جامعة الجيلالي بونعامة– خميس مليانة **السنة الدراسية:**2021-2022

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية **التخصص:** التربية وعلم الحركة

المستوى: السنة الثالثة ليسانس

المحاضرة 3: خطة البحث

1–خطة البحث:

تتضمن الوصف التفصيلي للطرق والإجراءات والاستراتيجيات والآليات التي يستخدمها الباحث للتخطيط لدراسة مشكلة بحثية، بالإضافة إلى مبررات للفرضيات التي يبنيها الباحث أو الأسئلة التي يطرحها، كما تحتوي الخطة على معلومات وافية عن الخطوات التي سيسير وفقها الباحث، لتحديد طبيعة البيانات التي سيجمعها، وطريقة جمعها وتحليلها، وتبين خطة البحث بدقة ووضوح المشكلة البحثية ويحاول الباحث من خلالها الإجابة عن ثلاثة أسئلة: ما الذي ينوي الباحث تناوله، ولماذا وكيف سيتم بحثه؟

2–عناصر خطة البحث:

عنوان البحث، مقدمة، إشكالية البحث، فرضيات البحث، أهداف البحث، أهمية البحث، مصطلحات البحث، الدراسات السابقة، المنهج المتبع، أدوات القياس، الأساليب الإحصائية، قائمة المصادر والمراجع.

3–أهمية خطة البحث:

- تمكن الباحث من السيطرة على الموضوع المدروس.
- تساعد على بلورة أفكار الباحث وتنظيمها، والتهيؤ لكل التفاصيل الدقيقة المتعلقة بالدراسة، وعدم إغفال الكثير من التفاصيل المهمة.
- يسهل عملية تقييم المجهود البحثي المقترح من قبل الباحث نفسه، ومن قبل الآخرين.

- تقدم وصفا للإجراءات التفصيلية لتنفيذ المجهود البحثي ويوفر الوقت، ويقلل من الأخطاء المكلفة .

4-اختيار عنوان البحث :

إذا أراد الباحث أن يختار عنواناً لبحثه عليه أن يبتع الخطوات التالية:

-يتم اختيار مجال البحث .

-يتم اختيار موضوع واحد من بين الموضوعات الكثيرة التي يحتويها مجال البحث .

-يتم اختيار مشكلة بحثية من بين العديد من المشكلات البحثية التي يحتويها موضوع البحث .

أ- مجال البحث :

هو الحقل الأوسع لمشكلة البحث وهو يتسع لكثير من الموضوعات .

ب- موضوع البحث:

هو جوهر المشكلة التي يواجهها أو يختارها الباحث ليخضعها للدارسة، ويشمل العديد من العناوين والمشكلات البحثية.

ج - عنوان البحث :

هو إعلان عن مجال وموضوع ومشكلة البحث .

د-الشروط المنهجية التي يجب أن تتوفر في العنوان:

المتغير المستقل، المتغير التابع، مجتمع الدراسة، نوع الدراسة، مكان إجراء الدراسة.

مثال توضيحي:

أثر برنامج رياضي مقترح في تنمية بعض الصفات البدنية لدى لاعبي كرة القدم

دراسة تجريبية مطبقة على صنف الأكابر في منطقة عين الدفلى.

5- مقدمة البحث:

هي استهلال ضروري للدراسة، تبدأ بمجال الدراسة وأهمية الموضوع وأسباب اختياره.

6- إشكالية البحث:

أ- تعريف:

سؤال محير ملح يتطلب الإجابة، وهي العقبة التي تقف في وجه الباحث أو في طريقه ، أو تقف في طريق التطور ، وهنا يجب توظيف الفكر للإجابة على التساؤلات المطروحة.

ب-محددات الإشكالية:

لماذا نهتم بهذا الموضوع؟:

يساعد في تحديد الدافع وراء اختيار الموضوع دون آخر، وأسباب اختياره.

مالذي نطمح إلى بلوغه؟:

هنا يتعلق بالأمر بتحديد الهدف من البحث كوصف للظواهر، تفسيرها، التفاعل مع الواقع .

ماذا نعرف لحد الآن ؟:

وهي عملية تقييم المعلومات التي جمعناها لحد الآن حول المشكلة (سواء كانت معلومات نظرية او تطبيقية)، كما يمكن الحصول على معلومات منهجية توضح الكيفيات التي تم اتباعها في إنجاز الدراسات السابقة ، والتي تساعد في مراحل البحث الآتية.

وبفضل هذه المعلومات يستطيع الباحث تحديد الجوانب التي بقيت دون جواب، ويقوم بطرح التساؤلات.

ج-معايير صياغة المشكلة:

أن تعبر عن علاقة بين متغيرين أو أكثر مع ذكر المجتمع الذي تشمله الدراسة.

-يجب أن تكون المشكلة في عبارة محددة أو سؤال واضح

-أن تصاغ بطريقة واضحة وغير غامضة

-أن تضمن المشكلة إمكانية اختبارها وتجريبها .

يجب أن تكون المشكلة متفقة مع المتغيرات التي تعالجها ادوات الدراسة في الجزء الخاص بالإجراءات.

مثال توضيحي :

إذا كان عنوان البحث هو: علاقة القلق كحالة وسمة بدافعية الانجاز لدى الرياضيين.

تتمثل مشكلة الدراسة في السؤال الرئيسي التالي:

هل توجد علاقة ما بين القلق كحالة وسمة ودافعية الانجاز للرياضيين؟

7-فرضيات الدراسة :

أ-تعريف:

إجابة محتملة لتساؤلات البحث قابلة للنفي والتأكيد.

ب- معايير صياغة الفرضيات :

- **الإيجاز والوضوح:**

أن تكون الفرضية مختصرة وواضحة قدر الامكان

- **أن تكون قابلة للاختبار:**

إمكانية جمع البيانات بالوسائل التي يحددها البحث حتى يمكن التحقق من صحة الفرض أو عدم صحته.

- أن تكون الفرضيات خالية من التناقض.

- **أن تكون للفرضية أساس منطقي:**

أن تكون متسقة مع الحقائق المعروفة سواء كانت بحوثا أو نظريات علمية.

- **أن تكون للفرضية قوة تفسيرية:**

يجب أن يعطي الفرض تفسيرا للعلاقة بين المتغيرات.

ج- مصادر الفرضيات :

-مجال التخصص:

يلعب مجال التخصص دورا هاما في مساعدة الباحث على وضع الفرضيات، فمجال التخصص يعطي للباحث نظرة واسعة، وتوقعا للحلول الممكنة، التي يبنى عليها بحثه، فمن خلال معرفته الواسعة بالاختصاص يمكن أن يتوقع الحلول التي يجب عليه إثباتها عن طريق التجريب.

-خيال الباحث :

إن قدرة الباحث على استعمال خياله يساعده على الابتكار والتخيل، ويسمح له بربط العلاقة بين الظواهر، فيكون للخيال دور كبير في وضع الفرضيات، فإلمام الباحث وقدرته على إدراك الظواهر تساعده على التوقع السليم لمختلف العلاقات القائمة بين الظواهر المدروسة، وبالتالي الوضع الصحيح للفرضيات.

-الدراسات السابقة:

من المعروف أن العلم له صفة التراكمية، ويبدأ الباحث من حيث انتهى الباحثون الآخرون.

-المجالات الأخرى (العلوم الاخرى):

في المجال الرياضي يلجأ الباحثون إلى علم النفس أو علم الاجتماع، وغيرها من العلوم الأخرى المرتبطة للاستفادة من نظرياتها في وضع الفرضيات.

-الخبرة الشخصية:

إن خبرة الباحث في ميدان تخصصه تسمح له باكتساب نوع من القدرة على التدقيق وقدرة الملاحظة للعلاقات القائمة بين مختلف الظواهر، مما يسمح له باقتراح فرضيات جيدة .

-النظريات العلمية:

تعتبر مرجعا مهما يستخدمه الباحث في بناء فرضياته، وإذا ما توصل الباحث في تحققه من صدق هذه الفرضيات بعد اختبارها علميا فإن ذلك سيؤدي إلى زيادة صدق النظريات التي اشتقت منها هذه الفرضيات.

د-فوائد الفرضيات وأهميتها:

- تساعد الفرضيات في تحديد أبعاد المشكلة أمام الباحث تحديدا دقيقا، يمكنه من دراستها وتناولها بعمق، وكذلك تحليل العناصر المطلوبة للمشكلة وتحديد علاقتها ببعضها، وعزل وربط كل المعلومات التي لها علاقة بموضوع البحث ومشكلته، وبعبارة أوضح فإن الفرضية تساعد في بلورة المشكلة وتناولها بشكل دقيق.
- تمثل الفرضيات القاعدة الأساسية لموضوع البحث، والتي تجعل من السهل اختيار الحقائق المهمة واللازمة لحل المشكلة، وعدم التخبط والمتاهة، وجمع كمية من المعلومات الفائضة عن الحاجة دون هدف.
- تعتبر الفرضيات دليلا للباحث تقود خطاه، وتحدد له نوع الملاحظات التي يجب أن يقوم بها والتجارب التي يمر بها.
- الفرضيات هي المجال التي توصل الباحث بين التساؤلات وبين الحقائق والنظريات التي هي غاية البحث العلمي، لذا فإنها تؤدي إلى تجسيد النظرية العلمية او جزء منها في شكل قابل للقياس.
- تؤدي الفرضية إلى توسيع المعرفة، باعتبارها آداة فكرية يستطيع الباحث عن طريقها الحصول على حقائق تحفز الباحثين الاخرين إلى المزيد من البحوث الجديدة.

- تساعد الفرضيات على تحديد الأساليب المناسبة لاختبار العلاقات المحتملة بين متغيرين أو أكثر، وذلك من خلال تقديمها لتفسيرات وتصورات نظرية للعلاقة بين العوامل المستقلة والتابعة.

هـ-أنواع الفرضيات:

الفرضية البحثية:

هي الفرضية التي يتم اقتراحها على أسس نظرية أو بناء على ملاحظات أو مشاهدات سابقة ، ومن ثم فهي تتضمن صياغات إجرائية توضع من أجل تبحث عن طريق الملاحظة العلمية أو الاختبار

مثال:

للممارسة الرياضية دور في تنمية الصحة النفسية لتلاميذ التعليم الثانوي.

الفرضية الاحصائية:

تتضمن وضع صياغات ومعاني إحصائية عن النتائج المتوقع الحصول عليها نتيجة تطبيق الاختبار الاحصائي على بيانات العينة وتنقسم إلى نوعين:

الفرضية الصفرية:

هي فرضية تبدأ بتقرير عدم وجود فروق أو عدم وجود علاقة.

مثال:

لا توجد فروق فيما يخص سمة الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي.

- لا توجد علاقة بين السرعة ونتائج القفز العالي للرياضيين.

الفرضية البديلة:

تشير إلى وجود فروق أو وجود علاقة، وتشير إلى افتراضات سوف نقبلها فيما يتعلق بالبيانات الخاصة بالمجتمع الأصلي، إذا ظهر لنا بأن الفرضية الصفرية غير مقبولة، ولهذا يمكن النظر إلى هذا النوع من الفرضية على أنها تنبؤ واقعي لما يريد الباحث أن يختبره، وتنقسم بدورها إلى نوعين:

فرضية بديلة موجهة:

يتم صياغة الفرضية مع تحديد اتجاه الفروق لصالح إحدى القياسات أو لصالح إحدى المجموعات ، أو تحديد طبيعة العلاقة من حيث هي علاقة عكسية أو علاقة طردية.

مثال:

توجد فروق فيما يخص سمة الاجتماعية بين الممارسين وغير الممارسين لصالح الممارسين للنشاط البدني الرياضي.

توجد علاقة موجبة بين تقدير الذات ودافع إنجاز النجاح للاعبي كرة القدم.

توجد علاقة سلبية بين السرعة ونتائج القفز الطويل.

فرضية بديلة غير موجهة:

يتم صياغة الفرضية مع عدم تحديد اتجاه الفروق، أو تحديد اتجاه طبيعة من حيث هي علاقة عكسية أو علاقة طردية .

- توجد فروق في صفة القوة بين درجات القياس القبلي والبعدي للاعبي كرة اليد.
- توجد علاقة بين درجات اختباري الشد الأعلى واختبار الجلوس من الرقود للرياضيين.

8-أهداف وأهمية الدراسة :

8-1 أهداف الدراسة:

يركز هذا الجزء على الإجابة عن السؤال ما هي الأهداف التي تحققها هذه الدراسة؟ ويمكن وضع الأهداف على شكل نقاط عديدة تصنف هذه على أساس:

- أهداف نظرية تتضمن مثلا اختبار نظرية من النظريات.
- أهداف عملية تتضمن إيجاد حلول لمشكلة البحث.

8-2أهمية الدراسة:

يقوم الباحث في هذا الجزء بتحديد أهمية البحث الذي يقوم بإجرائه . ويمكن هنا أن يقوم بتصنيف هذه الأهمية على شكل نقاط أو على شكل جمل تقريريه، ويتم التركيز عادة على نقطتين لتوضيح أهمية الدراسة وهما:

أ-الأهمية النظرية:

ويجيب الباحث هنا على السؤال التالي "لماذا يعتقد الباحث أن هذه الدراسة مهمة من ناحية نظرية.

التراث النظري، أهمية الموضوع، أهمية الفئة المستهدفة، والمقصود إجمالا الفائدة التي تعود على العلم.

ب-الأهمية العملية أو التطبيقية:

يجيب الباحث على السؤال التالي" ما هي أهمية هذه الدراسة من ناحية عملية وتطبيقية.

المقصود إجمالا الفائدة التي تعود على المجتمع.

9- تحديد المصطلحات:

أ-**التعريف النظري:**

هو المعنى المعطى لعبارة ما في ميدان بحث محدد .

ب-التعريف الاجرائي:

هو المعنى المعطى لعبارة في إطار بحث خاص.

ويقصد بالاجرائية عملية تعريف متغير ما مستخدم في البحث يكون غامضا يتطلب التوضيح والتدقيق في دلالته ومعناه، حيث يصبح المفهوم النظري المعبر عنه في الإشكالية مفهوما قابلا للتمييز او القياس بوضوح.

10- الدراسات السابقة:

يركز هذا الجزء على استعراض وتلخيص الدراسات والأبحاث السابقة التي سبق وإن تناولت موضوع الدراسة الحالية من جوانب وأبعاد متعددة، وبهذا فإن هذا المصطلح –مراجعة الدراسات السابقة– يعني التعريف والتحليل والتصنيف والتحليل المنظم للتقارير او الوثائق التي تحتوي على معلومات أو معارف مرتبطة بمشكلة البحث التي ينوي الباحث دراستها.

ويمكن تلخيص فائدة مراجعة الدراسات السابقة فيما يلي:

– تدل الباحث على المشكلات التي تم إنجازها من قبل، أو المشكلات التي مازالت في حاجة على دراسة أو بحث وما الذي ينبغي عليه إنجازه، وبالتالي تفادي التكرار.

– تساعد الباحث على تصميم خطة البحث، وتحديد الإجراءات ووسائل القياس المناسبة وتفادي الأخطاء التي تكون قد حدثت في الدراسات السابقة

– التعرف على الجوانب والأساليب المختلفة التي تمت بها عملية تناول الموضوع ودراسته.

– تقدم للباحث مصادر متنوعة وجديدة للبيانات، او جهودا بحثية قيمة لم يسبق للباحث التعرف عليها.

– التعرف على المناهج المختلفة التي تناولت هدا الموضوع.

– استعراض ومقارنة النتائج والتوصيات التي توصل إليها كل بحث، والتوصل إلى معرفة أسباب الاتفاق أو التعارض.

وتستعرض الدراسات السابقة بصورة مرتبة تتضمن:

– ذكر اسم الكاتب وتاريخ نشر الدراسة بين قوسين.

– هدف الدراسة.

– عينة الدراسة.

– المنهج المستخدم في الدراسة.

– أهم النتائج التي توصل إليها الدراسة.

11–إجراءات البحث:

11–1الدراسة الاستطلاعية:

أ– تعريف:

هي الدراسة الأولية التي يقوم بها الباحث قبل تنفيذ البحث عندما لا يملك معلومات عن المتغيرات المدروسة، وكذلك تعتبر أول خطوة يقوم بها الباحث في دراسته الميدانية .

ب–أهمية واهداف الدراسة الاستطلاعية:

يمكن من خلال الدراسة الاستطلاعية تقصي الوضعية الحقيقية للمشكلة المطروحة–

- توفر الاقتصاد في الجهد والوقت لإجراء الدراسة الأساسية.
- ملائمة أدوات البحث .
- التأكد من صلاحية أدوات البحث.
- تعتبر اختبار أولي للفرضيات.

11–2 المنهج المتبع:

يجب على الباحث تحديد المنهج الذي سيتبعه في دراسته، وكذا تحديد الأسلوب أو التصميم المناسب لمتغيرات بحثه.

ومن بين المناهج الأكثر استخداما في بحوث التربية البدنية والرياضية والتدريب الرياضي المنهج التجريبي والمنهج الوصفي والمنهج التاريخي.

أ- المنهج التجريبي:

يهدف المنهج التجريبي إلى إقامة العلاقة التي تربط السبب بالنتيجة بين الظواهر أو المتغيرات ، ولإقامة العلاقة بين السبب والنتيجة فإننا نقوم بإحراء التجربة التي يتم خلالها معالجة متغير يسمى المتغير المستقل، وملاحظة التغير على متغير آخر يسمى المتغير التابع.

غير أن عوامل أخرى أو متغيرات خارجية يمكن ان تتدخل في التجربة وتؤثر على النتائج وبالتالي يجب ضبطها قبل أو أثناء التجربة.

ب- المنهج الوصفي:

يهتم هذا المنهج بوصف الظاهرة او الحدث محط اهتمام البحث وصفا علميا دقيقا، ومحاولة استقصاء الحلول والتفسيرات استنادا إلى البيانات والمعلومات.

فوصف الظاهرة أو الحدث يعد خطوة مهمة واساسية تستند عليها كافة الخطوات اللاحقة في تطبيق المنهج الوصفي في البحث، ويقوم هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما هي في الواقع ووصفها وصفا دقيقا إما نوعيا أو كميا، فالتعبير الوصفي الكيفي صف الحدث أو الظاهرة بصورة لفظية لغرض توضيح خصائصها، أما التعبير الوصفي الكمي فيقدم وصفا عدديا لبيان خصائص الظاهرة وطبيعتها ودرجة علاقتها بعوامل أخرى.

ج-المنهج التاريخي:

طريقة لتناول وتأويل حادثة وقعت في الماضي وفق إحراء البحث والفحص الخاص للوثائق.

11-3المجتمع والعينة:

أ – المجتمع:

مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجري عليها البحث والتقصي.

ب-العينة:

إن العينة في البحث تشير إلى أي مجموعة يتم جمع المعلومات منها، بينما المجموعة الأكبر والتي يأمل الباحث أن يعمم نتائج الدراسة عليها تسمى بالمجتمع.

يجب على الباحث تحديد المجتمع الذي سيتم تعميم النتائج عليه، وطريقة اختيار العينة.

ج-المعاينة:

مجموعة من العمليات يقوم بها الباحث لغرض انتقاء مجموعة فرعية من مجتمع البحث ، وتنقسم إلى نوعين:

-المعاينة الاحتمالية:

نوع من المعاينة يكون فيها احتمال الانتقاء معروفا بالنسبة إلى كل عنصر من عناصر مجتمع البحث.

-المعاينة غير الاحتمالية:

نوع من المعاينة يكون فيها احتمال الانتقاء غير معروف بالنسبة إلى كل عنصر من عناصر مجتمع البحث.

11-4أدوات القياس:

يجب على الباحث تحديد جميع الوسائل المناسبة لقياس متغيرات دراسته، كالاستبيان أو الملاحظة او المقابلة أو الاختبارات والمقاييس:

أ–الاستبيان:

هو مجموعة من الأسئلة تهدف إلى جمع المعلومات أو البيانات التي ترتبط بموضوع دراسة معينة، تقدم إلى المبحوثين عن طريق الباحث أو مساعديه، أو ترسل عن طريق البريد أو وسائل التواصل، ويقوم المبحوث بملء الاستمارة بنفسه.

ب–الملاحظة:

عملية مراقبة أو مشاهدة لسلوك الظواهر والمشكلات والاحداث ومكوناتها المادية والبيئية، ومتابعة سيرها واتجاهاتها وعلاقاتها، بأسلوب علمي منظم ومخطط وهادف، بقصد التفسير وتحديد العلاقة بين المتغيرات، والتنبؤ بسلوك الظاهرة أو توجيهها لخدمة أغراض الانسان وتلبية احتياجاته.

ج–المقابلة:

هي نفاعل لفظي يتم بين فردين في موقف مواجهة، حيث يحاول الباحث أن يستثير المعلومات أو التعبيرات لدى المبحوث، والتي تدور حول خبراته أو آرائه او معتقداته.

د–الاختبار:

هو إجراء منظم لقياس سمة ما من خلال عينة من السلوك.

ويكون اختيارها على حسب متغيرات الدراسة والمنهج المستخدم وأفراد العينة التي ستطبق عليهم الدراسة.

11–5الأساليب الإحصائية:

وجب على الباحث إعطاء تصور للمعالجة الإحصائية للبيانات الكمية التي يجمعها بعد تطبيق أدوات القياس، ومن بين الأساليب أساليب الإحصاء الوصفي والاحصاء الاستدلالي ....إلخ.

-كيفية اختيار الأساليب الاحصائية المناسبة:

للإجابة على هذا التساؤل لابد أن نضع في الاعتبار عدة نقاط أساسية:

- هدف البحث:

علاقة(إحصاء ارتباطي)، دراسة فروق(إحصاء مقارن)

- نوع المجموعات أو عدد المتغيرات:

متغير واحد، متغيرين، أكثر من متغيرين، مجموعة واحدة، مجموعتين مرتبطتين، مجموعتين مستقلتين....إلخ.

- مستوى قياس البيانات: اسمي – رتبي –كمي – نسبي.

نوع التوزيع:

أي إذا كانت البيانات معتدلة أو تميل إلى الاعتدالية أم لا.

وبناء على هذه المعايير يتم اختيار الأسلوب الاحصائي المستخدم.

6-11 قائمة المراجع:

يجب ترتيب المراجع وفقا لأسلوب التوثيق المعتمد في البحث.

يجب إعطاء قائمة بالمراجع التي سيعتمد عليها الباحث في دراسته، وعليه التركيز على المراجع الحديثة والمصادر المهمة ذات العلاقة بمتغيرات البحث.