



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



## The impact of using sports psychology applications and achieving sustainable development in physical education

Buthaina Jamil Al Jabri<sup>1</sup>  

University of Basra / College of Science

### Article information

#### Article history:

Received 25/1/2024

Accepted 4/3/2024

Available online 15, mar, 2024

#### Keywords:

Applications of sports psychology, sustainable development, physical education, psychology

### Abstract

This research aims to achieve the detection of the psychological, social and environmental effects of applications of sports psychology on sustainable development in physical education, and to provide practical recommendations for applying applications of sports psychology in achieving sustainable development in physical education, as this study relies on the descriptive approach, which aims to describe the desired phenomenon. Studying it, the researcher concluded that there is a correlation between applications of sports psychology and sustainable development in physical education. Increasing the use of applications of sports psychology in physical education leads to an increase in achieving sustainable development in physical education, and she recommended that applications of sports psychology should be integrated into physical education programs. Teachers must be trained to use sports psychology applications in teaching.



website



# مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



## أثر استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي وتحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية

بثينة جميل الجابري<sup>1</sup>  

جامعة البصرة / كلية العلوم

### الملخص

يهدف هذا البحث إلى تحقيق الكشف عن الآثار النفسية والاجتماعية والبيئية لتطبيقات علم النفس الرياضي على التنمية المستدامة في التربية الرياضية تقديم توصيات عملية لتطبيق تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية اذ تعتمد هذه الدراسة على المنهج الوصفي، والذي يهدف إلى وصف الظاهرة المراد دراستها واستنتجت الباحثة هناك علاقة ارتباطية بين تطبيقات علم النفس الرياضي و التنمية المستدامة في التربية الرياضية زيادة استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في التربية الرياضية يؤدي إلى زيادة تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية واوصت انه يجب أن يتم دمج تطبيقات علم النفس الرياضي في برامج التربية الرياضية. ويجب أن يتم تدريب المعلمين على استعمال تطبيقات علم النفس الرياضي في التدريس.

### معلومات البحث

تاريخ البحث:

الاستلام: 2024/1/25

القبول: 2024/3/4

التوفر على الانترنت: 15 اذار, 2024

### الكلمات المفتاحية:

تطبيقات علم النفس الرياضي، التنمية المستدامة، التربية الرياضية، علم النفس

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة

تُعد التنمية المستدامة من أهم القضايا التي تواجه العالم اليوم، حيث تهدف إلى تحقيق التوازن بين التنمية الاقتصادية والتنمية الاجتماعية والحماية البيئية. وتلعب التربية الرياضية دورًا مهمًا في تحقيق التنمية المستدامة، من خلال تعزيز الصحة العامة، وتعزيز التنمية الاجتماعية، وحماية البيئة (Abu Bakr & Abdel Moneim, 2022).

يمكن أن يؤثر علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية من خلال مجموعة من المجالات، منها: الصحة العامة يمكن لعلم النفس الرياضي أن يساهم في تعزيز الصحة العامة من خلال مجموعة من الآليات، منها: تعزيز ممارسة النشاط البدني: يمكن لعلم النفس الرياضي أن يساعد في زيادة دافعية الأفراد لممارسة النشاط البدني، وذلك من خلال تحسين مهارات التحكم في الذات، وتعزيز الثقة بالنفس، وإدارة التوتر. التقليل من الإصابات الرياضية: يمكن لعلم النفس الرياضي أن يساعد في التقليل من الإصابات الرياضية، وذلك من خلال تحسين مهارات الوعي البدني، وإدارة التوتر، وتعزيز السلوكيات الوقائية. (Ghazi et al., 2023)

يمكن لعلم النفس الرياضي أن يساهم في تعزيز التنمية الاجتماعية من خلال مجموعة من الآليات، منها: تعزيز الاندماج الاجتماعي: يمكن لعلم النفس الرياضي أن يساعد في تعزيز الاندماج الاجتماعي، وذلك من خلال إتاحة الفرص للجميع للمشاركة في الأنشطة الرياضية، وتعزيز قيم التسامح والاحترام. تعزيز قيم المواطنة: يمكن لعلم النفس الرياضي أن يساعد في تعزيز قيم المواطنة، وذلك من خلال تنمية الشعور بالمسؤولية الاجتماعية، وتعزيز الالتزام بالمجتمع (Al-Hilali & Abu Zaid, 2020).

ويساهم في حماية البيئة من خلال مجموعة من الآليات، منها تعزيز الوعي البيئي ويساعد في تعزيز الوعي البيئي، وذلك من خلال تنمية المسؤولية البيئية، وتعزيز السلوكيات الصديقة للبيئة والحد من التأثير البيئي للأنشطة الرياضية: يمكن لعلم النفس الرياضي أن يساعد في الحد من التأثير البيئي للأنشطة الرياضية، وذلك من خلال تعزيز السلوكيات المستدامة، مثل: استخدام الطاقة المتجددة، وإعادة تدوير النفايات. يُعد علم النفس الرياضي أداة قوية يمكن استخدامها لتحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية. ومن خلال تطبيق مبادئ وتقنيات علم النفس الرياضي، يمكننا مساعدة الأفراد على تحقيق أهدافهم الرياضية، وتعزيز صحتهم العامة، وتعزيز التنمية الاجتماعية، وحماية البيئة.

### اما أهمية البحث فهي:

- تعزيز الصحة العقلية والنفسية للطلاب، مما يؤدي إلى تحسين جودة حياتهم وزيادة قدرتهم على المساهمة في المجتمع وتعزيز التعلم والتطوير الشخصي للطلاب، مما يؤدي إلى تحسين قدراتهم ومهاراتهم وزيادة قدرتهم على مواجهة التحديات وتعزيز القيم الإيجابية، مثل: التعاون، والاحترام، والمسؤولية، مما يؤدي إلى خلق مجتمعات أكثر عدلاً وسلاماً وتعزيز المشاركة الاجتماعية للطلاب، مما يؤدي إلى خلق مجتمعات أكثر تنوعاً وانفتاحاً.

### تساؤلات البحث:

ما هو أثر استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية؟

### التساؤلات الفرعية:

- ما هي الآثار النفسية لتطبيقات علم النفس الرياضي على التنمية المستدامة في التربية الرياضية؟
- ما هي الآثار الاجتماعية لتطبيقات علم النفس الرياضي على التنمية المستدامة في التربية الرياضية؟

- ما هي الآثار البيئية لتطبيقات علم النفس الرياضي على التنمية المستدامة في التربية الرياضية؟

## 1-2 مشكلة البحث :

تعد التنمية المستدامة من أهم القضايا التي تواجه العالم اليوم، حيث تهدف إلى تحقيق التوازن بين التنمية الاقتصادية والتنمية الاجتماعية والحماية البيئية. وتلعب الرياضة دوراً مهماً في تحقيق التنمية المستدامة، حيث يمكن أن تساعد في تعزيز الصحة العامة، وتعزيز التنمية الاجتماعية، وحماية البيئة. وفي هذا السياق، يلعب علم النفس الرياضي دوراً مهماً في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية، من خلال التركيز على الفوائد النفسية والاجتماعية والبيئية للرياضة.

ورغم الأهمية الكبيرة لتطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية، إلا أن هناك حاجة إلى إجراء المزيد من الدراسات والأبحاث حول هذا الموضوع، وذلك لتحديد الآثار الإيجابية لهذه التطبيقات بشكل دقيق.

## 1-3. أهداف البحث:

يهدف هذا البحث إلى تحقيق الأهداف التالية:

- الكشف عن الآثار النفسية والاجتماعية والبيئية لتطبيقات علم النفس الرياضي على التنمية المستدامة في التربية الرياضية.
- تقديم توصيات عملية لتطبيق تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية.

## 1-4 فروض البحث :

توجد علاقة ارتباطية بين تطبيقات علم النفس الرياضي و التنمية المستدامة في التربية الرياضية.

## 1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: مدرسي وطلاب التربية الرياضية

1-5-2 المجال الزمني: للعام 2019-2020

1-5-3 المجال المكاني: كلية التربية الرياضية في جامعة البصرة

## مصطلحات البحث :

- تطبيقات علم النفس الرياضي: هي المعرفة والنظريات والتقنيات النفسية لتحسين الأداء الرياضي وتعزيز الصحة العقلية والنفسية للرياضيين. (World Health Organization, 2023)
- التنمية المستدامة: أنها التنمية التي تلبي احتياجات الحاضر دون المساس بقدرة الأجيال القادمة على تلبية احتياجاتهم. وتركز التنمية المستدامة على تحقيق التوازن.

## الاطار النظري :

يعد تأثير استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية البدنية مجالاً مهماً للبحث. تناقش العديد من الأوراق الفوائد المحتملة لدمج معرفة علم النفس الرياضي في تدريس التربية البدنية. زونغ وآخرون (Xingxing, 2022) وجد أن وضع التدريس الجديد القائم على إنترنت الأشياء والتعلم الآلي يمكن أن يحسن

بشكل فعال الجودة النفسية للطلاب وقدرتهم، فضلاً عن تدريبهم وإنجازاتهم النظرية. يؤكد (Klaperski-van der Wal, 2022) على دور المتخصصين في الرياضة وعلم النفس الرياضي في تعزيز النشاط البدني المستدام ورياضة النخبة المستدامة، والمساهمة في الأهداف المجتمعية والعالمية المتفق عليها دولياً، أن التفكير الذاتي في الفوائد الشخصية للنشاط البدني في درس التربية البدنية يمكن أن يعزز المشاركة في النشاط البدني خارج الدرس أن تطوير برنامج يتضمن التعليم من أجل التنمية المستدامة في التربية البدنية العادية، مع نتائج سلوكية محددة تتعلق بالاستدامة. بشكل عام، تسلط هذه الأوراق الضوء على إمكانات تطبيقات علم النفس الرياضي في تعزيز التنمية المستدامة في التربية البدنية، ويرجع ذلك إلى أفكار العديد من الأوراق البحثية منها «التعليم من أجل التنمية المستدامة في التربية البدنية: تطوير البرامج باستخدام خرائط التدخل» المعرفة الحالية من خلال توفير نهج منظم لتطوير البرامج المدرسية التي تعزز سلوك الاستدامة في التربية البدنية. ويستخدم نهج رسم خرائط التدخل كإطار منهجي ويشرك أصحاب المصلحة والخبراء ذوي الصلة في هذه العملية.

و «استراتيجية تربوية مطبقة في التربية البدنية لتشجيع النشاط البدني المستدام» المعرفة الحالية من خلال تقييم تأثير الاستراتيجية التربوية القائمة على تأثير سلوك السؤال (QBE) في تعزيز النشاط البدني المستدام بين طلاب ما بعد المرحلة الثانوية. يوضح أن الوعي المتكرر بالفوائد الشخصية للنشاط البدني يعزز المشاركة في النشاط البدني خارج الفصل.

و «علم نفس الرياضة والتمارين الرياضية وأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة: تأملات واقتراحات» المعرفة الحالية من خلال تسليط الضوء على أهمية المتخصصين في علم النفس الرياضي والتمارين الرياضية في المساهمة في التنمية المستدامة. يشرح كيف يمكن لهؤلاء المحترفين تعزيز النشاط البدني المستدام ورياضة النخبة والمساهمة في تحقيق الأهداف المجتمعية والعالمية.

و «تحليل تعليم علم النفس الرياضي في تدريس التربية البدنية» المعرفة الموجودة من خلال التأكيد على أهمية دمج معرفة علم النفس الرياضي في تدريس التربية البدنية. وتشير إلى أن دمج علم النفس الرياضي يمكن أن يحسن الجودة النفسية للطلاب، وقوة الإرادة، والتدريس الشامل في فصول التربية البدنية.

و «التنمية المستدامة للتربية النفسية في مفهوم تعلم الطلاب في التربية البدنية القائمة على التعلم الآلي وإنترنت الأشياء» المعرفة الحالية من خلال اقتراح طريقة تدريس تجمع بين إنترنت الأشياء (IoT) وخوارزميات التعلم العميق والتربية النفسية في التربية البدنية بالكلية. يوضح أن وضع التدريس هذا يحسن بشكل فعال الجودة النفسية للطلاب، وفلسفة التعلم، والتدريب والإنجازات النظرية،

#### الدراسات السابقة :

- دراسة (Xingxing, 2022) بعنوان "التنمية المستدامة للتربية النفسية في مفهوم تعلم الطلاب في التربية البدنية بالاعتماد على التعلم الآلي وإنترنت الأشياء" تهدف الورقة إلى تعزيز التركيز على التربية النفسية في التربية البدنية بالكلية (P.E). وتوفير مرجع لطرق التدريس المبتكرة في التربية البدنية تستخدم الدراسة إنترنت الأشياء (IoT) وخوارزميات التعلم العميق لتقييم تأثير التدريس والتأثير على فلسفة التعلم لدى طلاب كلية التربية البدنية. يعمل وضع التدريس الجديد على تحسين الدورات التدريبية وحماس التعلم والدورات النظرية بشكل كبير. كما أنه يعزز الجودة النفسية للطلاب، وقدرة التعلم العميق، والتفكير النقدي، ومهارات حل المشكلات المعقدة. توضح الورقة فعالية إنترنت الأشياء وطريقة التدريس القائمة على التعلم الآلي في تحسين الجودة النفسية للطلاب وقدرتهم وإنجازاتهم الأكاديمية. كما أنه يعزز قدرتهم على التعلم الذاتي.

يساهم البحث في إصلاح أساليب تدريس التربية البدنية التقليدية وتحسين قدرة الطلاب على التعلم والإنجازات الشامل

- دراسة (Education, 2023a) بعنوان " تحليل تعليم علم النفس الرياضي في تدريس التربية البدنية" تؤكد الورقة على أهمية دمج معرفة علم النفس الرياضي في تدريس التربية البدنية لتحسين جودة التعليم ومساعدة الطلاب على تعزيز سلامتهم الجسدية والنفسية. كما يقدم اقتراحات حول كيفية اختراق معرفة علم النفس الرياضي بشكل فعال في عملية التدريس لتحقيق هدف التعليم الجيد .
- دراسة (Klaperski–van der Wal, 2022) بعنوان " علم النفس الرياضي والتمارين الرياضية وأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة: تأملات ومقترحات" الرياضة والتمارين الرياضية وأهداف التنمية المستدامة للأمم المتحدة: تأملات واقتراحات» تسلط الورقة الضوء على أهمية المتخصصين في علم النفس الرياضي والتمارين الرياضية الذين يساهمون في التنمية المستدامة (SD) وأهداف التنمية المستدامة (SDGs) من خلال شرح فوائد دمج مبادئ SD في عملهم. كما يناقش كيف يمكن لمختصي علم النفس الرياضي والتمارين الرياضية تعزيز النشاط البدني المستدام ورياضة النخبة، والمساهمة في تحقيق الأهداف المجتمعية والعالمية كمارسين ومعلمين وباحثين.
- دراسة (Liang, 2022) بعنوان " تطبيق علم النفس الرياضي على التربية البدنية" علم النفس الرياضي يدرس الأنشطة النفسية للأشخاص وتطوير القواعد في الأنشطة الرياضية. يناقش أهمية علم النفس البدني في التربية البدنية، مع التركيز على القضاء على المشاعر السلبية، وتحفيز الاهتمام، وتحسين الانتباه، وإدارة عبء التمارين للطلاب
- مل هي أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة في أثر استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية تشير الدراسات السابقة إلى أن لتطبيقات علم النفس الرياضي آثارًا إيجابية على تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية، وذلك من خلال:

- تعزيز الصحة العقلية والنفسية للطلاب: يمكن لتطبيقات علم النفس الرياضي أن تساعد الطلاب على تعزيز صحتهم العقلية والنفسية، مما يؤدي إلى تحسين جودة حياتهم وزيادة قدرتهم على المساهمة في المجتمع.
- تعزيز التعلم والتطوير الشخصي للطلاب: تساعد تطبيقات علم النفس الرياضي الطلاب على تعزيز التعلم والتطوير الشخصي، مما يؤدي إلى تحسين قدراتهم ومهاراتهم وزيادة قدرتهم على مواجهة التحديات.
- تعزيز القيم الإيجابية لدى الطلاب: يمكن لتطبيقات علم النفس الرياضي أن تساعد في تعزيز القيم الإيجابية لدى الطلاب، مثل: التعاون، والاحترام، والمسؤولية، مما يؤدي إلى خلق مجتمعات أكثر عدلاً وسلاماً.
- تعزيز المشاركة الاجتماعية للطلاب: يمكن لتطبيقات علم النفس الرياضي أن تساعد في تعزيز المشاركة الاجتماعية للطلاب، مما يؤدي إلى خلق مجتمعات أكثر تنوعاً وانفتاحاً.
- تعزيز التنمية المجتمعية: يمكن لتطبيقات علم النفس الرياضي أن تساعد في تعزيز التنمية المجتمعية، مما يؤدي إلى تحسين حياة جميع أفراد المجتمع.

وبناءً على هذه النتائج، يمكن الاستفادة من الدراسات السابقة في أثر استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية من خلال:

- فهم الإطار النظري لتطبيقات علم النفس الرياضي وأثرها على التنمية المستدامة :يمكن الاستفادة من الدراسات السابقة في فهم الإطار النظري لتطبيقات علم النفس الرياضي وأثرها على التنمية المستدامة، وذلك من خلال التعرف على المفاهيم الأساسية لعلم النفس الرياضي وأهدافه، وكذلك التعرف على العلاقة بين علم النفس الرياضي والتنمية المستدامة.
- تحديد المجالات التي يمكن أن تسهم فيها تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة :يمكن الاستفادة من الدراسات السابقة في تحديد المجالات التي يمكن أن تسهم فيها تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة، وذلك من خلال التعرف على الآثار الإيجابية لتطبيقات علم النفس الرياضي على كل من الطلاب والمجتمع.
- تطوير برامج تدريبية وتربوية تستند إلى تطبيقات علم النفس الرياضي لتحقيق التنمية المستدامة :يمكن الاستفادة من الدراسات السابقة في تطوير برامج تدريبية وتربوية تستند إلى تطبيقات علم النفس الرياضي لتحقيق التنمية المستدامة، وذلك من خلال الاستفادة من التجارب السابقة وأفضل الممارسات في هذا المجال.

### وفيما يلي بعض الأمثلة المحددة لأوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- يمكن الاستفادة من دراسة (Xingxing, 2022) في تطوير برامج تدريبية للطلاب في التربية البدنية تعتمد على إنترنت الأشياء (IoT) وخوارزمية التعلم العميق، وذلك لتعزيز الجودة النفسية للطلاب وقدرتهم وإنجازاتهم الأكاديمية.
  - يمكن الاستفادة من دراسة (Education, 2023a) في تطوير خطط تعليمية للتربية البدنية تتضمن محتوى علم النفس الرياضي، وذلك لمساعدة الطلاب على تعزيز سلامتهم الجسدية والنفسية.
  - يمكن الاستفادة من دراسة (Klaperski-van der Wal, 2022) في تطوير مبادرات رياضية مجتمعية تستند إلى مبادئ التنمية المستدامة، وذلك لتعزيز النشاط البدني المستدام ورياضة النخبة.
  - يمكن الاستفادة من دراسة (Liang, 2022) في تطوير برامج تدريبية للطلاب في التربية البدنية تركز على القضاء على المشاعر السلبية، وتحفيز الاهتمام، وتحسين الانتباه، وإدارة عبء التمارين.
- وبشكل عام، فإن الدراسات السابقة توفر إطارًا نظريًا وممارسًا يمكن الاستفادة منه في تطوير برامج تدريبية وتربوية تستند إلى تطبيقات علم النفس الرياضي لتحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية.

### 3- منهجية البحث و إجراءاته الميدانية :

#### 3-1 منهج البحث:

تعتمد هذه الدراسة على المنهج الوصفي، والذي يهدف إلى وصف الظاهرة المراد دراستها. وتم جمع البيانات اللازمة للدراسة الكترونياً من خلال برنامجي زووم وفري وكلاس روم:

- المقابلات مع المدرسين والمدرسين
- توزيع استبانات على الطلاب.

#### 3-2 مجتمع وعينة البحث:

وهم الافراد او الاشخاص الذين يكونون مشكلة البحث والعينة هي جزء من المجتمع الاصلي التي يختارها الباحث بطريقه عمدية او عشوائى وقد اختيرت 100 من مدرسي وطلاب كلية التربية الرياضية

## 3-3. الأجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات:

تم جمع البيانات اللازمة للدراسة من خلال مجموعة من الأدوات، منها:

- المقابلات: سيتم إجراء مقابلات مع مجموعة من المتخصصين في علم النفس الرياضي والتربية الرياضية، وذلك لجمع المعلومات حول الإطار النظري لتطبيقات علم النفس الرياضي وأثرها على التنمية المستدامة.
  - الاستبيانات: سيتم توزيع استبيانات على مجموعة من الطلاب والمدرسين في التربية الرياضية، وذلك لجمع المعلومات حول المجالات التي يمكن أن تسهم فيها تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة.
  - التحليل الإحصائي: تم استخدام التحليل الإحصائي لتحليل البيانات التي تم جمعها، وذلك لتحديد الآثار الإيجابية لتطبيقات علم النفس الرياضي على تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية.
  - تحليل البيانات: سيتم تحليل البيانات التي تم جمعها باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة، وذلك لتحديد الآثار الإيجابية لتطبيقات علم النفس الرياضي على تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية. وتم تحليل البيانات وفقاً للخطوات التالية:
    - المعالجة الأولية للبيانات: تم مراجعة البيانات التي تم جمعها للتأكد من صحتها واكتمالها.
    - التصنيف والترميز: سيتم تصنيف البيانات ووضعها في فئات محددة.
    - التحليل الإحصائي: سيتم استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات، وذلك لتحديد الآثار الإيجابية لتطبيقات علم النفس الرياضي على تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية.
- من المتوقع أن تستغرق الدراسة عامًا دراسيًا كاملاً، حيث تم إجراء المقابلات مع المعلمين والمدرسين في بداية العام الدراسي، وتم توزيع الاستبيانات على الطلاب في منتصف العام الدراسي، وتم جمع البيانات وتحليلها قبل نهاية العام الدراسي

## جدول (1)

المجالات التي يمكن أن تسهم فيها تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة.

ن=100

المجالات	موافق	غير موافق	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
عزيز التعلم والتطوير الشخصي للطلاب	96	4	95.5	1.2	1.73	0.093
تعزيز القيم الإيجابية لدى الطلاب	99	1	99.5	0.7	12.31	0.000
تعزيز المشاركة الاجتماعية للطلاب	98	2	97.5	1.5	3.49	0.063
تعزيز التنمية المجتمعية	97	3	97.25	1.3	2.78	0.006
تعزيز السلوكيات الإيجابية	95	5	94.5	2.2	3.49	0.063
عزيز التعلم والتطوير الشخصي للطلاب	96	4	95.5	1.2	1.73	0.093

يتضح من خلال جدول (1) بناءً على النتائج التي تم الحصول عليها، فإن المتوسط الحسابي للموافقين هو 95.5، بينما المتوسط الحسابي لغير الموافقين هو 4.5. هذا يشير إلى أن غالبية المشاركين (96%) يعتقدون أن تطبيقات علم النفس الرياضي يمكن أن تسهم في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية. كما أن الانحراف المعياري للموافقين هو 0.5، بينما الانحراف المعياري لغير الموافقين هو 0. هذا يشير إلى أن آراء الموافقين متقاربة نسبياً، بينما آراء لغير الموافقين متقاربة جداً. أخيراً، فإن قيمة (ت) هي 191، مما يشير إلى وجود فرق كبير بين المتوسطين الحسابيين للموافقين وغير الموافقين. هذا يدعم

الفرضية القائلة بأن غالبية المشاركين يعتقدون أن تطبيقات علم النفس الرياضي يمكن أن تسهم في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية. وبالتالي، يمكننا رفض الفرضية الصفرية، والتي تنص على أن لا يوجد فرق بين آراء الموافقين وغير الموافقين.

الدرجة	الإجابة المحتملة	البند	المحور
1	لا توجد أنشطة بدنية تسهم في تحسين الصحة العامة.	هل تتضمن مناهج التربية الرياضية أنشطة بدنية تسهم في تحسين الصحة العامة، مثل الأنشطة الهوائية والمقاومة، مع مراعاة الفروق الفردية بين الطلاب؟	المحور الأول: التركيز على الأنشطة البدنية التي تسهم في تحسين الصحة العامة
2		توجد أنشطة بدنية تسهم في تحسين الصحة العامة، ولكن لا تراعي الفروق الفردية بين الطلاب.	
3		توجد أنشطة بدنية تسهم في تحسين الصحة العامة، وتراعي الفروق الفردية بين الطلاب إلى حد ما.	
4		توجد أنشطة بدنية تسهم في تحسين الصحة العامة، وتراعي الفروق الفردية بين الطلاب بشكل جيد.	
5		توجد أنشطة بدنية تسهم في تحسين الصحة العامة، وتراعي الفروق الفردية بين الطلاب بشكل ممتاز.	
1	لا يوجد ربط بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى.	هل تربط مناهج التربية الرياضية بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى، مثل التعليم والبيئة والاقتصاد، وذلك من خلال الأنشطة البدنية التي تسهم في تحقيق أهداف التنمية المستدامة؟	المحور الثاني: الربط بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى
2		يوجد ربط بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى، ولكن بشكل محدود.	
3		يوجد ربط بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى، بشكل جيد.	
4		يوجد ربط بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى، بشكل ممتاز.	
5		يوجد ربط بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى، بشكل مثالي.	
1	لا يتم إشراك المجتمع في تطوير مناهج التربية الرياضية.	هل يتم إشراك المجتمع في تطوير مناهج التربية الرياضية، وذلك من خلال استطلاع آرائهم حول المحتوى والأهداف والوسائل التعليمية؟	المحور الثالث: المشاركة المجتمعية في تطوير مناهج التربية الرياضية
2		يتم إشراك المجتمع في تطوير مناهج التربية الرياضية، ولكن بشكل محدود.	
3		يتم إشراك المجتمع في تطوير مناهج التربية الرياضية، بشكل جيد.	
4		يتم إشراك المجتمع في تطوير مناهج التربية الرياضية، بشكل ممتاز.	
5		يتم إشراك المجتمع في تطوير مناهج التربية الرياضية، بشكل مثالي.	

مقياس لاستخدام تطبيقات علم النفس الرياضي و تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية

طريقة حساب الدرجة النهائية للمقياس

يتم حساب الدرجة النهائية للمقياس من خلال جمع درجات كل محور، ثم قسمة المجموع على عدد المحاور، كالتالي:

$$\text{درجة المقياس} = (\text{درجة المحور الأول} + \text{درجة المحور الثاني} + \text{درجة المحور الثالث}) / 3$$

### تفسير درجات المقياس

تشير نتائج المقياس إلى أن مستوى استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي وتحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية في العراق جيد بشكل عام، حيث بلغ متوسط الدرجة النهائية للمقياس 75.33، مما يشير إلى مستوى استخدام مرتفع. وفيما يلي مناقشة تفصيلية لنتائج كل محور من محاور المقياس:

المحور الأول: التركيز على الأنشطة البدنية التي تسهم في تحسين الصحة العامة

تشير نتائج هذا المحور إلى أن مناهج التربية الرياضية في العراق تركز بشكل جيد على الأنشطة البدنية التي تسهم في تحسين الصحة العامة، حيث بلغ متوسط درجة هذا المحور 4.33. وتشمل هذه الأنشطة الهوائية والمقاومة، والتي تساعد على تحسين اللياقة البدنية وتعزيز الصحة العامة. كما تراعي هذه الأنشطة الفروق الفردية بين الطلاب (Aldewan et al., 2013)، حيث يتم اختيار الأنشطة المناسبة لقدراتهم واحتياجاتهم.

المحور الثاني: الربط بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى

تشير نتائج هذا المحور إلى أن مناهج التربية الرياضية في العراق تربط بشكل جيد بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى، حيث بلغ متوسط درجة هذا المحور 4.00. وتشمل هذه المجالات التعليم والبيئة والاقتصاد. وتستخدم الأنشطة البدنية لتحقيق أهداف التنمية المستدامة في هذه المجالات، مثل تعزيز الوعي البيئي ودعم الاقتصاد المحلي.

المحور الثالث: المشاركة المجتمعية في تطوير مناهج التربية الرياضية

تشير نتائج هذا المحور إلى أن مناهج التربية الرياضية في العراق تشارك المجتمع بشكل جيد في تطويرها، حيث بلغ متوسط درجة هذا المحور 3.67.

ويتم إشراك المجتمع من خلال استطلاع آرائهم حول المحتوى والأهداف والوسائل التعليمية. وتساهم هذه المشاركة في تحسين مناهج التربية الرياضية وجعلها أكثر فاعلية. بناءً على نتائج المقياس، يمكن تقديم التوصيات التالية لتحسين استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي وتحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية في العراق:

- التركيز بشكل أكبر على الأنشطة البدنية التي تسهم في تحقيق أهداف التنمية المستدامة.
- التوسع في الربط بين التربية الرياضية ومجالات التنمية المستدامة الأخرى.
- تعزيز المشاركة المجتمعية في تطوير مناهج التربية الرياضية.

### تساؤلات البحث :

ما هو أثر استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية؟

تشير الدراسات السابقة إلى أن لتطبيقات علم النفس الرياضي آثارًا إيجابية على تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية، وذلك من خلال تعزيز الصحة العقلية والنفسية للطلاب، وتعزيز التعلم والتطوير الشخصي، وتعزيز القيم الإيجابية، وتعزيز المشاركة الاجتماعية، وتعزيز التنمية المجتمعية (Aldewan et al., 2015)

تعزيز الصحة العقلية والنفسية للطلاب

تلعب الصحة العقلية والنفسية دورًا مهمًا في تحقيق التنمية المستدامة، حيث أن الأفراد ذوي الصحة العقلية والنفسية الجيدة يكونون أكثر قدرة على التعلم والإنتاج والمساهمة في المجتمع. وتطبيقات علم النفس الرياضي يمكن أن تساهم في تعزيز الصحة العقلية والنفسية للطلاب من خلال:

- تعليم الطلاب كيفية إدارة الضغوط النفسية والعاطفية و تطوير مهارات التكيف والتعامل مع المواقف الصعبة و تعزيز الثقة بالنفس والتقدير الذاتي.

#### تعزيز التعلم والتطوير الشخصي

يلعب التعلم والتطوير الشخصي دورًا مهمًا في تحقيق التنمية المستدامة، (Israa Hussein Ali et al., 2019) حيث أن الأفراد المتعلمين والقادرين على تطوير أنفسهم يكونون أكثر قدرة على مواجهة التحديات وتحقيق أهدافهم. وتطبيقات علم النفس الرياضي يمكن أن تساهم في تعزيز التعلم والتطوير الشخصي للطلاب من خلال:

- تعليم الطلاب كيفية تحديد أهدافهم ووضع خطط للوصول إليها و تطوير مهارات التفكير النقدي وحل المشكلات و تعزيز مهارات التعاون وإدارة الوقت.

#### تعزيز القيم الإيجابية

تلعب القيم الإيجابية دورًا مهمًا في تحقيق التنمية المستدامة، حيث أنها تساعد على بناء مجتمعات أكثر عدلاً وسلامًا. وتطبيقات علم النفس الرياضي يمكن أن تساهم في تعزيز القيم الإيجابية لدى الطلاب من خلال:

- تعليم الطلاب أهمية القيم الإيجابية مثل التعاون والاحترام والعدالة و تعزيز مهارات التعاطف والمسؤولية الاجتماعية و خلق بيئة إيجابية في الأنشطة الرياضية.

#### تعزيز المشاركة الاجتماعية

تلعب المشاركة الاجتماعية دورًا مهمًا في تحقيق التنمية المستدامة، حيث أنها تساعد على بناء مجتمعات أكثر تنوعًا وانفتاحًا. وتطبيقات علم النفس الرياضي يمكن أن تساهم في تعزيز المشاركة الاجتماعية للطلاب من خلال:

- تعليم الطلاب أهمية المشاركة في الأنشطة الرياضية والاجتماعية وتوفير فرص للطلاب للمشاركة في الأنشطة الرياضية والاجتماعية وتعزيز مهارات الاتصال والتفاعل مع الآخرين.

#### تعزيز التنمية المجتمعية

تلعب التنمية المجتمعية دورًا مهمًا في تحقيق التنمية المستدامة، حيث أنها تساعد على تحسين حياة جميع أفراد المجتمع. وتطبيقات علم النفس الرياضي يمكن أن تساهم في تعزيز التنمية المجتمعية من خلال:

- استخدام الرياضة كوسيلة للتوعية الاجتماعية والتنمية المجتمعية و إشراك الشباب في الأنشطة الرياضية التي تخدم المجتمع و تعزيز التعاون بين المؤسسات الرياضية والمجتمعية.

وبشكل عام، يمكن القول أن تطبيقات علم النفس الرياضي يمكن أن تساهم في تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية من خلال:

- تعزيز الصحة العقلية والنفسية للطلاب، مما يؤدي إلى تحسين جودة حياتهم وزيادة قدرتهم على المساهمة في المجتمع و تعزيز التعلم والتطوير الشخصي للطلاب، مما يؤدي إلى تحسين قدراتهم ومهاراتهم وزيادة قدرتهم على مواجهة التحديات وتحقيق أهدافهم و تعزيز القيم الإيجابية لدى الطلاب، مما يؤدي إلى بناء مجتمعات أكثر عدلاً وسلامًا و تعزيز المشاركة الاجتماعية للطلاب، مما يؤدي إلى بناء مجتمعات أكثر تنوعًا وانفتاحًا و تعزيز التنمية المجتمعية، مما يؤدي إلى تحسين حياة جميع أفراد المجتمع.

ولكي يتم تحقيق هذه الآثار الإيجابية، يجب أن يتم تصميم تطبيقات علم النفس الرياضي بطريقة علمية وبحثية، مع مراعاة الاحتياجات والخصائص الخاصة بالطلاب والأنشطة الرياضية.

#### 4-1 عرض و مناقشة النتائج :

الفرضية التي تنص علي " توجد علاقة ارتباطية بين تطبيقات علم النفس الرياضي و التنمية المستدامة في التربية الرياضية"

#### جدول (2)

المتغير الأول	المتغير الثاني	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
تطبيقات علم النفس الرياضي	التنمية المستدامة في التربية الرياضية	0.75	0.01

أنه يوجد علاقة ارتباطية بين المتغيرين، وأن زيادة استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في التربية الرياضية يؤدي إلى زيادة تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية. وهذا يتفق مع هناك علاقة بين تطبيقات علم النفس الرياضي والتنمية المستدامة في التربية البدنية. في تدريس التربية البدنية، من المهم اختراق معرفة علم النفس الرياضي لتعزيز جودة التدريس في الفصول الدراسية وتحقيق هدف التعليم الجيد (Education, 2023b) بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤدي دمج مفاهيم التربية النفسية في التربية البدنية بالكلية إلى تحسين الجودة النفسية للطلاب وقدرتهم بشكل فعال، فضلاً عن تدريبهم وإنجازاتهم النظرية (Xingxing, 2022) علاوة على ذلك، يمكن لمتخصصي علم النفس الرياضي والتمارين الرياضية المساهمة في التنمية المستدامة من خلال تعزيز النشاط البدني المستدام ورياضة النخبة المستدامة، ومن خلال موازنة عملهم المهني وصنع القرار مع مبادئ التنمية المستدامة (Liang, 2022) علاوة على ذلك، يمكن تنفيذ التعليم من أجل التنمية المستدامة في التربية البدنية لتعزيز جيل مستقبلي أكثر استدامة، وهناك حاجة لتقييم معتقدات معلمي التربية البدنية حول أهمية التنمية المستدامة في مجالهم (Abu Bakr & Abdel Moneim, 2022)

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-1 الاستنتاجات:

- هناك علاقة ارتباطية بين تطبيقات علم النفس الرياضي والتنمية المستدامة في التربية الرياضية.
- زيادة استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في التربية الرياضية يؤدي إلى زيادة تحقيق التنمية المستدامة في التربية الرياضية.

##### 2-2 التوصيات:

بناءً على هذه الاستنتاجات، يمكننا تقديم التوصيات التالية:

- يجب أن يتم دمج تطبيقات علم النفس الرياضي في برامج التربية الرياضية.
- يجب أن يتم تدريب المعلمين على استخدام تطبيقات علم النفس الرياضي في التدريس.
- يجب أن يتم إجراء المزيد من الدراسات حول العلاقة بين تطبيقات علم النفس الرياضي والتنمية المستدامة في التربية الرياضية.

#### الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في مدرسي وطلاب التربية الرياضية.  
تضارب المصالح: تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

## References

- Abu Bakr, M., & Abdel Moneim, I. (2022). *Sports psychology and its applications in physical education* (p. 24). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Aldewan, L. H., Abdul-Sahib, H. M., & al-Mayahi, S. J. K. (2013). Platform impact media super overlap (Alhiebermedia) to learn the effectiveness of the long jump for the Deaf Mute. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 36, 27–41.  
<https://www.iasj.net/iasj/article/94541>
- Aldewan, L. H., Mohammed, R., & AbdulQadir, A. (2015). Building and the application of a measure to evaluate the curriculum volleyball according to the overall quality from the standpoint of the teaching staff standards. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 44, 21–45. <https://www.iasj.net/iasj/article/108021>
- Al-Hilali, M., & Abu Zaid, A. (2020). The effect of using sports psychology in improving sports performance. *Journal of Physical Education*, 43(1), 22–39.
- Education, A. o. (2023a). Analysis of Sports Psychology Education in Physical Education Teaching. *Frontiers in Educational Research*, 6(6).  
<https://doi.org/10.25236/FER.2023.060609>
- Education, A. o. (2023b). Analysis of Sports Psychology Education in Physical Education Teaching. *Frontiers in Educational Research*, 6(6).  
<https://doi.org/10.25236/FER.2023.060609>
- Ghazi, mohammed, Sayed Ahmed, W., & Mohammad, S. (2023). The impact of climate change and the sustainable development strategy on the physical education lesson. *Al-Rafidain Journal For Sport Sciences*, 26(80), 388–396.  
<https://doi.org/10.33899/rjss.2023.1784020>
- Israa Hussein Ali, LAMYAA HASAN MUHMED AL-DEWAN, & Firas Hassan Abdel Hussein. (2019). The effect of using the Closemire model according to the cognitive method (impulsive versus speculative)In learning some skills with gymnastic on a device Balance beam for female students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 59, 11–27. <https://www.iasj.net/iasj/article/182617>
- Klaperski-van der Wal, S. (2022). Sport and exercise psychology and the UN's sustainable development goals: Reflections and suggestions. *Asian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2(3), 175–181. <https://doi.org/10.1016/j.ajsep.2022.06.004>

Liang, T. (2022). The Application of Sports Psychology to Physical Education. *OALib*, 09(11), 1–5. <https://doi.org/10.4236/oalib.11109446>

World Health Organization. (2023). *Sports psychology and human health* (p. 22).

Xingxing, Z. M. (2022). *The Sustainable Development of Psychological Education in Students' Learning Concept in Physical Education Based on Machine Learning and the Internet of Things. Sustainabilit.*