



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الموصل
كلية التربية الاساسية
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

**الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالتفؤل والتحصيل العملي
في مادة الجمناستك لطالبات كليات وأقسام التربية
البدنية وعلوم الرياضة**

رسالة تقدمت بها
سارة رعد سعدالله الحنكاوي

رسالة ماجستير
التربية الرياضية / العلوم الرياضية

بإشراف
الأستاذ الدكتور
عكلة سليمان علي الحوري

ملخص الرسالة

الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالتفاؤل والتحصيل العملي في مادة الجمناستك لدى طالبات
كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة

المشرف

الباحثة

أ. د. عكله سليمان علي الحوري

سارقرعد سعدالله

ملخص البحث :

اشتمل هذا البحث على خمسة أبواب وسيتم تعريفها بها بشكل منفرد ، كما يأتي:

الباب الأول: التعريف بالبحث واشتمل على:

أولا - أهمية البحث:

فان أهمية البحث تكمن في الوقوف على حالة التحصيل العملي للطالبات في كليات
واقسام التربية البدنية جامعات محافظة نينوى ومدى علاقة هذا التحصيل بالطمأنينة الانفعالية
التي تعمل على التفاؤل في التحصيل العملي وهي تخدم مدرسي ومدرسات مادة الجمناستك في
الكليات اعلاه لتوفير اجواء نفسية تتوفر بها الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل الرياضي .

ثانيا: مشكلة البحث:

يمكن تلخيص مشكلة البحث في الوقوف على مستوى الطمأنينة الانفعالية هذا فضلا عن معرفة
مستوى التفاؤل من جهة ومعرفة علاقة الطمأنينة بكل من التفاؤل من جهة وبمستوى التحصيل
العملي في مهارة الجمناستك من جهة ثانية .

وقد تبرز التساؤلات الآتية: -

- (١) ما هو مستوى الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل والتحصيل العملي لطالبات كليات واقسام التربية
البدنية وعلوم الرياضة وهل توجد علاقة بين الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل؟
- (٢) هل هناك علاقة ارتباط بين الطمأنينة الانفعالية والتحصيل العملي لمادة الجمناستك
لطالبات كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة؟

ثالثاً- اهداف البحث:

- ١) بناء مقياس الطمأنينة الانفعالية لطالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
- ٢) تطويع مقياس التفاؤل للائم عينة البحث من طالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
- ٣) التعرف على مستوى الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل والتحصيل العملي في مادة الجمناستك لطالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
- ٤) التعرف على العلاقة بين الطمأنينة الانفعالية ومجالاتها والتفاؤل لطالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
- ٥) التعرف على العلاقة بين الطمأنينة الانفعالية ومجالاتها من جهة والتحصيل العملي في مادة الجمناستك من جهة اخرى لطالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.

رابعاً: فروض البحث

- ١) انخفاض مستوى الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل والتحصيل العملي لطالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
- ٢) لا يوجد علاقة ذات دلالة معنوية بين الطمأنينة الانفعالية من جهة ومجالاتها من جهة اخرى ومستوى التفاؤل لطالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
- ٣) لا توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين الطمأنينة الانفعالية من جهة ومجالاتها من جهة اخرى والتحصيل العملي في مادة الجمناستك لطالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.

خامساً: مجالات البحث

- ١) المجال البشري: طالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
- ٢) المجال الزمني: للفترة من ١ / ١١ / ٢٠١٨ لغاية ١٥ / ٦ / ٢٠١٩.

٣) المجال المكاني: القاعات الداخلية في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى (الموصل، الحمدانية، نينوى، كلية النور الأهلية).

الباب الثاني: الدراسات النظرية والدراسات المشابهة:

استعرضت فيه الباحثة اهم الادبيات الخاصة بمفهوم الطمأنينة الانفعالية ومفهوم التفاؤل الرياضي، فضلا عن الدراسات السابقة التي تناولت هذين المفهومين ومدى الإفادة منها.

الباب الثالث: إجراءات البحث:

منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بطريقة العلاقات الارتباطية لملاءمة وطبيعة مشكلة البحث.

مجتمع البحث وعينته: يتألف مجتمع البحث من (٢٨٦) طالبة من كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعات محافظة نينوى وشملت (جامعة الموصل، جامعة الحمدانية، جامعة نينوى ، جامعة النور الاهلية) اما عينة البحث: فبلغت (٢٣٨) طالبة توزعت الى أربعة اقسام هي عينة بناء من (١٥٠) طالبة واستطلاعية من (١٦) طالبة وثبات (١٢) طالبة وتطبيق (٦٠) طالبة.

رابعاً: اداتا البحث :

مقياس الطمأنينة الانفعالية:

مقياس التفاؤل:

خامساً- الوسائل الإحصائية : استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية *SPSS*.

الباب الرابع: عرض النتائج ومناقشتها

استعرضت الباحثة النتائج التي تم التوصل اليها بعد اجراء التحليل الاحصائي لدرجات عينة البحث فضلا عن مناقشتها تبعا لأهداف البحث.

الباب الخامس: الاستنتاجات والتوصيات

في ضوء نتائج البحث توصلت الباحثة الى مجموعة من الاستنتاجات اهمها :

- ١) صلاحية مقياس الطمأنينة الانفعالية الذي قامت الباحثة ببنائه على طالبات كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى وقدرته على التمييز بين الطالبات وذلك من خلال المجالات التي اعتمدها الباحثة في البحث الحالي.
 - ٢) وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطمأنينة الانفعالية والتحصيل العملي في مادة الجمناستك لطالبات كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
 - ٣) وجود علاقة ارتباط معنوية بين مجالات الطمأنينة الانفعالية (الاتزان الانفعالي، الصحة النفسية، الثقة بالنفس، التوافق الاجتماعي، الرضا عن الذات) والتفاؤل الرياضي لدى طالبات كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
 - ٤) وجود علاقة ارتباط معنوية بين الطمأنينة الانفعالية والتحصيل العملي في مادة الجمناستك لطالبات كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
 - ٥) لا توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين مجالات الطمأنينة الانفعالية (التوافق الاجتماعي، الرضا عن الذات) والتحصيل العملي في مادة الجمناستك لطالبات كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات محافظة نينوى.
- وبهدف استكمال الفائدة المتوخاة من البحث الحالي ، فقد خرجت الباحثة بعدد من التوصيات:

- ١) إمكانية الإفادة من مقياس الطمأنينة الانفعالية الذي أعدته الباحثة على مجتمع البحث او اجراء دراسات مشابهة على طالبات كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعات الأخرى والمقارنة بينهم.
- ٢) حث مدرسات مادة الجمناستك على الاهتمام بالطمأنينة للطالبات لعلاقتها بالتفاؤل الرياضي وبمستوى التحصيل العملي للطالبات في كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في مادة الجمناستك.
- ٣) ضرورة إجراء دراسات مشابهة أخرى بين الطمأنينة الانفعالية والتفاؤل الرياضي ومواد عملية أخرى وفردية كالألعاب المنظمة القدم والسلة والطائرة واليد والعباب القوى والسباحة والمنضدة والمضرب والملاكمة والمصارعة وغيرها من الألعاب.

Emotional tranquility and its relationship to optimism and practical achievement in gymnastics for students of colleges and departments of physical education and sports sciences

Researcher

Supervisor

Sara Raad Saadullah

Prof. Dr. Uklah Sulaiman Ali Alhoori

Abstract :

This research includes five sections and will be identified individually, as follows:

I. Importance of Research:

The importance of the research lies in the status of the practical achievement of students in the colleges and departments of physical education /universities of Nineveh province and the extent of this achievement in emotional tranquility that work on optimism in practical achievement It serves teachers of gymnastics in the above colleges to provide a psychological situation that provides emotional tranquility and sports optimism .

II. Research Problem:

The problem of research can be summarized to stand at the level of emotional tranquility, as well as to know the level of optimism on the one hand and know the relationship of tranquility with both optimism on the one hand and the level of practical achievement in the skill of gymnastics on the other.

The following questions may arise:

- 1 - What is the level of emotional tranquility and optimism and practical achievement for students of colleges and departments of physical education and sports science and is there a relationship between emotional tranquility and optimism?
- 2 - Is there a correlation between emotional tranquility and scientific achievement of gymnastics for students of colleges and departments of physical education and sports science?

III. Research Objectives

- 1- Building a scale of emotional tranquility for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.
- 2- Adapting the scale of optimism to suit the research sample of students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.
- 3- Identify the level of emotional tranquility, optimism and practical achievement in gymnastics for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.
- 4- Identify the relationship between emotional tranquility and its areas and optimism for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in universities in Nineveh province.
- 5- Identify the relationship between emotional tranquility and other areas and practical achievement in gymnastics for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.

IV. Research hypotheses

- 1- Low level of emotional tranquility, optimism and practical achievement for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province .
- 2- There is no significant relationship between emotional tranquility on the one hand and its areas on the other hand and the level of optimism for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.
- 3- There is no significant relationship between emotional tranquility on the one hand and its fields on the other hand and practical achievement in gymnastics for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.

V. Research Fields :

1. Human field: students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.
2. Temporal field: for the period from 1/11/2018 to 15/6/2019.
3. Spatial Field : Internal halls in the colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province (Mosul, Hamdania, Nineveh, Al-Noor National College).

Second Section : Theoretical and similar studies:

The researcher reviewed the most important literature on the concept of emotional tranquility and the concept of sport optimism, as well as previous studies that dealt with these concepts and the extent of benefit from them.

Third section : Research procedures:

Research Methodology: The researcher used the descriptive method of correlative relationships to suit the nature of the research problem.

The research community and its sample: The research community consists of (386) female students from colleges and departments of physical education and sports sciences universities of Nineveh province and included (University of Mosul, University of Hamdania, University of Nineveh, Al-Noor National University) The sample: 238 students were divided into four departments Is a construction sample of (150) students and exploratory of (16) students and stability (12) students and application (60) students.

Forth : The search tools are:

Emotional reassurance scale:

Optimism scale:

Fifth : Statistical Methods: The researcher used the statistical bag SPSS.

Forth section : Results and discussion

The researcher reviewed the results obtained after the statistical analysis of the scores of the research sample as well as discussed according to the objectives of the research.

Fifth section : conclusions and recommendations

In the light of the research results, the researcher reached a number of conclusions, the most important of which are:

1. The validity of the emotional tranquility scale that the researcher built on the students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province and its ability to distinguish between students through the fields adopted by the researcher in the current research.
2. There is a significant correlation between emotional tranquility and practical achievement in gymnastics for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.
3. There is a significant correlation between the areas of emotional tranquility (emotional balance, mental health, self-confidence, social harmony, self-satisfaction) and sports optimism among students of the departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.
4. There is a significant correlation between emotional tranquility and practical achievement in gymnastics for students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.

5. There is no significant correlation between emotional reassurance (social compatibility, complacency) and practical achievement in gymnastics for students of the faculties and departments of physical education and sports sciences in the universities of Nineveh province.

Ministry of Higher Education and
Scientific Research

Mosul University

Basic Education College

Department of Physical Education and
Sports Science



**Emotional tranquility and its relationship to optimism and practical
achievement in gymnastics for students of colleges and departments
of physical education and sports sciences**

A message is given out

Sarah Raad Saadallah Hinkawi

Master Thesis

Physical Education / Physical Sciences

Supervised By

Prof. Dr

Prof. Dr. Uklah Sulaiman Ali Alhoori