

# Journal of the Association of Arab Universities for Research in Higher Education (مجلة اتحاد الجامعات العربية (للبحوث في) التعليم العالي

Volume 43 | Issue 3

Article 3

2023

## مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجمناز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك

Ghada Mohammed Khasawneh  
Al-Yarmouk University - Jordan, ghada@yu.edu.jo

Khaled Mahmoud Alzyoud  
Al- Yarmouk University- Jordan, khalid.z@yu.edu.jo

Ameera Mohammad Magableh  
Ministry of Education, Jordan, Yrgu401@gmail.com

Follow this and additional works at: [https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jaaru\\_rhe](https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jaaru_rhe)

 Part of the [Education Commons](#), and the [Sports Studies Commons](#)

### Recommended Citation

Khasawneh, Ghada Mohammed; Alzyoud, Khaled Mahmoud; and Magableh, Ameera Mohammad (2023) "مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجمناز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك", *Journal of the Association of Arab Universities for Research in Higher Education (مجلة اتحاد الجامعات العربية (للبحوث في) التعليم العالي*: Vol. 43: Iss. 3, Article 3.

Available at: [https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jaaru\\_rhe/vol43/iss3/3](https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jaaru_rhe/vol43/iss3/3)

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in Journal of the Association of Arab Universities for Research in Higher Education (مجلة اتحاد الجامعات العربية (للبحوث في) التعليم العالي by an authorized editor. The journal is hosted on [Digital Commons](#), an Elsevier platform. For more information, please contact [rakan@aarj.edu.jo](mailto:rakan@aarj.edu.jo), [marah@aarj.edu.jo](mailto:marah@aarj.edu.jo), [u.murad@aarj.edu.jo](mailto:u.murad@aarj.edu.jo).

## مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مساقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك

### The Level of Social Support among Students Gymnastics Courses at Yarmouk University

**Ghada Mohamad Khasawneh\***

Faculty of Physical Education  
Yarmouk University, Jordan  
[ghada@yu.edu.jo](mailto:ghada@yu.edu.jo)

غادة محمود خصاونة

كلية التربية الرياضية  
جامعة اليرموك ، الأردن

**Khaled M. Alzyoud**

Faculty of Physical Education  
Yarmouk University, Jordan  
[Khalid.z@yu.edu.jo](mailto:Khalid.z@yu.edu.jo)

خالد محمود الزبود

كلية التربية الرياضية  
جامعة اليرموك ، الأردن

**Ameera Mohammad Magableh**

A teacher at Qafqafa Primary School  
Ministry of Education, Jordan  
[Yrgu401@gmail.com](mailto:Yrgu401@gmail.com)

أميرة محمد محمود مقابلة

معلمة في مدرسة قفقفا الأساسية  
وزارة التربية والتعليم ، الأردن

Received: 07/12/2022

Accepted: 09/02/2023

Published: 15/09/ 2023

#### Abstract

The article aimed to meet the level of social support provided to the students of gymnastics at the faculty of physical education at Yarmouk University. The study adopted the descriptive-analytic method. A questionnaire was applied on a random sample of (80) male and female students majoring in gymnastics levels (1+2) the results of the study showed that the levels of social support for the students of the faculty of physical education were high, arithmetic means for all levels of social support scale came out with high evaluation degrees. At first place came the field of support from collagens. In second place the field of support from teachers of gymnastics. In third place is the field of support from family. The study revealed that there were no static differences among students in the level of social support. According to the two variables of gender and course level. The study came out with a commendation on raising awareness among students' parents on the importance of providing social support to their sons and daughters morally and financially.

**Keywords:** Social support, Gymnastics Courses, Students.

#### المستخلص

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مساقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، اعتمدت الدراسة على الأسلوب الوصفي المسحي، وتم تطبيق الاستبانة على عينة عشوائية بلغت (80) طالباً وطالبة من طلبة مساقات الجمباز مستوى (تعليم وتدريب 1+2). أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى المساندة الاجتماعية لدى طلبة كلية التربية الرياضية جاء مرتفعاً، حيث أن المتوسطات الحسابية لجميع مجالات مقياس المساندة الاجتماعية جاءت بدرجة تقييم مرتفعة، حيث جاء بالمرتبة الأولى مجال المساندة من قبل الزملاء، وبالمرتبة الثانية مجال "المساندة من مدرسين مساقات الجمباز، وبالمرتبة الثالثة والأخيرة جاء مجال "المساندة من الأسرة، وكشفت الدراسة عدم وجود فروق إحصائية في مستوى المساندة الاجتماعية لدى الطلبة وفقاً لمتغيري الجنس ومستوى المساق، وأوصت الدراسة بالعمل على توعية أولياء أمور الطلبة بأهمية تقديم الدعم والمساندة الاجتماعية سواء المعنوية أم المادية لأبنائهم الطلبة.

الكلمات المفتاحية: الدعم الاجتماعي، مساقات الجمباز، الطلبة.

## مقدمة

يمر الفرد بمختلف مراحل عمره من طفولة ومراهقة وشيخوخة بالعديد من المشكلات والمعضلات التي تؤثر فيه سلباً، كالمشكلات المادية والسياسية والاجتماعية التي تعيق مسيرة حياته وتخفي بداخلها وجهاً خفياً قد يكون نفسياً أو اجتماعياً أو اقتصادياً أو صحياً، لذلك فالفرد بحاجة إلى إرساء قواعد الأمن والاستقرار وتدعيم مواطن القوة لديه.

وبما أن طلبة الجامعة يمثلون الركيزة الأساسية لمستقبل المجتمع ونهضته، فقد سعت المؤسسات التعليمية لأعداد الطالب الجامعي وتقديم الرعاية والتوجيه السليم له، لمساعدة على نمو شخصيته وتعزيز قدراته الذاتية في التعليم والتفكير واتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية، Al Musharraf, (2000).

وقد أدركت الكثير من الدول أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية، وسعت جاهدة إلى نشر الوعي والثقافة الرياضية بين الأطفال والشباب حتى تصبح الرياضة جزءاً من حياتهم، لا سيما بأن ممارسة النشاط الرياضي تعد عاملاً من العوامل المهمة والتي يمكن عن طريقها تشكيل مختلف قدرات الفرد البدنية والصحية والنفسية والاجتماعية والانفعالية، وذلك بما يتيح من فرص عملية للتعبير عن ذاته، وأنه يجد إشباعاً لرغباته فيها ومجالاً لتحقيق ميوله الخاصة وتنمية استعداداته الفطرية بأسلوب يرضى عنه المجتمع، ممّا يؤثر في تكامل شخصيته ونموها بصورة متزنة تؤثر بالتالي في تحسن حالته بشكل كامل بذاته (Al-Zyoud, & Al-Ali, 2015).

وبهذا الصدد تؤكد (Al Murad, 2009) أن برامج التربية الرياضية تعد من أهم الوسائل لتحقيق التنمية الاجتماعية للفرد، فالأنشطة الرياضية تتسم بالثراء، ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية، التي من شأنها إكساب الممارس للرياضة عدداً كبيراً من القيم والخبرات والخصائص الاجتماعية المرغوبة، التي تنمي الجوانب الاجتماعية في شخصيته، وتساعد في التطبيع والتنشئة الاجتماعية والتكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعاييرها الاجتماعية والأخلاقية.

ولرياضة الجمباز أهمية خاصة لأنها تعتبر الأساس للعديد من الرياضيات التي يتعلمها الطالب وتساعد في بنائه بديناً ونفسياً وعقلياً واجتماعياً ومهارياً وكذلك العمل الجماعي Abu (Ela & Aldroubi, 1986).

وأشارت كل من (Al-Khasawneh, & Salah, 2019) إلى اعتبار مساق الجمباز مجتمعاً صغيراً يجب فهمه والتعرف أكثر

على ظروف أفرادهم وثقافتهم من أجل تحسينه وتطويره لتجنب الأمور السلبية وتعزيز الايجابية.

ويمثل الأداء الحركي في رياضة الجمباز وفق (Ismail, 2004) أحد الجوانب المهمة في النشاط البدني الذي يقوم به الطالب، والذي يمكن أن يظهر مستوى أداء الطلبة فيه، والذي يتأثر بالعديد من العوامل التي قد تنعكس عليه سلباً أو إيجاباً على الطالب، ومنها عدم وجود الدعم والمساندة الاجتماعية لممارسي رياضة الجمباز، والذي يعد من العوامل المؤثرة المهمة على أداء الطالب وتعزيز إقباله على ممارستها.

وأكد كل من (Rateb, 2000)، (Sukkar 2002)، (Mokhtar, 1998) و (Abdel Qader, 2005) إلى أهمية الدعم الاجتماعي وخاصة لطلاب المرحلة الجامعية بشكل خاص لما يتعرضون له من خبرات حياتية مرتبطة بطبيعة وظروف الحياة الجامعية حتى يتمكنوا من تحقيق النجاح المطلوب والقيام بأدوارهم المستقبلية بكفاءة وفاعلية.

ويشير (Al-Rousan, 1998) إلى أن العديد من الدراسات التي تؤكد إن مشكلات الطلاب الجامعيين لا ترجع إلى نوع تخصصهم التي يدرسونها وإنما إلى طريقة الدعم الاجتماعي. ومن خلال الدعم الاجتماعي كما يؤكد (Shirazi, 2012) يكون باستطاعة الطالب الجامعي التكيف مع ضغوطات الحياة الجامعية.

وتكمن أهمية الدعم الاجتماعي في دورها الهام في حياة الفرد عبر مراحل عمره من الطفولة إلى الشيخوخة ويشكل الدعم جزءاً كبيراً من هويته وشخصيته، سواء كان ذكراً أو أنثى، ويؤثر بطريقة مباشرة في سعادة الفرد ورفاهيته والرضا عن ذاته ومجتمعه (Dolber, 2000).

كما يزيد الدعم والاعون الاجتماعي من قدرة الفرد على حل المشكلات ومقاومة الأزمات والتغلب على الصدمات فيصبح الشخص واثقاً من نفسه قادراً على تقديم المساعدة للآخرين (bowl by, 1980).

وتتنوع مصادر الدعم والمساندة، فشكل الدعم قد يختلف حسب الجهة التي تقدمه، فمثلاً: دعم الأهل والأصدقاء والأقارب يعتبر دعماً عاطفياً، في حين أن ما يقدمه الزملاء في العمل يسمى دعماً أدائياً فهو يقلل من مطالب وضغط العمل كأن يؤدي أحدهم عملاً بدلاً عن شخص آخر (halbesleben, 2006).

وبناء على ذلك يرى الباحثون أن الدعم والاعون الاجتماعي يمثل مصدراً رئيساً للاستقرار والأمن سواء للألعاب الجماعية أم الفردية، كرياضة الجمباز التي تم تناولها في هذه الدراسة لما

- تحتاجه من متطلبات جسدية وعقلية واجتماعية ونفسية كونها تتميز بصعوبة الحركات وتسلسلها، ولكونها محكومة بمسارات حركية مختلفة الصعوبة، وتعتمد على الربط بين الإدراك العقلي والأداء الحركي ويعتبر الكثير من الطلبة المسجلين في مسابقات الجيمبار إجبارية عبء شاق عليهم بالرغم من حميم الشديده والخفي لها.
- مشكلة الدراسة**
- إن ممارسة رياضة الجيمبار تواجه العديد من الصعوبات التي حالت دون انتشار هذه الرياضة في المجتمع كما في باقي الألعاب الرياضية، ومن بين هذه الصعوبات عدم توفر الصالة والأدوات اللازمة لممارستها، وصعوبة تطبيق مهارات رياضة الجيمبار ونقص عوامل الأمن والسلامة، وضعف الوعي العام لأهمية هذه الرياضة بالنسبة للجنسين، بالإضافة مواجهة العديد من المشكلات الاجتماعية مثل الاستسلام والخجل، والتعرض للسخرية والتهكم، وفقدان الدعم والعون والسند (Shehata & Shazly, 2010).
- بالإضافة إلى أن شح الدراسات والأبحاث التي تناولت موضوع الدعم الاجتماعي المقدم لطلبة مسابقات الجيمبار (حسب اطلاع الباحثين)، عزز من رغبتهم لدراسة تأثير الدعم الاجتماعي الذي يتلقوه الطلبة من (الزملاء والأسرة وأعضاء هيئة التدريس) على أدائهم في مسابقات الجيمبار، بغية تحفيز ومؤازرة الطلبة، وللتغلب على الصعوبات والمعوقات التي قد تمثل أحد أهم العوامل المؤثرة على أداء وإنتاجية الطلبة سواء أكاديمياً أم رياضياً، لذلك كان لا بد من تسليط الضوء على أهمية تقديم الدعم الاجتماعي للطلبة بكافة أشكاله ومصادره، ومن هنا برزت مشكلة الدراسة في محاولة للكشف عن مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجيمبار في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.
- أهمية الدراسة**
- تكمن أهمية الدراسة في مجتمع الدراسة حيث كانت العينة طلبة كلية التربية الرياضية كطلبة جامعيين، وأن هذه الفئة في المجتمع تعاني من ضغوط اجتماعية ومادية كبيرة ومنها النقلة النوعية من مجتمع معين وزملاء من نفس البيئة إلى مجتمع واسع يضم مختلف البيئات، وهذا يتطلب منا الاهتمام والدعم والرعاية لمساعدتهم على التكيف مع ضغوط الحياة الجامعية (Magablh, 2020).
- تعد هذه الدراسة من الدراسات القليلة - حسب اطلاع الباحثين- التي تناولت تأثير الدعم الاجتماعي على أداء طلبة كلية التربية الرياضية المسجلين في مسابقات الجيمبار حيث .
- من المتوقع أن تسلط هذه الدراسة الضوء على مشكلات الطلبة (نقص أدوات الأمن والسلامة، ضعف في العلاقات الاجتماعية، القلق والخوف من الإصابة أو الفشل. وما إلى ذلك)، في مثل هذا النوع من المسابقات، والذي يتميز بالصعوبة والخطورة خلال أداء الحركات الرياضية.
- إحاطة المدربين والمعلمين والأسر والزملاء بضرورة تقديم الدعم الاجتماعي للطلبة ومساندتهم اجتماعياً ونفسياً ومادياً، خصوصاً أن التشجيع والمؤازرة منهم تعزز من قدرات الطالب الرياضية وتحسن من أدائه الأكاديمي.
- قد تفيد المسؤولين وصانعي القرار وكل من له علاقة بالقطاع التعليمي في تنمية البرامج الاجتماعية المثلى التي توفر المزيد من الدعم والمؤازرة للطلبة.
- قد تفيد الطلبة في تنمية قدراتهم ومهاراتهم على تعميق شبكاتهم الاجتماعية في الجامعة المتمثلة في الزملاء والمدربين للحصول على دعم مكثف.
- قد تفيد في إثراء المكتبة العربية كنواة للمزيد من الأبحاث في هذا المجال.
- أهداف الدراسة**
- 1- التعرف إلى مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجيمبار في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.
- 2- التعرف إلى الفروق الإحصائية لمستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجيمبار في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك تبعاً لمتغيري الجنس ومستوى المساق.
- تساؤلات الدراسة**
- 1- ما مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجيمبار في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك؟
- 2- هل هناك فروق ذات الدلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) لمستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجيمبار لمتغيري الجنس ومستوى المساق؟
- حدود الدراسة**
- الحدود البشرية: طلبة كلية التربية الرياضية المسجلين في مسابقات الجيمبار.
- الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول 2021/2022
- الحدود المكانية: صالة الجيمبار في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.
- مصطلحات الدراسة**
- الدعم الاجتماعي: هو ذلك النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط والعلاقات التفاعلية مع الآخرين بشرط أن تكون طويلة المدى يمكن الاعتماد عليها والثقة بها (Caplan, 1981).

استخدمت الدراسة المقابلات وقد أشارت النتائج إلى أهمية الدعم الاجتماعي للتغلب على الاختلاف بين ممن يحصلون على الدعم الاجتماعي أو عدمه والتي ينبغي على المدرسين والمدرّبين الاهتمام بها .

وتشير دراسة (Munir & Assali, 2017) التي هدفت للتعرف إلى دور الدعم الاجتماعي بحصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي وقد بلغت عينة الدراسة (60) طالباً وقد استخدمت المنهج الوصفي والاستبيان كأداة لجمع البيانات، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدعم من قبل الزملاء لبعضهم البعض وبين نجاح حصة التربية الرياضية .

كما تناولت دراسة (Abdel-Haq, 2003) الصعوبات التي تواجه قسم التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية في مسابقات الجمناستك وقد استخدمت استبانة من خمس مجالات هي مجال الإمكانيات ومجال الأمن والسلامة ومجال المنهاج ومجال العوامل النفسية ومجال طريقة التدريس وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب وطالبة بطريقة عشوائية من قسم التربية الرياضية للذين أنهوا مساقى جمباز 1 وجمباز 2 وقد أظهرت النتائج وجود صعوبات في المجالات الخمس المذكورة بدرجات متفاوتة .

وأجرى (Adawi, 2016) دراسة هدفت للتعرف على المساندة النفسية وعلاقتها بمرود لاعبي كرة القدم وقد تكونت عينة الدراسة من (20) لاعب كرة قدم واستخدمت المنهج الوصفي واستبيان المساندة النفسية واستبيان خاص بالمرود، كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين المساندة النفسية وبين مرود لاعبي كرة القدم .

#### التعليق على الدراسات السابقة

في ضوء الاطلاع على الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة الحالية فقد اتضح التالي:

من حيث الهدف والمنهج: هناك دراسات هدفت إلى معرفة دور الدعم الاجتماعي على النشاط البدني وحصة التربية الرياضية والمرود الرياضي مثل دراسة كل من (Beter, 2005) (Dencan, 2006)،

(Munir & Assali, 2017) ، ودراسة (Adawi, 2016). بينما دراسة (Magdy, 2013) هدفت للتعرف إلى العلاقة بين الدعم الاجتماعي والتحصيل العلمي، في حين أن دراسة (Ross & Cohen, 1987) هدفت للتعرف إلى دور الدعم الاجتماعي في التخفيف من ضغوط الحياة، إما دراسة (Abdel-Haq, 2003)

الجمباز: هو رياضة فردية تحتوي على مهارات متنوعة ومتدرجة الصعوبة وتتطلب مواصفات بدنية ومهارية ونفسية وتؤثر بشكل مباشر على أعضاء الجسم وأجهزته وتسهم في تنمية اللاعب بدنياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً وانفعالياً (Shenouda & Farghali, 1999).

#### الاطار النظري والدراسات السابقة

في دراسة من (dunkcan, 2005) دراسة هدفت إلى الكشف عن تأثير الدعم الاجتماعي على النشاط البدني بين الأفراد وقد استخدم المنهج الوصفي والاستبانة أداة لجمع البيانات وقد تكونت عينة الدراسة من (372) طالباً وطالبة، وقد أظهرت النتائج وجود مستويات عالية من النشاط البدني لدى الطالب الذي يحصل على دعم اجتماعي كبير من أصدقائه كما أن الدعم المباشر من الآباء والأسرة يؤدي إلى ارتفاع جودة الأداء البدني للأفراد كما أظهرت وجود فروق بين الذكور والإناث فقد كان المستوى الأدائي للذكور أفضل من الإناث بغض النظر عن نوع الدعم المقدم أو مصدره .

وهدف دراسة (Magdy, 2013) للتعرف إلى العلاقة بين الدعم والمساندة الاجتماعية وتحصيل الطالب العلمي وقد استخدم المنهج الوصفي والاستبانة كأداة لجمع البيانات وقد تكونت عينة الدراسة من (101) من طلاب جامعيين وثانوية عامة واستخدمت مقياس الدعم والمساندة الاجتماعية للطلاب وقد كانت نتائج هذه الدراسة تتمثل في وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين أشكال الدعم كافة والمساندة الاجتماعية المقدمة وبين الدرجة الكلية للتحصيل العلمي.

كما هدفت دراسة (Ross & Cohen, 1987) للتعرف إلى دور الدعم والمساندة الاجتماعية كعامل وسيط في التخفيف من الأثر السلبي للضغوط الحياتية وقد استخدم المنهج الوصفي والاستبانة أداة لجمع البيانات وتكونت عينة الدراسة (139) طالباً وطالبة وتم استخدام مجموعه من المقاييس منها استبانة أحداث الحياة الضاغطة لهولمز وراهي واختبار إدراك المساندة الاجتماعية لممارسين آخرين وقد نتج عن الدراسة وجود دور للدعم الاجتماعي كعامل ملطف وواقٍ من وقع أحداث الحياة الضاغطة بالإضافة إلى التأثير الإيجابي للدعم الاجتماعي على الصحة النفسية .

وفي دراسة (Beter, 2006) التي هدفت للتعرف إلى الدعم والمساندة الاجتماعية لدى المتفوقين في الألعاب في الجامعة وقد استخدم المنهج الوصفي والاستبانة أداة لجمع البيانات وقد تكونت عينة الدراسة من (8) طلبة جامعيين، وقد

كما يعرف: بأنها العوامل المحفزة والمساعدة التي تجعل الفرد قادر على مواجهة الأحداث الخارجية غير المتوقعة ووقاية الشخص من الأمراض النفسية والمرضية (Bolger, 2000).

#### مصادر الدعم الاجتماعي

تتعدد مصادر أو شبكات الدعم الاجتماعي وتتنوع حسب تنوع الحاجة للدعم وحسب تنوع الظروف المحيطة بالفرد، لكنها بالمجمل كما يقدمها (halbesleben, 2006) تنقسم إلى قسمين رئيسين هما:

- مصادر رسمية مثل المؤسسات والأندية ودور العبادة والأطباء.

- مصادر غير رسمية مثل الأهل والأصدقاء.

ويعد الدعم القادم من المدرسين والمساهمين في القطاع التعليمي هاما في تطوير صحة الطلبة، وينمي الشعور بالاستقرار، وعدم الخوف والقلق، مما يولد علاقة وطيدة بين الطرفين (Karen, 2003).

إما غياب مصادر الدعم سواء كان عاطفي أو وجداني أو وظيفي قد يؤثر سلبا على الفرد ويصبح مؤثر ودليل على الانعزال والتوتر والبعد عن الشبكات الاجتماعية والثقافية (Aranda, 2001).

#### أهمية الدعم الاجتماعي

يمكن القول أن الدعم الاجتماعي يؤدي دورا مهما في حياة الفرد عبر مراحل عمره من الطفولة إلى الشيخوخة وبشكل جزء كبير من هويته وشخصيته، سواء كان ذكر أو أنثى ويؤثر بطريقة مباشرة في سعادة الفرد ورفاهيته والشعور بالرضا عن ذاته ومجتمعه (Dolbier, 2000).

كما تزيد من قدرة الفرد على حل المشكلات ومقاومة الأزمات والتغلب على الصدمات والأمراض فيشعر بالمودة مع الآخرين ويصبح ذلك الشخص الواثق من نفسه بحيث يقوم في النهاية بتقديم المساعدة للآخرين (Bowlby, 1980).

#### العلاقة بين الدعم الاجتماعي وأداء الطالب الجامعي

يقوم الدعم الاجتماعي بعمل ذي مغزى كبير كمصدر للتوافق الاجتماعي والأكاديمي والعلمي عند الطالب الجامعي فيشعر أنه محبوب لدى الآخرين وذو قيمة وتقدير وتوفر حالة من الاستقرار في أدائه العلمي والعملية، كما أن الدعم يمد الطالب بالمساعدة المالية الملموسة وتقديم المشورة مما يعطي الطالب شعور بالانتماء لجامعته فيصل إلى التفوق والنجاح (Wills, 2012).

ويؤكد كل من (brownwell & shumake, 2011) أن دور الدعم الاجتماعي يعزز ثقة الطالب بنفسه ويعمق الروابط مع

هدفت لمعرفة الصعوبات التي تواجه طلبة مساقات الجمناستيك، وهدفت الدراسة الحالية التعرف إلى مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مساقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.

من حيث المنهج: يلاحظ أن جميع الدراسات السابقة اعتمدت على المنهج الوصفي والتي تشابهت مع الدراسة الحالية.

من حيث العينة: اختلفت عينات الدراسة في الدراسات السابقة وان اتفقت بعضها فقد اختلف البعض الآخر فمنها من تناول الطلبة في الدراسة ذكور وإناث في جميع الدراسات السابقة ما عدا دراسة (Adawi, 2016) التي تناولت لاعبي كرة قدم من الذكور فقط. فقد تراوح حجم العينة من (8 – 372) لجميع الدراسات السابقة، أما الدراسة الحالية استخدمت عينة قوامها (80) طالب وطالبة.

من حيث الأدوات: تعددت مقاييس وأدوات الدراسات السابقة حسب متغيرات كل دراسة (الأهداف وحجم العينة) وان اتفقت غالبيتها على استخدام الاستبانة لجمع البيانات مثل: دراسة (Adawi, 2016)، (Magdy, 2013)، ودراسة (Munir & Assali, 2017)، (Abdel-Haq, 2003)، ودراسة (Dencan, 2005) وقد تشابهت جميع الدراسات السابقة في المنهج المستخدم، بينما اختلفت الدراسة الحالية عن دراسة (Beter, 2006) التي استخدمت المقابلات.

#### الإطار النظري

يعد الدعم الاجتماعي المقدم لممارسي رياضة الجمباز من أهم العوامل المساعدة في تحقيق الانجاز الرياضي، لما لهذا النوع من الرياضات من خصوصية تتمثل بخطورة ممارستها وحاجتها إلى أدوات وأجهزة وتوفر عوامل امن وسلامة تراعي الجوانب الصحية للممارسين، ولا شك إن تقديم الدعم والاعون الاجتماعي للطلبة والممارسين لها من قبل المدرسين والمدربين والزملاء والأسرة، يعد عنصرا مهماً في تمكين الفرد من التفوق والإبداع في هذا النوع من الأنشطة الرياضية.

#### مفهوم الدعم الاجتماعي

يمكن تعريف الدعم الاجتماعي بأنه المساعدات التي يتلقاها الفرد من الآخرين ويحصل من خلالها على مختلف أنواع الرعاية المادية والمعنوية والعاطفية والاجتماعية حتى يتمكن من تحقيق ذاته وطموحاته وبالتالي تحقيق السعادة لنفسه وللآخرين (Abdel-Moatal, 2001)

الأخرين وينمي قدرته على مواجهة مطالبه الحياتية وتحقيق أداء متقن.

#### رياضة الجمباز

تعد رياضة الجمباز من الرياضات القديمة التي تعتمد على المجهود العضلي بصورة كبيرة وتشمل حركات متعددة مثل التدرج والقفز والحركات المهلوانية وقد ظهرت فعليا في أوائل القرن التاسع عشر الميلادي وبدأت في الانتشار بالمدارس والأندية الرياضية في كل أنحاء أوروبا ودخلت الألعاب الأولمبية عام 1896 م في أثينا وكانت تعرف في ذلك الوقت بالجمباز الفني ثم تطورت اللعبة وأصبح اسمها الجمباز الحديث.

#### تعريف الجمباز

يعرفه (Youssef, 2010) بأنه مجموعة من الحركات ذات أشكال مختلفة وبدايات ونهايات متنوعة تبعا لصعوبة الحركة وترابطها وتنسيق الحركات مع بعضها بعضاً.

#### ماهية الجمباز

يعد الجمباز أحد الأنشطة الفردية حيث يشترك الفرد بمفرده ويعتمد على قدراته في انجاز الواجب المهاري على أحد أجهزة الجمباز، بالإضافة إلى أن الجمباز الإيقاعي الزوجي أو الجماعي للجنسين يتم مقارنة أداء فرد مع آخر، وبالتالي تقييم النتائج من خلال المنافسات (Shehata, 2003).

#### الخصائص التي يتميز فيها الجمباز

الجمباز كرياضة مميزة لا بد أن يكون لها خصائص تتميز بها كأى رياضة أخرى وتميزها يعود إلى شروط وقوانين هذه اللعبة، بالإضافة إلى أجهزة الجمباز فلكل جهاز قوانينه الخاصة فيه، ويمكن أن نحدد خصائص ومميزات الجمباز بما يلي:

1. تؤدي رياضة الجمباز وفق قواعد معينة ويجب الإلمام بها وإدراكها.
2. تتطلب المزيد من التوافق العضلي العصبي الذي يزيد من درجة مهارة اللاعب.
3. صعوبة التمرينات والحركات على الأجهزة (Kashif, 1987).

#### أهمية وفوائد رياضة الجمباز

كما أشار (Abdel-Haq, 2006) إلى أن الجمباز يساعد على الإدراك الحس حركي بصورة عامة فالناحية الجمالية تعطي انطباع جيد لدى الحكام والمشاهدين. ويهتم الجمباز بالنواحي الصحية ويعمل على مقاومة الأمراض فممارسة الجمباز يساعد على تحسين وتنظيم حياة الفرد اليومية من أكل ونوم وعمل يومي من خلال استغلال أوقات الفراغ والشعور بالسعادة عند اللاعبين (Abdul Razzaq, 2013).

#### منهجية الدراسة

##### منهج الدراسة

استخدمت الباحثون المنهج الوصفي المسحي، نظر لملاءمته لطبيعة وأهداف الدراسة.

##### مجتمع الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع الطلبة المسجلين في مسابقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، خلال الفصل الدراسي الأول 2021/ 2020، والبالغ عددهم (325) طالباً وطالبة، حسب دائرة القبول والتسجيل.

##### عينة الدراسة:

بلغ عينة الدراسة (80) طالباً وطالبة من طلبة مسابقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، الجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيري (الجنس، مستوى مساق الجمباز).

الجدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيري (الجنس، مساق الجمباز)

المتغير	المستوى	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	40	50.0
	أنثى	40	50.0
	المجموع	80	100.0
مستوى مساق جمباز	جمباز (1)	23	28.8
	جمباز (2)	57	71.3
	المجموع	80	100.0

#### أداة الدراسة

تم بناء وتصميم أداة الدراسة من خلال مراجعة الإطار النظري والمراجع والدراسات السابقة التي لها علاقة بموضوع الدراسة، حيث تم بناء الاستبيان وتحديد المحاور وكتابة الفقرات لكل محور، ومن ثم تم التحقق من الشروط العلمية للأداة من خلال ما يلي:

##### صدق الأداة:

تم التحقق من صدق أداة الدراسة بعرضها على عدد من المختصين والمحكمين من أعضاء الهيئات التدريسية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، وذلك للتحقق من:

- 1) دقة وسلامة الصياغة اللغوية.
- 2) معرفة انتماء الفقرات للمجال الذي تندرج تحته.
- 3) إضافة أو تعديل الفقرات لكل مجال.
- 4) تحديد مدى صلاحية فقرات الأداة وتحقيقها للهدف الذي بنيت من أجله.

والملاحق رقم (2) يوضح أداة الدراسة بصورتها النهائية.

ثبات الأداة وثبات التطبيق:

للتأكد من ثبات الأداة تم توزيع أداة الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (20) طالباً وطالبة من خارج عينة الدراسة مرتين بفارق زمني مدته (أسبوعين) واستخراج معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) بين دراجاتهم في جميع محاور الأداة في المرتين، حيث أن جميع معاملات الارتباط بين التطبيقين لمحاور الأداة والأداة ككل كانت قيم دالة إحصائياً وهذا يدل على ثبات التطبيق للدراسة، كما تم تطبيق معادلة كرونباخ ألفا (Chronbach Alpha) على التطبيق الأول للعينة فقرات محاور الأداة، كما هو مبين في جدول (2).

الجدول (2): معاملات ارتباط بيرسون ومعاملات كرونباخ ألفا بين محاور الأداة بين درجات أفراد العينة الاستطلاعية في التطبيقين

المحور	معامل الارتباط	معامل كرونباخ ألفا
محور الزملاء	0.77*	0.834
محور المدرسين	0.69*	0.878
محور الأسرة	0.72*	0.879
الأداة ككل	0.79*	0.891

يظهر من الجدول (2) أن معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة الاستطلاعية في التطبيقين لمحاور الأداة تراوحت بين (0.69-0.77) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ )، وكما بلغت قيمة معامل الارتباط بين تطبيقين الأداة ككل (0.79) وهي قيمة دالة إحصائياً، مما يدل على ثبات الأداة. كما يظهر من الجدول رقم (2) أن معاملات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمحاور الأداة تراوحت ما بين (0.834-0.891) وجمعها قيم مرتفعة ومقبولة لأغراض التطبيق أيضاً؛ إذ أشارت معظم الدراسات إلى أن نسبة قبول معامل الثبات (0.60).

تعديل المقياس:

لتحليل بيانات الدراسة والإجابة عن أسئلتها تم الاعتماد على مقياس ليكرت الخماسي في الإجابة عن فقرات أداة الدراسة وذلك حسب الدرجة المبينة في الجدول المبين أدناه وذلك لتفسير المتوسطات الحسابية لتقديرات إجابات المبحوثين على كل فقرة من فقرات الاستبانة وعلى كل محور من محاور أداة الدراسة:

مقياس ليكرت الخماسي

الدرجة	5	4	3	2	1
مستوى الموافقة	موافق بشده	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشده

أما فيما يتعلق بالحدود التي اعتمدها هذه الدراسة عند التعليق على المتوسط الحسابي للمتغيرات الواردة في نموذج الدراسة لتحديد درجة الموافقة فقد حدد الباحثون ثلاث مستويات هي (مرتفع، متوسط، منخفض) بناءً على المعادلة الآتية:

طول الفترة = (الحد الأعلى للبدل - الحد الأدنى للبدل) / عدد المستويات

(1-5)/3 = 3/4 = 1.33 وبذلك تكون المستويات كالتالي:

- درجة موافقة منخفضة من 1.00- أقل من 2.33.
- درجة موافقة متوسطة من 2.33- أقل من 3.66.
- درجة موافقة مرتفعة من 3.66-5.

متغيرات الدراسة

- المتغير المستقل: الجنس: وله مستويان ذكر وانثى؛ مستوى المساق: وله مستويان مساق 1 + مساق 2
- المتغير التابع: استجابات عينة الدراسة على مقياس الدعم الاجتماعي.

أساليب المعالجة الإحصائية:

لتحقق أهداف الدراسة والإجابة عن أسئلتها تم إدخال البيانات لبرنامج (SPSS) واستخدام المعالجة الإحصائية الآتية:

- 1- معادلة كرونباخ ألفا، ومعامل الارتباط بطريق بيرسون: للتحقق من ثبات أداة الدراسة وثبات تطبيقها.
- 2- التكرارات والنسب المئوية: للتعرف على توزيع أفراد العينة تبعاً للعوامل الديموغرافية.
- 3- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية: للتعرف على مستوى إجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات أداة الدراسة.
- 4- نتائج تطبيق اختبار (T-Test) على محاور الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغيري الجنس ومستوى مساقات الجميزاز.

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرض نتائج الدراسة التي تهدف إلى التعرف على مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مساقات الجميزاز في كلية الرياضية في جامعة اليرموك، ويتم ذلك من خلال الإجابة على أسئلة الدراسة، وفيما يلي عرض النتائج: أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مساقات الجميزاز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك؟

تمت الإجابة عن هذا السؤال من خلال استخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة

الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، قد تراوحت ما بين (4.15-4.27) بمستوى تقييم مرتفع لجميع المحاور، جاء في المرتبة الأولى محور الزملاء بمتوسط حسابي (4.27)، وفي المرتبة الثانية جاء محور المدرسين بمتوسط حسابي (4.20)، وجاء في المرتبة الثالثة والأخيرة محور الأسرة بمتوسط حسابي (3.45)، وبلغ المتوسط الحسابي للأداة ككل (4.21) بمستوى مرتفع، مما يدل على أن هناك مستوى مرتفعاً من الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.

كما قام الباحثون باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات كل محور من محاور أداة الدراسة بشكل منفرد، وذلك على النحو الآتي:

الدراسة عن محاور أداة الدراسة والأداة ككل، الجدول رقم (3) يوضح ذلك.

جدول (3) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن محاور أداة الدراسة والأداة ككل مرتبة تنازلياً وفقاً للمتوسط الحسابي

الرتبة	الرقم	المحور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقييم
1	1	محور الزملاء	4.27	0.53	مرتفع
2	2	محور المدرسين	4.20	0.62	مرتفع
3	3	محور الأسرة	4.15	0.79	مرتفع
		الأداة ككل	4.21	0.53	مرتفع

يظهر من الجدول (3) أن الأوساط الحسابية لإجابات أفراد العينة عن مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات

#### المحور الأول: الزملاء

جدول (4) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور الزملاء مرتبة تنازلياً وفقاً للمتوسط الحسابي

الرتبة	الرقم	الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقييم
1	7	تنافس الزملاء في إبراز قدراتهم داخل قاعة الجمباز يشجعي على المشاركة لإبراز قدراتي أمامهم.	4.51	0.76	مرتفع
2	1	اشعر بوجود مساندة حقيقية (التدريب، التعلم، تصحيح الأخطاء) من الزملاء في محاضرات الجمباز.	4.50	0.70	مرتفع
3	3	يشاركوني زملائي في حل المشكلات التي تواجهني خلال تنفيذ حركات الجمباز.	4.41	0.75	مرتفع
3	4	وجود زملائي جانبي يحقق لي الشعور بالاطمئنان.	4.41	0.85	مرتفع
5	10	عند حاجتي يدعموني بالمعلومات للاستفادة منها.	4.39	0.83	مرتفع
6	8	أتلقي منهم المديح عند تحقيق أفضل النتائج.	4.38	0.78	مرتفع
7	11	يقدمون لي النصح والإرشاد من لتحسين أدائي الرياضي.	4.30	0.94	مرتفع
8	6	يصارحوني زملائي عن أخطائي بأدب وذوق.	4.29	0.85	مرتفع
9	9	أجد الدعم والعون في أوقات الشدة من زملائي الطلبة.	4.22	0.96	مرتفع
10	12	أبادل معهم بعض الأدوات الرياضية دون تردد.	4.21	1.00	مرتفع
11	2	يستمعون لي زملائي جيداً إذا أردت أن أتحدث عن مشاعري فيما يخص صعوبة مسابقات الجمباز.	4.17	0.76	مرتفع
12	5	يشاركوني متابعة بطولات الجمباز.	3.46	1.30	متوسط
		محور الزملاء ككل	4.27	0.53	مرتفع

على المشاركة لإبراز قدراتي أمامهم، بوسط حسابي (4.51) ومستوى تقييم مرتفع، وبالمرتبة الثانية الفقرة رقم (1) ونصها: اشعر بوجود مساندة حقيقية (التدريب، التعلم، تصحيح الأخطاء) من الزملاء في محاضرات الجمباز، بوسط حسابي

يوضح الجدول (4) أن الأوساط الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور الزملاء تراوحت ما بين (3.46-4.51)، حيث جاءت بالمرتبة الأولى الفقرة رقم (7) ونصها: تنافس الزملاء في إبراز قدراتهم داخل قاعة الجمباز يشجعي

(4.50) ومستوى تقييم مرتفع، في حين جاءت بالمرتبة الأخيرة  
الفقرة رقم (5) ونصها: يشاركوني متابعة بطولات الجمباز،  
بوسط حسابي (3.46) ومستوى تقييم متوسط، وبلغ الوسط  
الحسابي لمحور الزملاء ككل (4.27) بمستوى تقييم مرتفع.

#### المحور الثاني: المدرسين.

جدول (5) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور المدرسين مرتبة تنازليا وفقاً للمتوسط الحسابي

الرتبة	الرقم	الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقييم
1	1	أُتلقى تقديراً واحتراماً من مدرسي الجمباز في كلية التربية الرياضية	4.70	0.52	مرتفع
2	9	يبادر مدرس المساق إلى مساعدتي عند تعرضي لأي مشاكل	4.43	0.94	مرتفع
3	10	يهتم مدرسو الجمباز على تقديم مهارات رياضة الجمباز بطريقة ممتعة ومميزة	4.38	0.86	مرتفع
4	7	أشعر بالرضا في حال وجود المدرس والمساعد في مساق الجمباز	4.37	0.75	مرتفع
4	11	يحرص مدرس مساق الجمباز في كلية التربية الرياضية على توفير عوامل الأمن والسلامة خلال ممارسة رياضة الجمباز	4.37	0.94	مرتفع
6	2	أُتلقى تشجيعاً وإعادة الثقة بنفسني من مدرسي الجمباز	4.33	0.90	مرتفع
7	3	أُتلقى نصائح وتوجيهات من مدرس مساق الجمباز في الكلية خصوصاً من طرف مدرسي الجمباز	4.30	0.85	مرتفع
8	4	أُتلقى دعماً عاطفياً من مدرسي الجمباز في كلية التربية الرياضية	4.24	0.96	مرتفع
8	15	يركز مدرسو الجمباز على الدور الصحي والبدني في ممارسة رياضة الجمباز	4.24	1.09	مرتفع
10	5	مدرس الجمباز لا يلومني ولا يعرضني للإحراج أمام زملائي الطلبة في حال ارتكابي لخطأ أثناء التدريب (المحاضرة)	4.21	1.01	مرتفع
11	13	تنوع المدرسين للأنشطة والمهارات الرياضية والفعاليات يدفعني للمشاركة في رياضة الجمباز	4.20	0.92	مرتفع
12	12	يقوم أعضاء هيئة التدريس في الكلية بزيادة وعي الطلبة بأهمية ممارسة رياضة الجمباز وفوائدها الصحية والنفسية والاجتماعية	4.17	1.05	مرتفع
13	8	أجد نفسي محاطاً بمدرسي أثناء مروري بمشاكل أو أزمات	4.11	1.07	مرتفع
14	14	يستخدم مدرسو الجمباز التقنيات التعليمية الحديثة (شاشة العرض، فيديو ..) لتشجيع الطلبة على ممارسة رياضة الجمباز	3.57	1.46	متوسط
15	6	يتم توبيخي من قبل مدرس الجمباز في حال ارتكابي لخطأ أثناء التدريب (المحاضرة)	3.39	1.49	متوسط
محور المدرسين ككل					
			4.20	0.62	مرتفع

مساعدتي عند تعرضي لأي مشاكل، بوسط حسابي (4.43) ومستوى تقييم مرتفع، في حين جاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة رقم (6) ونصها: يتم توبيخي من قبل مدرس الجمباز في حال ارتكابي لخطأ أثناء التدريب (المحاضرة)، بوسط حسابي (3.39) ومستوى تقييم متوسط، وبلغ الوسط الحسابي لمحور المدرسين ككل (4.20) بمستوى تقييم مرتفع.

يوضح الجدول (5) أن الأوساط الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور المدرسين تراوحت ما بين (3.39-4.70)، حيث جاءت بالمرتبة الأولى الفقرة رقم (1) ونصها: أُتلقى تقديراً واحتراماً من مدرسي الجمباز في كلية التربية الرياضية، بوسط حسابي (4.70) ومستوى تقييم مرتفع، وبالمرتبة الثانية الفقرة رقم (9) ونصها: يبادر مدرس المساق إلى

## المحور الثالث: الأسرة

جدول (6) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور الأسرة مرتبة تنازلياً وفقاً للمتوسط الحسابي

الرتبة	الرقم	الفقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقييم
1	1	توفر الأسرة الملابس الرياضية اللازمة لممارسة رياضة الجمباز.	4.33	1.11	مرتفع
2	5	يساعدني إخواني وأخواتي عندما احتاج إلى المساعدة في تقديم أفضل ما لدي عند تنفيذ حركات الجمباز.	4.29	0.92	مرتفع
3	11	أجد اهتماماً من أسرتي عند تعرضي لإصابة أو ضائقة مالية.	4.26	1.08	مرتفع
4	6	تعمل أسرتي على توفير كل ما يلزمي أدوات الجمباز.	4.25	1.01	مرتفع
5	10	تشجعني أسرتي على مشاهدة البرامج الرياضية في التلفاز وتشجعني على المشاركة بالأنشطة الرياضية.	4.22	1.01	مرتفع
6	4	أشعر بالراحة عندما اطلب المساعدة من أسرتي لمساندتي في ممارسة رياضة الجمباز.	4.20	1.13	مرتفع
7	9	تشجيع ومكافأة الأسرة لي عند تحقيق أنجاز رياضي.	4.13	1.05	مرتفع
8	2	تسمح الأسرة بممارسة رياضة الجمباز (التدريبات، البطولات) بعد أوقات اليوم الدراسي	4.08	1.19	مرتفع
9	7	يساعدني والداي وأقاربي في حل بعض المشكلات التي تعترضني أثناء التدريب على مهارات الجمباز.	4.07	1.10	مرتفع
10	3	تشجعني الأسرة على ممارسة رياضة الجمباز.	4.05	1.26	مرتفع
11	8	اهتمام الأسرة في رياضة الجمباز أكثر من الألعاب الأخرى.	3.80	1.43	مرتفع
محور الأسرة ككل					
			4.15	0.79	مرتفع

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: هل هناك فروق إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين تقديرات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجمباز لمتغيري الجنس ومستوى المساق؟ تمت الإجابة عن هذا السؤال من خلال استخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن جميع محاور أداة الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغيري (الجنس، مستوى المساق)، كما تم تطبيق اختبار (Independent Samples T-Test) على محاور الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغيري (الجنس، مستوى المساق)، وفيما يلي عرض النتائج:

يوضح الجدول (6) أن الأوساط الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور الأسرة تراوحت ما بين (3.80-4.33) بمستوى تقييم مرتفع لجميع الفقرات، حيث جاءت بالمرتبة الأولى الفقرة رقم (1) ونصها: توفر الأسرة الملابس الرياضية اللازمة لممارسة رياضة الجمباز، بوسط حسابي (4.33) ومستوى تقييم مرتفع، وبالمرتبة الثانية الفقرة رقم (5) ونصها: يساعدني إخواني وأخواتي عندما احتاج إلى المساعدة في تقديم أفضل ما لدي عند تنفيذ حركات الجمباز، بوسط حسابي (4.29) ومستوى تقييم مرتفع، في حين جاءت بالمرتبة الأخيرة الفقرة رقم (8) ونصها: اهتمام الأسرة في رياضة الجمباز أكثر من الألعاب الأخرى، بوسط حسابي (3.80) ومستوى تقييم مرتفع، وبلغ الوسط الحسابي لمحور الأسرة والأصدقاء ككل (4.15) بمستوى تقييم مرتفع.

## متغير الجنس

جدول (7) نتائج تطبيق اختبار (Independent Samples T-Test) على محاور الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغير الجنس

الدلالة الإحصائية	T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس	المحور
0.49	0.70	0.45	4.23	ذكر	محور الزملاء
		0.59	4.31	أنثى	
0.34	0.97	0.63	4.13	ذكر	محور المدرسين
		0.60	4.26	أنثى	
0.40	0.85	0.62	4.07	ذكر	محور الأسرة
		0.91	4.22	أنثى	
0.31	1.02	0.47	4.14	ذكر	الأداة ككل
		0.59	4.27	أنثى	

لمتغير الجنس، حيث كانت قيم (T) لجميع محاور أداة الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغير الجنس غير دالة إحصائياً.

يظهر من الجدول (7) عدم وجود فروق إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين تقديرات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجمباز

## متغير مستوى المساق

جدول (8) نتائج تطبيق اختبار (Independent Samples T-Test) على محاور الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغير مستوى المساق

الدلالة الإحصائية	T	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مستوى المساق	المحور
0.53	0.63	0.58	4.21	جمباز (1)	محور الزملاء
		0.51	4.29	جمباز (2)	
0.23	1.21	0.45	4.35	جمباز (1)	محور المدرسين
		0.66	4.15	جمباز (2)	
0.21	1.26	0.55	4.35	جمباز (1)	محور الأسرة
		0.85	4.09	جمباز (2)	
0.38	0.89	0.44	4.30	جمباز (1)	الأداة ككل
		0.56	4.18	جمباز (2)	

## المحور الأول: الزملاء

يوضح الجدول (4) أن الأوساط الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور الزملاء تراوحت ما بين (3.46-4.51)، وبلغ الوسط الحسابي لمحور الزملاء ككل (4.27) بمستوى تقييم مرتفع.

وقد يعزى ذلك إلى شبكة العلاقات الاجتماعية التي يتمتع بها الطالب في كلية التربية الرياضية، نظراً لوجوده ضمن جماعة الزملاء خلال انخراطه وتدرجه في المسابقات العملية والنظرية المختلفة، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على تكيف الطالب مع البيئة الجامعية، وتمكنه من مشاركة زملائه مشاعر القلق والخوف من تنفيذ الحركات الرياضية فطبيعة مهارات الجمباز تتطلب وجود مساعدة الطلاب لبعضهم البعض في عمليات

يظهر من الجدول (8) عدم وجود فروق إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) بين تقديرات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجمباز لمتغير مستوى المساق، حيث كانت قيم (T) لجميع محاور أداة الدراسة والأداة ككل تبعاً لمتغير مستوى المساق غير دالة إحصائياً.

## مناقشة النتائج

أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك؟

المهارة، من خلال تنمية معارفهم بأهمية الرياضة عموماً ورياضة الجمباز خصوصاً، وفوائدها الصحية والنفسية والاجتماعية عليهم، وبالوقت نفسه تعزيز وتحفيز الطلبة على الإقدام على تنفيذ المهارات الرياضية وحركات الجمباز دون خوف وقلق، لا سيما أن رياضة الجمباز من الألعاب الرياضية التي تحتاج لتعزيز ثقة الطالب بنفسه، وهذا يستدعي دائماً وجود دعم وتشجيع ومساندة للطلاب من المدرسين على وجه الخصوص لا سيما في حالات فشله من تنفيذ الحركات الرياضية بالطريقة المناسبة للتغلب على عامل الخوف فإذا لم يكن هناك دعم من قبل المدرس لن يتمكن الطالب من أداء المهارات، والبعد عن توبيخ ولوم الطالب والاستهزاء بمردودة الرياضي.

ويمكن ملاحظة أن هذه النتائج تتفق مع ما خلصت إليه دراسة (Beter, 2006) التي أشارت إلى أهمية الدعم الاجتماعي للتغلب على الاختلاف بين ممن يحصلون على الدعم الاجتماعي أو عدمه والتي ينبغي على المدرسين والمدرسين الاهتمام بها . في حين اختلفت هذه النتائج مع دراسة (Abdel-Haq, 2003) التي أظهرت وجود صعوبات في المجالات الخمس المذكورة بدرجات متفاوتة .

#### المحور الثالث: الأسرة

يوضح الجدول (6) أن الأوساط الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور الأسرة تراوحت ما بين (3.80-4.33) ، وبلغ الوسط الحسابي لمحور الأسرة والأصدقاء ككل (4.15) بمستوى تقييم مرتفع.

ويعزو الباحثون السبب في ذلك إلى إدراك الأسرة الأردنية لأهمية تقديم النصح والإرشاد لأبنائها، وبالوقت نفسه للدور الذي تؤديه الأسرة في تغطية الجوانب النفسية والمادية لأبنائها، فضلاً عن دورها في تعزيز ميول وتوجهات أفرادها نحو تحقيق التفوق والنجاح الأكاديمي، وتقديم العون والمساعدة لما قد يواجهون من مشكلات اجتماعية أو مادية أو نفسية، لا سيما أن الأسرة الأردنية في العصر الحديث أصبحت تستثمر في قدرات وطاقات أبنائها بهدف بناء وتنمية شخصيته واكسابه كافة المهارات البدنية بطريقة يرضى عنها المجتمع خصوصاً ما نلاحظه من الانتشار الواسع للمراكز والاندية الرياضية في المملكة وضرورة زيادة وعي الأسرة في تعليم ابنائهم رياضات جديدة كرياضة الجمباز وتمكنه من الاعتماد على نفسه في المستقبل وإيجاد فرصة العمل المناسبة والتكيف مع متطلبات الحياة وسوق العمل .

السند أثناء تنفيذ المهارات لأنه لن يتمكن من أدائها بمفرده وتصحيح الأخطاء لبعضهم البعض وتقديم الملاحظات التي تمكن الطالب من الأداء بطريقة صحيحة وتبادل هذه الأدوار فيما بينهم أو تلقي المديح والثناء منهم عند أداء مهارات أو حركات رياضية صعبة، فضلاً عن تصحيح الأخطاء المرتكبة خلال تنفيذه لحركات الجمباز وتحفيز زملائه له أو تلقي الدعم منهم، وإرشادهم ونصحهم له بكيفية أداء المهارة أو الحركة الرياضية، لتشكل هذه السلوكيات دعم وعون للطلاب من زملائه تساعده من تنمية قدراته في رياضة الجمباز ومواجهة الصعوبات التي قد يواجهها خلال تنفيذ بعض الحركات الرياضية الخاصة برياضة الجمباز، وبالوقت نفسه تساعده لمواجهة القلق والتوتر والخوف من احتمال تعرضه لأصابه خلال محاضرات الجمباز، ليمثل زملاء محاضرات الجمباز للطلاب أحد أهم عناصر الدعم والعون والتشجيع خصوصاً في رياضة الجمباز.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة (dunkcan, 2005) التي أظهرت وجود مستويات عالية من النشاط البدني لدى الطالب الذي يحصل على دعم اجتماعي كبير من أصدقاء، كما اتفقت نتائج دراسة (Ross & Cohen 1987) التي كشفت عن وجود دور للدعم الاجتماعي كعامل ملطف وواقي من وقع أحداث الحياة الضاغطة، بالإضافة إلى التأثير الإيجابي للدعم الاجتماعي على الصحة النفسية، واتفقت كذلك نتائج دراسة مع (Munir & Assali, 2017) التي أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدعم من قبل الزملاء لبعضهم البعض وبين نجاح حصة التربية الرياضية .

#### المحور الثاني: المدرسون.

يوضح الجدول (5) أن الأوساط الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة عن فقرات محور المدرسين تراوحت ما بين (3.39-4.70)، وبلغ الوسط الحسابي لمحور المدرسين ككل (4.20) بمستوى تقييم مرتفع.

ويعزو الباحثون السبب في ذلك إلى البعد الأخلاقي الذي يتميز به مدرسي الجمباز والتزامهم بأخلاقيات مهنة التعليم، كما أن مدرسي رياضة الجمباز على معرفة بمخاطر رياضة الجمباز وحاجة الطالب للتوجيه والإرشاد المناسب منهم، بحيث يتمكن الطالب من القيام بالحركات المطلوبة في رياضة الجمباز بطريقة تمنعهم من التعرض لمخاطر الإصابة، كما أن واجهم المهني والأخلاقي يتطلب منهم تقديم كافة أنواع الدعم لهم وعمليات السند التي تشعر الطالب بالأمان ليتمكن من أداء

تشكل لدى طلبة الكلية درجة من الصعوبة لا سيما بأنهم يمارسوا ويقوموا بتطبيق هذه الحركات لأول مرة على الأجهزة المختلفة والتي تتمثل في جهاز الحركات الأرضية والمتوازي وجهاز طاولة القفز وعارضة التوازن وما يحتاجه تنفيذ المهارات على هذه الأجهزة كالتوازن والقوة العضلية والمرونة، وما يرافق ذلك من خوف وقلق وعدم تكييف مع متطلبات هذا المساق من متطلبات بدنية ومهارية، في حين أن مساق تدريب الجمباز (2) وبالرغم من تمكن الطلبة من اجتياز مستوى تعليم الجمباز (1)، إلا أنهم يجدوا أن درجة الصعوبة في هذا المساق هي أعلى مما كانت عليه من مساق تعليم الجمباز (1)، وكذلك لكون درجة الخطورة والصعوبة هي أكبر تحدي أمامهم لتنفيذ متطلبات وحركات لمهارات متقدمة في مساق تدريب الجمباز (2)، فهي تمثل لهم توتر وخوف سواء من الفشل أو من التعرض لأصابه، وعليه: نجد أن الطلبة في مستوى جمباز (1+2) بحاجة إلى الدعم والمساندة الاجتماعية اللازمة سواء من الزملاء أم من المدرسين أم من الأسرة.

واختلفت نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (Abdel-Haq, 2003) التي بينت إلى وجود صعوبات بين الطلبة اللذين انهموا مساقي جمباز (2+1) بدرجات متفاوتة.

#### الاستنتاجات والتوصيات

من خلال النتائج فإن الدراسة توصلت للاستنتاجات التالية:

- الدعم الاجتماعي الذي يتلقاه طلبة مساقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك من قبل الزملاء والمدرسين والأسرة، قد يؤدي إلى وجود انعكاس إيجابي على قدراتهم في تنفيذ المهارات والحركات الرياضية الخاصة بمساقات الجمباز.
- الطلبة الذكور والإناث بحاجة إلى دعم ومساندة اجتماعية من قبل الزملاء والمدرسين والأسرة ليتمكنوا من تنفيذ متطلبات وحركات الجمباز مستوى (2+1).
- على الرغم من اختلاف مستويات الجمباز ودرجة الصعوبة بينهم، إلا أن الطلبة في كلا المستويين (2+1) يجدوا أن الدعم والعون الاجتماعي يمثل لهم طوق النجاة للتغلب على الصعوبات التي تواجههم في تنفيذ وتطبيق حركات ومهارات هذا النوع من الرياضات وفي كلا المستويين.

#### التوصيات

في ضوء نتائج الدراسة توصي الدراسة بما يلي:

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (dunkan, 2005) التي إن الدعم المباشر من الآباء والأسرة يؤدي إلى ارتفاع جودة الأداء البدني للأفراد، واتفقت مع نتائج دراسة (Magdy, 2013) والتي أظهرت عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين كافة أشكال الدعم والمساندة الاجتماعية المقدمة وبين الدرجة الكلية للتحصيل العلمي، واتفقت أيضاً مع نتائج دراسة (Beter, 2006) التي أشارت إلى أهمية الدعم الاجتماعي للتغلب على الاختلاف بين ممن يحصلون على الدعم الاجتماعي أو عدمه، في حين اختلفت هذه النتائج مع دراسة (Abdel-Haq, 2003) التي أظهرت وجود صعوبات في المجالات الخمس المذكورة بدرجات متفاوتة.

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: هل هناك فروق إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين تقديرات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مساقات الجمباز لمتغيري الجنس ومستوى المساق؟

#### متغير الجنس

يظهر من الجدول (7) عدم وجود فروق إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين تقديرات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مساقات الجمباز لمتغير الجنس.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن صعوبة تنفيذ حركات الجمباز سواء الذكور أم الإناث، وإدراك كل منهم لمخاطر وصعوبة هذا النوع من الرياضات وكذلك تنوع الاداء على الأجهزة المختلفة، وبالتالي حاجتهم للدعم والمساندة الاجتماعية من الزملاء والمدرسين وإفراد الأسرة ليتمكنوا من اداء حركات الجمباز دون خوف أو قلق.

واختلفت هذه النتائج مع دراسة (dunkan, 2005) التي أظهرت وجود فروق بين الذكور والإناث فقد كان المستوى الأدائي للذكور أفضل من الإناث بغض النظر عن نوع الدعم المقدم أو مصدره.

#### متغير مستوى المساق

يظهر من الجدول (8) عدم وجود فروق إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بين تقديرات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مساقات الجمباز لمتغير مستوى المساق.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن مساق تعليم الجمباز (1) وتنفيذ المهارات والحركات الرياضية الخاصة بهذا المساق، بالرغم من سهولة تنفيذها مقارنة بمساق تدريب الجمباز (2)

شحاته، محمد والشاذلي، احمد (2010). دليل الجمباز للجميع، منشأة المعارف، الإسكندرية.

شنودة، اديل وفرغلي، سامية. (1999). الجمباز الفني (مفاهيم وتطبيقات)، دار ملتقى الفكر، الطبعة الاولى، الاسكندرية.

الشيرازي، أماني عبد الرحمن (2012). "أسلوب مواجهة الأرملة للضغوطات النفسية اليومية وعلاقته بالصلابة النفسية، جامعة البحرين.

عبد الحق، عماد. (2003). "الصعوبات التي تواجه قسم التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية في مسابقات الجمباز، مجلة جامعة بيت لحم، مجلد 22، فلسطين.

عبد المتعال، هيام محفوظ. (2001). المساندة الاجتماعية والطمأنينة الانفعالية لدى المسنين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

عبد القادر، اشرف احمد. (2005). "تحسين جودة الحياة الجامعية للحد من الفشل والضغط النفسي، ورقة عمل مقدمة إلى تطوير الأداء في مجال مساندة الطالب الجامعي من اجل التوافق الأكاديمي، مكتب التربية العربي لدول الخليج، 16-14 فبراير، الرياض.

عدوي، بلال. (2016). "المساندة النفسية وعلاقتها بمرود لاعبي كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد بوضياف، المسيلة، الجزائر.

مقابلة، أميرة. (2020). مستوى الدعم الاجتماعي لدى طلبة مسابقات الجمباز في كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك.

مجدي، حنان (2013). "المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتحصيل العلمي، رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق، مصر.

مختار، حنفي. (1998). "الأسس العلمية في تدريب كرة القدم، دار الفكر العربي، ط 1، مصر.

منير، عبد الوهاب وعبد الرزاق، عسالي (2017). "علاقة المساندة الاجتماعية بحصة التربية البدنية والرياضية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي، رسالة ماجستير، جامعة زيان عاشور، الجزائر.

عبد الحق، عماد. (2006). مستوى الإدراك الحس حركي نسبة إلى مستوى إنتاج القوة العضلية في بعض

✓ العمل على توعية أولياء أمور الطلبة بأهمية تقديم الدعم والمساندة الاجتماعية سواء المعنوية أم المادية لأبنائهم الطلبة.

✓ العمل على توفير عوامل الأمن السلامة في صالات الجمباز لتعزيز قدرات الطلبة على تنفيذ حركات رياضة الجمباز.

✓ تعزيز علاقات الطلبة الاجتماعية مع زملائهم، من خلال تنوع الأنشطة اللامنهجية والبرامج المختلفة المقدمة لهم.

✓ على مدرسي الجمباز الاستماع لمشاكل الطلبة في مسابقات الجمباز وتقديم الحلول اللازمة لهم.

#### المراجع العربية

أبو العلا، احمد عبد الفتاح والدروبي، احمد محمد. (1986). "اختبار انتقاء الموهوبين في الرياضة، المركز القومي للبحوث عالم الكتاب، القاهرة.

إسماعيل، بشرى. (2004). المساندة الاجتماعية والتوافق المهني، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

آل مراد، نبراس يونس. (2009). "استخدام برنامج بالألعاب الحركية والألعاب الاجتماعية والمختلطة في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى أطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، العراق.

آل مشرف، فريدة عبد الوهاب. (2000). "مشكلات طلبة جامعة صنعاء وحاجاتهم الإرشادية، المجلة التربوية، مجلد 4، عدد 45، صنعاء.

الخصاونة، غاده وصلاح، ديماء. (2019) صورة الجسم والطبقة الاجتماعية، مجلة اتحاد الجامعات العربية راتب، أسامة كامل. (2000). "علم نفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، ط 3، القاهرة.

الروسان، فاروق. (1998). "قضايا ومشكلات في التربية الخاصة، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان الزيود، خالد محمود والعلي، محمد محمود. (2015). "تأثير الأنشطة الرياضية على بعض المتغيرات للطلبة العرب الوافدين للدراسة في كلية التربية الرياضية - جامعة اليرموك، "مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين. مجلد (29)، العدد(5)، ص 896-920

سكر، ناهد. (2002). "علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط 1، عمان، الأردن.

- Adawi, Bilal. (2016). Psychological support and its relationship to football players' feedback, unpublished master's thesis, Mohamed Boudiaf University, M'sila, Algeria.
- Al Murad, Nibras Younes. (2009). "Using a program with kinetic games and social and mixed games in developing social interaction among Riyadh children aged (5-6) years", unpublished master's thesis, University of Baghdad, Iraq.
- Al Musharraf, Farida Abdel Wahab. (2000). The problems of Sana'a University students and their counseling needs, The Educational Journal, Volume 4, No. 45, Sana'a.
- Al-Khasawneh, Ghada and Salah, Dima. (2019) Body Image and Social Class, Journal of the Association of Arab Universities
- Al-Rousan, Farouk. (1998). Issues and problems in special education, Dar Al-Fikr for printing, publishing and distribution, Amman
- Al-Zyoud, Khaled Mahmoud and Al-Ali, Mohamed Mahmoud. (2015). The effect of sports activities on some variables for Arab students coming to study at the Faculty of Physical Education - Yarmouk University, An-Najah University Journal for Research (Humanities), An-Najah National University, Palestine. Volume (29), Issue (5), pp. 896-920
- Aranda , M , Castaneda, I , Lee, p , Sabel , E ,( 2001) , stress social support and coping as predictor of depressive symptoms : gender differences among Mexican American , social work research , vol 25 , no 1
- Beter .(2006). Toward two grounded theories for the talent development and social support process of Highly successful collegiate athletes, the sport psychologist . 203295-313 .
- Bolger , n, Zuckerman ,A & Kessler , R , ( 2000) , invisible support and adjustment to stress , journal of personality and social psychology , vol 76
- Bowlby .j.(1980). Attachment and loss: vol 1, attachment. new york :basic 5-books
- Brownwell ,A & S, Shumaker , ( 2011) ,social support An introduction to acomplex phenomenon , journal of social , issues , vol 40 , no 4.
- Caplan , G . (1981) , Mastery of stress : psychological Aspects American journal of psychiatry , vol 138 .
- الاختبارات البدنية، مجلة العلوم النفسية والتربوية، مجلد 7، عدد 3، البحرين.
- عبد الرزاق ، عبد السلام . (2013). قانون تحكيم الجمناباز الدولي للرجال ، بغداد.
- كاشف، عزت. ( 1987). الانتقاء في رياضة الجمناباز، دار النهضة المصرية، الطبعة الأولى، القاهرة.
- يوسف، احمد .(2010). أساليب متطورة في تدريب الجمناباز باستخدام العمل العضلي الأساسي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة .
- شحاته، محمد .(2003). أسس تعليم الجمناباز، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة
- المراجع العربية مترجمة
- WILLS , T, A ,(2012) , social support and interpersonal relationships prosocial behavior ,review of personality and so
- Abdel Qader, Ashraf Ahmed. (2005). Improving the quality of university life to reduce failure and psychological stress, a working paper presented to developing performance in the field of supporting university students for academic compatibility, Arab Bureau of Education for the Gulf States, February 14-16, Riyadh.
- Abdel-Haq, Imad. (2003). The Difficulties Facing the Department of Physical Education at An-Najah National University in Gymnastics Courses, Bethlehem University Journal, Volume 22, Palestine.
- Abdel-Haq, Imad. (2006). The level of kinesthetic perception relative to the level of muscular force production in some physical tests, Journal of Psychological and Educational Sciences, Vol. 7, No. 3, Bahrain.
- Abdel-Moatal, Hayam Mahfouz (2001) Social support and emotional reassurance among the elderly, an unpublished master's thesis, Faculty of Education, Zagazig University, 0
- Abdul Razzaq, Abdul Salam. (2013). Men's International Gymnastics Arbitration Law, Baghdad.
- Abu Ela, Ahmed Abdel-Fattah and Aldroubi, Ahmed Mohamed. (1986). The Selection Test for Talented in Sports, The National Research Center, Alam Al-Kitab, Cairo.

- Shenouda, Adele and Farghali, Samia. (1999). Artistic gymnastics (concepts and applications), Dar Moltaqa al-Fikr, first edition, Alexandria.
- Shirazi, Amani Abdel Rahman. (2012). The style of the widow's coping with daily psychological stress and its relationship to psychological toughness, University of Bahrain.
- Sukkar, Nahid (2002). Sports Psychology in Sports Training and Competition, House of Culture for Publishing and Distribution, 1st Edition, Amman, Jordan.
- Youssef, Ahmed. (2010). Advanced methods in gymnastics training using basic muscle work, Dar Al-Fikr Al-Arabi, first edition, Cairo.
- Dolbier ,c. ,(2000). The development and validation of sense of support scale: (statistic old datainduded) . behavioral medicine, winter. Http://rawhi 1 ,blogspot.com.
- Dunkcan. S.C.& duncun .T.E.(2005); Sources and types of social support in youth physical activity, journal health psychology .vol . 24, no 1,pp 3-10 .
- Halbesleben . j.r. (2006). Sources of social support and burnot , journal of applied psychology . vol 91 , no . 5 . pp 1134-1145 .
- Ismail, Bushra. (2004). Social support and professional adjustment, Anglo-Egyptian Library, Cairo.
- Karen , o, ( 2003), person in trainsition in R schlock & M , j ,Boral EDS , QOL perspectives and Issuess
- Kashif, Ezzat. (1987). Selection in gymnastics, Dar Al-Nahda Al-Masria, first edition, Cairo.
- Magablh, A.(2020). The Level of Social Support Among Students Gymnastics Courses at Yarmouk University, Unpublished Master Thesis, Faculty of Physical Education, Yarmouk University.
- Magdy, Hanan. (2013). Social support and its relationship to educational attainment, Master's thesis, Zagazig University, Egypt.
- Mokhtar, Hanafi. (1998). Scientific foundations in football training, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1st Edition, Egypt.
- Munir, A& Assali, A. (2017). The Relationship in Social Support to the Share in Physical Education and Sports Among Secondary School Students, Unpublished Master Thesis, Institute in Science and Techniques in Physical Activity and Sports, University in Xi'an University Ashour, Algeria.
- Rateb, Osama Kamel. (2000). Mathematical Psychology: Concepts and Applications, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 3rd Edition, Cairo.
- Ross. p.& Cohen, s . c. (1987). Sex reds and social support as moderators of life stress adjustment, journal of personality and social psychology. vol 52 . no ,5, pp570-585 .
- Shehata, Mohammed and Shazly, Ahmed (2010). Gymnastics Guide for All, Manhat Al Maaref, Alexandria.
- Shehata, Muhammad. (2003). Foundations of gymnastics education, Dar Al-Fikr Al-Arabi, first edition, Cairo