

فاعلية برنامج التدعيم الذاتي الرياضي في حرية الارادة لطلاب المدارس الاعدادية في مركز محافظة نينوى

مشرف تربوي في المديرية العامة لتربية نينوى

nashw-moh81@nan.epedu.gov.iq

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

nadhimalwattar@uomosul.edu.iq

نشوان محمد شيت حامد

ناظم شاكر الوتار

تاريخ تسليم البحث (٢٠٢٤/٣/١٢) تاريخ قبول النشر (٢٠٢٤/٤/٢٣) تاريخ النشر (٢٠٢٥/٤/١٥)

DOI:(10.33899/rjss.2025.187296)

الملخص

هدف البحث في التعرف على درجة حرية الارادة لدى طلاب المدارس الاعدادية في مركز قضاء الموصل / الاليسر ، فضلاً عن الكشف عن فاعلية استخدام برنامج التدعيم الذاتي الرياضي في الاختبارين القبلي والبعدي في حرية الارادة للمجموعة التجريبية.

وافترض الباحثان وجود فروق ذات دلالة معنوية في درجة حرية الارادة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي ، وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث في مقياس حرية الارادة لعينة الدراسة ولصالح الاختبار البعدي ، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث ، فيما تكونت عينة البحث من بين طلاب الصف الرابع الاعدادي لمدرسة اعدادية الصديق للبنين في محافظة نينوى للعام الدراسي (2022 - 2023) والبالغ عددهم (50) طالباً ، قسموا الى مجموعتين متساويتين احدهما تجريبية والاخرى ضابطة وبواقع (25) طالب لكل مجموعة.

واستخدم مقياس حرية الارادة المعد من قبل الباحثان لهذا الغرض بواقع (٣٨) فقرة ، فضلاً عن استخدام برنامج التدعيم الذاتي الرياضي والذي يتكون من (١١) جلسة وبواقع جلسة واحدة في الاسبوع وفي بعض الاسباع احتاج الباحثان لأجراء (جلستين في الاسبوع) حيث كان زمن الجلسة الواحدة (٤٠) دقيقة ، وتم تحقيق التكافؤ لمجموعتي البحث في مقياس (حرية الارادة) ، للتوصل إلى نتائج البحث الحالي استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) ، باستخدام الوسائل الإحصائية الآتية : (الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و معامل الارتباط البسيط " بيرسون " واختبار (t) للعينات المستقلة غير المرتبطة والاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي للعينات المرتبطة غير المستقلة ومعادلة الفا كرونباخ).

واستنتج الباحثان ان برنامج التدعيم الذاتي الرياضي الذي قام ببنائه الباحثان يؤثر في احداث تغيير واضح في درجات حرية الارادة لدى طلاب المدارس الاعدادية.

ويوصي الباحثان بضرورة اهتمام تربية نينوى والادارات المدرسية بالجوانب النفسية والاجتماعية ذات التأثير على سلوك الطالب من خلال تدعيم السلوك الايجابي وحرية اختياراته عبر برامج التدعيم الذاتي الرياضي.

الكلمات المفتاحية: المثابرة، التكافؤ، التجريبي



Al-Rafidain Journal for Sports Sciences

<https://rsprs.uomosul.edu.iq>



The effectiveness of the athletic self-support program in free will among high school students in the center of Nineveh Governorate

Nashwan Mohammed Sheet

nashw-moh81@nan.epedu.gov.iq

An Educational Supervisor in Nineveh Public Directorate
of Education

Nadhim Shakir Alwattar

nadhimalwattar@uomosul.edu.iq

College of Physical Education and Sport Science/
University of Mosul

Article information

Article history:

Received:12/03/2024

Accepted:23/04/2024

Published online:15/04/2025

Keywords:

scale,

Differences ,

parity

Correspondence:

Nashwan Mohammed Sheet

nashw-moh81@nan.epedu.gov.iq

Abstract

The study aims to identify the level of free will among preparatory school students on the left side of Mosul District Center and examine the effectiveness of using a self-reinforcement sports program in the pre-and post-tests on the free will of the experimental group.

The researchers hypothesized that there would be statistically significant differences in the degree of free will between the pre-test and post-test for the experimental group. They also hypothesized significant differences in the post-test results between the two study groups on the free will scale in favor of the experimental group.

The researchers used the experimental method due to its suitability for the nature of the research. The study sample consisted of fourth-grade preparatory students from Al-Siddiq Preparatory School for Boys in Nineveh Governorate for the academic year (2022–2023), totaling (50) students, divided equally into two groups: one experimental and the other control, with (25) students in each group.

The researchers used a free will scale they developed for this purpose, consisting of (38) items. They also used a self-reinforcement sports program composed of (11) sessions, with one session per week, although in some weeks two sessions were conducted. Each session lasted (40) minutes. Both study groups were matched in terms of their scores on the free will scale.

To arrive at the study results, the researchers used the SPSS statistical package, employing the following statistical tools: (arithmetic mean, standard deviation, Pearson correlation coefficient, t-test for independent samples, one-sample t-test, paired samples t-test, and Cronbach's alpha formula).

The researchers concluded that the self-reinforcement sports program they developed had a noticeable impact on changing the level of free will among preparatory school students.

They recommend that the Nineveh Directorate of Education and school administrations pay attention to the psychological and social aspects that affect

١ - التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث

يشير التدعيم الذاتي إلى القدرة على تعزيز النفس والقدرات الشخصية دون الحاجة إلى تدخل أو توجيه من الخارج ، اي إنه عملية تحقيق النمو الشخصي والتطور الذاتي من خلال استغلال الموارد الداخلية وتطوير القدرات والمهارات الحالية ، و يركز على تعزيز الشعور بالثقة والمثابرة والإيجابية والقدرة على التحمل والاسترخاء ، وتحدد الدرجات العالية من الدعم الذاتي او دعم الاستقلالية معلمي ومدرسي التربية البدنية الذين يزودون طلابهم بفرص لاكتشاف تأثير دروس التربية البدنية ، وتوجيه الطلاب في ايجاد حلولهم الخاصة ، وتقديم تلميحات حول كيفية الاداء بشكل افضل ، حيث يوصف تدعيم الذات والاستقلالية المعلمين الذين ينقلون الثقة في قدرات الطلاب على الاداء الجيد في الدروس ، ويسمحون للطلاب بالتعبير عن آرائهم ، ويبدلون الجهد لفهم احتياجات الطلاب بالوصف الايجابي للتنمية النفسية والعقلية ، ووجد ان من اوجه التدعيم الذاتي هو تعزيز الذات ، بغية اصفاء الايجابية على الاداء والتفكير والتنظيم للمهارات او تطبيق التمارين ، حيث ان تعزيز الذات هو نوع من الدوافع التي تعمل على جعل الناس يشعرون بالرضا عن أنفسهم والحفاظ على احترام الذات (Sedikides, 1995, 331).

وتشير الدراسات الى ان فوائد النهج التحفيزي الداعم للاستقلالية بالمقارنة مع النهج التحفيزي الخارجي (المسيطر) لها تأثير ايجابي على بما يتعلق بالحافز الاكاديمي للطلاب كما جاء ذلك في دراسة (Reeve, 2009, 82)، ويُنظر إلى الرياضة على أنها عنصر من عناصر الراحة النفسية المتعة ، ومع ذلك ، فمن الشائع أن نرى المشاركين من الطلاب في دروس التربية الرياضية يركزون على الفوز أكثر من التركيز على تطوير القيم مثل الحماس والمتعة والاستقلالية والارادة الحرة ، والتي قد تكون بسبب نموذج التدريس المستخدم.

وتكمن أهمية هذا البحث في دراسة فاعلية برنامج التدعيم الذاتي الرياضي في تعزيز حرية الإرادة لدى طلاب المدارس الإعدادية في مركز محافظة نينوى ، حيث تتعرض حرية الإرادة لدى الطلاب في هذه المرحلة العمرية للعديد من التحديات مثل الضغوط الأكاديمية والاجتماعية والتأثيرات الخارجية ، ويمكن أن يساعد برنامج التدعيم الذاتي الرياضي الطلاب على تطوير مهارات التحكم الذاتي واتخاذ القرارات ، مما قد يعزز قدرتهم على ممارسة حرية الإرادة بشكل فعال ، بالإضافة إلى ذلك يمكن أن يساهم هذا البرنامج في تحسين التحصيل الدراسي للطلاب في سواء مادة التربية الرياضية او بقية المواد ، وتعزيز ثقتهم بأنفسهم وزيادة دوافعهم للتعلم ، مع التأكيد على دور التدعيم الذاتي الرياضي في قدرة الطالب على توجيه ذاته وتنظيمها وتعديل جوانب سلوكه وافكاره وانفعالاته وبالتالي يمتد تأثير التدعيم الذاتي الرياضي الى مختلف ابعاد الشخصية وتعزيز حق حرية الارادة وتقرير المصير للطلاب من

خلال برامج تنمية الشباب الإيجابية عن طريق درس التربية الرياضية ، والتي تهدف إلى تعزيز الاستقلالية.

١- ٢ مشكلة البحث

- يعاني العديد من طلاب المدارس الاعدادية في مركز محافظة نينوى من ضعف في حرية الارادة ، مما يؤثر سلباً على سلوكهم وتحصيلهم الدراسي ، وتعود هذه المشكلة الى العديد من العوامل منها:
- الضغوط الأكاديمية: حيث يتعرض الطلاب لضغوط لتحقيق نتائج جيدة في الاختبارات ، مما قد يجعلهم يشعرون بالارهاق والقلق ، ويؤثر على قدرتهم على اتخاذ القرارات بحرية.
 - التأثيرات الخارجية: وتنتج من قبل الاصدقاء والعائلة والمجتمع ، مما قد يجعلهم يشعرون بالضغط للتوافق مع توقعات الآخرين، وهذا يؤثر على قدرتهم على التعبير عن ذاتهم بحرية.
 - ضعف مهارات التحكم الذاتي: حيث يفتقر العديد من الطلاب الى مهارات التحكم الذاتي، مثل مهارات تنظيم الوقت وإدارة المشاعر والتحكم في الانفعالات، مما يجعلهم يواجهون صعوبة في مقاومة الإغراءات واتخاذ القرارات الصحيحة.
 - يعاني الطلاب من نقص في التحفيز الشخصي بسبب ضعف التدعيم الذاتي الايجابي، مما يؤدي إلى قلة الاهتمام والالتزام في التعلم والمشاركة الأكاديمية والرياضية.

١- ٣ اهداف البحث

- ١-٣-١ التعرف على درجة حرية الارادة لدى طلاب المدارس الاعدادية في مركز قضاء الموصل /الايسر.
- ١-٣-٢ الكشف عن فاعلية استخدام برنامج التدعيم الذاتي الرياضي في الاختبارين القبلي والبعدي في حرية الارادة للمجموعة التجريبية.

١- ٤ فرضا البحث

- ١-٤-١ وجود فروق ذات دلالة معنوية في درجة حرية الارادة بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي.
- ١-٤-٢ وجود فروق ذات دلالة معنوية في الاختبارات البعدية بين مجموعتي البحث في مقياس حرية الارادة لعينة الدراسة ولصالح الاختبار البعدي

١- ٥ مجالات البحث

- ١-٥-١ المجال البشري : طلاب المرحلة الرابعة في اعدادية الصديق للبنين.
- ١-٥-٢ المجال الزمني : المدة من ٢٨ / ٢ / ٢٠٢٣ ولغاية ٨ / ٥ / ٢٠٢٣.
- ١-٥-٣ المجال المكاني : القاعة الخاصة بالحاسوب بالمدرسة.

١- ٦ مصطلحات البحث

التدعيم الذاتي: عرفه (شاهين ، ٢٠١٤) هو "شحن وتقوية المشاعر والأحاسيس الداخلية التي تقود الإنسان إلى تحقيق أهدافه ، أو تسهل عليه القيام بعمل ما وفق إمكانياته وقدراته، حيث يعني لفظ

التدعيم الذاتي بعملية التحفيز الداخلية التي تقوم بها لأنفسنا ولا يساعدنا أحد عليها". (شاهين، ٢٠١٤، ٣٥،

ويعرف الباحثان التدعيم الذاتي اجرائياً: هو عملية اثارة تحفيز الطالب نفسه لتحسين أدائه الرياضي من خلال استخدام برامج واستراتيجيات نفسية وسلوكية

حرية الارادة: عرفها (Filevich, at el, 2013) بأنها " تعني استمتاع الفرد بالتعبير والتفكير دون قيود ، والعيش بأفضل طريقة ممكنة ، وهي حالة ذاتية تعبر عن حاضر الانسان ومصيره ، بل وعن ماضيه ، وكيفية وعيه بذاته وتأويلاته لأحداث الحياة ، لذا فإنها تعود بالراحة النفسية والرضا الذاتي ". (Filevich, at el, 2013, 1273)

ويعرفها الباحثان اجرائياً: بأنها قدرة الطالب على اتخاذ القرارات واتخاذ الخيارات المتعلقة بنشاطه الرياضي دون تدخل خارجي يكون قاهراً.

٣- اجراءات البحث

٣-١ منهج البحث : استخدم المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث.

٣-٢ مجتمع البحث وعينه

اشتمل مجتمع البحث على عدد من المدارس الاعدادية للبنين في قضاء الموصل / الايسر والبالغ عددهم (٢٧) مدرسة ولأغراض البناء والتطبيق والتجارب الاستطلاعية تم اختيار خمسة مدارس بالطريقة العشوائية اي ما يمثل نسبة (١٩%) من المجتمع المذكور وهي كل من (اعدادية نزار المختار للبنين، واعدادية القرطاس للبنين، واعدادية الابداع للبنين، واعدادية الاصفياء للبنين، واعدادية الصديق للبنين).

وتكونت عينة البحث من طلاب المرحلة الرابعة في اعدادية الصديق للبنين للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣ والتي تم اختيارها بصورة عمدية وذلك بسبب تعاون ادارة المدرسة وموافقتها على تقريب احدى مراحل الدراسة لتطبيق اجراءات البحث وتوفير جميع الوسائل والظروف لتطبيق تجربة البحث فضلاً عن ملائمة المرحلة الرابعة في اعدادية الصديق للبنين لتطبيق اجراءات البحث ، وعن طريق القرعة تم اختيار شعبة (د) لتكون المجموعة التجريبية وشعبة (ب) تكون مجموعة ضابطة من مجموع اربع شعب بواقع (٥٠) طالب مقسمين الى (٢٥) طالب للمجموعة التجريبية و(٢٥) طالب للمجموعة الضابطة ، وتم استبعاد طلاب التجارب الاستطلاعية وعينة البناء والثبات.

٣-٣ تكافؤ مجموعتي البحث

إن عملية التكافؤ في متغيرات البحث في مجاميع البحث تؤدي بلا اي شك إلى تحقيق نتائج أفضل، وتخدم الإجراءات العلمية الصحيحة للتجربة، وأيضاً من أجل الشروع من نقطة انطلاق واحدة لكافة المجاميع ، لذلك يجب ان يعمل الباحثان على إيجاد مجاميع متكافئة على الأقل فيما يتعلق بمتغيرات بحثه ، والتي تم الاعتماد عليها في البحث وكما مبين في الجدول (١).

الجدول (١)

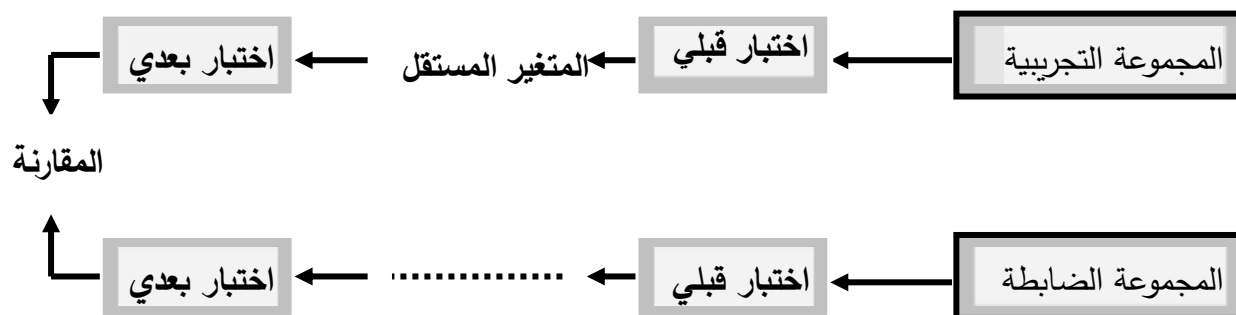
يبين التكافؤ بين مجموعتي البحث في مقياس حرية الارادة

المقياس	المجموعات				(t) المحتسبة	sig	دلالة الفروق
	تجريبية		ضابطة				
	ع±	س-	ع±	س-			
حرية الارادة	٧٢.١٢	٦.١١	٧٢.٦٠	٦.٣٩	٠.٢٧١	٠.٧٨٧	غير معنوي

عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$ ودرجة حرية (٤٨) ، بلغت قيمة مستوى الدلالة لمقياس حرية الارادة (٠.٧٨٧)، ولكونها اكبر من قيمة الدلالة المعتمدة ، فتبين من خلال ذلك وجود فروق ذات دلالة غير معنوية بين مجموعتي البحث مما يشير إلى تكافؤ المجموعتين في المقياس.

٣-٤ التصميم التجريبي

استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم (تصميم المجموعات المتكافئة) العشوائية الاختيار ذات الملاحظات القبلية والبعدية المحكمة الضبط (علاوي وراتب ، ١٩٩٩ ، ٢٣٠ ،)، والشكل (١) يبين ذلك:



الشكل (١) يوضح التصميم التجريبي المستخدم في تجربة البحث

٣-٥ الوسائل المستخدمة في جمع البيانات

٣-٥-١ وسائل جمع البيانات

- المقابلة الشخصية.

- تحليل المحتوى.

- الاستبيان.

٣-٦ ادوات البحث

٣-٦-١ مقياس حرية الارادة

- بالنظر لعدم توفر اداة لقياس حرية الارادة للطلاب ، فقد لجأ الباحثان الى بناء مقياس حرية الارادة وذلك بواقع (٤٢) فقرة من خلال عدد من الخطوات وهي:
- التخطيط للمقياس وذلك بتحديد (٤) محاور والتي تغطي فقراته.
 - صياغة فقرات لكل محور.
 - اعتماد عينة ممثلة لمجتمع البحث لتطبيق الفقرات عليها.
 - إجراء تحليل لفقرات المقياس.
 - اقترح الباحثان مفتاح للإجابة مكون من ثلاثة بدائل هي (تنطبق علي ، تنطبق علي بدرجة متوسطة ، لا تنطبق علي) وتحمل الاوزان (٣-٢-١) على التوالي.
- ٣-٦-١-١ صدق المقياس:

ويمثل الصدق من الخصائص السيكمترية الاساسية للمقاييس والاختبارات النفسية، ولأجل التحقق من ذلك استخدم الباحث في هذه الدراسة الصدق الظاهري للتأكد من قدرة المقياس لقياس الغرض الذي وضع من اجله.

٣-٦-١-١ الصدق الظاهري

بعد ان حددت محاور المقياس والإعداد للصيغة الأولية لفقراته، فضلاً عن تحديد بدائل وتعليمات الاجابة عن فقرات المقياس، ولغرض التعرف على مدى صدق المقياس الظاهري تم عرضه بشكله الأولي على عدد من السادة الخبراء والمتخصصين في مجالي علم النفس الرياضي والعام للحكم على مدى ملائمة الفقرات للمحور الذي وضعت فيه ومدى ملائمتها لقياس حرية الارادة لطلاب المرحلة الاعدادية، فضلاً عن اتخاذ ما يروونه مناسباً من خلال تعديل أو دمج أو حذف أو اضافة على الفقرات، اذ تم اعتماد الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق أكثر من (٧٥%) من آراء السادة الخبراء.

٣-٦-١-٢ القوة التمييزية لفقرات المقياس

بهدف التأكد من تمييز فقرات مقياس حرية الارادة بين افراد عينة البحث ، عمد الباحثان الى استخراج قوة الفقرات التمييزية ، وقد استخدم الباحثان اسلوب المجموعتين المتطرفتين على عينة البناء المكونة من (٤٢٣) طالباً من طلاب المدارس الاعدادية في الساحل الايسر من محافظة نينوى بنسبة بلغت (٢٧%) للمجموعتين العليا والدنيا ، وقد عمل الباحثان على ترتيب درجات عينة البناء ترتيباً تنازلياً (من اعلى درجة الى ادنى درجة) ، بعدها قام الباحثان بتحديد القسمين العلوي والسفلي بنسبة (٢٧%) لكل منهما ، فاصبح عدد افراد المجموعة العليا (١١٤) طالباً ، وعدد افراد المجموعة الدنيا (١١٤) طالباً ، بعدها قام الباحثان باستخراج القوة التمييزية للفقرات كما مبين في الجدول (٢).

الجدول (٢)

يبين القوة التمييزية لفقرات مقياس حرية الارادة

القدرة التمييزية للفقرة	مستوى الدلالة	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		رقم الفقرة
			ع	س	ع	س	
مميزة	0.000	10.074	0.59	2.68	0.78	1.75	1
مميزة	0.000	9.355	0.66	2.55	0.77	1.65	2
مميزة	0.000	11.504	0.43	2.81	0.79	1.84	3
مميزة	0.000	11.248	0.46	2.82	0.83	1.81	4
مميزة	0.000	7.765	0.63	2.58	0.80	1.84	5
مميزة	0.000	10.922	0.35	2.85	0.80	1.94	6
مميزة	0.000	8.956	0.61	2.63	0.83	1.76	7
مميزة	0.000	10.924	0.68	2.59	0.75	1.55	8
مميزة	0.000	7.762	0.70	2.45	0.77	1.69	9
مميزة	0.000	4.727	0.84	2.15	0.83	1.63	10
مميزة	0.000	9.948	0.47	2.81	0.84	1.91	11
مميزة	0.000	14.239	0.37	2.83	0.74	1.71	12
مميزة	0.000	9.099	0.56	2.73	0.79	1.90	13
مميزة	0.000	14.604	0.35	2.85	0.78	1.67	14
مميزة	0.000	10.194	0.56	2.69	0.75	1.78	15
مميزة	0.000	19.709	0.22	2.94	0.70	1.58	16
مميزة	0.000	11.399	0.28	2.91	0.84	1.96	17
مميزة	0.000	11.524	0.63	2.64	0.72	1.59	18
مميزة	0.000	19.484	0.16	2.97	0.73	1.59	19

20	1.76	0.79	2.92	0.27	14.796	0.000	مميزة
21	1.83	0.87	2.87	0.32	11.961	0.000	مميزة
22	1.70	0.77	2.93	0.24	16.272	0.000	مميزة
23	1.65	0.76	2.86	0.38	15.110	0.000	مميزة
24	1.94	0.82	2.83	0.41	10.183	0.000	مميزة
25	1.63	0.73	2.50	0.64	9.624	0.000	مميزة
26	1.86	0.82	2.74	0.51	9.641	0.000	مميزة
27	1.98	0.87	2.12	0.89	1.200	0.231	غير مميزة
28	1.94	0.82	2.51	0.69	5.629	0.000	مميزة
29	1.90	0.81	2.32	0.80	3.916	0.000	مميزة
30	1.98	0.85	2.61	0.69	6.125	0.000	مميزة
31	1.54	0.70	2.87	0.32	18.276	0.000	مميزة
32	1.63	0.75	2.88	0.31	16.326	0.000	مميزة
33	2.05	0.80	2.22	0.85	1.595	0.112	غير مميزة
34	1.75	0.83	2.81	0.43	12.032	0.000	مميزة
35	1.71	0.80	2.89	0.36	14.242	0.000	مميزة
36	1.68	0.74	2.71	0.50	12.272	0.000	مميزة
37	1.92	0.83	2.63	0.71	6.781	0.000	مميزة
38	1.72	0.73	2.86	0.38	14.693	0.000	مميزة
39	1.56	0.70	2.84	0.41	16.759	0.000	مميزة
40	2.01	0.87	2.17	0.85	1.381	0.169	غير مميزة
41	1.61	0.75	2.63	0.59	11.242	0.000	مميزة
42	2.16	0.86	2.20	0.84	0.311	0.756	غير مميزة

معنوي عند مستوى دلالة $0.05 \geq$ ، يتبين لنا من الجدول (٢) أن قيمة (t) المحسوبة ما بين (٠.٣١١ ، ١٩.٤٤٨) ، وبلغت قيم مستوى الدلالة (٠.٠٠٠ ، ٠.٧٥٦) حيث ان الفقرات التي تميزها أصغر من قيمة الدلالة المعتمدة (٠.٠٠٥) تدل على انها مميزة والفقرات التي تميزها اكبر من (٠.٠٠٥) يدل على أنها فقرات غير مميزة.

٣-١-٦-٣ الاتساق الداخلي لفقرات المقياس

بهدف التأكد من تناسق فقرات المقياس واتساقها مع الدرجة الكلية لمقياس حرية الارادة ، قام الباحثان باستخراج معامل الارتباط البسيط بيرسون لدرجة ارتباط كل فقرة مع درجة الفقرات الكلية وكل محور مع الدرجة الكلية للمقياس على استمارات عينة البناء والبالغة (٤٢٣) استمارة، والجدول (٣) يبين ذلك:

الجدول (٣)

قيم معاملات ارتباط عبارات مقياس حرية الارادة مع الدرجة الكلية للمقياس

الفقرة	معامل الارتباط	Sig.	الفقرة	معامل الارتباط	Sig.	الفقرة	معامل الارتباط	Sig.
1	0.587**	0.000	15	0.622**	0.000	29	0.298**	0.003
2	0.582**	0.000	16	0.817**	0.000	30	0.388**	0.000
3	0.666**	0.000	17	0.619**	0.000	31	0.775**	0.000
4	0.671**	0.000	18	0.676**	0.000	32	0.775**	0.000
5	0.464**	0.001	19	0.809**	0.000	33	0.086*	0.194
6	0.599**	0.000	20	0.729**	0.000	34	0.672**	0.000
7	0.589**	0.000	21	0.641**	0.000	35	0.735**	0.000
8	0.627**	0.000	22	0.766**	0.000	36	0.657**	0.000
9	0.512**	0.000	23	0.737**	0.000	37	0.392**	0.000
10	0.357**	0.000	24	0.543**	0.000	38	0.737**	0.000
11	0.599**	0.000	25	0.585**	0.000	39	0.779**	0.000

0.008	0.175*	40	0.000	0.592**	26	0.000	0.723**	12
0.000	0.629**	41	0.468	0.048*	27	0.000	0.536**	13
0.291	0.070*	42	0.000	0.421**	28	0.000	0.742**	14

معنوي عند مستوى دلالة $0.05 \geq$ ، يتبين من الجدول (٣) ان قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية قد اقتربت من، (0.048 ، 0.817) وعند مستوى دلالة (0.005) وأقرب قيمة مستوى الدلالة لمعاملات ارتباط الفقرات (0.000 ، 0.468) حيث ان القيم الاصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمدة تدل على قدرة المقياس على ابراز الترابط بين فقراته واذا كانت القيمة اكبر من مستوى الدلالة تدل على عدم تجانس الفقرة.

٣-٦-١-٤ معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية:

تم اعتماد طريقة التجزئة النصفية لاستخراج الثبات، وتقوم فكرة التجزئة النصفية على اساس قسمة فقرات المقياس الى نصفين ، ويعني "الدقة في تقدير العلامة الحقيقية للفرد على السمة التي يقيسها" (عودة وملكاوي ، ١٩٩٢ ، ١٩٤) ، حيث تم اجراء الثبات على عينة مكونة من (٥٠) طالباً ، وبواقع ٣٨ فقرة تم تجزئتها الى قسمين، ضم القسم الأول الفقرات الفردية والقسم الثاني الفقرات الزوجية، وباستخدام الحاسب الآلي على وفق نظام الـ (Spss) تم حساب الارتباط بين القسمين بطريقة بيرسون وفي ضوء ذلك ظهرت درجة الارتباط بين النصفين (٠.٨١٥) وان هذا الارتباط يمثل الاتساق الداخلي لنصف الاختبار وليس الاختبار كله ولتصحيح ذلك يتطلب استخدام معادلة (سبيرمان- براون) وعند استخدام هذه المعادلة بلغ معامل الثبات للمقياس كله (٠.٨٣٠) وهذا يعتبر معامل ثبات عالٍ.

٣-٦-١-٥ وصف مقياس حرية الارادة بصورته النهائية:

بعد ان تم إجراء المتطلبات اللازمة لبناء مقياس حرية الارادة ، استقر بصيغته النهائية على (٣٨) فقرة (ملحق، ١) موزعة على اربعة محاور هي:

- الاستقلالية ويتكون من (١١) فقرة ، وتشمل الفقرات في التسلسلات من (١-١١).
- التنظيم الذاتي ويتكون من (١٣) فقرة، وتشمل الفقرات في التسلسلات من (١٢-٢٤).
- التمكين النفسي ويتكون من (٦) فقرات، وتشمل الفقرات في التسلسلات من (٢٤-٣٠).
- تحقيق الذات ويتكون من (٨) فقرات ، وتشمل الفقرات في التسلسلات من (٣٠-٣٨).

وتم تحديد بدائل الاجابة (تنطبق علي، تنطبق علي بدرجة متوسطة، لا تنطبق علي) واعطيت الدرجات (٣، ٢، ١) على التوالي، وبذلك بلغت الدرجة الكلية للمقياس (١١٤) والدرجة الدنيا (٣٨)، وبذلك اصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على افراد عينة البحث ، ومن الجدير بالذكر ان درجة المستجيب كلما ارتفعت دلت على وجود حرية ارادة للطلاب، وكلما انخفضت درجة المستجيب دلت على انخفاض حرية الارادة لدى الطلاب، وبذلك اصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على أفراد عينة البحث.

٣-٧ برنامج التدعيم الذاتي الرياضي

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي في أعداد البرنامج الارشادي النفسي الذي يهدف إلى معرفة فاعلية برنامج التدعيم الذاتي الرياضي على طلاب المدارس الاعدادية في مركز قضاء الموصل / الايسر، وبعد الاطلاع على أنموذجات متعددة من البرامج الارشادية والتدريبية النفسية ومنها دراسة (الزبيدي، ٢٠٢٠) و(محمود، ٢٠١٤) و(الصميلي، ٢٠٠٨) ، قام الباحث بإعداد وتصميم البرنامج النفسي للتدعيم الذاتي الرياضي من خلال الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالبرنامج الارشادي النفسي واعتمد الباحث على خطوات متعددة في تخطيط البرنامج الارشادي النفسي منها (تحديد الحاجات واختيار الأولويات وتحديد الاهداف وإيجاد نشاطات لتحقيق الأهداف) ، وقد تضمن البرنامج المقترح (١١) جلسة وبزمن (٤٥) دقيقة للجلسة الواحدة وبتوجيه السادة الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي والتربوي، حيث تم ادارة جلسات البرنامج من خلال المرشد النفسي الرياضي* وبمعية الباحثان.

٣-٨ التجربة الاستطلاعية

اجريت التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (١٥) طالب ممن استبعدوا من عينة البحث بتاريخ ٢٠٢٣/٢/٢٣ ، وقد تبين من خلال التجربة الاستطلاعية ان فقرات المقياس واضحة وطريقة الاجابة عنها مفهومة، وقد بلغ زمن الاجابة عن المقياس ما بين (١٥-٢٠) دقيقة.

٣-٩ تجربة البحث الرئيسية

١- تم تنفيذ الاختبارات القبليّة على المجموعتين التجريبيّة والضابطة في يوم (٢٨ / ٢ / ٢٠٢٣).

٢- تم تنفيذ جلسات البرنامج المقترح لفترة (٢٨ / ٢ / ٢٠٢٣ ولغاية ٨ / ٥ / ٢٠٢٣) بواقع جلسة واحدة اسبوعياً وفي بعض الاسابيع احتاج الباحث الى جلستين في الاسبوع ، وبزمن (٤٠) دقيقة للجلسة الواحدة.

٣- قامت المجموعة التجريبية بتطبيق برنامج التدعيم الذاتي الرياضي المقترح.

٤- قامت المجموعة الضابطة بتطبيق الدرس المتبع من قبل مدرس التربية الرياضية في المدرسة.

٥- تم تنفيذ الاختبار البعدي لمقياس حرية الارادة على المجموعتين التجريبية والضابطة يوم الأربعاء المصادف (٨ / ٥ / ٢٠١٩) ، وذلك بعد الانتهاء من تطبيق برنامج التدعيم الذاتي الرياضي المقترح ، وتحت شروط الاختبار القبلي نفسها.

٣-١٠ الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) ، باستخدام الوسائل الإحصائية الآتية:

- الوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

*الأستاذ المساعد الدكتور رافع ادريس عبد الغفور

- اختبار (t) للعينات.

- معادلة الفا كرونباخ .

- معامل ارتباط لييرسون.

٤. عرض ومناقشة النتائج

٤-١ عرض النتائج

بعد تفرغ البيانات التي حصل عليها الباحثان وللتحقق من صحة فرضيتا البحث ، رصدت نتائج اداء مجموعتي البحث في اختبار مقياس حرية الارادة بعد تطبيق برنامج التدعيم الذاتي الرياضي المقترح وحسب التصميم التجريبي للبحث ، ثم حلت البيانات إحصائيا ، والجدول (٦،٥،٤) تبين النتائج الخاصة بذلك.

جدول (٤)

يبين القيم الإحصائية لحرية الارادة لأفراد عينة البحث

المتغيرات	العينة	س-	ع±	المتوسط الفرضي	t المحتسبة	sig
الاستقلالية	٥٠	٢٥.١٧	٢.٥٥	٢٤	٢.٩٠٩	٠.٠٠٥
التنظيم الذاتي		٢٤.٣٠	٤.٣٠	٢٦	٢.٨١٧	٠.٠٠٧
التمكين النفسي		١٠.٤٥	٢.٩٦	١٢	٣.٥٢١	٠.٠٠١
تحقيق الذات		١٢.٤٤	٣.٣١	١٤	٣.٣٦٤	٠.٠٠١
الدرجة الكلية للمقياس		٧٢.٣٦	٦.١٩	٧٦	٤.١٥٤	٠.٠٠٠

معنوي عند مستوى دلالة $0.05 \geq$ ودرجة حرية ٤٩

يتبين من الجدول (٤) ان المتوسط الحسابي لدرجات مقياس حرية الارادة لأفراد عينة البحث، قد بلغ ٧٢.٣٦ وبانحراف معياري قدره ٦.١٩ وعند مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي البالغ ٧٦ اتضح وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المتوسطين ولمصلحة المتوسط الفرضي، وبمستوى دلالة ٠.٠٠٠ وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمدة ، وهذا يدل على انخفاض في مستوى حرية الإرادة لدى افراد عينة الدراسة.

جدول (٥)

يبين المتغيرات والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبدي
وقيمة (t) ومستوى الدلالة للمجموعة التجريبية

sig	t المحتسبة	الاختبار البدي		الاختبار القبلي		المتغيرات
		ع±	س-	ع±	س-	
٠.٠٠٠٠	٧.٩١٠	٧.٧١	٨٨.٦٨	٦.٣٩	٧٢.٦٠	حرية الإرادة

يتبين من الجدول (٥) ان المتوسط الحسابي لدرجات مقياس حرية الإرادة في الاختبار القبلي للمجموعة التجريبية قد بلغ ٧٢.٦٠ وانحراف معياري قدره ٦.٣٩ في حين بلغ المتوسط الحسابي للدرجات في الاختبار البدي ٨٨.٦٨ وانحراف معياري قدره ٧.٧١ بينما بلغت قيمة (t) المحسوبة ٧.٩١٠ عند درجة حرية ٤٩ وبمستوى دلالة ٠.٠٠٠٠ وعند الرجوع الى مستوى الدلالة المعتمدة والبالغة ٠.٠٠٠٥ يتضح وجود فروق ذات دلالة معنوية في الدرجة الكلية لمقياس حرية الارادة بين الاختبارين القبلي والبدي للمجموعة التجريبية.

الجدول (٦)

يبين المتغيرات والأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبار البدي وقيمة (t) ومستوى الدلالة
للمجموعتين التجريبية والضابطة

sig	t المحتسبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		المتغيرات
		ع±	س-	ع±	س-	
٠.٠٠٠٠	٦.٨٣٧	٧.٠٠٤	٧٤.٤٠	٧.٧١	٨٨.٦٨	حرية الإرادة

يتبين من الجدول (٦) ان المتوسط الحسابي لدرجات مقياس حرية الإرادة في الاختبار البدي للمجموعة التجريبية قد بلغ ٨٨.٦٨ وانحراف معياري قدره ٧.٧١ ، بينما بلغ المتوسط الحسابي للدرجات في المجموعة الضابطة ٧٤.٤٠ وانحراف معياري قدره ٧.٠٠٤ بينما بلغت قيمة (t) المحسوبة ٦.٨٣٧ عند درجة حرية ٤٨ وبمستوى دلالة ٠.٠٠٠٠ وعند الرجوع الى مستوى الدلالة المعتمدة والبالغة ٠.٠٠٠٥ يتضح وجود فروق ذات دلالة معنوية في الدرجة الكلية لمقياس حرية الارادة بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البدي ولصالح المجموعة التجريبية.

٤-٢ مناقشة النتائج

يعزو الباحثان النتائج الواردة في الجدول رقم (٤) الى ان الاهتمام بالمفاهيم الايجابية لحرية الارادة لدى الطلاب ومنها التنظيم الذاتي والتمكين النفسي وتحقيق الذات بعيدة عن الواقع الفعلي للسلوك النفسي بين الطلاب وان انخفاض تلك المحاور يعود الى مجموعة من المتغيرات المعرفية والوجدانية والسلوكية التي تحدث عند الطالب وما يرتبط بذلك من انفعالات تؤثر على طبيعة تعامل الطلاب مع زملائهم في تحديد الاختيارات وبمعزل عن التأثيرات الخارجية والعلاقات الاجتماعية مع الاخرين اذ ان البناء المتكامل للسلوك يكمن في توصيف العلاقة بين الدوافع الداخلية والخارجية والحاجات ومستوى علاقتها بكل من التنظيم الذاتي والتمكين النفسي وتحقيق الذات ، ويمكن ان يؤثر الباحث هذا الانخفاض في التنظيم الذاتي والتمكين النفسي وتحقيق الذات الى طبيعة الثقافة المجتمعية داخل المجتمع المدرسي وما يتطلب ذلك من قوانين وانظمة صارمة قد لا تعطي الفرصة المناسبة للطلاب لإظهار قدراتهم السلوكية ، وان حرية الارادة الاساسية التي يمكن للطلاب التفاعل معها هي (الاستقلالية) اذ انها ترتبط بالمتطلبات البيئية ومفهوم الذات ومجموعة المعتقدات والقيم والمفاهيم الاسرية ، وبهذا الصدد يشير كل من (Deci & Ryan, 2002,72) الى ان ممارسة الرياضة او التمرين يمكن ان يمثل عادة سلوكية وبالتالي فان الاشخاص الذين لديهم دوافع خارجية في ممارسة الرياضة سوف يطورون مع مرور الوقت الدوافع الداخلية في القدر الذي تتوافق فيه الدوافع الخارجية مع الذات واحتياجاتها ولولياتها وتتكامل معها بالقدر الذي تستمر فيه الممارسة وتكون بمثابة خبرات ايجابية لها ومنها الاستقلالية ، ووفقاً لنظرية تقرير المصير فان الاهتمام بالقيام بالسلوك سوف يتناقص اذا ما تم التحكم بذلك بواسطة عوامل ومحددات خارجية لأن في ذلك تهديد لحاجة الفرد للاختيار الذاتي ، على اعتبار ان الحاجة الى الاختيار الذاتي تعزى الى ميل الفرد لتقرير مصيره بشكل يتفق مع اهدافه السلوكية ، وان الافراد الذين يكونون في وضع تكون فيه استقلالياتهم مهددة يكونون في بيئة متحكم بها خارجياً ، فضلاً عن ان الكثير من النتائج السلبية تظهر مثل تدني مستوى الاداء وعدم بذل الجهد وتناقص الاهتمام بالنشاط ولاسيما عندما يشعر الطالب بأنه مقيد ومجبر بواسطة عوامل خارجية للقيام بسلوك يؤدي تحقيق نتائج محددة. (Reevi , 2009,159)

وقد اعتبرت حرية الارادة في التعليم غير واقعية ولكنها مهمة بمعنى انها حقيقة نفسية لا يمكن انكارها ، وهي مكونة من ثلاثة اجزاء يستكشف الجزء الاول مفهوم الاستقلال الذاتي من وجهات نظر فلسفية مختلفة ، ويبحث بشكل خاص في كيفية اختلاف او اتفاق التعليم او الحكم الذاتي ويركز الجزء الثاني على شرح الموقف الفلسفي للحتمية السببية ويسعى الى فتح طريق لتصور التعليم من اجل الحكم الذاتي دون الاعتماد على فكرة الارادة الحرة ، ويحاول الجزء الختامي فهم للتربية من اجل الحكم الذاتي اذ يركز الاخير على قبول الطالب وفهمه لقيود السببية الطبيعية الضرورية بدلاً من عمليات السببية الذاتية (Diseth A et al,2018,71).

وفيما يتعلق بالجدول (٥) يعزو الباحثان النتائج الى فاعلية برنامج التدعيم الذاتي الرياضي الذي اعتمده الباحثان في الدراسة الحالية على تعزيز حرية الارادة ، اذ يرتبط التدعيم الذاتي بالسلوكيات التي

تظهر من قبل الطلاب خلال تواجدهم في البيئة المدرسية وذلك ما يفسر لنا التغيير الذي تم تأشيريه بين الاختبارين القبلي والبعدي في كلا المتغيرين ، اذ ان للتدعيم الذاتي القدرة على تحسين الدوافع والمثيرات والتحكم الذاتي وتعزيز السلوكيات المرغوب بها ورفع الكفاءة الذاتية والرضا الاكاديمي لدى الطلاب والذي بحد ذاته يعتبر مؤشراً موثقاً في زيادة المعدل التراكمي للسلوك المرغوب به لتنميته بصورة ايجابية ، فضلاً عن الاضافة المعرفية التي يمكن ان يوفرها البرنامج اثناء عملية التطبيق مما يؤثر على فهم شخصية الطالب ويقوي حرية الارادة وفقاً للمعايير الذاتية والتقييم الذاتي.

وبهذا الصدد يشير (Pelletir et al , 1995) الى ان الدافع الجوهري للسلوكيات ذات الاستقلالية العالية التي ينخرط فيها من اجل مشاعر المرح والسرور والرضا التي تتبع من المشاركة في درس التربية الرياضية ولغرض الشعور بالرضا من الدرس والاستكشاف ومحاولة فهم شيء جديد عن طريق اتقان المهام وتعزيز الدوافع الداخلية وتحقيق الاهداف الشخصية وذلك ما يمكن ان يطلق عليه بصورته النهائية بالتحفيز على المستوى الشخصي في الحياة اليومية والبيئة التي يتواجد فيها الطالب ، ومما يترتب على ذلك من تعزيز العلاقات الاجتماعية بين الطلاب انفسهم ومدرس التربية الرياضية (Pelletir et al , 1995,35).

ويعزو الباحثان النتائج الواردة في الجدول (٦) الى ما ذهب اليه الباحثان في التأكيد على دور التدعيم الذاتي في تقوية حرية الارادة ، اذ اشارت الكثير من البحوث التي تطرقت الى دور التدخل في التدعيم الذاتي الى انه احد المخرجات الرئيسية ذات التأثير على الجانب السلوكي بصورة عامة وعلى البنية الفكرية والسلوك الانساني ، اذ انه يؤثر بصورة واضحة على المساهمة الفاعلة في زيادة مستوى الطموح ومواجهة التحديات واخطاء التعلم وتعزيز الرفاهية النفسية ضمن البيئة المدرسية التي يتواجد فيها ، كما يؤثر ذلك على ان برامج التدعيم الذاتي يطور النظام الشخصي والذاتي للطلاب من خلال تمكينه على تضمين المعرفة العلمية في تحقيق الاهداف وتعزيز الانجازات (Michael et al, 2016) ، ونجد انها تتفق مع وصف ما يسمى بالتنظيم الذاتي والاهداف المباشرة وفاعليتها على النشاط البدني في تعزيز الدافعية وتنمية الحاجات النفسية ، اذ تقدم نظرية حرية الارادة تقييماً معرفياً لشرح انواع الاحداث الخارجية التي تعزز الدافعية الداخلية لغرض تعزيز التدعيم الذاتي من الناحية الاجتماعية بأساليب مختلفة من وسائل السيطرة الاجتماعية ولشرح القدرة على التفاعل بين الاحداث الخارجية والعلاقات الاجتماعية وتأثير ذلك على الدافعية الداخلية مع مراعاة الفروق الفردية في الدافعية المرتبطة في السلوك وذلك ما اكده (Deci & Ryan , 1987) في توصيفه للسلوك الذي يظهر مع برامج التدعيم الذاتي (Deci & Ryan , 1987,1026).

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

١- تنخفض درجة حرية الارادة لدى الطلاب في كل من (التنظيم الذاتي والتمكين النفسي وتحقيق الذات) في ماعدا محور الاستقلالية ، وذلك مما يؤثر عدم اهتمام المنهج الدراسي لتنمية الصفات السابقة.

٢- يؤثر برنامج التدعيم الذاتي الرياضي في احداث تغيير واضح في درجات حرية الارادة لدى الطلاب حيث ظهرت فروق معنوية في جميع محاور المقياس بعد تنفيذ البرنامج.

٣- تختلف المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي بدرجات حرية الارادة مما يؤكد فاعلية برنامج التدعيم الذاتي.

٢-٥ التوصيات

١- توجيه المديرية العامة لتربية نينوى لإدارات المدارس بضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية والاجتماعية ذات التأثير على سلوك الطالب وحرية اختياره من خلال تدعيم السلوك الايجابي عبر برامج التدعيم الذاتي الرياضي.

٢- التأكيد على دور كل مدرس الرياضة والمرشد التربوي في المدرسة في تعزيز قدرة الطلاب على (التنظيم الذاتي والتمكين النفسي وتحقيق الذات) باعتبارها من المحاور المهمة في تنشيط القدرات لدى الطلاب في البيئة المدرسية.

المصادر:

١- شاهين ، محمد (٢٠١٤): "مهارات ادارة الذات في ظل ضغوط العمل" ، المنظمة العربية للتنمية الادارية ، القاهرة ، مصر.

٢- البعلبكي منير، والبعلبكي رمزي (٢٠٠٨): "المورد الحديث: قاموس إنكليزي عربي (بالعربية والإنجليزية)"، ط ١، دار العلم للملايين ، بيروت ، لبنان.

٣- زايد ، كاشف وفريز، أيرن (٢٠١٥): " دوافع ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية وفقا لنظرية التقرير الذاتي " ، مجلة الدراسات التربوية والنفسية ، المجلد ٩ ، العدد ٢ ، جامعة السلطان قابوس ، عمان.

٤- علاوي ، محمد حسن و راتب ، أسامة كامل (١٩٩٩) : "البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي" ، القاهرة ، دار الفكر العربي.

٥- الصميلي، حسن بن ادريس عبد(٢٠٠٨): "فاعلية برنامج ارشادي عقلاني انفعالي في خفض السلوك الفوضوي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمنطقة جازان التعليمية" ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ،السعودية.

٦- محمود، فاتن وعبدالله بكر(٢٠١٤): فاعلية برنامج نفسي مقترح في تنمية بعض المهارات النفسية والتحصيل الاكاديمي لفعاليتي القفز بالزانة والثبته الثلاثية، رسالة ماجستير ،كلية التربية الرياضية،جامعة الموصل.

- ٧- الزبيدي، محمد خالد (٢٠٢٠): "فاعلية برنامج نفسي بإستخدام الوهم الايجابي لتطوير الوعي الذاتي وتعزيز الذات لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم"، اطروحة دكتوراه، جامعة الموصل.
- ٨- عودة ، احمد سليمان و ملكاوي ، فتحي حسين (١٩٩٢): "اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية"، مكتبة الكتاني ، ط ١ ، اربد ، الاردن.

References:

1. **Shaheen, Mohammed** (2014): Self-Management Skills under Work Pressure, Arab Organization for Administrative Development, Cairo, Egypt.
2. **Al-Baalbaki, Munir & Al-Baalbaki, Ramzi** (2008): Al-Mawrid Al-Hadeeth: English-Arabic Dictionary (In Arabic and English), 1st Edition, Dar Al-Ilm Lilmalayin, Beirut, Lebanon.
3. **Zayed, Kashif & Friz, Ayren** (2015): University Students' Motivation for Practicing Sports Activities According to Self-Determination Theory, Journal of Educational and Psychological Studies, Vol. 9, No. 2, Sultan Qaboos University, Oman.
4. **Allawi, Mohammed Hassan & Rateb, Osama Kamel** (1999): Scientific Research in Physical Education and Sports Psychology, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
5. **Al-Sumaili, Hassan bin Idris Abdul** (2008): The Effectiveness of a Rational-Emotive Counseling Program in Reducing Disruptive Behavior Among a Sample of High School Students in the Jazan Education Area, Unpublished PhD Dissertation, Saudi Arabia.
6. **Mahmoud, Faten & Waadallah Bakr** (2014): The Effectiveness of a Proposed Psychological Program in Developing Some Psychological Skills and Academic Achievement in Pole Vault and Triple Jump Events, M.A Thesis, College of Physical Education, University of Mosul.
7. **Al-Zubaidi, Mohammed Khalid** (2020): The Effectiveness of a Psychological Program Using Positive Illusion to Develop Self-Awareness and Self-Esteem Among Youth Football Players, PhD Dissertation, University of Mosul.
8. **Odeh, Ahmed Suleiman & Melkawi, Fathi Hussein** (1992): Fundamentals of Scientific Research in Education and Human Sciences, Al-Kuttani Library, 1st Edition, Irbid, Jordan.
9. Sedikides, Constantine and Michael J, Strube (1995): The Multiply Motivated Self, American Psychological Association, Research article, Personality, and Social Psychology Bulletin, Volume 21, Issue 12, p. 330-335.
10. Reeve, Johnmarshall (2009): Why Teachers Adopt a Controlling Motivating Style Toward Students and How They Can Become More Autonomy Supportive, Taylor Francis Online, Volume 44, Issue 3, p.159-175.
11. Sedikides, Constantine and Michael J, Strube (1995): "The Multiply Motivated Self", American Psychological Association, Research article, Personality and Social Psychology Bulletin, Volume 21, Issue 12, p. 330-335.
12. Reeve, Johnmarshall (2009): "Why Teachers Adopt a Controlling Motivating Style Toward Students and How They Can Become More Autonomy Supportive", Taylor Francis Online, Volume 44, Issue 3, p.159-175.
13. Filevich, E., Vanneste, P., Brass, M., Fias, W. & Haggard, P. (2013): "Brain correlates of subjective freedom of choice", *Consciousness and Cognition*, No. (22), pp.1271-1284.
14. Ling-Xiang Xia, Jun-Cheng Li, Yan Song and Steven D. Hollo (2013): "Personal self-support traits and recognition of self-referent and other-referent information", *Social Behavior and Personality: An International Journal* 41 (10), Southwest University in Chongqing, *Behav Pers. Int. J.* 41, pp. 1589-1596.
15. Walter, Henrik (2001): "The Neurophilosophy of Free Will: From the Libertarian Illusion to the Concept of Natural Autonomy", book, MIT Press, Cambridge, Massachusetts, XIII, p.p. 391-397.
16. Deci, E. L., & Ryan, R. (2002): "An overview of Self-determination Theory: An organismic-dialectical perspective", *Handbook of self-determination research*, NY. Rochester: University of Rochester Press, pp.3-33.
17. Diseth, Åge, Breidablik, Hans Johan; Meland, Eivind (2018): "Education and the Free Will Problem: A Spinozist Contribution Longitudinal Relations between Perceived Autonomy

Support and Basic Need Satisfaction in Two Student Cohorts", Educational Psychology, v38 n1 p99-115.

18. Pelletier, Luc, Fortier, Michelle, Vallerand, Robert J (1995): "Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS)", Journal of Sport and Exercise Psychology, Vol. 17, p.p.35-53.
19. Deci, Edward L and Ryan, Richard M (1987): "The support of autonomy and the control of behavior", Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 53, pp.1024-1037.
20. Michael L. Wehmeyer & Karrie A. Shogren (2016): "Autonomy-Supportive Interventions: Promoting Self-Determined Learning", International Journal of Psycho-Educational Sciences, Volume (5), Issue (2), pp.12-20.

ملحق (١)

مقياس حرية الارادة بصورته النهائية

ت	الفقرات	بدائل الاجابة		
		لا تنطبق علي	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي
١	اهتم بملابسي الرياضية التي ارتديها في الدرس			
٢	استطيع ان اقوم بالإسعافات الاولى حال تعرضي للإصابة الرياضية			
٣	اعتني بصحتي جيداً			
٤	يمكن تكوين صداقات جديدة من خلال درس الرياضة			
٥	استخدم وسائل التواصل الاجتماعي بكل حرية			
٦	احافظ على المواعيد واللقاءات الخاصة بي			
٧	اقوم بأنشطة رياضية في اوقات الفراغ			
٨	اخطط لأنشطة رياضية احب القيام بها نهاية الاسبوع			
٩	اشارك في النشاطات اللاصفية المدرسية			
١٠	اشارك في التجمعات الكشفية مع الكردوس الكشفية للمدرسة			
١١	اضع خطط دراسية كفيلة بتحقيق النجاح في دراستي			
١٢	اشعر بقدرتي للمحافظة على تنفيذ افكاري.			
١٣	التزم الصمت في المواقف السلبية خلال درس الرياضة			
١٤	اشارك بنشاطات درس الرياضة بشكل فاعل لتحسين قدراتي الرياضية.			
١٥	اشعر بالذنب اذا لم اتبع ارشادات مدرس الرياضة.			
١٦	اشعر بالفخر اذا واصلت التحسن في تعلم المهارات في درس الرياضة.			

١٧	افي بوعودي تجاه زملائي.		
١٨	امارس الرياضة بانتظام		
١٩	اشعر بالرضا عند ممارستي الرياضة.		
٢٠	ارغب بأن اكون لطيفاً مع زملائي.		
٢١	اجتهد بتغيير تصرفاتي عندما تكون غير ملائمة.		
٢٢	اسعى الى التفوق في الاداء الرياضي كلما شعرت بأنني دون المستوى.		
٢٣	اتعلم من اخطائي في الاداء الرياضي ولا اكرها.		
٢٤	اتجنب الاختلاط مع الطلاب الذين يثيرون غضبي		
٢٥	افعل ما يريده اصدقائي مني في درس الرياضة.		
٢٦	يمكنني اتخاذ قراراتي بنفسني.		
٢٧	اخشى ان اخبر اصدقائي عندما يؤذون مشاعري.		
٢٨	اوافق عندما اشخاص اخرون يتخذون قرارات من اجلي.		
٢٩	أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة.		
٣٠	لدي القدرة على تنمية مهاراتي الرياضية في الدرس.		
٣١	اتحاشى اداء المهارات الرياضية بشكل خاطئ في درس الرياضة.		
٣٢	انا محبوب لأنني اعطي الاحترام لزملائي في درس الرياضة.		
٣٣	اعرف ما افعله جيداً في المدرسة.		
٣٤	انا احب نفسي.		
٣٥	انا لست شخصاً مهماً.		
٣٦	اعرف كيف اضع حلولاً لما يعيقني في الدراسة.		
٣٧	اجتهد في تطبيق المهارات في درس الرياضة		
٣٨	اشعر بالحزن من النقد نتيجة اخفاقي في تنفيذ المهارات الرياضية.		