وجه الخصوص - إلى إهمال النشاط البدني، والركون إلى الخمول والكسل، وعدم الرغبة في القيام بالأنشطة البدنية (الحبيب والجعلود، 2017).

ويعد وجود الدافعية لدى الأفراد أحد أبرز العوامل الرئيسة في تغيير نمط حياتهم؛ فالدافعية هي المحرك الأساس لسلوك الأفراد (نوفل، 2011)، وممارسة النشاط البدني يتأثر على نحو عظيم بمستوى الدافعية الموجودة لدى الأشخاص لممارسته، وهي من أكثر الموضوعات التي لاقت اهتمامًا من الباحثين والمختصين في مجال علم النفس الرياضي؛ كونها العنصر الفعال لنجاح سلوك الأفراد في مختلف الجوانب، بما في ذلك المشاركة في الأنشطة البدنية والرياضية (Ntoumanis & Standge, 2009)، كما أنها تؤدي دورًا بارزًا في تحقيق الإنجاز، والتفوق الرياضي، وتحسين عمليات التعلم (علاوي، 1998).

وقد تعددت النظريات التي وضحت الأسباب المفسرة لسلوك الأفراد ودوافعهم، ومن بين أشهر النظريات المفسرة لدوافع الأفراد ما يطلق عليها نظرية التقرير الذاتي **Self-determination Theory** التي تفترض أن الأسباب الرئيسة التي ينتج عنها سلوك الأفراد هي نوعان من الدوافع: الدوافع الداخلية **Internal motivations**، التي تعزو قيام الأفراد بالسلوك إلى حافز المتعة والرضا المتأصل فيها، والدوافع الخارجية **External motivations**، التي تفسر دافع سلوك الأفراد بالذاتية التي تتمثل

في أربع صور، وهي: دوافع التنظيم الخارجي External regulation، التي يقوم الأفراد باستجابة لها بالسلوك من أجل الحصول على الثواب والعقاب؛ ودوافع التنظيم غير الواعي Interjected regulation، التي تفسر مشاركة الأفراد في النشاط بالاستجابة لما تمليه عليهم البيئة من عناصر مختلفة، ويظهر هذا النمط من الدافعية حينما يواجه الأفراد ضغوطاً من أجل أداء السلوك، ويكون مصدر الضغط من داخل الأفراد، كالشعور بالخجل لعدم القيام بالنشاط؛ والصورة الثالثة للدوافع الخارجية هي التي يطلق عليها التنظيم المعرف Identified regulation، وهي تعكس وعياً ذاتياً؛ إلى جانب الصورة الرابعة وهي دوافع التنظيم المتكامل Integrated regulation، التي تعد من أكثر صور الدوافع الخارجية تقريراً للذات؛ إذ يبدو واضحاً أن سلوك الأفراد يكون ناتجاً عن مقدار الأهمية التي يمثلها السلوك للشخص نفسه (Ratelle, Guay, Larose & Senécal, 2004).

وتصنف دوافع الأفراد للمشاركة في الأنشطة البدنية إلى عدة تقسيمات؛ فالبعض يصنفها وفقاً لمصدرها الداخلي أو الخارجي. أما الدافعية ذات المصدر الداخلي فهي تلك التي تحرك الأفراد ذاتياً للمشاركة في الأنشطة البدنية، كدوافع الرضا، والحب، والاستمتاع، والرغبة، في حين أن الدافعية ذات المصدر الخارجي هي التي توجه سلوك المشاركين في الأنشطة البدنية من أجل البحث عن المكافآت والجوائز وتكوين الصداقات والعلاقات بين المشاركين (علاوي، 2002). وتصنف أحيانا هذه الدوافع - وفقاً للعوامل المؤثرة فيها - إلى عوامل داخلية تتمثل في الصفات الشخصية، والسمات البدنية، والاتجاهات، والتصورات الذاتية للقدرات البدنية، وتحديد الأهداف المرغوبة؛ وإلى عوامل خارجية مرتبطة بالبيئة، مثل صفات المعلم، ومواصفات المدرسة، واتجاهات أولياء الأمور، ومستوى تنظيم الأنشطة البدنية، والخيارات المتاحة (Blanchard et al., 2007, Xu & Liu, 2013). وهناك من يصنفها وفقاً لحاجات المشاركين، كالحاجة إلى اللعب، والمتعة، والإثارة، والثقة من المجتمع. ويصنفها آخرون على أساس دوافع مباشرة، ودوافع غير مباشرة؛ فالمباشرة هي تلك التي تحقق لدى المشاركين الإحساس بالرضا والإشباع الناتجين عن القيام بالنشاط البدني، والمتعة الجمالية الناتجة عن رشاقة حركات الفرد وجمالها، وكذلك الشعور بالارتياح نتيجة الفوز، وتسجيل الأرقام، وإحراز البطولات، وإثبات التفوق؛ أما الدوافع غير المباشرة فتتمثل في محاولة الفرد اكتساب الصحة واللياقة البدنية، ورفع مستوى قدرته على العمل والإنتاج، والإحساس بضرورة ممارسة النشاط البدني، والوعي بالدور الاجتماعي الذي تحققه الرياضة (Vallerand, 2007).

واستثارة دوافع الطلبة للمشاركة في الأنشطة البدنية تُعد إحدى التحديات الرئيسة التي تواجه معلمي التربية البدنية في المدراس؛ إذ تشير الدراسات في هذا المجال إلى قلة دافعية الطلبة للمشاركة في حصص التربية البدنية والنشاط البدني (Jacobs et al., 2002)؛ ولذا فإن معلمي التربية البدنية مطالبون بتوظيف الاستراتيجيات المتنوعة التي تساهم في رفع دافعية الطلبة الذين لا يرغبون في المشاركة في حصص التربية البدنية والأنشطة الرياضية المتنوعة، كما يقع على عاتقهم عبء المحافظة على استمرارية وجود الدافعية الإيجابية للطلبة للمشاركة في الأنشطة الرياضية (Kretschmann, 2014).

ولمعرفة نمط الدافعية لممارسة الأنشطة الرياضية أهمية كبيرة لدى القائمين على تخطيط برامج التربية البدنية؛ لأنه يمكن من طريقها توجيه سلوك الطلبة نحو مزيد من المثابرة والاجتهاد؛ لتحقيق أقصى درجات النجاح. إضافة إلى أن الكشف عن الدوافع الحقيقية للطلبة للمشاركة في النشاط البدني يُمكن أن يقود المختصين إلى وضع السياسات والإجراءات المعززة للدوافع الإيجابية، والعمل على وضع الحلول المناسبة لتجنب الدوافع السلبية. فللدافعية دورٌ بارزٌ في تحسين عمليات التعليم والتعلم لدى الطلبة وتطويرها، سواء في مادة التربية البدنية، أو بقية المواد الدراسية، وهي بمنزلة المحرك الذي يشعل الطاقة لدى الطلبة لاستمرارية المشاركة في الأنشطة البدنية، وارتفاع مستوى قدراتهم على التعلم والتحصيل الدراسي. والدراسة الحالية تسير في هذا الاتجاه بهدف الفهم والاستيعاب لنوعية دوافع الطلبة العمانيين للمشاركة في النشاط البدني.

ونجد الأدب التربوي يزخر بالعديد من الدراسات والأبحاث التي تناولت دافعية الطلبة للمشاركة في الأنشطة البدنية؛ فقد أجرى كلباترك وهبرت وباثلوميو (Kilpatrick, Hebert & Bartholomew, 2005) دراسة هدفت إلى التعرف إلى دوافع الطلاب في كلية التربية البدنية بجامعة ساوث إيسترن بالولايات المتحدة لممارسة النشاط البدني، تكونت عينة الدراسة من (132) طالبة و(101) طالب، واستخدم الباحثون الاستبانة أداةً لجمع البيانات، وقد أسفرت النتائج عن أن أكثر دوافع الطلبة والطالبات للمشاركة في النشاط البدني تمثلت في دوافع حُب الظهور في المجتمع، وحياسة القوة، وزيادة التحمل، وإدارة الضغط والوزن، وكذلك دوافع الشعور بالانتماء، والتحدي، والمنافسة، والمتعة، وكسب التقدير الاجتماعي، كما أظهرت النتائج أن أكثر الدوافع تحققاً لدى الطلبة هي طلب التحدي، والمنافسة، وكسب التقدير الاجتماعي، وحياسة القوة، وزيادة التحمل. وقام مولود (2008) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى دوافع تلاميذ الأقسام النهائية من التعليم الثانوي بالجزائر لممارسة التربية البدنية والرياضية، وتبين أن دافع اللياقة البدنية والدوافع النفسية والجمالية جاءت أكثر الدوافع عند الطلبة والطالبات، في حين ظهرت دوافع التفوق الرياضي والدوافع الاجتماعية على نحوٍ أوفر عند الذكور مقارنة بالإناث.

كما أجرى الصالح (2014) دراسة هدفت إلى التعرف إلى دوافع ممارسة الرياضة لدى لاعبي كرة السلة المعاقين سميّاً بالأردن، مستخدماً المنهج الوصفي لذلك، وقد توصل إلى أن ترتيب دوافع ممارسة كرة السلة لدى عينة الدراسة تمثلت في الدوافع البدنية، ثم الفنية، وتلتها الدوافع النفسية، فالاجتماعية. أما دراسة زايد وأيرن (2015) فهذهت إلى تقصي دوافع المشاركة لطلاب جامعة السلطان قابوس في الأنشطة البدنية وعلاقتها بمستوى الممارسة الفعلية للأنشطة الرياضية، تكونت عينة الدراسة من (263) من طلاب كلية التربية بجامعة السلطان قابوس، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن أكثر الدوافع للممارسة الرياضية تمثلت في طلب الصحة الإيجابية، وتجنب المرض، والشعور بالحيوية والمتعة والانتماء والتحدي، وكذلك خفض التوتر، وزيادة القوة والتحمل، والاستمتاع بروح التنافس. وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية؛ فكانت الغلبة في جانب الذكور لدوافع السعي إلى خفض التوتر، والشعور بالحيوية والمتعة والتحدي، والحصول على التقدير الاجتماعي،

والشعور بالانتماء، والتنافس، والتحكم في الوزن، والاهتمام بالمظهر، وحياسة القوة، وزيادة التحمل، في حين كان التحكم في الوزن وتحسين المظهر أكثر ما يحفز الإناث إلى ممارسة الرياضة.

وفي دراسة أخرى قام بها كل من الجبور والأطرش والطبيبي (2017) بهدف التعرف إلى دوافع ممارسة النشاط البدني لدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية في محافظة أربد بالمملكة الأردنية الهاشمية، توصل الباحثون إلى أن أكثر الدوافع للمشاركة كانت المحافظة على سلامة الأجهزة الحيوية للجسم، وتكوين العلاقات الاجتماعية والتعرف إلى أصدقاء جدد، والرغبة في التخلص من التوتر، والسيطرة على الانفعالات، والشعور بالحيوية والسعادة، وشغل وقت الفراغ.

كما قام ابن عطاء الله (2018) بدراسة على (160) طالبًا وطالبة من طلبة معاهد علوم النشاطات البدنية والرياضية بالجزائر؛ بهدف التعرف إلى دوافعهم واتجاهاتهم لممارسة الأنشطة البدنية. استخدم الباحث استبانتين لتحقيق هدف دراسته، وتوصل إلى أن أكثر الدوافع للمشاركة في الأنشطة البدنية لدى عينة الدراسة هي دوافع اللياقة البدنية والصحية، ثم الدوافع النفسية، متبوعة بدوافع الميول الرياضية، والسماة الإرادية والأخلاقية، والدوافع الاجتماعية في المرتبة الأخيرة. وأجرى ديهل وفوشس وراثمان وكولب (Diehl, Fuchs, Rathmann & Kolb, 2018) دراسة هدفت إلى الكشف عن دافعية الطلبة للقيام بالنشاط البدني والمشاركة في الأنشطة الجامعية، وقد استخدم الباحثون المنهجين الوصفي والنوعي لتحقيق أهداف الدراسة، وأظهرت النتائج الوصفية أن أكثر دوافع ممارسة النشاط البدني لدى عينة الدراسة كانت الرغبة في تحقيق السعادة، والصحة، والمتعة، واللياقة البدنية، والتواصل مع الآخرين، في حين أن النتائج النوعية كشفت أن دوافع إيجاد التوازن في الحياة اليومية، والحصول على عقول صافية، وتخفيف التوتر والضغط، والشعور بالراحة وتحرير العقل من الضغوطات، وتحقيق اللياقة البدنية على نحو عام كانت أكثر الدوافع لدى عينة الدراسة.

وأجرى رحمان ولينج وجو ودنج وأكثر (Rahman, Liang, Gu, Ding & Akter, 2019) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى دافعية النشاط البدني من أجل تعزيز الصحة لدى مجموعة من متوسطي الأعمار والبالغين من الشعب الصيني، وقد استخدم الباحثون المنهج الوصفي بتطبيق استبانة مختلفة على عينة قوامها (633) فردًا، وقد أظهرت النتائج أن أهم الدوافع لبذل النشاط البدني لدى عينة الدراسة تمثلت في تقوية التحمل، وتعزيز الصحة الإيجابية، وتعلم إدارة الضغوطات وإدارة الوزن، والشعور بالانتماء وكذلك المتعة.

مشكلة وأسئلة البحث

انبثقت مشكلة البحث نتيجة المقابلات مع كثير من معلمي التربية البدنية، وسماع شكواهم المستمرة من عدم رغبة التلاميذ في المدارس في المشاركة في حصص التربية الرياضية، أو ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة، الأمر الذي قاد الباحثين إلى محاولة سبر الدوافع الحقيقية للتلاميذ العمانيين للمشاركة في الأنشطة الرياضية، خاصة لدى التلاميذ في مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة؛ إذ إن السلوك المتشكك لدى التلاميذ في هذه المرحلة العمرية يمكن أن يكون نمط

حياة لديهم في المستقبل؛ ولذا حين تُفهم الدوافع الحقيقية للمشاركة في الأنشطة الرياضية لدى هذه الفئة من التلاميذ، فإن احتمالية الاستمرارية والديمومة لممارسة النشاط الرياضي لديهم بعد تجاوز مرحلة المراهقة أمر وارد بدرجة كبيرة، وهذا ما دفع الباحثين في الدراسة الحالية للبحث عن الدوافع التي تشكل الحوافز الرئيسة لممارسة النشاط الرياضي لدى الفئة العمرية بين 11-13 سنة، من تلاميذ المدارس الحكومية بسلطنة عمان.

وتتمثل مشكلة البحث في الإجابة عن السؤال التالي:

ما دوافع ممارسة النشاط الرياضي لدى التلاميذ العمانيين في المرحلة العمرية بين 11-13 سنة؟

أهداف البحث

يسعى البحث الحالي إلى الكشف عن الدوافع الحقيقية لممارسة النشاط الرياضي وفهمها لدى التلاميذ العمانيين في المرحلة العمرية بين 11-13 سنة.

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث الحالي في الوصول إلى ماهية دوافع ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ الصفين السادس والسابع الابتدائيين بسلطنة عمان، والواقعين ضمن الفئة العمرية من 11-13 سنة، الأمر الذي يسهل على المختصين في وزارة التربية والتعليم ومتخذي القرارات وضع السياسات والأنشطة المعززة؛ لرفع دوافع ممارسة النشاط الرياضي لدى تلاميذ المدارس، كما تكمن أهمية الدراسة الحالية في إمكانية تحقيق التكامل في تصميم الأنشطة الرياضية الموجهة لتلاميذ المدارس، بين وزارة التربية والتعليم والمؤسسات الرياضية الأخرى بالمجتمع، وفقاً للدوافع الحقيقية لممارسة النشاط الرياضي.

مصطلحات البحث

النشاط الرياضي: يمكن تعريفه - اصطلاحياً - بأنه «تعبير شامل لكل ألوان النشاطات البدنية والرياضية التي يستخدم فيها البدن بشكل عام» (الخولي، 1990، ص. 72)، ويمكن تعريفه - إجرائياً - بأنه مجموع الحركات التي يقوم بها التلميذ، التي تتطلب استنفاد الطاقة وبذل المجهود، بما في ذلك أداء الحركات والمشاركة في التمرينات والألعاب الرياضية، خلال حصة التربية الرياضية أو خارجها.

الدافع: اصطلاحاً «قوى داخلية تحرك الفرد إلى بذل جهد لتحقيق هدف معين» (إبراهيم، 2001، ص. 241)، في حين يمكن تعريفه - إجرائياً - في البحث الحالي بأنه مجموعة الأسباب التي تدفع التلاميذ العمانيين في الصفين السادس والسابع (11-13 سنة) إلى المشاركة في الأنشطة الرياضية المختلفة.

التلاميذ العمانيون في الصفين السادس والسابع: يمكن تعريفهم بأنهم تلاميذ تتراوح أعمارهم بين

11-13 سنة، ومقيدون في بعض المدارس العمانية بالصفين السادس والسابع، حسب السلم التعليمي بسلطنة عمان.

منهج البحث

يتبنى البحث الحالي المنهج الوصفي لفهم دوافع ممارسة النشاط الرياضي لدى التلاميذ العمانيين، وذلك من طريق تبني المنهج النوعي في جمع البيانات؛ لدراسة الظاهرة موضوع البحث. ويعد المنهج النوعي وسيلة للفهم العميق للمتغيرات بما يوفره للمستجيبين من فرصة وصف خبراتهم دون قيود.

عينة البحث

شملت عينة البحث التي أجابت عن أداة الدراسة (722) تلميذاً وتلميذة، مسجلين في الصفين السادس والسابع الابتدائيين، وممن يقعون ضمن الفئة العمرية بين 11-13 سنة، وكان عدد التلاميذ الذكور (352) ونسبة 49%، وكانت عينة الإناث (370) فتاة ونسبة 51%.

من أجل الحصول على فهم عميق لدوافع ممارسة التلاميذ العمانيين للنشاط الرياضي في المرحلة العمرية الواقعة بين 11-13 سنة، استُخدمت الاستبانة بصيغتها المفتوحة بوصفها أداة رئيسة في جمع البيانات، وقد اشتملت على شقين رئيسين، أولهما الطلب من المستجيبين بعض البيانات الديموغرافية، كالجنس والصف الدراسي، أما الشق الثاني فكان سؤالاً مفتوحاً طلب من المستجيبين فيه ذكر أكثر الدوافع أو الأسباب التي تجعلهم يقبلون على ممارسة النشاط الرياضي، وقد جمعت البيانات المطلوبة مع التأكد من صدقها، عن طريق تشجيع المستجيبين على الإجابة بموضوعية عن السؤال المطروح، وذكر أكبر عدد ممكن من الأسباب التي تدفعهم إلى ممارسة النشاط الرياضي. وللتيقن من ثبات البيانات المجموعة، قام الباحثون على ترميز البيانات ومقارنة نسبة التوافق بينهم، وقد بلغت نسبة التوافق 96%، كما استُخدم الصدق التأويلي بعرض البيانات على مجموعة مختارة من عينة أفراد الدراسة؛ لتحديد مدى التطابق بين ما تناوله الباحثون بالتحليل وبين البيانات التي أدلوا بها خلال فترة جمع البيانات، وقد عبّر أفراد العينة عن التطابق بين نتائج التحليل واستجاباتهم عن السؤال المفتوح في الأداة.

الأساليب الإحصائية لتحليل البيانات

استخدم الباحثون المنهج الوصفي؛ لمناسبته طبيعة الدراسة وأهدافها، ومن أجل فهم أعمق لدوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين للفئة العمرية بين 11-13 سنة. وظّف الباحثون النظرية المتجذرة (Grounded Theory) في تحليل البيانات، وترميزها، وتجميعها، وتصنيفها في مجالات تعبر عن المكونات الأساس للدافعية الطلبة للمشاركة في الأنشطة الرياضية؛ فعمل الباحثون على تجميع كل العبارات والجمل المتشابهة ودمج بعضها مع بعض لتشكيل محوراً معبراً عن الدافعية، وتوصلوا بفحص البيانات التي أدلى بها المستجيبون إلى مجموعة من الدوافع الرئيسية، صُنفت إلى دوافع صحية، وبدنية، ونفسية، واجتماعية، ومعرفية، وبعد تصنيف الدوافع

الرئيسية، جُمعت كل العبارات التي يمكن أن تندرج تحت كل منها، واستُخرجت التكرارات والنسب المئوية لكل دافع من الدوافع الفرعية، لكل من الذكور والإناث على حدة، ومن ثم رُتبت وفقاً لعدد تكرارها ونسبتها للعينة بصورة كلية.

نتائج البحث

من أجل الإجابة عن سؤال البحث، وهو: ما دوافع ممارسة النشاط الرياضي لدى التلاميذ العمانيين في المرحلة العمرية بين 11-13 سنة؟

استخرج الباحثون التكرارات والنسب لكل فئة من فئات الدافعية التي استنبطوها بتحليل استجابات المشاركين، وجدول (1) يستعرض النتائج المتصلة بالدوافع الصحية لممارسة الأنشطة الرياضية.

جدول (1): الدوافع الصحية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين الذكور والإناث ضمن الفئة العمرية بين 11-13 سنة

م	الدوافع الصحية لممارسة الأنشطة الرياضية	الذكور (ن=352)		الإناث (ن=370)		ن=722	
		التكرارات	النسبة	التكرارات	النسبة	التكرارات الكلية	النسبة الكلية
1	المحافظة على صحة الجسم وتقويته	206	58.5%	247	66.8%	453	62.7%
2	تزويد الجسم بالطاقة والحيوية والنشاط	107	30%	341	92%	448	62%
3	تخفيض الوزن وإذابة الدهون	108	30.7%	223	60%	331	45.8%
4	الوقاية من الأمراض	91	26%	113	30.5%	204	28%
5	تقوية الذكاء وتنشيط العقل	52	14.7%	144	39%	196	27%
6	تنشيط الدورة الدموية	43	12%	144	39%	187	26%
7	التنظيم الغذائي والاعتدال في الأكل	4	1%	20	5%	24	3.3%

تُظهر نتائج جدول (1) أن نوعية الدوافع الصحية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين ضمن الفئة العمرية من 11-13 سنة تراوحت نسبتها بين 1% و58.5% لفئة الذكور، وبين 5% و92% لفئة الإناث؛ فأظهرت النتائج وجود دوافع صحية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى الإناث أكثر منها لدى الذكور. وتُظهر نتائج الجدول كذلك أن الدافع الصحي المتمثل في «المحافظة على صحة الجسم وتقويته» جاء في المرتبة الأولى بتكرار عام بلغ 453 وبنسبة 62.7%، تلاه في المرتبة الثانية ممارسة الرياضة من أجل «تزويد الجسم بالطاقة والحيوية والنشاط» بتكرار بلغ 453 وبنسبة 62%، وأظهرت النتائج أن هناك دوافع صحية أخرى لدى التلاميذ العمانيين لممارسة الأنشطة الرياضية، وهي «تخفيض الوزن وإذابة الدهون»، و«الوقاية من الأمراض»، و«تقوية العقل»، و«تنشيط الدورة الدموية»، و«التنظيم الغذائي».

إلى جانب الدوافع الصحية، فقد أشارت التحليلات النوعية إلى أهمية الدوافع البدنية التي تدفع التلاميذ إلى القيام بالأنشطة الرياضية، كما هو واضح من التكرارات والنسب المئوية في جدول (2).

جدول (2): الدوافع البدنية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين في الفئة العمرية بين 11-13 سنة

الترتيب	ن=722		الإناث (ن=370)		الذكور (ن=352)		الدوافع البدنية لممارسة الأنشطة الرياضية	م
	النسبة الكلية	التكرارات الكلية	النسبة	التكرارات	النسبة	التكرارات		
1	54.8%	396	52.2%	193	57.7%	203	تقوية العضلات	1
2	47%	339	40%	149	54%	190	المحافظة على اللياقة البدنية	2
3	36%	260	51.3%	190	19.9%	70	تزويد الجسم باللياقة اللازمة للأنشطة البدنية	3
4	32.7%	236	30%	111	35.5%	125	المساعدة في تحسين السرعة وتحريك الجسم	4
5	10.8%	78	16.5%	61	17.3%	17	تحسين مرونة الجسم	5

تُظهر نتائج جدول (2) وجود دوافع بدنية متعددة لممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة الدراسة من التلاميذ العمانيين؛ إذ تبين النتائج أن دوافع التلاميذ الذكور في هذا المجال أكبر مقارنة بزميلاتهم التلميذات، وفقاً للتكرارات والنسب الواردة في الجدول أعلاه، وبصورة عامة فالدافع البدني المتمثل في «تقوية العضلات» جاء في المرتبة الأولى بنسبة 54.8% وبتكرار 396، وتلاه دافع «المحافظة على اللياقة البدنية» بنسبة 47% في المرتبة الثانية، ثم جاء دافعاً «تزويد الجسم باللياقة اللازمة للأنشطة البدنية» و«المساعدة في تحسين السرعة وتحريك الجسم» في المرتبتين الثالثة والرابعة على التوالي وبنسبتين متتاليتين 36% و32.7%. ويبدو أن دافع ممارسة الأنشطة الرياضية من أجل «تحسين مرونة الجسم» جاء في المرتبة الأخيرة وبنسبة لم تتجاوز 11%.

ويستعرض جدول (3) أبرز الدوافع الاجتماعية لممارسة الأنشطة الرياضية، بحساب التكرارات والنسب المئوية للدوافع التي صُنفت ضمن البُعد الاجتماعي.

جدول (3): التكرارات والنسبة المئوية للدوافع الاجتماعية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ عينة البحث

الترتيب	ن=722		الإناث (ن=370)		الذكور (ن=352)		الدوافع الاجتماعية لممارسة الأنشطة الرياضية	م
	النسبة الكلية	التكرارات الكلية	النسبة	التكرارات	النسبة	التكرارات		
1	29%	210	33.8%	125	24%	85	الشعور بالانتماء ومتعة التعاون والعمل مع الفريق	1
2	24.2%	175	8.3%	31	40.9%	144	تحقيق الشهرة بين أفراد المجتمع	2

الترتيب	ن=722		الإناث (ن=370)		الذكور (ن=352)		الدوافع الاجتماعية
	النسبة الكلية	التكرارات الكلية	النسبة	التكرارات	النسبة	التكرارات	لممارسة الأنشطة الرياضية
4	21.8%	158	21%	78	22.7%	80	حب التفاخر والمنافسة مع الآخرين
5	19.4%	140	12.9%	48	26%	92	التعرف إلى أصدقاء جدد وتقوية العلاقات

تشير النتائج الواردة في جدول (3) إلى أن الدوافع الاجتماعية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث الذكور جاءت بنسب تراوحت بين 22.7% و40.9%، وبالمقابل تراوحت النسبة المئوية لقريناتهم التلميذات بين 8.3% و33.8%، وقد احتل الدافع الاجتماعي والمعبر عنه بـ«الشعور بالانتماء ومتعة التعاون والعمل مع الفريق» المرتبة الأولى بتكرار بلغ 210 وبنسبة مئوية بلغت 29%، وتلاه في المرتبة الثانية دافع «تحقيق الشهرة بين أفراد المجتمع» بنسبة مئوية بلغت 24.2%، كما جاء دافع «متعة اللعب مع الأصدقاء والزملاء» في المرتبة الثالثة، وتلاه في المرتبة الرابعة دافع «حب التفاخر والمنافسة مع الآخرين»، ثم في المرتبة الأخيرة دافع «التعرف إلى أصدقاء جدد وتقوية العلاقات» بنسبة بلغت 19.4%.

وإلى جانب الدوافع الاجتماعية المحركة لسلوك ممارسة الأنشطة الرياضية، فقد دلت النتائج على وجود مجموعة من الدوافع النفسية، كما هو مبين في جدول (4)، الذي يستعرض التكرارات والنسب المئوية للدوافع النفسية.

جدول (4): التكرارات والنسب المئوية للدوافع النفسية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث

الترتيب	ن=722		الإناث (ن=370)		الذكور (ن=352)		الدوافع النفسية لممارسة
	النسبة الكلية	التكرارات الكلية	النسبة	التكرارات	النسبة	التكرارات	الأنشطة الرياضية
1	65.8%	475	76.8%	284	54.3%	191	التسلية واستغلال وقت الفراغ
2	64.4%	465	81.4%	301	46.6%	164	الشعور بالمتعة والفرح والتشويق
3	29.4%	212	29.5%	109	29.3%	103	الشعور بالحماس والفوز والسعادة
4	13.7%	99	20%	74	7.1%	25	الشعور بالراحة النفسية وتفريغ التوتر والغضب
5	6.4%	46	7.3%	27	5.4%	19	تعزيز الثقة بالنفس والتركيز

تظهر نتائج جدول (4) أن الدوافع النفسية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلميذات العمانيات في الفئة العمرية بين 11-13 سنة أكثر وضوحاً حين مقارنتهن بالتلاميذ الذكور من الفئة العمرية نفسها؛ فدافعا ممارسة الأنشطة الرياضية من أجل «التسلية واستغلال وقت الفراغ» وكذلك من أجل «الشعور بالمتعة والفرح والتشويق» هما أكثر الدوافع النفسية ظهوراً لدى التلميذات مقارنة بالتلاميذ

الذكور، بنسب مئوية بلغت 81.4% و 76.8% على التوالي. وبصورة عامة اختلف الترتيب العام للدوافع النفسية لدى عينة البحث عن ترتيبها لكل فئة على حدة؛ فقد جاء دافع «التسلية واستغلال وقت الفراغ» في المرتبة الأولى بنسبة مئوية بلغت 65.8% وتلاه دافع «الشعور بالمتعة والفرح والتشويق» بنسبة مئوية قريبة جداً من الدافع السابق، ثم جاء دافع ممارسة الأنشطة الرياضية من أجل «الشعور بالحماس والفوز والسعادة» ودافع «الشعور بالراحة النفسية وتفريغ التوتر والغضب» في المرتبتين الثالثة والرابعة على التوالي، وأخيراً جاء دافع «تطوير الثقة بالنفس والتركيز» في المرتبة الأخيرة وبنسبة مئوية بلغت 6.4%.

كما توصل الباحثون بالتحليل النوعي للبيانات إلى وجود دوافع معرفية تدفع بالتلاميذ إلى ممارسة الأنشطة الرياضية، وحسبوا التكرارات والنسب المئوية لمجموعة العبارات التي تدل على وجود هذا النوع من الدوافع، كما هو موضح في جدول (5).

جدول (5): النسب المئوية والتكرارات للدوافع المعرفية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث

الترتيب	ن=722		الإناث (ن=370)		الذكور (ن=352)		الدوافع المعرفية لممارسة الأنشطة الرياضية
	النسبة الكلية	التكرارات الكلية	النسبة	التكرارات	النسبة	التكرارات	
1	25.8%	186	19.7%	73	32%	113	1 تعلم الرياضة باعتبارها هواية وموهبة للوصول إلى الاحتراف
2	10.2%	74	8%	30	12.5%	44	2 تعلم المهارات والحركات الرياضية
3	8.3%	60	10.5%	39	5.9%	21	3 تنمية التركيز والفهم
4	4.6%	33	5.4%	20	3.7%	13	4 زيادة الحصيلة المعرفية بأنواع الرياضات وأنظمتها وقوانينها

تُظهر نتائج جدول (5) الدوافع المعرفية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث، ووفقاً للنتائج الواردة فإنه يظهر جلياً أن ممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين ليست في المقام الأول من أجل تحسين الجوانب المعرفية وتطويرها؛ فممارسة الأنشطة الرياضية من أجل «تعلم الرياضة باعتبارها هواية وموهبة للوصول إلى الاحتراف» جاءت في المرتبة الأولى بتكرارات بلغت 186 وبنسبة مئوية عليا بلغت 25.8% ثم جاء الدافع المعرفي من أجل «تعلم المهارات والحركات الرياضية» في المرتبة الثانية وإن كانت نسبته المئوية لم تتجاوز 11%، كما جاء الدافع المعرفي لممارسة الأنشطة الرياضية من أجل «تنمية التركيز والفهم» و«زيادة الحصيلة المعرفية بأنواع الرياضات وأنظمتها وقوانينها» في المرتبتين الأخيرتين في هذا المجال.

مناقشة النتائج وتفسيرها

تحدّد الهدف الرئيس لهذا البحث في الحصول على فهم أعمق لدوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى التلاميذ العمانيين المسجلين في الصفين السادس والسابع، والواقعين ضمن الفئة

العمرية بين 11-13 سنة، وبمنظرة شاملة إلى نتائج البحث يتضح جلياً أن تركيبةً ومنظومةً متداخلةً الجوانب شكّلت الدوافع الحقيقية لممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث، تنوّعت بين الدوافع الصحية، والبدنية، والاجتماعية، والنفسية، والمعرفية.

وقد أظهرت نتائج البحث أن من بين أكثر الدوافع الصحية لممارسة النشاط الرياضي لدى عينة الدراسة: المحافظة على صحة الجسم وتقويته، وتزويد الجسم بالحيوية والنشاط، وتخفيض الوزن، وإذابة الدهون. ويمكن تعليل وجود هذه الدوافع الصحية بإدراك التلاميذ للمخاطر الصحية التي تحدق بمجتمعاتهم، خاصة في ظل تزايد نسبة السمنة في المجتمعات، وظهور كثير من أمراض العصر الناتجة عن قلة الحركة والنشاط البدني؛ ولذا فهم يرون أن ممارسة الأنشطة الرياضية أحد الحلول للتغلب على هذه المشكلات الصحية؛ وعلى ذلك يُقبلون على ممارستها والاشتراك في شتى الأنشطة الرياضية المدرسية أو تلك الأنشطة التي تنفّذها العديد من الهيئات والمؤسسات الرياضية، وهذه النتيجة توافق ما توصلت إليه كثيرٌ من الدراسات في هذا الجانب (الجبور وآخرون، 2017؛ زايد وأيرن، 2015. Rahman et al ., 2019)، التي توصلت جميعها إلى أن أكثر الدوافع لممارسة الأنشطة الرياضية كانت المحافظة على الصحة وتجنب الأمراض.

أما عن الدوافع البدنية، فقد أظهرت نتائج الدراسة الحالية أن دوافع تقوية العضلات، والمحافظة على اللياقة البدنية، وتزويد الجسم باللياقة اللازمة للأنشطة الرياضية؛ كانت من أكثر الدوافع البدنية لدى عينة البحث، ويمكن عزو ذلك إلى إدراك عينة البحث أن النجاح في المشاركة، وأن ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة تتطلب توفر اللياقة البدنية بعناصرها المتنوعة، كالقوة، والسرعة، والتحمل، والرشاقة، وغيرها من العناصر الأخرى، وهذه متطلبات رئيسة للقيام بأي نشاط رياضي، كما يمكن عزو هذه النتيجة إلى طبيعة مناهج التربية الرياضية التي تؤكد في بعض وحداتها على أهمية اللياقة البدنية، أو إلى تلك النشرات الإعلامية الرياضية التي تؤكد على أهمية اللياقة البدنية للفوز وتحقيق الإنجازات الرياضية. وهذه النتيجة توافق تفسير بعض نظريات الدوافع، كنظرية التقرير الذاتي التي ترى أن سلوك الأفراد يكون ناتجاً عن مقدار الأهمية التي يمثلها السلوك للشخص نفسه، كما تتفق هذه النتائج مع بعض الدراسات التي أكدت أن دافع اللياقة البدنية كان ضمن أهم الدوافع لممارسة النشاط الرياضي (ابن عطاء الله، 2018؛ زاخر، 2004؛ مولود، 2008).

أما عن الدوافع الاجتماعية فقد أظهرت نتائج البحث أن تحقيق الشعور بالانتماء كان من أكثر الدوافع الاجتماعية ظهوراً لدى عينة البحث، وكذلك متعة التعاون والعمل مع الفريق، وتحقيق الشهرة بين أفراد المجتمع، واللعب مع الأصدقاء والزملاء. وقد يكون أحد مبررات وجود هذه الدوافع لدى عينة البحث طبيعة ممارسة الأنشطة الرياضية في المجتمع العماني، التي تؤكد على أهمية الانتماء، والتعاون، والعمل مع الفريق من أجل تحقيق الإنجازات الرياضية، سواء كان ذلك بممارسة الأنشطة الرياضية داخل المجتمع المدرسي أو في المجتمع الخارجي، كما يمكن عزو هذه النتيجة - خاصة تلك المتعلقة بتحقيق الشهرة بين أفراد المجتمع - إلى وجود بعض النماذج الرياضية الناجحة في المجتمع العماني، وتحقيقها للشهرة المحلية والعالمية، كالألعاب الدولي

المشهور علي الحبسي وغيره من الشخصيات الرياضية البارزة في المجتمع، وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة دراسة كيلباتريك وآخرين (Kilpatrick et al., 2005)، التي أكدت أن دافع تحقيق الشهرة الاجتماعية وكسب التقدير في المجتمع من أكثر الدوافع لممارسة الأنشطة الرياضية.

أما الدوافع النفسية، فقد أظهرت نتائج البحث أن أكثرها لممارسة الأنشطة الرياضية لدى عينة البحث كان التسلية واستغلال وقت الفراغ، والشعور بالمتعة والفرح والحماس والسعادة، وكذلك تحقيق الراحة النفسية وتفريغ التوتر. ولعل أبرز الأسباب التي يمكن عزو هذه النتائج إليها هو تلك المظاهر النفسية التي يشعر بها الأفراد خلال ممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة أو بعدها، وقد تكون عينة البحث عايشة هذه المشاعر عن قرب خلال مشاركتها في عديد من الأنشطة الرياضية؛ فمظاهر المتعة والفرح والحماس والراحة النفسية الناتجة عن المشاركة في الأنشطة الرياضية هي ضمن التأثيرات النفسية للنشاط الرياضي، التي تؤكد كثيرًا من الأبحاث والدراسات في هذا المجال (زايد وأيرن، 2015؛ الصالح، 2018؛ Diehl et al., 2014).

وعن الدوافع المعرفية، فقد أظهرت نتائج البحث أن من أكثر الدوافع لعينة البحث في هذا المجال تعلم الرياضة باعتبارها هواية وموهبة؛ للوصول إلى الاحتراف، وكذلك تعلم المهارات والحركات الرياضية، وزيادة الحصيلة المعرفية عن الكثير من الأنشطة الرياضية، وربما يمكن عزو هذه النتيجة إلى محدودية محتوى مناهج التربية الرياضية في المدارس؛ فلعل عينة البحث قد رأت فيها قلة المادة العلمية التي تتناول الرياضات الأخرى، وكذلك تركيز التدريس والتعليم فيها على إتقان المهارات والحركات الرياضية، دون الاهتمام بتنمية المواهب الرياضية، وهذه النتيجة تقود إلى خلاصة ذات أهمية كبيرة، وهي ضرورة تغيير الطريقة التقليدية لتدريس التربية البدنية في المدارس، وتركيزها على اكتشاف المواهب الرياضية في الألعاب الرياضية المتنوعة؛ من أجل التنمية والتطوير لقدرات الطلبة وإمكاناتهم؛ وصولاً بهم إلى تحقيق الإنجازات الرياضية العالية.

ومن بين أبرز النتائج في البحث الحالي، أنه بالرغم من تقارب النسب المئوية والتكرارات لدوافع عينة الدراسة الكلية في معظم المجالات التي صُنفت الدوافع وفقاً لها، فإن التلاميذ الذكور كانت لديهم دوافع أكبر في الجوانب البدنية، والاجتماعية، والمعرفية لممارسة الأنشطة البدنية، وفي المقابل كانت لدى الإناث دوافع أكبر في الجوانب الصحية والنفسية، ويمكن أن تُعزى هذه النتيجة إلى الطبائع البيولوجية والفسولوجية والنفسية للطلبة والطالبات، وكذلك يمكن عزوها إلى أن التلاميذ الذكور بطبيعتهم الفطرية يميلون إلى تقوية البدن، والحصول على الشهرة الاجتماعية من المشاركة في الأنشطة الرياضية، في حين أن اهتمام التلميذات بالجانب الصحي والنفسي أكبر مما هو لدى التلاميذ الذكور. ونتيجة هذه الدراسة تتفق مع نتيجة دراسة كيلباتريك وآخرين (Kilpatrick et al., 2005)، التي أظهرت وجود دوافع أكبر لدى الذكور فيما يتعلق بحب التحدي، والمنافسة، والتقدير الاجتماعي، والقوة، والتحمل، كما تتفق أيضاً مع نتائج دراسة زايد وفريز (2005) التي أكدت تفوق الذكور في دوافع الشعور بالحياة، والمتعة، والتحدي، والحصول على التقدير الاجتماعي، والانتماء، والتنافس، والقوة، والتحمل، في حين كان التحكم بالوزن والمظهر أكثر الدوافع بروزاً لدى الإناث.

التوصيات

في ضوء ما توصلت إليه نتائج البحث، يوصي الباحثون بما يلي:

- توظيف دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية التي توصلت إليها الدراسة بوصفها إطارًا مرجعيًا في تصميم برامج التربية الرياضية بالمدارس وتخطيطها؛ بحيث يُستفاد منها في تخطيط محتوى مناهج التربية الرياضية، بما يحقق الدوافع - بتنوعها - لممارسة الأنشطة الرياضية.
- تصميم أنشطة رياضية مدرسية متنوعة تتوفر فيها المتعة والحماس والتشويق، وتزيد من دافعية التلاميذ للمشاركة في الأنشطة الرياضية المتنوعة.
- إفادة المؤسسات والمرجعيات الرياضية بالسلطنة بنمط دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية، وفقًا لما توصلت إليه نتائج البحث الحالية؛ من أجل الأخذ بها والاستفادة منها في تصميم برامج الأنشطة الرياضية الموجهة إلى المجتمع، وخاصة تلك المخصصة لطلبة المدارس.
- إجراء مزيد من الدراسات النوعية والوصفية؛ لسبر دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى الفئات العمرية المتنوعة من طلبة المدارس.
- إجراء دراسات مقارنة لدوافع ممارسة الأنشطة الرياضية لدى طلبة المدارس الحكومية والخاصة بين سلطنة عمان، وبين الدول العربية الأخرى.
- إجراء دراسات نوعية ووصفية تتناول فهم العلاقة بين دافعية التلاميذ للمشاركة في الأنشطة الرياضية، وبين المتغيرات الأخرى؛ كالدافعية للتعلم، ومستوى التحصيل الدراسي، ومستوى النشاط الرياضي.

المراجع

أولاً: المراجع العربية

- إبراهيم، حمادة مفتي. (2001). التدريب الرياضي الحديث: تخطيط وتطبيق وقيادة (ط2). دار الفكر العربي، مصر.
- ابن عطاء الله، محمد. (2018). دوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي لدى طلبة معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية وعلاقتها باتجاهاتهم نحو نشاط كرة اليد: دراسة ميدانية ببعض معاهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. مجلة التميز لعلوم الرياضة، 4، 77-104.
- الجبور، نايف والأطرش، محمود والطبيبي، رأفت. (2017). دوافع ممارسة النشاط البدني لدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية في محافظة إربد. المجلة الأوربية لتكنولوجيا علوم الرياضة، 7(13)، 111-122.
- الحبيب، خالد والجعلود، خالد. (2017). مستوى النشاط البدني لدى طلاب الصفوف العليا في المرحلة الابتدائية بمنطقة القصيم وعلاقتها ببعض مؤشرات أمراض قلة الحركة. مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، 3(45)، 1-17.
- الخولي، أمين أنور. (1990). الرياضة والمجتمع. سلسلة عالم المعرفة، الكويت.
- زايد، كاشف وأبرن، فريز. (2015). دوافع ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية وفقاً لنظرية التقرير الذاتي. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، 9(2)، 340-350.
- الصالح، ماجد سليم. (2014). دوافع الممارسة لدى لاعبي كرة السلة المعاقين سمعياً في الأردن. دراسات العلوم التربوية، 41(1)، 18-32.
- علاوي، محمد حسن. (1998). علم النفس الرياضي (ط1). مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- مولود، كنيوة. (2008). دوافع ممارسة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ الأقسام النهائية من التعليم الثانوي (رسالة ماجستير منشورة). جامعة قسطنطينية، الجزائر.
- نوفل، محمد. (2011). الفروق في دافعية التعلم المستندة إلى نظرية تقرير الذات لدى عينة من طلبة كليات العلوم التربوية في الجامعات الأردنية. مجلة جامعة النجاح للأبحاث، 25(2)، 287-303.
- الولاني، بثينة محمد. (2015). الرياضة للترويح وجودة الحياة. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، 34(397)، 142-154.

ثانياً: المراجع الأجنبية

- Batty, G. D., & Lee, I. M. (2004). Physical activity and coronary heart disease. *British Medical Journal*, 328, 1089-1090. DOI: 10.1136/bmj.328.7448.1089.
- Blanchard, C. M., Mask, L., Vallerand, R. J., De la Sablonnière, R., & Provencher, P. (2007). Reciprocal relationships between contextual and situational motivation in a sport setting.

- Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 854–873. DOI: 10.1016/j.psychsport.2007.03.004.
- Diehl, K., Fuchs, A., Rathmann, K., & Kolb. (2018). Students' motivation for sport activity and participation in university sports: A mixed-methods study. *Bio.Med Research International*, 12, 1–7. DOI: 10.1155/2018/9524861.
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: A pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(1), 23–35.
- Jacobs, J. E., Lanza, S., Osgood, D. W., Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Changes in children's self-competence and values: Gender and domain differences across grades one through twelve. *Child Development*, 73(2), 509–527. DOI: 10.1111/1467-8624.00421.
- Kilpatrick, M., Hebert, E., & Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: Differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American College Health*, 54(2), 87–94. DOI: 10.3200/JACH.54.2.87-94.
- Kretschmann, R. (2014). Student motivation in physical education – The evidence in a nutshell. *Acta Kinesiologica*, 8(1), 27–32.
- Ntoumanis, N., & Standge, M. (2009). Motivation in physical education: A self-determination theory perspective. *Theory and Research in Education*, 7(2), 194–202.
- Powell, K. E., & Pratt, M. (1996). Physical activity and health. *British Medical Journal*, 313(7050), 126–7. DOI: 10.1136/bmj.313.7050.126.
- Rahman, M., Liang, C., Gu, D., Ding, Y., & Akter, M. (2019). Understanding levels and motivation of physical activity for health promotion among Chinese middle-aged and older adults: A cross-sectional investigation. *Journal of Healthcare Engineering*. 1–9. DOI: 10.1155/2019/9828241.
- Ratelle, C. F., Guay, F., Larose, S., & Sénécal, C. (2004). Family correlates of trajectories of academic motivation during a school transition: A semi-parametric group-based approach. *Journal of Educational Psychology*, 96(4), 743–754. DOI: 10.1037/0022-0663.96.4.743.
- Vallerand, R. J. (2007). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and physical activity. In G. Tenenbaum, & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (pp. 59-83) (3rd ed.). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Wilson, P. M., Sabiston, C. M., Mack, D. E., & Blanchard, C. M. (2012). On the nature and function of scoring protocols used in exercise motivation research: An empirical study of the behavioral regulation in exercise questionnaire. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 614–622. DOI: 10.1016/j.psychsport.2012.03.009.
- Xu, F., & Liu, W. (2013). A review of middle school students' attitudes toward physical activity. In L.E. Ciccomascolo & E. Crowley Sullivan (Eds.), *The Dimensions of Physical Education* (pp. 284–295). Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.

References

- 'Alḥabīb, Khālīd wa 'Alja'lūd, Khālīd. (2017). Mustawā 'alnashāt 'albadanī ladā alṣufūf 'al'ulya fī 'almarḥalah 'alibtidā'iyyah bimanṭiqat 'Al-Qaṣīm wa 'alāqatuhā biba'd mu'ashirāt 'amrād qillat alḥarakah (in Arabic), *Majallat 'Asyūf li'ulūm wa funūn 'al-tarbiyah 'alqiyādiyyah*, 3(45), 1–17.
- 'Al-Jabbūr, Nāyif wa 'Al-'aṭrash, Maḥmūd wa 'Al-ṭībī, Ra'fat. (2017). Dawāfi' mumārasat 'alnashāt 'albadanī 'alriyādī ladā 'almushārikīn fī marākiz 'al-liyaqah 'albadaniyyah fi muḥāfazat 'Irbid (in Arabic), *'Al-Majallah 'al-'urubbiyyah litiknuluja 'ulūm 'alriyāḍah*, 7(13), 111–122.
- 'Al-Khulī, 'Amīn 'Anwar. (1990). *'Al-riyāḍah wa 'al-mujtama'* (in Arabic), silsilat'ālam 'al-ma'rifah, 'Al-Kuwayt.
- 'Allāwī, Muḥammad Ḥasan. (1998). 'Ilm 'alnafs 'Al-riyādī (in Arabic), (1st ed.). Markaz 'al-kitāb lilnashr, 'Al-Qāhirah.
- 'Alṣāliḥ, Mājid Salīm. (2014). Dawāfi' 'al-mumārash ladā lā'ibī kurat alsallah almu'āqīn sam'iyyan fī 'Al-'Urdun (in Arabic), *Dirasāt 'al'ulūm 'altarbawiyah*, 41(1), 18–32.
- 'Alwalānī, Buthaynah Muḥammad. (2015). *'Alriyāḍah liltarwīḥ wa jawdat 'al-ḥayāh* (in Arabic), *Jāmi'at Nāyif 'al'arabiyah lil'ulūm 'al'amniyah*, 34(397), 142–154.
- 'Ibn 'Aṭa'llāh, Muḥammad. (2018). Dawāfi' mumārasat 'alnashāt 'albadanī 'alriyādī ladā ṭalabat ma'āhid 'ulūm wa tiqniyyāt alnashāt 'albadaniyyah wa 'alriyādiyyah wa 'alāqtuhā bittijāhātihim naḥwa nashāt kurat 'alyad: dirāsah maydāniyyah biba'd ma'āhid 'ulūm wa tiqniyyāt 'alnashāt 'albadaniyyah wa 'alriyādiyyah (in Arabic), *Majallat 'al-tamayyuz li'ulūm 'al-riyāḍah*, 4, 77–104.
- 'Ibrāhīm, Ḥamādah Muftī. (2001). *Al-tadrīb al-riyādī al-ḥadīth takhīf wa ṭaḥbīq wa qiyādah* (in Arabic), (2nd ed.). Dār al-fikr al-'arabī, Miṣr.
- Mawlūd, Kinīwah. (2008). *Dawāfi' mumārasat altarbawiyah al-badaniyyah wa al-riyādiyyah ladā talāmīdh 'al-'aqsām alnihā'iyyah min 'alta'līm 'althānawī* (in Arabic), (risālat mājistīr mansūrah). Jāmi'at Quṣṭanīnah, 'Al-Jazā'ir.
- Nawfal, Muḥammad. (2011). 'Al-furūq fī dāfi'eyyat alta'allum almustanidah 'ilā Nazariyat taqrīr 'aldhāt ladā 'ayyinaḥ min ṭalabat kulliyāt al'ulūm 'al-tarbawiyah fī 'al-jāmi'āt 'al-'urduniyyah (in Arabic), *Majallat Jāmi'at 'Al-najāḥ lil'abḥāth*, 25(2), 278–303.
- Zāyid, Kāshif wa 'Ayirn, Frīz. (2015). Dawāfi' mumārasat ṭullāb 'al-jāmi'ah lil'anshetāh 'alriyādiyyah wifqan linazariyyat 'Al-taqrīr 'Al-dhātī (in Arabic), *Majallat 'al-dirāsāt 'al-tarbawiyah wa 'al-nafsiyyah*, 9(2), 240–250.

تاريخ التسليم: 2020/5/21

تاريخ استلام النسخة المعدلة: 2020/8/19

تاريخ القبول: 2020/8/20