المنهج شبه التجريبي والمنهج السببي المقارن:-

في مجال البحوث العلمية، يُستخدم المنهج شبه التجريبي والمنهج السببي المقارن بشكل واسع لفهم العلاقات بين المتغيرات. بينما يهدف المنهج شبه التجريبي إلى فهم تأثير المتغيرات المستقلة في المتغيرات التابعة من خلال التدخلات أو التجارب الجزئية، يركز المنهج السببي المقارن على مقارنة مجموعات أو حالات مختلفة بهدف استنتاج العلاقة السببية بين المتغيرات دون تدخل مباشر من الباحث.

أولاً: المنهج شبه التجريبي :-

المنهج شبه التجريبي يعتمد على مقارنة مجموعتين أو أكثر، اذ يخضع البعض لتدخل أو معالجة معينة، بينما لا يخضع البعض الآخر لذلك. يعتمد على الملاحظة قبل وبعد التدخل لقياس الفروقات أو التأثيرات.

- **أهم خصائص المنهج شبه التجريبي:**
  - التدخل المحدود:- يتم إدخال عامل أو متغير مستقل يؤثر على العينة.
  - السيطرة الجزئية:- ليست هناك سيطرة كاملة على جميع المتغيرات الخارجية.
  - وجود مجموعة ضابطة:- تستخدم للمقارنة مع المجموعة التي تخضع للتدخل.
  - المرونة:- يمكن تطبيقه في مواقف اذ لا يمكن استخدام المنهج التجريبي الكامل.
- **أمثلة لعناوين بحوث باستخدام المنهج شبه التجريبي:**
  - تأثير تدريبات القوة في تطوير الأداء الرياضي للاعبي كرة السلة.
    - يتم تطبيق تدريبات القوة على مجموعة من اللاعبين ومقارنة نتائج أدائهم الرياضي مع مجموعة أخرى لم تخضع لهذه التدريبات.
  - دراسة تأثير تدريبات التمدد في مرونة العضلات الفتيات في المرحلة المتوسطة.
    - يتم تطبيق تدريبات التمدد على مجموعة معينة ومعاينة الفروقات في المرونة مقارنة بمجموعة لا تخضع لهذه التدريبات.

- تأثير التدريب المتواتر عالي الكثافة (HIIT) في خفض نسبة الدهون في الجسم للنساء الشابات.
- يقارن البحث بين مجموعة تتبع برنامج HIIT ومجموعة أخرى تتبع تدريبات تقليدية.

ثانيًا: المنهج السببي المقارن:-

المنهج السببي المقارن يستخدم عندما لا يمكن التحكم في المتغيرات أو التدخل فيها. هنا يعتمد الباحث على المقارنة بين مجموعتين أو أكثر تختلفان في متغيرات معينة، ويحاول استنتاج العلاقات السببية المحتملة بين المتغيرات بناءً على الفروق بين المجموعات.

❖ **خصائص المنهج السببي المقارن:**

- غياب التدخل المباشر:- لا يتم إدخال متغير مستقل، بل يتم تحليل المتغيرات الموجودة مسبقًا.
- المقارنة بين مجموعات مختلفة:- يتم اختيار مجموعتين أو أكثر لهما اختلافات جوهرية في المتغيرات المستقلة.
- التحكم في العوامل الخارجية:- يتم عبر الاختيار المسبق للمجموعات المتباينة وتقليل أثر المتغيرات المشتركة.
- تحليل العلاقات السببية:- يستند إلى وجود فروق طبيعية بين المجموعات ويستنتج العلاقة السببية بين المتغيرات.

❖ **أمثلة لعناوين بحوث باستخدام المنهج السببي المقارن:**

- الاختلافات في مستوى اللياقة البدنية بين الطلاب الذين يشاركون في الأنشطة الرياضية المدرسية والذين لا يشاركون.
- يتم مقارنة مجموعتين من الطلاب: المشاركين في الأنشطة الرياضية المدرسية وغير المشاركين، لتحليل تأثير النشاط الرياضي على اللياقة البدنية.

- دراسة العلاقة بين نوع الرياضة الممارسة ومستوى الثقة بالنفس لدى الشباب الرياضيين.
  - يقارن البحث بين الرياضيين الذين يمارسون أنواعًا مختلفة من الرياضة (مثل الفردية والجماعية) لتحديد تأثير نوع الرياضة على مستوى الثقة بالنفس.
- تأثير مستوى النشاط البدني في التحصيل الأكاديمي لطلاب المرحلة الجامعية.
  - يتم تقسيم الطلاب إلى مجموعات بناءً على مستوى نشاطهم البدني (نشط جدًا، متوسط النشاط، وغير نشط) ومقارنة مستويات التحصيل الأكاديمي بينهم.

الفرق بين المنهجين:

- التدخل:- المنهج شبه التجريبي يتطلب تدخلًا مباشرًا من الباحث (مثل برنامج تدريبي)، بينما المنهج السببي المقارن يعتمد على تحليل مجموعات مختلفة دون تدخل.
- السيطرة على المتغيرات:- في شبه التجريبي، يحاول الباحث السيطرة على بعض المتغيرات، أما في السببي المقارن، فيتم اختيار المتغيرات مسبقًا ويتم تحليلها دون التحكم المباشر.
- استخدام المجموعات:- في شبه التجريبي، تكون هناك مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، بينما في السببي المقارن، تعتمد الدراسة على مقارنة مجموعات تختلف في متغيرات معينة.

الخاتمة:-

المنهجان شبه التجريبي والسببي المقارن كلاهما أدوات قوية للبحث العلمي، خاصة في المجالات التي يصعب فيها التحكم الكامل في المتغيرات أو إجراء التجارب الكاملة. يُستخدم المنهج شبه التجريبي عندما يرغب الباحث في إدخال متغير مستقل ودراسة تأثيره، بينما يُستخدم السببي المقارن لتحليل العلاقات بين المتغيرات بناءً على الفروقات الموجودة بين المجموعات.