

## دافعية الإنجاز الرياضي وعلاقتها ببعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة

### Motivation of sports achievement and its relationship to some elements of fitness related to health in wheelchair basketball players

عبد اللطيف سحنون<sup>1</sup> ، طارق قدور بن دهما<sup>2</sup>

Abdelatif Sahnoune<sup>1</sup>, Tarik Kaddour Bendahma<sup>2</sup>

<sup>1</sup> جامعة وهران للعلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف /مخبر النشاط البدني الرياضي للطفل والمراهق  
abdelatif.sahnoune@univ-usto.dz

<sup>2</sup> جامعة وهران للعلوم والتكنولوجيا محمد بوضياف /مخبر النشاط البدني الرياضي للطفل والمراهق  
tarikamin46@yahoo.fr

تاريخ النشر: 2020/06/09

تاريخ القبول: 2020/04/27

تاريخ الاستلام: 2020/01/13

#### الملخص :

حيث هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لديهم ، هذا واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، هذا وشملت عينة الدراسة 17 فرد (ذكور وإناث) بنادي حضنة لرياضة المعاقين، حيث اختيرت العينة بطريقة قصدية (الحصر الشامل)، كما استخدم الباحث كل من مقياس دافعية الإنجاز الرياضي من تصميم الباحث "جولس" 1982 وقام بتعريبه "محمد حسن علاوي كما تم تطبيق اختبارات وينيك وشورت لقياس مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، فكانت أهم النتائج المتوصل إليها:

- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والقوة العضلية لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والتحمل الدوري التنفسي لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- الكلمات المفتاحية: - دافعية الإنجاز الرياضي. اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة. كرة السلة على الكراسي المتحركة

#### Abstract:

Where the study aimed to know the relationship between the drivers of sports achievement in wheelchair basketball players. This researcher used the descriptive method to suit the nature of the study. The study

sample included 17 individual (males and females) in the amateur club hodna disabled sports. Where the sample was chosen by intentional method (comprehensive inventory) as the researcher used each of the motivation measure of mathematical achievement designed by researcher Joe Wells 1982 and Arabized by Mohammed Hassan Allawi. Winnick and Short tests were also used to measure the level of fitness related to health. The most important results were:

- There is a significant positive correlation between the motivation of athletic achievement and muscular strength among wheelchair basketball players.
- There is a significant positive correlation between the motivation of athletic achievement and the periodic respiratory endurance of wheelchair basketball players
- There is a significant correlation of moral significance statistically positive between the motivation of athletic achievement and some elements of fitness related to health among players on the wheelchair basketball

**Keywords:** Motivation achievement sports. Fitness related to health .Wheelchair basketball

مقدمة و اشكالية الدراسة : يُعدُّ موضوع الدافعية "Motivation" واحداً من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الناس جميعاً، فهويهم الأب الذي يريد أن يعرف لماذا يميل طفله إلى الانطواء على نفسه والعزوف عن اللعب مع أترابه، كما يُهمُّ المربي الرياضي في معرفته دوافع ممارسة الأفراد للرياضة حتى يتسنى له أن يستغلها في تحفيزهم على تطوير أدائهم على النحو الأفضل لدى الفرد، لذا اعتبر هذا الموضوع من المواضيع التي يجب الاهتمام بها لما له من أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم نفس الرياضة حتى الآن من نُظم وتطبيقات سيكولوجية، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية: أن كل سلوك وراءه دافع، أي تكمن وراءه قوى دافعية معينة، كما أن القول المأثور " إنك تستطيع أن تقود الحصان إلى النهر لكنك لا تستطيع إجباره على أن يشرب الماء " يعبر بوضوح عن أهمية الدافعية في الرياضة. (وسام، 2008، ص76)

وتلعب اللياقة البدنية دوراً أساسياً في ممارسة جميع الأنشطة وإجادتها حيث يختلف حجم هذا الدور وأهميته طبقاً لنوع النشاط وطبيعته، وأهمية اللياقة البدنية لا تقتصر على الرياضيين لتحقيق النتائج المثلى والفوز بالسباقات والمنافسات فحسب، ولكن تجعل من الفرد يعيش حياة يومية نشطة في عمله ومحيطه لقضاء حاجته، كما تزيد من إعطاء

## على الكراسي المتحركة

الفرد منظراً لائقاً وتبقيه حيواً، وكونها لا تجعل مجالاً للتكاسل والخمول. (هوارى، 2014، ص56)

ومن الحكيم التي لا يعلمها سواه سبحانه وتعالى وجود فئات غير متماثلة داخل المجتمع الواحد ، فمنهم القوي والضعيف ومنهم الصحيح والعليل ومنهم السليم والمعاق وغيرهم ، وهذا التفاوت أو عدم التماثل لا يعني أبداً الحرمان من الحياة أو الانعزال عنها بسبب نقص أو عجزٍ ما ، بل يعني أن الجميع منا مُطالبون بتعديل وتسهيل سُبل الحياة لغيرهم من ذوي الاحتياجات الخاصة ليعيشوا بيننا دون الشعور بالنقص أو الدونية .

حيث يختلف ذوي الاحتياجات الخاصة بحسب نوع ودرجة ومكان الإصابة فنجد مثلاً ذوي الاحتياجات الحركية، وهم الأشخاص الذين يكونون مصابين بإعاقة حركية، وهي الإعاقة التي يعاني صاحبها من العجز البدني نتيجة وراثية أو إصابة أو مرض تحد من حركته ونشاطه بسبب هذا الخلل الحادث له. وبالتالي تؤثر عليه بشكل أو بآخر في مختلف أوجه الحياة وتمنعه عن التكيف مع مجتمعه. (أسامة وناهد، 2001، ص21)

يعتبر "G & Gros" أن الحاجة تُؤلِّدُ الدافعية وتُعطي لطاقتها سلوكاً عقلياً، وهي موجبة نحو هدف معين يحقق الإشباع، يظهر أن دافعية الرياضي المدروسة من مختلف الزوايا هي من أصل فيزيولوجي (لذة الحركة) واجتماعي (الحاجة للفوز) والبحث عن العيش في جماعة. (Bet Gros, Gerard G, 1985, p223)

لذا فان ممارسة المعوقين حركياً للأنشطة الرياضية المكيفة يتضمن جوانب عديدة يفوق كونها علاجاً بدنياً، وهذا راجع لمساهمتهما في استرجاع عنصر الدافعية الذاتية والصبر والرغبة في اكتساب الخبرات بدور إيجابي وإعادة التوازن النفسي والعصبي والاجتماعي للنهوض بشخصية المعاق حركياً ككل، كما أن للأنشطة البدنية والرياضية المكيفة دوراً هاماً في حل مختلف النواحي النفسية والحركية بالاعتماد على المساعدات الحركية والبرامج التربوية خاصة للمعاقين حركياً لأن لديهم قوة المثابرة والعمل والإنجاز، ويعد الدافع للإنجاز عاملاً مهماً في توجيه سلوك الرياضي المعاق وتنشيطه في إدراكه للمواقف، فضلاً عن مساعدته في فهم وتفسير سلوكه وسلوك المحيطين به. (فيرم، 2016، ص4)

وإن اللياقة البدنية تلعب دوراً أساسياً لدى المعاق بدنياً حيث يفقد المعاق عضواً هاماً في أعضاء الحركة في جسمه مما يشق عليه أثناء حركته أو أثناء إنجازه مهام حياته اليومية، ونجد هذه المشكلة تتضاءل أو تقل مع وجود لياقة بدنية عالية للمعاق تعوضه عن إعاقته

في تسهيل إنجاز متطلبات حياته اليومية وفي استخدام الأجهزة التعويضية بدون معاناة.  
(علي حسب الله، 1996، ص23)

ويُشير "نشوان عبد الله" أن اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تتكون من ثلاث عناصر هي: اللياقة القلبية التنفسية، اللياقة العضلية الهيكلية وتشمل القوة العضلية وقوة عضلات البطن وتحملها والمرونة العضلية، التركيب الجسدي. (نشوان، 2010، ص54)  
وورد في (بن زيدان، عثمان، 2014، ص174) أن أُسس تنمية اللياقة البدنية لذوي الاحتياجات الخاصة تعتمد على: نوع وشدة الإعاقة، تناسب نوع الجهد البدني والنشاط الرياضي مع نوعية الإعاقة، وأيضاً تناسب قواعد الممارسة مع نوع الإعاقة.  
وحسب الكلية الأمريكية للطب الرياضي (ACSM's) فإن اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة تتضمن اللياقة القلبية التنفسية، القوة والتحمل العضلي، المرونة والتركيب الجسدي. (ACSM's, 2009, p03)

وأجرى "الشيخ يعقوب (2019)" دراسة هدفها معرفة مدى تأثير البرنامج البدني المكيف المقترح على مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى التلاميذ الذكور المكفوفين (15-18) سنة، مستعملاً فيها المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة على عينة قوامها 09 تلاميذ مكفوفين من الذكور المتمردين بمركز المعاقين بصرياً، واستخدم اختبارات: الجري لميل، الضغط بالذراعين، اختباري ثني الجذع من وضعية الرقود للأمام ومن الجلوس، وقياس سمك طيات الجلد في ثلاث مناطق (منطقة الصدر، البطن ومنصف الفخذ) وتوصلت الدراسة في الأخير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القلبية والبعديّة لصالح الاختبارات البعدية لكل عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

كما قام "دحون عومري (2017)" بدراسة الغرض منها تصميم برنامج حاسوبي لتقويم عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكور وإناث) وتحديد مستوياتهم في ضوء تطبيق هذا البرنامج، اعتمد الباحث فيها على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة تم اختيارها بطريقة عشوائية من تلاميذ المرحلة الثانوية (ذكوراً وإناثاً) لبعض ثانويات ولايات الوطن والبالغ عددهم (9763) تلميذ وتلميذة، تمثلت أدوات الدراسة في بطارية اختبار مكونة من خمسة اختبارات: الجري متعدد المراحل 20م، الانبساط المائل مد وثني الذراعين، الجلوس من الرقود مع ثني الركبتين، ثني الجذع للأمام من وضع الجلوس ومؤشر كتلة الجسم، وأسفرت أهم النتائج على: فاعلية البرنامج الحاسوبي المقترح في تقييم

## على الكراسي المتحركة

عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلاميذ المرحلة الثانوية لعدد كبير من التلاميذ في أقل زمن وجهد وأكثر دقة.

وهدفت دراسة "فيرم الطيب (2016)" إلى توضيح العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين المعاقين حركياً، استعمل فيها المنهج الوصفي على عينة من (54) رياضي معاقاً حركياً ذوي إعاقات مختلفة، وهذا في رياضة ألعاب القوى منتمين إلى 05 نوادي ، واستخدم كلٌّ من استمارة استبيان من إعداد الباحث، ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي لـ "جو ويلس" تعريب وتعديل "علاوي" ، وأسفرت النتائج الختامية للدراسة على أن درجة ممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف لدى الرياضيين المعاقين حركياً جاءت بدرجة عالية ، ووجود علاقة ارتباطية طردية بين ممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين المعاقين حركياً .

وقام "قلاتي يزيد (2010)" بدراسته التي سعى من خلالها إلى معرفة أثر التدريب المائي لتحسين مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة على عينة من الطلبة الجامعيين عددهم (40) طالباً من أصل (150) طالباً مُشاركاً في مادة الثقافة الرياضية باستخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين، استعمل الباحث في دراسته البطارية الامريكية للياقة والصحة والبرنامج المائي المقترح ، وأسفرت نتائج الدراسة إلى تفوق أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي في مؤشر كتلة الجسم ونسبة الدُّهن وكافة عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة.

وتمت "دراسة خوجة عادل (2009)" على (20) مراهقاً من ذوي الاحتياجات الخاصة حركياً مصابين بالشلل النصفي السفلي، تم تقسيمهم إلى مجموعتين التجريبية والضابطة بُغية التعرف على أثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات وتطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، تمثلت أدوات الدراسة التي استعان بها الباحث في الأدوات التالية: مقياس صورة الجسم -إعداد الباحث-، مقياس تقدير الذات لـ "روزنبرج"، اختبارات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لـ "وينيك وشورت" البرنامج الرياضي المقترح -إعداد الباحث-، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى بين القياس القبلي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم وتحسين مفهوم تقدير الذات لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركياً ولصالح القياس البعدي، وكذا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي المقترح في تطوير عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (التحمل الدوري

التنفسي، القوة العضلية) لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركياً ولصالح القياس البعدي.

ومما سبق جاءت هذه الدراسة لتجيب على التساؤل الرئيسي الآتي:

- هل توجد علاقة بين دافعية الإنجاز الرياضي وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة؟
- ومن هذا التساؤل تتفرع الأسئلة الفرعية التالية:
- هل توجد علاقة بين دافعية الإنجاز الرياضي والقوة العضلية لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة؟
- هل توجد علاقة بين دافعية الإنجاز الرياضي والتحمل الدوري التنفسي لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة؟
- للإجابة على التساؤلات السابقة كان ولا بد من وضع فرضيات أولية للتحقق منها فيما بعد وهي كالآتي:

- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.

للتحقق من هاته الفرضية وجب علينا أولاً التحقق من الفرضيات التالية:

- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والقوة العضلية لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.
- توجد علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والتحمل الدوري التنفسي لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.

حيث تتجلى أهمية الدراسة في العناصر التالية:

إن دراسة تطوير اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المعاقين حركياً لم تنل حظها الواسع من الجهود البحثية لمختلف الباحثين وذلك بالمقارنة ببعض المفاهيم التي وصلت إلى حد من التشعب العلمي، وإذا كانت هاته الدراسة قد تطرقت إلى هذا الموضوع القليل التناول -في حدود علم الباحث- فإنها ربطتها بعلم النفس الرياضي والذي أردنا منه توضيح العلاقة بين دافعية الإنجاز الرياضي وعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وعليه فإن هاته الدراسة لها أبعاد يمكن أن نجسدها على النحو التالي:

## على الكراسي المتحركة

➤ **البعد الأكاديمي:** تكمن أهمية دراستنا في تقديم حلول مهمة للباحثين في معرفة العلاقة بين دافعية الإنجاز الرياضي ومستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى ذوي الإعاقة الحركية، والرفع من مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لديهم.

➤ **البعد الاجتماعي:** محاولة إيصال صوت هاته الفئة الهشة نسبيا، وتبيان دور الممارسة الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في الرفع من مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة وكيفية تطوير قدراتهم على العيش بحرية دون اتكالية.

➤ **البعد النظري:** تناولت دراستنا مختلف الطرق والوسائل التي تعتمد في قياس اللياقة البدنية وكذا التعريف بالأنشطة البدنية الرياضية المعدلة ومحاولة الإلمام بجميع المعلومات التي تتعلق بذوي الإعاقة الحركية للتعرف عليهم أكثر وكذا التعرف على مدى دافعتهم نحو تحقيق الإنجاز الرياضي، ومعرفة كل مشاكلهم واحتياجاتهم، وذلك لإيجاد الحلول والطرق السهلة للتعامل معهم.

➤ **البعد التطبيقي:** نتائج الدراسة تطبق عمليا في تكييف مختلف البرامج والأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في مختلف المدارس الخاصة والنوادي الرياضية ذات الطابع التنافسي لهذه الفئة، واستعمال وتطبيق مختلف الاختبارات والتعرف عليها، كذلك توظيف مختلف الأساليب الإحصائية في تفسير الظاهرة المدروسة كليا.

بحيث تهدف هاته الدراسة إلى تحقيق غايتنا المرجوة والمتمثلة في التعرف على علاقة دافعية الإنجاز بمستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المعاقين حركيا، ويمكن إنجاز أهداف الدراسة بما يلي:

- الكشف عن أهمية الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة عند ذوي الإعاقة الحركية.
- التعرف على دور ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية المعدلة في رفع مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى ذوي الإعاقة الحركية.
- التوصل إلى بعض الاقتراحات من خلال نتائج الدراسة.

قمنا بالدراسة الاستطلاعية والتي كانت على النحو التالي:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى للإلمام بكل جوانب البحث من خلال تحديد متغيرات الدراسة وصياغة فرضيات البحث على ضوءها.

ويعرف (ماثيو جيدير) الدراسة الاستطلاعية على أنها عبارة عن دراسة علمية كشفية، تهدف إلى التعرف على المشكلة، وتقوم الحاجة إلى هذا النوع من البحوث، عندما تكون

المشكلة محل البحث جديدة لم يسبق إليها، أو عندما تكون المعلومات أو المعارف المتحصل عليها حول المشكلة قليلة وضعيفة. (جيدير، 2006، ص26)

وعلى هذا الأساس قمنا بإجراء دراسة استطلاعية:

أجرى الباحث دراسة استطلاعية هدف من خلالها إلى تجربة مدى صدق وثبات أدوات الدراسة التي هي مقياس دافعية الإنجاز من تصميم جو ويليس 1982 اختبارات وينيك وشورت لمقياس مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة 1999.

تم توزيع المقياس على مجموعة من اللاعبين من النادي الرياضي للهواة حضنة لرياضة المعاقين والمقدر عددهم ب (8) لاعبين تم اختيارهم بطريقة عشوائية من المجتمع الأصلي للدراسة وخارج العينة الأساسية وكذلك تم تطبيق اختبارات مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عليهم في نفس اليوم وبعد أسبوع تم إعادة تطبيق الاختبارات في نفس الظروف وعلى نفس العينة.

**المنهج المستعمل في الدراسة:**

المنهج هو الطريق الذي يقود الباحث إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة مجموعة من القواعد العلمية. (الراجحي، 2003، ص78)

كما أن المنهج الوصفي يستهدف جمع حقائق وبيانات ظاهرة يغلب عليها التحديد وغالبا ما يلجأ إليها الباحث، بعد أن تكون قد أجريت دراسات كشفية في نفس الميدان، أي أن هذا النوع من المناهج البحثية يساعد على الوصف الكمي أو الكيفي للظاهرة. (مسعد، 2003، ص32)

وعلى هذا الأساس فقد استخدمنا المنهج الوصفي لأنه يناسب موضوع بحثنا.

لغرض جمع المعلومات تمثلت أدوات الدراسة فيما يلي: بالاعتماد على نوع المعلومات والبيانات التي نحن بصدد جمعها وعلى الدراسة الاستطلاعية التي أجريناها، وجدنا أن الأداة الأكثر ملائمة لإجراء هذه الدراسة هي مقياس دافعية الإنجاز من تصميم جو ويليس 1982 واختبارات وينيك وشورت لمقياس مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة 1999.

**مقياس دافعية الإنجاز:**

قام جو ويليس 1982 بتصميم مقياس لمحاولة قياس دافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية ويتضمن المقياس بعدين: دافع إنجاز النجاح ودافع تجنب الفشل، حيث يحتوي المقياس على 20 عبارة منها من صيغت بإيجابية ومنها من صيغت بسلبية، حيث يتم الإجابة

على الكراسي المتحركة

علمها وفق خمسة خيارات وهي: بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا، ويتم تصحيحها وفق: 1-2-3-4-5 بالترتيب في العبارات الإيجابية والعكس في السلبية. (علاوي، 1998، ص 181-185)

مقياس دافعية الإنجاز الرياضي من تصميم جو ولس وتعريب محمد حسن علاوي

العبارة	دك ج	دك	دم	دق	دق ج
1 أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في منافسة					
2 يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه					
3 عندما أرتكب خطأ أثناء المنافسة فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ					
4 الامتياز في الرياضة لا يعتبر من أهدافي الأساسية					
5 أحس غالباً بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة					
6 استمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى اللاعبون الآخرون أنها مهمة صعبة					
7 أخشى الهزيمة في المنافسة					
8 الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد					
9 في بعض الأحيان عندما أنهزم في منافسة فإن ذلك يضايقي لعدة أيام					
10 لدي استعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي أنجح في رياضي					
11 لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في منافسة					
12 الفوز في المنافسة يمنحني الرضا					
13 اشعر بالتوتر قبل المنافسة					
14 أفضل إن أستريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية					
15 عندما ارتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة					
16 لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في رياضي					
17 قبل اشتراكي في المنافسة لا انشغل في التفكير فيما قد يحدث في المنافسة					
18 أحاول بكل جهدي أن أكون أفضل لاعب					
19 أستطيع أن أكون هادئاً في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة					
20 هدفي هو أن أكون مميزاً في رياضي					

جدول رقم (1): يوضح توزيع العبارات الإيجابية والسلبية في مقياس دافعية الإنجاز

الأبعاد	العبارات	رقم العبارة
بعد دافع إنجاز النجاح	العبارات الإيجابية	2، 6، 10، 12، 16، 18، 20
	العبارات السلبية	4، 8، 14
بعد دافع تجنب الفشل	العبارات الإيجابية	1، 3، 5، 7، 9، 13، 15
	العبارات السلبية	11، 17، 19
دافعية الإنجاز	العبارات الإيجابية	1، 2، 3، 5، 6، 7، 9، 10، 11، 12، 13، 16، 18، 20
	العبارات السلبية	4، 8، 11، 14، 17، 19

صدق الأداة: الصدق يعني التأكد من أنه سوف يقيس ما أُعِدَّ لقياسه. (صابر وخفاجة، 2002، ص167)

### الصدق الظاهري: تقديرات المحكمين

يعني الصدق الظاهري أن الاختبار صادق في صورته الظاهرة، بمعنى آخر ليس صادقاً علمياً وإحصائياً، ويدل المظهر العام لعباراته على أنه مناسب للمختبرين، وذلك بوضوح تعليماته وعباراته ومستويات الصعوبة في الاختبار. (فرحات، 2001، ص122)

قام الباحث بعرض المقياس على خمسة محكمين يحملون درجة دكتوراه، حيث تم التعديل في بعض العبارات وكذلك التعديل في الفرضيات التي تم الاتفاق عليها من طرف المحكمين بنسبة 80%.

### الصدق البنائي:

يعتبر الصدق البنائي أحد مقاييس صدق الأداة الذي يقيس مدى تحقق الأهداف التي تريد الأداة الوصول إليها، ويبين مدى ارتباط كل محور من محاور الدراسة بالدرجة الكلية لفقرات الاستبانة. (الرقب، 2011، ص108)

جدول رقم (02) : محاور الارتباط بين كل محور من محاور المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

محاور المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة sig
دافع إنجاز النجاح	0.998	0.000
دافع تجنب الفشل	0.997	0.000

الجدول رقم (02) يبين معاملات الارتباط بين درجة كل محور من محاور المقياس والدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.998 – 0.997) حيث تعتبر دالة عند مستوى دلالة (0.01)، بذلك تعتبر جميع محاور المقياس صادقة لما وضعت لقياسه.

## على الكراسي المتحركة

ثبات الأداة: يعتبر من العوامل الهامة الواجب توافرها لصلاحيّة استخدام أي اختبار أو استبيان، إن ثبات أداة الدراسة يعني "التأكد من أن الإجابة ستكون واحدة تقريباً لوتكرر تطبيقها على الأشخاص ذاتهم في أوقات مختلفة". (الدهشة، 2006، ص78) بعد عرض المقياس على الأساتذة المحكمين وتعديله، قام الباحث بقياس ثباته باستعمال طريقة معامل كرونباخ  $\alpha$ .

معامل الثبات كرونباخ  $\alpha$ : لقد استعملنا معادلة (ألفا كرونباخ) للتأكد من ثبات أداة الدراسة فتحصلنا على أن معامل الثبات ألفا كرونباخ  $\alpha$  يساوي (0.92) وهو معامل ثبات مرتفع، مما يدل على إمكانية ثبات النتائج التي سيتم التحصل عليها باستخدام المقياس.

اختبارات وينيك وشورت لقياس مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة: تم تطبيق اختبارات وينيك وشورت لقياس مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى أفراد عينة الدراسة وهي:

- اختبار القوة العضلية (قوة القبضة /كلغ).
  - التحمل الدوري التنفسي (جري / مشي 600م / دقيقة). (خوجة، 2009، ص156)
- وهذه الاختبارات تتمتع بمعاملات علمية عالية من صدق وثبات وموضوعية، كما تتوفر على جداول معايير.

### اختبار قوة القبضة:

يتم فيه قياس القوة الثابتة (القوة العضلية)، باستخدام جهاز قوة القبضة "دينامومتر" من النوع الذي يتم فيه التعديل في مسافة المقبض تبعاً لحجم قبضة المفحوص. يتم اختبار كل مفحوص لوحده، بحيث تعطى له التعليمات الواضحة والكافية حول كيفية القياس، يتم الإمساك بالجهاز باليد اليمنى أولاً ثم تلمها اليسر، بعدها يضغط المفحوص على الدينامومتر بقوة مع ابعاده على جسمه، يتم الضغط تدريجياً والاستمرار لمدة ثانيتين على الأقل، ينفذ الاختبار مرتين والنتيجة الأفضل تسجل. بحيث عند تطبيق هذا الاختبار يجب اتباع القواعد التالية:

- يتم إعادة مؤشر الدينامومتر عند الصفر، قبل بدء كل محاولة مع مراعاة أن يشاهد المفحوص مؤشر القراءة عند الأداء.

- يتم ضبط مقياس القبضة تبعاً لحجم قبضة المفحوص، وذلك بتحريك مكبس الضبط تبعاً لحجم قبضة المفحوص.
- يراعى أثناء الاختبار ألا يلمس الذراع واليد القابضة على الدينامومتر جسم المفحوص، والأداة تمسك بالكف وتكون على استقامة مع الساعد ويتدلى إلى أسفل ناحية الجانب.
- تجرى المحاولة الثانية بعد فترة راحة قصيرة.
- بعد اتباع القواعد السابقة يتم احتساب النقاط بالطريقة التالية:
- النتيجة الأفضل تسجل بالكيلوغرام، وتسجل القراءتين باليدين (يمنى / يسرى) مثال: 45/23/22 كغ، وهذا يعني قوة القبضة اليمنى 22 كغ، واليسرى 23 كغ، وكتلتي اليدين 45 كغ.

#### اختبار الجري/ المشي 600م/د:

يتم فيه قياس التحمل الدوري التنفسي، باستخدام مضمار ألعاب القوى أو أرض مستوية محيطها 200م سواءً مربعة الشكل أو مستطيلة، بحيث توضع أربعة مخاريط بلاستيكية في أركان المربع أو المستطيل المحدد، كما تحدد الأضلع بحر، ويستخدم مقياسي لحساب الوقت.

يكون البدء من على كرسي متحرك، خلف خط البداية، يمكن البدء بأعداد توافقية تتلاءم مع قدرة الفاحصين على التوقيت السليم، مع عدم اختبار مفحوصين بأعداد كثيرة تؤدي بهم إلى التزاحم يؤثر على دقة الأداء وسلامة المفحوصين، كما تعطى تعليمات واضحة للمفحوصين عن عدد الدورات المطلوبة وضرورة تنظيم سرعة الجري طوال فترة الاختبار، مع التأكيد على قطع مسافة الاختبار في أقصر زمن ممكن.

ولتطبيق هذا الاختبار وجب الالتزام بالقواعد التالية:

- عند إعطاء إشارة الانطلاق (استعد ... انطلق)، يقوم المفحوصون بالجري على الكراسي المتحركة حول المضمار عكس عقارب الساعة.
- يكمن أن يتحول المفحوص من الجري إلى المشي، والعكس حيث الهدف هو إكمال المسافة بأقصر زمن ممكن.
- يتم تسجيل الزمن لكل مفحوص على حدا بالدقائق والثواني.

## على الكراسي المتحركة

صدق الاختبار:

الصدق الظاهري: تقديرات المحكمين: قام الباحث بعرض المقياس على خمسة محكمين يحملون درجة دكتوراه، حيث تم الاتفاق عليه من طرف المحكمين بنسبة 80%.

ثبات الاختبار: تم حساب ثبات الاختبار بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار. بحيث طبق الاختبار على المفحوصين وسجلت النتائج وبعد أسبوع تم إعادة تطبيق الاختبار على نفس العينة في نفس الظروف وتم تسجيل النتائج ليتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين القياس القبلي والبعدي.

جدول رقم (03): قيمة معامل الارتباط بين القياس الأول والثاني.

الاختبار	قيمة معامل الارتباط بين القياسين	قيمة sig
قوة القبضة	0.94	0.000
الجري 600 متر	0.87	0.002

من الجدول رقم (03) يتضح أن قيمة معامل الارتباط بين القياسين في اختبار قوة القبضة بلغت (0.94) في حين بلغت القيمة الاحتمالية sig لاختبار قوة القبضة (0.000) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01).

قيمة معامل الارتباط بين القياسين في اختبار الجري 600م بلغت (0.87) في حين بلغت القيمة الاحتمالية sig لاختبار قوة القبضة (0.002) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01).

مجتمع الدراسة: يعرفه (Grawitz) على أنه "مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تركز عليها الملاحظات". (أنجرس، 2004، ص298)

يتكون مجتمع الدراسة من جميع الرياضيين الذين يمارسون كرة السلة على الكراسي المتحركة في النادي الرياضي للهواة حضنة لرياضة المعاقين، والذين بلغ عددهم 25 لاعب، وعلى ضوء هذه المعطيات يمكننا تحديد عينة البحث.

عينة البحث: يمكن تعريف عينة البحث على أنها "مجموعة فرعية من عناصر مجتمع بحث معين". (أنجرس، 2004، ص301)

وقد تم اختيار عينة البحث بطريقة قصدية (الحصر الشامل)، أي جميع الرياضيين الذين يمارسون كرة السلة على الكراسي المتحركة في النادي الرياضي للهواة حضنة لرياضة المعاقين، والذين بلغ عددهم 17 لاعب من أصل 25 لاعباً الذين يمثلون مجتمع الدراسة.

أي بنسبة تمثيل 68 % من مجتمع الدراسة، حيث تم استبعاد 8 مفردات الذين أجريت عليهم الدراسة الاستطلاعية.

#### عرض وتحليل النتائج:

للإجابة على تساؤلات الدراسة: تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكذلك معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي واختبارات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى المعاقين حركيا، قصد معرفة العلاقة بين متغيرات الدراسة.

#### عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على وجود علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية بين دافعية الإنجاز الرياضي والقوة العضلية لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة، وبهذا قمنا بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد العينة على المقياس والاختبار وكذلك معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي والنتائج المتحصل عليها من اختبار قوة القبضة للمفحوصين، فتحصلنا على النتائج التالية:

جدول رقم (04) : معامل الارتباط بين دافعية الإنجاز الرياضي واختبار قوة القبضة

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى الدلالة sig	الدلالة الإحصائية
دافعية الإنجاز الرياضي	3.89	0.23	0.829	0.000	دال إحصائيا
قوة القبضة	35.2	1.86			

من الجدول السابق رقم (04) نجد أن قيمة المتوسط الحسابي لدافعية الإنجاز الرياضي قد بلغت (3.89) وهي قيمة أكبر من قيمة الانحراف المعياري الذي بلغت قيمته (0.23)، وكذلك المتوسط الحسابي لقوة القبضة الذي بلغت قيمته (35.2) وهي قيمة أكبر من قيمة الانحراف المعياري الذي بلغت قيمته (1.86) مما يدل على عدم تشتت إجابات أفراد العينة على مقياس دافعية الإنجاز.

في حين بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون بين دافعية الإنجاز الرياضي وقوة القبضة (0.829) وهو معامل ارتباط قوي طردي موجب، وقيمة مستوى الدلالة sig يساوي (0.000) وهي قيمة أصغر من (0.01) لذلك يعتبر هذا الارتباط دال إحصائيا.

## على الكراسي المتحركة

ما يمكن استنتاجه من التحليل السابق بأن دافعية الإنجاز لدى اللاعبين تساهم بشكل كبير في الرفع من مستوى لياقتهم البدنية وبالضبط في عنصر القوة العضلية الهيكلية، وذلك لأن لياقتهم البدنية مرتبطة بممارستهم للرياضة، فلمحاولتهم على تحقيق النتائج والنيل بالمباريات يجب عليه أن يكون له دافعية للإنجاز الرياضي تدفع به نحو تطوير جسمه ومهاراته في تلك الرياضة، هذا ما وصل إليه الباحث (قلاتي يزيد: 2010) تفوق أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي في مؤشر كتلة الجسم ونسبة الدهون وكافة عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وكذلك ما توصل إليه الباحث (فيرم: 2016) وجود علاقة ارتباطية طردية بين ممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين المعاقين حركياً، وكذلك ما توصل إليه الباحث (خوجة: 2009) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي المقترح في تطوير عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (التحمل الدوري التنفسي، القوة العضلية) لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركياً ولصالح القياس البعدي، كذلك ما وصل إليه الباحث (الشيخ يعقوب: 2019) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبلي والبعدي لصالح الاختبارات البعدي لكل عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة. وبذلك نخلص بأنه كلما زاد مستوى دافعية الإنجاز الرياضي لديهم زاد مستوى دافع القوة العضلية الهيكلية، فمن خلال آراء أفراد العينة وعلى ضوء النتائج السابقة تكون الإجابة على التساؤل كالتالي:

"توجد علاقة طردية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والقوة العضلية لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة".

### عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على وجود علاقة ارتباطية معنوية ذات دلالة إحصائية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والتحمل الدوري التنفسي لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة، وهذا قمنا بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد العينة على مقياس دافعية الإنجاز الرياضي وكذلك معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي والقياسات المسجلة في اختبار الجري / المشي 600م لمفحوصين، فتحصلنا على النتائج التالية:

جدول رقم (05) : معامل الارتباط بين دافعية الإنجاز الرياضي واختبار الجري / المشي 600م.

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى الدلالة sig	الدلالة الإحصائية
دافعية الإنجاز الرياضي	3.89	0.23	0.844	0.000	دال إحصائياً
الجري / المشي 600م	9.35	1.15			

من الجدول السابق رقم (05) نجد أن قيمة المتوسط الحسابي لدافعية الإنجاز الرياضي قد بلغت (3.89) وهي قيمة أكبر من قيمة الانحراف المعياري الذي بلغت قيمته (0.23)، وكذلك المتوسط الحسابي لاختبار (الجري / المشي 600م) الذي بلغت قيمته (9.35) وهي قيمة أكبر من قيمة الانحراف المعياري الذي بلغت قيمته (1.86) مما يدل على عدم تشتت إجابات أفراد العينة على مقياس دافعية الإنجاز.

في حين أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين دافعية الإنجاز الرياضي واختبار (الجري / المشي 600م) بلغت (0.844) وهو معامل ارتباط قوي طردي موجب، وقيمة مستوى الدلالة sig يساوي (0.000) وهي قيمة أصغر من (0.01) لذلك يعتبر هذا الارتباط دال إحصائياً.

ما يمكن استنتاجه من التحليل السابق بأن دافعية الإنجاز لدى اللاعبين تساهم بشكل كبير في الرفع من مستوى لياقتهم البدنية وبالضبط في عنصر التحمل الدوري التنفسي، وذلك لأن اللاعب عندما يريد تحقيق النتائج بعمل جاهداً على تطوير نفسه من جميع الجهات (بدنياً، مهارياً، ... الخ)، وعند محاولته لذلك فإن لياقته البدنية تتطور ويرتفع مستواها، فنجد من أن له دافعية إنجاز رياضي يعمل بجهد ويتدرب بكل عزيمة داخل القاعة وهو هدفه الوحيد كيف يحقق الفوز ويمتلك ذلك الجسم الكفاء والمهارات المميزة ليرزها أمام الخصم، فتجعله تلك الدافعية محققاً لهدفه وهو الرفع من مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، هذا ما وصل إليه الباحث (قلاتي يزيد: 2010) تفوق أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي في مؤشر كتلة الجسم ونسبة الدهون وكافة عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة، وكذلك ما توصل إليه الباحث (فيرم: 2016) وجود علاقة ارتباطية طردية بين ممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين المعاقين حركياً، وكذلك ما توصل إليه الباحث (خوجة: 2009) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي لأثر البرنامج الرياضي المقترح في تطوير عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة (التحمل الدوري التنفسي، القوة العضلية) لدى

## على الكراسي المتحركة

فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركياً ولصالح القياس البعدي، كذلك ما وصل إليه الباحث (الشيخ يعقوب: 2019) إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات القبليّة والبعديّة لصالح الاختبارات البعديّة لكل عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة. ، فمن خلال آراء أفراد العينة والنتائج المتحصل عليها من اختبار (الجري / المشي 600م) وعلى ضوء النتائج السابقة تكون الإجابة على التساؤل كالتالي:

" توجد علاقة طردية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والتحمل الدوري التنفسي لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة".

استنتاج عام:

بمجرد انطلاقنا في الدراسة التي تطرقنا إليها حاولنا قدر الإمكان توقع النتائج التي يمكن الوصول إليها، حيث أثبتنا صحتها، ومن خلال الدراسة المعمقة والتي شملت تحليل إجابات أفراد العينة على مقياس دافعية الإنجاز الرياضي الموجهة إليهم ونتائج اختبارات اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة توصلنا إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة طردية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والقوة العضلية لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.

- توجد علاقة طردية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي والتحمل الدوري التنفسي لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.

ومن خلال هاته النتائج يمكن القول أنه: توجد علاقة طردية موجبة بين دافعية الإنجاز الرياضي وبعض عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة.

توصيات واقتراحات:

حرصاً منا على أن تكون لهذه الدراسة قيمة وظيفية وعملية وانطلاقاً من الدراسة وعلى ضوء النتائج التي تم التوصل إليها يمكننا تقديم بعض الاقتراحات والتوصيات إلى كل من يهيمه هذا الموضوع، وكذلك يمكن أن نوجه المدربين في نوادي رياضة ذوي الاحتياجات الخاصة إلى الطريق الأمثل في تطوير هاته الرياضات والاهتمام باللعبين والعمل على جمع مختلف المعلومات الرياضية الكافية لاستغلالها في دافعية الرياضيين ذوي الاحتياجات الخاصة اتجاه ممارسة الرياضة وتحقيق النتائج المثلى، ويمكن تلخيص هذه الاقتراحات فيما يلي:

- الاهتمام الكبير بالجانب النفسي لدى اللاعبين.
- استغلال التكنولوجيا الحديثة في عملية التدريب الرياضي لهاته الفئة من خلال التدريب النفسي والتدريب البدني.
- تنمية الوعي الرياضي لدى اللاعبين من أجل النهوض برياضة تنافسية خالية من العنف والتعصب بين الأفراد.
- يجب التركيز على التحضير النفسي طوال المسار الرياضي للاعبين وليس التركيز على الجانب المهاري والبدني.

### قائمة المراجع باللغة العربية:

#### أولا: الكتب:

1. أسامة، رياض وناهد، أحمد عبد الرحيم (2001): "القياس والتأهيل الحركي للمعاقين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
2. أنجريس، موريس (2004): "منهجية البحث العلمي"، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون، دار القصبية للنشر، الجزائر (الجزائر).
3. جيدير، ماثيو (2006): "منهجية البحث العلمي"، ترجمة ملكة أبيض، دار الكتاب للنشر والتوزيع.
4. صابر، فاطمة عوض وخفاجة، ميرفت على (2002): "أسس البحث العلمي"، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية (مصر).
5. علاوي، محمد حسن (1998): "موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين"، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
6. فرحات، ليلي السيد (2001): "القياس والاختبار في التربية الرياضية"، مركز الكتاب للنشر، عمان، ط1، 2001.
7. مسعد، محيي محمد (2003): "كيفية كتابة الأبحاث والإعداد للمحاضرات"، المكتب العربي الحديث، الإسكندرية، مصر.
8. نشوان، عبد الله نشوان (2010): "فن الرياضة والصحة"، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان.

#### ثانيا: الرسائل والأطروحات والأبحاث العلمية :

9. بن زيدان، حسين وعثمان، بن بنو (2014): "برامج تطوير اللياقة البدنية والإنجاز الرياضي لتحدي الإعاقة"، مجلة الإبداع الرياضي، مج 05، ع14، ج02، ص165-180.
10. خوجة، عادل (2009): "أثر البرنامج الرياضي المقترح في تحسين صورة الجسم ومفهوم تقدير الذات وتطوير اللياقة البدنية المترتبة بالصحة لدى فئة ذوي الاحتياجات الخاصة حركيا"، أطروحة دكتوراه في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة بن يوسف بن خده، الجزائر.

## على الكراسي المتحركة

11. دحون، عومري (2017): "تحديد مستويات معيارية لعناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة عند تلاميذ المرحلة الثانوية باستخدام برنامج حاسوبي"، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم.
12. الدهشة، زياد بن عبد الله (2006): "المتغيرات التنظيمية والوظيفية وعلاقتها بمستوى الرضا الوظيفي وفقاً لنظرية هيرز بيرج"، ماجستير، قسم العلوم الإدارية، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف الأمنية للعلوم الإدارية، الرياض (السعودية).
13. الراجحي، هاني بن ناصر (2003): "التطوير التنظيمي وعلاقته بالرضا الوظيفي في إدارة جوازات منطقة الرياض"، رسالة ماجستير، قسم العلوم الإدارية، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض (السعودية).
14. الرقب، محمد (2011): "متطلبات إدارة المعرفة في الجامعات الفلسطينية بقطاع غزة"، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة (فلسطين).
15. الشيخ، يعقوب (2019): "أثر برنامج بدني مكيف على مستوى عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدى التلاميذ المكفوفين الذكور (15-18 سنة)"، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة وهران للعلوم والتكنولوجيا-محمد بوضياف.
16. علي حسب الله، صلاح عبد الهادي (1996): "تأثير برنامج رياضي على بعض عناصر اللياقة البدنية والكفاءة المهنية للمعاقين بدنياً"، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان.
17. فيرم، الطيب (2016): "العلاقة بين ممارسة النشاط البدني الرياضي التنافسي المكيف ودافعية الإنجاز لدى الرياضيين المعاقين حركياً"، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، جامعة الجزائر3.
18. قلاتي، يزيد (2010): "التدريب المائي بالأدوات الخاصة لتحسين مستوى اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة"، مجلة الأبداع الرياضي، العدد (01)، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف-المسيلة، الجزائر.
19. هوارى، عويني (2014): "أثر برنامج تعليمي للألعاب الحركية على تنمية عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالمهارة لدى تلاميذ الطور الابتدائي"، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية الشلف، جامعة الشلف.
20. وسام، فاسخ (2008): "أثر التنشئة الاجتماعية في تنمية دافعية الطفل لممارسة السباحة"، رسالة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله-زرالدة، جامعة الجزائر.

## قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

21. ACSM's (2009): "ACM's Guidelines for exercises testing and préscription", éd English
22. Bet Gros, G Gerard (1985): "L'entraînement de basket-ball", ed vigot, Paris