



The effect of therapeutic measures to rehabilitate a sprained ankle in degrees Pain and balance for players in some sporting events

Sahar Mohammed Salman ^{1*}
Muthanna Ahmed Khalaf

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.32>

Article info.

Article history:

-Received: 14/6/2021

-Accepted: 5/7/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- paraffin wax
- short waves
- ultrasound

© 2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The problem of the study lies in the answer to the following question, does the treatment methods affect the acceleration of the healing process in the rehabilitation of the sprained ankle joint and their return to the exercise of sports as quickly as possible? And it aimed to know the effect of therapeutic methods in rehabilitating the ankle joint sprain for the players of some sports activities. It was assumed that there were statistically significant differences between the results of the tests (pre- and post-test) in favor of the post-test in rehabilitating the ankle joint sprain for players in some sporting events. The two researchers used the experimental design with the test (pre and post), and the research community consists of players from teams (soccer, basketball, and athletics) in Baghdad governorate with sprained ankle joint and the rehabilitation program continues for a period of (6) weeks and the number of qualifying units was (18) units. It was applied during (3) days per week, and the sample included (5) players representing the research community, as for the statistical methods, it was (Mean), (Std.Devition), (T-test) for the related samples, and inferred the effectiveness of the treatment methods used to rehabilitate an injury The ankle joint is of medium pain degree. The two researchers recommended the necessity of diversifying the treatment methods in rehabilitating this type of injury.

* Corresponding Author: Saharmmm433@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

تأثير وسائل علاجية لتأهيل التواء مفصل الكاحل في درجة الالم والتوازن للاعبي بعض الألعاب الرياضية

سحر محمد سلمان أ.د. مثنى احمد خلف

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

الخلاصة:

تكمّن مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤل الاتي، هل تؤثر الوسائل العلاجية في تسريع عملية الشفاء في إعادة تأهيل التواء مفصل الكاحل وعودتهم الى ممارسة النشاط الرياضي بإسرع مايمكن؟ وهدفت الى التعرف على تأثير الوسائل العلاجية في إعادة تأهيل التواء مفصل الكاحل للاعبين بعض الألعاب الرياضية. وافترضنا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات (القبلية- والبعديّة) ولصالح الاختبار البعدي في إعادة تأهيل التواء مفصل الكاحل للاعبين بعض الألعاب الرياضية. استخدم الباحثان التصميم التجريبي ذات الاختبار (القبلي والبعدي)، ويتكون مجتمع البحث من لاعبي منتخبات (كرة القدم، كرة السلة، ألعاب القوى) في محافظة بغداد المصابين بالتواء مفصل الكاحل ويستمر البرنامج التأهيلي لمدة (6) اسابيع وكانت عدد الوحدات التأهيلية (18) وحدة تم تطبيقها خلال (3) ايام بالإسبوع وكانت العينة تضم (5) لاعبين تمثل مجتمع البحث، اما الوسائل الاحصائية فكانت (Mean)، (Std.Devition)، (اختبار T-test) للعينات المرتبطة، واستنتجنا فاعلية الوسائل العلاجية المستخدمة في تأهيل اصابة مفصل الكاحل من الدرجة المتوسطة في درجة الالم. واوصا الباحثان بضرورة تنوع الوسائل العلاجية في تأهيل مثل هذا النوع من الاصابات.

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- شمع البارافين

- امواج قصيرة

- امواج فوق الصوتية

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة واهمية البحث:

استخدمت التقنيات الحديثة في العلاج الطبيعي بشكل كبير بسبب ارتفاع معدل الإصابات الرياضية والمضاعفات الناتجة منها على الرغم من التطور الهائل في المجال الرياضي وفي المجتمعات الأخرى ولاسيما في مجال العلاج الطبيعي وغيرها، كما ان طبيعة المنافسات الرياضية تبين إن حدوث

الإصابة شي محتمل وان بعض الإصابات التي تحدث في الانشطة الرياضية تؤدي الى تهديد حياة الرياضي، وإن الوسائل العلاجية تلعب دوراً مهماً كأحد وسائل العلاج الطبيعي للرياضيين مابعد الإصابة من خلال وضع برنامج علاجي للمصاب مبني على أسس علمية مقننة وسليمة، ويعتمد علاج التواء مفصل الكاحل حسب مستوى شدة الإصابة، وان التقييم الطبي ضروري جداً حيث يلعب التشخيص السريع والعلاج المباشر دوراً كبيراً في تقليل المضاعفات، وكذلك تم اعتماد العلاج على بعض وسائل العلاج الطبيعي من جهاز الأموج فوق الصوتية وشمع اليرافين والامواج القصيرة وجهاز الاشعة فوق البنفسجية لعلاج مختلف أمراض الأوتار والاعتلال العصبي والتهاب المفاصل في مفصل الكاحل.

ومن هنا تكمن اهمية البحث في استخدام وسائل علاجية تأهيلية تسرع من عملية الشفاء لإصابات مفصل الكاحل والتخلص من الآلام والرجوع بأسرع مايمكن الى ممارسة الأنشطة الرياضية في الملاعب.

1-2 مشكلة البحث:

من خلال مراقبة الباحثان على اللاعبين المصابين في مختلف الفعاليات وتعرضهم للأصابة نتيجة الجهد المستمر على اعضاء واجهزة الجسم ولاتراعى الشروط العلمية والفنية احياناً أثناء التدريب، وأن الجهد المفاجيء لأي جزء من الجسم قد يكون اكثر من قوة احتمال انسجة الجسم مما يؤدي الى الاصابة، وأغلبية الإصابات كانت تتكرر خلال التدريب هي إصابات لمفصل الكاحل حيث نجد اكثر مناطق القدم تعرضاً للإصابة بسبب المجهود الكبير الذي يصيب هذا المفصل الحيوي بسبب الحركات المفاجئة او الإرهاق الشديد نتيجة التدريب المكثف الذي يؤدي الى نتائج لايمد عقباها ولهذا على المدرب اتخاذ الاجراءات اللازمة وبطرق سليمة لحماية الرياضي من المضاعفات وكذلك اختيار افضل الوسائل العلاجية والتأهيلية التي تحقق الشفاء وسرعة العودة لممارسة الرياضي للنشاط الرياضي، لذا ارتأى الباحثان الى استخدام وسائل علاجية تأهيلية بطريقة علمية مدروسة ومقننة لتأهيل الإصابة، لذا تكمن مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤل الاتي، هل تؤثر الوسائل العلاجية في تسريع عملية الشفاء في إعادة تأهيل التواء مفصل الكاحل وعودتهم الى ممارسة النشاط الرياضي بأسرع مايمكن؟

1-3 هدف البحث:

1. التعرف على تأثير بعض الوسائل العلاجية في اعادة تأهيل التواء مفصل الكاحل للاعبين للألعاب الرياضية.

1-4 فرض البحث:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات (القبلية- والبعدية) ولصالح الاختبار البعدي في إعادة تأهيل التواء مفصل الكاحل للاعبين للألعاب الرياضية.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: عينة من لاعبي الألعاب الرياضية من المتقدمين لكرة القدم وكرة السلة والعب الساحة والميدان المصابين بالتواء مفصل الكاحل الجهة الوحشية من الدرجة المتوسطة الشدة.

1-5-2 المجال الزمني: (2020/10/12)م الى (2020/12/21)م.

1-5-3 المجال المكاني: مختبر البيوميكانيك والفلسجة، قاعات وملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة- جامعة بغداد، نادي القوة الجوية، الاتحاد العام لكرة السلة، العاب الساحة والميدان.

2- الفصل الثاني- (منهجية البحث واجراءاته الميدانية):

1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثان التصميم التجريبي ذات الاختبار (القبلي والبعدي).

2-2 مجتمع البحث وعينته:

قام الباحثان باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي للرباط الوحشي لمفصل الكاحل من الدرجة المتوسطة تم اختيارهم من (مركز الطب الرياضي/ بغداد) والبالغ عددهم (5) لاعب مصاب من المراجعين في المركز الطبي الرياضي وبعد معاينة اصابتهم وتشخيصها سريراً من قبل الطبيب المختص وأخذ رقائق الاشعة (X-RAY) كانت اصابتهم من الدرجة المتوسطة إصابة التمزق الجزئي للرباط الوحشي لمفصل الكاحل من الدرجة الثانية وإعمار من (22-28)، ويتكون مجتمع البحث من عينة منتخبات لاعبي (كرة القدم، كرة السلة، العاب القوى) (محافظة بغداد)، والجدول (1) يبين تجانس افرادالعينة في متغيرات البحث.

تجانس افرادالعينة في متغيرات البحث

ت	القياسات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	العمر التدريبي	السنة	9.000	10.000	1.732	-1.925
2	العمر	السنة	25.800	28.000	3.033	-.670
3	الوزن	الكغم	84.400	88.000	9.397	-.272
4	الطول	المتر	186.000	190.000	8.916	-.490

2-3 وسائل جمع المعلومات والاجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث:

- ✓ المراجع والمصادر العربية والاجنبية.
- ✓ استمارة تسجيل البيانات.
- ✓ فريق العمل المساعد.
- ✓ جهاز لقياس متغيرات الإتران قرص التحدي (Disc-Challenge) ألماني الصنع.
- ✓ جهاز الأمواج فوق الصوتية صيني الصنع.

- ✓ جهاز الأمواج القصيرة.
- ✓ جهاز حمام الشمع البرافين.
- ✓ جهاز الأشعة فوق البنفسجية
- ✓ جهاز الكتروني (ميزان) لقياس كتلة الجسم صيني المنشأ.
- ✓ كاميرا نوع (Sony) لتصوير الإختبارات يابانية الصنع.
- ✓ ساعة توقيت يدوية الكترونية (Mar.Times) صينية المنشأ.
- ✓ شريط جلدي لقياس الطول (وحدة قياس المتر وأجزأؤه).

2-4 اجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 اختبار التناظر البصري (We.wers.and.Low.1990):

- الغرض من القياس: قياس درجة الألم.
- وصف الأداء: مقياس له تقييم عددي يتكون من (صفر-10)، حيث تعرض على المريض ورقة مقسمة إلى عشرة مربعات تبدأ من اليسار إلى اليمين ويطلب تحديد درجة الألم التي يشعر بها أثناء القيام بحركة الجزء المصاب بالوضع الذي يتم تحديده.
- حساب الدرجات: تسجيل درجة الألم التي يشعر بها المريض عند تحريك الجزء المصاب إلى أقصى مدى ممكن الوصول إليه ودرجة (10) تعبر عن أقصى درجة احساسه بالألم.

2-4-2 اختبار التوازن (Level-1) (Challenge.Disk) (ياسر واحمد، 2015):

- الهدف من الاختبار: قياس الاتزان ومتغيراته.
- الادوات: جهاز قرص التحدي (Challenge-Disc)، جهاز حاسوب (Laptop).
- طريقة الاداء: يقف اللاعب فوق جهاز قرص التحدي (Challenge-Disc) ومواجهاً لجهاز الحاسوب إذ تظهر دائرتين في كل مرحلة من المستوى (1) ويجب على اللاعب ان يدخل الدائرة الصغيرة (الخضراء) داخل الدائرة الكبيرة (الحمراء) من خلال تحريك القرص وبمساعدة النظر من خلال المشاهدة على شاشة الحاسوب، وتختلف طريقة الاداء بعد كل محاولة الى ان يصل الى المرحلة (14) وهي اخر مرحلة وان زمن كل مرحلة للاتزان المتحرك (20) ثانية، وللاتزان الثابت (10) ثانية وفترة الراحة بين كل مرحلة (7) ثانية.
- التسجيل: يعطي الجهاز درجة الاتزان الكلي ودرجة الاتزان الثابت ودرجة الاتزان المتحرك اضافة الى درجة كل مرحلة من مراحل الاداء.
- عدد المحاولات: تعطى محاولة واحدة لكل لاعب بعد اجراء محاولات تجريبية للتكيف مع متطلبات الاختبار، وزمن الاختبار (5.21) دقائق.

2-4-3 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثان بأجراء التجربة الاستطلاعية على (1) من اللاعبين المصابين في التواء مفصل الكاحل يوم الاربعاء الموافق (2020/10/21)م الساعة الـ(4.00) عصراً في عيادة المعالج المختص وكان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية، الوقوف على المعوقات والصعوبات التي تصادف الباحثان في اجراء التجربة الرئيسية، والتأكد من سلامة الأجهزة والأدوات المستخدمة ومدى صلاحيتها لأجل الوقوف على دقة وصحة الاختبارات المستخدمة في البحث، ومعرفة الوقت المستغرق للاختبارات وملائمة الوسائل العلاجية المستخدمة لمفصل الكاحل المصاب، وتعريف افراد فريق العمل بالواجبات التي عليهم والتحقق من كفاءة فريق العمل المساعد^(*).

2-4-4 الاختبار القبلي:

قام الباحثان بأجراء الاختبارات القبلية على عينة البحث البالغ عددهم (5) مصابين بمفصل الكاحل وبمساعدة فريق العمل المساعد في يوم (الإربعاء) الموافق (2020/10/26)م في تمام الساعة الـ(4.00) عصراً في عيادة المعالج المختص لكل من اختباري (درجة الالم والتوازن).

2-4-5 التجربة الرئيسية:

تؤدى بإستخدام الوسائل العلاجية من (الأمواج فوق الصوتية، شمع البرافين، الأمواج القصيرة، الأشعة فوق البنفسجية) الخاصة بتأهيل إصابة مفصل الكاحل في الأيام (الأحد، الثلاثاء، الخميس) بمساعدة المعالج الطبيعي، وتم تقسيمها الى مرحلتين:

- المرحلة الأولى^(*): تم استخدام جهاز الأمواج فوق الصوتية وحمام شمع البرافين خلال ثلاثة أسابيع بواقع ثلاث وحدات بالإسبوع وواقع ثلاث جلسات بالأسبوع لكل منهما .
- المرحلة الثانية^(*): تم استخدام جهاز الأمواج القصيرة والأشعة فوق البنفسجية خلال ثلاثة أسابيع بواقع ثلاث وحدات بالأسبوع وواقع ثلاث جلسات بالأسبوع لكل منهما.

2-4-5 الاختبار البعدي:

بعد الانتهاء من تطبيق مفردات المنهج التأهيلي تمت الاختبارات البعدية يوم (الاثنين) الموافق (2020/12/21)م بنفس المكان ووفق نفس الظروف المستخدمة في الاختبار القبلي والتدرج في الاختبارات.

* فريق العمل المساعد:

1. عبد المهدي ارشد/ الساحة والميدان/ مدرب.
2. حسن سمير/ الساحة والميدان/ لاعب.
3. سجاد سعدون/ الساحة والميدان/ لاعب.
4. يوسف قصي اسماعيل/ كرة السلة/ لاعب.

* الملحق 10.

* الملحق 11.

5-2 الوسائل الاحصائية:

استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية للعلوم النظرية (SPSS):

- الوسط الحسابي (Mean).
- الانحراف المعياري (Std.Devition).
- الوسيط (Median).
- معامل الالتواء (Skewness).
- اختبار (T-test) للعينات المرتبطة (Paired.Samples.Test).

3- الفصل الثالث - (عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها):

3-1 عرض وتحليل قيم الاختبار (القبلي - بعدي) في درجة الالم ومناقشتها:

الجدول (2)

قيم الاختبار (القبلي - بعدي) في درجة الالم

ت	المتغيرات	الاختبار	س	±ع	فرق الاوساط	انحراف الفروق	الخطا المعياري للاوساط	T	Sig	الدلالة	التطور (%)
1	الاستناد على المشط	قبلي	8.200	.837	6.40	.894	.400	16.000	.000	معنوي	355.55
		بعدي	1.800	.447							
2	الاستناد على الكعب	قبلي	9.200	.447	7.60	.894	.400	19.000	.000	معنوي	475
		بعدي	1.600	.548							

• $Df = 4$ معنوي عند $(Sig) \geq (0.05)$.

• من الجدول (2) يتبين:

ان اختباري درجة الالم في الاستناد على المشط والكعب قد اظهرا فروقاً معنوية لصالح الاختبار البعدي، وان قيمة التطور الاكبر حسب التسلسل اولاً اختبار الاستناد على الكعب بلغت (475%)، ثم اختبار الاستناد على المشط بلغت (355.55%).

يرى الباحثان ان درجة الالم هي العامل الالم لهذا النوع من الاصابة بالنسبة لعينة البحث وأن تأثير الوسائل العلاجية على منطقة الإصابة أدى إلى تحسن في وظيفة الكاحل فمؤشر الألم يؤثر على المدى الحركي وتحسنه أولاً، وثانياً عندما يتناقص مستوى الألم تكون هناك قابلية للتحمل التي تزيد من قوة العضلة. أن الألم في مفصل الكاحل يتسبب في تأخير وقت تسارع شفاء عضلات الكاحل (E.H.Rebent.et.al.2006).

وفي ما يخص استخدام شمع البارافين اصبح الان شائعا في علاج الاصابات في الكاحل بمختلف انواعها ودرجاتها ومن ضمنها الاصابات المزمنة والتي اصبحت ضمن الدرجة المتوسطة حيث لاتظهر الالام فيها الا عندما يكون هناك ضغط على المنطقة لفترة طويلة او شدة تمرين عالية.

فهناك العديد من التقارير السريرية بشأن استخدام حمام شمع البارافين لمختلف أنواع الحالات بما في ذلك التصلب البسيط الذي يحدث للمفصل بعد طول فترة الإصابة (Randall.T.et.al.2012).

إذ يعمل الشمع على تليين الجلد الجاف مما يجعله خفيفاً وتزيد الحرارة من تدفق الدم عبر الجلد وقد يعطي ذلك شعوراً بتقليل شدة التوتر للفرد لمنطقة الكاحل وأن العلاج بالشمع يحفز الغدد العرقية بشكل خاص تلك التي تحتفظ بإمدادها العصبي (Kaye.and.Laby.2013).

ان الاساس في عمل الشمع كما ذكر اعلاه هو زيادة حرارة المنطقة حيث تؤدي الى زيادة تدفق الدم للمنطقة وقد يعطي ذلك شعورا بتقليل شدة التوتر للفرد لمنطقة الكاحل، لان وجود الالم اثناء الفترات التدريبية خصوصا يعطي ايعازا لاتخاذ اوضاع تقلل من شدته اثناء الحركة، وقد لاحظ الباحثان من خلال ما يذكره افراد عينة البحث حيث بدأت مراحل انخفاض درجة الالم بعد فترة الاسبوعين الاولى من التاهيل وقد تم نشر تقارير حول استخدام شمع البارافين كخيار علاجي في إدارة مثل هذه الحالات وأظهرت النتائج الإجمالية حالات ايجابية لذلك.

فهناك تحسين في وظيفة الكاحل والألم ولخصت الدراسات إلى أن العلاج بحمام البارافين يكون اكثر فاعلية عندما يقترن بتمرين علاجي ووجد الباحثون ايضا نتائج ذات دلالة إحصائية لصالح شمع البارافين مع ممارسة الرياضة (Members.OP.and.OM.2004).

فالألم هو وسيلة للجسم للإشارة إلى ان هناك شيء خاطئ ويأتي ذلك من خلال الایعازات العصبية وبالتاكيد فان الجسم يطلق تفاعلات انزيمية خاصة لتجاوز هذه المرحلة ولكنها قد تتوقف او لاتصل بسبب تراكم وطول فترة الإصابة حتى لو كانت متوسطة، وهنا يأتي دور استخدام شمع البارافين في زيادة الحرارة وتوسيع الاوعية الدموية وزيادة تنافذ مناطق الجلد المحيطة بالكاحل.

فالجسم يطلق الدورفين إلى موقع الألم لتخفيف الألم ولكن الالم سيستمر إذا تم اعاقه مسار الإندورفين حيث يذهب الإندورفين عبر الدم، والطبقة الجلدية الفرعية طبقة مائية بين أنسجة العضلات والجلد، ويمكن الوصول إلى الطبقة تحت الجلدية من خلال ثقب صغيرة في الجلد، ورفع درجة حرارة الجلد حول المنطقة المصابة يسخن الطبقة تحت الجلد ويطلق الغدة في قاعدة الدماغ لإطلاق الإندورفين إلى موقع الألم، وبذلك يخفف الألم فالشمع له تأثير وتحفيز لإفراز الاندورفين (Prentice.WE.2011).

وفي ما يخص الموجات فوق الصوتية حيث تستخدم في علاج الجهاز العضلي الهيكلي ودائما ماتكون مصاحبة لوسائل علاج اخرى فالعلاج الاكثر شيوعا عادةً عندما تظهر اعراض الاصابات المتوسطة تتكون

من الراحة والتلج، ولكن غالبًا ما يُعتبر العلاج الإضافي ضروريًا، وبناءً على ذلك فقد تم استخدامها في العلاج الطبيعي لتخفيف الألم وتقليل التورم وتحسين حركة المفاصل بما في ذلك التواء الكاحل. وأثبتت الأبحاث المختبرية أن استخدام الموجات فوق الصوتية يؤدي إلى تعزيز معدل الأيض الخلوي وتخفيف الألم وزيادة المرونة للاغشية المحيطة بمناطق الجزء المصاب (Vander.et.al.2002). ويرى الباحثان من خلال اطلاعهما على الدراسات التي أجريت فقد تم التأكد من أن استخدام الموجات فوق الصوتية كافٍ لزيادة درجة حرارة الأنسجة ويُفترض أن هذا الارتفاع في درجة الحرارة هو الآلية الوسيطة لإصلاح الأنسجة والتعزيز من تمدد الأنسجة الرخوة وتعزيز إعادة ترهل العضلات وزيادة تدفق الدم وتخفيف التفاعلات الالتهابية للأنسجة الرخوة التي تركت آثارًا سلبية نتيجة عدم اتخاذ وسائل العلاج الصحيح في بدايتها.

وفيما يخص استخدام الامواج القصيرة فقد اشارت العديد من النتائج فاعلية استخدامها في تقليل الألم وتحسين وظائف الجزء المصاب. فقد أكدت دراسة ان استخدام الامواج القصيرة يعمل على تقليل الألم بعد العلاج (Wang.H.et.al.2017).

ومن خلال المراجعات نلاحظ تشابه الية عمل الامواج بنوعيتها وهي الحرارة واعطاء نوع من الاسترخاء والمرونة للجلد والاغشية المحيطة وتقليل تصلب المفصل. وفي دراسة اخرى أظهرت أن التأثير الإيجابي في تخفيف الألم لا يتحقق إلا عندما ينطوي العلاج على درجة معينة من الإحساس بالحرارة (Akyol.Y.et.al.2010).

ويرى الباحثان من خلال ماتقدم ان الوسائل العلاجية جميعها تشترك في عامل الحرارة للجزء المصاب ولكنها تختلف في تقنياتها وهذا التنوع ضروري وان عملية اشراك هذه الوسائل هو احد الاسس العلاجية والتي اثبتت فاعليتها مع العينة وتخفيف درجات الألم لها والذي هو المؤشر الاول في تحدد الحركة.

اما ما يخص الاشعة فوق البنفسجية فلم يجد الباحثان مصادرا تعطي فاعلية كبيرة في تاهيل اصابة الكاحل واعطائها نتائج بحثية موثقة، ومن خلال المقابلات الشخصية للمعالج والطبيب المختص ذكروا ان استخدامها عامل مساعد لزيادة حرارة المنطقة المصابة ولا يمكن وصفها طبيا ان الاقتصار على استخدامها يؤدي الى تخفيف الألم الى درجة الشفاء او التوازن، ولذلك كانت تستخدم مع الامواج القصيرة لزيادة حرارة الجزء المصاب.

3-2 عرض وتحليل قيم الاختبار (القبلي - بعدي) في التوازن ومتغيراته:

الجدول (3) قيم الاختبار (القبلي - بعدي) في التوازن ومتغيراته

ت	المتغيرات	الاختبار	س	±ع	فرق الاوراسط	انحراف الفروق	الخطا المعياري	T	Sig	الدلالة	التطور (%)
---	-----------	----------	---	----	-----------------	------------------	-------------------	---	-----	---------	---------------

				للاوساط							
1	الدرجة الكلية	قبلي	14.822	153.200	-40.800	40.996	18.334	2.225	.090	عشوائي	26.63
			34.547	194.000							
2	الثابت	قبلي	.042	.143	-.036	.030	.013	2.738	.052	عشوائي	25.17
			.016	.179							
3	المتحرك	قبلي	.024	.104	-.005	.037	.017	.311	.772	عشوائي	4.81
			.036	.109							

• 4 = Df معنوي عند (Sig) $\geq (0.05)$.

• من الجدول (3) يتبين:

ان جميع المتغيرات الخاصة باختبار التوازن لم تظهر فروقاً معنوية ولكنها اظهرت في نفس الوقت تحسناً في اوساطها الحسابية بالنسبة للاختبار البعدي وان قيمة التطور الاكبر كانت حسب التسلسل اولاً في الدرجة الكلية بلغت (26.63%)، وفي التوازن الثابت بلغت (25.17%)، وفي التوازن المتحرك بلغت (4.81%)، وفي ما يخص استخدام شمع البارافين فتاثيره الحراري ادى تحسين مستوى اليعازات الحس حركية للمفصل والمستقبلات وهي ترتبط بشكل مباشر بتحسين التوازن لدى المصاب كما ظهر في نتائج الاختبار البعدي. ولذلك يشيع استخدام حمام شمع البارافين كعلاج فعال لتحسين الدورة الدموية وتعزيز الاسترخاء وسهولة اليعازات العصبية ويعتبر العلاج بشمع البارافين من اكثر الاستخدامات شيوعاً في العلاج الطبيعي (Prentice.WE.2011).

وفي ما يخص الموجات فوق الصوتية فقد عملت بشكل فاعل في تحسين مستوى التوازن لانها تساعد في تحسين مستوى الانشطة الايضية للمفصل وهي ساعدت في نفس الوقت بتحسين قابلية المصابين على اداء التوازن لان اي تحسن بمستوى انشطة الخلايا والعضلات المسؤولة يزيد من قابلية اليعاز العصبية وتحسنه. وقد اثبتت الدراسات ان استخدام هذه الامواج يعطي النتائج الاتية وهي تحسين تخفيف الآلام والانتعاش العام او الارتياح من مؤشرات الحركة التي تؤدي الى شعور بالام مختلفة وكذلك تخفيف التورم وتحسين الضعف الوظيفي ونطاق الحركة وانشطة التوازن (Van.den.Bekerom.et.al.2011).

وفيما يخص استخدام الامواج القصيرة التي ساعدت في تحسين زيادة المرونة الحركية للمفصل وهو مؤشر لقابلية المفصل في تحسن الحركات الخاصة بالتوازن لاننا كما نعلم ان هذه الحركات تعطي ردود افعال غير معلومة قد تشابه الى حد ما الاستجابة الحركية وهذه الردود تحتاج الى تحسن مدى المفصل لعدم ظهور مضاعفات اخرى اثناء ادائها بسبب تعرض الانسجة للاصابة والتي تؤدي الى قصور في التحكم بدرجة صعوبة اليعازات الحركية التي تتلائم مع حركات التوازن، فمن خلال التجربة العملية لعينة البحث لاحظت الباحثة ان اختبارات التوازن تظهر لدى اللاعبين مناطق الام لم تظهر لديهم في الاختبارات الاخرى مما يدل على اهمية هذا الاختبار في مستوى اعادة التأهيل فهو يجمع بين القوة والالم والمدى الحركي وقد

يعتبر اكثر الاختبارات دلالة لشفاء الاصابة، وهنا تظهر اهمية استخدام الامواج القصيرة في مثل هذه الاصابات.

فالامواج القصيرة تعمل على تقليل الالتهاب والسمك الزليلي وتؤدي إلى تقليل تصلب المفاصل وقد يفسر هذا تأثيره الكبير على تخفيف الألم والوظيفة وتحسن نوع الحركة (Cameron.MH.2017).

4- الفصل الرابع - (الاستنتاجات والتوصيات):

4-1 الاستنتاجات:

1. فاعلية الوسائل العلاجية المستخدمة في تاهيل اصابة مفصل الكاحل من الدرجة المتوسطة لدرجة الالم.
2. الوسائل العلاجية تؤثر بشكل فاعل في درجة الالم للكاحل ولكنها لاتعطي مدلولات كبيرة للاختبارات الخاصة بالتوازن عدا تحسن مستوى الاوساط الحسابية.

4-2 التوصيات:

1. ضرورة تنوع الوسائل العلاجية في تاهيل مثل هذا النوع من الاصابات.
2. التنوع من حيث الادوات والاجهزة العلاجية الحديثة لكل مراحل الاصابات حتى لو بفترات زمنية طويلة من الانقطاع.
3. العمل على وضع مثل هذه البرامج لفئات عمرية اخرى وقد تكون غير ممارسة للرياضة.
4. استخدام اختبارات وفحوصات اخرى كي تعطينات مدلولات جديدة حول درجة تاهيل الاصابة.

❖ المصادر:

- ياسر نجاح واحمد ثامر؛ التحليل الحركي الرياضي، ط1، (دار الضياء للطباعة، النجف الاشرف،

(2015)، ص208.

- Akyol Y, Durmus D, Alayli G, et al. (2010). **Does short wave diathermy increase the effectiveness of isokinetic exercise on pain function knee muscle strength, quality of life and depression in the patients with knee osteoarthritis?** (A randomized controlled clinical study. Eur J Phys Rehabil Med; 46.6): p325.
- Cameron MH. (2017). **Physical Agents in Rehabilitation: from research to practice.** (5th ed. St Louise: Elsevier Saunders). p.200.
- E.H. Robert, P.T. Cingel, K. Gertjan, Elian JU, P.G. Patrick, G.H. Paul, A. G eert. (2006). **Repeated ankle sprains and delayed neuromuscular response: acceleration time parameters.** (J Orthop Sports Phys Ther, 36 (2)). p.77.
- Members OP, Members OM.Ottawa. (2004). **Panel Evidence-Based Clinical Practice Guidelines for Electrotherapy & Thermotherapy**

Interventions in the Management of Rheumatoid Arthritis in Adults. *Phys Ther.* 84(11): p1039.

- Kaye and Laby. (2013). "Mechanical properties of materials". (Tables of Physical and Chemical Constants. Available from. National Physical Laboratory).
- Prentice WE. (2011). Therapeutic modalities in rehabilitation, (fourth edition. McGraw-Hill Companies). p63.
- Prentice WE. (2011). Therapeutic modalities in rehabilitation, (fourth edition. McGraw-Hill Companies).
- Randall T, Portney L, Harris B. (2012). **Effect of joint mobilization on joint stiffness and active motion of the metacarpal phalangeal joint.** (J Orthopedic Sports Med. 16(1)). p34.
- Van den Bekerom MPJ, van der Windt DAWM, van der Heijden GJ, ter Riet G, Bouter LM. (2011). **Therapeutic ultrasound for acute ankle sprains.** (Cochrane Database Syst Rev;6): p125.
- Van der Windt DAWM, Van der Heijden GJMG, Van den Berg SGM, Ter Riet G, De Winter AF, Bouter LM. (2002). **Ultrasound therapy for acute ankle sprains.** (Cochrane Database of Systematic Reviews; 1). p68.
- Wang H, Zhang C, Gao C et al. (2017). **Effects of short-wave therapy in patients with knee osteoarthritis: a systematic review and meta-analysis.** (Clin Rehabil; 31:660). p71.
- We wers M.E&Lowe N.K, (1990). A critical review of visual analoge Skills in measurement of clinical phenomena, .p227.

الملحق (1)

نموذج الوحدة التأهيلية الأولى للبرنامج العلاجي التأهيلي لجهاز الأمواج فوق الصوتية وحمام شمع البرافين

الزمن	أجهزة العلاج الطبيعي
10-15 دقيقة	<ul style="list-style-type: none">• استخدام جهاز الأمواج فوق الصوتية (UltraSound.Wave).• استخدام الموجات ذات النوع المستمر.• التردد المستخدم (3) ميكاهرتز.• الشدة المستخدمة بين (0.5-1) واط/سم.
10 دقيقة	الراحة
10-15 دقيقة	<ul style="list-style-type: none">• استخدام حمام شمع البرافين (paraffin.wax).• غمر مفصل الكاحل داخل الشمع لمدة (5) ثانية ثم يرفع (1) دقيقة حتى يبرد الشمع.• تكرار من (6-12) مرة• درجة حرارة الشمع مابين (40-44) درجة.

الملحق (2)

نموذج الوحدة التأهيلية الأولى للبرنامج العلاجي التأهيلي لجهاز الأشعة فوق البنفسجية والأمواج القصيرة

الزمن	أجهزة العلاج الطبيعي
(15-10) دقيقة	<ul style="list-style-type: none">• استخدم جهاز الأمواج القصيرة (Short.wave).• استخدام الموجات القصيرة ذات النوع النباض (المتقطع).• التردد المستخدم (100) هرتز.• الشدة المستخدمة (17) واط/ سم.
(10) دقيقة	الراحة
(6-2) دقيقة	<ul style="list-style-type: none">• استخدام الأشعة فوق البنفسجية.• إبعاد صحن الجهاز مسافة (75) سم عن جسم الرياضي في أول جلسة وتقليل هذه المسافة بمعدل (5) سم لكل جلسة حتى تصل أقرب مسافة (45) سم.• يعرض جسم الرياضي لمدة (2) دقيقة عند أول جلسة ويزداد زمن التعرض بمعدل (0.5) دقيقة لكل جلسة.



The extent to which physical education teachers in Kirkuk governorate possess the skills of the twenty-first century

Zahra Abdel K. Shakour^{1*}

Ziad Salem Abd¹

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

Article info.

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.33>

Article history:

-Received: 28/6/2021

-Accepted: 5/7/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- to have
- for skills
- Six Hats
- strategy
- 21st century the two researchers

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The research problem can be known through the following questions:

Do male and female teachers of physical education in Kirkuk have the skills of the twenty-first century?

- Are there differences between male and female teachers of physical education in Kirkuk governorate according to the gender variable in possessing twenty-first century skills?

The study aimed to:

- 1- Building a scale for the skills of the twenty-first century for male and female physical education teachers in Kirkuk governorate.
- 2- To identify the extent to which physical education teachers in Kirkuk governorate possess the skills of the twenty-first century.
- 3- Detecting the differences in the extent to which physical education teachers in Kirkuk governorate possess the skills of the twenty-first century according to the variable (gender).

The research community was determined by a comprehensive inventory method represented by physical education teachers in Kirkuk governorate, who numbered (225) teachers for the academic year (2020-2021) and the research sample consisted of (203) teachers, and the research sample was divided into two parts (construction sample, and application sample) about Through the lottery, the construction sample was limited to (103) teachers, and the application sample was limited to (100) teachers. The researcher used a number of methods in collecting data. As for statistical treatments, the statistical program (spss) was used to extract the required results that serve the study.

The research reached the following conclusions:

- 1- The twenty-first century skills scale was built for physical education teachers in Kirkuk governorate.

1- * Corresponding Author: zahabdalkrym@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

مدى امتلاك مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك لمهارات
القرن الحادي والعشرين

تاريخ البحث
- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

زهرة عبدالكريم شكور
أ.م.د. زياد سالم عبد
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق
الخلاصة:

الكلمات المفتاحية
- امتلاك
- لمهارات
- القرن الحادي والعشرين

يمكن معرفة مشكلة البحث من خلال التساؤلات الآتية:

- هل يمتلك مدرسي و مدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك لمهارات القرن الحادي والعشرين ؟
 - هل يوجد فروق بين مدرسي و مدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك وفقا لمتغير الجنس في امتلاك مهارات القرن الحادي و العشرين ؟
- هدفت الدراسة إلى:

- 1- بناء مقياس لمهارات القرن الحادي والعشرين لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك.
- 2- التعرف على مدى امتلاك مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك لمهارات القرن الحادي والعشرين.
- 3- الكشف عن الفروق في مدى امتلاك مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك لمهارات القرن الحادي والعشرين وفقاً لمتغير (الجنس).

تم تحديد مجتمع البحث بإسلوب الحصر الشامل والمتمثل بمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك والبالغ عددهم (225) مدرساً للسنة الدراسية (2020-2021) وتكونت عينة البحث من (203) مدرساً، وتم تقسيم عينة البحث إلى قسمين (عينة البناء، وعينة التطبيق) عن طريق القرعة حددت عينة البناء بـ(103) مدرساً وحددت عينة التطبيق بـ(100) مدرس، استخدمت الباحثان عدد من الوسائل في جمع البيانات أما المعالجات الإحصائية فقد استخدمت البرنامج الإحصائي (spss) لاستخراج النتائج المطلوبة التي تخدم الدراسة.

وتوصل البحث إلى الاستنتاجات الآتية:

تم بناء مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك.

1- التعريف بالبحث:**1-1 مقدمة البحث وأهميته:**

يشهد العصر الحالي ثورة معلوماتية و تطوراً تقنياً سريعاً مما يجعل المدرس بحاجة إلى إكتساب معلومات و مفاهيم و إتجاهات ومهارات جديدة حتى يكون قادراً على مواجهة تحديات المستقبل و هذا التطور المعلوماتي و التقني والتكنولوجي الهائل إنعكست آثاره على المنظومة التعليمية والتربوية, إن التعليم أحد العلوم التي وقع عليها تأثير تلك الثورة لذلك أصبح هدف التعليم و مخرجاته لا يقتصر على إعداد مدرس متمكن من المعرفة و لكن إعداد مدرس قادر على التنافس و النجاح في الحياة والعمل وأداء دوره القيادي و التربوي في الأخذ بيد الجيل الجديد وفق متطلبات العصر الجديد (الألفية الثالثة).

انطلاقاً من أهمية القرن الحادي و العشرين هي إشراك التطورات التكنولوجية في مهارات القرن الحادي والعشرين لدى مدرس الرياضة داخل درس الرياضة والخروج بنتائج تنسجم مع التطور الحاصل في هذا العصر إذ تعتبر هذه المهارات هي المسؤولة عن تنمية قدرات المدرسين والمدرسات على النجاح في حياتهم العملية والشخصية إذ لا يستطيع مدرس الرياضة أن يواصل النجاح الذي سعى إلى تحقيقه بدون إكساب هذه المهارات و التعرف على أنواعها و تصنيفاتها ومواقع استخداماتها ومدى تأثيرها على البيئة العلمية وعلى المتعلمين خاصة لكي يستطيع إخراج جيل قادر على مواجهته متطلبات الحياة في هذا العصر ولقد جاءت فكرة دراسة مهارات القرن الحادي والعشرين نظراً للتغيرات السريعة التي حصلت في هذا العصر.

ويشير كل من (بيرنيتزلنج و تشارلز فادل) أن القرن الحادي والعشرين هو قرن التطور والتجديد والانفتاح وهنا نحتاج إلى مجموعة من المهارات لكي يتمكن مدرس التربية الرياضية من التكيف والتعامل مع تطورات الحياة في القرن الحادي والعشرين إذ شهدت الفترة الأخيرة إهتماماً واسعاً بالمهارات الضرورية والكافية للنجاح في الحياة والعمل, لذا أصبحت الحاجة إلى التغيير والتحديث في برامج التربية العلمية ملحة وحتمية لتلبية متطلبات القرن وتحدياته التي تفرض على النظم التربوية والتعليمية ضرورة تنمية المهارات اللازمة للحياة والنجاح في هذا القرن.⁽¹⁾

لذلك سعت الكثير من المؤسسات والمنظمات التربوية إلى تحديد مهارات القرن الحادي والعشرين وصياغة الأفكار لدمج هذه المهارات وتكاملها مع النظم التعليمية وماتشمله من مناهج دراسية في المجالات العلمية والمتنوعة التي تعين المدرس على التكيف مع العالم.⁽²⁾

إنطلاقاً من أهمية وجود مهارات القرن الحادي والعشرين قامت العديد من الدراسات والمشروعات وورش العمل بهدف الوقوف على مدى تضمين برامج إعداد المدرسين لمهارات القرن الحادي والعشرين , هذا ولم يتوقف الاهتمام بهذه المهارات عن حد التعرف عليها وتحديدها بل تعدى ذلك إلى تحليل هذه المهارات والوقوف على مضمونها وإكسابها المدرس.

كما أكدت نتائج العديد من الدراسات السابقة إلى وجود تدني واضح في تناول مهارات القرن الحادي والعشرين على المستوى العربي ومنها دراسة (حجة، 2018)⁽³⁾ ودراسة (سبحي، 2017)⁽¹⁾ ودراسة (عبدالله، 2016).⁽²⁾

(1) بيرنيتزلنج و تشارلز فادل؛ مهارات القرن الحادي والعشرين للتعليم للحياة في زمننا ، ترجمة: بدر عبدالله الصالح. النشر العلمي والمطابع . جامعه ملك سعود، 2013).

(3) إدريس سلطان صالح يونس؛ تقويم منهج الجغرافيا بالمرحلة الثانوية العامة في ضوء مهارات القرن الحادي و العشرين : (مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، مصر ، (76)) ص 63-92.

(3) حكم رمضان حجة؛ مدى تضمين كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا لمهارات القرن الحادي والعشرين : (دراسات العلوم التربوية 2018) ص 163_178.

قد برزت الحاجة لتدريب المدرس على ممارسة التفكير حتى يصبح التفكير جزء من مهاراته اليومية تمكنه من العيش في عصره وتعيينه على توليد أفكار جديدة تؤهله للغوص في أعماق القضايا المطروحة وإيجاد حلول ملائمة لها وبالإضافة إلى تنمية الروح التعاونية الايجابية مع المديرين وذلك بإشراكهم في لقاءات واجتماعات من شأنه أن يدعم علاقات المودة القائمة بين المدرسين.⁽³⁾ وبذلك تكمن أهمية البحث الحالي في مايلي:

- 1- تعد محاولة أو تجربة لوضع بيانات حقيقة لأداء المدرسين.
- 2- يستمد البحث أهميه من خلال إعطاء المدرسين الدور الكبير في التعرف على خبراتهم السابقة وطاقتهم وإعادة بناء المعرفة لديهم من جديد في مجال عملهم وتهيئتهم لمجابهة التغيرات المتلاحقة وإعدادهم للمستقبل.
- 3- إنطلاقة جديدة للباحثين في مجال طرائق تدريس التربية البدنية وعلوم الرياضة لفتح آفاق جديدة ومستقبلية في هذا المجال.
- 4- تناول البحث ثلاث مهارات حديثة من مهارات القرن الحادي والعشرين وهي :

- الابداع والابتكار .
- تكنولوجيا المعلوماتية.
- الحياة والعمل.

1 - 2 مشكلة البحث:

نظراً للتغيرات والتحديات التي تواجه المدرس في هذا القرن فلا بد من مساعدته على إمتلاك العديد من المهارات التي تمكنه من العلم والحياة والعمل, إذ تعتبر هذه المهارات هي المسؤولة عن تنمية قدرات المدرسين والمدرسات على النجاح المهني والشخصي في القرن الحادي والعشرين. لذلك إرتأى الباحثان أن تضع بين يدي المدرسين والمشرفين البيانات التعريفية لهذه المهارات وما يمتلكه المدرسين منها للعمل على تحقيقها و تنميتها لدى المدرسين. لذلك يمكن صياغة البحث من خلال التساؤلات الآتية:

- هل يمتلك مدرسي و مدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك لمهارات القرن الحادي و العشرين ؟
- هل يوجد فروق بين مدرسي و مدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك وفقاً لمتغير الجنس و سنوات الخدمة في إمتلاك مهارات القرن الحادي و العشرين ؟

1- 3 أهداف البحث:

- 1- بناء مقياس لمهارات القرن الحادي والعشرين لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك.
- 2- التعرف على مدى إمتلاك مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك لمهارات القرن الحادي والعشرين.
- 3- الكشف عن الفروق في مدى إمتلاك مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك لمهارات القرن الحادي والعشرين وفقاً لمتغير (الجنس).

1- 4 فروض البحث:

- عدم وجود فروق بين مدرسي و مدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك لامتلاكهم لمهارات القرن الحادي و العشرين وفقاً لمتغير (الجنس).

(1) نسرین بنت حسن سبجي؛ مدى تضمين مهارات القرن الحادي و العشرين في مقرر العلوم المطور للصف الأول المتوسط (مجلة العلوم التربوية 1(1) ص 4 _ 44.

(2) شیرین حسن محمد عبدالله؛ تقويم منهج الدراسات الاجتماعية بالمرحلة الابتدائي في ضوء بعض المهارات القرن الحادي و العشرين (مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية , (80) ص 172 _ 186 .

(3) محمود عطية طافش؛ مصدر سبق ذكره، (2012)، ص 76.

5-1 مجالات البحث:**1-5-1 المجال البشري:**

مدرسو ومدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك للعام الدراسي (2020-2021).

2-5-1 المجال الزمني:

للمدة من 2021/2/15 ولغاية 2021/4/29.

3-5-1 المجال المكاني:

مدارس محافظة كركوك.

6-1 تحديد المصطلحات:

- مجموعة من القدرات والاستعدادات والميول والاتجاهات والخبرات التي تعتنى ببناء شخصية الفرد وفقاً لمتطلبات القرن الحادي والعشرين.
- عرفه (ترلينج وتشارلز، 2013)⁽¹⁾: وهي المهارات التي تمكن الفرد على الإبداع والتفكير والتواصل والتعاون من خلال الاعتماد الذاتي والجماعي وتطوير النمو المهني والعمل والاستخدام الأمثل للتقنية.
- التعريف الإجرائي لمهارات القرن الحادي والعشرين هي الدرجة التي يحصل عليها مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في محافظة كركوك من خبرات وكفايات في مجال مهارات القرن الحادي والعشرين.

2- الدراسات النظرية:**1-2 مهارات القرن الحادي والعشرين:**

شهدت بدايات القرن الحادي والعشرين انتشار وتوسع كبير في التقنية المعلومات والاتصال وقد نتج عن ذلك الاقتصاد القائم على المعرفة والمنافسة بين الدول تتوقف على ما تمتلكه القوى العاملة من مهارات تتفق مع خصائص هذا العصر مما أدى إلى ضرورة إمتلاك المدرسي لهذه المهارات تمكنهم من الحياة والعمل في مجتمع عصر المعرفة وهذا يلقي المسؤولية كبرىه على التربية في إعداد مدرسين الناجحين القادرين على مواجة تحديات هذا العصر.

وقد تحدثت الكثير من الكتب والدراسات على تحديد مهارات القرن الحادي والعشرين وأجمعت على أنها ثلاث فئات رئيسية (مهارات التعلم والابتكار-ومهارات تكنولوجيا المعلومات والوسائط الإعلامية ومهارات الحياة والعمل).

1-1-2 مفهوم مهارات القرن الحادي والعشرين:

عرفها خميس بأنها: "مجموعة من المهارات التي يحتاجها العاملون في مختلف البيئات العمل ليكونوا أعضاء فاعلين ومنتجين بل مبدعين إلى جانب إتقانهم المحتوى المعرفي اللازم لتحقيق النجاح تماشياً مع متطلبات الحياة والعمل في القرن الحادي والعشرين"⁽²⁾.

وترى شلبي بأنها: "مجموعة من المهارات الضرورية لضمان الاستعداد المدرسين للتعلم والابتكار والحياة والعمل والاستخدام الأمثل للمعلومات والتكنولوجيا في القرن الحادي والعشرين" (2014، ص 6)⁽³⁾ وتعرفها تفيده غانم بأنها: "المهارات اللازمة للنجاح في العمل والدراسة والحياة وتشمل المحتوى المعرفي والمهارات الخاصة والخبرة والثقافات المختلفة أي مدى واسع من المعرفة والقدرات وعادات"⁽¹⁾

(1) بيرني ترلينج وتشارلز فادل؛ (2013)؛ مصدر سبق ذكره، ص 56.

(2) ساما فؤاد عباس خميس؛ مهارات القرن الحادي والعشرين، إطار عمل للتعليم من أجل المستقبل: (مجلة الطفولة والتنمية: المجلس العربي للطفولة والتنمية، مج 9، ع 31 (2018) ص 152.

(3) نوال محمد شلبي؛ إطار مقترح لدمج مهارات القرن الحادي والعشرين في مناهج العلوم بالتعليم الأساسي في مصر: (المجلة التربوية الدولية المتخصصة: دار سمات للدراسات والأبحاث، مج 3، ع 10 (2014).

العمل مثل التفكير الإبداعي الناقد وحل المشكلات ومهارات التجديد والتواصل والتعاون ومهارات الإنتاجية والقيادة والمسؤولية.

مما سبق يرى الباحثان أن مهارات القرن الحادي والعشرين هي "مهارات تمكن المدرس على الإبداع والتفكير والتواصل والتعاون من خلال الاعتماد الذاتي والجماعي وتطوير النمو المهني والعمل والاستخدام الأمثل للتقنية.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الحصر الشامل

2-3 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بأسلوب الحصر الشامل والمتمثل بمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك والبالغ عددهم (225) مدرساً موزعين على عموم الاقضية والنواحي محافظة كركوك للسنة الدراسية (2020-2021) وتكونت عينة البحث من (203) مدرساً من أعضاء الهيئات التدريسية في محافظة كركوك مثلت نسبة (90,222%) من مجتمع البحث الكلي بعد استبعاد (22) مدرساً مثلوا عينة التطبيق الاستطلاعي الأولي للمقياس التي مثلت نسبة (9,777%) ومع إختلاف النظر في نسب تحديد عينة البناء فمن الملاحظ انه لا يوجد قانون مطلق أو قاعدة عامة تضبط نسبة تقسيم عينة البحث على عينة البناء وعينة التطبيق, والجدول (1) يبين ذلك

وتم تقسيم عينة البحث على قسمين (عينة البناء، وعينة التطبيق) عن طريق القرعة وكما يلي :

1-2-3 عينة البناء :

حددت عينة البناء ب(103) من مدرسي التربية الرياضية في كركوك مثلت نسبة (45,777%) من مجتمع البحث الكلي .

2-2-3 عينة التطبيق:

حددت عينة التطبيق (100) من مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك مثلت نسبة (44,44%) من مجتمع البحث الكلي .

الجدول (1)

يبين مجتمع البحث وعيناته

ت	العينات	العدد	المجموع	النسبة المئوية
1	المجتمع	225	225	100%
2	عينة التطبيق الاستطلاعي	22	22	9,777%
3	عينة البناء	103	103	45,777%
4	عينة التطبيق حسب الجنس	73	100	44,444%
		27		

3-3 وسائل جمع البيانات:

- تحليل المصادر والمراجع العلمية المختصة.
- مقياس مدى إمتلاك مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك.
- الاستبيان .

(1) تفيدة سيد احمد غانم؛ برنامج تدريبي مقترح في كفايات معلم القرن الحادي والعشرين قائم على الاحتياجات التدريبية المعاصرة لمعلمي العلوم بالمرحلة الابتدائية واثره في تنمية بعض الكفايات المعرفية لديهم : (المؤتمر الدولي الاول: توجيهات استراتيجية في التعليم، تحديات المستقبل: جامعة عين شمس _ كلية التربية , مج 2، 2016) ص 11.

4-3 خطوات بناء المقياس:

بالنظر لعدم وجود مقياس لمهارات القرن الحادي والعشرين يتلاءم مع عمل مدرسي في التربية الرياضية في الإقضية ونواحي محافظة كركوك قام الباحثان ببناء مقياس لمهارات القرن الحادي والعشرين يتلاءم مع طبيعة البحث وأهدافه، ومن متطلبات بناء مقاييس مراحل عدة ذكرها (محمد خير الدين صالح الطائي، 2016)⁽¹⁾ نقلاً عن (allen¥, 1979) وهي: (التخطيط للمقياس وذلك بتحديد المحاور (الإبعاد) التي تغطي فقراته، صياغة فقرات كل محور، تطبيق الفقرات تمثل مجتمع البحث، إجراء تحليل لفقرات المقياس، تحديد هدف المقياس وذلك من خلال سد العجز لقياس الظاهرة فضلاً عن تشخيص وتقويم إختيار الفروض).

1-4-3 تحديد إبعاد المقياس:

من خلال مراجعة المصادر والمراجع والبحوث العلمية الخاصة بموضوع مهارات القرن الحادي والعشرين تم إقتراح تصنيفات لمهارات القرن الحادي والعشرين وفق آراء المختصين والجدول (2) يبين هذه التصنيفات:

الجدول (2) يبين تصنيف آراء المختصين في تصنيف مهارات القرن الحادي والعشرين

ت	العلماء	تصنيفات مهارات القرن الحادي والعشرين
-1	Higgins , M , هيجينز 2008/	فعال، الثقافة الرقمية الالكترونية، التفكير الابتكاري، الاتصال الفعال، الانتاجية العالمية
-2	Rotherham A 8 willing , D , 2009	مهارات الاتصال، معلومات الرقمية، مهارات التفكير وحل المشكلات
-3	Barell , 2010 , بارل	التفكير الناقد، مهارات ما وراء المعرفة، الذكاء الجمعي، المنطق التجريبي.
-4	ترلينج و فادل (2013) م	مهارات التعلم و الابتكار، مهارات الإعلام تكنولوجيا المعلومات و وسائل والثقافة الرقمية، مهارات الحياة و العمل.

كما قام الباحثان بإعداد إستمارة إستبيان ملحق (1) تضمنت مهارات القرن الحادي والعشرين وفق آراء المختصين ووزعت على السادة ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (2) للمدة من (2019-12-3) ولغاية (2019-12-20) وطلب منهم (دمج-إضافة-حذف-إستبدال) ما يرونه مناسباً من التصنيفات وبعد جمع البيانات من (11) خبير للتعرف على التصنيفات الصالحة من غيرها أظهرت النتائج صلاحية التصنيف الرابع للعالم (ترلينج فادل 2013م) التي حصلت على نسبة إتفاق (75%) فأكثر من ذوي الخبرة والاختصاص إذ يشير (بنيامين بلوم وآخرون، 1983) إلى انه "يمكن الاعتماد على موافقة آراء الخبراء بنسبة 75% فأكثر لذلك سيعتمد الباحثان على التصنيف الرابع لمهارات القرن الحادي والعشرين والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3) يبين آراء السادة الخبراء والمختصين حول تصنيفات مهارات القرن الحادي والعشرين

ت	التصنيفات	عدد الخبراء الكلي	الموافقون	نسبة الاتساق
-1	ترلينج و فادل (2013) م - مهارات لتعلم و الإبداع - مهارات تكنولوجيا معلومات و الوسائل الإعلامية و الثقافة الرقمية - مهارات الحياة و العمل.	11	11	100%

(1) محمد خير الدين الطائي؛ مصدر سبق ذكره. (2016).

يبين جدول (4) حصول التصنيف الرابع على نسبة اتفاق عالية لذا سوف يقوم الباحثان باعتمادها في دراستها.

3-4-2 صياغة فقرات إبعاد المقياس:

بعد تحديد محاور المقياس تبع ذلك مرحلة صياغة فقرات المقياس من قبل الباحثان بالاعتماد على تحليل المحتوى المصادر والمراجع العلمية الخاصة ذات العلاقة بموضوع الدراسة، إذ يكون المقياس بصيغته الأولية من (80) فقرة (عبارة) موزعة على المحاور الثلاثة لمهارات القرن الحادي والعشرين إذ أن المحور (التعلم والابتكار) يتضمن (34) فقرات والمحور الثاني (تكنولوجيا المعلومات والوسائل الإعلامية والثقافة الرقمية) تتضمن (19) فقرات والمحور الثالث (الحياة والعمل) تتضمن (27) فقرات وعند صياغة الفقرات (العبارات) تم مراعاة مجموعة من الجوانب الأساسية وهي⁽¹⁾:

- إن يكون محتوى الفقرة واضحاً وصريحاً ومباشراً .
 - الابتعاد عن التعبير اللغوي المعقد والمربك .
 - إن تحتوي الفقرة على متطلبات الضرورية التي تساعد المستجيب على إنتقاء الاجابة المناسبة لها .
 - إن تثير المستجيب بحيث تدفعه إلى الإجابة بشكل صريح .
 - يفضل عدم استخدام الفقرات (العبارات) الطويلة .
 - أن تكون البدائل الإجابة قصيرة قدر الإمكان .
 - إختار الباحثان طريقة (ليكرت) في الإجابة عن الفقرات وذلك للأسباب الآتية :
 - سهولة البناء والتصحيح.
 - تبين دقة الخيار الفرد نحو الموضوع .
 - تسمح بأكثر تباين بين الأفراد .
 - تكون في العادة ذات درجات تباين عالية .
- لذلك صيغت بدائل الإجابة على متغيرات المقياس على وفق هذه الطريقة وحيث يتطلب من مدرسي التربية الرياضية في المدارس أن يسجلوا اجابتهم على كل فقرة من خلال اختيار بديل لذا اقترحها الباحثان بدائل الإجابة التالية (دائماً- غالباً- أحياناً- نادراً – مطلقاً) تكون بالأوزان (1-2-3-4-5) على التوالي

3-4-3 صدق المقياس :

"ويكون الاختيار صادقاً إذا كان يقيس ما وضع لقياسه إي أنه يحقق الغرض الذي وضع من أجله"⁽²⁾ وتم إيجاد صدق المقياس كالاتي:

3-4-3-1 الصدق الظاهري:

حصل الباحثان على هذا النوع من الصدق وذلك بعرض فقرات المقياس قام بصياغتها على شكل إستمارة إستبيان على السادة ذوي الخبرة والاختصاص في مجال طرائق التدريس ، والإدارة والتنظيم ، وعلم النفس، والقياس والتقويم، وذلك للانتفاع من آرائهم من حيث (حذف، أو الصياغة أو إعادة صياغة الفقرات) وبالكيفية التي تتلاءم مع عينة البحث، فضلاً عن صلاحية البدائل الإجابة ، وبعد إطلاع السادة ذوي الخبرة والاختصاص تم حذف (35) فقرات موزعة على المحاور الثلاثة لأنها لم تحصل على نسبة (75%) من إتفاق المحكمين، وبذلك يكون المقياس بشكله النهائي مكون من (45) فقرة ، والجدول (4) يبين ذلك :

(1) محمد احمد الخطيب و احمد حامد الخطيب؛ الاختبارات والمقاييس النفسية، ط1: (عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع، 2011) ص 47.

(2) عبد المنعم احمد جاسم الجنابي؛ أساسيات القياس والاختبار في التربية الرياضية : (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2019) ص103.

الجدول (4)

يبين آراء السادة ذوي الاختصاص في عبارات مقياس مهارات القرن و العشرين

ت	المحاور	الفقرات	عدد الخبراء الكلي	عدد الموافقين	النسبة المئوية للاتفاق
1	التعلم و الابتكار	1-2-3-4-5-6—8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20	11	11	100%
		21-22-23-24-25-26-27-28-29-30-31-32-33-34	11	3	27,27%
2-	تكنولوجيا المعلومات و الوسائل الاعلامية و الثقافة الرقمية	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15	11	11	100%
		16-17-18-19	11	4	36,36%
3	الحياة و العمل	1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20	11	11	100%
		21-22-23-24-25-26-27	11	7	63,63%

3-4-3-2 التطبيق الأولي للمقياس:

طبق الاستبيان بصورته الأولية المكون من (45) فقرة على عينة من مدرسي التربية الرياضية في مدارس المتوسطة والإعدادية والثانوية في كركوك وكان عدد أفراد العينة (22) مدرساً، موزعون على المدارس التي سحبت من مجتمع البحث البالغة (225) مدرساً بتاريخ (10-1-2021) ولغاية (17-1-2021).

قام الباحثان بالتطبيق الأولي للمقياس وقام بهذا الإجراء بهدف التحقيق من وضوح التعليمات والفقرات وإمكانية الإجابة لتطبيق المقياس، إذ طلب منهم الإجابة بشكل دقيق وموضوعي وإعطاء آرائهم وملاحظاتهم إن وجد غموض في الفقرات أو صعوبة في فهمها من ناحية اللغة أو المعنى وكانت نتائج التجربة الاستطلاعية كما يلي: (وضوح فقرات المقياس وعدم وجود غموض فيها، الإجابة عن الاستفسارات إن وجدت، تحديد أو تشخيص الصعوبات أو المعوقات التي قد تواجه الباحثان، تحديد الزمن اللازم للإجابة على الفقرات المقياس إذ بلغ (15) دقيقة في المعدل).

3-4-3-3 صدق البناء المقياس مهارات القرن الحادي والعشرين:

تم إجراء صدق البناء مقياس لمهارات القرن الحادي والعشرين وفق أسلوبين هما:

- أسلوب المجموعتين المتطرفتين القوة التمييزية للفقرات (العبارات).
- أسلوب إيجاد الاتساق الداخلي للمقياس.

3-4-3-1 أسلوب المجموعتين المتطرفتين للعبارات (الصدق التمييزي):

تشير القوة التمييزية للعبارات أو صدق التمييز إلى قدرة العبارة على التمييز إلى القدرة العبارة على التمييز بين الأفراد ذوي المستويات العليا والأفراد ذوي المستويات الدنيا بالنسبة للسمة التي تقيسها العبارة وهذا يعتبر دليلاً على صدق البناء.

إذ أنه يمكن ترتيب المجموعتين تنازلياً تحديداً أعلى 50% أقل من 50% وقد اتبعت الباحثان الخطوات الآتية لإيجاد هذا النوع من الصدق.

- تطبيق المقياس على عينة البناء البالغ عددها (103) مدرساً من مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك للفترة من 2021/2/15 ولغاية 2021/2/28.
- إيجاد درجة كل عبارة ثم استخراج الدرجة الكلية لكل إستمارة من إستمارات عينة البناء.

- تحديد حجم المجموعتين المتطرفتين وبواقع (51) إستمارة للمجموعة العليا (51) إستمارة للمجموعة الدنيا.
- إيجاد قيمة (ت) لكل عبارة من العبارات المقياس للمجموعتين المتطرفتين وتبين أن جميع الفقرات كانت لها القدرة على التمييز بين المجموعتين العليا والدنيا إذ بلغت قيمة sig أصغر 0,05 مما يدل على تمتع الفقرات بصدق التمييز .

3-4-3-2 أسلوب معامل الاتساق الداخلي للمقياس:

تم التوصل إلى هذا النوع من الصدق "من خلال إيجاد العلاقة بين فقرات الاختبار والدرجة الكلية للفرد والتي تعد معياراً لصدق البناء للأختبار"⁽¹⁾ وتم حساب معامل ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس وكذلك ارتباطها بالمحور أو البعد الذي تنتمي إليه وتبين أن جميع عبارات المقياس متسقة داخلياً إذا بلغت قيمة (sig) < (05:0) لجميع الفقرات مما يدل على تجانس المقياس أو تميزه بالاتساق الداخلي .

3-4-4-3 ثبات المقياس:

تم إستخراج معامل الثبات للمقياس بطريقتين هما:

1- طريقة التجزئة النصفية. 2- طريقة معامل الفا كرونباخ.

3-4-4-1 طريقة التجزئة النصفية:

تم إيجاد الثبات بهذه الطريقة من خلال إستمارات عينة البناء البالغة عددهم (103) وقسمت العبارات المقياس على نصفين ضم القسم الأول العبارات ذات التسلسل الفردي والقسم الآخر عبارات ذات التسلسل الزوجية بعد ذلك تم إيجاد ارتباط بينهما من خلال إيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات نصف الاختبار إذ بلغت هذه القيمة (0,906) وهي تشكل درجة ثبات نصف الاختبار أو للحصول على معامل الثبات الكلي، تم إستخدام معادلة (سبيرمان براون) التصحيحية إذ بلغ الثبات وفقاً لهذه المعادلة (0,950).

3-4-4-2 طريقة معامل الفا كرونباخ :

الطريقة الثانية لإيجاد ثبات المقياس هي طريقة معامل ألفا كرونباخ وتستعمل هذه الطريقة لإيجاد الثبات لعبارات الاستبيانات التي تتطلب إجاباتها الاختيار المتعدد وتكون درجاتها متدرجة " وقد تم إستخراج البيانات لهذه الطريقة إذ بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ (0,939) وهذا مؤشر جيد على ثبات المقياس . وبذلك تحقق الباحثان من إمكانية إعتداع مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك .

3-4-5 وصف مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين بصورته النهائية لمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك:

تكون مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية بصيغته النهائية من (45) فقرة موزعة على ثلاث محاور رئيسية (التعلم والابتكار – تكنولوجيا معلومات والوسائل الإعلامية والثقافة الرقمية – الحياة والعمل) وبواقع (20-15-20) فقرة موزعة على إبعاد المقياس وعلى التوالي، كما تم تحديد البدائل الإجابة (دائماً- غالباً- أحياناً- نادراً – مطلقاً) وتحمل الأوزان (5-4-3-2-1) على التوالي والمقياس يتمتع بالأسس العلمية الجيدة وبلغت درجة المقياس العليا (225) ودرجة الدنيا (45) درجة. وقد إعتدعت الباحثان النسب المئوية الآتية في تفسير مستوى مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك:

49% فما اقل مستوى (منخفض جداً)، 50-59% مستوى (منخفض)، 60-69% مستوى (متوسط)، 70-79% مستوى (جيد)، 80% فما فوق مستوى (جيد جداً).

(1) عامر سعيد الخيكاني وايمان هاني الجبوري؛ الاستخدامات العلمية للاختبارات والمقاييس النفسية الرياضية: (النجف، دار الطباء للطباعة، 2017) ص170.

وهذه النسب تم اعتمادها في دراسات عديدة منها دراسة (أحمد إدريس محمد الطائي) (1)

3-4-6 التطبيق النهائي للمقياس (التجربة الرئيسية):

تم تطبيق المقياس على عينة التطبيق البالغة (100) مدرساً من مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك إذ قام الباحثان بتزويد أفراد العينة بالإرشادات والتعليمات الخاصة بالإجابة على فقرات المقياس استرشاد بالملاحظات التي تم جمعها من التطبيق الاستطلاعي للمقياس وتم تطبيق المقياس للمدة من 2021/3/1 ولغاية 2021/3/10.

3-5 الوسائل الإحصائية:

تم استخدام البرنامج الإحصائي (spss) لاستخراج النتائج بواسطة المعادلات الإحصائية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية، معامل الارتباط البسيط (لإيجاد الاتساق الداخلي والثنائيات وتحديد العلاقة بين متغيري الدراسة)، معادلة سيرمان براون، معامل ألفا كرونباخ (لإيجاد ثبات المقياس)، إختبار (ت) لعينتين مستقلتين (لاستخراج القوة المميزة لفقرات المقياس)، تحليل التباين الأحادي (f-test) (anova).

4- عرض النتائج و مناقشتها:

قام الباحثان بعرض النتائج و مناقشتها وحسب تسلسل الأهداف ووفق البيانات الإحصائية التي حصل عليها الباحثان من عينة البحث.

4-1 عرض نتائج الهدف الأول و مناقشتها:

بناء مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية في كركوك. وقد تم تحقيق الهدف هذا لكونه هدفاً إجرائياً من خلال الخطوات التي تم ذكرها في إجراءات البحث.

4-1-1 وصف مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك:

تكون مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية بصيغته النهائية من (45) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد وهي (التعلم والابتكار، مهارات تكنولوجيا المعلومات والوسائط الإعلامية، الحياة والعمل) وبواقع (20، 15، 20) فقرة موزعة على أبعاد المقياس وعلى التوالي، كما تم تحديد بدائل الإجابة ب (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، مطلقاً) وتحمل الأوزان (1، 2، 3، 4، 5) على التوالي والمقياس يتمتع بالأسس العلمية الجيدة وبلغت درجة المقياس العليا (235) درجة والدرجة الدنيا (47) درجة

4-2 عرض نتائج الهدف الثاني و مناقشتها:

التعرف على مستوى مهارات القرن الحادي والعشرين لدى مدرسي التربية الرياضية في كركوك

الجدول (5)

يبين الوصف الاحصائي وقيم المتوسط الفرضي و(ت) المحسوبة و(sig) والنسبة المئوية والمستوى لأبعاد مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين والمقياس ككل

المعالم	س-	± ع	المتوسط الفرضي	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة Sig	النسبة المئوية	المستوى
مهارات الاحصائية القرن الحادي والعشرين	85,0320	7,0789	60	32,0509	0,0000	85,032	مرتفع جداً
البعد الاول	59,0630	9,0489	45	15,0419	0,0000	79,050	مرتفع

(1) أحمد إدريس محمد الطائي؛ الفاعلية التنظيمية للمنظمات في محافظة نينوى وفقاً لبعض المتغيرات الشخصية لهيئاتها الادارية: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة موصل، كلية التربية الرياضية، 2010).

البيد الثالث	88,099	9,0305	60	31,0157	0,0000	88,099	مرتفع جداً
المقياس الكلي	233,0940	21,0774	165	31,0661	0,0000	85,006	مرتفع جداً

يتبين من الجدول (5) أن مستوى مهارات القرن الحادي والعشرين في البيد الأول (التعلم والابتكار) كان مرتفع جداً إذ بلغ وسطه الحسابي (85,320) وبانحراف معياري (7,789) وأن مستوى مهارات القرن الحادي والعشرين في البيد الثاني (تكنولوجيا المعلومات والوسائط الإعلامية) كان مرتفع إذ بلغ وسطه الحسابي (59,630) وبانحراف معياري (9,489) وأن مستوى مهارات القرن الحادي والعشرين في البيد الثالث (الحياة والعمل) كان مرتفع جداً إذ بلغ وسطه الحسابي (88,990) وبانحراف معياري (9,305) وأن مستوى مهارات القرن الحادي والعشرين للمقياس ككل كان مرتفع جداً إذ بلغ وسطه الحسابي (233,940) وبانحراف معياري (21,774)

3-4 عرض نتائج الهدف الثالث و مناقشتها:

التعرف عن الفروق في مهارات القرن الحادي والعشرين لدى مدرسي التربية الرياضية في كركوك وفقاً للجنس .

الجدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى المعنوية ودلالة الفروق لمهارات القرن الحادي والعشرين لدى مدرسي التربية الرياضية في كركوك وفقاً للجنس

التحصيل الأكاديمي	عدد العينة	وحدة القياس	الوسط الحسابي س-	الانحراف المعياري ع+	فرق الأوساط الحسابية	قيمة T	مستوى المعنوية (Sig.)	الدلالة
ذكور	49	درجة	218,249	39,596	9,583	1,050	0,296	غير معنوي
إناث	51		227,832	50,667				

*معنوي إذا كانت قيمة sig اصغر من 0,05

يتبين من الجدول (6)، أن قيمة مستوى المعنوية (Sig.) المحسوبة للفروق في مهارات القرن الحادي والعشرين لدى مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك وفقاً للجنس كانت (0,296)، ونظراً لأن قيمة مستوى المعنوية أكبر من نسبة الخطأ (0,05)، مما يدل على أن الفروق الموجودة بين المدرسين من الذكور والمدرسين من الإناث هي فروق غير معنوية، إذ يشير (محمد خير سليم، 2010) إلى أن "قيمة (significance) إذ كانت أكبر أو تساوي نسبة الخطأ (0,05) فهذا دليل على عدم معنوية الفروق، أما إذا كانت قيمة (significance) أصغر من نسبة الخطأ (0,05) فهذا دليل على معنوية الفروق" (1)

ويعزو الباحثان عدم وجود فروق معنوية في إمتلاك مدرسي التربية الرياضية لمهارات القرن الحادي والعشرين بين الذكور والإناث ومن كلى الجنسين يمتلكون هذه المهارات نظراً لأنهم يدخلون في دورات تطويرية وعلى مستوى واحد

5- الاستنتاجات والتوصيات:

1-5 الاستنتاجات:

- 1- تم بناء مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك.
- 2- حصل مدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك في أبعاد مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين لمدرسي التربية الرياضية في محافظة كركوك.

- البيد الأول (التعلم والابتكار) مستوى مرتفع جداً
- البيد الثاني (تكنولوجيا المعلومات والوسائط الإعلامية) مستوى مرتفع

(1) محمد خير سليم أبو زيد؛ التحليل الاحصائي للبيانات باستخدام برمجية spss: (عمان، دار جرير للنشر، 2010) ص314.

- البعد الثالث (الحياة والعمل)
 □ أبعاد المقياس مجتمعة
 -3 إن عينة البحث تملك مستوى مرتفع من مهارات القرن الحادي والعشرين .
 -4 يمتلك مدرسو التربية الرياضية ومن كلى الجنسين (الذكور والإناث) مستوىً متقارباً في مهارات القرن الحادي والعشرين .

2-5 التوصيات:

- 1- تطبيق مقياس إمتلاك التربية الرياضية في محافظة كركوك لغرض التقييم الدوري لمهارات القرن الحادي والعشرين لأهمية هذه المهارات في التدريس.
 2- العمل على إقامة الورش والندوات الخاصة بمهارات القرن الحادي والعشرين.
 3- إجراء دراسات مشابهة على معلمي التربية الرياضية في محافظة كركوك.

المصادر

- بيرنيترنج وتشارلز فادل؛ مهارات القرن الحادي والعشرين التعليم للحياة في زمننا ، ترجمة: بدر عبدالله الصالح .النشر العلمي والمطابع . جامعهه ملك سعود، (2013).
- إدريس سلطان صالح يونس؛ تقويم منهج الجغرافيا بالمرحلة الثانوية العامة في ضوء مهارات القرن الحادي و العشرين: (مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية، مصر ، (76)).
- حكم رمضان حجة؛ مدى تضمين كتب العلوم للمرحلة الأساسية العليا لمهارات القرن الحادي والعشرين: (دراسات العلوم التربوية 2018).
- نسرين بنت حسن سبحي؛ مدى تضمين مهارات القرن الحادي و العشرين في مقرر العلوم المطور للصف الأول المتوسط: (مجلة العلوم التربوية 11).
- شيرين حسن محمد عبدالله؛ تقويم منهج الدراسات الاجتماعية بالمرحلة الابتدائي في ضوء بعض المهارات القرن الحادي و العشرين: (مجلة الجمعية التربوية للدراسات الاجتماعية ، (80)).
- ساما فؤاد عباس خميس؛ مهارات القرن الحادي والعشرين، إطار عمل للتعليم من اجل المستقبل: (مجلة الطفولة والتنمية: المجلس العربي للطفولة والتنمية ، مج 9 ، ع 31(2018)).
- نوال محمد شلبي؛ إطار مقترح لدمج مهارات القرن الحادي والعشرين في مناهج العلوم بالتعليم الأساسي في مصر: (المجلة التربوية الدولية المتخصصة: دار سمات للدراسات والأبحاث، مج 3 ، ع 10(2014)).
- تفيدة سيد احمد غانم؛ برنامج تدريبي مقترح في كفايات معلم القرن الحادي والعشرين قائم على الاحتياجات التدريبية المعاصرة لمعلمي العلوم بالمرحلة الابتدائية وأثره في تنمية بعض الكفايات المعرفية لديهم: (المؤتمر الدولي الاول: توجهات استراتيجية في التعليم، تحديات المستقبل: جامعة عين شمس _ كلية التربية ، مج 2(2016)).
- محمد احمد الخطيب واحمد حامد الخطيب؛ الاختبارات والمقاييس النفسية، ط1: (عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع، 2011).
- عبد المنعم احمد جاسم الجنابي؛ أساسيات القياس والاختبار في التربية الرياضية: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2019).

- عامر سعيد الخيكاني وايمان هاني الجبوري؛ الاستخدامات العلمية للأختبارات والمقاييس النفسية الرياضية (النجف، دار الطباء للطباعة, 2017).
- أحمد أدريس محمد الطائي؛ الفاعلية التنظيمية للمنظمات في محافظة نينوى وفقا لبعض المتغيرات الشخصية لهيئاتها الادارية: (رسالة ماجستير غير منشورة, جامعة موصل, كلية التربية الرياضية, 2010).
- Abdel Moneim Ahmed Jassim Al Janabi; The basics of measurement and testing in physical education: (Cairo, Al-Kitab Center for Publishing, 2019).
- Ahmed Idris Mohammed Al-Taie; Organizational effectiveness of organizations in Nineveh Governorate according to some personal variables of its administrative bodies: (Unpublished Master's Thesis, University of Mosul, College of Physical Education, 2010).
- Amer Saeed Al-Khikani and Ayman Hani Al-Jubouri; Scientific Uses of Psychological Mathematical Tests and Measures: (Najaf, Dar Al-Taba'a for printing, 2017).
- Berniterling and Charles Vadel; Twenty-first century skills, education for life in our time, translated by: Badr Abdullah Al-Saleh. King Saud University, 2013).
- Idris Sultan Saleh Younes; Evaluating the geography curriculum at the general secondary stage in the light of the skills of the twenty-first century: (Journal of the Educational Society for Social Studies, Egypt, (76)).
- Muhammad Ahmad al-Khatib and Ahmad Hamid al-Khatib; Psychological Tests and Measures, 1st Edition: (Amman, Dar Al-Hamid Publishing and Distribution, 2011).
- Muhammad Khair Salim Abu Zeid; Statistical analysis of data using spss software: (Oman, Jarir Publishing House, 2010).
- Nasreen bint Hassan Subhi; The extent to which the skills of the twenty-first century are included in the developed science curriculum for the first intermediate grade: (Journal of Educational Sciences 1 (1)).
- Nawal Mohamed Shalaby; A proposed framework for integrating twenty-first century skills in science curricula in basic education in Egypt: (The Specialized International Educational Journal: Dar Simat for Studies and Research, Vol. 3, p. 10).
- Sama Fouad Abbas Khamis; Twenty-first century skills, a framework for education for the future: (Journal of Childhood and Development: The Arab Council for Childhood and Development, Vol. 9, No. 31 (2018)).
- Sherine Hassan Mohamed Abdullah; Evaluating the social studies curriculum in the primary stage in the light of some skills of the twenty-first century: (Journal of the Educational Society for Social Studies, (80)).
- Tafaida Sayed Ahmed Ghanem; A proposed training program in the competencies of the twenty-first century teacher based on the contemporary training needs of science teachers in the primary stage and its impact on developing some of their cognitive competencies: (The First International Conference: Strategic Directions in Education, Future Challenges: Ain Shams University _ College of Education, Volume 2, 2016).
- The ruling on Ramadan is an argument; The extent to which science books for the upper basic stage include twenty-first century skills: (Educational Science Studies 2018).

ملحق (1)

الاستبيان بصورته النهائية

المحترم

حضرة (المدرس - المدرسة)

تحية طيبة

بين يدك عدد من الفقرات تمثل مقياس مهارات القرن الحادي والعشرين وأمام كل فقرة مجموعة من البدائل أرجو أن تقرأ كل فقرة بدقة وتحدد إجابتك بوضع علامة (√) أمام الاختيار الذي تميل إليه وجهة نظرك علما أنه ليس هناك وجهة نظر صحيحة

وأخرى خاطئة فالإجابة الصحيحة هي التي تعبر بدقة عن رأيك وما تشعر به بالفعل، كما يفضل عدم ترك أي فقرة دون الإجابة عليها.

مثال عن كيفية الإجابة عن الفقرات

البدائل					الفقرة
مطلقا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
			✓		أهتم بمعالجة الأنشطة الرياضية و وضع حلول لها.

ولكم جزيل الشكر...

❖ ملاحظة / لا داعي لذكر الاسم لطفا

البدائل					الفقرات
مطلقا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
					1 أطور الأفكار الجديدة و أنفذاها و أفسرها للآخرين بفاعلية .
					2 امتلك النظرة الواسعة للحكم على الأمور التي تواجهني أثناء درس الرياضة.
					3 أحرص على طرح الأسئلة المثيرة للتفكير التي تخص أعمال الجانب الرياضي.
					4 لدي القدرة على ابتكار مشاريع رياضية جديدة.
					5 أملك مهارات التعلم الحديثة التطبيقية في مجال تخصصي.
					6 لدي القدرة على أعداد البحوث في مجال الرياضة.
					7 أقوم بتوظيف الطرق المختلفة لاستعمال الأفكار الجديدة في مجال الرياضة
					8 أحرص على إجراء نقاشات حول الدلالات الرمزية في قوانين وأعمال الرياضة .
					9 التزم بالقضايا الأخلاقية المتعلقة بكيفية الوصول للمعلومات الرياضية و كيفية استخدامها .
					10 لدي القابلية لتقبل النقد لأرائي المهنية.
					11 أتواجد في الندوات و الدورات التي تعمل على تطوير المعلومات الرياضية لدي.
					12 أتقبل بصدر رحب البدائل و الأفكار المتنوعة لتنفيذ النشاط الرياضي .
					13 أشارك مع الزملاء بطرح موضوعات تخص المجالات الرياضية المتنوعة.

البدائل					الفقرات
---------	--	--	--	--	---------

مطلقا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
					4 أجعل الفشل حافزا لي للنجاح في مجال الرياضة بالمستقبل.
					5 أهتم بمعالجة الأنشطة الرياضية و وضع حلول لها.
					6 أحرص على حضور المهرجانات و الألعاب الرياضية المختلفة.
					7 يسعدني المشاركة مع زملائي في الفعاليات الرياضية الجماعية .
					8 أقود الآخرين نحو تحقيق الأهداف المنشودة في الألعاب الرياضية باستخدام قدراتي و مهاراتي الشخصية .
					9 أدرب الطلبة على اختيار الإستراتيجية الملائمة لحل المشكلة التي تواجه الطلبة أثناء درس الرياضة.
					10 أنجز المهام الرياضية المطلوبة بدون توجيه المدير أو المشرف الاختصاصي .

البدائل					الفقرات
مطلقا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
					1 امتلك القدرة على الوصول إلى المعلومات الرياضية الحديثة بكفاءة (الوقت) و بفاعلية (المصادر).
					2 أتأكد من دقة المعلومات العلمية و الرياضية من مصادرها الالكترونية.
					3 أطبق الفهم الجوهري للقضايا الأخلاقية و القانونية المرتبطة بالوصول إلى المعلومات الرياضية الحديثة .
					4 انمي قدرة الطلبة على تصنيف المعلومات الرياضية و تنظيمها .
					5 أحرص على الرجوع إلى الكتب (الالكترونية) التي تتناول الموضوعات الرياضية .
					6 أتوجه إلى المواقع الرياضية للاستفادة منها في المجال الرياضي.
					7 أقوم بتجميع المصادر المتنوعة في المجال الرياضي من أجل انتقاء المعلومات المطلوبة في حل قضية معينة تختص بمجال العمل المهني .
					8 أستخدم وسائل الاتصال الالكتروني لتحقيق الأهداف المتنوعة مثل (إخبار - إرشاد - تحفيز)
					9 لدي القدرة على تقويم البرامج التدريبية الرياضية تقويما نقديا و مستعينا بالتقنيات التكنولوجية الحديثة .
					10 أستخدم التقنية الالكترونية كأداة للبحث عن المعلومات و التنظيم التقويم
					11 التزم باستخدام المعرفة التكنولوجية بالقضايا القانونية المتعلقة بالألعاب الرياضية.

البدائل					الفقرات
مطلقا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
					2 أشجع اللاعبين على جمع المعلومات الرياضية من مصادرها على الانترنت .
					3 استعمل شبكات التواصل الاجتماعي في العملية التدريسية.
					4 أمتلك المهارة التعامل مع تكنولوجيا الاتصال بشكل جيد.
					5 امتلك القدرة على استثمار التقنيات الرقمية في إعداد و تقديم

					العروض الرياضية.
--	--	--	--	--	------------------

البدائل					الفقرات
مطلقا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
					1 أغير استراتيجيات أخرج الدرس حسب الظروف الطارئة.
					2 أنفذ المهام الرياضية الموكلة إلي على أفضل وجه .
					3 أدرب اللاعبين على تحمل المسؤولية أعمالهم.
					4 أمتلك مهارات القيادة الايجابية في مجال عملي.
					5 أتحمّل المسؤولية في العمل التعاوني و اقدر قيمة المساهمات الفردية لكل عنصر في الفريق الرياضي .
					6 أدرب اللاعبين على حسن إدارة وقت اللعب بكفاءة جيدة .
					7 أعمل بفاعلية في جو رياضي يتسم بتغير الاولويات المطلوبة في الخطة الرياضية .
					8 أدير وقت درس التربية الرياضية و المشاريع الرياضية بفاعلية ودقة
					9 التزم بالمواعيد المحددة مسبقا عند تقديم المشاريع الرياضية
					10 أعمل بفاعلية و احترام مع الفرق الرياضية.
					11 استخدم قائمة لتحديد المهمات الرياضية اليومية في المدرسة
					12 أتعامل بايجابية مع الثناء و المعوقات و النقد في الدروس الرياضية
					13 أتحمّل مسؤولية نتائج العمل الرياضي.
					14 أكد على أهمية السلوك الرياضي المستقيم و الأخلاقي في استخدام قوة التأثير على الفرق الرياضية .
					15 أعلم اللاعبين أو الطلبة على التكيف مع الظروف المتغيرة باستمرار في الألعاب الرياضية .
					16 أحرص على التكيف مع الثقافات الرياضية الحديثة المختلفة و التعامل معها بطريقة عادلة.

البدائل					الفقرات
مطلقا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
					17 استثمر نقاط القوة لدى اللاعبين لتحقيق هدف مشترك .
					18 أدرب اللاعبين لاستخدام المهارات الشخصية في مساعدة الآخرين لتحقيق الأهداف الرياضية .
					19 أعمل بايجابية و أخلاق مع الفرق الرياضية .
					20 أحدد أولويات العمل الرياضي و أخططه و أديره لتحقيق النتائج الرياضية المرغوبة.

استراتيجية التسميع وعلاقتها في التحصيل المعرفي لدى طلبة كلية التربية

البدنية وعلوم الرياضة بمادة طرائق التدريس

عبد الحكيم أحمد جمعة أ.م.د. زياد سالم عبد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

الخلاصة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على :

- بناء مقياس استراتيجية التسميع.
- التعرف على العلاقة بين استراتيجية التسميع والتحصيل المعرفي في مادة طرائق التدريس لدى طلبة السنة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت. ولتحقيق أهداف البحث افترض الباحثان :
- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين استراتيجية التسميع والتحصيل المعرفي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الثالثة في مادة طرائق التدريس.
- واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة بحثهما ، ولهذا الغرض استخدم الباحثان استبيان من تصميمهما بعد التأكد من الخصائص السيكو مترية له على عينة البحث مكونة من (100) طالب من المرحلة الدراسية الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت.
- وأجري اختبار التحصيل المعرفي بعد الانتهاء من بناء المقياس ، وبعد جمع البيانات وتفرغها عولجت إحصائياً باستخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) ، واختبار (ت) للعينات ، والوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- وبعد المعالجة الإحصائية وظهور النتائج توصل الباحثان على عدد من الاستنتاجات منها :
- إسهام استراتيجية التسميع في زيادة التحصيل المعرفي لدى الطلبة بمادة طرائق تدريس التربية الرياضية.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

إن الذاكرة تعتبر هي من أهم العوامل التي تؤثر بشكل كبير في جميع اشكال السلوك الانساني ، إذ من خلالها يحافظ الأفراد بكافة الخبرات والتجارب السابقة التي قد مروا بها من خلال مراحل حياتهم المختلفة ، فهي تساعد الإنسان من إدخال التجارب والخبرات وتتميزها ، فضلاً عن معالجتها والاحتفاظ بها ، واسترجاعها واستخدامها وقت الحاجة إليها.

ولذاكرة دوراً هاماً وكبيراً في مجالات السلوك الإنساني كافة ، كالتفاعل مع الآخرين ، والكتابة ، والقراءة ، والاستماع ، والانشطة والمهارات المختلفة ، ولقد أبدى اهتماماً بموضوع الذاكرة باعتباره نوعاً من العمليات العقلية ذات العلاقة بالعديد من الأنشطة التعليمية ، إذ لا تقتصر أهميتها في الجانب التعليمي فحسب ، بل انها وسيلة لقياس سلوك الإنسان ، حيث يمكن التعلم والتعرف الى حجم التغير في سلوك الانسان دون الذاكرة⁽¹⁾.

أما مفهوم استراتيجية التسميع حيث تستقبل حواسنا أعداد هائلة من المثيرات ، إلا أن معالجة المعلومات عند الانسان تكون بجانبين : الحسي والمعرفي ، فإذا تلقى الانسان عدد كبير من الإشارات الحسية فإن ذلك سوف يؤدي إلى عبئ على الذهن وعدم القدرة على تناول جميع المعلومات بسبب السعة المحدودة لنظام المعالجة لدينا.

وتعد الاختبارات التحصيلية من أهم الأدوات لجمع المعلومات اللازمة لعملية التقويم التربوي وبشكل خاص تقويم الطلبة سواء كانت هذه الاختبارات مقننة او غير مقننة ، غير أن الأخير هي الأنسب لأغراض التقويم في قاعة المحاضرات.

ويقصد بالاختبار التحصيلي الاختبارات التي تجريها المؤسسات التعليمية في نهاية الفترات التعليمية المقررة ، لتقيس مدى التحصيل المعرفي الذي يقصد به (الحفظ والاكساب) فقط لا غير ، ولكن مع تطور الأساليب التربوية لم تعد الاختبارات التحصيلية الكفيلة بقياس العمليات المعرفية العليا والتفكير ومستويات الذكاء وبقية إختبارات التحصيل هي الشكل الأمثل للاختبارات لقرون عديدة ، لذلك فهي تحظى بأهمية منقطعة النظير ، ولا زالت تستخدم بشكلها القديم في عدد كبير من الدول النامية وبأشكال متعددة في دول العالم المتطور.

ومن هنا تبرز أهمية البحث في التعرف على استراتيجية التسميع وعلاقتها بالتحصيل المعرفي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بمادة طرائق التدريس التربية الرياضية.

(¹) عدنان العنوم ؛ علم النفس المعرفي ، النظري ، والتطبيقي ، ط2 : (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2010) ص39.

1 - 2 مشكلة البحث :

إن الانفجار العلمي والمعرفي الذي يتسم به عصرنا الزاهر أدى إلى تزايد حجم المعلومات في الكتب والمناهج الدراسية ، وهذا ما فرض على الطالب مسؤولية الامام بكل فروع المعرفة بما ينسجم مع مواكبة هذا التطور ، وفي اطار هذا الترابط القائم بين الذاكرة والتعلم إهتم علماء التربية والتعليم بهذا العلاقة ، إذ ان اهم مشكلة من مشكلات الذاكرة هي صعوبة الاحتفاظ بالمعلومات واسترجاعها أي نسيانها كونها عملية معلوماتية معقدة تكون في مستويات مختلفة ، ويتفق علماء التربية والتعليم بأن هناك قصوراً واضحاً لدى الطلبة في استراتيجية التسميع ، وهذا واضح في إن انخفاض مستوى التحصيل لدى الطلبة قد لا يعود الى انخفاض مستوى الذكاء أو نقص في الجهد أو عدم الرغبة في الدراسة وانما قلة المهارة في استخدام استراتيجيات مناسبة ، وهذا مما يؤثر بشكل سلبي على عمل الذاكرة.

ونظراً لعدم وجود مقياس خاص باستراتيجية التسميع لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، ارتأى الباحثان القيام ببناء مقياس لاستراتيجية التسميع وتطبيقه في البحث الحالي ، وبناء على ذلك يمكننا تحديد مشكلة البحث من خلال البحث عن إجابة عن التساؤل الآتي :

- هل هناك علاقة بين استراتيجية التسميع والتحصيل المعرفي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في مادة طرائق التدريس ؟

1 - 3 أهداف البحث :

- بناء مقياس استراتيجيات تشفير المعلومات.

- إعداد إختبار التحصيل المعرفي لمادة طرائق التدريس للسنة الدراسية الثالثة.

- التعرف على العلاقة بين درجات الطلبة في استراتيجيات تشفير المعلومات وإختبار التحصيل المعرفي.

1 - 4 فرض البحث :

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين استراتيجيات تشفير المعلومات والتحصيل المعرفي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت المرحلة الدراسية الثالثة في مادة طرائق التدريس.

1 - 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 المجال البشري : طلبة السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت للعام الدراسي 2020 / 2021.

1 - 5 - 2 المجال الزمني : المدة من 16 / 1 / 2021 ولغاية 29 / 4 / 2021.

1 - 5 - 3 المجال المكاني : القاعات الدراسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت.

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

2 - 1 الدراسات النظرية :

2 - 1 - 1 استراتيجية التسميع Rehearsal Strategy :

تتمثل استراتيجية التسميع في محاولة المفحوص ترديد أو تسميع المادة موضوع الحفظ عدة مرات الى ان يتم حفظها ، وتعد هذه الاستراتيجية أقل أنماط الاستراتيجيات فاعلية في الحفظ والتذكر ، وهذه الاستراتيجية شائعة الاستخدام عند تذكر المعلومات بطريقة الاستظهار وعلى سبيل المثال إذا أراد الفرد تعلم أسماء عواصم خمسين دولة فإن الفرد يقوم بتكرار اسم الدولة ومتبوعاً بإسم العاصمة لعدة مرات حتى يحدث التعلم ، كما يستخدم التسميع كوسيلة تعلم عند تذكر سطور في أغنية أو قصيدة او عند تذكر معاني بعض كلمات اللغة الأجنبية ولا يتضمن التسميع البحث عن الروابط والعلاقات بين هذه المعلومات وبين المعرفة السابقة ، كذلك نجد أن تسميع لا يتضمن تنظيم المعلومات ، ومن ثم فإن المعلومات التي يتم تسميعها لا تكون موجودة بأية حال داخل الذاكرة طويلة المدى ولذلك يكون استرجاع هذه المعلومات بعد فترة من الزمن عملية غاية في الصعوبة وهناك صورتين للتسميع هما التسميع اللفظي Verbal Rehearsal وهو يناسب المعلومات اللغوية والتسميع البصري Visual Rehearsal وهو يناسب المعلومات ذات الطابع المكاني ويمكن أن يتفاعل التسميع البصري واللفظي في بعض مواقف التسميع التي تظهر الطريقة التي يردد بها الفرد المعلومات ترديداً لفظياً أو بصرياً كي يتم حفظها في الذاكرة ، ويوجد تسميع لفظي يناسب المعلومات اللغوية ، وتسميع ذاتي حيث يزود المتعلم بتغذية راجعة مباشرة عن الأداء⁽¹⁾.
ويوجد نوعان من التسميع هما⁽²⁾ :

1- التسميع المحافظ : يتطلب التسميع المحافظ تكرار أو إعادة المعلومات في الذهن ويتم اللجوء إلى هذا النوع من التسميع عندما يكون الهدف هو الاستخدام الفوري أو الآني للمعلومات ربما يهملها بعد ذلك إذا شعر أنه لن يستخدمها مستقبلاً ، أو يبذل مزيداً من الجهد المعرفي لإرسالها إلى الذاكرة طويلة المدى من أجل الاحتفاظ بها إذا شعر أن وجود مثل هذه المعلومات يساعده على تحقيق أهداف مستقبلية ، ومن الأمثلة على هذا النوع حفظ رقم هاتف أو بعض المعلومات مثل الأسماء والمصطلحات وغيرها.

2- التسميع المفصل : يلجأ إليه الفرد عندما يكون الهدف الاحتفاظ بالمعلومات لمدة طويلة ، ففي مثل هذه الحالة لا يلجأ الفرد إلى تسميع المعلومات أو ترديدها فحسب ، بل يحاول ربطها ببعض الأشياء المألوفة بالنسبة له كي تساعده على تذكرها لاحقاً بسهولة ، فهذا النوع لا يحافظ على المعلومات في الذاكرة العاملة

(¹) فتحي الزيات ؛ صعوبات التعلم ، الأسس النظرية والتشخيصية والعلاجية : (القاهرة ، دار النشر للجامعات ، 1998) ص96.

(²) فوقية عبد الفتاح وجابر عبد الحميد جابر ؛ علم النفس المعرفي بين النظرية والتطبيق : (القاهرة، دار الفكر العربي، 2005) ص200.

فقط ، بل يساعد على نقل المعلومات إلى الذاكرة طويلة المدى ، لذا تعد عملية التسميع عملية تحكم تنفيذية (Executive Control Process) تؤثر على سير المعلومات وتخزينها بالذاكرة.

3- إجراءات البحث :

3 - 1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الحصر الشامل.

3 - 2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بطلبة السنة الدراسية الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت للسنة الدراسية 2020 / 2021 والبالغ عددهم (175) طالباً وطالبة ، وتكونت عينة البحث من (150) طالباً وطالبة يمثلون (100) طالباً وطالبة لعينة البناء و (50) طالباً وطالبة لعينة التطبيق ، ومثلت نسبة (85,71%) من مجتمع البحث الكلي و (10) طلبة للتجربة الاستطلاعية الأولى و (10) طلبة للتجربة الاستطلاعية الثانية وتم استبعاد (5) طلاب وطالبات ، وكان سبب إختيارها لكونها من نفس الكلية للباحثان ، ومع اختلاف النظر في نسب تحديد عينة البناء فمن الملاحظة انه لا يوجد قانون مطلق او قاعدة عامة تضبط نسبة تقسيم عينة البحث على عينة البناء وعينة التطبيق ، إذ أن هناك عدة تقسيمات مختلفة لعينة البحث بحسب طبيعة البحث تم إستخدامها في بعض الدراسات والبحوث السابقة في هذا المجال منها دراسة (الطائي ، 2016) ، إذ يذكر بأن " نسبة تحديد عينة البناء تتراوح بين (40 - 70%)"⁽¹⁾ ، وقد اعتمد الباحثان عينة البناء ضمن هذه الحدود ليبين ذلك.

وتم تقسيم عينة البحث الى قسمين (عينة البناء وعينة التطبيق) عن طريق القرعة وكما يلي :

3 - 2 - 1 عينة البناء :

حددت عينة البناء بـ (100) من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت مثلت نسبة (50%) من مجتمع البحث الكلي.

3 - 2 - 2 عينة التطبيق :

حددت عينة التطبيق (50) من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة مثلت نسبة (25%) من مجتمع البحث الكلي.

3 - 3 الأجهزة المستخدمة ووسائل جمع المعلومات :

3 - 3 - 1 الأجهزة المستخدمة :

(¹) محمد خير الدين الطائي ؛ أثر استخدام التدخل السلوكي المعرفي على الاستجابات الانفعالية السلبية ومخاوف الحضور الذاتي لدى لاعبي الاحتياط بكرة القدم : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2016) ص62.

- حاسبة الكترونية.
- حاسبة محمولة نوع (HP).
- 3 - 3 - 2 وسائل جمع المعلومات :
- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- المقابلات الشخصية مع ذوي الاختصاص.
- مقياس استراتيجية التسميع.
- مقياس الاختبار التحصيلي.
- 3 - 4 خطوات إجراء البحث :
- 3 - 4 - 1 خطوات بناء مقياس استراتيجية التسميع :

لغرض التوصل إلى تحقيق أهداف البحث فيما يخص متغير استراتيجية التسميع ولعدم وجود مقياس يتلائم مع طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة تكريت ، قام الباحثان ببناء مقياس استراتيجية التسميع بما يتلائم مع طبيعة البحث وأهدافه.

3 - 4 - 1 تحديد أبعاد المقياس :

من خلال إطلاع الباحثان على العديد من المصادر والمراجع والبحوث العلمية الخاصة باستراتيجية التسميع ، تم تحديد (استراتيجية التسميع) ، إذ قام الباحثان بإعداد استمارة استبيان تضمنت استراتيجيات تشفير المعلومات ، وقد تم توزيعها على عدد من السادة ذوي الخبرة والاختصاص للمدة من 26 / 2 / 2021 ولغاية 10 / 3 / 2021 ، وطلب منهم اختيار ما يرونه مناسباً من الاستراتيجيات ، وبعد جمع البيانات من (11) خبير ، أظهرت النتائج صلاحية استراتيجية التسميع لتمثيل مقياس استراتيجيات تشفير المعلومات ، لذلك سيعتمد الباحثان على استراتيجية التسميع.

3 - 4 - 1 - 2 صياغة فقرات المقياس :

قام الباحثان بصياغة فقرات مقياس استراتيجية التسميع بالاعتماد على تحليل محتوى المصادر والمراجع العلمية الخاصة ذات العلاقة بموضوع الدراسة ، إذ تكون المقياس بصيغته الأولية (12) فقرة وعند صياغة الفقرات تم مراعاة مجموعة من الجوانب الأساسية وهي :

- أن يكون محتوى الفقرة واضحاً وصريحاً ومباشراً.
- الابتعاد عن التعبير اللغوي المعقد او المركب.
- أن تحتوي الفقرة على المتطلبات الضرورية التي تساعد المستجيب على انتقاء الإجابة المناسبة لها.

- أن تثير المستجيب بحيث تدفعه الى الإجابة بشكل صريح.

- يفضل عدم استخدام الفقرات (العبارات) الطويلة.

3 - 4 - 1 - 3 تحديد طريقة الإجابة على فقرات المقياس :

إختار الباحثان طريقة (ليكرت) في الإجابة عن الفقرات وذلك للأسباب الاتية⁽¹⁾ :

- سهولة البناء والتصحيح.

- تبين دقة انحياز الفرد نحو الموضوع وتسمح بأكبر تباين بين الافراد.

لذلك صيغت بدائل الاجابة على وفق هذه الطريقة ، فقد يتطلب من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة الإجابة على كل فقرة من خلال اختيار بديل ، لذا اختار الباحثان بدائل الإجابة التالية (تنطبق عليّ

دائماً ، تنطبق عليّ غالباً ، تنطبق عليّ أحياناً ، تنطبق عليّ نادراً ، لا تنطبق عليّ ابداً) وتكون بالأوزان (

5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي.

3 - 4 - 1 - 4 صدق المقياس :

" يكون الاختبار صادقاً إذا كان يقيس ما وضع لقياسه أي أنه يحقق الغرض الذي وضع من أجله

"⁽²⁾.

3 - 4 - 1 - 4 - 1 الصدق الظاهري :

قام الباحثان باستخدام هذا النوع من الصدق وذلك بعرض فقرات المقياس التي قاما بصياغتها على

شكل إستمارة إستبيان بصيغته الأولية وعدد فقراته (12) فقرة على السادة ذوي الخبرة والاختصاص في

مجال التربية الرياضية ، وذلك للانتفاع من آرائهم وبالكيفية التي تتلائم مع عينة البحث ، فضلاً عن

صلاحية بدائل الإجابة.

3 - 4 - 1 - 4 - 2 التجربة الاستطلاعية للمقياس :

طبق الاستبيان بصورته الأولية المكون من (12) فقرة على عينة من طلبة كلية التربية البدنية

وعلوم الرياضة في جامعة تكريت السنة الدراسية الثالثة وكان عدد افراد العينة (25) طالباً وطالبة التي

سحبت من مجتمع البحث يوم الاحد الموافق 15 / 2 / 2021 ، إذ " يتضح بتطبيق فقرات المقياس على

عينة صغيرة قبل طباعته بصورته النهائية "⁽³⁾.

(¹) خليل ميخائيل معوض ؛ علم النفس الاجتماعي : (الاسكندرية ، دار الفكر الجامعي ، 2000) ص58.
(²) عبد المنعم أحمد جاسم الجنابي ؛ اساسيات القياس والاختبار في التربية الرياضية : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2019) ص103.

(³) موسى النبهان ؛ اساسيات القياس في العلوم السلوكية ، ط1 : (عمان ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 2004) ص54.

وقام الباحثان بالتطبيق الأولي للمقياس بهدف التحقق من وضوح التعليمات والفقرات وإمكانية الإجابة على وفق بدائل الإجابة وتحديد متوسط زمن الإجابة لتطبيق المقياس ، إذ طلب منهم الإجابة بشكل دقيق وموضوعي وإعطاء آرائهم وملاحظاتهم إذا وجد غموض في الفقرات او صعوبة في فهمها من ناحية اللغة او المعنى وكانت نتائج التجربة الاستطلاعية كما يلي :

1- وضوح فقرات المقياس وعدم وجود غموض فيها.

2- الإجابة على الاستفسارات إن وجدت.

3- تحديد او تشخيص الصعوبات او المعوقات التي قد تواجه الباحثان.

4- تحديد الزمن اللازم للإجابة على فقرات المقياس إذ بلغ متوسط الإجابة (15 - 30) دقيقة.

3 - 4 - 1 - 4 - 3 صدق البناء لمقياس استراتيجية التسميع

تم اجراء صدق البناء لمقياس استراتيجية التسميع وفق أسلوب المجموعتين المتطرفتين (القوة التمييزية للفقرات) وكالاتي :

3 - 4 - 1 - 4 - 3 أسلوب المجموعتين المتطرفتين (القوة التمييزية للفقرات) (الصدق التمييزي) :

تشير القوة التمييزية للفقرات أو ما يسمى بصدق التميز إلى قدرة العبارة على التميز إلى قدرة العبارة على التمييز إلى قدرة العبارة على التمييز بين الأفرج ذوي المستويات العليا والأفراد ذوي المستويات الدنيا بالنسبة إلى السمة التي تقيسها الفقرة وهذا يعد دليلاً على صدق البناء.

إذ يمكن ترتيب المجموعتين تنازلياً وتحديد أعلى 27% وأقل 27% ، ولإيجاد هذا النوع من الصدق اتبع الباحثان الخطوات الآتية :

- تطبيق المقياس على عينة البناء البالغ عددهم (100) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت.

- إيجاد درجة كل عبارة ثم استخراج الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات عينة البناء.

- تحديد حجم المجموعتين المتطرفتين وبواقع (50) استمارة للمجموعة العليا و (50) استمارة للمجموعة الدنيا.

- إيجاد قيمة (ت) لكل عبارة من عبارات المقياس للمجموعتين المتطرفتين ، والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

يبين قيم (ت) المحتسبة بين الفئتين العليا والدنيا لفقرات مقياس استراتيجيات تشفير المعلومات

الاستراتيجية	المجموعة العليا	المجموعة الدنيا	قيمة (ت)	Sig
--------------	-----------------	-----------------	------------	-----

	المحتسبة	ع ±	س	ع ±	س		
0.000	7.450	0.750	3.01	0.639	3.95	1	التسميع
0.000	8.533	0.628	2.68	0.576	3.78	2	
0.000	7.009	0.634	2.78	0.673	3.72	3	
0.000	7.025	0.768	2.77	0.718	3.77	4	
0.000	8.809	0.755	3.03	0.806	4.12	5	
0.000	6.685	0.697	2.79	0.598	3.72	6	
0,000	8,709	0,559	2,15	0,499	3,32	7	
0.000	6.729	0.603	3.14	0.619	4.10	8	
0.000	5.728	0.734	3.10	0.604	3.97	9	
0.000	7.247	0.763	2.14	0.724	3.17	10	

يتبين من الجدول (4) ان جميع الفقرات كان لها القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة (0.673 - 9.356) بينما بلغت قيمة (sig) لجميع الفقرات (0.000) وهي اصغر من (0.05) مما يدل على أن المقياس يتميز بصدقه التمييزي.

3 - 4 - 1 - 5 ثبات المقياس :

تم استخراج معامل الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية وكالاتي :

3 - 4 - 1 - 5 - 1 طريقة التجزئة النصفية :

تم إيجاد الثبات بهذه الطريقة من خلال استمارات عينة البناء البالغة (100) وقسمت عبارات المقياس إلى نصفين ضم القسم الأول الفقرات ذات التسلسل الفردي والقسم الآخر الفقرات ذات التسلسل الزوجي ، بحيث اصبح لكل فرد من أفراد عينة البناء درجتين الأولى تمثل مجموع درجات الفقرات الفردية والثانية تمثل مجموع درجات الفقرات الزوجية ، بعد ذلك تم إيجاد الارتباط بينهما من خلال إيجاد معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات نصف الاختبار ، اذ بلغت هذه القيمة (0.95) وهي تشكل درجة ثبات نصف الاختبار وللحصول على معامل الثبات الكلي تم استخدام معادلة (سبيرمان براون) التصحيحية إذ بلغ الثبات لهذه المعادلة (0.89) .

3 - 4 - 1 - 6 وصف مقياس استراتيجية التسميع بصورته النهائية :

تكون مقياس استراتيجية التسميع لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بصيغته النهائية من (12)
(فقرة ، كما تم تحديد بدائل الإجابة المقترحة (ينطبق علي دائماً ، ينطبق علي غالباً ، ينطبق علي أحياناً ،
ينطبق علي نادراً ، لا ينطبق علي ابدأ) وتحمل الاوزان (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي.
3 - 5 اختبار التحصيل المعرفي :

اطلع الباحثان على الادبيات التي تناولت التحصيل المعرفي في مادة طرائق تدريس التربية الرياضية
ولاحظا وجود اختبار للتحصيل المعرفي معد من قبل الباحثة (وفاء محمود علي ، 2021)⁽¹⁾ والمطبق
على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك والذي يتناسب مع اهداف الدراسة الحالية ،
حيث يشترك في المحتوى التعليمي وكذلك في المرحلة الدراسية التي يدرس فيها ، وبعد أخذ استشارة السادة
الخبراء قد أعد الباحثان فقرات الاختبار بعد تحليل محتوى المادة التعليمية وإعادة تنظيمها وفق قائمة مفاهيم
جديدة فضلاً عن أعداد الأهداف السلوكية وفق مستويات بلوم المعدلة ثم أعدا جدول المواصفات بهدف إنتقاء
عينة الفقرات الممثلة لمحتوى المادة التعليمية والأهداف السلوكية وتضمن الاختبار كيفية الإجابة على فقرات
الاختبار.

3 - 5 - 1 صدق الاختبار :

تم التحقق بهذا النوع من الصدق عندما عرضت فقرات الاختبار على مجموعة من الخبراء وحصل
الباحثان على نسبة اتفاق (80 %) وبهذا عُدَّ الاختبار ذو صدق ظاهري.

3 - 5 - 2 ثبات الإختبار :

لإستخراج معامل الثبات إِعتمد الباحثان طريقة إعادة الاختبار ، حيث تم إجراء الاختبار على
مجموعة من طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت والمكونة من (20)
(طالباً بتاريخ 10 / 1 / 2021 وأعيد الاختبار بتاريخ 24 / 1 / 2021 على نفس العينة ، وبعد تصحيح
النتائج وبلغ معامل الارتباط بين الاختبارين (0.86) مقدار عالي يثبت ثبات الاختبار .

3 - 5 - 3 التجربة الاستطلاعية للاختبار :

(¹) وفاء محمود علي ؛ تأثير انموذج بيركنز وبلايث في تنمية القدرة على اتخاذ القرار وتحصيل بعض مفردات طرائق
التدريس لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،
جامعة تكريت ، 2021) ص 111 - 114.

أُجريت التجربة الاستطلاعية للاختبار بعد التعديلات التي طرأت على الفقرات حسب آراء السادة الخبراء على (10) طلاب من المرحلة الدراسية الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت وكان الهدف منه هو :

1- مدى معرفة وضوح فقرات الاختبار.

2- معرفة الصعوبات التي يواجهها الطلاب عند الإجابة.

3- تقدير الوقت النموذجي للإجابة.

3 - 5 - 4 وصف الاختبار التحصيلي :

يتكون الاختبار التحصيلي بصيغته النهائية من (100) درجة متنوع الأسئلة بين المقالية والموضوعية وتعطى درجتان للمقالية ودرجة للموضوعية وصفر للإجابة الخاطئة لتكون القيمة النهائية (0 - 100) درجة.

3 - 6 التطبيق النهائي للمقياس (التجربة الرئيسية) :

تم تطبيق التجربة الرئيسية للمقياس والاختبار على عينة التطبيق البالغة (50) طالباً وطالبة من مجتمع البحث ، إذ قام الباحثان بتزويد أفراد العينة بالإرشادات والتعليمات الخاصة بالإجابة على فقرات المقياس ، وتم تطبيق الاختبار في يوم الخميس الموافق 2021 / 1 / 28 وتم تطبيق المقياس إلكترونياً يوم الموافق الأربعاء الموافق 2021 / 2 / 24.

3 - 7 الوسائل الإحصائية :

تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) لاستخراج النتائج :

- الوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

- النسبة المئوية.

- معامل الارتباط البسيط (لإيجاد الاتساق الداخلي والثبات وتحديد العلاقة بين متغيري الدراسة).

- معادلة سبيرمان براون.

- معامل ألفا كرونباخ (لإيجاد ثبات المقياس).

- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (لاستخراج القوة المميزة لفقرات المقياس).

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4 - 1 - 1 عرض وتحليل نتائج استراتيجية التسميع والتحصيل المعرفي :

فيما يلي الجدول الذي بينا فيه الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة البحث على مقياس استراتيجية التسميع والتحصيل المعرفي ، والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2)

يبين قيمة معامل الارتباط (بيرسون) بين استراتيجية التسميع والتحصيل المعرفي لعينة البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	sig	الفروق
استراتيجية التسميع	15.760	2.543	0.178	0.003	معنوي
التحصيل المعرفي	63.940	12.236			

* معنوي اذا كانت قيمة sig > (0.05) .

يتبين من الجدول (6) أن الوسط الحسابي لاستراتيجية التسميع كان (15.760) والانحراف المعياري (2.543) ، أما الوسط الحسابي للتحصيل المعرفي (63.940) والانحراف المعياري (12.236) وظهرت قيمة معامل الارتباط (r) المحسوبة والبالغة (0.178) عند مستوى الدلالة (0.003) وهي أقل من مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني عدم وجود علاقة بين استراتيجية التسميع والتحصيل المعرفي.

4 - 2 مناقشة النتائج :

فيما يخص الجدول (2) الذي يبين وجود علاقة ارتباط معنوية بين التحصيل المعرفي واستراتيجية التسميع فيعزو الباحثان ذلك إلى أن هذه الإستراتيجية مبنية على ترديد المعلومات مع النظر والاهتمام بالمعنى والمضمون كما أنها مبنية على معرفة المعنى التي تتضمنه المادة والعلاقات المختلفة التي تربط هذه المعلومات وبالخصوص عندما تعتمد على الحفظ للمعلومات وربط هذه المعلومات بمخزون الطالب المعرفي وحاجته إليها وإنما يمكن استخدام هذه الاستراتيجيات لتشفير وحفظ مواد نظرية أخرى وتخصصات أدبية ، ويشير (حسن ، 2006) إلى أن استراتيجية التسميع تعتمد على ترديد المعلومات المقدمة عدة مرات مع الاهتمام بالنظر للمعنى ، كما أنها توضح المعنى الحقيقي للعلاقات المتنوعة الرابطة بين المفردات وأسباب حدوثها على عكس الاستراتيجيات الأخرى ، التي تضع بعين الاعتبار لعامل المعنى أهمية في تشفير واستعادة المعلومات من الذاكرة⁽¹⁾.

كما أن استراتيجية التسميع تكون ذات تأثير في عملية التذكر ، وخاصة عند إقتصارها على الحفظ فقط ، من غير ربطها بالبناء المعرفي الدائم للمتعلم.

5- الاستنتاجات والتوصيات :

(1) سيد محمد صميده حسن ؛ استراتيجيات التذكر ومدى التطرف في الاستجابة لدى الطلاب ذوي الفئات المختلفة من الذكار الشخصي : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بينها ، 2006) ص50.

5 - 1 الاستنتاجات :

- بعد المعالجة الإحصائية وظهور النتائج توصل الباحثان على عدد من الاستنتاجات منها :
- إسهام استراتيجية التسميع في زيادة التحصيل المعرفي لدى الطلبة بمادة طرائق تدريس التربية الرياضية.
- وجود علاقة إيجابية في اكتساب الطلبة التحصيل المعرفي واستخدام استراتيجية التسميع.

5 - 2 التوصيات :

- أوصى الباحثان بعدد من التوصيات منها :
- اعتماد استراتيجية التسميع في تدريس مادة طرائق تدريس التربية الرياضية في المرحلة الجامعية الأولية.

المصادر :

- خليل ميخائيل معوض ؛ علم النفس الاجتماعي : (الاسكندرية ، دار الفكر الجامعي ، 2000).
- سيد محمد صميده حسن ؛ استراتيجيات التذكر ومدى التطرف في الاستجابة لدى الطلاب ذوي الفئات المختلفة من الذكار الشخصي : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بينها ، 2006).
- عبد المنعم أحمد جاسم الجنابي ؛ أساسيات القياس والاختبار في التربية الرياضية : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2019).
- عدنان العتوم ؛ علم النفس المعرفي ، النظري ، والتطبيقي ، ط2 : (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2010).
- فتحي الزيات ؛ صعوبات التعلم ، الأسس النظرية والتشخيصية والعلاجية : (القاهرة ، دار النشر للجامعات ، 1998).
- فوقية عبد الفتاح وجابر عبد الحميد جابر ؛ علم النفس المعرفي بين النظرية والتطبيق : (القاهرة، دار الفكر العربي، 2005).
- محمد خير الدين الطائي ؛ أثر استخدام التدخل السلوكي المعرفي على الاستجابات الانفعالية السلبية ومخاوف الحضور الذاتي لدى لاعبي الاحتياط بكرة القدم : (أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2016).
- موسى النبهان ؛ اساسيات القياس في العلوم السلوكية ، ط1 : (عمان ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 2004).
- وفاء محمود علي ؛ تأثير انموذج بيركنز وبلايث في تنمية القدرة على اتخاذ القرار وتحصيل بعض مفردات طرائق التدريس لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة : (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة تكريت ، 2021).

المصادر الأجنبية :

- Abdel Moneim Ahmed Jassim Al-Janabi; **Measurement and testing of physical education** : (Cairo Book Center for publication, 2019).
- Adnan Al-Atoum; **Cognitive, Theoretical, and Applied Psychology**, 2nd Edition : (Amman, Dar Al Masirah for Publishing, Distribution and Printing, 2010).
- Fathi El-Zayat; **Learning difficulties, theoretical, personal and therapeutic foundations** : (Cairo, Universities Publishing Hous, 1998).
- Fawqiah Abdel Fattah and Gaber Abdel Hamid Jaber; **Cognitive Psychology between theory and practice**: (Cairo, Arab Thought House, 2005).
- Khalil Michael Moawad; **Social Psychology** : (Alexandria House of University Thought , 2000).
- Muhammad Khair Al-Din Al-Taei; **The effect of using cognitive behavioral intervention on negative emotional responses, & fears of self-attendance among soccer reserve players**: (unpublished doctoral thesis, University of Mosul, College of Physical Education and Sports Sciences, 2016).
- Musa Al Nabhan; **Fundamentals of Measurement in Behavioral Sciences**, 1st Edition : (Oaman, Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution, 2004).
- Syed Muhammad Somaida Hassan; **Strategies of remembering and the extent of extremism in response among students with different categories of personal memory** : (Unpublished Master's Thesis, College of Education, Benha University, 2006).
- Wafaa Mahmoud Ali; **The Perkinzoblite model in developing the ability to make decisions and collecting some vocabulary Teaching methods for students of the College of Physical Education and Sports Sciences** : (Unpublished Master's Thesis, College of Physical Education and Sports Sciences, Tikrit University, 2021).



The effect of Wollen and Phillips' strategy using skill manipulation exercises in football for students

Oday Saleh Mohamed^{1*}
Sarmad Ahmed Musa¹

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.35>

Article info.

Article history:

-Received: 5/8/2021

-Accepted:15/8/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- strategy
- Willen and Phillips
- exercises
- Handling football skill

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The research aims to :

- Preparing educational units according to Willen and Phillips' strategy in learning the skill of handling football for students of the fifth literary grade.
- Detecting the effect of Wan and Phillips' strategy using skill exercises in learning the skill of handling football for fifth literary grade students.
- Detecting the differences in the results of the two post-tests of the experimental and control groups in learning the skill of handling football for students of the fifth literary grade.

The researchers adopted the experimental method in the manner of two equal experimental and control groups with two tests, pre and post tests, for its relevance to the nature of the research. The research community consisted of the fifth preparatory grade students in Omar Al-Mukhtar Preparatory School for Boys, one of the schools of the Salah Al-Din Education Directorate / Samarra Education Department for the academic year 2020/2021 and the adult Their number is (36) students, and the research sample was chosen randomly by lottery, to be a control group and an experimental group, which numbered (24) students and (12) students for each group, while (6) students were excluded because of their participation in the study. The exploratory experiment and (4) repeaters and (2) students practicing the game, and the researchers used the statistical methods, including (arithmetic mean, standard deviation, t-test, skew coefficient, mode, percentage, simple correlation coefficient "Pearson").

The researchers concluded that the use of the strategy (Wann and Phillips) has a significant impact on learning the skill of handling football for students.

The researchers recommended conducting similar studies to the current study on other sports and at different age and school stages.

* Corresponding Author: Oday.s.Mohamed@st.tu.edu.iq College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

أثر استراتيجية ولن وفيليبس باستخدام تمارين مهارية بالمناولة في كرة القدم للطلاب

أ. د. سرمد أحمد موسى

عدي صالح محمد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

الخلاصة:

يهدف البحث إلى :

- إعداد وحدات تعليمية وفق استراتيجية ولن وفيليبس في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لطلاب الصف الخامس الإعدادي.
 - الكشف عن أثر استراتيجية ولن وفيليبس باستخدام تمارين مهارية في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لطلاب الصف الخامس الإعدادي.
 - الكشف عن الفروق في نتائج الاختبارين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لطلاب الصف الخامس الإعدادي.
- اعتمد الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملاءمته مع طبيعة البحث ، تكون مجتمع البحث من طلاب الصف الخامس الإعدادي في إعدادية عمر المختار للبنين إحدى مدارس مديرية تربية صلاح الدين / قسم تربية سامراء للعام الدراسي 2020 / 2021 والبالغ عددهم (36) طالباً ، أما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة ، لتكون مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية والبالغ عددهم (24) طالباً منهم وبواقع (12) طالب لكل مجموعة ، في حين تم استبعاد (6) طالب وذلك لاشتراكهم في التجربة الاستطلاعية و (4) طلاب راسبون و (2) طالب ممارسين للعبة ، واستخدم الباحثان الوسائل الإحصائية منها (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار t ، معامل الالتواء ، المنوال ، النسبة المئوية ، معامل الارتباط البسيط " بيرسون ").
- واستنتج الباحثان إن استخدام إستراتيجية (ولن وفيليبس) لها الأثر الكبير في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم للطلاب.
- وأوصى الباحثان بإجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية على ألعاب رياضية أخرى وعلى مراحل عمرية ودراسية مختلفة.

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- استراتيجية
- ولن وفيليبس مستوى
- تمارين مهارية
- مهارة المناولة بكرة القدم

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

إن تسارع التقدم العلمي والتربوي في استراتيجيات وأساليب التعليم المتنوعة باختلاف البيئة التعليمية بكل سماتها وتقنياتها المتعددة ، وكل ما صاحبها من تقدم المعلومات والتكنولوجيا ، ولغرض مواكبة هذا الكم والنوع من التطور المتعدد الجوانب (العلمية ، التربوية ، النفسية ، الاجتماعية) أصبح لازماً على المختصين والتربويين المهتمين بإدخال هذا التطور في الاستراتيجيات والأساليب في عملية التعليم والتعلم.

" فالتعليم لم يعد قائماً على التلقين وحشو الأذهان بالمعلومات كما كان الحال في الماضي ، وإنما أصبح يقوم على تنظيم تعلم الطلاب ، وتوفير الظروف المساعدة على إحداث التغييرات المرغوبة في سلوكهم ، وعلى النحو الذي يكفل نموهم المتكامل في جميع النواحي النفسية والعقلية والانفعالية والاجتماعية "(1).

ومن الاستراتيجيات الحديثة في التدريس التي يختارها التربويون هي استراتيجية (ولن وفيليبس) والتي تعد من أبرز الاستراتيجيات والطرائق التدريسية التي يقوم فيها المعلمون بالتعبير عن تفكيرهم بصوت عالٍ لتقديم نموذج للطلاب عن كيفية استعمال التفكير ما بعد المعرفي عند العمل في مجموعة من المهام ، حيث يجعل الطلاب يسمعون كيف يخطط المعلمون ، وكيف يراقبون عملهم وقيمونه ، أي تجعل الطلاب يسمعون ما يجري داخل عقل المعلم ، كما تتضمن هذه الاستراتيجية بنمذجة تفكيره وإيضاحه عن طريق التحدث بصوت عالٍ عن تفكيره أمام زميله ، فيما يقوم الآخر بمراقبة عمليات تفكير الزميل المتحدث(2).

ومن المهارات الأساسية المهمة بكرة القدم هي مهارة المناولة ، حيث تعد المناولة واحدة من المهارات الأساسية المهمة والأكثر استخداماً طوال وقت المباراة ، وهي وسيلة لتنفيذ خطط اللعب ، والفريق الذي يجيد أفراده المناولة بمختلف الطرق مستعملين الجزء المناسب من القدم لأداء هذه الضربات ، بحيث يتمكنون من المناولة إلى مختلف الجهات وتحت مختلف الظروف وتكون فرصتهم أكبر في تحقيق نتائج جيدة في المباراة ، ويؤكد (إبراهيم ، 2001) على أن المناولة من " أهم فنيات لعبة كرة القدم نظراً لأنها أكثر استخداماً طوال زمن المباراة "(3) ، مع التأكيد على عنصر مهم في التمرير وهو الدقة ، إذ " ليس هناك من شيء يحطم الفريق أكثر من المناولة غير الدقيقة "(4).

وبناءً على ما تقدم يمكن إجمال أهمية البحث في النقاط الآتية :

(1) وليد رفيق العياصرة؛ استراتيجيات تعليم التفكير ومهاراته ، ط1: (عمان، الأردن، دار أسامة للنشر والتوزيع، 2011) ص9.

(2) Gama , C. A. ; **Integrating metacognitive interactive Learning Environments** : (Doctor of Philosophy , University of Sussex , 2004) P. 81.

(3) مفتي ابراهيم حماد ؛ الإعداد المهاري والخططي للاعبين كرة القدم ، ط2: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001) ص12.

(4) جارلس هيبوز ؛ كرة القدم خطط ومهارات ، (ترجمة) : موفق المولى : (الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، 1990) ص106.

- 1- أهمية استراتيجية ولن وفيليبس كونها تساعد الطالب على رفع مستوى الوعي لديهم والإمساك بالرؤية والتأمل عند التفكير.
- 2- تجريب استراتيجية ولن وفيليبس من أجل معرفة فعاليتها في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لأنها تساعد على تحويل دور الطالب من متلقي إلى مفكر فعال.
- 3- مساعدة الباحثين الآخرين في الاستفادة منها وفتح آفاق جديدة ومستقبلية في هذا المجال.

1 - 2 مشكلة البحث :

تعد أساليب واستراتيجيات التدريس من الأمور التي تؤدي دوراً مهماً في إنجاح العملية التعليمية والتي تتحسن من خلال الارتقاء بتفكير الطلاب وجعلهم قادرين على الاستقلال الفكري ، فهي وسيلة لتحقيق الابتكار وطريقة في الاكتشاف والبحث يمكن من خلالها تعلم مجموعة من المهارات العلمية والعملية في مجتمع دائم التطور والتغير . وقد وجد الباحثان أن من الضروري التركيز على استخدام استراتيجيات جديدة تعمل على نقل المعرفة إلى المتعلم بوسيط نشط يتماشى مع المستجدات الحديثة وجعل المتعلم أكثر فاعلية في العملية التعليمية من خلال إيجاد مواقف يكون فيها أكثر ايجابية ونشاط.

لذا ارتأى الباحثان استخدام استراتيجية ولن وفيليبس على طلاب المرحلة الإعدادية مستنديين في ذلك على ما لاحظوه من خلال الأنشطة الصفية التي يمارسها المدرسين مع طلابهم ووجود تدني في قدرة الطلاب على ممارسة عملية التعلم ، وقد أرجح الباحثان السبب في ذلك إلى عدم استخدام أساليب واستراتيجيات متنوعة في تدريس مادة التربية الرياضية من قبل المدرسين وقلة الاهتمام في تعلم المهارات بأنواعها المختلفة وبالذات مهارة المناولة بكرة القدم ، ومن هنا تحددت مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤل التالي : (ما هو أثر استخدام استراتيجية (ولن وفيليبس) باستخدام تمارين مهارية بالمناولة في كرة القدم للطلاب) .

1 - 3 هدف البحث :

يهدف البحث إلى :

- إعداد وحدات تعليمية وفق استراتيجية ولن وفيليبس في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لطلاب الصف الخامس الإعدادي.
- الكشف عن أثر استراتيجية ولن وفيليبس باستخدام تمارين مهارية في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لطلاب الصف الخامس الإعدادي.
- الكشف عن الفروق في نتائج الاختبارين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم لطلاب الصف الخامس الإعدادي.

1 - 4 فرضا البحث :

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم مهارة المناولة في كرة القدم للطلاب ولصالح الاختبار البعدي.

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في نتائج الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في تعلم مهارة المناولة في كرة القدم للطلاب ولصالح المجموعة التجريبية.

1 - 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 المجال البشري : طلاب الصف الخامس الإعدادي في إعدادية عمر المختار للبنين قسم تربية سامراء التابع لمديرية تربية صلاح الدين.

1 - 5 - 2 المجال الزمني : للمدة من 23 / 12 / 2020 ولغاية 18 / 2 / 2021.

1 - 5 - 3 المجال المكاني : ساحة إعدادية عمر المختار للبنين.

1 - 6 تحديد المصطلحات :

1 - 6 - 1 الاستراتيجية : بأنها " إجراء أو مجموعة من الإجراءات المحددة التي يقوم بها المدرس لجعل عملية التعلم أكثر سرعة وسهولة ومنتعة وموجهة ذاتياً ، فضلاً عن قابليتها للانتقال إلى مواقف جديدة" (1).

1 - 6 - 2 استراتيجية ولن وفيليبس : بأنها أحد استراتيجيات ما بعد المعرفة اقترحها كل من (ولن وفيليبس) وتقوم هذه الاستراتيجية على ثلاث مراحل هي التهيئة ، والنمذجة بواسطة المعلم ، والنمذجة بواسطة التلميذ ، من أجل زيادة وعي التلميذ بعمليات تفكيره والتفكير فيما يفكر فيه (2).

التعريف الإجرائي للباحث : هي مجموعة من الخطوات المعدة والمنظمة على عينة البحث المتمثلة بالمجموعة التجريبية من طلاب الصف الخامس الإعدادي عن طريق خطوات الاستراتيجية المتمثلة بثلاث مراحل هي التهيئة والنمذجة بواسطة المدرس والنمذجة بواسطة الطالب من أجل وعي الطلاب بتفكيره والتفكير فيما يفكر فيه.

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

2 - 1 الدراسات النظرية :

2 - 1 - 1 مهارة المناولة بكرة القدم :

لكل فعالية رياضية ومنها كرة القدم مهاراتها الأساسية الخاصة التي تبرزها عن غيرها من الأنشطة الرياضية الأخرى ، وكون هذه المهارات هي الصفة الرئيسية لنوع اللعبة الرياضية المعنية وضمن قانونها ، ولأهمية المهارات الأساسية في كرة القدم وكثرتها وتنوعها وما تتطلبه من أداء سريع وقدرة على تغيير السرعة واتجاه

(1) حسين محمد أبو رياش (وآخرون) ؛ أصول استراتيجيات التعلم والتعليم النظرية والتطبيق ، ط1 : (عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، 2009) ص19.

(2) أحمد إبراهيم بهلول ؛ اتجاهات حديثة في استراتيجيات ما وراء المعرفة في تعلم القراءة : (مجلة القراءة والمعرفة ، العدد (30) ، 2004) ص213.

الركض وفي الوقت نفسه السيطرة على الكرة وما يتطلبه التدريب عليها بشكل مستمر للوصول إلى إجابة وإتقان اللاعبين لها.

فالمهارة في كرة القدم هي جوهر اللعبة ، واللاعب الذي تتقنه المهارة لا يستطيع الوصول إلى المستويات العالمية ، وذلك أن المهارات الأساسية تعد الحجر الأساس في الأداء خلال مباريات كرة القدم وهي بالأساس تعتمد على حد كبير على الإعداد البدني كما ينبغي عليها الإعداد الخططي والتقني والذهني⁽¹⁾.

ويشير (نيكولاس برونك) إلى أن التمرير أمر أساسي لكل لاعبي كرة القدم لأنه يستخدم أثناء اللعب أكثر من أي مهارة أخرى وبعد استلامه للكرة يفكر اللاعبون بصورة مباشرة بالمباراة بتمريرها إلى الزميل وهذا يكون نسبة (80%) وفي (20%) الباقية أما أن يبعد اللاعبون الكرة وأما يهدفون على المرمى ، لذلك فإن الأهمية أن يطور الفريق واللاعبون أيضاً أسلوب تمرير جيد ومفيد⁽²⁾.

3- إجراءات البحث :

3 - 1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين التجريبية والضابطة ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملاءمته مع طبيعة البحث.

3 - 2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بطريقة عمدية تمثلت بطلاب الصف الخامس الإعدادي في إعدادية عمر المختار للبنين إحدى مدارس المديرية العامة لتربية صلاح الدين / قسم تربية سامراء للعام الدراسي 2020 / 2021 والبالغ عددهم (36) طالباً موزعين على شعبتين (أ ، ب) ليكونوا مجتمع البحث ، في حين تم استبعاد (6) طلاب تم اشتراكهم في التجربة الاستطلاعية و (4) طلاب راسبون و (2) طلاب ممارسين للعبة ، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة لتكون مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية والبالغ عددهم (24) طالباً منهم وبواقع (12) طالب لكل مجموعة ، وكما مبين في الجدول (1).

الجدول (1)

يبين مجموعتي البحث وحجم العينة والأسلوب المستخدم في التدريس

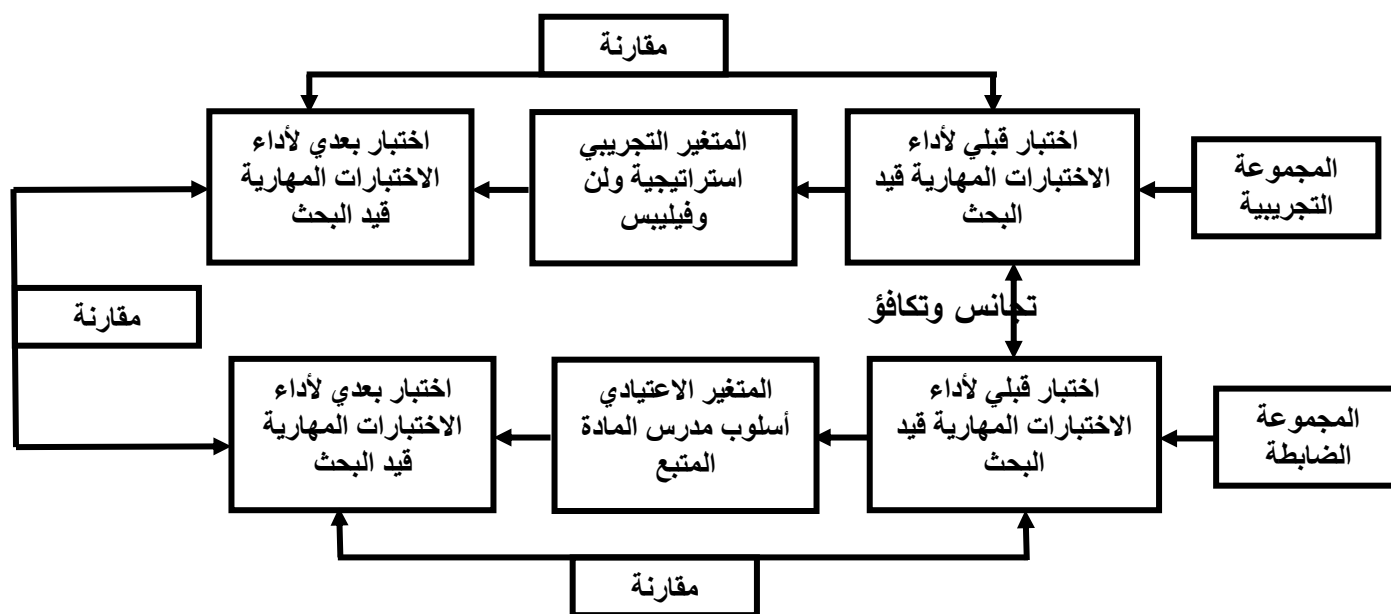
الشعبة	المجموعة	الأسلوب المستخدم	العدد الكلي	المستبعدون	عينة البحث
أ	التجريبية	إستراتيجية (ولن وفيليبس)	19	7	12
ب	الضابطة	الإسلوب (المتبع)	17	5	12
المجموع			36	12	24

3 - 3 التصميم التجريبي :

(¹) مفتي إبراهيم حماد ؛ مصدر سبق ذكره ، 2001 ، ص104.

(²) Brook P. Niclas ؛ The cocker push pass national and conditioning association journal : (v-12 , No.2 , 1999) P. 162.

تم استخدام التصميم التجريبي الذي يطلق عليه " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية ذات الاختبارات القبلية والبعدي محكمة الضبط"⁽¹⁾ ، والشكل (1) يوضح ذلك.



الشكل (1)

يوضح التصميم التجريبي للبحث

3 - 4 تجانس وتكافؤ العينة :

3 - 4 - 1 التجانس في المتغيرات الجسمية :

قام الباحثان بإجراء التجانس بين أفراد عينة البحث لكلا المجموعتين للمتغيرات (العمر ، الطول ، الكتلة) والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول (2)

يبين تجانس العينة في متغيرات العمر والطول والكتلة

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	معامل الالتواء
العمر	سنة	16.833	0.564	17	0.059-
الطول	سم	177,333	7,081	178	0,019-
الكتلة	كغم	65.375	9.924	66	0.044

يتبين من الجدول (2) أن قيم معامل الالتواء للمتغيرات (العمر الزمني ، الطول ، الكتلة) لعينة البحث هي أرقام محصورة ما بين ($1 \pm$) وهذا يدل على تجانس عينة البحث في المتغيرات أعلاه.

(¹) محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب ؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999) ص232.

3 - 4 - 2 تكافؤ مجموعتي البحث :

لتحقيق التكافؤ بين مجموعتي البحث قام الباحثان بإجراء اختبارات التكافؤ في متغيرات البحث والتي تم إجراؤها في يوم الاربعاء الموافق 23 / 12 / 2020 الساعة (9:45) صباحاً ، وعلى ساحة إعدادية عمر المختار في محافظة صلاح الدين / قضاء سامراء وبمساعدة فريق العمل المساعد^(*) ، والغاية من التكافؤ هو التأكد من أن المجموعتين تسيران بخط شروع واحد في متغيرات البحث ، وكما مبين في الجدول (3) .

الجدول (3)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) ودلالة الفروق للمهارات المختارة

نوع الدلالة	قيمة الدلالة (Sig)	قيمة (ت) المحتسبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المعالجات المتغيرات المناولة
			ع	س	ع	س		
غير معنوي	0.860	0.178-	1,138	2.750	1.154	2,666	درجة	

(*) معنوي عند مستوى دلالة $(0,05) >$.

3 - 5 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

3 - 5 - 1 وسائل جمع المعلومات :

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
- الاختبارات والقياسات المستخدمة في البحث.
- الاستبيانات.

- المقابلات الشخصية.

3 - 5 - 2 الأجهزة :

- ميزان طبي لقياس الوزن نوع (Nova) .

- لابتوب نوع (DELL) .

- ساعة توقيت نوع (DIAMOND) .

3 - 5 - 3 الأدوات المستخدمة في البحث :

- شريط قياس .

- شريط ملون لتقسيم المرمى .

- كرات قدم قانونية .

(*) تكون فريق العمل المساعد من :

- 1- م. د. زاهد قاسم / مدرس تربية رياضية / قسم تربية سامراء .
- 2- م. م. محمد سعد جبر / طرائق تدريس - ساحة وميدان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة سامراء .
- 3- م. م. باسم مجيد محمد / جمناستك / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت .
- 4- امجد رزاق خلف / مدرس تربية رياضية / قسم تربية سامراء / إعدادية عمر المختار للبنين .

- صافرة نوع (Fox).

- شواخص بارئقاعات مختلفة.

- أهداف صغيرة أبعادها (63 × 110).

- تيشيرت تمرين عدد (25).

3 - 6 تحديد المهارات بكرة القدم قيد البحث :

3 - 6 - 1 المقابلات الشخصية :

قام الباحثان بإجراء المقابلات الشخصية مع عدد من المختصين في مجال التربية الرياضية باختصاص كرة القدم ، طرائق التدريس ، التعلم الحركي ، القياس والتقويم ، علم التدريب ، للإفادة من آرائهم فيما يخص المعلومات المتعلقة بموضوع الدراسة.

3 - 6 - 2 استمارات الاستبيان :

3 - 6 - 2 - 1 استمارة استبيان لتحديد اختبار مهارة المناولة بكرة القدم قيد البحث في الاختبارات القبالية والبعدية :

بعد تحديد المهارات الأساسية بكرة القدم والتي هي ضمن خطة وزارة التربية (المناهج) ، قام الباحثان وبعد الاطلاع على المصادر والبحوث السابقة بترشيح مجموعة من الاختبارات للمهارات الأساسية بكرة القدم متغيرات قيد البحث ، وعرضها على السادة الخبراء والمختصين في مجال القياس والتقويم وكرة القدم وتم الاتفاق من قبل الخبراء بعد جمع الاستبيانات وتفرغها ، والجدول (4) يبين ذلك.

الجدول (4)

يبين نسبة اتفاق الخبراء حول الاختبارات المرشحة قيد البحث

نسبة الاتفاق %	عدد الخبراء			الاختبارات المرشحة قيد البحث	مهارات كرة القدم قيد البحث
	غير الموافقون	الموافقون	الكلية		
91%	1	10	11	المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (20) متر	المناولة

3 - 6 - 2 - 2 استمارة استبيان حول تحديد صلاحية التمارين المهارية المستخدمة قيد الدراسة:

بعد الاطلاع على المصادر العلمية والدراسات السابقة ، قام الباحثان بإعداد استمارة استبيان بتصميم تمارين مهارية بكرة القدم ، والتي أعدت وفق استراتيجية (ولن وفيليبس) ، وتم توزيعها على عدد من السادة الخبراء في مجالات القياس والتقويم وكرة القدم وعلم التدريب والتعلم الحركي وطرائق التدريس ، لمعرفة مدى صلاحية التمارين المهارية ، وبعد استعادة الاستبيانات منهم تم توحيد آراء الخبراء ووضع التمارين بصورتها النهائية.

3 - 6 - 2 - 3 استمارة استبيان حول تحديد صلاحية الاستراتيجية المستخدمة :

قام الباحثان بإعداد استمارة استبيان وعرضها على السادة الخبراء والمختصين حول صلاحية استخدام استراتيجية ولن وفيليبس في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم ، وطلب من الخبراء التأكد من صلاحية خطة

الدرس التعليمية والوحدات التعليمية ، وتم توزيعها على السادة الخبراء والمختصين في مجال طرائق التدريس ، وبعد إستعادة الاستبيان منهم تم توحيد آراء الخبراء ووضع الوحدات التعليمية بصورتها النهائية.

3 - 7 مواصفات الاختبارات المهارية قيد البحث :

تعد الاختبارات من الأمور الواجب توافرها في أي بحث علمي ، ولأجل تحديد أهم الاختبارات الخاصة بموضوع البحث أتمد الباحثان على الاختبارات المقننة الموجودة في المصادر العلمية لملاءمتها طبيعة البحث وإجراءاته والتي حددها الخبراء .

3 - 7 - 1 الاختبار الأول : المناولة (التمرير)⁽¹⁾ :

❖ إسم الاختبار : إختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة 20 متر .

❖ الهدف من الاختبار : قياس دقة المناولة.

❖ الأدوات المستخدمة : كرات قدم عدد (3) ، هدف صغير أبعاده (110سم × 63 سم) .

❖ إجراءات الاختبار : يرسم خط بطول (1م) على مسافة (20م) عن الهدف الصغير ، وتوضع كرة ثابتة على خط البداية بحسب ما موضح في الشكل (3) .

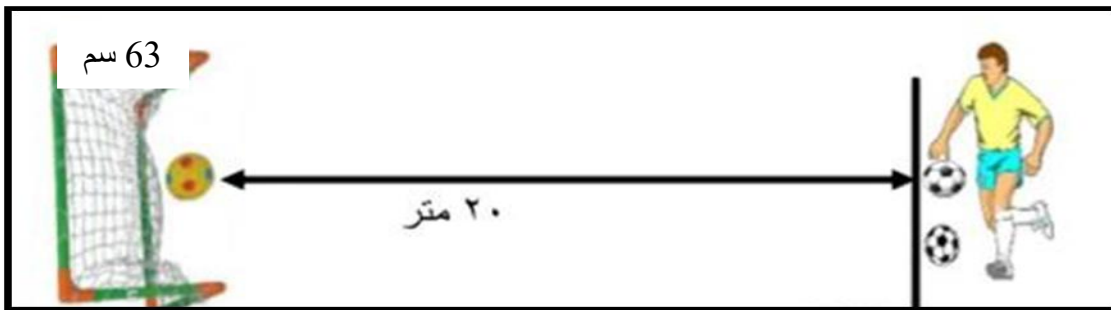
❖ وصف الاختبار : يقف اللاعب خلف خط البداية مواجهاً للهدف الصغير ، ويبدأ عند إعطاء الإشارة مناولة الكرة نحو الهدف لتدخل إليه ، وتعطى لكل لاعب (3) ثلاث محاولات متتالية.

❖ التسجيل : تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي حصل عليها اللاعب من مناولة الثلاث كرات وعلى النحو الآتي :

- درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل إلى الهدف الصغير .

- درجة واحدة إذا مست الكرة القائم أو العارضة ولم تدخل الهدف .

- صفر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير .



110سم

الشكل (3)

يوضح اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة (20) متر

(¹) ثامر محسن اسماعيل وآخرون ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : (الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، 1991) ص77.

3 - 8 الأسس العلمية للاختبارات البدنية :**3 - 8 - 1 صدق الاختبار :**

استخدم الباحثان صدق المحتوى لاستخراج هذه الاختبارات عن طريق عرضها على مجموعة من السادة الخبراء في القياس والتقويم وكرة القدم وبالاتفاق مع السيد المشرف ، وقد اتفقوا على صدق الاختبارات والغرض الذي وضعت من أجله ، والتي حصلت على نسبة اتفاق أكثر من (75%).

3 - 8 - 2 ثبات الاختبار :

تم حساب معامل الثبات عن طريق تطبيق الاختبارات على عينة مكونة من (6) طلاب من مجتمع الأصل نفسه وهم طلاب الصف الخامس الإعدادي في يوم الاثنين الموافق 14 / 12 / 2020 ثم تم إعادة إجراء الاختبار في يوم الاثنين الموافق 21 / 12 / 2020 أي بعد (7) أيام من الاختبار الأول على المجموعة نفسها ، وبعد الحصول على بيانات الاختبارات من خلال الاعتماد على معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الاختبار الأول والاختبار الثاني والتي كانت قيمة (0,82) حيث أظهرت أن قيم معامل الارتباط عالية ، وهذا يعني أن الاختبارات المستعملة في البحث جميعها تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

3 - 9 إعداد البرنامج التعليمي :

بعد أخذ آراء الخبراء والمختصين في مجال طرائق التدريس بلعبة كرة القدم ومن خلال المقابلات الشخصية التي أجراها الباحثان حول إعداد خطة الدرس التعليمية لمهارة المناولة بكرة القدم باستخدام استراتيجية (ولن وفيليبس) وتطبيقها على المجموعة التجريبية.

حيث تم إدخال استراتيجية (ولن وفيليبس) على المجموعة التجريبية لتعلم مهارة المناولة بكرة القدم في الخطة التعليمية وبواقع (16) وحدة تعليمية وبزمن كلي بلغ (720) دقيقة قام بتعليمها مدرس المادة ، واستخدم مدرس المادة استراتيجية (ولن وفيليبس) على المجموعة التجريبية لتعلم مهارة المناولة بكرة القدم على ضوء المهارات المستعملة في البحث ، أما المجموعة الضابطة فتتلم بعض المهارات بكرة القدم وبالأسلوب المتبع (أسلوب مدرس المادة) وبواقع (16) وحدة تعليمية وبزمن كلي بلغ (720) دقيقة ، وقام بتعليمها المدرس نفسه.

وقد قام الباحثان بإعطاء وحدة تعريفية لمدرس المادة والتي تضمنت استراتيجية ولن وفيليبس وكيفية العمل بها مع المجموعة التجريبية.

الجدول (5)

يبين أقسام الخطة التعليمية وزمن أقسام الخطة التعليمية

النسبة المئوية %	الزمن الكلي للوحدات بالدقيقة	الزمن خلال الوحدة بالدقائق	أقسام الخطة التعليمية
22,22%	160 دقيقة	10 دقيقة	القسم الإعدادي المقدمة + الاحماء العام +

			الاحماء الخاص + التمارين البدنية	
%22,22	160 دقيقة	10 دقيقة	النشاط التعليمي	القسم الرئيسي
%44,44	320 دقيقة	20 دقيقة	النشاط التطبيقي	
%11,11	80 دقيقة	5 دقيقة		القسم الختامي
%100	720 دقيقة	45 دقيقة		المجموع

3 - 10 التجربة الاستطلاعية :

3 - 10 - 1 التجربة الاستطلاعية الأولى للاختبارات :

تم إجراء تجربة استطلاعية للاختبارات في يوم الأحد الموافق 20 / 12 / 2020 في تمام الساعة (9:45 صباحاً) في ساحة إعدادية عمر المختار للبنين التابع لمديرية تربية صلاح الدين / قسم تربية سامراء على عينة مكونة من (6) طلاب من غير عينة البحث ومن مجتمع الاصل نفسه تم اختيارهم عشوائياً وهم طلاب الصف الخامس الإعدادي (أ) وذلك لأجل التحضير للتجربة الرئيسية.

3 - 10 - 2 التجربة الاستطلاعية الثانية للاستراتيجية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاثنين الموافق 21 / 12 / 2020 على عينة من الطلاب تتكون من (6) طلاب للتحقق من صلاحية الاستراتيجية المستخدمة في البحث والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ومن الذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية.

3 - 11 إجراءات البحث الميدانية :

3 - 11 - 1 الاختبارات القبلية :

تم إجراء الاختبارات القبلية على مجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) قبل البدء بتنفيذ البرنامج التعليمي ، من خلال تطبيق الاختبارات في أداء مهارة المناولة بكرة القدم وذلك للتعرف على نتائج كل اختبار وتثبيتها في استمارة تفرغ البيانات والتي جرت في يوم الاربعاء الموافق 23 / 12 / 2020 في تمام الساعة (9:45 صباحاً) على ساحة إعدادية عمر المختار للبنين وبوجود الباحثان ومدرس المادة وبمساعدة فريق العمل المساعد.

3 - 11 - 2 التجربة الرئيسية :

بعد إجراء الاختبارات القبلية تم البدء بتنفيذ مفردات التجربة الرئيسية التي تم تطبيقها من قبل مدرس المادة ، في يوم السبت الموافق 26 / 12 / 2020 بحسب جدول الدروس الأسبوعي ولغاية يوم السبت الموافق 16 / 2 / 2021 ، حيث تم تطبيق الوحدات التعليمية على عينة البحث وتم إعطاء المجموعة التجريبية المادة التعليمية باستخدام استراتيجية (ولن وفيليبس) ، أما المجموعة الضابطة فقد تم إعطاؤها المادة التعليمية بالإسلوب المتبع من قبل مدرس المادة ، وكما هو مبين في الجدول (6).

الجدول (6)
يبين جدول الدروس الأسبوعي

المنهج المستخدم	الزمن	الدرس	اليوم	الشعبة	المجموعة
استراتيجية (ولن وفيليبس)	8:50	الثاني	السبت	أ	التجريبية
	8	الأول	الأربعاء		
الأسلوب المتبع	8	الأول	الأحد	ب	الضابطة
	8:50	الثاني	الثلاثاء		

3 - 11 - 3 الاختبارات البعدية :

تم إجراء الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة بعد الانتهاء من تنفيذ الوحدات التعليمية في يوم الأثنين الموافق 18 / 2 / 2021 في تمام الساعة (9:45) صباحاً في ساحة إعدادية عمر المختار للبنين التابعة لمديرية تربية صلاح الدين / قسم تربية سامراء وباستخدام الاختبارات نفسها التي تم استخدامها في الاختبارات القبلية وبالأحوال والظروف نفسها وبإشراف الباحثان.

3 - 12 الوسائل الإحصائية :

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- المنوال.
- النسبة المئوية.
- إختبار t.test.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

4- عرض ومناقشة النتائج :

تم في هذا الفصل عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (t) للعينات المستقلة وغير المستقلة للاختبارات المهارية وللاختبارين القبلي والبعدى وللاختبار البعدى للمجموعتين التجريبية والضابطة ، إذ وضعت هذه النتائج بجداول تسهل ملاحظة الفروق والمقارنة بين المجموعتين.

4 - 1 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى لمجموعة البحث الضابطة في اختبارات المناولة بكرة القدم :

الجدول (7)

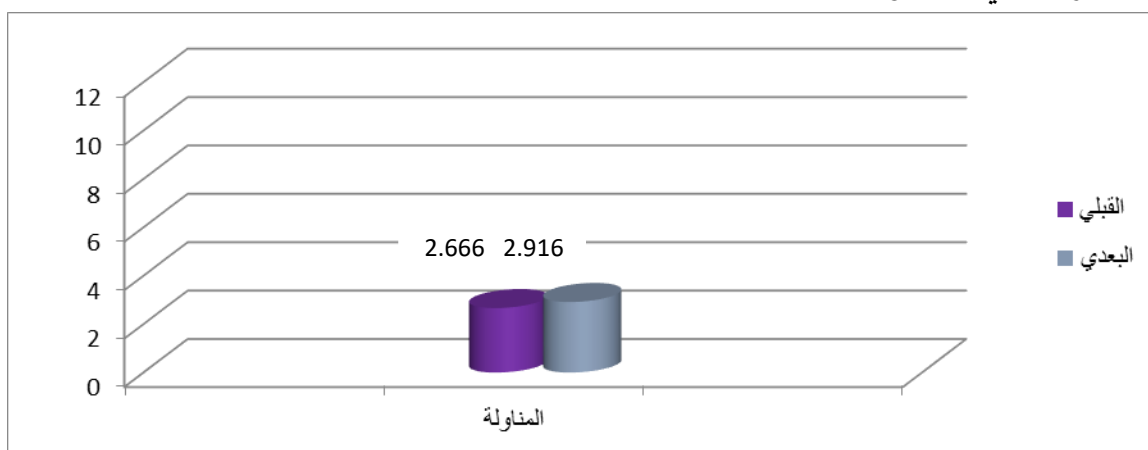
يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في متغيرات البحث

نوع الدلالة	مستوى الدلالة *Sig	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدى		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالجة الإحصائية المتغيرات
			ع	س	ع	س		

المناولة	درجة	2.666	1.154	2.916	1.083	0.522-	0.612	غير معنوي
----------	------	-------	-------	-------	-------	--------	-------	-----------

معنوي إذا كانت قيمة $\text{sig} > (0.05)$.

يبين الجدول (7) أن الوسط الحسابي لمهارة المناولة في الاختبار القبلي قد بلغ (2.666) وبانحراف معياري قيمته (1.154) ، في حين أن الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي قد بلغ (2.916) وبانحراف معياري قيمته (1.083) ، علماً أن قيمة (t) المحسوبة (-0.522) وقيمة مستوى الدلالة $\text{sig} (0.612)$ ، مما يدل على أن هناك فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة.



الشكل (3)

يوضح فروق نتائج الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمهارة المناولة بكرة القدم للمجموعة الضابطة 4 - 2 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية في اختبارات مهارة المناولة بكرة القدم :

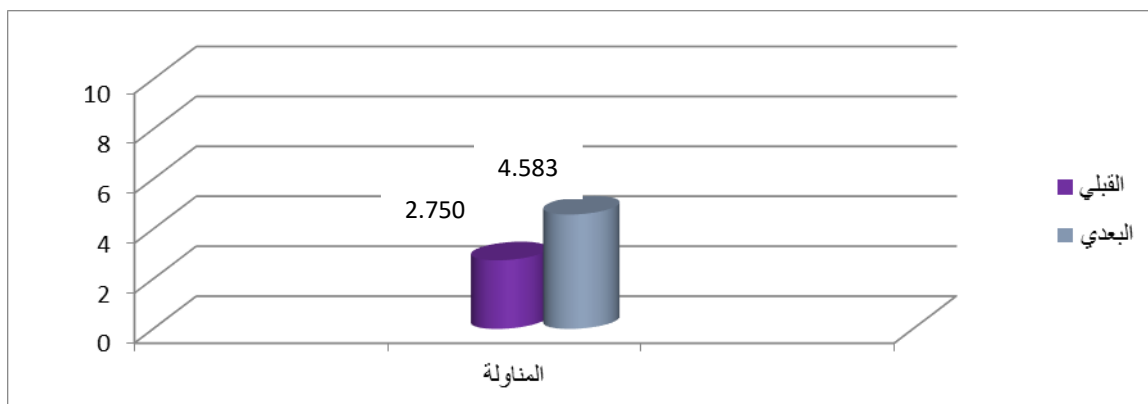
الجدول (8)

يبين نتائج الاختبار القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغيرات البحث

نوع الدلالة	مستوى الدلالة *Sig	قيمة (t) المحسوبة	الاختبار البعدي		الاختبار القبلي		وحدة القياس	المعالجة الإحصائية المتغيرات
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.000	6.167-	1.083	4.583	1.138	2.750	درجة	المناولة

معنوي إذا كانت قيمة $\text{sig} > (0.05)$.

يبين الجدول (8) أن الوسط الحسابي لمهارة المناولة في الاختبار القبلي قد بلغ (2.750) وبانحراف معياري قيمته (1.138) ، في حين أن الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي قد بلغ (4.583) وبانحراف معياري قيمته (1.083) ، علماً أن قيمة (t) المحسوبة (-6.167) وقيمة مستوى الدلالة $\text{sig} (0.000)$ ، مما يدل على أن هناك فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية باستخدام استراتيجية (ولن وفيليبس).



الشكل (4)

يوضح فروق نتائج الأوساط الحسابية للاختبارين القبلي والبعدي لمهارة المناولة بكرة القدم للمجموعة التجريبية
4 - 3 مناقشة نتائج الاختبارات القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مهارة المناولة بكرة القدم :

يتبين لنا عن طريق النتائج المعروضة في الجدولين (7 - 8) والأشكال البيانية التابعة لهما (3 - 4) أن هناك فروقاً معنوية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح الاختبار البعدي في اختبار المناولة بكرة القدم.

ويعزو الباحثان أسباب تلك الفروق فيما يخص المجموعة الضابطة إلى تنظيم مفردات المنهج التعليمي الخاص بمدرس المادة والمطبق لتعليم المجموعة الضابطة وإحتواءه على التمرينات المختارة بصورة علمية ومنتسقة ومنسجمة مع مستويات أفراد العينة ، بالإضافة إلى أسلوب مدرس المادة المشوق في عرض المادة التعليمية وحرصه في الوصول إلى الدرجة المقبولة من التعلم ، وفيما يخص المجموعة التجريبية يعزو الباحثان أسباب تلك الفروق إلى فاعلية التمرينات المستخدمة وفق استراتيجية (ولن وفيليبس) وتطبيق البرنامج التعليمي على أسس علمية منتظمة تهدف إلى إعطاء الحرية للطالب وجعله محور العملية التعليمية. إذ يؤكد (**محمد محمود الحيلة ، 1999**) " إلى أنه عند تنفيذ البرنامج التعليمي بشكل فعال فأن الأداء العام للطالب يتحسن كثيراً ومن ثم يمكن للطلاب أن يكتسبوا فائدة إضافية وهي تطور تعلم جديد عن كيفية تعلم المهارات ، وذلك يعتمد على الفهم الصحيح للأسلوب المعتمد في العملية التعليمية"⁽¹⁾.

(¹) محمد محمود الحيلة ؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة ، ط1: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 1999) ص64.

4 - 4 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مهارة المناولة بكرة القدم :

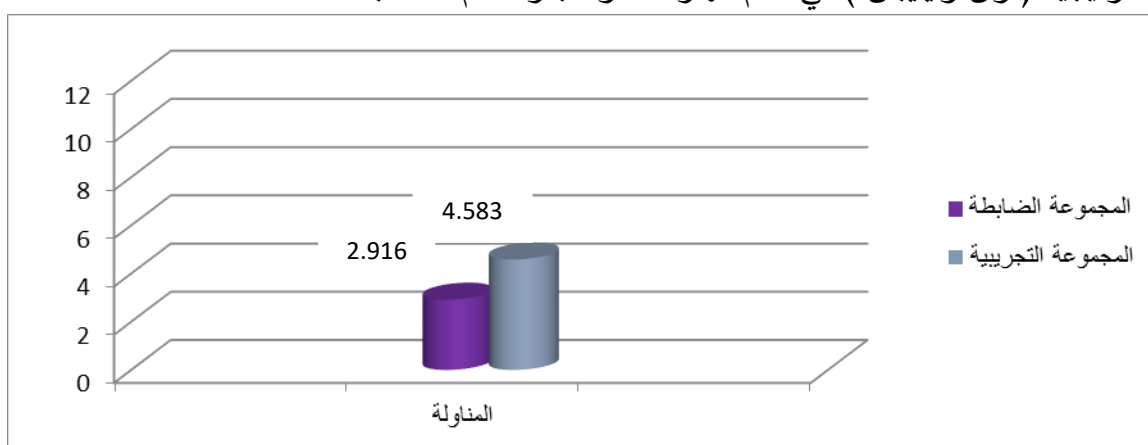
الجدول (9)

يبين نتائج الاختبارات البعدية لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث

نوع الدلالة	مستوى الدلالة *Sig	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة التجريبية الاختبار البعدي		المجموعة الضابطة الاختبار البعدي		وحدة القياس	المعالجة الإحصائية المتغيرات
			ع	س	ع	س		
معنوي	0.001	3.767	1.083	4.583	1.083	2.916	درجة	المناولة

معنوي إذا كانت قيمة sig $(0.05) >$.

يبين الجدول (9) أن الوسط الحسابي لمهارة المناولة في الاختبار البعدي للمجموعة الضابطة قد بلغ (2.916) وبانحراف معياري قيمته (1.083) ، في حين أن الوسط الحسابي للمهارة نفسها في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية قد بلغ (4.583) وبانحراف معياري قيمته (1.083) ، علماً أن قيمة (t) المحسوبة (3.767) وقيمة مستوى الدلالة sig (0.001) ، مما يدل على أن هناك فروقاً معنوية بين نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية والضابطة ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية بإستخدام إستراتيجية (ولن وفيليبس) في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم للطلاب.



الشكل (5)

يوضح فروق نتائج الأوساط الحسابية للاختبارات البعدية لمهارة المناولة بكرة القدم للمجموعتين الضابطة والتجريبية

4 - 5 مناقشة نتائج الاختبارات البعدية لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية في اختبار مهارة المناولة بكرة القدم :

يتبين لنا عن طريق النتائج المعروضة في الجدول (9) والشكل البياني (5) التابع له أن هناك فرقاً معنوياً في نتائج الاختبارات البعدية قيد البحث للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى التنظيم الدقيق للاستراتيجية التدريسية المستخدمة في المجموعة التجريبية وأسلوب عرضها الممتع والمشوق للطلاب ، فضلاً عن إهتمام وحرص الطلاب على تطبيق المفردات الخاصة بالبحث ضمن البرنامج التعليمي للدرس للمجموعة التجريبية ، إذ ما قورن بالبرنامج التعليمي الذي طبق على المجموعة الضابطة ، إذ أن هذه الاستراتيجية كان لها الأثر الواضح في عملية تعلم المهارات قيد الدراسة ، وتشجيع الطلاب على التفاعل والمشاركة في العملية التعليمية ، فضلاً عن أن هذه الاستراتيجية تنمي أفكار الطالب وتكسبه المهارات وتشجعه على حل المشاكل التي تعوقه ودفعه إلى الاهتمام بالمعلومات التي تم تنظيمها وترتيبها مما ييسر من دمجها بالمعلومات التي يمتلكها في بنيته المعرفية ، ويؤكد (رافع الزغلول وعماد عبد الرحيم ، 2002) عن (أوزوبل Ausubel) أن عملية تنظيم المادة أو المحتوى بشكل متسلسل يجعل منها بنية ذات معنى وقابلة للفهم⁽¹⁾.

إن التدريس باستخدام استراتيجية (ولن وفيليبس) جعل الطلاب يشعرون بالمتعة والسرور وزاد من دافعية الطلاب نحو التعلم ، وهذا ينطبق مع ما جاء به (محسن علي ، 2009) الذي أكد بأن نظريات تنظيم البيئة التعليمية تدعو إلى الاعتماد على استراتيجيات تعليمية تبعث الحيوية والمتعة والنشاط لدى الطلاب أثناء عملية التعلم⁽²⁾.

ويرجح الباحثان بأن سبب تحسن المجموعة التجريبية على حساب المجموعة الضابطة في الاختبارات البعدية لمتغيرات البحث ناتج عن التأثير الكبير الذي أحدثته الاستراتيجية التدريسية المستخدمة في البحث والتي اعتمدت على جعل الطالب المحور الاساس في العملية التعليمية ، إذ تؤكد (زينب علي وآخرون ، 2016) أنه يتحتم علينا أن نشرك الطالب في الدرس لتهيئته المواقف التعليمية التي يمكن من خلالها تحقيق أهداف التربية الرياضية لتتحول العملية التعليمية من مجرد تكرار للمادة إلى عملية تربوية⁽³⁾.

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5 - 1 الاستنتاجات :

في ضوء ما تقدم من إجراءات البحث واستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة وعرض وتحليل ومناقشة النتائج فإن الباحثان استنتجا الآتي :

- 1- إن استخدام إستراتيجية (ولن وفيليبس) لها الأثر الكبير في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم للطلاب.
- 2- تفوق مجموعتي البحث في الاختبارات البعدية مقارنة بالقبلية في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم.

(1) رافع نصير الزغلول وعماد عبد الرحيم ؛ علم النفس المعرفي : (عمان ، دار الشرق للنشر والتوزيع ، 2002) ص89.

(2) محسن علي عطية ؛ تنظيم بيئة التعلم : (عمان ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، 2009) ص143.

(3) زينب علي عمر وآخرون ؛ الأسس النظرية في طرق تدريس التربية البدنية والرياضية وتطبيقاتها : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2016) ص123.

3- تفوق المجموعة التجريبية في نتائج الاختبار البعدي في تعلم مهارة المناولة بكرة القدم على المجموعة الضابطة.

5 - 2 التوصيات :

في ضوء الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصي الباحثان بما يلي :

1- حث التدريسيين على استخدام استراتيجيات (ولن وفيليبس) في تدريس الفعاليات الرياضية ، لما لها من تأثير إيجابي في طريقة تفكير الطلاب.

2- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية على ألعاب رياضية أخرى وعلى مراحل عمرية ودراسية مختلفة.

3- ضرورة الإفادة من استراتيجيات التدريس الحديثة في دعم وتعزيز عملية التدريس ورفدها بإمكانات هذه الاستراتيجيات لغرض إيصال المواد الدراسية إلى أذهان الطلبة.

المصادر :

- أحمد إبراهيم بهلول ؛ اتجاهات حديثة في استراتيجيات ما وراء المعرفة في تعلم القراءة : (مجلة القراءة والمعرفة ، العدد (30) ، 2004).

- ثامر محسن اسماعيل وآخرون ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم : (الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1991).

- جارلس هيوز ؛ كرة القدم خطط ومهارات ، (ترجمة) : موفق المولى : (الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، 1990).

- حسين محمد أبو رياش (وآخرون) ؛ أصول استراتيجيات التعلم والتعليم النظرية والتطبيق ، ط1 : (عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، 2009).

- رافع نصير الزغلول وعماد عبد الرحيم ؛ علم النفس المعرفي : (عمان، دار الشرق للنشر والتوزيع، 2002).

- زينب علي عمر وآخرون ؛ الأسس النظرية في طرق تدريس التربية البدنية والرياضية وتطبيقاتها : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2016).

- محسن علي عطية ؛ تنظيم بيئة التعلم : (عمان ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، 2009).

- محمد محمود الحيلة ؛ التصميم التعليمي نظرية وممارسة ، ط1 : (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 1999).

- مفتي إبراهيم حماد ؛ الإعداد المهاري والخططي للاعبين كرة القدم ، ط2 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001).

- وليد رفيق العياصرة ؛ استراتيجيات تعليم التفكير ومهاراته ، ط1 : (عمان ، الأردن ، دار أسامة للنشر والتوزيع ، 2011).

References :

- Ahmed Ibrahim Bahloul ; Recent trends in metacognitive strategies in learning to read : (**The Journal of Reading and Knowledge** , No. (30), 2004).
- Brook P. Niclas ; **The cocker push pass national and conditioning association journal** : (v-12 , No.2 , 1999).
- Charles Hughes; Football plans and skills, (**translation**) : Muwaffaq Al-Mawla: (Mosul, Higher Education Press, 1990).
- Gama , C. A. ; **Integrating metacognitive interactive Learning Environments** : (Doctor of Philosophy , University of Sussex , 2004).
- Hussein Muhammad Abu Riash (and others); **The Origins of Learning and Teaching Strategies, Theory and Application**, 1st Edition: (Amman, House of Culture for Publishing and Distribution, 2009).
- Mohsen Ali Attia; **Organizing the learning environment**: (Amman, Dar Al-Safa Publishing and Distribution, 2009).
- Mufti Ibrahim Hammad; **Skillful and tactical preparation for football players**, 2nd floor: (Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2001).
- Muhammad Hassan Allawi and Osama Kamel Ratib ; **Scientific research in physical education and sports psychology** :(Cairo , Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1999).
- Muhammad Mahmoud Al-Hila; **Instructional Design Theory and Practice**, 1st Edition: (Amman, Dar Al Masirah for Publishing, Distribution and Printing, 1999).
- Rafe' Naseer Al-Zaghloul and Imad Abdel Rahim; **Cognitive Psychology**: (Amman, Dar Al Sharq for Publishing and Distribution, 2002).
- Thamer Mohsen Ismail and others; **Football Testing and Analysis** : (Mosul, Mosul University Press, 1991).
- Walid Rafik Al-Ayasra; **Strategies for Teaching Thinking and its Skills**, 1st Edition: (Amman, Jordan, Dar Osama for Publishing and Distribution, 2011).
- Zainab Ali Omar and others; **Theoretical foundations in the methods of teaching physical and sports education and its applications** :(Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2016).



Positive confrontation methods and its relationship to decision-making among first-class football referees in Iraq

Ali Ismael Mahmood ^{1*}
Saad Abbas Abed ¹

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.36>

Article info.

Article history:

-Received: 17/8/2020

-Accepted: 29/8/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- METHODS
- POSITIVE CONFRONTATION
- DECISION-MAKIN
- FOOTBALL REFEREES

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The study aims to:

- Building a scale of positive confrontation methods for the referees of the Iraqi Football League.
- Adapting the decision-making scale for the referees of the Iraqi football league.
- Identifying the significant differences between the arithmetic mean of the positive

The research sample identified first-degree referees registered with the Iraqi Central Football Association and accredited for the football season (2020-2021) from the research community, which consists of (315) referees. The research sample is chosen randomly, including (260) referee from the study population, of which (100) referees are used for building and (100) referees used for application, community with (30) referees for the pilot experiment, with (30) referees are used for building statistical means (chi-square equation, arithmetic mean, standard deviation, mode, skew equation, t-test for two independent samples, Pearson correlation coefficient, and Cronbach's alpha coefficient).

* Corresponding Author: asmahylly@gmail.com - College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

أساليب المواجهة الايجابية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام الدرجة الاولى بكرة القدم في العراق

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

أ.د. سعد عباس عبد

علي اسماعيل محمود

الكلمات المفتاحية

- اساليب

- المواجهة الايجابية

- اتخاذ القرار

- حكام

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

الخلاصة:

يهدف البحث إلى :

- 1- بناء مقياس اساليب المواجهة الايجابية لحكام الدوري العراقي بكرة القدم .
- 2- التعرف على الفروق المعنوية بين الوسط الحسابي لمقياس اساليب المواجهة الايجابية والمتوسط الفرضي .
- 3- التعرف على الفروق المعنوية بين الوسط الحسابي لمقياس اتخاذ القرار والمتوسط الفرضي .

التعرف على علاقة الارتباط المعنوية بين مجالات مقياس المواجهة الايجابية لحكام

الدوري العراقي بكرة القدم وعلاقتها باتخاذ القرار .

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية منهاجاً للدراسة وحددت عينة البحث حكام الدرجة الأولى المسجلين لدى الاتحاد العراقي المركزي لكرة القدم والمعتمدين للموسم الكروي (2020-2021) من مجتمع البحث والمتكون من (815) حكماً . إذ تم اختيار عينة البحث بطريقة عشوائية ، إذ اشتملت على (260) حكماً من مجتمع الدراسة منهم (100) حكماً استخدموا للبناء تمثل نسبة (38.461%) من المجتمع الكلي و (100) حكماً استخدموا للتطبيق وتمثل نسبة (38,461%) من المجتمع الكلي و (30) حكام للتجربة الاستطلاعية وتمثل نسبة (11.538%) من المجتمع الكلي و (30) حكماً للثبات وتمثل نسبة (11.538%). واستخدم الباحث الوسائل الاحصائية (معادلة مربع كاي ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، المنوال ، معادلة الالتواء ، اختبار التائي لعينتين المستقلتين ، معامل الارتباط بيرسون ، معمل الفا كرونباخ) .

1- التعريف بالبحث-التعريف بالبحث .

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

يعد علم النفس الرياضي احد العلوم التي حظيت بالدراسة والبحث للوصول إلى الحقائق العلمية التي تسهم في تطوير المستويات الرياضية إذ يحاول أن يدرس بصورة علمية سلوك وخبرة الفرد وعملياته العقلية المرتبطة بالنشاط الرياضي في مختلف مجالاتها ومستوياتها ومحاولة الوصف والتفسير و التنبؤ بها للإفادة من المعارف والمعلومات المكتسبة في التطبيق العملي.

إن التطور الحاصل في لعبة كرة القدم هو نتيجة اهتمام مجموعة كبيرة من المختصين والباحثين في مجال كرة القدم والتحكيم وذلك من خلال الاستفادة من الدراسات السابقة والنظريات المختلفة لمبادئ وأسس علم الفسيولوجيا والتدريب الرياضي وتطبيقها علمياً للارتقاء بها وهذا سر حدوث التطور السريع في اللعبة سواء كان ذلك على الحكام أو اللاعبين أو المدربين.

فلعبة كرة القدم تعتمد على عدة اركان منها الحكم, المدرب, اللاعب... الخ وأن من أهم هذه الأركان هي قواعد وقوانين اللعبة وتطبيقها بواسطة الطاقم التحكيمي (حكم ساحة, الحكام الاخرون), ومما لا شك فيه أن الحكم هو أحد الدعائم القوية لرياضة كرة قدم, فهو يؤدي دوره في ظروف صعبة ويتعرض لضغوط مختلفة قبل المباراة واثاءها وبعدها وقد تستمر هذه الضغوط لفترة زمنية سواء من وسائل الإعلام المتحيرة, أو من الجماهير المتعصبة والمتحفزة ضد الحكام أو من مجالس إدارات الأندية ذات النفوذ القوي والشعبية الجارفة أو ضغوط إدارة المنافسات الرياضية الهامة أو ضغوط اللاعبين داخل الملعب بالإضافة لضغوط حياته الخاصة خارج نطاق الممارسة الرياضية, وأن نجاح اي لعبة يرتكز على العديد من العناصر مثل الإمكانيات المادية والفنية والمعرفية والتدريبية فضلاً عن التحكيم, إذ يكتسب التحكيم أهمية من خلال رفع مستوى اللاعبين وإرشادهم وتدريبهم على تطبيق القواعد الصحيحة, على الرغم من أهمية مجال التحكيم في رفع مستوى اللعبة, ويعد الحكم أحد أهم الركائز الأساسية التي تساهم في رفع مستويات الرياضة في جميع الفعاليات وخصوصاً لعبة كرة القدم, لأنه الشخص المكلف بإدارة المباراة له السلطة الكاملة من لحظة دخوله ارض الملعب وحتى خروجه منه إذ يقوم باتخاذ الإجراءات القانونية تجاه كل من يخالف قانون رياضة كرة القدم, ونظراً لأسباب عديدة مثل إيقاع اللعب ومساحة الملعب فإنه يؤدي دوره بصعوبة كبيرة وسط هذه الظروف والعوامل, وأن مجال التحكيم في كرة القدم يعد مجالاً خصباً وحيوياً خاصة انه يتعلق بالرياضة الشعبية الأولى في العالم, لذا فانه ليس بالأمر السهل الذي يستطيع أي فرد القيام به, وعلى ذلك فلا بد ان يمتلك الحكم شخصية قيادية, ولياقة بدنية عالية واستعداد نفسي وذهني ومعرفة ودراية واسعة وشاملة في قانون كرة القدم التي تمكنه من قيادة المباريات واخراجها إلى بر الأمان بأقل أخطاء و بصورة عادلة.⁽¹⁾

وبما أن الحكام هم أحد أهم المكونات الرئيسية للعبة كرة القدم إذا لم يكونوا عمودها الفقري واهم اضلاعها ولأنهم كذلك لما يمثلونه من أهمية فهم بمثابة الرياضي المحايد الذي يحرص على إدارة المباراة في نطاق احترام قانون الرياضة نصاً وروحاً, وهم بهذا الاعتبار مهنيون أكثر من غيرهم للقيام بذلك الدور بديناً, وفتحياً, وذهنياً, ولكونهم يفصلون بين الفرق المتنافسة داخل الملعب فقد اصبحوا محط انظار الجميع من لاعبين, ومدربين, وإداريين, وجماهير وتقع على عاتقهم مسؤولية المباراة والسيطرة عليها من خلال اتخاذ قرارات

(1) ياسر بازل الحديدي؛ بناء مقياس لتقييم ظروف إدارة المباراة لحكام الساحة الدوليين بكرة القدم في قارة آسيا: (رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل/كلية التربية الأساسية، 2011) ص13.

صائبة وصارمة بنفس الوقت وحسب ظروف المباراة وخصوصيتها وحساسيتها في ما أن كانت مباراة مصيرية محلية أو دولية وبسبب الظروف المحيطة يحتاج في المباراة من تعصب الجماهير واحتقان نفسي بين اللاعبين انفسهم وضغوط وسائل الاعلام مما قد يؤثر في الحكام ويولد لديهم توتر وضغط نفسي عالي تصد عنه قرارات قد تكون غير صائبة ومجحفة بحق اللاعبين بصورة خاصة والفريق بوجه عام ويؤثر ايضاً على المناخ النفسي للمباراة نتيجة لتكرار اصدار القرارات الخاطئة والذي يولد في نهاية الأمر شعور بالذنب لدى الحكم أن كان اثناء المباراة او بعد انتهائها

إن صحة الحكم وحالته النفسية تعد هي الأسلوب أو الطريقة التي تواجه الضغط النفسي خلال المباراة فإن حكام كرة القدم بما يواجهونه من مواقف ضاغطة يعتبرون من أهم الفئات التي يجب الاهتمام بها ، ودراسة نوعية للأساليب التي يستخدموها لمواجهة هذه المواقف الضاغطة التي تتمثل في مواجهة ضغوط الاعلام الرياضي بأنواعه المختلفة المسموعة والمقروءة والمرئية ، فضلاً عن ضغوط الجمهور الرياضي والعلاقات مع الزملاء الحكام والمشرفين ، والمنافسة من أجل النجاح في المهام التي توكل إليهم ، "والتعامل مع البيئة الرياضية وأنظمتها وغير ذلك من المواقف فالحكم إن لم يستطيع التكيف ومواجهة هذه الضغوط ، فإن ذلك سيكون بداية لكثير من الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب".⁽¹⁾

1-2 مشكلة البحث:

نظراً لكون الباحث حكم درجة اولى في الدوري العراقي ومن خلال احتكاكه المباشر وانخراطه في اجواء المنافسة وأدارة مباريات كرة القدم في الدوري العراقي والذي يشهد اهتماما كبيرا من قبل وسائل الاعلام والجمهور الرياضي بشكل واسع ومكثف ولأن الحكام هم من أهم ركائز مباراة كرة القدم وكونهم الفيصل في اتخاذ القرارات وحسم نتيجة المباراة ولأن المتنافسون يحتكمون اليهم لذا ارتأى الباحث تسليط الضوء على هذه الشريحة المهمة باعتبار اي قرار يتخذه الحكم لا يرضي جميع الاطراف ومن هذا المنطلق فهم قد يتعرضون لكم هائل من الضغوط والاعتراضات الناجمة من قبل اللاعبين المتعصبين اثناء المباراة مما قد يؤثر على قرارات الحكام ومن وسائل الاعلام والجمهور الرياضي وادارات الاندية وكل المهتمين بلعبة كرة القدم وتعصب المشجعين واللاعبين على حد سواء وضغوط المباراة كل ذلك قد يولد الكثير من الانفعالات لدى الحكام والتي قد تكون نتيجتها قرارات متسرعة وغير صحية ومجحفة بحق اللاعبين والفريق والذي ينعكس على اجواء المباراة ككل ويولد لديهم حالة من الشعور بالذنب قد يكون اثناء المباراة وبعد اتخاذ تلك القرارات او بعد انهاء المباراة وشعورهم بأنهم كانوا غير منصفين بحق احد الفريقين والذي انعكس على نتيجة المباراة ونفسيات

(1) ذكرى يوسف جميل (وآخران) ؛ الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم في الدوري العراقي الممتاز وعلاقتها باتخاذ القرار: (عدد خاص بأبحاث المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة دهوك، ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة، المجلد الثاني، 2020، ص 519

اللاعبين وجمهور المشجعين ونظرا لعدم وجود مقياس نفسي رياضي نستطيع من خلاله التعرف على اساليب الموجهة الايجابية وعلاقتها باتخاذ القرار وهذه مشكلة مهمة ينبغي وضع الحلول لها من خلال دراسات علمية موضوعية تهتم بالجوانب النفسية للحكام والتي تعد بحسب رأى الخبراء والمختصين من أهم ما يجب أن يتسم به الحكام لإظهار قدرتهم وتأثيرهم في إنجاح المباريات .

وتبرز مشكلة البحث في التساؤل الآتي :

- ما هي اساليب الموجهة الايجابية المستخدمة من قبل حكام الدرجة الاولى في الدوري العراقي وما هي علاقتها باتخاذ القرار؟

1-3 اهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

1_ بناء مقياس اساليب الموجهة الايجابية لحكام الدوري العراقي بكرة القدم .

4- التعرف على الفروق المعنوية بين الوسط الحسابي لمقياس اساليب الموجهة الايجابية والمتوسط الفرضي .

5- التعرف على الفروق المعنوية بين الوسط الحسابي لمقياس اتخاذ القرار والمتوسط الفرضي .

6- التعرف على علاقة الارتباط المعنوية بين مجالات مقياس الموجهة الايجابية لحكام الدوري العراقي بكرة القدم وعلاقتها باتخاذ القرار .

1-4 فروض البحث

1- عدم وجود فرق معنوي بين الوسط الحسابي لمقياس اساليب الموجهة الايجابية والمتوسط الفرضي .

2- عدم وجود فروق معنوية بين الوسط الحسابي لمقياس اتخاذ القرار والمتوسط الفرضي .

3- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين مجالات مقياس الموجهة الايجابية لحكام الدوري العراقي بكرة القدم وعلاقتها باتخاذ القرار .

1-5 مجالات البحث

- المجال البشري : حكام الدرجة الاولى في الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم

- المجال الزمني : للفترة من 15 / 12 / 2020 الى 20 / 3 / 2021 .

- المجال المكاني : تم توزيع الاستبيان على الحكام عن طريق رابط الكتروني .

1-6 تحديد المصطلحات

اساليب المواجهة الايجابية : (عرفها دانكلي واخرون , 2000) بأنها الطريقة المرنة التي يتعامل بها الفرد في مواجهه الضغوط النفسية من خلال توظيف افكاره وانفعالاته الايجابية أو طلب الدعم الاجتماعي أو البحث عن المعلومات التي تقود شخصيته الى التوافق والنمو مع البيئة .

ويعرفها الباحث: هي الاسلوب الذي يقوم به حكم كرة القدم على حل المشكلات التي تواجهه خلال قيادة المباريات بالاعتماد على الادراك المعرفي الايجابي والتعامل مع الضغوط بطريقة تتسم بالمرونة والتغلب على هذه الضغوط

ويعرفها الباحث اجرياً : هي الدرجة التي يحصل عليها الباحث من خلال أجابة الحكام على مقياس اساليب المواجهة الايجابية .

الحكم : هو العنصر الأساسي لاخراج مباراة نظيفة - جميلة - ممتعة بعطاء اللاعبين والمساواة في تطبيق القانون على الفريقين. (1)

ويعرفه الباحث بانه : هو المسؤول الأول والأساسي الذي يمتلك السلطة التنفيذية في تطبيق قواعد وقوانين الفيفا اثناء وقبل وبعد المباراة التي كلف بقيادتها واخراج المباراة بالشكل المثالي و بأقل الاخطاء اتخاذ القرار: اتخاذ القرار هو عملية تحديد واختيار البدائل القائمة على القيم، التفضيلات والمعتقدات من الحكم (2)

ويعرفها الباحث: بأنه كل الاشارات والقرارات التي يتخذها حكم المباراة اثناء وجوده داخل الملعب ضمن الفترة الزمنية المحدده للمباراة والتي لم تخرج عن القانون وروحه والتي تصب في خدمة اللعبة وقانونها. ويعرفها الباحث اجرائياً : هي الدرجة التي يحصل عليها الحكم على مقياس اتخاذ القرار .

2 - 1 الدراسات السابقة والدراسات المشابهة

2 - 2 الدراسات السابقة

على حد علم الباحث لم يجد أي دراسة عن أساليب المواجهة الايجابية في المجال الرياضي فقد استعان الباحث بدراسة سناء وعلي 2015 .

2 - 2 - 1 دراسة سناء وعلي (2015)

عنوان الدراسة " المواجهة الايجابية وعلاقتها بأسلوب الحياة الصحي لدى موظفي الجامعة "

اهداف الدراسة

1- المواجهة الايجابية لدى موظفي الجامعة .

(1) عزيز كريم وناس ؛ اثر استخدام التدريب الفترتي مرتفع الشدة لتطوير مطاولة السرعة وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى حكام كرة القدم : (مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العراق ، المجلد الاول ، العدد الثامن ، 2008) ص 28.

(2) ذكرى يوسف جميل ، مصدر سبق ذكره ، ص 520 .

2- دلالة الفرق الاحصائي على مقياس المواجهة الايجابية وفقاً للجنس .

3- دلالة الفرق الاحصائي على مقياس المواجهة الايجابية وفقاً لنوع الجامعة .

فروض الدراسة

1- مامستوى المواجهة الايجابية لدى الموظفين .

2- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) للمواجهة الايجابية يعزى لنوع الموظفين .

3- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) للمواجهة الايجابية يعزى لمتغير العمر لدى الموظفين .

4- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) للمواجهة الايجابية يعزى لجنس الموظفين .

العينة

من اجل تحقيق اهداف البحث قام الباحثان باختيار مجموعة من موظفي جامعة بغداد وجامعة القادسية بصورة عشوائية وذلك من خلال سحب كليتين من كل جامعة ،ووقع الاختيار على كلية العلوم وكلية الاداب في جامعة بغداد وجامعة القادسية ، ومن ثم قام الباحثان بسحب (200) موظفاً وموظفة وبصورة عشوائية من اسماء الموظفين الموجودين في هاتين الكليتين بواقع (50) موظفاً وموظفة من كلية العلوم ومثلها من كلية الاداب في كل جامعة ، تصبح العينة الكلية (100) موظفاً وموظفة من جامعة بغداد ومثلها من جامعة القادسية .

نوع المنهج : استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية .

الوسائل الاحصائية

استعمل الباحثان مجموعة من الوسائل الاحصائية من خلال برنامج الرزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعادلة الفا كرونبتخ والانحراف المعياري ومعادلة سبيرمان ومعامل ارتباط بيرسون و تحليل التباين الاحادي .

الاستنتاجات

1- ان موظفي الجامعة على قدر كبير من المواجهة الايجابية في تحدي الازمات والمتطلبات الوظيفية .

2- ان الموظفين من الذكور والاناث يتمتعون بالمهارات الفعالة في مواجهة الضغوط الوظيفية وبصورة ايجابية .

3- عدم وجود اي فرق بين موظفي جامعة بغداد والقادسية عند اجابتهم على مقياس المواجهة الايجابية .

3- اجراءات البحث

3-1 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية منهجا للدراسة، وذلك لمناسبته وطبيعة هذه الدراسة وأهدافها.

3-2 مجتمع البحث وعينته

3-2-1 مجتمع البحث

اشتمل مجتمع البحث على حكام كرة القدم في العراق والمعتمدين في سجلات الاتحاد العراقي بكرة القدم / لجنة الحكام المركزية في الدوري العراقي بكرة القدم ، وبلغ مجتمع البحث (315) حكماً توزعوا على (18) محافظة

3-3 اجراءات البحث

نظراً لشمولية الدراسة على موضوعي اساليب المواجهة الايجابية واتخاذ القرار فقد تطلب استخدام أداتين لقياس كل متغير على حدة وكما يأتي:-

3-3-1 مقياس اساليب المواجهة الايجابية

نظراً لعدم وجود مقياس لقياس اساليب المواجهة الايجابية لحكام كرة القدم ، قام الباحث ببناء هذا المقياس ، إذ يتم بناء الاختبارات والمقاييس " عندما تكون الاختبارات المنشورة في المراجع والدوريات العلمية المتخصصة غير مناسبة للبيئة المحلية ، او عندما تكون هناك حاجة إلى تطوير وسائل القياس المتاحة ، والعمل على ابتكار وسائل وادوات جديدة للاستفادة منها في البيئة المحلية (1)

3-3-1-4 صدق المقياس:

إن الصدق هو أحد الخصائص (السايكومترية) في بناء المقاييس ، والمقياس الذي يتصف بالصدق هو "المقياس الذي يحقق الوظيفة التي وضع من أجلها(2)، وقد تحقق الباحث من صدق المقياس عبر صدق المحتوى والصدق الظاهري .

3-3-1-5 ثبات المقياس.

يقصد بها اعطاء الاختبار نتائج متماثلة أو متقاربة في قياسه, اذا ما استخدم ذلك المقياس اكثر من مرة او استخدم بطرق أخرى(3)، و يعرف الثبات بأنه درجة الاتساق في قياس السمة موضوع القياس من مرة لاخرى فيما لو اعدنا تطبيق الاداة عدد من المرات, او انه باختصار "دقة القياس(4)، ولغرض الحصول على ثبات المقياس أستخدم الباحث .

(1) محمد نصر الدين رضوان ؛ المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضة، ط1 ، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 2006)

ص46

(2) محمد نصر الدين رضوان ؛ مصدر سبق ذكره ، 350 .

(1) فاروق الروسان ؛ اساليب القياس التشخيصي في التربية الخاصة ، ط1 : (عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 2006) ص

33.

(2) عبد الحافظ الشايب ؛ أسس البحث التربوي : (عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2008) ص102.

3-3-1 - 6 طريقة إعادة الاختبار :

تستخدم هذه الطريقة لتقويم الخطأ المرتبط بتطبيق الاختبار مرتين مختلفتين بالنسبة لوقت التطبيق ، بمعنى أن الثبات في هذه الطريقة يستخدم المعاينة الزمنية لتسجيل درجات الاختبار في المقياس في فترتين زمنيتين. قام الباحث بحساب درجة الثبات للمقياس بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه ، إذ تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (30) حكم كتطبيق أولي من عينة البناء وتم استبعادهم من عينة البحث ، وأعيد تطبيق المقياس مرة ثانية بعد مرور أسبوع من موعد التطبيق الأولي على نفس العينة ، وبعد جمع الاستمارات تم معالجتها إحصائياً باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، فظهرت قيمة (ر) المحتسبة تساوي (89.54) وهو دال إحصائياً مما يدل على ثبات المقياس .

3-3-7 التطبيق النهائي لمقياس اساليب المواجهة الايجابية

اذ قام الباحث بأرسال مقياس اساليب المواجهة الايجابية لحكام كرة القدم بصيغتهم النهائية ملحق (7) (45) فقرة بطريقة الكترونية الى عينة التطبيق عن طريق الاستبيان الالكتروني وعلى الرابط الاتي :

https://docs.google.com/forms/d/1UP_gRag9IInOEJxiAo6YilOaagF0WQqHBVuJ3FGOzRc/edit#responses.

الى الحسابات الالكترونية الشخصية لحكام الدرجة الاولى في الدوري العراقي الممتاز وذلك للفترة من (22-2021/3/25) حيث تم استلام اجابات (100) استمارة صالحة للتحليل الإحصائي ومكتملة الإجابات عن جميع الفقرات من اجل إجراء التحليل الإحصائي للفقرات لغرض استكمال اهداف البحث ثم تمت معالجة البيانات إحصائياً وسيتم عرضها ومناقشتها في الباب الرابع .

3-8 الوسائل الاحصائية**3-8 الوسائل الاحصائية**

تحقيقاً لأغراض البحث الحالي استخدم الباحث الوسائل الإحصائية التي تم حسابها باستخدام برنامج الحاسوب الالي (SPSS) وهي:

1- معادلة مربع (كا²) لعينة واحدة

2- الوسط الحسابي

3- الانحراف المعياري

4- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

5- معامل ارتباط بيرسون

6- معامل الفاكرونباخ

7- الاختبار التائي لعينة واحدة

8- النسبة المئوية

4- عرض النتائج ومناقشتها:

من اجل تحقيق اهداف البحث الحالي تم تطبيق اداتي البحث على عينة التطبيق حكام كرة القدم الدرجة الأولى في العراق واجراء التحليلات الإحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها والوصول إلى النتائج التي سيتم عرضها ومناقشتها وفقا لأهداف البحث.

4-1 عرض ومناقشة نتائج الهدف الأول: بناء مقياس اساليب المواجهة الايجابية لحكام الدرجة الأولى في الدوري العراقي بكرة القدم.

وقد تحقق هذا الهدف خلال بناء المقياس الذي استوفى الشروط اللازمة لهذا النوع من المقاييس النفسية وكما موضح بشكل تفصيلي في الباب الثالث من هذا البحث. ويعد هذا المقياس أحد الأدوات المهمة والمكتملة لتحقيق اهداف البحث الأخرى.

4-2 عرض نتائج الهدف الثالث: التعرف على الفروق المعنوية بين الوسط الحسابي لمقياس اساليب المواجهة الايجابية والمتوسط الفرضي .

لغرض التعرف على مستوى اساليب المواجهة الايجابية لحكام كرة القدم وبعد تطبيق المقياس بصيغته النهائية على عينة التطبيق للدراسة البالغ عددها (100) حكم درجة أولى من الحكام المعتمدين في سجلات الاتحاد المركزي بكرة القدم / لجنة الحكام المركزية للموسم الرياضي (2020-2021).

وبعد تحليل استجابات الحكام في ضوء بدائل الإجابة تبين ان المتوسط الحسابي يساوي (182.45) بانحراف معياري (23,009) درجة، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (135) درجة باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة one sample t-test

اتضح ان القيمة التائية المحسوبة (6,871) أكبر من القيمة التائية الجدولية (1,98) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (99)، وهذا يعني وجود فرق دال احصائيا بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي والجدول (13) يبين ذلك. وللتعرف على مستوى اساليب المواجهة الايجابية تم تحديد المستوى باستخدام المعادلة الاتية :

القيمة العليا للبدال - القيمة الدنيا للبدال / عدد المستويات (العزام ، 2017: 27)

5-1/3 = 1.332 وعليه تكون المستويات :

1- المستوى المنخفض = (1 - 2.332)

2- المستوى المتوسط = (2.333 - 3.667)

3- المستوى المرتفع = (5 - 3.668)

الجدول (13) يبين النتائج الاحصائية للفروق بين الوسط الحسابي والمتوسط الفرضي اساليب المواجهة

الايجابية

جدول (13)

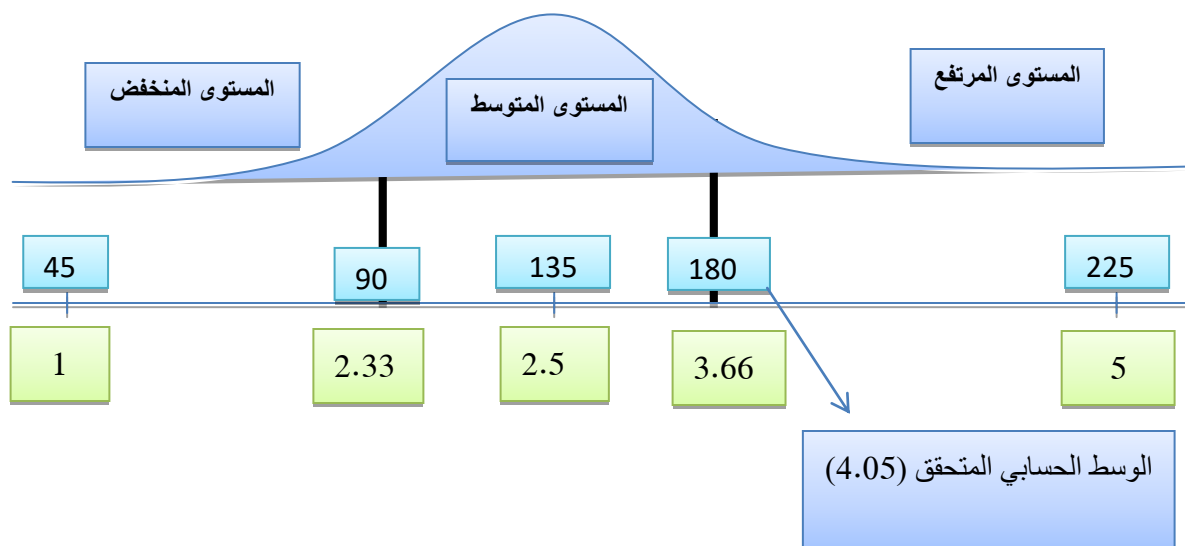
Sig	القيمة التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
0,022	1,98	6,871	135	23,009	182.45	100

• معنوي اذا كانت قيمة $sig > 0,05$

من خلال نتائج الجدول (13) اتضح ان القيمة التائية المحسوبة (6,871) وبأنحراف (23,009) ، وهذا يعني وجود فرق دال احصائيا بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي، لان قيمة (sig) (0.022) وهي اقل من (0.05). والشكل (1) يوضح مستوى اساليب المواجهة الايجابية .

الشكل (1)

يوضح مستوى اساليب المواجهة الايجابية



ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن حكام الدرجة الأولى يستخدمون أساليب الايجابية لمواجهة الضغوط النفسية ويمكن تفسير ذلك، بأنه أصبح لديهم خبرة كافية في التعامل مع المواقف والصعوبات المختلفة، فهم بحكم خبرتهم في مجال التحكيم أصبحوا يعرفون المواقف التي من الممكن أن يتعاملوا معها وذلك من خلال خبراتهم السابقة، وان خطوات نجاح أي نشاط رياضي في أي مجتمع ، يجب أن يتبع الأسلوب المناسب والصحيح يتلاءم مع قدرات وقابليات الممارسين لهذا النشاط الذي يهدف أساسا إلى الارتقاء بهذا النشاط ويصبح الامتداد الفعلي لممارستها وصولا إلى أعلى المستويات من خلال الأساليب التدريبية والطرائق العلمية المستخدمة في جميع متطلبات ذلك النشاط ، بما في ذلك الاستخدام المناسب للصفات البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية وهذا ما يؤكد (خلف و مهنا)"إذ أن الحكم ذا الكفاءة والخبرة العالية هو الذي يمنع المشاكل قبل حدوثها وليس هو الذي يجد الحل للمشاكل بعد حدوثها مما يؤثر في قراراته بعد ذلك"⁽¹⁾ ، ويذكر (محمد حسن علاوي) من أن الخبرة و المعارف والمعلومات تعد ذات أهمية كبرى في اكتساب الفرد التصورات اللازمة للأداء "، إذ تعد المعرفة العلمية في العمل التخصصي بشكل عام واحدة من أهم المرتكزات التي تسعى للوصول إلى سياقات علمية جديدة تعمق الرؤيا في مجال التخصص⁽²⁾. وإن المستوى العالي والمتطور للسادة الحكام وقدرتهم الواسعة على تخطي جميع المواقف والظروف النفسية والاجتماعية الصعبة التي تواجههم قبل او اثناء أو بعد المباريات الدولية التي يقومون بإدارتها وكذلك لتقنتهم العالية بقدراتهم التحكيمية ومعارفهم وخبراتهم في إدارة المباريات الدولية.

إذ "على الحكم أن يتكيف مع المواقف الصعبة ذات الضغوط النفسية العالية سواء قبل او اثناء او بعد المباريات الدولية"⁽³⁾.

ويرى الباحث أن اساليب المواجهة الايجابية بالنسبة إلى الحكم تعد من مظاهر الشخصية السوية القوية وعنصراً مهماً في عملية التوافق الفعال، وإن الحكم الذي لديه اساليب مواجهة ايجابية عالية ، لديه مستوى عالٍ من القدرة على التوافق والتعامل مع ضغوط المباريات و يكون لديه القدرة على ضبط النفس في مواجهة أحداث المباريات والتعامل معها بأسلوب جيد ويخرج المباراة الى بر الأمان وان طبيعة حكام كرة القدم وما يصاحبهم من أحداث وضغوطات كبيرة تولد حالة نفسية للحكام تختلف من شخص لآخر والمواجهة الايجابية من سمات الشخصية النفسية الضرورية ومن الواجب الاهتمام بها والتعرف عليها بالنسبة لحكام كرة القدم لأنها تمثل العقل المسير لباقي القدرات البدنية والفنية والذهنية وأن ارتفاعهما أو انخفاضهما يؤثر بالتالي على مستوى الاداء للحكام وقدراتهم باعتبار إن الاهتمام بالناحية النفسية ركيزة أساسية للحكام. ويذكر (ابراهيم

(1) صباح قاسم خلف و سمير مهنا عناد ؛ حكام كرة القدم (تدريب، تغذية، مناهج) : (بغداد مطبعة الأخوين، 2009) ص 19.

(2) محمد حسن علاوي ؛ بناء اختبار معرفي للناشئين في كرة اليد : (المؤتمر العلمي الدولي ، جامعة حلوان، 1995)

(1) عباس جاسم ؛ السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى اداء حكام كرة القدم : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد/ كلية التربية الرياضية ، 2000) 26.

وشيبب (2018) إن "حكم الساحة في كرة القدم يحاول خلال المباراة يحاول إن يكيف طاقته وقدراته النفسية وان لا تستثار بأي ضغط وهذا يتولد من المواجهة الايجابية التي يمتلكها وكل ذلك يصب في الاداء الجيد للحكم⁽¹⁾". (ابراهيم وشيبب ، 2018 ، مصدر سابق) ، ويمكن القول إن اساليب المواجهة الايجابية هي الاستجابة الانفعالية والعقلية للحكم مع المواقف المختلفة، خارج الميدان اما في الجانب الرياضي يجب الاستفادة من مجموعة من الضغوط النفسية الايجابية وتحسينها لتحمل الضغوط التي تواجههم والتي تساعدهم وتعطيهم القدرة على التحمل والصمود في المجال الرياضي إذ يعد ميدان تحكيم كرة القدم من المحاور الرئيسية التي جاءت وراءها الدول المتقدمة مستحدثة طرقا ووسائل متطورة في محاولة لتوفير ظروف عمل ايجابية لرفع بالحكام إلى مستويات متقدمة وتحقيق أحسن المستويات الدولية و المحلية .

ويؤكد الباحث أن هذه النتيجة منطقية لما يتطلبه التحكيم من هدوء واتزان عاليين أمام الضغوط النفسية التي يواجهها الحكام أو التي سيتوقعون مواجهتها في أثناء قيادتهم للمباريات، وهذا ما أشار إليه كارتني من "أن هناك مميزات عديدة للحكام ومنها الهدوء والسيطرة العالية على انفعالاته بصورة عامة" فيجب أن يكون الحكم متزناً نفسياً⁽²⁾، (Cratty,2000,100) إذ إن الشخصية المتكاملة هي الثبات نفسياً وعقلياً ومتكيفة اجتماعياً، لأن الشخصية وحدة نفسية وجسمية واجتماعية وأحياناً تكون شخصية الحكم غير مستقرة بسبب ظروف صحية لوجود إصابة مثلاً تبعده عن المباراة لمدة معينة، أو بسبب وجود مشكلات في العمل أو في المنزل فتؤثر هذه الحالة في نفسه وفي مزاجه لأنه غير مستقر، وهذا ما يؤكد (دسوقي) في أن "بالإمكان التنبؤ بنجاح الإنسان أو فشله في أي عمل يعمل به أو مهمة يقوم بها من خلال سماته الشخصية"⁽³⁾

إن المتطلبات التحكيمية تؤكد أهمية وجوب أن يكون الحكام قادة ومرشدين ومؤثرين في اللاعبين والإداريين وحتى الجمهور لشخصيته التي تظهر من خلال تعامله مع الأحداث في ميدان اللعب، كل تلك السمات والصفات الشخصية تجعل من الحكم قادر على القيام بواجباته بأسلوب ايجابي والتي تعكس القدرة المعرفية المتميزة له في القراءة المسبقة والمتوقعة للحوادث للأحداث العدوانية التي يمكن أن تحدث أو التي تهدد جمالية كرة القدم وعدم وصول المباراة الى بر الأمان، وهذا يتطلب تركيز نفسي عالي يرتقي الى مستوى الحدث. وهذا يتفق مع ما ذكره (نزار الطالب وكامل الويس،2000) فإن " هذه النتيجة منطقية لما اتصف به الحكام من صفة الهدوء ورباطة الجأش في أثناء قيادتهم للمباريات والتلطي بالثقة العالية بالنفس والهدوء والتركيز والشجاعة وعدم الارتباك أو تشتت الفكر وصعوبة الاستثارة في المواقف المختلفة الصعبة واعتدال

(2) ابراهيم هويدة اسماعيل و شيبب محمد سلمان؛ تقنين مقياس الصمود النفسي لحكام الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم : (مجلة كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ، العراق المجلد الثلاثون ، العدد الرابع ، 2018)

(3)Cratty B.j. op – cit, P.100 (2000)

(1) كمال دسوقي ؛ علم النفس الصناعي اختبارات الأفراد : (القاهرة ، مطبعة الأنجلو المصرية) ص564 .

المزاج، والابتعاد عن السلوك العدواني حتى لا يكون هناك إحساس بالذنب وتأييب الضمير عند اصدار القرارات الخاطئة الناتجة عن مشاكل أو ضغوط نفسية⁽¹⁾ .

ويرى "نبيل ندا" أن مصادر الضغط على الحكام متعددة وبعضها نسبي يؤثر على حكم ولا يؤثر على آخر ومن هذه المصادر الموقف التحكيمي، اللاعبين، الجهاز الفني والإداري، الجمهور، الإعلام، لجنة الحكام⁽²⁾. ويرى الباحث أن الحكم الحلقة الأبرز في لعبة كرة القدم بناءً على القرارات التي يتخذها الحكم و الطاقم التحكيمي المساند له والتي قد تصيب او تخطئ , ويعود له اتخاذ القرار النهائي في اي حالة تحصل بعد التشاور مع مساعديه من الحكام إذا اقتضى الامر وفق قانون اللعبة حيث ان للحكم صلاحية مطلقة منذ دخوله لتفقد الملعب قبل المباراة وحتى لحظة خروجه بعد انتهاء المباراة حيث يكون المسيطر الفعلي على اللاعبين والكادر التدريبي والجمهور داخل المباراة بحيث يكون صاحب القرار الاول والاخير فيما يتعلق بكل اوقات المباراة لذا يتطلب منه اساليب مواجهة ايجابية تمكنه من ادارة المباراة باقل الاخطاء والوصول بها الى بر الامان وعلى ضوء ما تقدم يتضح بأن " الحكم هو المسؤول الأول في المباراة وهو المعني بتطبيق أسس وقوانين اللعب وتنفيذها بالمستوى الأمثل من الدقة والمحايدة واللياقة من كافة الظروف مع دعم الروح المعنوية للاعب والمشاهد⁽³⁾ .

ويؤكد (بلان) ان متابعة الحكم الصحيحة لاستئناف اللعب في جميع التوقيفات والاجراءات السليمة في عمليات التبديل والعلاج للاعب المصاب , والحساب الصحيح لمقدار الوقت الإضافي من قبل الحكم الأول , واستخدام معقول وملئم لمبدئ اتاحة الفرصة وقرارات سريعة وواضحة وموثوقة , ثم السماح باستئناف اللعب بسرعة عندما يكون ذلك ملائماً وبإشارات فعالة فضلاً عن الاستخدام الملئم للصارفة ... ولن يتم إلا إذا توفرت عند الحكم لياقة بدنية ونفسية عاليتين , ما يجعل الحكم عموماً صاحب توقعات جيدة للعب وقراءة متميزة لمجريات المباراة⁽⁴⁾ .

3-4 عرض ومناقشة نتائج الهدف الخامس : التعرف على علاقة الارتباط المعنوية بين مجالات مقياس المواجهة الايجابية لحكام الدوري العراقي بكرة القدم وعلاقتها باتخاذ القرار :

لتحقيق هذا الهدف تم حساب معامل الارتباط بين متغيري البحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون pearson product- moment correlation coefficient بين درجات عينة البحث في اساليب المواجهة الايجابية واتخاذ القرار. وقد أظهرت النتائج ان قيمة معامل الارتباط المحسوبة (0,485) عند مستوى دلالة (0,05)

(2) نزار الطالب وكامل الويس ؛ علم النفس الرياضي ، ط 2 : (بغداد، جامعة بغداد ، 2000) 44.

(3) نبيل خليل ندا ؛ الأعداد النفسية لحكام كرة القدم،(القاهرة ، دار الكتاب الحديث، 2009) 54.

(4) ضياء المنشي ؛ : موسوعة كرة القدم العراقية : (بغداد ، القلعة للطباعة والتصحيف ، 2005) 299

(1) هاني طالب بلان ؛ الدورة الدولية اربيل ، مكتبة الزيتون (2011) 11.

وبدرجة حرية (99) وهي أكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية (0,196) وتشير هذه النتيجة الى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة بين اساليب المواجهة الايجابية واتخاذ القرار لدى حكام الدوري العراقي . والجدول (15) يبين ذلك.

جدول (15)

قيمة معامل الارتباط بين اساليب المواجهة الايجابية و اتخاذ القرار

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط	قيمة معامل الارتباط الجدولية	Sig	قيمة الدلالة
المواجهة الايجابية X اتخاذ القرار	0,485	0,196	0.002	معنوية

• معنوي اذا كانت قيمة $sig > 0,05$

جدول (16)

يبين قيمة معامل الارتباط بين مجالات اساليب المواجهة الايجابية واتخاذ القرار

المجالات	قيمة معامل الارتباط	قيمة معامل الارتباط الجدولية	مستوى الدلالة	قيمة الدلالة
التفريغ الانفعالي	0,512	0,196	0,001	معنوية
إعادة التقييم الإيجابي	0,559		0,000	معنوية
المساعدة الاجتماعية	0,431		0,003	معنوية
حل المشكلات	0,468		0,001	معنوية
التفكير الإيجابي	0,405		0,008	معنوية

• معنوي اذا كانت قيمة $sig > 0,05$

يتبين من نتائج الجدول (16) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين جميع أبعاد مقياس اساليب المواجهة الايجابية وبين اتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم ، وأن هذه العلاقة تعنى أنه كلما ارتفعت الدرجة على مقياس اساليب المواجهة الايجابية بأبعاده كلما ارتفعت الدرجة على مقياس اتخاذ القرار ، ويعزو الباحث ذلك إلى أن اساليب المواجهة الايجابية السابق ذكرها في أبعاد المقياس لها أثارها الايجابية والتي تؤثر بشكل فعال في ظهور بعض المظاهر الايجابية لدى الحكم تمكنه من اتخاذ القرارات بشكل صحيح ويؤكد كلاً من " عمارة و مصطفى " أن الأشخاص اللذين يمتلكون درجة عالية من القدرة على المواجهة الإيجابية للضغوط تزداد درجة فاعليتهم وقدرتهم على الإستخدام الأمثل لمصادرهم الشخصية والبيئية والتركيز والقدرة على المواجهة، والتي تحول الضغوط إلى خبرات أقل ضغطاً وتمكنه من اتخاذ القرارات الصائبة⁽¹⁾ .

(1) أحمد عبد الحميد عمارة و حسام الدين مصطفى ؛ أسس التدريب في المصارعة : (القاهرة ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر والتوزيع، 2009)ص36.

ويرى الباحث أن المواجهة الايجابية من السمات التي يجب أن يتسم بها حكام كرة القدم ، من حيث مدى قدرته على تحمل مسئولية قراراته وتحمله لطبيعة عمل التحكيم الشاقة مما يزيد قدرته على مواجهة الضغوط المرتبطة بالمنافسات الرياضية، ويساعد على الالتزام بما جاء في القانون الخاص برياضة كرة القدم والسلوك الرياضي السليم، مع تركيز الإنتباه اثناء التحكيم، وضبط النفس والإنفعالات أثناء المواقف التحكيمية الصعبة والحاسمة، ويضيف كلاً من " قاسم و مهنا" أن العامل النفسي يلعب دوراً لا يقل شأناً عن العوامل الأخرى كونه يرتبط بكثير من المواقف التي تواجه الحكام خلال المباراة وأن العديد من الدراسات التي تم التوصل إليها تثبت أن الحكم الناجح يتميز عن غيره بالعديد من السمات النفسية الايجابية⁽¹⁾ .

5 – الاستنتاجات والتوصيات .

5 – 1 الاستنتاجات .

- 1- فاعلية مقياس اساليب المواجهة الايجابية الذي قام الباحث ببناءة لحكام كرة القدم في العراق .
- 2- تكييف وتطوير مقياس اتخاذ القرار أظهر نتائج مرضية عند تطبيقه على حكام الدوري العراقي بكرة القدم .
- 3- اظهرت فروق معنوية بين الاوساط الحسابية لمقياس اساليب المواجهة الايجابية والمتوسط الفرضي .
- 4- تحصلت عينة البحث على مستوى مرتفع على مقياس اساليب المواجهة الايجابية .

5-2 التوصيات:

يوصي الباحث بما يأتي:-

- 1- اعتماد المقياس المعد في هذه الدراسة كمؤشر للتعرف على اساليب المواجهة الايجابية للحكام وأدائهم بكرة القدم في إدارتهم للمباريات .
- 2- التركيز على جوانب الثقة بالنفس وقوة والشخصية للحكام إلى جوار الجوانب البدنية والفنية بالذات عند اختيار الحكام المستجدين، أو الترقية أو في دورات الصقل، وتدريبهم على استخدام الوسائل الملائمة والمناسبة لمقاومة الضغوط .

المصادر :

- صباح قاسم خلف و سمير مهنا عناد ؛ حكام كرة القدم (تدريب، تغذية، مناهج) : (بغداد مطبعة الأخوين، 2009) ص 19 .
- محمد حسن علاوي ؛ بناء اختبار معرفي للناشئين في كرة اليد : (المؤتمر العلمي الدولي ، جامعة حلوان، 1995) .

⁽¹⁾ صباح قاسم خلف و سمير مهنا عناد ؛ حكام كرة القدم (تدريب، تغذية، مناهج) : (بغداد مطبعة الأخوين، 2009) ص 24 .

- ابراهيم هويدة اسماعيل و شبيب محمد سلمان؛ تقنين مقياس الصمود النفسي لحكام الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم : (مجلة
- ذكري يوسف جميل ، مصدر سبق ذكره ، ص 520 .
- ضياء المنشئ ؛ : موسوعة كرة القدم العراقية : (بغداد ، القلعة للطباعة والتصحيف ، 2005) 299
- عبد الحافظ الشايب ؛ أسس البحث التربوي : (عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، 2008)
- فاروق الروسان ؛ اساليب القياس التشخيصي في التربية الخاصة ، ط 1 : (عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 2006
- نزار الطالب وكامل الويس ؛ علم النفس الرياضي ، ط 2 : (بغداد ، جامعة بغداد ، 2000) 44.
- أحمد عبد الحميد عمارة و حسام الدين مصطفى ؛ أسس التدريب في المصارعة : (القاهرة ، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر . والتوزيع ، 2009) ص 36
- صباح قاسم خلف و سمير مهنا عناد ؛ حكام كرة القدم (تدريب، تغذية، مناهج) : (بغداد مطبعة الأخوين ، 2009)
- عباس جاسم ؛ السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى اداء حكام كرة القدم : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد/
- عزيز كريم وناس ؛ اثر استخدام التدريب الفترتي مرتفع الشدة لتطویر مطاولة السرعة وبعض المتغيرات الفسيولوجية لدى
- كمال دسوقي ؛ علم النفس الصناعي اختبارات الأفراد : (القاهرة ، مطبعة الأنجلو المصرية)
- هاني طالب بلان ؛ الدورة الدولية اربيل ، مكتبة الزيتون (2011)
- نبيل خليل ندا ؛ الأعداد النفسية لحكام كرة القدم، (القاهرة ، دار الكتاب الحديث ، 2009)
- احمد خليل ابراهيم الزبيدي : المعوقات والصعوبات النفسية التي تواجه حكام كرة القدم ، مقال منشور في جريدة الملاعب العراقية ، 2018 ،
- حكام كرة القدم : (مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل ، العراق ، المجلد الاول ، العدد الثامن ، 2008)
- ذكري يوسف جميل (وآخران) ؛ الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم في الدوري العراقي الممتاز وعلاقتها باتخاذ القرار: (عدد خاص بأبحاث المؤتمر العلمي الدولي الثاني- المشترك الأول بين كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة دهوك، ومركز نون للبحوث والدراسات المتخصصة، المجلد الثاني، 2020،
- كلية التربية الرياضية ، 2000)
- كلية التربية الرياضية جامعة بغداد ، العراق المجلد الثلاثون ، العدد الرابع ، 2018)
- نصر الدين رضوان ؛ المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضة، ط 1 ، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2006)
- محمد نصر الدين رضوان ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 350 .
- هاني طالب بلان ؛ رؤية خاصة في التحكيم ، ط 1 : (الدوحة ، دار الكتب القطرية ، 2011)

- ياسر بازل الحديدي ؛ بناء مقياس لتقييم ظروف إدارة المباراة لحكام الساحة الدوليين لكرة القدم في قارة آسيا :
(رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الموصل /كلية التربية الأساسية ، 2011)

Sources

- Sabah Qassem Khalaf and Samir Muhanna Inad; Football referees (training, nutrition, curricula): (Baghdad Al-Akhawain Press, 2009) p. 19.
- Muhammad Hassan Allawi; Building a cognitive test for juniors in handball: (International Scientific Conference, Helwan University, 1995).
- Ibrahim Howida Ismail and Shabib Mohammed Salman; Legalization of the psychological resilience scale for the referees of the Iraqi Premier League in football: (magazine
- Zikra Youssef Jameel, a previously mentioned source, p. 520.
- Dia the originator; Iraqi Football Encyclopedia: (Baghdad, Al-Qalaa for Printing and Correction, 2005) 299
- Abdel Hafez Al-Shayeb; Foundations of Educational Research: (Oman, Wael Publishing and Distribution House, 2008), p. 102.
- Farouk Al Rousan; Diagnostic Measurement Methods in Special Education, 1st Edition: (Amman, Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, 2006
- Nizar Taleb and Kamel Alwes; Sports Psychology, i: 2 (Baghdad, University of Baghdad, 2000) 44.
- Ahmed Abdel Hamid Emara and Hossam El Din Mostafa; The foundations of training in wrestling: (Cairo, Dar Al-Wafaa for the world of printing, publishing and distribution, 2009) pg. 36
- Sabah Qassem Khalaf and Samir Muhanna Inad; Football referees (training, nutrition, curricula): (Baghdad Al-Akhawain Press, 2009) p. 24.
- Abbas Jassim; Personal traits and their relationship to the level of performance of football referees: (Unpublished Master's Thesis, University of Baghdad/
- Aziz Karim Wanas; The effect of using high-intensity interval training to develop speed extension and some physiological variables among
- Kamal Desouky; Industrial Psychology: Individual Tests: (Cairo, Anglo-Egyptian Press), p. 564.
- Hani Taleb Balan; International session Erbil, Zaytoun Library (2011) 11.
- Nabil Khalil Nada; The psychological numbers of football referees, (Cairo, Dar Al-Kitab Al-Hadith, 2009) 54.
- Ahmed Khalil Ibrahim Al-Zubaidi: Obstacles and psychological difficulties facing football referees, an article published in the Iraqi newspaper Al-Malaeb, 2018, pg.
- Football referees: (Journal of Physical Education Sciences, University of Babylon, Iraq, Volume One, Issue Eight, 2008) p. 28.
- The memory of Youssef Jamil (and two others); Psychological pressures among football referees in the Iraqi Premier League and its relationship to decision-making: (A special issue of the research of the Second International Scientific Conference - the first joint between the College of Physical Education and Sports Sciences / University of Dohuk, and Noon Center for Research and Specialized Studies, Volume Two, 2020, p. 519
- College of Physical Education, 0200 (26).
- College of Physical Education, University of Baghdad, Iraq Volume Thirty, Number Four, 2018)
- Nasreddin Radwan; Introduction to Measurement in Physical Education and Sports, 1st Edition, (Cairo, Al-Kitab Center for Publishing, 2006) pg 46



The effect of special agility exercises on some basic skills of football players youth

Nazhan Khalaf Muhammad^{1*}

Uday Mahmoud Zahmar¹

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.37>

Article info.

Article history:

-Received: 14/9/2021

-Accepted: 26/9/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- impact
- exercises
- agility
- basic skills
- football players

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

Abstract

The problem of the research is that there is weakness and fluctuation in the performance of skills and the loss of the ball from the players, so the researcher decided to develop special agility exercises for football players youth

and to be of help to coaches and inexpensive that can be adopted in the training process.

The research aims to:

1- Develop special agility exercises to develop the performance of some basic skills for football players youth.

2- To reveal the significance of the differences in the results of the tribal and remote tests of the experimental group in some basic skills of football players youth years.

3- Revealing the significance of the differences in the results of the post-tests between the control and experimental groups in the performance of some basic skills for football players youth.

The researcher used the experimental method to suit the nature of the research. The researcher used the experimental design with pre and post tests for the experimental and control groups. The research community included the young football players in Kirkuk Governorate, which numbered (152) players representing (6) clubs. The researcher used the statistical bag (spss) to treat the special results obtained by the researcher using the following statistical equations: (arithmetic mean, standard deviation, skew coefficient, median, T-test for correlated and unrelated samples).

The researcher reached the following most important conclusions:

1- Special agility exercises made a remarkable development in the performance of some basic football skills for the experimental group.

2- The special agility exercises according to the high intensity and repetitive interval training had a great impact on developing the performance of some basic football skills for the experimental group.

The researcher also recommended:

1- The possibility of using special agility exercises to develop the performance of some basic skills of young football players.

2- The possibility of adopting the method of high-intensity interval training and repetition to develop the performance of some basic skills in football.

* Corresponding Author: nazhankhalaf@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

تأثير تمارين الرشاقة الخاصة في بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب

أ.م.د. عدي محمود زهمر

نزهان خلف محمد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

الخلاصة:

تضمن مشكلة البحث في أن هناك ضعف وتذبذب في أداء المهارات وضياع الكرة من اللاعبين لذا ارتأى الباحثان إلى وضع تمارين الرشاقة الخاصة للاعبين كرة القدم الشباب ولتكون عوناً للمدربين وغير مكلفة يمكن اعتمادهم في العملية التدريبية. يهدف البحث إلى:

وضع تمارين الرشاقة الخاصة لتطوير أداء بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب. الكشف عن دلالة الفروق في نتائج الاختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعة التجريبية في بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب.

الكشف عن دلالة الفروق في نتائج الاختبارات البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في أداء بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب.

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمة طبيعة البحث. وأستخدم الباحثان التصميم التجريبي ذو الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة. أشتمل مجتمع البحث على اللاعبين الشباب لكرة القدم في محافظة كركوك والبالغ عددهم (152) لاعبا يمثل (6) أندية. أستخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة النتائج الخاصة التي حصل عليها الباحثان بواسطة المعادلات الإحصائية الآتية: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، الوسيط، اختبار (T) لعينات المرتبطة وغير المرتبطة).

وتوصل الباحثان إلى أهم الاستنتاجات التالية:

1- أحدثت تمارين الرشاقة الخاصة تطوراً ملحوظاً في أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى المجموعة التجريبية.

2- إن تمارين الرشاقة الخاصة وفق التدريب الفكري مرتفع الشدة والتكراري كان له التأثير الكبير في تطوير أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى المجموعة التجريبية.

كما أوصى الباحثان :

1- إمكانية استخدام تمارين الرشاقة الخاصة في تطوير أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الشباب.

2- إمكانية اعتماد طريقة التدريب الفكري المرتفع الشدة والتكراري لتطوير أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- تأثير
- تمارين
- الرشاقة
- المهارات الأساسية
- لاعبي كرة القدم

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث:

تعد لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية التي شهدت تطوراً كبيراً في طرائق واساليب التدريب وخطط ومواقف اللعب خصوصاً منها الهجومية والدفاعية التي يتطلبها الاداء التنافسي حيث يمكن ملاحظته من خلال الجهد البدني والحركي الذي يبذله اللاعب داخل الملعب وطول وقت المباراة وهذا يعتمد على عملية إتقان المهارات الهجومية وما تحتاجه من قدرات بدنية وتحمل اداء خاصة وذلك من خلال وضع برنامج تدريبي يحتوي على مجموعة من التمرينات حسب مواقف اللعب الهجومية والدفاعية بحيث يتم اعداد اللاعب بدنيا ومهاريا وحركيا من اجل الوصول باللاعب الى المستويات العليا.

إن التركيز على مواقف اللعب ومهاراتها ازداد في الآونة الاخيرة بشكل ملحوظ اذ لابد للاعب ان يكون قادرا على اداء هذه المهارات في مناطق اللعب وتحت كل الظروف ومن اجل تطوير الاداء المهاري للاعبين يجب رفع متطلبات التدريب مع مراعاة إمكانية كل لاعب في الفريق وذلك لتحقيق أعلى الدرجات من الناحية المهارية والخططية⁽¹⁾.

وهذا بدوره اجبر علماء التدريب في كرة القدم على البحث عن طرائق وأساليب جديدة في التدريب. ولجوء المدربين ، الى تمرينات جماعية وتحمل الأداء. اذ يقوم اللاعب بتطوير قدراته البدنية وتحمل الأداء وتحمل السرعة بتلك التمرينات اللعب إذا تتطلب كرة القدم الحديثة من اللاعب السرعة والانطلاقات والقوة والقفز واستلام الكرة وتسليمها والحركة السريعة لأخذ الفراغ والتغطية والاسناد والتهديد المركز وتغيير الاتجاه وبصورة مستمرة داخل الملعب فضلا عن التوقف الفجائي والمراوغة والانزلاق لأخذ الكرة من المنافس وذلك كله أدى الى ضرورة أن يمتلك اللاعب قدرات مختلفة منها البدنية وتحمل الاداء لخدمة العمل الجماعي والخططي للفريق⁽²⁾. تعد الرشاقة من المكونات المهمة في الانشطة الرياضية التي تتضمن تغيرات سريعة في أوضاع الجسم وأجزائه مثل كرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة وغيرها من الالعاب وأن لاعب كرة القدم يحتاج الى تمرينات الرشاقة وكذلك لربط عدة مهارات ببعضهما وكذلك تأدية مهارات حركية تحت ظروف متغيرة وأن تمرينات الرشاقة ترتبط ارتباطا وثيقا بالنواحي المهارية للاعب وهذا يحتم علينا العناية بها في مختلف مراحل

(¹) هاشم ياسر حسن؛ تطوير اداء المهارات الهجومية في مناطق اللعب المختلفة. ط1: (القاهرة. مركز الكتاب للنشر. 2009) ص11.

(²) هاشم درويش جبرائيل؛ تأثير تمرينات في مراكز اللعب المختلفة على بعض القدرات البدنية والتوافقية وتحمل الاداء للاعبين كرة القدم المتقدمين: (اطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة الانبار. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. 2016).

الاعداد البدني العام والخاص وأن لعبة كرة القدم ذات متطلبات بدنية ومهارية عديدة يحتاجها اللاعب كتحمل الأداء وتحمل السرعة وغيرها من الصفات المرتبطة بالأداء المهاري للاعب لذا تعد تمارين الرشاقة الخاصة من التمارين المهمة التي يحتاجها لاعب كرة القدم وذلك لطبيعة اللعبة وكثرة التغيرات من مكان إلى آخر أثناء اللعب والتي لها أهمية في تحمل الأداء وتحمل السرعة القصيرة الى أخره لأن لاعب كرة القدم يحتاج إلى تحمل الأداء وتحمل السرعة القصيرة الأخر دقيقة من المباراة لضمان الفوز ، لأن أي هبوط بالمستوى أداء اللاعب في هذه الصفات يؤدي إلى ضعف في مستوى الفريق مما قد يؤدي ذلك الهبوط في المستوى إلى خسارة الفريق. لذلك يجب على المدرب تطوير أعضاء الفريق في مستواهم البدني إلى أعلى مستوى لتحمل الاداء وتحمل السرعة وأداء المهارات أثناء المباراة بأفضل ما يكون لتحقيق الفوز لذا تكون أهمية البحث في إعداد تمارين الرشاقة الخاصة لتطوير تحمل الاداء وتحمل السرعة القصيرة وبعض المهارات الاساسية للاعب كرة القدم الشباب والتي يراها الباحث قد تسهم في رفع مستوى اللاعبين والارتقاء بهم إلى المستويات العالية في لعبة كرة القدم .

1-2 مشكلة البحث:

إن لعبة كرة القدم الحديثة من الالعاب الجماعية التي تتميز بسرعة وتحمل الأداء على فترات زمنية طويلة أو تتطلب هذه اللعبة مستوى عال من القدرات البدنية وتحمل الأداء والذي ينعكس على اداء المهارات الأساسية بشكل متقن يحسب مواقف اللعب ومنها الهجومية بالذات وكذلك لخصوصية كرة القدم في الساحات المكشوفة وهو طول الوقت الذي قد يصل في بعض الأحيان إلى 120 دقيقة اذا ما تم تمديده للأشواط الاضافية وكذلك الأجواء المختلفة التي تلعب فيها المباراة والتي قد تكون أصعب من ظروف كرة القدم.

1-3 اهداف البحث:

- 1- أعداد تمارين الرشاقة الخاصة في تحمل الأداء وتحمل السرعة القصيرة وبعض المهارات الأساسية للاعب كرة القدم الشباب .
- 2- التعرف على تأثير تمارين الرشاقة الخاصة في تحمل الاداء والسرعة وبعض المهارات للاعب كرة القدم.

1-4 فرضا البحث :

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية والضابطة في تحمل الأداء وتحمل السرعة القصيرة وبعض المهارية الأساسية للاعب كرة القدم الشباب .

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين نتائج اختبارات لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في تحمل الأداء وتحمل السرعة القصيرة وبعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب .

1-5 مجالات البحث:

1- المجال البشري: اللاعبين الشباب لنادي الحويجة الرياضي لكرة القدم الشباب .

2- المجال الزمني: المدة من 20/1/2021 إلى 22/8/2021.

3- المجال المكاني: ملعب نادي الحويجة الرياضي.

2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

2-1 الدراسات النظرية:

2-1-1 الرشاقة :

تعد الرشاقة من القدرات البدنية المهمة للاعب كرة القدم لما لها من تأثير مباشر على جميع الحركات التي يقوم بها اللاعب , ومنها يمكن تعريفها بأنها " تتضمن قدرات عديدة مثل القوة العضلية وسرعة رد الفعل والسعة الحركية ودقة التحكم والتوافق"⁽¹⁾.

ومن الممكن تعريف الرشاقة بأنها "المقدرة على تغيير أو ضاع الجسم أو سرعته أو اتجاهاته على الأرض أو في الهواء بدقة وانسيابية وتوقيت صحيح"⁽²⁾ . ويرد تعريفها بأنها "القدرة على التوافق الجيد للحركة التي يقوم بها الرياضي سواء بجميع اجزاء جسمه أو بجزء معين منه"⁽³⁾ .
وتقسم الرشاقة⁽⁴⁾ إلى:

1- الرشاقة العامة: وتشير إلى المقدرة على أداء واجب حركي يتسم بالتنوع والاختلاف والتعدد بدقة وانسيابية.

2- الرشاقة الخاصة: وتشير إلى المقدرة على أداء واجب حركي متطابق مع الخصائص والتركيب والتكوين الحركي لواجبات المنافسة الرياضية التخصصية .

ولما كانت الرشاقة عنصراً مركباً فإن التدريبات الخاصة بها يتم التركيز عليها في الفترات من مراحل الإعداد بعد أن يكون اللاعب قد اكتسب العديد من الصفات البدنية الأخرى مثل القوة والسرعة الخ . إذ أن التدريبات الخاصة بها سوف تحوي كل هذه العناصر بما قد يعرض اللاعب للإصابة إذا لم يكن اعد جيد بالنسبة لتلك العناصر . ويحتاج اللاعب إلى الرشاقة للنجاح في إدماج عدة مهارات حركية في إطار واحد أو في أداء حركات بدقة عالية تحت ظروف متغيرة كما هو الحال في جميع الألعاب الجماعية . وعلى ذلك

(1) محمد حسن علاوي ؛ اختبارات الاداء الحركي . ط1: (القاهرة. دار الفكر العربي. 1994) ص406.

(2) مفتي ابراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي للناشئين والمدرب الناجح : (القاهرة . دار الكتب الحديث . 2010) ص55 .

(3) قاسم حسن حسين ؛ اسس التدريب الرياضي . ط1:(عمان دار الفكر العربي للطباعة والنشر . 1998) ص615 .

(4) وميض كامل شامل ؛ مصدر سبق ذكره . ص36 .

فالتدريبات الخاصة بهذه الصفة سوف تتضمن حركات مختلفة يراعى فيها السرعة . والقوة . وتغير الاتجاه . والتوافق . والدقة . والمرونة والعديد من الصفات البدنية .

والبراعة في حد ذاتها عبارة عن لفظ مرادف إلى حد كبير لكلمة الرشاقة . إذ إن هذه الصفة هي التي تجعل اللاعب بشكل خاص متميز عن قرنائهم من اللاعبين خلال الأداء البدني والمهاري أو حتى خلال تفادي الإصابة عند الوقوع على الأرض . ونود أن ننوه إلى أن البراعة لا تطابق الرشاقة تمام . بل إنها تعتبر مستوى متميز منها ولو إن التطوير الخاص بكل من الرشاقة والبراعة يتم بشكل مندمج . ومن المرجح أن المستوى العالي من البراعة الخاصة هو نتاج التراكمات الحركية المكتسبة من خلال المزاولة في الصغر للأنشطة الرياضية العديدة والمتنوعة.

2-1-2 المهارات الأساسية في كرة القدم:

لا يخفى على أحد أن إتقان المهارات الأساسية في كرة القدم يُعد من الأمور المهمة جداً في تكامل أداء اللاعبين والفريق وفي تحقيق الفوز في المباريات إذ يؤكد أحد الباحثين أن " المهارات الأساسية في كرة القدم هي عماد الأداء فيها وبدون إجادتها بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط صعبة. فهي الوسيلة الوحيدة لتعامل اللاعب مع الكرة وهناك علاقة ارتباط إيجابية بين إجادة المهارات الأساسية وارتفاع مستوى الأداء الخططي ، وإن إتقان أداء المهارات الأساسية يجعل اللاعب يصل إلى تنفيذها بصورة آلية دون التفكير في جزئيات المهارة"⁽¹⁾ .

إن هذا الدور الحيوي للمهارات الأساسية يجعلنا نؤكد الحقيقة التي تشير إلى أن لعبة كرة القدم ترتكز على القدرات البدنية وعلى المهارات الأساسية. وإن هذه المهارات تعد العمود الفقري للعبة كرة القدم وبدون إجادتها بمستوى عالٍ من الدقة لا يمكن أداء أي مهمة ولا يمكن الوصول إلى المستويات العليا. إن اللاعب الذي يتقن المهارات بمستوى عالٍ من الدقة سوف يكون قادراً على تنفيذ جميع الواجبات المطلوبة منه من قبل المدرب وسوف يكون قادر على تحقيق الانجازات العالية وتحقيق أفضل النتائج.

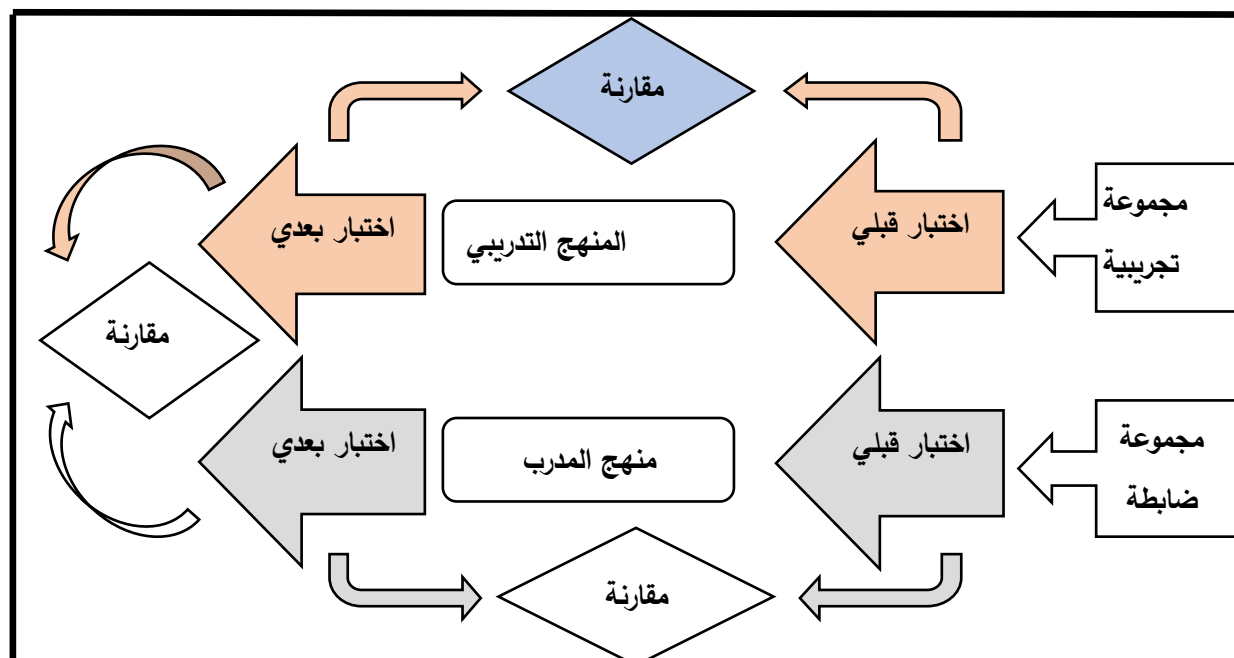
3-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمة طبيعة البحث إذا إن المنهج التجريبي هو أو تغير متعمد ومضبوط للشروط المحددة لحادث ما وملاحظة التغيرات الناتجة في الحادثة نفسها وتفسيرها⁽²⁾ .

(¹) مفتي إبراهيم حماد ؛ الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم : (القاهرة . دار الفكر العربي . 1994) ص38.
(²) عكلة سليمان الحوري . هند سليمان علي ؛ الدليل إلى البحث العلمي ومناهجه في العلوم التربوية والنفسية : (القاهرة . مركز الكتاب الحديث للنشر . 2016) ص93 .

وأستخدم الباحثان التصميم التجريبي ذو الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لملائمة لطبيعة البحث والشكل (1) يوضح ذلك :



الشكل (1)

مخطط التصميم التجريبي

3-2 مجتمع البحث وعينته:

أشتمل مجتمع البحث على اللاعبين الشباب لكرة القدم في محافظة كركوك والبالغ عددهم (152) لاعبا يمثل (6) أندية كما موضوع في الجدول (1) وقد تم اختبار عينة البحث بطريقة عمدية وهم لاعبو الشباب لنادي الحويجة الرياضي والبالغ عددهم (29) لاعبا. وذلك لتوفير كافة شروط اجراء المنهج التجريبي وقد تم استبعاد (5) لاعبين وهم حراس المرمى واللاعبين المصابين لتكون عينة البحث من (24) لاعبا وهم يمثلون نسبة (15,187%) من مجتمع البحث وقسموا عشوائيا عن طريق القرعة الى (12) لاعبا لكل مجموعة. والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

يبين مجتمع البحث وعينته والنسب المئوية

ت	مجتمع البحث	عدد اللاعبين	النسبة المئوية لعينة البحث لنادي الحويجة
1	الحويجة	29	%19,07

	24	سولاف	2
	26	الثورة	3
	27	مصلى	4
	24	دبس	5
	22	القلعة	6
	152	المجموع	

3-3 تجانس وتكافؤ العينة:

لغرض أن تكون العينة متجانسة قام الباحثان بأجراء التجانس لأفراد العينة ككل في متغيرات الطول والكتلة والعمر الزمني والعمر التدريبي، لأن قيمة معامل الالتواء المتغيرات ما بين $3 \pm$ كما مبين في الجدول رقم (2) وكذلك التكافؤ بين المجموعتين في الاختبارات المهارية والجدول رقم (4) يبين ذلك.

جدول (3)

تجانس العينة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	س-	\pm ع	الوسيط	معامل الالتواء
1	العمر	سنة	18.7	0.98	18.2	1.53
2	العمر التدريبي	سنة	4.8	0.64	4.79	0.04
3	الطول	سم	174.6	2.93	173	1.63
4	الكتلة	كغم	66.4	2.35	65	1.78

جدول (4)

تكافؤ عينة البحث في الاختبارات البدنية والمهارية

ت	الاختبارات	النوع	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الخطأ	الدلالة
			س-	ع+	س-	ع+			
1	الدرجة بالكرة	ثا	16.720	0.987	15.506	0.939	0.561	0.643	غير معنوي
2	المناوله	درجة	3.583	0.792	3.666	0.887	0.211	0.431	غير معنوي
3	التهديف	درجة	3	0.669	3.916	0.738	0.321	0.411	غير معنوي

• معنوي إذا كان مستوى الدلالة $\geq (0,05)$

3-4 جمع المعلومات والادوات المستخدمة بالبحث:

3-4-1 وسائل جمع المعلومات:

1- تحليل محتوى المصادر: قام الباحثان بتحليل محتوى المصادر العلمية للتعرف على المهارات الأساسية والاختبارات الخاصة بكرة القدم.

2- الاستبيان: قام الباحثان بتنظيم استمارات للتعرف أهم الاختبارات المهارية الخاصة بكرة القدم والوقوف على نقاط القوة والضعف لإخراج البحث بصورة جيدة.

3-4-2 الأجهزة المستخدمة:

- كامرة تصوير نوع نوكا.
- جهاز حاسوب لابتوب .
- ميزان حساس الكتروني لقياس الطول والكتلة .

3-4-3 الأدوات المستخدمة:

(شريط قياس، شواخص عدد(24)، اطباق دائرية عدد(15)، ساعة توقيت يدوية عدد (2)، صافرة عدد (2)، أهداف كرة قدم، ملعب كرة قدم، كرة قدم عدد (24)).

3-5 تحديد أهم المهارات الأساسية في الدراسة:

بعد تحليل المحتوى للمصادر العلمية تم تصميم استبانة. تخص المهارات الأساسية بكرة القدم ثم توزيع الاستبانة على السادة الخبراء والمختصين لتحديد أهم المهارات الأساسية بكرة القدم وتم الاخذ بأرائهم المتفق عليها.

3-6 تحديد الاختبارات المهارية المستخدمة في البحث:

بعد تحليل المحتوى للمصادر العلمية تم تحديد الاختبارات المهارية المناسبة ثم تصميم استبانة خاصة بالاختبارات المهارية وتم توزيعها على السادة الخبراء والمختصين لاختيار الاختبارات الأنسب وتم اختيار الاختبارات المنفق عليها من الخبراء والمختصين.

3-6-1 الاختبارات المهارية الأساسية وشملت:

3-6-2-1 الدرجة:

أسم الاختبار : درجة الكرة بين 5 شواخص المسافة بينهما 2 متر ذهاباً وإياباً⁽¹⁾.

الغرض: قياس درجة الكرة .

الأدوات : 5 شواخص بلاستيكية ساعة توقيت كرات قدم قانونية .

طريقة الأداء : توضع 5شواخص بلاستيكية بحيث تكون المسافة بين واحد واخر (2 متر) وعلى بعد 4.5

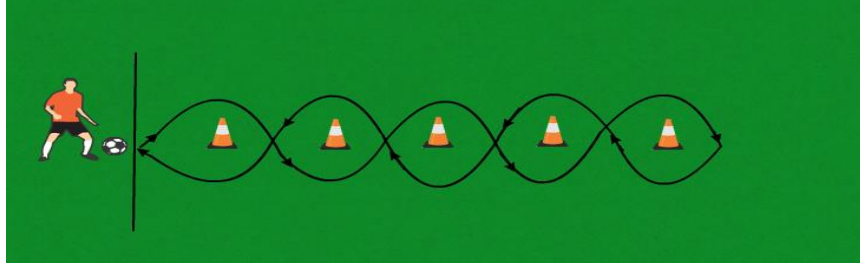
متر من خط البداية ويقوم المختبر بعد سماع إشارة البدء بدرجة الكرة بين الشواخص ذهاباً و إياباً.

الشروط: اذا فقد اللاعب السيطرة على الكرة يعود لإكمال الاختبار من المكان الذي تفقد فيه الكرة . يعطى

لكل لاعب محاولتان .

(¹)عبدالمنعم احمد جاسم الجنابي ؛ اساسيات القياس والاختبار في التربية الرياضية , ط1: (القاهرة , مركز الكتاب للنشر , 2019) ص200 – 201.

طريقة التسجيل : يحسب الزمن الأقل بين المحاولتين .



الشكل (2)

دحرجة الكرة بين 5 شواخص المسافة بينهما 2متر ذهابا وايابا

3-2-6-2 المناولة⁽¹⁾:

أسم الاختبار : اختبار المناولة القصيرة .

الغرض: قياس دقة المناولة.

الأدوات : (6) كرات قدم (16) شاخص ساعة توقيت .

طريقة الأداء : من على بعد (15) م حول نقطة (أ) يوضع شاخصان في كل من النقاط (ب. ج. د. هـ)

والمسافة بينهما (1)م . يوضع على بعد (2)م من نقطة (أ) كرتين مواجهة لكل من النقاط (ب . ج . د . هـ)

يقف اللاعب عند النقطة (أ) وعند اعطاء الإشارة يركض ليضرب أحد الكرتين الموضوعة أمام كل شاخصين

بالقدم اليمنى محاولا إدخالها بين الشاخصين . بعد انتهاء الدورة . يقوم المختبر بالمناولة بالقدم اليسرى

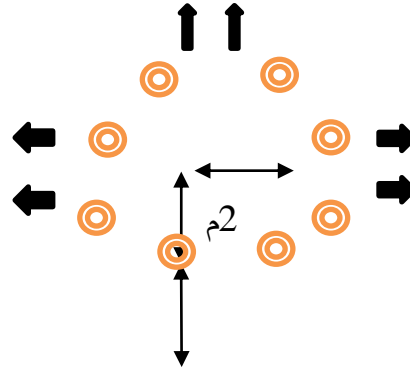
للكرات الأربعة الأخرى . محولا إدخالها بين الشواخص في الدورة الثانية كما في الشكل (4).

طريقة التسجيل :

تعطى لكل لاعب (8 محولات) أربعة بالقدم اليمنى وأربعة بالقدم اليسرى وفي حال دخول الكرة بين

الشاخصين تعطى له درجة واحدة وفي حال عدم إدخالها بين الشاخصين يعطى صفارا . والدرجة الكلية

للاختبار (8) درجات.



⁽¹⁾ زهير قاسم الخشاب و معتز يونس ذنون ؛ كرة القدم مهارات – اختبارات – قانون : (بيروت , المؤسسة اللبنانية للكتاب الاكاديمي , 2014) ص84 .

30 م



الشكل (3)

يوضح اختبار المناولة القصيرة

3-2-6-3 الهدف⁽¹⁾:

أسم الاختبار : اختبار التهديف بالكرة الثابتة من بعد (18) ياردة على هدف مقسم 0

الغرض: قياس دقة التهديف البعيد0

الأدوات : كرات قدم قانونية عدد (10) مرمى كرة قدم قانوني . شريط ملون 0

طريقة الأداء : يقسم الهدف إلى قسمين متساويين وذلك بربط الشريط الملون من منتصف عارضة الهدف . وتوضع الكرة على خط منطقة الجزاء أمام منتصف المرمى . ويبدأ المختبر بالركض من بعد (10) م تقريبا من الكرة . ويقوم بعملية التهديف بحيث تجتاز الكرة خط المرمى وهي مرتفعة عن الأرض . ويكون التهديف بالقدم اليمن في اتجاه جهة اليسار بالنسبة للمختبر ول (5) كرات ثم التهديف بالقدم اليسار وتجاه يمين المختبر ول(5) كرات أيضا.

طريقة التسجيل : تحسب عدد المحاولات الصحيحة من أصل (10) محاولات تهديف الى المرمى .

3-7 خطوات الإجراءات الميدانية:**3-7-1 التجارب الاستطلاعية:**

قام الباحثان بإجراء تجربتين استطلاعتين في أوقات مختلفة ولأغراض مختلفة على مجموعة من اللاعبين من عينة البحث وكانت التجارب على النحو الآتي .

3-7-1-1 التجربة الاستطلاعية الأولى:

قام الباحثان مع فريق العمل المساعد. بإجراء التجربة الاستطلاعية الأولى على (4) لاعبين من عينة البحث وقد أجريت التجربة يوم (السبت) الموافق (2021/3/13) وتم خلالها إجراء الاختبارات المهارية وكان الهدف منها هو:

1- معرفة مدى ملائمة الاختبارات لعينة البحث.

2- معرفة الزمن المستغرق في تطبيق الاختبارات.

3- التأكد من صلاحية الأدوات التي ستستخدم في التجربة الرئيسية.

4- معرفة مدى كفاءة فريق العمل المساعد .

(¹) عبدالله محمد طياوي حمام الجبوري؛ تأثير تمارين بدنية باستخدام نسب مقترحة من الاوزان الاضافية في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبى كرة القدم للشباب : (اطروحة دكتوراه . كلية التربية الرياضية . جامعة الموصل . 2015) ص 113 – 114 .

5- التعرف على المعوقات التي سترافق التجربة الرئيسية.

3-7-1-2 التجربة الاستطلاعية الثانية:

أجريت هذه التجربة يوم (الاثنين) الموافق (2021/3/15) وذلك لتطبيق وحدة تدريبية استطلاعية على

أفراد من عينة البحث وكان الغرض من هذه النتيجة هو التعرف على ما يلي :

1- معرفة مدى الوقت المستغرق عند أداء التمارين.

2- التأكد من شدة التمارين من خلال النبض وتحديد فترات الراحة البدنية .

3- معرفة مدى صلاحية التمارين المستخدمة من الناحية التطبيقية العملي .

4- التعرف على المعوقات والصعوبات التي ترافق التجربة الرئيسية .

3-7-2 الاختبارات القبلية:

أجريت يومي (الأربعاء والخميس) الموافق (2021/3/18-17) وذلك لتحديد مستوى الأداء المهاري

لعينة البحث إذ شملت الاختبارات مهارية (الدرجة، المناولة القصيرة، التهديف) وأجريت هذه الاختبارات في

ملعب نادي الحويجة الرياضي.

3-7-3 أسس وضع تمارين الرشاقة:

قام الباحثان بأعداد تمارين الرشاقة الخاصة لاستخدامها لتطوير أداء بعض المهارات الأساسية

للاعب كرة القدم فئة الشباب وبدأ تنفيذ هذه التمارين يوم (السبت) الموافق (2021/3/20) ولغاية يوم

(الأربعاء) الموافق (2021/5/12) وقد أستغرقت التمارين (8) أسابيع وبواقع ثلاث وحدات تدريبية في

الأسبوع وبلغ عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة.

ملاحظات حول التمارين الرشاقة المستخدمة.

1- تم تنفيذ التمارين في فترة الاعداد الخاص.

2- كان تنفيذ التمارين أيام (السبت. الاثنين. الأربعاء) .

3- تم تنفيذ (24) وحدة تدريبية بوضع (3) وحدات في الأسبوع .

4- أستخدم فيها الشدة العالية من (80-95)%.

5- استخدم تموج الحمل 2/1.

6- كانت مدة التمارين للرشاقة الخاصة (12) تمرين للرشاقة الخاصة بالكرة وبدون كرة.

7- أستخدمت التمارين في الجزء الرئيس من الوحدة التدريبية .

8- بلغ زمن أداء التمرين بين (34,12) الى (51,14) دقيقة .

9- أستخدم الباحثان طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة والتكراري لتطوير تحمل الأداء وتحمل السرعة القصيرة

وبعض المهارات المعتمدة في البحث .

10- تحديد فترات الراحة بين التكرارات والمجاميع من خلال طريقة التدريب المتبعة ومن خلال استخدام النبض كمؤشر بالصفات إلى أخذ بآراء السادة الخبراء والمختصين .

11- تكون زيادة الشدة بزيادة المسافة وتقليل الزمن.

3-7-4 الاختبارات البعدية:

أجريت الاختبارات البعدية لعينة البحث يومي (السبت والأحد) الموافق (15 - 2021/5/16) بعد الانتهاء من تمرينات الرشاقة الخاصة فقد أتبع الباحثان الطريقة نفسها التي أدت بها الاختبارات القبلية.

3-8 الوسائل الإحصائية:

أستخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (spss) لمعالجة النتائج الخاصة التي حصل عليها الباحثان وهي: (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، الوسيط، اختبار (T) لعينات المرتبطة وغير المرتبطة).

4-1 عرض ومناقشة نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهاري للاعبى كرة القدم الشباب:

4-1-1 عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدى لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهاري للاعبى كرة القدم الشباب:

جدول (4)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (sig) في الاختبارات المهاري للاعبى كرة القدم الشباب للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدى .

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدى		قيمة (ت) المحسوبة	قيم (sig)	دلالة المعنوية
		س-	س±	س-	س±			
الدرجة	ثا	16.720	0.987	14.282	0.807	8.025	0.000	معنوي (*)
المناوله	درجة	3.916	0.669	3	0.738	4.022	0.002	معنوي (*)
التهدف	درجة	3.583	0.792	5	0.852	7.340	0.000	معنوي (*)

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة > (0,05)

يتبين من الجدول (4):

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة البحث الضابطة في الاختبارات المهاري للاعبين كرة القدم الشباب (الدرجة . التمريرة . التهديد) ولصالح الاختبار البعدي إذ بلغت قيمة (sig) (0,000 . 0.0020.000) على التوالي وهي اصغر من قيمة (0,05) .

جدول (5)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (sig) في الاختبارات المهاري للاعبين كرة القدم الشباب للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي.

المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (ت) المحسوبة	قيم (sig)	دلالة المعنوية
		س-	ع±	س-	ع±			
الدرجة	ثا	15.506	0.939	13.275	1.078	9.695	0.000	معنوي (*)
المناوله	درجة	3	0.738	4.750	0.753	6.857	0.000	معنوي (*)
التهديد	درجة	3.666	0.887	5.833	1.029	8.023	0.000	معنوي (*)

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة > (0,05)

يتبين من جدول(5):

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية في الاختبارات المهاري للاعبين كرة القدم الشباب (الدرجة . التمريرة . التهديد) ولصالح الاختبار البعدي إذ بلغت قيمة (sig) (0,000 . 0.000.000) على التوالي وهي اصغر من قيمة (0,05) .

4-1-2 مناقشة نتائج الفروق في الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهاري للاعبين كرة القدم الشباب:

- من خلال جداول(4، 5)

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة البحث الضابطة في الاختبارات المهاري للاعبين كرة القدم الشباب (الدرجة . التهديد . المناولة) . لصالح الاختبار البعدي ويعزو الباحثان ان سبب ظهور تلك الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهاري للاعبين كرة القدم الشباب (الدرجة . التمريرة . التهديد) . وجميعها في صالح الاختبارات البعدي إذ يرجع السبب في ذلك التطور بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبارات البعدي لكل من الاختبارات المهاري إلى التدريبات المهاري عند أداء اي مهارة او حركة في اللعب ونتيجة لتقارب التمرينات مع مواقف اللعب الحقيقية.

ويعزو الباحثان هذا التطور إلى الأثر الإيجابي البدني الحاصل لدى مجموعتي البحث بعد تنفيذهما للتدريبات المهاري. إذ كان لتطور المستوى البدني أثر فعال وإيجابي في رفع مستوى أداء المهارات. وقد ذكر في ضوء هذا المجال كل من (محمود. حسن) أن "الإعداد البدني هو الوسيلة التي من خلالها يستطيع لاعب

كرة القدم من أداء واجباته المهارية⁽¹⁾. (وأشار كذلك في هذا المجال (إبراهيم) إلى أن "المهارات الحركية يكون أدائها في حالة إذا كان اللاعب يمتلك مستوى عال من الصفات البدنية المرتبطة بالمهارات. لأن امتلاك اللاعبين للصفات البدنية يجعلهم يؤدون المهارات بدرجة أفضل"⁽²⁾.

وكما هو معروف أن هناك ترابط كبير بين الصفات البدنية والمهارات الأساسية بلعبة كرة القدم وقد تكون صفة بدنية أو مجموعة من الصفات البدنية ومنها الرشاقة تشترك في أداء مهارة معينة في اللعبة ومن أجل إتقان أدائها يحتاج اللاعب إلى تكرار أداء تلك المهارة لمرات عديدة لغرض أداءها بشكل متقن وكل هذا يتطلب مستوى عالٍ من اللياقة البدنية. وأكد ذلك (الحيالي) أن "اللياقة البدنية تعد الحجر الأساس الذي يتم من خلاله أداء مختلف المهارات الأساسية بكرة القدم"⁽³⁾. وأيضاً أكد (عودة) "أن الإعداد البدني هو العمود الفقري الذي يستند إليه؟ كل أنواع الإعداد فلا إعداد مهاري بدون الإعداد البدني"⁽⁴⁾.

وتؤدي اللياقة البدنية الخاصة بلاعبي كرة القدم دوراً كبيراً وأساسياً في رفع وتنمية المستوى المهاري للاعبين وتصل بهم إلى مستوى تحقيق المتطلبات بشكل ناجح وذلك بسبب وجود علاقة وثيقة بين الصفات البدنية والمهارات الأساسية بكرة القدم وكما اتضح ذلك من خلال النتائج التي تم الحصول عليها بعد استخدام التمرينات المهارية باستخدام تمرينات الرشاقة الخاصة بالكرة وبدون الكرة. وهذا الترابط بين كلاً من الصفات البدنية والمهارات الأساسية بكرة القدم قد أكده (البيك) بأن "لعبة كرة القدم تمتاز بكرة مهاراتها وتنوعها فضلاً عن ارتباطها بالعناصر البدنية"⁽⁵⁾. ان التطور في مهارة الدرجة اي من خلال الاداء أن على للاعب يبذل جهد بشدة أعلى من المبذولة في المباريات أثناء الحركة وركل الكرة والانتقال بها من مكان إلى آخر ومن قدم الى الاخرى ومع تقدم وتطور التمرين حصل تطور في انتاج القوة والتطور في الأداء وعند قيام اللاعب باللعب بشدد مساوية لشدة المباراة سيتحول تحمل اللاعب المكتسب من التمرينات إلى قدرة على اللعب لمدة أطول في المباراة وبذلك تطورت مهارة الدرجة وهذا ما اكدته نتائج الاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية.

ويرى الباحثان أن التمريرة عند تنفيذها وفق التمرينات التي وضعها الباحثان أدت الى أن يتمكن اللاعب من ركل الكرة بصورة صحيحة وايصالها الى النقطة المطلوبة لذلك عندما يقوم اللاعب باللعب

(1) غازي صالح محمود , هاشم ياسر حسن؛ كرة القدم التدريب البدني : (عمان, مطبعة مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع , 2013) ص75.

(2) مفتي ابراهيم الحيالي؛ اللياقة البدنية, الطريق الى الصحة والبطولة الرياضية. ط1: (القاهرة, دار الفكر العربي, 2004) ص285.

(3) معن عبد الكريم الحيالي؛ اثر اختلاف اساليب التحكم في الحمل التدريبي في بعض المتغيرات البدنية و المهارية للاعبي كرة القدم الشباب : (اطروحة دكتوراه غير منشورة , كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل , 2007) ص35.

(4) احمد عريبي عودة؛ الاعداد البدني في كرة اليد, ط1: (عمان. مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع, 2014) ص32.

(5) علي فهمي البيك؛ اسس اعداد لاعبي كرة القدم (والالعب الجماعية) : (الاسكندرية. منشأة المعارف, 2008) ص65.

بمستوى تحمل مساوي لشدة المباراة فانه سيحتاج الى مقدار اقل من القوة والجهد وبذلك سيؤدي إلى الاقتصاد بالجهد والطاقة وسيكون متحكماً بشكل جيد وهذا ما ظهر في نتائج الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية. إن مهارة التهديف في كرة القدم تحتاج إلى انتاج قوة لحضية كما في المناولة ولكن التهديف يحتاج الى دقة اكبر مع سرعة في وصول الكرة إلى المرمى وبما أن الدقة تتناسب عكسياً مع القوة وسرعة الكرة وإن أداء تمرينات بتحمل أكبر من المطلوب في المباريات تحتاج ايضا الى انتاج قوة أكبر عند ركلها والذي لم يعتاد عليه اللاعب ومع تقدم التدريب وحدث التكيفات المطلوبة وعند العودة للعب بالشدد الطبيعية سيتطلب من اللاعب بذل جهد أقل أي انتاج قوة أقل من القوة التي كان يتدرب عليها في الوحدات التدريبية وبالتمرينات المقترحة من قبل الباحثان وهذا الاقتصاد بالقوة يمكن أن يتوجه باتجاه الدقة وهذا ما ظهر من نتائج ايجابية في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية.

ويرى الباحثان أن من الأمور المهمة والحاسمة في المباريات هو الجانب المهاري والذي كلما كان متقن كلما زادت فرص الفريق لتحقيق المطلوب ويرتبط الجانب المهاري ارتباطاً وثيقاً بالجانب البدني بحيث كلما زاد مستوى اللياقة البدنية لدى اللاعبين تطور المستوى المهاري وبالتالي إمكانية تحقيق الإنجاز والتفوق في المباريات.

4-1-3 عرض ومناقشة نتائج الفروق بين الاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية للاعبين كرة القدم الشباب:

4-1-3-1 عرض نتائج الفروق بين الاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية للاعبين كرة القدم الشباب:

الجدول (6)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (sig) الاختبارات المهارية للاعبين كرة القدم الشباب (الدرجة. المناولة. التهديف) في الاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .

المتغيرات	وحدة القياس	الضابطة		التجريبية		قيمة (ت) المحسوبة	قيم (sig)	دلالة المعنوية
		س-	±ع	س-	±ع			
الدرجة	ثا	14.282	0.807	13.275	1.078	2.593	0.017	معنوي (*)
المناولة	درجة	3	0.738	4.750	0.753	2.865	0.009	معنوي (*)
التهديف	درجة	5	0.852	5.833	1.029	2.159	0.042	معنوي (*)

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة > (0,05)

يبين في جدول (6):

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار البعدي بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية للاعبين كرة القدم الشباب (الدرجة. التمريضة. التهذيب) ولصالح الاختبار البعدي إذ بلغت قيمة (sig) (0,017 . 0,042 . 0,009) على التوالي وهي اصغر من قيمة (0,05) .

4-1-3-2 مناقشة نتائج الفروق بين الاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبار المهاري للاعبين كرة القدم الشباب:

- من جدول (6) تبين:

وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبار البعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات المهارية للاعبين كرة القدم الشباب (الدرجة. المناولة. التهذيب) ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية. يعزوا الباحثان هذا التفوق للمجموعة التجريبية إلى تمارين الرشاقة الخاصة والتي كانت أكثر حملاً من حيث الشدة والحجم من الحمل المستخدم مع المجموعة الضابطة من عينة البحث. حيث إن استخدام تمارين بأحمال إضافية يؤدي إلى تنمية وتطوير الصفات البدنية ومنها تحمل الأداء وتحمل السرعة القصيرة والذي بدوره يؤدي إلى التطور الإيجابي لمستوى أداء المهارات الأساسية بكرة القدم. وكما أشار إلى ذلك (الربيعي. المولى) بقولهما أن "القوة الناتجة عن التدريب تكون مفيدة ليس فقط في إعطاء تعجيل لكتلة معينة ... بل تكون مفيدة في نقل جسم اللاعب وتحركه من أوضاع مختلفة وإعطاءه القدرة على اتخاذ الوضعيات المناسبة لداء المهارات الفنية"⁽¹⁾. وهذا ما ظهر في المهارات التي تتم دراستها في هذا البحث وبالأخص ما ظهر مع المجموعة التجريبية التي ظهر لديها مستوى أعلى من الصفات البدنية. وينسجم ذلك مع أداء المهارات التي هي مزيج من صفات بدنية وعدة حركات للاعب كرة القدم. وذلك لأن قدرة وكفاءة لاعب كرة القدم تتأثر بمستوى الصفات البدنية التي يمتلكها. وقد أكد (المختار) في هذا المجال أن "المهارات الحركية يكون أداؤها أفضل إذا كان اللاعب يمتلك مستوى عالٍ من الصفات البدنية المرتبطة بالمهارات لأن امتلاك اللاعبين للصفات البدنية يجعلهم يؤدون المهارات بدرجة أفضل"⁽²⁾.

ويرى الباحثان أن أداء المهارات في لعبة كرة القدم يعتمد بالدرجة الأساس القدرات البدنية لغرض تنفيذ تلك المهارات بأعلى مستوى ممكن من قبل اللاعبين. وإن زيادة المجهود البدني في التدريبات بشكل أكبر من ما تتطلبه طبيعة المنافسات سيساعد اللاعب على أداء المهارات بصورة أفضل وذلك لارتباطها الوثيق بالقدرات البدنية. وهذا ما يراه (النعمان) أن "انتقال أثر التدريب من الجانب البدني إلى الجانب المهاري كان له الأثر الكبير في التطور الحاصل في أداء المهارات وارتباط تلك المهارات بالصفات البدنية التي تحتاجها أثناء الأداء"⁽³⁾.

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

(1) كاظم عبد الربيعي. موفق مجيد المولى؛ الإعداد البدني بكرة القدم: (جامعة الموصل. دار الكتب للطباعة والنشر. 1988). ص16.

(2) حنفي المختار؛ مدرب كرة القدم: (القاهرة. دار الفكر العربي. 1980) ص16.

(3) علي زهير صالح النعمان؛ أثر استخدام تدريبات الأثقال والبيومترك على القدرة العضلية وبعض المهارات لدى لاعبي كرة القدم الشباب: (رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الرياضية. جامعة الموصل. 2005) ص103.

- 1- أحدثت تمرينات الرشاقة الخاصة تطوراً ملحوظاً في أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى المجموعة التجريبية.
- 2- إن تمرينات الرشاقة الخاصة وفق التدريب الفترتي مرتفع الشدة والتكراري كان له التأثير الكبير في تطوير أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى المجموعة التجريبية.
- 3- إن شكل ونوع التمرينات للرشاقة الخاصة كان له تأثير إيجابي لتطوير أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم لدى المجموعة التجريبية.

2-5 التوصيات:

- 1- إمكانية استخدام تمرينات الرشاقة الخاصة في تطوير أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الشباب.
- 2- إمكانية اعتماد طريقة التدريب الفترتي المرتفع الشدة والتكراري لتطوير أداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم.
- 3- إجراء بحوث أخرى على فئات عمرية مختلفة وفق متغيرات البحث

المصادر:

- احمد عربي عودة؛ الإعداد البدني في كرة اليد، ط1 : (عمان. مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع, 2014).
- حنفي المختار؛ مدرب كرة القدم: (القاهرة . دار الفكر العربي. 1980).
- زهير قاسم الخشاب و معتز يونس ذنون ؛ كرة القدم مهارات - اختيارات - قانون : (بيروت , المؤسسة اللبنانية للكتاب الاكاديمي , 2014).
- عبدالله محمد طياوي حمام الجبوري؛ تأثير تمارين بدنية باستخدام نسب مقترحة من الاوزان الاضافية في عدد من المتغيرات البدنية والمهارية للاعبين كرة القدم للشباب : (اطروحة دكتوراه . كلية التربية الرياضية . جامعة الموصل . 2015).
- عبدالمنعم احمد جاسم الجنابي ؛ اساسيات القياس والاختبار في التربية الرياضية , ط1: (القاهرة , مركز الكتاب للنشر , 2019).
- عكلة سليمان الحوري . هند سليمان علي ؛ الدليل الى البحث العلمي ومناهجه في العلوم التربوية والنفسية : (القاهرة . مركز الكتاب الحديث للنشر . 2016).
- علي زهير صالح النعمان؛ أثر استخدام تدريبات الأثقال والبيومترك على القدرة العضلية وبعض المهارات لدى لاعبي كرة القدم الشباب: (رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الرياضية. جامعة الموصل. 2005).
- علي فهمي البيك؛ اسس اعداد لاعبي كرة القدم (والالعب الجماعية) : (الاسكندرية. منشأة المعارف, 2008).
- غازي صالح محمود , هاشم ياسر حسن؛ كرة القدم التدريب البدني : (عمان, مطبعة مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع , 2013).
- قاسم حسن حسين ؛ اسس التدريب الرياضي . ط1: (عمان دار الفكر العربي للطباعة والنشر . 1998).
- كاظم عبد الربيعي . موفق مجيد المولى؛ الإعداد البدني بكرة القدم : (جامعة الموصل. دار الكتب للطباعة والنشر . 1988).
- محمد حسن علاوي ؛ اختيارات الاداء الحركي . ط1 : (القاهرة. دار الفكر العربي. 1994).
- معن عبد الكريم الحيايلى؛ اثر اختلاف اساليب التحكم في الحمل التدريبي في بعض المتغيرات البدنية و المهارية للاعبين كرة القدم الشباب: (اطروحة دكتوراه غير منشورة , كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل , 2007).
- مفتي ابراهيم الحيايلى؛ اللياقة البدنية. الطريق الى الصحة والبطولة الرياضية. ط1 : (القاهرة, دار الفكر العربي, 2004).
- مفتي ابراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي للناشئين والمدرب الناجح : (القاهرة . دار الكتب الحديث . 2010).
- مفتي ابراهيم حماد ؛ الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم : (القاهرة . دار الفكر العربي . 1994).
- هاشم درويش جبرائيل؛ تأثير تمرينات في مراكز اللعب المختلفة على بعض القدرات البدنية والتوافقية وتحمل الاداء للاعبين كرة القدم المتقدمين: (اطروحة دكتوراه غير منشورة. جامعة الانبار. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. 2016).
- Ahmed Oreibi; Physical preparation in handball, i 1: (Amman. The Arab Society Library for Publishing and Distribution, 2014).
- Hanafi Mukhtar; Football coach: (Cairo. Arab Thought House. 1980).

- **Zuhair Qassem Al-Khashab and Moataz Younes Thanoun; Football Skills - Tests - Law: (Beirut, Lebanese Academic Book Foundation, 2014).**
- **Abdullah Muhammad Tiawi Hamam al-Jubouri; The effect of suggested physical exercises suggested by Asian weights on a number of sports and skill variables for youth soccer players: (PhD thesis. College of Physical Education. University of Mosul. 2015).**
- **Abdel Moneim Ahmed Jassim Al Janabi; Basics of Measurement and Testing in Physical Education, 1st Edition: (Cairo, Al-Kitab Center for Publishing, 2019).**
- **Oklah Suleiman Hourri. Hind Suleiman Ali; The Guide to Scientific Research and its Methods in Educational and Psychological Sciences: (Cairo. Modern Book Center for Publishing. 2016).**
- **Ali Zuhair Saleh Al-Numan; The effect of using weight training and plyometrics on muscular ability and some skills of young football players: (Unpublished Master's Thesis, College of Physical Education, University of Mosul. 2005).**
- **Ali Fahmy Al-Baik; The foundations of preparing football players (and team games): (Alexandria. Mansha'at al-Maaref, 2008).**
- **Ghazi Saleh Mahmoud, Hashem Yasser Hassan; Football physical training: (Oman, Arab Society Library Press for Publishing and Distribution, 2013).**
- **Qasim Hassan Hussein; Basics of athletic training. i 1: (Amman Dar Al-Fikr Al-Arabi for Printing and Publishing. 1998).**
- **Kazem Abdel-Rabee. Mowaffaq Majeed Al-Mawla; Physical preparation in football: (University of Mosul. Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.1988).**
- **Muhammad Hassan Allawi; Motor performance tests. 1st floor: (Cairo. Arab Thought House. 1994).**
- **Maen Abdul Karim Al-Hayali; The effect of different methods of controlling the training load on some physical and skill variables for young football players: (unpublished doctoral thesis, College of Physical Education / University of Mosul, 2007).**
- **Mufti Ibrahim Al-Hayali; Fitness, the way to health and sports championship. 1st floor: (Cairo, Arab Thought House, 2004).**
- **Mufti Ibrahim Hammad; Sports Training for Juniors and the Successful Coach: (Cairo. Modern Book House. 2010).**
- **Mufti Ibrahim Hammad; Defense to build attack in football: (Cairo. Arab Thought House. 1994).**
- **Hashem Darwish Gabriel; The effect of exercises in different playing centers on some of the physical abilities, coordination and performance endurance of advanced football players: (unpublished doctoral thesis. University of Anbar. College of Physical Education and Sports Sciences. 2016).**



Strategic planning and its relationship to administrative creativity among members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region - Iraq

Hemn H. Kareem^{1*}

Abdul-Wadud A. Al-Zubaidi¹

Ahmed Kamal Nassari²

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

2- South Valley Univ. /Egypt

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.38>

Article info.

Article history:

-Received: 12/4/2021

-Accepted: 7/7/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- Strategic planning
- administrative creativity
- administrative bodies
- sports clubs
- Kurdistan Region

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

Abstract

The research aims to ;

- Building a measure of strategic planning for members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq .
- Building a measure of administrative creativity for members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq .
- Knowing its level and the direction of the relationship between strategic planning and administrative creativity among members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq

The researchers assumed :

- There is no relationship between strategic planning and administrative creativity among members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq .

The researchers used the descriptive approach in the method of relational relations for its suitability and the nature of the research. The research community included (672) members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq, numbering (96) clubs, as it included the governorates of (Sulaymaniyah , Erbil, Kirkuk, Dohuk) in the latest statistics for the year (2019-2020). The research sample included (576) members of the administrative bodies of clubs in the Kurdistan Region of Iraq, which are respectively the construction sample (288), the stability sample (30), the exploratory experience (30) members, (192) members of the application, and (36) who were excluded for various reasons. The researchers used statistical methods (arithmetic mean, standard deviation, mode, T-test for two independent samples, Pearson correlation coefficient, Spearman Brown coefficient).

The researchers concluded, including:

- 1- Members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan region of Iraq enjoy the tribe of strategic planning, cultural intelligence and administrative creativity, with rates higher than the assumed averages.

* Corresponding Author: hemnhoshear@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

التخطيط الإستراتيجي وعلاقته بالإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية للأندية

الرياضية في إقليم كردستان - العراق

هيمن هوشيار كريم أ.د. عبدالودود أحمد الخطاب

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

أ.د. أحمد كمال نصاري

جامعة جنوب الوادي - كلية التربية الرياضية جمهورية مصر العربية

الخلاصة:

يهدف البحث الى :

- بناء مقياس التخطيط الاستراتيجي لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق .

- بناء مقياس الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق .

- التعرف على درجة واتجاه العلق بين التخطيط الاستراتيجي و الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية لاندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق .
افترض الباحثون:

- لا توجد علاقة بين التخطيط الاستراتيجي و الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق .

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته وطبيعة البحث اشتمل مجتمع البحث (٦٧٢) اعضاء الهيئات الادارية للاندية الرياضية في اقليم كردستان العراق وعددها (٩٦) نادياً اذ شملت محافظات (السليمانية ، اربيل ، كركوك ، دهوك) في اخر احصائيات لسنة (٢٠١٩ . ٢٠٢٠)، اشتملت عينة البحث على (576) عضواً من أعضاء الهيئات الإدارية للأندية في إقليم كردستان - العراق وبنسبة (٨٥,٧١٪) من المجتمع البحث الكلي ، وهي على التوالي عينة البناء (٢٨٨) وعينة الثبات (٣٠) والتجربة الاستطلاعية (30) عضواً و(١٩٢) عضواً للتطبيق و (٣٦) المستبعدون لأسباب مختلفة. واستخدم الباحثون الوسائل الاحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، المنوال ، اختبار التائي لعينتين المستقلتين ، معامل الارتباط بيرسون ، معامل سيرمان براون) واستنتج الباحثون ومنها :

1. يتمتع اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في اقليم كردستان العراق بقابلية التخطيط الإستراتيجي والذكاء الثقافي والإبداع الإداري وبمعدلات اعلى من المتوسطات الفرضية .

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- التخطيط الاستراتيجي
- الابداع الإداري
- الهيئات الادارية
- الاندية الرياضية
- اقليم كردستان

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث:

تعد الإدارة من الأهمية بالشكل الذي يمكن وصفها بأنها المتنافس للمؤسسات والمنظمات والمجتمعات التي تبحث عن النجاح والبقاء في عالم يتصف بشدة الصراع بين مكوناته من أجل الإستغلال الأمثل لجميع

الموارد البشرية ، المادية ، المالية ، المعلوماتية، والرياضية) المتاحة من خلال إختيار أحد الأساليب الإدارية الناجحة مثل (التخطيط ، التنظيم ، التوجيه ، الرقابة) بأكمل وجه وتنفيذ مهام المؤسسة عن طريق أنشطتها مثل (إدارة الفعاليات و الأنشطة الرياضية ، إدارة الموارد البشرية ، الإدارة المالية) والمساندة (إدارة البحث والتطوير، إدارة العلاقات الرياضية ، إدارة المعلومات ، إدارة الجودة الشاملة) وغيرها من الأنشطة التي تسعى جميعها إلى تحقيق أهداف ورسالة المؤسسة بأقصى درجات الكفاءة والفاعلية⁽¹⁾

و الإدارة علماً من أهم العلوم التي تحتل مكانه رفيعة في الدول المتقدمة، وتزداد أهميتها بزيادة الأعمال والحاجات في مجال الأنشطة البشرية واتساعها مما يتطلب تنظيمياً وفهماً دقيقاً لهذه الأعمال حتى يمكن إنجازها بأقل جهد وأسرع وقت وبأكبر كفاءة ممكنة. والإدارة أصبحت دعامة أساسية وعملية رئيسية تعتمد عليها الهيئات والكوادر الإدارية في تحقيق أهدافها في مختلف الأنشطة الاقتصادية ، والاجتماعية والعسكرية والتعليمية والحكومية لتشبع الحاجات الجماعية والفردية وتزود الجهد الإنساني بالفاعلية اللازمة لصنع التقدم الاجتماعي وتحقيق الرفاهية الإنسانية ، مستندة في ذلك على الدعامات القانونية والأسس العلمية والخبرات المرتبطة بالعمل الإداري⁽¹⁾ .

تواجه الأندية الرياضية في العراق ومنها إقليم كردستان حالات من التغيرات الإدارية خلال فترات العمل الطبيعية لعدة أسباب منها التغيرات التي تطرأ على القوانين والأنظمة والمتغيرات الصحية ما حصل في انتشار جائحة كورونا (كوفيد - 19) ، ومنها ظروف إدارية وانتخابية تجري كل اربع سنوات حسب قانون الأندية والاتحادات الرياضية والذي يحتم إجراء انتخابات جديدة لتمثيل الأندية من قبل أعضاء جدد يفترض ان يتمتعوا بمواصفات إدارية وقيادية أفضل ممن سبقوهم وقد تركزت بعض هذه المواصفات على تطوير القيادات الإدارية و التخطيطية والتنظيمية فالتغيير المطلوب اجراؤه يجب أن يكون على أسس ومعايير علمية و إدارية وتشكل المعرفة وطريقة استثمارها وإدارتها حلقة التحول الاستراتيجية والفاعلة في هذه المؤسسات الرياضية كما أن الفكر والمعرفة المتجددة والمبتكرة تفرض التغيير الذي حددته القوانين كل أربع سنوات وهو من أهم وسائل نجاح الأندية الرياضية.

يعد التخطيط الاستراتيجي الرياضي في حالة تطور مستمرة شأنها شأن أنواع المعرفة المرتبطة بالعلوم الرياضية الاخرى كافة مما يفرض على الأندية الرياضية ايجاد واستخدام سبل اتصال متطورة للوصول

⁽¹⁾ حسين حريم ؛ مبادئ الإدارة الحديثة، النظريات، العمليات الادارية، وظائف المنظمة ، دار الحامد للنشر والتوزيع ،عمان، الاردن، 2009، ص27.

⁽¹⁾ حسين حريم ؛ المصدر السابق، 2009، ص27.

الى الاداء الامثل في عمل هذه المؤسسات الرياضية، التي هي في طبيعة الحال تعمل على تطبيق التخطيط الاستراتيجي الذي رسمته هي لنفسها ، وتتشأ في إطاره وتتزود من مناهله ومصادره المختلفة، وإن إمكانية التطور تعتمد كتحصيل حاصل على التفاعل مع كل ما هو جديد و متطور ومن المعلوم أن الجانب الإداري والنفسي لم يأخذ فرصته الحقيقية في الأندية الرياضية من حيث الدراسات و البحوث كما أخذته بقية المتغيرات البدنية و المهارية و الخططية التي تهتم بالجانب الفني فقط ونظرا لكون الإبداع الإداري أحد الركائز الأساسية لكل عمل رياضي ولكونه من المجالات التي تعمل على زيادة المعرفة وإعطاء أفكار⁽²⁾، و معلومات صحيحة موضوعية مدروسة للرياضي والإداري حيث ظهرت في السنوات الأخيرة الحاجة الماسة إلى ربط تلك المتغيرات الإدارية والنفسية كالإبداع الإداري و الذكاء الثقافي والتخطيط المستقبلي والتنظيم والتوجيه واتخاذ القرار و الرقابة والتقييم كعناصر ممثلة للإدارة الرياضية، ويعد الإبداع الإداري واحدا من أهم العناصر التي يتنبأ من خلالها بتحقيق النجاحات في البطولات واعتلاء منصات التتويج، ولعل خدمة هذه العناصر في المجال الرياضي هو في تحقيق أكبر قدر ممكن من الطموحات الفردية والجماعية وخلق روح التماسك والتعاون بين الأعضاء⁽¹⁾.

نظرا لكون التخطيط الاستراتيجي من أحد أهم المفاهيم الحديثة وأداة فعالة لتحقيق أهداف طويلة الأمد عليه يمكن للمؤسسات الرياضية والأندية الخاصة تحديد قدراتها الحالية ورسم رؤيتها المستقبلية، ربما يضمن لها النجاح⁽²⁾ ، وبما اننا في عالم سريع التغير والتطور في جميع المجالات الحياة بصورة عامة و المجال الرياضي بصورة خاصة ، عليه يجب ان تواكب الاندية الرياضية التخطيط السليم للمستقبل الذي تقوم به المؤسسات الرياضي ، اما اهمية البحث فتتجلى في معالجة القصور او النقص في الدراسات التي تناولت الجوانب التخطيط الاستراتيجي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية لأندية إقليم كردستان - العراق اذ ذهبت اكثر الدراسات الى تناول الجوانب الفنية والبدنية و المهارية او التطبيقية و الخططية ، والتخطيط الاستراتيجي اصبح عصب الاندية الرياضية المتقدمة عالمياً لأن عشوائية في التخطيط لم تعد تنفع في عالم الاحتراف والتطور والتكنولوجيا المتقدمة وفي هذا الصدد اراد الباحثون الوقوف على حقيقة مهمة وهي التعرف على مستوى التخطيط الاستراتيجي وعلاقته بالأبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية لأندية إقليم كردستان - العراق ، والتعرف على العلاقة بين هذه المتغيرات ككل و كمجالات مع بعضها البعض .

٢.١ مشكلة البحث:

(2) عبدالغني نعمان و لطيفة عبدالله شرف الدين ؛ الإدارة الرياضية ، (مكتبة الثقافة والاعلام ، البحرين ، ٢٠١٠) ، ص ٩٤ .

(1) عبدالغني نعمان و لطيفة عبدالله شرف الدين ؛ المصدر السابق ، ٢٠١٠ ، ص ٩٤ .

(2) موفق محمد الضمور؛ واقع التخطيط الاستراتيجي للموارد البشرية في القطاع العامة، رسالة الدكتوراه ،الأكاديمية العربية للعلوم،الأردن ،٢٠١٠، ص ٢ .

من الملاحظ ان التخطيط الاستراتيجي يتجدد باستمرار كون الرياضة في تطور مستمر والانجاز الرياضي يتصاعد مع تصاعد هذا التخطيط وتنوعه واعتماده وتطبيقاته العملية وعليه لابد من الوقوف على كل الجوانب المحيطة بالعمل الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في إقليم كردستان ومن خلال خبرتي لاعباً و عضوا اداريا في الاندية الرياضية لاحظ الباحثون بأن التخطيط الاستراتيجي في المؤسسات والأندية الرياضية لا يواكب التطور الذي يحصل بالعالم وقد يكون ذلك سبباً في تحقيق الأهداف و الإنجازات ، ومن المعروف رؤساء و اعضاء الهيئات الادارية يصدرن القرارات دون العودة الى المستشارون واصحاب الخبرة وهم بذلك يبتعدون عن الإبداع الإداري الذي يمتلكه اصحاب الخبرة وخاصة المستشارون .

إن معظم المؤسسات والأندية والهيئات الرياضية تدار تحت إشراف رؤساء و أعضاء و أشخاص عن طريق خبراتهم السابقة وتعاملاتهم الشخصية الذي جمعوا معلوماتهم و خبراتهم وقدراتهم في ظروف غير الظروف الحالية والتي لم تعد تواكب المستجدات العلمية على جميع الأصعدة كما أن هذه المعلومات و الخبرات لم تعد كافية في الوقت الحالي ، وعليهم تجديد وتحديث المعلومات والخبرات عن طريق القراءة المتواصلة للكتب و البحوث التي تتناول المواضيع الإدارية و الثقافية الحديثة و خاصة في مجال الإبداع الإداري و التخطيط والتنظيم ، و بهذا يستطيعون تحقيق تقدم كبير في هذا المجال إذا ربطوا أبحاثهم العلمية بالنظريات والقوانين العلمية و العملية وهذا ما نطلق عليه بتزاوج العلم والخبرة ويمكن تلخيص نقاط الضعف الأندية و المؤسسات الرياضية بما يأتي :

-التخطيط الاستراتيجي المتبع في اندية اقليم كردستان - العراق لم يعد يواكب التخطيط المتبع في الاندية المتقدمة عالمياً .

- قلة الدراسات التي تناولت الإبداع الإداري لأعضاء الهيئات الادارية للإندية اقليم كردستان - العراق .

ومن خلال ذلك فإن الباحث يرى أن مشكلة البحث تكمن في الاجابة عن التساؤل الاتي:

هل إن التخطيط الاستراتيجي لها علاقة إيجابية مع الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق وإلى أي مدى ستكون حدودها واتجاهاتها .

١ . ٣ اهداف البحث:

- التعرف على درجة التخطيط الاستراتيجي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان- العراق

- التعرف على درجة واتجاه العلاقة بين التخطيط الاستراتيجي و الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية لاندية الرياضية في إقليم كردستان -العراق .

1. ٤ فرضيات البحث:

-لا توجد علاقة بين التخطيط الاستراتيجي و الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق.

١. ٥ مجالات البحث:

١. ٥. ١ المجال البشري: أعضاء الهيئات الإدارية للأندية إقليم كردستان العراق للموسم الرياضي 2019-2020.

١. ٥. ٢ المجال الزمني : الفترة من 2021/01/15 لغاية 2021/02/28 .

١. ٥. ٣ المجال المكاني : مقرات الاندية الرياضية في إقليم كردستان العراق .

٣. اجراءات البحث :

3. ١ منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملاءمته وطبيعة البحث.

3. ٢ مجتمع البحث وعيناته:

اشتمل مجتمع البحث (٦٧٢) * اعضاء الهيئات الادارية للاندية الرياضية في اقليم كردستان وعددها (٩٦) نادياً اذ شملت محافظات (السليمانية ، اربيل ، كركوك ، دهوك) في اخر احصائيات لسنة (٢٠١٩) ٢٠٢٠.

الجدول (1)

تفاصيل مجتمع البحث وعدد الاندية وعدد الاعضاء والنسبة المئوية

ت	المحافظة	عدد الاندية	عدد الاعضاء	النسبة المئوية
١	محافظة السليمانية	٣٥	٢٤٥	36,46%
٢	محافظة اربيل	٣٣	٢٣١	34,38%
٣	محافظة كركوك	١٥	١٠٥	15,62%
٤	محافظة دهوك	١٣	٩١	13,54%
	المجموع	٩٦	٦٧٢	١٠٠%

3. ٣ أدوات البحث:**- مقياس التخطيط الاستراتيجي:**

اعتمد الباحثون على مقياس التخطيط الاستراتيجي والذي تم بناءه من قبل الباحث (هيمان هوشيار ، 2021) والمكون من (42) فقرة وتكون الإجابة عنه من خلال اختيار بديل واحد من

* تم الحصول على عدد الاندية و اعضاء الهيئات الادارية الاندية اقليم كردستان العراق من مديرية العامة للرياضة من وزارة الثقافة والشباب ولجنة الاولمبية في كردستان العراق .

خمسة بدائل وهي (تنطبق دائماً ، تنطبق كثيراً، تنطبق احياناً، تنطبق قليلاً ، لا تنطبق ابداً) ، اذ تعطى لها الدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي وعكسها بالنسبة لل فقرات السلبية وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (210 , 126 , 42).

- مقياس الابداع الاداري :

اعتمد الباحثون على مقياس التخطيط الاستراتيجي والذي تم بناءه من قبل الباحث (هيمن هوشيار ، 2021) والمكون من (39) فقرة ، وتكون الإجابة عنه من خلال اختيار بديل واحد من خمسة بدائل وهي (تنطبق دائماً ، تنطبق كثيراً، تنطبق احياناً، تنطبق قليلاً ، لا تنطبق ابداً) ، اذ تعطى لها الدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي وعكسها بالنسبة لل فقرات السلبية وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (195 , 117 , 39).

3-3-3 صدق المقياسين :

للتحقق من صدق المحاور والفقرات وصلاحياتها في قياس ما وضعت من اجله عرضت المحاور والفقرات على مجموعة من السادة الخبراء المتخصصين لغرض الحكم على صلاحيتها .

3-3-4 ثبات المقياسين :

وهناك عدة طرائق لحساب الثبات اعتمد الباحثون على : -

- طريقة التجزئة النصفية :

إن هذه الطريقة تعتمد على تجزئة الاختبار إلى جزأين ، الجزء الأول يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية ، والجزء الثاني يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية ، إذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين الدرجات المشار إليها أعلاه لمقياس التخطيط الاستراتيجي والذي بلغ (0,894) ، إلا إن هذه الطريقة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا يجب أن يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل ، وقد قام الباحثون باستخدام معادلة (سبيرمان_براون) بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك اصبح ثبات المقياس (0,927) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه ، وكان الثبات لمقياس الابداع الاداري والبالغ (0,940)، وقد استخدم معادلة (سبيرمان - براون) بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك اصبح ثبات المقياس (0,912) هو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

3. 4 التطبيق النهائي لادوات البحث .

قام الباحثون بتطبيق ادوات البحث بصيغتها النهائية على عينة التطبيق البحث المكونة من (192) عضوا من الاعضاء الهيئات الادارية للنادية إقليم- كوردستان من خلال اعطاء المستجيب ادوات البحث

الثلاثة دفعة واحدة وتوضيح التعليمات الخاصة بطريق الاجابة على كل الفقرات وبما يتناسب مع المستجيب فضلاً عن صدق وسرية الاجابة وانها تستخدم لاغراض البحث العلمي فقط . وقد بلغت مدة التطبيق النهائي من.

(2021/2 /07) الى (2021/2/23) وبمدة (18-20) وبمعدل (19) دقيقة لكل فرد .

3 . 5 الوسائل الاحصائية :

تحقيقاً لأغراض البحث الحالي استخدمت الوسائل الاحصائية ذات العلاقة لموضوع بحثنا لتحقيق اهدافه وفرضياته وتم حسابها باستخدام البرنامج الحاسوب الالي (spss) وهي:-

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- اختبار التائي للعينتين المستقلتين .
- معامل الارتباط بيرسون .
- معامل سبيرمان براون .

4. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

من أجل تحقيق اهداف البحث الحالي ، تم تطبيق ادوات البحث على عينة التطبيق وهم اعضاء الهيئات الإدارية للنادية الرياضية في اقليم كردستان العراق ، وكما يلي :

التعرف على درجة العلاقة بين التخطيط الاستراتيجي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للنادية إقليم كردستان العراق ، ولغرض التعرف على المستوى التخطيط الاستراتيجي والإبداع الإداري تم تطبيق المقاييس الثلاثة بصورتها النهائية على عينة التطبيق للدراسة البالغ عددها (192) وبعد تحليل استجابتهم في ضوء بدائل الاجابة لكل المقياس تبين ان المتوسط الحسابي للتخطيط الإستراتيجي بلغ (132,66) وبأنحراف المعياري (15,745) درجة والمتوسط و المتوسط الحسابي للإبداع الإداري بلغ (122,708) و بأنحراف المعياري (12,816) درجة، و عند مقارنة كل من المتوسطات اعلاه بالمتوسطات الفرضية^(*) (126 ، 117) باستخدام الاختبار التائي اتضح من الجدول(2) ان القيمة التائية المحسوبة للتخطيط الإستراتيجي (5,858) ، وقيمة التائية المحسوبة للإبداع الاداري (6,171)وهي اكبر من القيمة الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطين ولصالح الوسط الحسابي وهذه النتيجة تشير الى ان تبين لديهم مستوى مرتفع في التخطيط الإستراتيجي والابداع الاداري وكما مبين :

^(*) تم إيجاد الوسط الفرضي للمقياس عن طريق حاصل ضرب عدد الفقرات في مجموع أوزان البدائل مقسوماً على عدد البدائل.

الجدول (2)

يبين نتائج الاختبار التائي للفرق بين المتوسطات الحسابية والمتوسطات الفرضية لمستوى التخطيط الإستراتيجي و الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق

ت	المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة التائية المحسوبة	(t) الجدولية	مستوى الدلالة (Sig)
1	التخطيط الإستراتيجي	192	132,66	15,745	١٢٦	5,858	1,655	0,000
2	الإبداع الإداري	192	122,708	12,816	١١٧	6,171	1,655	0,000

يبين الجدول (2) اعلاه ان القيمة التائية لمتغيرات البحث على التوالي وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية (1,655) وعند مقارنة نتائج (sig) عند مستوى الدلالة (0,05) كانت الفروقات دالة ايضاً ، ويعزو الباحثون هذه النتيجة الى طبيعة التغيرات البيئة والتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية و التي يشهدها اقليم كردستان في هذه المرحلة الراهنة والتي انعكست على اساليب التنشئة والعلاقات الاجتماعية و التي اعطت للاعضاء الهيئات الادارية هامشاً كبيراً من الثقافة والحرية والاستقلالية والتفرد الشخصي و التفكير المنطقي والواقعي هذا فضلاً عن القدرة على تحقيق اهدافه واتخاذ قراراته وعلاقاته بمجتمع .

ويرى الباحثون ان سبب حصول اعضاء الهيئات الإدارية على مستوى مرتفع في التخطيط هو وجود الحاجات الاساسية و الرغبات متنوعة والدراسات الواسعة والمهارات المختلفة و الاطلاع على العلوم الاخرى، من حيث التخطيط ومقارنتها بالمجتمع الحالي والسابق ، و يرون ان مكان مناسب لاستخدامها وتفعيلها هو مجال التدريب والتعليم والممارسة والقراءة والعمل في الأندية المؤسسة الرياضية ، و ان الخبرة التي يمتلكها اعضاء الهيئات الإدارية توفر بيئة سليمة وصحيحة لممارسة هذه المهارات و امكانية التعبير عن ما في داخلهم من اراء ومعلومات والمحصلة النهائية تصب في مصلحة العمل الإداري والاداء الفعلي للمنتسبين، و يعد هذه نتيجة طبيعية لكل هذه الخبرات والحاجات هذا فضلاً عن التفاني في اعطاء افضل ما يمكن من جهود لذا جاءت نتائجهم إيجابية ، ان كل هذه الخصائص ادت الى نتائج ايجابية و هي تدل على امكانية اعضاء الهيئات الإدارية في اقليم كردستان- العراق في فهم الذات والشخصية الإدارية و الرياضية وتاكيدهما وخلق جو تنظيمي و ايجابي تمارس بها اعضاء الهيئات الإدارية بدرجة عالية من الجهد وتحقيق رغبات الشخصية الرياضية التي تنعكس على اللاعبين وبالتالي يؤدي الى تحقيق اهداف المراد وصولها^(١).

(١) الن جي روي؛ النكأ الإبداعى الامكانات والقدرات، ترجمة عادل محمود رشي ونعيم حافظ ابو جمعة ، المنظمة العربية للتنمية الادارية بحوث ودراسات، ط 2 ، القاهرة ، 2008، ص8.

اما ارتفاع مستوى الابداع الاداري لدى اعضاء الهيئات الادارية ، فيعزو الباحثون الى ان اغلبية اعضاء هم من اصحاب الخبرة ومن حملة الشهادات وهناك بعض منهم من لعب للنادي عدة سنوات وهناك من سبق انه مارس التحكيم والتدريب كل ذلك يتزامن مع نهضة كبيرة في الاندية بشكل عام على اساس أن تطوير ملاكات البشرية و اعدادها الاعداد السليم للتنبؤ بالحصول على المناصب الادارية القيادية في الاندية من جهة ومن جهة اخرى فأن وجود عنصر المنافسة بين اعضاء الهيئات الادارية ، اذ يطمح كل منهم ان يكون هو الأكثر ابداعا من الاخرين ولكي لا يدع الفرصة للاخرين لاستبعاده في الانتخابات القادمة⁽¹⁾.

اما التعرف على نوع العلاقة بين التخطيط الإستراتيجي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للاندية الرياضية في إقليم كردستان العراق ، وكما في الجدول (3) ادناه .

الجدول(3)

يبين علاقة الارتباط (r) بين التخطيط الإستراتيجي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للاندية

إقليم كردستان العراق

ت	المتغيرات	العينة	قيمة (r) المحسوبة	قيمة(r) الجدولية	مستوى الدلالة (sig)
1	التخطيط الإستراتيجي	192	0,563	0,147	0,000
2	الإبداع الإداري				

يبين الجدول (3) ان دلالة الارتباط (r) يبين التخطيط الإستراتيجي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للاندية إقليم كردستان العراق كانت(0,563) وهي علاقة ذات دلالة معنوية عند مقارنتها بقيمة (r) الجدولية (0,147) ويعزو الباحثون ذلك إلى ان كل من التخطيط الإستراتيجي والإبداع الإداري مهارتين ايجابيتين تتميز فيها الاندية والمؤسسات الرياضية التي تتسم بالدراسة والممارسة والتدريب ، لذا فأن التخطيط الإستراتيجي له تأثيرات واضحة و عديدة في مستقبل كل المؤسسة والاندية الرياضية ، ويأتي ذلك من خلال وفحص وتعقب البيئة المحيطة سواء كانت داخلية او خارجية و التنبؤ والتحليل والتفسير المنطقي والدقيق ، وكذلك رصد وتحديد الفرص والمشاكل التي تواجه المؤسسة .

ان التخطيط الناجح يحتاج الى المتابعة بدءاً من الماضي و انتهاءً بالتنبؤ للمستقبل مروراً بالاعداد والتدريب والتطوير لكل مفاصل وحلقات العمل بالأندية ويتحقق ذلك من خلال امكانيات المؤسسة في توفير الموارد اللازمة التي تساعد الادارة العليا على تنفيذ خططها و التغذية الراجعة و التركيز نحو الواجبات الاساسية من خلال توزيع الادوار بين اعضاء الهيئة الادارية في النادي ، و يرى الباحثون ان عملية التخطيط الاستراتيجي الناجح وتركيز الانتباه على الاداء من الخصائص الإدارية والعلمية المرتبطة بالفكر الإبداعي

(1) ابراهيم رمضان الديب؛ استراتيجيات الابداع والابتكار ، مجلة التدريب والتقنية ، العدد(106)، الرياض ، السعودية، 2007، ص33.

و العقل المبدع ، وهي اساس العلاقة التي تشير الى وجود الارتباط بين التخطيط الإستراتيجي والإبداع الإداري. اي ان التخطيط الاستراتيجي الناجح يؤدي الى تحسين ورفع قدرة اعضاء الهيئات الإدارية للتفكير والاداء بشكل احترافي واجراء ابداعات في المجالات المختلفة داخل المؤسسة ، ان ذلك يتوقف الى حد كبير على درجة توفير الامكانيات التي توازن ما بين النهوض بعملية التخطيط ومن جهة وبين التطور الفني الذي يصاحب مستوى الاندية الرياضية من جهة اخرى وتوفير الفرص بذلك كلما سمح الوقت ⁽¹⁾.

5. الاستنتاجات والتوصيات:

5. 1 الاستنتاجات :

استنتج الباحثون ما يأتي:

1. يتمتع اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في اقليم كردستان العراق بقبيلة التخطيط الإستراتيجي والإبداع الإداري وبمعدلات اعلى من المتوسطات الفرضية .
2. يرتبط التخطيط الاستراتيجي معنوياً بالإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان- العراق .

5. 2 التوصيات :

1. فتح دورات تطويرية لأعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق في متغيرات التخطيط الاستراتيجي والذكاء الثقافي والأبداع الإداري لمواكبة التطورات الحاصلة على هذا الصعيد في المؤسسات الرياضية و خاصة الاندية .
2. إجراء مزيد من الدراسات بين المتغيرات البحث الحالي والمتغيرات الأخرى التي لها علاقة بتطوير اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق كالمسلمات الشخصية والروح الرياضية والقيم الرياضية والمزاج وغيرها.

المصادر :

- ابراهيم رمضان الديب ؛ استراتيجيات الابداع والابتكار ، مجلة التدريب والتقنية ، العدد(106)،الرياض ، السعودية،2007.
- الن جي روي؛ الذكاء الابداعي الامكانيات والقدرات، ترجمة عادل محمود رشي ونعيم حافظ ابو جمعة ،المنظمة العربية للتنمية الادارية بحوث ودراسات، ط 2 ، القاهرة ،2008.
- حسين حريم ؛ مبادئ الادارة الحديثة ،النظريات ،العمليات الادارية ،وظائف المنظمة ، دار الحامد للنشر والتوزيع ،عمان، الاردن،2009

⁽¹⁾ ابراهيم رمضان الديب، مصدر السابق نفسه ، ص34.

- عبدالغني نعمان و لطيفة عبدالله شرف الدين ؛ الادارة الرياضية ، البحرين ، مكتبة الثقافة والاعلام، ٢٠١٠ .
- موفق محمد الضمور؛ واقع التخطيط الاستراتيجي للموارد البشرية في القطاع العامة، رسالة الدكتوراه، الاكاديمية العربية للعلوم، الاردن، ٢٠١٠ .

Source:

- Ibrahim Ramadan Al diyb ; Strategies for Creativity and Innovation, Training and Technology Journal, Issue (106), Riyadh, Saudi Arabia, 2007.
- Alan J Roy Creative Intelligence, Potentials and Capabilities, translated by Adel mahmud rashid and naeima Hafez Abu Jumaa, Arab Organization for Administrative Development Research and Studies, Cairo, 2008.
- Abdul Ghani Numan and Latifa Abdullah Sharaf Al Din: Sports Administration, - Bahrain, Culture and Media Library, 2010.
- Mwafaq Muhammad Al dumur: The Reality of Strategic Planning for Human Resources in the Public Sector, PhD Thesis, The Arab Academy for Sciences, Jordan, 2010.

ملحق (1)

مقياس التخطيط الاستراتيجي

ت	العبارات	تنطبق دائماً	تنطبق كثيراً	تنطبق احياناً	تنطبق قليلاً	لا تنطبق ابداً
1	يرى رئيس النادي بأن التخطيط ليس من مسؤولياته.					
2	التخطيط الاستراتيجي الحالي يهتم بالاتجاهات الحديثة للتدريب الرياضي.					
3	وجود الخلافات الشخصية عند مناقشة وضع الخطط وتقييمها يعرقل التنفيذ.					
4	الاعباء المالية والضغط الحاصل في العمل يؤدي الى البطء في عملية التخطيط .					
5	غياب المركزية اثناء عملية التخطيط تعيق التنفيذ وتسبب الفشل في اتخاذ القرار.					
6	اهتمام اعضاء الهيئات الادارية بالمتغيرات التكنولوجية والتطورات الرياضية والعلمية يسهم بالتخطيط السليم .					
7	التكوء في وضع الخطط الاستراتيجية وجمع البيانات وتحليلها يضعف الاهداف المراد تحقيقها .					
8	عدم مراعاة عامل الوقت في عملية التخطيط يضعف عمل النادي الرياضي.					
9	ضرورة العمل وفق اسلوب (الفرص والتحديات) في النادي الرياضي.					
10	عدم توافر قاعدة بيانات بالنادي التي يبني عليها التخطيط الاستراتيجي.					
11	النادي الرياضي يتبنى اخلاقيات وقيم ومبادئ للتحكم في سلوكياته.					
12	غياب رؤية النادي الرياضي يعكس الصورة الضبابية للمستقبل .					
13	يساعد تحليل الواقع للنادي الرياضية على تحقيق اهدافها ونتاجها وآلية تنفيذ نشاطاتها .					
14	القواعد التي توضع في النادي الرياضي تراعي العامل النفسي لمنسوبيها .					
15	يعمل النادي الرياضي على مراجعة الخطة الاستراتيجية السابقة التي لها علاقة بالاحتياجات .					
16	يغيب عن عمل النادي مطابقة اهدافه مع الفلسفة الرياضية الحديثة.					
17	التطور التكنولوجي له تاثير سلبي على رسالة النادي الرياضي					

					18	المناقشات حول رسالة وأهداف النادي الرياضي يستغرق وقتاً طويلاً .
					19	تمثل الجودة و حداثة البرنامج للنادي الرياضي فرصة لنجاح التخطيط الاستراتيجي .
					20	الانسجام بين الخطة الاستراتيجية و الخطة السنوية يضمن تحقيق الاهداف.
					21	يعمل النادي الرياضي على تكامل الأنشطة الإدارية والفنية.
					22	التنفيذ الدقيق للخطة يساعد على معرفة مدى كفاءة البناء التنظيمي لنادي الرياضي .
					23	ضعف فاعلية الاداء في النادي الرياضي سببه غياب التخطيط الاستراتيجي السليم .
					24	يخفق نادينا الرياضي بالالتزام بالخطة الموضوعية .
					25	يهتم نادينا بالوعي الثقافي من خلال الدورات والبرامج التدريبية المكثفة .
					26	يتوافق الهيكل التنظيمي للنادي مع الخطط الاستراتيجية المعتمدة.
					27	تهتم الكوادر الادارية بتنفيذ البرنامج الاستراتيجي المخطط ضمن الفترة الزمنية المقررة .
					28	يملك النادي الرياضي القدرة على وضع الخطط الاستراتيجية الملانمة.
					29	القاعة والمنشآت الرياضية بالنادي لا تلبي كل انواع النشاط .
					30	ضعف العلاقة التفاعلية بين من يخطط ومن ينفذ.
					31	يمارس أعضاء الهيئات الادارية دورا رقابيا لتنفيذ الخطة الاستراتيجية
					32	يقوم النادي الرياضي بدوره الاداري و الرقابي على الخطة الاستراتيجية حسب مراحل تنفيذ الخطة
					33	النادي الرياضي يستفيد من نتائج التقييم و الرقابة ، لتطوير نشاطاتهم و رفع نتائجهم.
					34	المعايير المحددة لقياس اداء الخطة الاستراتيجية في النادي الرياضي غير شفافة.
					35	تستخدم الهيئة الادارية مؤشرات اداء واضحة لمراقبة خطتها الاستراتيجية والتنفيذية
					36	يتم التنسيق عند وضع الخطط الاستراتيجية بين النادي و المؤسسات الاكاديمية الاخرى .
					37	يفتقر النادي الرياضي لاسلوب رقابي لكشف الازخاء في حينها
					38	انعدام التشجيع في النادي الرياضي يقتل السلوك الابداعي.
					39	غياب الخبرات في النادي الرياضي يضعف السلوك الابداعي.
					40	انعدام التدريب العملي للاعضاء يؤدي الى انهيار بطيئ للنادي الرياضي.
					41	يستعين النادي الرياضي بالخبراء في إعداد وتطوير برامج التدريب.
					42	معالجة المشكلات بالاسلوب الابداعي والطرق العلمية الحديثة هو السمة الساندة.

ملحق (2)

مقياس الابداع الاداري

ت	العبارات	تنطبق دائما	تنطبق كثيرا	تنطبق احيانا	تنطبق قليلا	لا تنطبق ابدا
1	استطيع انتاج أفكار وحلول جديدة تتناسب مع مشاكل النادي .					
2	استطيع ان اعطي اضافات وتفصيل جديدة لأي فكرة يعتمدها النادي.					
3	اشعر بالملل نتيجة تكرار الاجراءات الروتينية في الأداء الإداري.					

					4	لدي القدرة على رؤية الأشياء من عدة جوانب وايجاد الحلول من زوايا مختلفة.
					5	اشعر بالاحباط عندما اكون سببا في تراجع النتائج.
					6	تقديمي لافكار نادرة وجديدة يجعلني غير مرغوب في النادي .
					7	تنحصر البدائل والمقترحات في النادي لفترة زمنية قصيرة .
					8	لدي القدرة على طرح المعالجات الحديثة للمشاكل في اقل زمن ممكن .
					9	استطيع تغيير افكاري نحو الافضل قبل اتخاذ القرار.
					10	الحلول السريعة المرتجلة لمواجهة المشاكل يعرض النادي للخطر.
					11	لدي القدرة على التحدث وايصال الافكار باللغات الاخرى .
					12	احرص على معرفة الآراء المخالفة لارائي للاستفادة منها .
					13	يتوفر في النادي الادوات والموارد اللازمة لتطبيق الافكار والاداء الابداعي .
					14	يساهم النادي في تنمية القدرات العقلية والفكرية للاعضاء .
					15	استطيع تقييم المعلومات من جميع النواحي، واتمكن من اعادة صياغتها بشكل منتظم.
					16	التوتر النفسي الذي يلازمني يتسبب بانخفاض ادائي .
					17	تفكيري نحو مستقبل النادي مرهون بالحظ والصدفة.
					18	ياخذ النادي براء اعضاء الهيئة الادارية عند وضع معايير جديدة للاداء .
					19	يتجاهل النادي اراء الاعضاء الاخرين حتى لو كانت ايجابية.
					20	لدي القدرة على عرض افكاري بطريقة متميزة.
					21	لدى النادي خطة مقننة وفعالة في مواجهة المشاكل والتعامل معها.
					22	يقوم النادي باستخدام طرق الوقاية الممكنة لمواجهة المشاكل المحتملة.
					23	اتجنب تجربة الافكار ذات المخاطرة العالية.
					24	ارغب العمل ضمن مجموعة تسودها روح المخاطرة والمجازفة.
					25	اتجنب اتخاذ القرارات في حل المشاكل قبل معرفة مسبباتها .
					26	اشعر بصعوبة الحصول على المعلومات في فترة زمنية محدودة .
					27	افقد الصبر عندما افشل في حل المشكلات .
					28	احاول تحليل المشاكل و مواجهة الازمات بمفردي .
					29	احدد اسلوب واضح التحليل الذي امارسه في النشاطات والاداء .
					30	اقوم بجمع الافكار من بعض الاعضاء قبل حل المشاكل .
					31	اعتمد على طرق جديدة وفعالة لتحليل الازمات ومعالجتها.
					32	احلل المشاكل ببطء ويصعب علي نسيانها.
					33	اقوم بوضع خطة مفصلة لتنفيذ الحلول النهائية.
					34	انتبأ بالمشكلات و المخاطر الادارية قبل حدوثها.
					35	تنبؤاتي مناسبة لمواجهة الاحداث المستقبلية.
					36	يتم تقويم الاداء على اساس الخبرات السابقة بدل الاسس العلمية.
					37	واجه الصعوبة في التنبؤ بسبب العوامل العشوائية .
					38	صعوبة حصر المتغيرات يؤثر على التنبؤ الدقيق.
					39	يحدد النادي متطلباته و احتياجاته على المدى القصير والمتوسط .



Cultural intelligence and its relationship to administrative creativity among members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region - Iraq

Hemn H. Kareem^{1*}
Abdul-Wadud A. Al-Zubaidi¹
Ahmed Kamal Nassari²

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

2- South Valley Univ. /Egypt
<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.39>

Article info.

Article history:

-Received: 12/4/2021

-Accepted: 7/7/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- Cultural intelligence
- administrative creativity
- administrative bodies
- sports clubs
- Kurdistan Region

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

Abstract

The research aims to ;

-Building a measure of Cultural intelligence for members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq .

Building a measure of administrative creativity for members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq .

Knowing its level and the direction of the relationship between Cultural intelligence and administrative creativity among members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq

The researchers assumed :

-There is no relationship between Cultural intelligence and administrative creativity among members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq .

The researchers used the descriptive approach in the method of relational relations for its suitability and the nature of the research. The research community included (672) members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan Region of Iraq, numbering (96) clubs, as it included the governorates of (Sulaymaniyah, Erbil, Kirkuk, Dohuk) in the latest statistics for the year (2019-2020). The research sample included (576) members of the administrative bodies of clubs in the Kurdistan Region of Iraq, which are respectively the construction sample (288), the stability sample (30), the exploratory experience (30) members, (192) members of the application, and (36) who were excluded for various reasons. The researchers used statistical methods (arithmetic mean, standard deviation, mode, T-test for two independent samples, Pearson correlation coefficient, Spearman Brown coefficient) .

The researchers concluded, including :

1- Members of the administrative bodies of sports clubs in the Kurdistan region of Iraq enjoy the tribe of strategic planning, cultural intelligence and administrative creativity, with rates higher than the assumed averages

* Corresponding Author: hemnhoshear@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

الذكاء الثقافي وعلاقته بالإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية للأندية

الرياضية في إقليم كردستان - العراق

هيمن هوشيار كريم أ.د. عبدالودود أحمد الخطاب

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

أ.د. أحمد كمال نصاري

جامعة جنوب الوادي - كلية التربية الرياضية جمهورية مصر العربية

الخلاصة:

يهدف البحث الى :

- التعرف على الذكاء الثقافي لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق.

- التعرف على درجة التخطيط الاستراتيجي والذكاء الثقافي والإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق ..

- التعرف على درجة و اتجاه العلاقة بين الذكاء الثقافي و الإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق.

افترض الباحثون:

- لا توجد علاقة بين الذكاء الثقافي و الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق.

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته وطبيعة البحث

اشتمل مجتمع البحث (٦٧٢) اعضاء الهيئات الادارية للأندية الرياضية في اقليم كردستان

العراق وعددها (٩٦) نادياً اذ شملت محافظات (السليمانية ، اربيل ، كركوك ، دهوك) في اخر

احصائيات لسنة (٢٠١٩ . ٢٠٢٠)، اشتملت عينة البحث على (576) عضواً من أعضاء الهيئات

الإدارية للأندية في إقليم كردستان - العراق وبنسبة (٨٥,٧١٪) من المجتمع البحث الكلي ،

وهي على التوالي عينة البناء (٢٨٨) وعينة الثبات (٣٠) والتجربة الاستطلاعية (30) عضواً

و(١٩٢) عضواً للتطبيق و (٣٦) المستبعدون لأسباب مختلفة. واستخدم الباحثون الوسائل

الاحصائية (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، المنوال ، اختبار التائي لعينتين المستقلتين ،

معامل الارتباط بيرسون ، معامل سبيرمان براون)

واستنتج الباحثون ومنها :

1. يتمتع اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في اقليم كردستان - العراق بقابلية الذكاء

الثقافي والإبداع الإداري وبمعدلات اعلى من المتوسطات الفرضية .

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- الذكاء الثقافي

- الابداع الإداري

- الهيئات الادارية

- الاندية الرياضية

- اقليم كردستان

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث:

تواجه الاندية الرياضية في العراق ومنها إقليم كردستان حالات من التغيرات الإدارية خلال الطبيعية

فترات العمل لعدة اسباب منها التغيرات التي تطرأ على القوانين والانظمة والمتغيرات الصحية ما حصل في

انتشار جائحة كورونا ومنها ظروف ادارية وانتخابية تجري كل اربعة سنوات حسب قانون الاندية والاتحادات الرياضية والذي يحتم اجراء انتخابات جديدة لتمثيل الاندية من قبل اعضاء جدد يفترض ان يتمتعون بواصفات ادارية وقيادية افضل ممن سبقوهم وقد تركز بعض هذه المواصفات على تطوير القيادات الإدارية و التخطيطية والتنظيمية فالتغيير المطلوب اجراءه يجب ان يكون على اسس ومعايير علمية و إدارية وتشكل المعرفة وطريقة استثمارها وإدارتها حلقة التحول الاستراتيجية والفاعلة في هذه المؤسسات الرياضية كما ان الفكر والمعرفة المتجددة والمبتكرة تفرض التغيير الذي حددته القوانين كل بأربعة سنوات وهو من أهم وسائل نجاح الاندية الرياضية.

يعد الذكاء الثقافي الرياضي في حالة تطور مستمرة شأنها شأن كافة أنواع المعرفة المرتبطة بالعلوم الرياضية الاخرى مما يفرض على الاندية الرياضية ايجاد واستخدام سبل اتصال متطورة للوصول الى الاداء الامثل في عمل هذه المؤسسات الرياضية ، التي هي في طبيعة الحال تعمل على تطبيق الذكاء الثقافي الذي رسمته هي لنفسها ، وتنشأ في إطاره وتتزود من مناهله ومصادره المختلفة، وان امكانية التطور تعتمد كتحصيل حاصل على التفاعل مع كل ما هو جديد و متطور

ومن المعلوم ان الجانب الإداري والنفسي لم يأخذ فرصته الحقيقية في الاندية الرياضية من حيث الدراسات و البحوث كما اخذته بقية المتغيرات البدنية و المهارية و الخططية التي تهتم بالجانب الفني فقط ونظرا لكون الإبداع الإداري احد الركائز الاساسية لكل عمل رياضي ولكونه من المجالات التي تعمل على زيادة المعرفة واعطاء افكار و معلومات صحيحة موضوعية مدروسة للرياضي والإداري حيث ظهرت في السنوات الاخيرة الحاجة الماسة الى ربط ، تلك المتغيرات الإدارية والنفسية كالإبداع الإداري والتخطيط المستقبلي والتنظيم والتوجيه واتخاذ القرار و الرقابة والتقييم كعناصر ممثلة للإدارة الرياضية، ويعد الإبداع الإداري واحدا من اهم العناصر التي يتنبأ من خلالها بتحقيق النجاحات في البطولات واعتلاء منصات التتويج، ولعل خدمة هذه العناصر في المجال الرياضي هو في تحقيق اكبر قدر ممكن من الطموحات الفردية والجماعية وخلق روح التماسك والتعاون بين الاعضاء⁽¹⁾.

نظرا لكون الذكاء الثقافي من أحد اهم المفاهيم الحديثة ، وأداة فعالة لتحقيق أهداف طويلة الأمد عليه يمكن للمؤسسات الرياضية والاندية الخاصة تحديد قدراتها الحالية ورسم رؤيتها المستقبلية⁽²⁾ . وبما اننا في عالم سريع التغير والتطور في جميع المجالات الحياة بصورة عامة و المجال الرياضي بصورة خاصة ، عليه يجب ان تواكب الاندية الرياضية التخطيط السليم للمستقبل الذي تقوم به المؤسسات الرياضي ، اما

(1) عبدالغني نعمان و لطيفة عبدالله شرف الدين ؛ الإدارة الرياضية ، البحرين ، مكتبة الثقافة والاعلام، ٢٠١٠ ، ص ٩٤ .
(2) موفق محمد الضمور؛ واقع التخطيط الاستراتيجي للموارد البشرية في القطاع العامة، رسالة الدكتوراه ،الاكاديمية العربية للعلوم،الأردن ، ٢٠١٠ ، ص ٢.

اهمية البحث فتتجلى في معالجة القصور او النقص في الدراسات التي تناولت جوانب الذكاء الثقافي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية لأندية إقليم كردستان العراق اذ ذهبت اكثر الدراسات الى تناول الجوانب الفنية والبدنية و المهارية او التطبيقية و الخططية وفي هذا الصدد اراد الباحثون الوقوف على حقيقة مهمة وهي التعرف على مستوى الذكاء الثقافي وعلاقته بالإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية لأندية إقليم كردستان العراق ، والتعرف على العلاقة بين هذه المتغيرات ككل و كمجالات مع بعضها البعض .

١,٢ مشكلة البحث:

من الملاحظ ان الذكاء الثقافي يتجدد باستمرار كون الرياضة في تطور مستمر والانجاز الرياضي يتصاعد مع تصاعد هذا التخطيط وتنوعه واعتماده وتطبيقاته العملية وعليه لابد من الوقوف على كل الجوانب المحيطة بالعمل الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية في الأندية الرياضية في إقليم كردستان ومن خلال خبرتي لاعباً و عضوا اداريا في الاندية الرياضية لاحظ الباحثون بأن الذكاء الثقافي في المؤسسات والأندية الرياضية لا يواكب التطور الذي يحصل بالعالم و قد يكون ذلك سبباً في تحقيق الأهداف و الإنجازات ، ومن المعروف رؤساء و اعضاء الهيئات الادارية يصدرن القرارات دون العودة الى المستشارون واصحاب الخبرة وهم بذلك يبتعدون عن الإبداع الإداري الذي يمتلكه اصحاب الخبرة وخاصة المستشارون .

ان معظم المؤسسات والاندية والهيئات الرياضية تدار تحت إشراف رؤساء و اعضاء و أشخاص عن طريق خبراتهم السابقة وتعاملاتهم الشخصية الذي جمعوا معلوماتهم و خبراتهم وقدراتهم في ظروف غير الظروف الحالية والتي لم تعد تواكب المستجدات العلمية على جميع الاصعدة كما ان هذه المعلومات و الخبرات لم تعد كافية في الوقت الحالي ، وعليهم تجديد وتحديث المعلومات والخبرات عن طريق القراءة المتواصلة للكتب و البحوث التي تتناول المواضيع الإدارية و الثقافية الحديثة و خاصة في مجال الإبداع الإداري و الثقافة والتنظيم ، و بهذا يستطيعون تحقيق تقدم كبير في هذا المجال اذا يربطون أبحاثهم العلمية بالنظريات والقوانين العلمية و العملية وهذا ما نطلق عليها بتزواج العلم والخبرة ومن خلال ذلك فأن الباحثون يحددون بان مشكلة البحث تكمن في الاجابة عن التساؤل الآتي:

هل ان الذكاء الثقافي له علاقة ايجابية مع الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية لأندية الرياضية في إقليم - كردستان والى اي مدى ستكون حدودها واتجاهاتها .

١,٣ اهداف البحث:

- التعرف على درجة الذكاء الثقافي لدى اعضاء الهيئات الادارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق
- التعرف على درجة الابداع الاداري لدى اعضاء الهيئات الادارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق
- التعرف على درجة و اتجاه العلاقة بين الذكاء الثقافي و الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان -العراق .

٤. ١ فرضيات البحث:

1. لا توجد علاقة بين الذكاء الثقافي و الإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان - العراق .

٥. ١ مجالات البحث:

١. ٥. ١ المجال البشري: أعضاء الهيئات الإدارية للأندية إقليم كردستان العراق للموسم الرياضي 2019-2020.

١. ٥. ٢ المجال الزمني : الفترة من 2021/01/15 لغاية 2021/02/28 .

١. ٥. ٣ المجال المكاني : مقرات الاندية الرياضية في إقليم كردستان العراق .

٣. اجراءات البحث :

3. ١ منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملاءمته وطبيعة البحث.

٣,٢ مجتمع البحث وعيناته:

اشتمل مجتمع البحث (٦٧٢) * اعضاء الهيئات الادارية للأندية الرياضية في اقليم كردستان وعددها (٩٦) نادياً اذ شملت محافظات (السليمانية ، اربيل ، كركوك ، دهوك) في اخر احصائيات لسنة (٢٠١٩) .(٢٠٢٠).

الجدول (1)

تفاصيل مجتمع البحث وعدد الاندية وعدد الاعضاء والنسبة المئوية

ت	المحافظة	عدد الاندية	عدد الاعضاء	النسبة المئوية
---	----------	-------------	-------------	----------------

* تم الحصول على عدد الاندية واعضاء الهيئات الادارية الاندية اقليم كردستان العراق من مديرية العامة للرياضة من وزارة الثقافة والشباب ولجنة الاولمبية في كردستان العراق .

٣٦,٤٦%	٢٤٥	٣٥	محافظة السليمانية	١
٣٤,٣٨%	٢٣١	٣٣	محافظة اربيل	٢
١٥,٦٢%	١٠٥	١٥	محافظة كركوك	٣
١٣,٥٤%	٩١	١٣	محافظة دهوك	٤
١٠٠%	٦٧٢	٩٦	المجموع	

٣.٣ أدوات البحث:

- مقياس الذكاء الثقافي :

اعتمد الباحثون على مقياس الذكاء الثقافي والذي تم بناءه من قبل الباحث (هيمن هوشيار ، 2021) والمكون من (4٤) فقرة بصورته النهائية وتكون الإجابة عنه من خلال اختيار بديل واحد من خمسة بدائل وهي (تتطبق دائماً ، تتطبق كثيراً، تتطبق احياناً، تتطبق قليلاً ، لا تتطبق ابداً) ، اذ تعطى لها الدرجات (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) على التوالي وعكسها بالنسبة لل فقرات السلبية وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (44 , 132 , 220) .

- مقياس الابداع الاداري :

اعتمد الباحثون على مقياس الذكاء الثقافي والذي تم بناءه من قبل الباحث (هيمن هوشيار ، 2021) والمكون من (39) فقرة ، وتكون الإجابة عنه من خلال اختيار بديل واحد من خمسة بدائل وهي (تتطبق دائماً ، تتطبق كثيراً، تتطبق احياناً، تتطبق قليلاً ، لا تتطبق ابداً) ، اذ تعطى لها الدرجات (3 ، 4 ، 5 ، 1 ، 2) على التوالي وعكسها بالنسبة لل فقرات السلبية وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (39 , 117 , 195) .

3-3-3 صدق المقياسين :

للتحقق من صدق المحاور والفقرات وصلاحياتها في قياس ما وضعت من اجله عرضت المحاور والفقرات على مجموعة من السادة الخبراء المتخصصين لغرض الحكم على صلاحيتها .

3-3-4 ثبات المقياسين :

وهناك عدة طرائق لحساب الثبات اعتمد الباحثون على : -

- طريقة التجزئة النصفية :

إن هذه الطريقة تعتمد على تجزئة الاختبار إلى جزأين ، الجزء الأول يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية ، والجزء الثاني يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية ، إذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين الدرجات المشار إليها أعلاه لمقياس الذكاء الثقافي والذي بلغ (0,892) ، إلا إن هذه الطريقة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا يجب أن يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل ، وقد قام الباحثون باستخدام معادلة (سبيرمان - براون) بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك اصبح

ثبات المقياس (0,943) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه ، وكان الثبات لمقياس الإبداع الإداري قام الباحث باستخدام معادلة (ألفا كرونباخ) (0,940) ، وقد استخدم معادلة (سبيرمان - براون) بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس (0,912) هو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

3. 4 التطبيق النهائي لادوات البحث .

قام الباحث بتطبيق المقاييس الثلاثة بصيغتها النهائية على عينة التطبيق المكونة من (192) عضواً من الاعضاء الهيئات الادارية للاندية إقليم كردستان من خلال اعطاء المستجيب ادوات البحث الثلاثة دفعة واحدة وتوضيح التعليمات الخاصة بطريق الاجابة على كل الفقرات وبما يتناسب مع المستجيب فضلاً عن صدق وسرية الاجابة وانها تستخدم لاغراض البحث العلمي فقط . وقد بلغت مدة التطبيق النهائي من (07/2021/2) الى (2021/2/23) وبمدة (18-20) وبمعدل (19) دقيقة لكل فرد .

3 . 5 الوسائل الاحصائية :

تحقيقاً لأغراض البحث الحالي استخدمت الوسائل الاحصائية ذات العلاقة لموضوع بحثنا لتحقيق اهدافه وفرضياته وتم حسابها باستخدام البرنامج الحاسوب الالي (spss) وهي:-

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- اختبار التائي للعينتين المستقلتين .
- معامل الارتباط بيرسون .
- معامل سبيرمان براون .

4. عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

من أجل تحقيق اهداف البحث الحالي ، تم تطبيق ادوات البحث على عينة التطبيق وهم اعضاء الهيئات الإدارية للاندية الرياضية في إقليم كردستان العراق ، وكما يلي :

التعرف على مستوى العلاقة بين الذكاء الثقافي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للاندية إقليم كردستان العراق ، ولغرض التعرف على المستوى الذكاء الثقافي و الإبداع الإداري تم تطبيق المقاييس بصورتها النهائية على عينة التطبيق للدراسة البالغ عددها (192) وبعد تحليل استجاباتهم في ضوء بدائل الاجابة لكل المقياس تبين ان المتوسط الحسابي للذكاء الثقافي بلغ (138,151) وبانحراف معياري (18,545) درجة والمتوسط و المتوسط الحسابي للإبداع الإداري بلغ (122,708) و بانحراف معياري (12,816) درجة، و عند مقارنة كل من المتوسطات اعلاه بالمتوسطات الفرضية(*) (

(*) تم إيجاد الوسط الفرضي للمقياس عن طريق حاصل ضرب عدد الفقرات في مجموع أوزان البدائل مقسوماً على عدد البدائل.

132 ، 117) باستخدام الاختبار التائي اتضح من الجدول(2) ان القيمة التائية المحسوبة للذكاء الثقافي (4,596) ، والقيمة التائية المحسوبة للإبداع الاداري(6,171) وهي اكبر من القيمة الجدولية عند مستوى الدلالة (0,05) وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة احصائية بين المتوسطين ولصالح الوسط الحسابي وهذه النتيجة تشير الى ان تبين لديهم مستوى مرتفع في الذكاء الثقافي والابداع الاداري وكما مبين :

الجدول (2)

يبين نتائج الاختبار (t) للفرق بين المتوسطات الحسابية والمتوسطات الفرضية لمستوى الذكاء الثقافي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق

ت	المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة (t)	(Sig)
1	الذكاء الثقافي	138,151	18,545	١٣٢	4,596	0.000
2	الإبداع الإداري	122,708	12,816	١١٧	6,171	0.000

يبين الجدول (2) اعلاه ان القيمة التائية لمتغيرات البحث على التوالي وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية (1,655) وعند مقارنة نتائج (sig) عند مستوى الدلالة (0,05) كانت الفروقات دالة ايضاً ، ويعزو الباحثون هذه النتيجة الى طبيعة التغيرات البيئية والتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية و التي يشهدها اقليم كردستان في هذه المرحلة الراهنة والتي انعكست على اساليب التنشئة والعلاقات الاجتماعية و التي اعطت لأعضاء الهيئات الإدارية هامشاً كبيراً من الثقافة والحرية والاستقلالية والتفرد الشخصي و التفكير المنطقي والواقعي هذا فضلاً عن القدرة على تحقيق اهدافه واتخاذ قراراته وعلاقاته بمجتمع .

ويرى الباحثون ان سبب حصول اعضاء الهيئات الإدارية على مستوى مرتفع من الذكاء الثقافي لدى الاعضاء الهيئات الإدارية فيعزو الباحثون ذلك الى ان قوانين الانتخابات لا تتيح الترشيح الا لذوي الشهادات من اصحاب الخبرة في المجال الرياضي سواء كان لاعبا او اداريا او مدربا سابقا او من الاكاديميين ممن حصلوا شهادات في مجال الاختصاص كما ان التعاون بين اللاعبين والبيئة الاجتماعية من جهة والبيئة الرياضية والثقافية من جهة الاخرى لعبت دور في هذه النتائج ، ومن خلال خطط وبرامج والدورات والممارسات ادت الى تطور الذكاء الثقافي و اكد ان غالبيتهم لهم الميل نحو العمل الجماعي والاكاديمي والعلمي معتقدين بأن ما يقومون به من اعمال سوف تكون نتيجة النهائية لصالح شهرة الشخصية والعمل

الجماعي و الفريق النادي واعضاء المؤسسة وبيئة الرياضة إقليم كردستان بشكل خاص والعراق بشكل عام⁽¹⁾ ، و في هذا المجال تلعب خبرة اعضاء الهيئات الإداري وممارسته لحفاظ على تاريخه و سمعته لها دوراً كبيراً في تطوير البيئة الثقافية من خلال الاداء العملي والعلمي وبشكل صحيح، ومن المعروف ان اغلبية الاعضاء لهم سمعة كبيرة لذا فأنهم سيقومون ببذل الكثير من الجهودات للحفاظ على سمعتهم والبقاء في مناصبهم وتجاوز السقوط والفشل ، اما ارتفاع مستوى الابداع الاداري لدى اعضاء الهيئات الادارية ، فيعزوا الباحثون الى ان اغلبية اعضاء هم من اصحاب الخبرة ومن حملة الشهادات وهناك بعض منهم من لعب للنادي عدة سنوات وهناك من سبق انه مارس التحكيم والتدريب كل ذلك يتزامن مع نهضة كبيرة في الاندية بشكل عام على اساس أن تطوير ملاكات البشرية و اعدادها الاعداد السليم للتنبوء بالحصول على المناصب الادارية القيادية في الاندية من جهة ومن جهة اخرى فأن وجود عنصر المنافسة بين اعضاء الهيئات الادارية ، اذ يطمح كل منهم ان يكون هو الأكثر ابداعا من الاخرين ولكي لا يدع الفرصة للاخرين لاستبعاده في الانتخابات القادمة⁽¹⁾.

اما التعرف على نوع العلاقة بين الذكاء الثقافي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للاندية الرياضية في إقليم كردستان العراق ، وكما في الجدول (3) ادناه .

الجدول(3)

يبين علاقة الارتباط (r) بين الذكاء الثقافي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للاندية إقليم كردستان العراق

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (r)	(sig)
1	الذكاء الثقافي	138,151	18,545	0,694	0,000
2	الإبداع الإداري	122,708	12,816		

يبين الجدول (3) ان دلالة الارتباط (r) يبين الذكاء الثقافي والإبداع الإداري لدى اعضاء الهيئات الإدارية للاندية إقليم كردستان العراق كانت (0,694) وهي علاقة ذات دلالة معنوية عند مقارنتها بقيمة (r) الجدولية (0,147) ويعزو الباحثون ذلك إلى ان كل من الذكاء الثقافي والإبداع الإداري مهارتين ايجابيتين تتميز فيها الاندية والمؤسسات الرياضية التي تتسم بالدراسة والممارسة والتدريب ، لذا فأن الذكاء الثقافي له تأثيرات واضحة و عديدة في مستقبل كل المؤسسة والاندية الرياضية ، ويأتي ذلك من خلال وفحص

⁽¹⁾ سيد عليوه؛ تنمية المهارات الفكرية والابداعية ، ط1، مكتبة جزيرة الورد ، المنصور، 2007، ص7-8.
⁽¹⁾ ابراهيم رمضان النديب؛ استراتيجيات الابداع والابتكار ، مجلة التدريب والتقنية، العدد(106)، الرياض ، السعودية، 2007، ص33.

وتعقب البيئة المحيطة سواء كانت داخلية او خارجية و التنبؤ والتحليل والتفسير المنطقي والدقيق، وكذلك رصد وتحديد الفرص والمشاكل التي تواجه المؤسسة .

و يرى الباحثون ان عملية الذكاء الثقافي الناجح و تركيز الانتباه على الاداء من الخصائص الإدارية والعلمية المرتبطة بالفكر الإبداعي و العقل المبدع ، وهي اساس العلاقة التي تشير الى وجود الارتباط بين الذكاء الثقافي والإبداع الإداري، اي ان الذكاء الثقافي الناجح يؤدي الى تحسين ورفع قدرة اعضاء الهيئات الإدارية للتفكير والاداء بشكل احترافي واجراء ابداعات في المجالات المختلفة داخل المؤسسة، ان ذلك يتوقف الى حد كبير على درجة توفير الامكانيات التي توازن ما بين النهوض بعملية التخطيط ومن جهة وبين التطور الفني الذي يصاحب مستوى الاندية الرياضية من جهة اخرى وتوفير الفرص بذلك كلما سمح الوقت ⁽¹⁾.

5. الاستنتاجات والتوصيات:

5. 1 الاستنتاجات :

استنتج الباحثون ما يأتي:

1. يتمتع اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في اقليم كردستان -العراق بقابلية الذكاء الثقافي والإبداع الإداري وبمعدلات اعلى من المتوسطات الفرضية .
2. يرتبط الذكاء الثقافي معنوياً بالإبداع الإداري لدى أعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان- العراق.

5. 2 التوصيات :

1. فتح دورات تطويرية لأعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق في متغيرات الذكاء الثقافي والذكاء الثقافي والأبداع الإداري لمواكبة التطورات الحاصلة على هذا الصعيد في المؤسسات الرياضية و خاصة الاندية .
2. إجراء مزيد من الدراسات بين المتغيرات البحث الحالي والمتغيرات الاخرى الت لها علاقة بتطوير اعضاء الهيئات الإدارية للأندية الرياضية في إقليم كردستان العراق كالمسلمات الشخصية والروح الرياضية والقيم الرياضية والمزاج وغيرها.

المصادر :

- ابراهيم رمضان الديب ؛استراتيجيات الابداع والابتكار ، مجلة التدريب والتقنية ، العدد (106) ، الرياض، السعودية ، 2007 .

⁽¹⁾ابراهيم رمضان الديب، مصدر السابق نفسه ، ص34.

- الن جي روي ؛ الذكاء الابداعي الامكانات والقدرات، ترجمة عادل محمود رشي ونعيم حافظ ابو جمعة ، المنظمة العربية للتنمية الادارية بحوث ودراسات، ط 2 ، القاهرة ، 2008 .
- سيد عليوه ؛ تنمية المهارات الفكرية والابداعية ، ط1، مكتبة جزيرة الورد ، المنصور ، 2007 .
- عبدالغني نعمان و لطيفة عبدالله شرف الدين ؛ الإدارة الرياضية ، البحرين ، مكتبة الثقافة والاعلام، ٢٠١٠ .
- موفق محمد الضمور ؛ واقع الذكاء الثقافي للموارد البشرية في القطاع العامة ، رسالة الدكتوراه ، الاكاديمية العربية للعلوم ، الاردن ، ٢٠١٠ .

:Source

- Ibrahim Ramadan Al diyb ; Strategies for Creativity and Innovation, Training and Technology Journal, Issue (106), Riyadh, Saudi Arabia, 2007.
- Alan J Roy Creative Intelligence, Potentials and Capabilities, translated by Adel Mahmud Rashid and Naeima Hafez Abu Jumaa, Arab Organization for Administrative Development Research and Studies, Cairo, 2008.
- Said Aliwa ; Development of Intellectual and Creative Skills, 1st Edition, Al Ward Island Library, Mansour, 2007.
- Abdul Ghani Numan and Latifa Abdullah Sharaf Al Din: Sports Administration, - Bahrain, Culture and Media Library, 2010.
- Mwafaq Muhammad Al dumur: The Reality of Cultural intelligence for Human Resources in the Public Sector, PhD Thesis, The Arab Academy for Sciences, Jordan, 2010.

ملحق (1)

مقياس الذكاء الثقافي

ت	العبارات	تنطبق دائما	تنطبق كثيراً	تنطبق احياناً	تنطبق قليلاً	لا تنطبق ابداً
1	يسهل التميز بين القواعد الثقافية للنادي و المؤسسات الاخرى .					
2	اركز على كشف الاخطاء فقط دون تعديلها .					
3	استخدم الاستراتيجيات المجربة بدون المجازفة باستراتيجيات جديدة.					
4	من الصعب ادراك نقاط القوة والضعف في قدراتي العقلية.					

					ارفض تقسيم وتجزئة الخطط الى مهام صغيرة	5
					يصعب تغيير استراتيجية العمل عندما اواجه صعوبة في فهم الموضوع .	6
					اجد الصعوبة في فهم طرق واساليب تنفيذ الخطة	7
					اعرف القيم والمعتقدات الثقافية المتعلقة باعضاء النادي الرياضي.	8
					يسهل علي فهم المشكلة واتجه لمعالجتها وحلها فوراً	9
					اجهل العادات والتقاليد الثقافية لمعظم اعضاء الهيئة الادارية للنادي.	10
					لدي القدرة الجيدة للتعرف على الافكار الثقافية المختلفة.	11
					لدي القدرة على دمج المعلومات النظرية مع الاداء التطبيق الفعلي.	12
					نظام تداول المعلومات الموجود في النادي يساهم في تعزيز الابداع.	13
					ارفض مشاركة افكاري مع الاعضاء الاخرين في النادي.	14
					يساهم الذكاء الثقافي على التعايش مع الثقافات الجديدة .	15
					خبرتي الثقافية تجعلني اتعرف على القواعد والقوانين لأي مؤسسة رياضية.	16
					المعتقدات الدينية تعيق التفاعل مع الثقافة الجديدة .	17
					عندما اواجه صعوبة في النجاح اتخلي عن تكرار المحاولة الاخرى.	18
					يصعب علي اكتشاف الخلل الثقافي بالطرق التقليدية.	19
					يعمل النادي على تسهيل فرص التطوير المهني للاعضاء من خلال التدريب .	20
					انا مخول بالاشراف والمتابعة المباشرة على فرق النادي .	21
					اختلاف ومعارضة اراء اعضاء النادي امر غير مقبول	22
					تعليمات النادي كتبت بطريقة نفعية سهلة الاختراق.	23
					تقدير الاعضاء في النادي بحسب انتماهم ومناصبهم وليس بحسب انجازاتهم	24
					يتصف عمل اعضاء النادي بعدم المرونة وعدم قدرتهم على التأقلم والتكيف.	25
					خبراتي لاتسعني لانجاز اعماله كما ينبغي .	26
					استطيع فهم ومعرفة سلوك اصدقائي عندما يتعرضون لضغوط تنظيمية وخطية.	27
					اجد صعوبة في تحول سلوكي السلبي الى سلوك ايجابي.	28
					اعمل على تحويل قدراتي النظرية الى واقع تطبيقي ميداني .	29
					اتجاهل تعليمات النادي واعمل بطريقتي الخاصة	30
					احاول اطاعة اوامر النادي لتادية واجبي بشكل مرضي	31
					اخطاني في الاداء السابق لا تساعدني على رفع قدراتي بالعمل.	32
					اعتمادي على عمليات المقارنة بين البدائل يجعل عملية اتخاذ القرار	33

					متاخرة.	
					لدي القدرة على تشخيص وتحليل المشاكل بأسلوب مرن وغير معقد.	34
					امارس مبدء الاقتصاد في الوقت والجهد اثناء العمل .	35
					يصعب علي إدراك الواقع الحالي في النادي .	36
					لدي الجرأة على المناقشة والتدخل في مختلف المواضيع الادارية والاستراتيجية في النادي.	37
					ثقافتي تساعدني على اظهار اوجه الابداع والتميز في النادي.	38
					ثقافتي تساعدني على ايجاد حلول مناسبة للجميع.	39
					يفتقر النادي الى نظام التواصل بين الملاكات.	40
					الوعي الثقافي يدعم الصلة بين الرياضة والعلوم الأخرى.	41
					يتعامل الاعضاء القدامى مع الاعضاء الجدد بروح الحب والاحترام .	42
					استخدم انفعالاتي للسيطرة على المقابل وتمير قراراتي .	43
					اختلاف الثقافات للاعضاء يزيد الشعور بعدم الراحة.	44

ملحق (2)
 مقياس الابداع الاداري

ت	العبارات	تنطبق دائماً	تنطبق كثيراً	تنطبق احياناً	تنطبق قليلاً	لا تنطبق ابداً
1	استطيع انتاج أفكار وحلول جديدة تتناسب مع مشاكل النادي .					
2	استطيع ان اعطي اضافات وتفصيل جديدة لأي فكرة يعتمدها النادي.					
3	اشعر بالملل نتيجة تكرار الاجراءات الروتينية في الأداء الإداري.					
4	لدي القدرة على رؤية الاشياء من عدة جوانب وايجاد الحلول من زوايا مختلفة.					
5	اشعر بالاحباط عندما اكون سببا في تراجع النتائج.					
6	تقديمي لافكار نادرة وجديدة يجعلني غير مرغوب في النادي					
7	تنحصر البدائل والمقترحات في النادي لفترة زمنية قصيرة .					
8	لدي القدرة على طرح المعالجات الحديثة للمشاكل في اقل زمن ممكن					
9	استطيع تغيير افكاري نحو الافضل قبل اتخاذ القرار.					
10	الحلول السريعة المرتجلة لمواجهة المشاكل يعرض النادي للخطر.					
11	لدي القدرة على التحدث وايصال الافكار باللغات الاخرى .					
12	احرص على معرفة الآراء المخالفة لارائي للاستفادة منها .					
13	يتوفر في النادي الادوات والموارد اللازمة لتطبيق الافكار والاداء الابداعي .					
14	يساهم النادي في تنمية القدرات العقلية والفكرية للاعضاء					

					استطيع تقييم المعلومات من جميع النواحي، واتمكن من اعادة صياغتها بشكل منتظم.	15
					التوتر النفسي الذي يلزمني يتسبب بانخفاض ادائي .	16
					تفكيري نحو مستقبل النادي مرهون بالحظ والصدفة.	17
					ياخذ النادي باراء اعضاء الهيئة الادارية عند وضع معايير جديدة للاداء .	18
					يتجاهل النادي اراء الاعضاء الاخرين حتى لو كانت ايجابية	19
					لدي القدرة على عرض افكاري بطريقة متميزة	20
					لدى النادي خطة مقننة وفعالة في مواجهة المشاكل والتعامل معها.	21
					يقوم النادي باستخدام طرق الوقاية الممكنة لمواجهة المشاكل المحتملة.	22
					اتجنب تجربة الافكار ذات المخاطرة العالية.	23
					ارغب العمل ضمن مجموعة تسودها روح المخاطرة والمجازفة	24
					اتجنب اتخاذ القرارات في حل المشاكل قبل معرفة مسبباتها .	25
					اشعر بصعوبة الحصول على المعلومات في فترة زمنية محدودة .	26
					افقد الصبر عندما افشل في حل المشكلات	27
					احاول تحليل المشاكل و مواجهة الازمات بمفردتي .	28
					احدد اسلوب واضح التحليل الذي امارسه في النشاطات والاداء .	29
					اقوم بجمع الافكار من بعض الاعضاء قبل حل المشاكل .	30
					اعتمد على طرق جديدة وفعالة لتحليل الازمات ومعالجتها	31
					احلل المشاكل ببطء ويصعب علي نسيانها.	32
					اقوم بوضع خطة مفصلة لتنفيذ الحلول النهائية.	33
					انتبأ بالمشكلات والمخاطر الادارية قبل حدوثها.	34
					تنبؤاتي مناسبة لمواجهة الاحداث المستقبلية.	35
					يتم تقويم الاداء على اساس الخبرات السابقة بدل الاسس العلمية.	36
					اواجه الصعوبة في التنبؤ بسبب العوامل العشوائية .	37
					صعوبة حصر المتغيرات يؤثر على التنبؤ الدقيق .	38
					يحدد النادي متطلباته و احتياجاته على المدى القصير والمتوسط .	39



Psychological stress and its relationship to psychological security among students of physical education and sports sciences who practice racquet games

Hiwa Karim Sharif^{1*}

Abdul-Wadood A. Al-Zubaidi¹

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.40>

Article info.

Article history:

-Received: 12/4/2021

-Accepted: 5/7/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- Psychological stress
- relationship
- psychological security
- students
- racquet

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The study aims to:

Building a measure of psychological stress for students of physical education and sports sciences.

Preparing a measure of psychological security for students of physical education and sports sciences.

-Identify the relationship between psychological stress and psychological security among students of physical education and sports sciences.

And the researcher supposes that:

There is an inverse relationship between psychological stress and psychological security of students of physical education and sports sciences.

-The researcher used the descriptive approach in both survey and correlational styles, and the research community included students of physical education and sports science for the academic year (2021-2020) and by (580) students representing (4) universities, research procedures were carried out on them, and the construction sample for the two scales reached (165) Students representing (%77.6) and (10) students were excluded for their participation in the exploratory experiment, and the researcher used statistical methods, including (the arithmetic mean, standard deviation, percentage, simple correlation coefficient (Pearson), standard error, and Spearman Brown's equation)

The researcher concluded the following:

.The effectiveness of the psychological pressure meter, which the researcher built through the scientific procedures followed in the scientific research, which indicates the ability of the scale to measure the psychological pressure of students of the Faculties of Physical Education and Sports Sciences who practice racket games ..Students of the Faculties of Physical Education and Sports Sciences who practice racket games suffer from psychological pressure in general

* Corresponding Author: hiwa.alqalam@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

الضغوط النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى طلاب بعض كليات التربية
البدنية وعلوم الرياضة الممارسين لألعاب المضرب
هيوأ كريم شريف أ.د. عبد الودود أحمد الزبيدي

الكلمات المفتاحية

- الإجهاد النفسي

- علاقة

- الأمن النفسي

- الطلاب

- مضرب

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت / العراق

الخلاصة:

تهدف الدراسة إلى :

- بناء مقياس الضغوط النفسية لدى طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- اعداد مقياس الأمن النفسي لدى طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والأمن النفسي لدى طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة.
- وأفترض الباحث أن :
- هناك علاقة عكسية بين الضغوط النفسية والأمن النفسي لدى طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة .

استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملاءمته وطبيعة البحث ، واشتمل مجتمع البحث على طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة لسنة الدراسية (2020 - 2021) وبواقع (402) طالباً يمثلون (4) جامعات ، تم تنفيذ إجراءات البحث عليهم ، وقد بلغت عينة البناء للمقياسين (272) طالباً يمثلون نسبة (77.6 %) وتم استبعاد (10) طلاب لاشتراكهم بالتجربة الاستطلاعية ، . استعمل الباحث استمارة الاستبيان أداة للبحث التي وجهت إلى عدد من الخبراء وذوي الاختصاص في المجال الرياضي والعلوم التربوية والنفسية لغرض بيان آرائهم في صلاحية مقياسي الضغوط النفسية والأمن النفسي . واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية ومنها (الوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، والنسبة المئوية ، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، والخطأ المعياري ، ومعادلة سبيرمان براون) . واستنتج الباحث ما يأتي :

1. فاعلية مقياس الضغوط النفسية والذي قام الباحث ببنائه من خلال الاجراءات العلمية المتبعة في البحث العلمي التي تدل على قدرة المقياس على قياس الضغوط النفسية طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الممارسين لألعاب المضرب .

1 - التعريف بالبحث:**1-1 مقدمة البحث وأهميته:**

إن التطور الذي يشهده العالم في المجال الرياضي وطبيعة هذا التطور من خلال الانجازات العالية ومستوى تاثير المتغيرات النفسية ، وان علم النفس يقدم الكثير من هذه المهام الرياضية في تطوير وتحسين الحالة النفسية للرياضي وهو ماينعكس على المستويات

الرياضية ، ويعد علم النفس الرياضي محور مهم من محاور الدراسات العلمية في ميدان التربية البدنية من أجل الارتقاء بالإداء و تحقيق افضل الانجازات ومن دونه من الصعب تحقيق مستوى عال من الاداء المهاري والبدني.

ان الضغوط النفسية من الموضوعات التي بحثها العديد من علماء النفس عامة وعلم النفس الرياضي خاصة بدراساته ، ووضع معلومات متنوعة عنها و ذلك نظراً لما لها من دور في التأثير البالغ على الصحة النفسية و الجسمية لا سيما وأن الإنسان في العصر الحديث معرض للكثير من المتغيرات الحياتية والأحداث السلبية والمواقف التي أصبح من الصعب التوافق معها (1) .

يعد السلوك البشري الذي يعكس شخصية الرياضي وبيان نزعاته السلوكية من المسائل التربوية المهمة التي يوليها المربون والمتخصصون في مجال دراسة الشخصية الرياضية في علم النفس الرياضي أهمية خاصة لما له من تأثير على شخصية الرياضيين وتوجيهها في كثير من جوانب الحياة التي يعيشها ويشير (الطالب والويس 2000) إلى أن الشخصية هي السلوك المميز للفرد (1) .

وقد نال هذا الموضوع اهتمام الباحثين على المستويين العربي و العالمي وذلك لأهميته في إعداد الكادر التدريبي من الناحية النفسية لمواجهة الضغوط و التعامل معها من خلال أساليب مختلفة يمكن الحكم عليها وعلى نتائجها عن طريق إجراء الدراسات الميدانية في هذا الاتجاه العلمي . ونظراً لتعدد الفعاليات الرياضية وخصوصية كل منها فإن ذلك قد يسهم في حدوث حالات متباينة من الضغط النفسي لدى المدربين باختلاف قوانين ألعابهم وجمهورهم والحدث الرياضي الذي تجرى من خلاله المنافسة الرياضية . ولعل الطلاب هم من الأكثر تعرضاً لمستويات مختلفة من الضغوط النفسية الواقعة عليهم لأسباب ومتغيرات عديدة ومنها الجهد البدني الذي يتعرض له الطالب خلال مشاركته في البطولات لذا فإن أهمية البحث الحالي تتجلى في دراسة الضغوط النفسية لدى الطلاب وإيجاد العلاقة بينها وبين الامن النفسي للطلاب .

1-1 مشكلة البحث :

تعد المشاكل النفسية في الملاعب الرياضية بشكل عام وفي قاعة التدريب والمنافسات والبطولات بشكل خاص ، من القضايا التي تأخذ وقتاً أطول في البحث عن ايجاد الحلول لها من قبل المدربين ، وأن سلوك الطالب يتعرض إلى متغيرات نفسية منها الايجابية ومنها السلبية ، ومن هذه المتغيرات الضغوط النفسية التي تؤثر في أداء الطالب وبذلك سيلجأ إلى تصرف خارج عن إرادته مما يؤدي إلى استجابات انفعالية سلبية ، وبذلك سيكون إنشغال التدريسيين في محاولة تذليلها أو إنهائها ، فالطالب عندما يخسر المباريات كان رسمياً أم ودياً ، وأن يعبر المدرس عن عدم رضاه عن أدائه خلال الدروس او التدريب ويعد نفسه أفضل من منافسه سيلجأ إلى استعمال أسلوب يعوضه عن خسارته للبطولة ، ومن خلال عمل الباحث في المجال الرياضي وجد أنه لا بد من دراسة الامن النفسي ومسبباته وإيجاد الحلول له ، وبذلك سنقدم للطالب التوجيهات التي تساعد في تذليل الامن النفسي وتطور تدريباته وتحويل الامن النفسي للطالب إلى الايجابي ، ومن هنا تكمن مشكلة البحث في الإجابة عن التساؤل الآتي : هل الضغوط النفسية لها علاقة بالامن النفسي وما هو نوع هذه العلاقة طردية أم عكسية (ايجابية أو سلبية) ؟

2-1 أهداف البحث :

1_ بناء مقياس للضغوط النفسية لدى طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الممارسين لألعاب المضرب .

(1) ، طلعت منصور ، فيولا البيلاوي ؛ قائمة الضغوط النفسية للمعلمين ، (مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة 1989) ص 7 .

(1) عامر سعيد الخيكاني وأخران ؛ علم النفس الرياضي ، (ط 1 ، دار الضياء للطباعة والنشر ، النجف ، 2015) ص 48 .

2_ التعرف على مقياس للأمن النفسي لدى طلاب التربية الرياضية الممارسين لألعاب المضرب .

3_ التعرف على درجة الضغوط النفسية والامن النفسي لدى طلاب التربية الرياضية الممارسين لألعاب المضرب .

4_ التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والامن النفسي لدى طلاب التربية الرياضية كل حسب كليته.

3-1 فرض البحث :

4-1 هناك علاقة ارتباط عكسية بين الضغوط النفسية و الامن النفسي لدى طلاب كليات التربية البدنية و علوم الرياضة.

5-1 مجالات البحث :

- المجال البشري : طلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة للجامعات الحكومية والأهلية 2020 - 2021.

- المجال الزمني : المدة من 2020 / 12 / 15 ولغاية 2021 / 4 / 1 .

- المجال المكاني : القاعات الدراسية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة للجامعات الحكومية والأهلية.

3- إجراءات البحث :

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحث على المنهج الوصفي بأسلوبين المسحي والعلاقات المتبادلة لملائمتها طبيعة البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث على طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في محافظتي كركوك وصلاح الدين ، للعام الدراسي

(2020-2021) ، وبواقع (402) طالباً يمثلون (3) كليات وقسم واحد ، وقد تم تنفيذ اجراءات البحث عليهم بوصفهم عينة

للبناء والتطبيق ، وقد بلغت عينة البناء (282) طالباً ، وقد وزعت عليهم مقاييس الضغوط النفسية والامن النفسي بصيغتيهما

الأولية ، أما فيما يخص عينة التطبيق فقد اشتملت على (120) طالباً ، والجدول (1) يوضح ذلك :

الجدول (1) عدد أفراد مجتمع البحث

النسبة المئوية	المجموع	عينة التطبيق	عينة البناء		الجامعة	ت
			التجربة الاستطلاعية	التطبيق الاولي لعملية البناء		
% 22.388	90	27	--	63	كركوك	-1
% 39.801	160	48	10	112	تكريت	-2
% 23.383	94	28	--	66	الكتاب	-3
% 14.428	58	17	--	41	القلم	-4
% 100	402	120	10	282	المجموع	

3-3 أدوات البحث:

استعمل الباحث عددا من الوسائل البحثية وهي :

- استمارة الاستبيان
 - المقابلة الشخصية
 - المصادر والمراجع .
 - مقياس الضغوط النفسية
 - مقياس الامن النفسي .
- وفيما يأتي وصف لإجراءات الدراسة :

3-3-1 الخطوات العلمية لمقياس الضغوط النفسية:

يؤكد كرونباخ (Cronbach, 1970) على ضرورة أن يبدأ الباحث بتحديد المفاهيم التي يعتمدها في بناء المقياس قبل أن يبدأ بإجراءات بناء المقياس (1).

تطلب إعداد الصيغة الأولية لمقياس الضغوط النفسية عدة إجراءات بدأت بعملية صياغة فقرات المقياس بما يتلاءم ومجتمع البحث فضلاً عن وضع التعليمات المتعلقة بكيفية الإجابة عنها وطريقة التصحيح وهذه الإجراءات هي :

قام الباحث بالاطلاع على المصادر والمراجع والدراسات والمقاييس السابقة في التربية الرياضية وعلم النفس الاجتماعي التي تتعلق بأدبيات الضغوط النفسية وهي :

- دراسة مؤيد عبدالرزاق 2006 .
- دراسة نجات جميل 2006 .
- دراسة سامي حميد 2008 .
- دراسة باسم ناجي 2009 .

3-3-1-1 تحديد أسلوب صياغة الفقرات والإجابة عنها :

إن إعداد فقرات المقاييس النفسية يعدّ أهم خطوة في بنائها، إذ تتوقف دقة المقياس - في قياس ما وضع من أجل قياسه - إلى حد كبير على دقة فقراته وتمثيلها للسمة المراد قياسها. لذلك ينبغي على الباحث أن يكون على وعي تام بشروط إعداد الفقرات ومواصفاتها. إذ إن الخصائص القياسية (السيكومترية) للمقياس تعتمد بشكل كبير على الخصائص القياسية للفقرات (2).

اعتمد الباحث في صياغة الفقرات على آراء السادة الخبراء في اختيار بدائل المقياس وقد تم الاتفاق بنسبة (100 %) على ملائمة الفقرات للمقياس ، وستكون الإجابة عن الفقرات باختيار بديل واحد من خمسة بدائل ((دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، مطلقاً)) وتعطى لها الدرجات (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) على التوالي ، وقد روعي عند صياغة فقرات المقياس ما يأتي :

- أن تحتوي الفقرة على عبارة واحدة.
- عدم استعمال العبارات التي يحتمل أن يجيب عنها الجميع أو لا يجيب عنها أحد .
- أن تكون العبارات مصاغة بصيغة المتكلم .
- أن تكون الفقرة خالية من أي تلميح غير مقصود بالإجابة الصحيحة .

3-3-1-2 صياغة فقرات المقياس:

من شروط بناء المقاييس النفسية أن تكون فقراتها مفهومة وتعليمات الإجابة عنها واضحة للذين يُعدّ لهم المقياس. ويجب إخفاء الغرض الحقيقي من المقياس للحصول على بيانات صادقة³ . من خلال الاعتماد على الأسس الواردة في البحوث والدراسات

(1) Cronbach L. J. ؛ Essential of Psychological Testing , New York . Happer and Baw Publishers (1970) p 496 .

(2) سعد عبدالرحمن ؛ المقياس النفسي ، دار الفكر العربي ، عمان (1998) ، ص 440 .
 احمد محمد عبدالخالق: الاختبارات الشخصية ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، (1989) ص 65 .³

العلمية حول أساليب بناء المقاييس وبعد تحليل المقاييس المذكورة سابقاً تمت صياغة (52) فقرة لمقياس الضغوط النفسية الملحق (1) ، وقد تم عرض الفقرات المقترحة للمقياس على السادة الخبراء الملحق (3) لبيان مدى صلاحية الفقرات لمقياس الغرض الذي وضعت من أجله ، وقد تم حذف (4) لكونها لم تحصل على نسبة (75 %) حسب ما اتفقت عليه اراء السادة الخبراء والملحق (4) يبين المقياس بعد الاخذ برأي الخبراء والمكون من (48) فقرة وذلك ليتم توزيعه على عينة البناء للتحليل الاحصائي .

3-3-1-3 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاربعاء الموافق 13 / 1 / 2021 ، لبيان مدى صلاحية المقياس على عينة قوامها (10) طلاب من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة تكريت وبمساعدة فريق العمل المساعد ، وكان الغرض من إجرائها ما يأتي :

- 1- إعداد الصورة الأولى للفقرات قبل القيام بتحليلها إحصائياً .
- 2- التعرف على ملائمة الفقرات المعدة لهذا الغرض .
- 3- مدى وضوح الفقرات لعينة البحث ودرجة استجابته لها .
- 4- تجنب العبارات غير الواضحة وتبديلها بعبارات ملائمة .
- 5- احتساب زمن الإجابة والوقت الذي يستغرقه الطالب في الإجابة عن فقرات المقياسين ، إذ تراوح زمن الإجابة من (35 - 42) دقيقة .

- 1- التأكد من وضوح تعليمات المقياسين ومدى تجاوب المختبرين وتفهمهم للاختبارات .
- 2- اتخاذ الإجراءات المناسبة من حيث الصياغة اللغوية لإعداد صورة المقياسين بحيث تكون ملائمة للطلاب للإجابة عنها

3-3-1-4 التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الضغوط النفسية:

من مواصفات المقياس الجيد إجراء التحليل الإحصائي لفقراته للتمييز بين الأفراد الذين حصلوا على درجات عالية والذين حصلوا على درجات منخفضة في المقياس نفسه ، أي استخراج القوة التمييزية للفقرات . وقد تم إجراء التحليل الإحصائي لمقياس الضغوط النفسية بطريقتين هما :

3-3-1-4-1 أسلوب المجموعتين الطرفيتين :

ويرى ستانلي إن الهدف من تحليل الفقرات هو التأكد من كفايتها في تحقيق مبدأ الفروق الفردية الذي يقوم عليه المقياس ، فيتم حساب القوة لغرض الإبقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة ، ورتبت درجات اللاعبين البالغ عددهم (282) طالبا تنازلياً استناداً إلى أسلوب المجموعتين المتطرفتين إذ تم اختيار نسبة (27%) من الدرجات العليا والنسبة نفسها من الدرجات الدنيا لتمثلا للمجموعتين المتطرفتين ، إذ يؤكد ستانلي و هوبكنس " أن هذه النسبة تجعل المجموعتين مثاليتين من جانب الحجم والتمايز⁽¹⁾ ، وقد ضمت كل مجموعة (73) طالبا ، وقام الباحث بإجراء الاختبار التائي على المجموعتين المتطرفتين بهدف معرفة الفروق بينهما واعتمدت قيمة (ت) الدالة إحصائياً مؤشراً لتمييز الفقرات والجدول (2) يوضح ذلك .

الجدول (2) قيمة (ت) لفقرات مقياس الضغوط النفسية باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين

SIG	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا	
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي

* عبدالحكيم أحمد جمعة, طالب ماجستير , التربية الرياضية.
طه يوسف كريم , طالب ماجستير , التربية الرياضية.

(1) Stanly, C. J. & Hopkins, K. D.؛ Education and Psychological Measurement and Evaluation, Prentice Hall, New Jersey , (1972) p286 .

0,000	8.848	0,798	2,94	0,800	4,86	.1
0,000	7,880	0,791	3,13	0,881	4,70	.2
0,000	8,000	0,084	3,00	0,002	4,63	.3
0,061	1.475	0,719	4.46	0,704	4,36	.4
0,000	8,809	0,800	3,03	0,806	4,32	.5
0,000	8,438	0,884	3,29	0,002	4,23	.6
0,000	7,829	0,702	3,14	0,738	4,16	.7
0,000	7.953	0,812	3,18	0,040	4,10	.8
0,000	8.683	0,829	3,12	0,004	4,13	.9
0,000	5.643	0,714	3,34	0,811	4,01	.10
0,000	7.835	0,002	2,88	0,794	3,99	.11
0,000	0,826	0,834	3,10	0,704	3,98	.12
0,000	7,908	0,096	3,12	0,822	3,96	.13
0,000	7.911	0,800	3,01	0,739	3,90	.14
0,172	1.775	0,838	3.75	0,840	3,90	.15
0,000	7,016	0,061	2,99	0,762	3,90	.16
0,000	8.885	0,788	2,88	0,086	3,94	.17
0,000	7,704	0,813	2,94	0,838	3,92	.18
0,000	7,023	0,834	3,06	0,741	3,91	.19
0,000	6.889	0,741	2,90	0,804	3,91	.20
0,000	8.002	0,700	2,84	0,889	3,86	.21
0,000	6.913	0,882	2,88	0,731	3,80	.22
0,000	7,883	0,810	94.2	0,888	3,82	.23
0,000	6.786	0,734	2,88	0,783	3,82	.24
0,000	7,780	0,798	2,89	0,098	3,82	.25
0,104	1.874	0,808	3.86	0,753	3,79	.26
0,000	9,306	0,701	2,41	0,791	3,58	.27
0,000	7,908	0,808	2,78	0,701	3,00	.28
0,000	7,331	0,868	2,79	0,816	3,03	.29
0,000	4.442	0,730	3,30	0,703	3,44	.30
0,000	0,498	0,796	3,10	0,001	3,30	.31
0,000	8.520	0,703	2,28	0,708	3,23	.32
0,000	7,466	0,718	2,38	0,783	3,22	.33
0,000	7.943	0,863	2,14	0,824	3,18	.34
0,000	4.573	0,809	2,90	0,090	3,09	.35
0,148	0,391	0,094	3,03	0,094	3,08	.36
0,000	8,449	0,700	1,99	0,780	2,96	.37
0,000	1,390	0,598	2,81	0,675	2,96	.38
0,000	6.657	0,006	2,73	0,003	2,90	.39
0.000	5.419	0,708	2,88	0,740	2,94	.40

0.128	1.298	0.688	2.84	0.883	2.91	.41
0.000	5.949	0.846	2.83	0.668	2.88	.42
0.000	6.739	0.631	1.98	0.691	2.88	.43
0.007	938.0	0.080	2.86	0.618	2.88	.44
0.000	8.435	0.846	2.90	0.942	2.81	.45
0.182	1.342	0.080	2.40	0.639	2.60	.46
0.000	4.645	0.686	2.41	0.644	2.50	.47
0.000	5.823	0.618	2.24	0.501	2.41	.48

• معنوي اذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتضح من الجدول (3) أن القيم التائية لفقرات المقياس تراوحت بين (-0.391 – 8.809) وعند الرجوع إلى مستوى الدلالة (0.05) نجد أن الفقرات (4 ، 15 ، 26 ، 36 ، 41 ، 46) هي فقرات ضعيفة التمييز .
3-3-1-4-2 معامل الاتساق الداخلي :

تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول إلى القوة التمييزية للفقرات ، إذ إن هذه الطريقة تقدم لنا مقياساً متجانساً في فقراته بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل ، فضلاً عن قدرتها على إبراز الترابط بين فقرات المقياس ، وقد استعمل معامل الارتباط البسيط لبيرسون لتحقيق ذلك بواسطة نظام (SPSS) وكما هو موضح في الجدول (3) :

الجدول (3) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة بالمجموع الكلي لعينة البناء لمقياس الضغوط النفسية

Sig	قيمة r	ت	Sig	قيمة r	ت	Sig	قيمة r	ت
0.000	0.310	33	0.000	0.343	17	0.000	0.281	1
0.000	0.288	34	0.000	0.454	18	0.000	0.318	2
0.000	0.268	35	0.000	0.325	19	0.000	0.323	3
		36	0.000	0.315	20			4
0.000	0.430	37	0.000	0.456	21	0.000	0.208	5
0.001	0.198	38	0.001	0.188	22	0.000	0.298	6
0.000	0.339	39	0.106	0.053	23	0.000	0.228	7
0.000	0.332	40	0.000	0.299	24	0.000	0.354	8
		41	0.000	0.286	25	0.000	0.340	9
0.000	0.564	42			26	0.000	0.318	10
0.000	0.312	43	0.000	0.410	27	0.000	0.234	11
0.000	0.265	44	0.000	0.286	28	0.000	0.248	12
0.000	0.288	45	0.000	0.403	29	0.000	0.422	13
		46	0.000	0.260	30	0.000	0.588	14
0.000	0.283	48	0.000	0.238	31			15
0.000	0.218	48	0.085	0.049	32	0.000	0.248	16

• معنوي اذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتضح من الجدول (3) أن قيم معامل الارتباط بين فقرات مقياس الضغوط النفسية والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0.049 – 0.588) وعند الرجوع إلى جدول دلالة الارتباط وأمام مستوى معنوية (0.05) وفي ضوء ذلك فإن الفقرات (23 ، 32) هي فقرات غير مميزة .

وبذلك يكون عدد الفقرات المحذوفة (8) فقرة لكلا الطريقتين وبذلك يصبح المقياس مؤلفاً بصيغته الحالية بعد التحليل الإحصائي للفقرات من (40) فقرة الملحق (6) يبين المقياس بصيغته النهائية .
3-3-1-4-3 ثبات المقياس :

يعد الثبات من المؤشرات الضرورية كونه يعني " مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف لقياسها (1) ، ويشير ثبات الاختبار إلى اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد في عدد مرات الاختبار المختلفة .
وهناك عدة طرق لحساب الثبات اعتمد الباحث منها على : -

3-3-1-4-1-3 طريقة التجزئة النصفية :

لقد اعتمد الباحث على هذه الطريقة كونها تتطلب الاختبار لمرة واحدة فقط وقد تم الاعتماد على البيانات التي حصل عليها الباحث والمتعلقة بدرجات إجابات عينة البناء .

إن هذه الطريقة تعتمد على تجزئة الاختبار إلى جزأين ، الجزء الأول يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية ، والجزء الثاني يتضمن الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية ، إذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط لبيرون بين الدرجات المشار إليها أعلاه والذي بلغ (0.872) ، إلا أن هذه الطريقة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا يجب أن يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل ، وقد قام الباحث باستعمال معادلة (سبيرمان - براون)^{*} بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس (0,32) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

3-3-1-4-4 الخطأ المعياري للمقياس :

لو فحصنا أحد أفراد مجتمع البحث عدة مرات في مقياس الضغوط النفسية ضمن شروط واحدة فإننا سنحصل على درجة إما أعلى أو أقل أو الدرجة الأولى نفسها ، وهذا التذبذب يعود إلى أن المقياس لن يكون مثالياً من غير خطأ ، سواء أكان المقياس فيزيائياً أم نفسياً ، وهذا الخطأ له مصادر متعددة فربما يكون خطأ المقياس نفسه أو خطأ ناتجاً عن ظروف التطبيق ، والخطأ المعياري الذي يتم استخراجه الآن ما هو إلا تقدير كمي لهذه الأخطاء ، ويتم الحصول عليه عادة من الثبات ، وعند تطبيق معادلة الانحراف المعياري بلغت درجة الخطأ (±3.892) عندما كان معامل الثبات (0.872) وانحراف معياري قدره (3.008) وبناءً عليه فالدرجة الحقيقية للمقياس لأي لاعب هي الدرجة التي يحصل عليها في المقياس (±3.892).

3-3-1-4-5 وصف المقياس :

بعد أن أنجز الباحث المعاملات العلمية اللازمة لمقياس الضغوط النفسية من خلال الإجراءات السابقة أصبح المقياس مكوناً من (40) فقرة بصورته النهائية الملحق (6) للغة العربية وتكون الإجابة عن الفقرات باختيار بديل واحد من خمسة بدائل (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، مطلقاً) وتعطى لها الدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (40 - 200) ويكون المتوسط الفرضي للمقياس (120) .

3-3-2 الخطوات العلمية لمقياس الامن النفسي :

وقد تم اتباع الطرق السابقة نفسها لغرض التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الامن النفسي :

3-3-2-1 الصيغة الأولية لمقياس الامن النفسي :

من خلال الاعتماد على الأسس الواردة في البحوث والدراسات العلمية حول أساليب بناء المقاييس وبعد تحليل مقاسي (عصام محمد ، 2002) و (ياسر الحلبي الجاجان ، 2015) فقد تبني الباحث مقياس (ياسر الحلبي الجاجان) والمكون (44) فقرة والملحق (2) يبين ذلك ، وقد تم عرض الفقرات المقترحة للمقياس على السادة الخبراء لبيان مدى ملائمتها للبيئة العراقية الملحق (3) . وقد تم اتفاق السادة الخبراء على أن جميع الفقرات ملائمة لما وضعت لأجله وبذلك تكون الفقرات المعدة للبناء (

(1) صلاح الدين محمود علام ؛ القياس والتقويم التربوي والنفسى ، أساسياته - تطبيقاته - توجهات معاصرة ، ط 10 ، القاهرة ، دار الفكر العربي (2000) ، ص 131 .

* معادلة سبيرمان براون = 2×معامل الارتباط ÷ 1+معامل الارتباط

44) فقرة من مقياس الامن النفسي وذلك لحصولها على نسبة اتفاق 100% ، والملحق (5) يوضح فقرات المقياس بعد الأخذ بآراء السادة الخبراء لغرض التطبيق الأولي للمقياس للتحليل الإحصائي .

3-3-2 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية وبمساعدة فريق العمل المساعد لبيان مدى صلاحية المقياس على عينة قوامها (10) طلاب جامعة تكريت وذلك في يوم الاربعاء الموافق 14 / 1 / 2021 .

3-3-2 التحليل الإحصائي للفقرات:

3-3-2-1 اسلوب المجموعتين المتطرفتين :

قام الباحث بإجراء الاختبار التائي للمجموعتين المتطرفتين لمعرفة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة واعتمدت قيمة (ت) الدالة إحصائياً مؤشراً لتميز الفقرات والجدول (4) يوضح ذلك .

الجدول (4) القوة التمييزية لفقرات مقياس الامن النفسي

SIG	قيمة (t) المحسوبة	المجموعة الدنيا (٧٨)		المجموعة العليا (٧٨)		ت
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠,٠٠٠	٩,٠٥٥	٠,٦٤٩	٣,٣٨	٠,٧٤٤	٤,٤٠	.1
٠,٠00	٧,٩٦٧	٠,٧٢١	٣,٣٥	٠,٦٧٧	٤,٣٨	.2
٠,٠٠٠	٧,٤٩٨	٠,٧٠٩	٣,٢٤	٠,٦٦٩	٤,٢٨	.3
٠,٠٠٠	٩,٣٩٦	٠,٦١٨	٣,٠٥	٠,٥٩٧	٤,٢٧	.4
٠,٠٠٠	٧,٨٠٧	٠,٧٣٩	٣,٢٩	٠,٧١٥	٤,٢٧	.5
٠,٠٠٠	٨,٦٩٥	٠,٧٢٧	٣,١٣	٠,٧٥٢	٤,٢٣	.6
٠,٠٠٠	٦,٨٥٥	٠,٧٧٨	٣,٣١	٠,٦٣١	٤,٢٢	.7
٠,٠0٠	٧,٣٦٩	٠,٦٩٨	٣,٠٦	٠,٦٨٤	٤,١٩	.8
٠,٠٠٠	٧,٧٦٠	٠,٧١٠	٣,١٧	٠,٧٠٢	٤,١٨	.9
٠,٠٠٠	١٠,٦٠٨	٠,٧٧٩	٣,٠١	٠,٧٧٣	٤,١٩	.10
٠,٠٠٠	٦,٣١٣	٠,٦٧٨	٣,١٧	٠,٦٩١	٤,١٤	.11
٠,٠٠٠	٨,٣٣٨	٠,٧٨٣	٣,١٣	٠,٦٣٨	٤,١١	.12
٠,٠٠٠	5.823	٠,٥٥٦	٣,٠١	٠,٥٩٥	٤,٠٥	.13
٠,٠٠٠	5.834	٠,٨٠٠	٢,٧٢	٠,٧٨٥	٣,99	.14
٠,٠٠٠	6.239	٠,٧٩٠	٢,٧٨	٠,٨٤٣	٣,٩8	.15
٠,٠٠٠	٧,٠٤٤	٠,٦٧٩	٣,٠٨	٠,٦٩٧	٣,99	.16
٠,٠٠٠	4.657	٠,٨٠٠	٢,٧٢	٠,٧٨٥	٣,96	.17
٠,٠٠٠	5.812	٠,٧٩٠	٢,٧٨	٠,٨٤٣	٣,٩٤	.18
٠,٠٠٠	٨,٤١٣	٠,٧٠٢	٢,٨٨	٠,٧١٢	٣,٩٢	.19
٠,٠٠٠	٧,٠٥٣	٠,٦١٤	٢,٩١	٠,٦١٨	٣,٩١	.20
٠,٠٠٠	٦,٨٧٥	٠,٧٢٩	٢,٩٦	٠,٧٣٤	٣,٨٨	.21
0.000	5.983	0.811	2.85	0.764	3.87	.22
٠,٠٠٠	٧,٣٠٠	٠,٥٣٨	٢,٨٥	٠,٦٩٣	٣,٨٦	.23
٠,٠٠٠	٧,٢٤٩	٠,٦٩٧	٢,٨٨	٠,٧١٦	٣,٨٦	.24
٠,٠٠٠	٧,٣٣٣	٠,٧٥٤	٢,٩٥	٠,٧٧٤	3.85	.25

٠,٠٠٠	٥,٤٥٦	٠,٧٦٥	٣,٠١	٠,٦٣٧	٣,٨٣	.26
٠,٠٠٠	٧,١١١	٠,٧٠١	٢,٨١	٠,٧٨٣	٣,٨٣	.27
٠,٠٠٠	8.703	٠,٧٥٨	٢,٤٩	٠,٧٨٣	٣,٨٢	.28
٠,٠٠٠	7.453	٠,٦٥٨	٢,٨١	٠,٧٥٤	٣,٨١	.29
٠,٠٠٠	6.923	٠,٧١١	٢,٨٧	٠,٧٤٠	٣,٧٨	.30
٠,٠٠٠	٧,٢٦٦	٠,٥٩٦	٢,٨٥	٠,٥٠٩	٣,٧٧	.31
٠,٠٠٠	٩,٠٦٧	٠,٦٦٤	٢,٥١	٠,٨٦٧	٣,٧٧	.32
٠,٠٠٠	٨,٨٤٥	٠,٧٦٨	٢,٥٤	٠,٧٨٩	٣,٦٤	.33
٠,٠٠٠	٦,٨٧٢	٠,٦٣٢	٢,٥٥	٠,٦٣٦	٣,٥٣	.34
٠,00٩	4.772	٠,٦٧٥	٣,٤٢	٠,٧١٦	٣,٥٣	.35
٠,001	2.994	٠,٨١٧	٣,٢٧	٠,٧٣٢	٣,٥٠	.36
٠,٠٠٠	٦,٧٤٤	٠,٧١٣	٢,٥٩	٠,6٤٩	٣,٤٩	.37
٠,000	3.339	٠,٨٢٤	٣,١٣	٠,٧٩٨	٣,٣٢	.38
٠,000	4.657	٠,٨١٣	٣,٠٤	٠,٨١٣	٣,١٧	.39
٠,000	3.815	٠,٨٦٤	٢,٨٦	٠,٨33	٣,٠2	.40
٠,000	2.758	٠,٨٦٤	٢,٨٦	٠,983	٣,٠1	.41
٠,٠٠٠	٦,٤٣١	٠,٨٠٤	١,٩٩	٠,٧٣٨	٢,٨٨	.42
0.000	5.923	٠,٨٩٦	٢,٧٧	٠,٨١٣	٢,٨٣	.43
0.000	7.873	٠,٧١٣	٢,٦٠	٠,٧٤٤	٢,٦٩	.44

• معنوي اذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتضح من الجدول (4) أن القيم قد تراوحت بين (2.994 - 9.396) .

3-3- 2-3- 2 معامل الاتساق الداخلي :

وقد استعمل معامل الارتباط البسيط لبيرسون لتحقيق هذا الغرض بواسطة نظام (SPSS) على الحاسوب الآلي وكما هو موضح في

الجدول (5) .

الجدول (5) الاتساق الداخلي بين الفقرة والمقياس ككل

Sig	قيمة r	ت	Sig	قيمة r	ت	Sig	قيمة r	ت
٠,٠٠٢	٠,٢٤٨	31	٠,٠٠٠	0.362	16	0.000	٠,4٤٣	.1
٠,٠14	٠,298	32	٠,161	٠,445	17	٠,٠00	٠,384	.2
٠,٠٠٠	٠,٤٠٣	33	٠,٠٠٠	٠,٢٨٠	18	٠,٠٠٠	٠,٦٠٨	.3
٠,٠٠٠	٠,٣٦٨	34	٠,٠٠٠	٠,٦٠٧	19	٠,٠٠٠	٠,٥٩٩	.4
٠,٠٠٠	٠,٢٨٩	35	٠,٠٠٠	٠,٣٣٢	20	٠,٠١٩	٠,5٨٧	.5
٠,٠٠0	٠,٢٥٢	36	٠,٠٠٠	٠,٥٩٦	21	٠,٠٠٠	٠,٤٠٦	.6
٠,٠04	٠,205	37	٠,٠٠٠	٠,٤١٩	22	٠,٠٠٠	٠,٣٦٠	.7

٠,٠٠٠	٠,٢٩٠	38	٠,٠٣٥	٠,208	23	٠,٠٠٠	٠,٣٦٦	.8
٠,٠٠٠	٠,٢٧٧	39	٠,٠٠٠	٠,٤٠٣	24	٠,٠١١	٠,٢٠٤	.9
٠,٠٠٠	٠,٦٦٤	40	٠,٠٠٠	٠,٣٢٥	25	٠,٠٠0	٠,٢٤٧	.10
٠,000	٠,4٢٦	41	٠,٠٠١	٠,٢٦١	26	٠,٠00	٠,35٨	.11
٠,٠٠٠	٠,٢٨٥	42	٠,٠٠٦	٠,٢٢١	27	٠,٠0٢	٠,3٥٦	.12
٠,000	٠,43٧	43	٠,٠٠٠	0.561	28	٠,٠٠٠	٠,٣٤٢	.13
0.000	0.539	44	٠,٠٠٠	٠,٤٢٥	29	٠,٠00	٠,428	.14
			٠,٠٠٠	٠,3٤١	30	٠,٠٠٠	٠,٣٤٣	.15

• معنوي اذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتضح من الجدول (5) أن القيم لفقرات المقياس تراوحت من (0.204 - 0.608) وبهذا يبقى المقياس بصيغته النهائية من (44) فقرة الملحق (7) المقياس بصيغته النهائية .

3-3-2-3 ثبات المقياس :

وهناك عدة طرق لحساب الثبات وقد اعتمد الباحث على الأسلوب نفسه الذي اعتمد لحساب ثبات مقياس الامن النفسي وهي :-

3-3-2-1 طريقة التجزئة النصفية :

إذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين الدرجات المشار إليها آنفاً والذي بلغ (0.911) ، إلا أن هذه الطريقة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا يجب أن يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل ، وقد قام الباحث باستعمال معادلة (سبيرمان - براون) بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس (0.953) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

3-3-2-4 الخطأ المعياري للمقياس :

الخطأ المعياري ما هو إلا تقدير كمي لهذه الأخطاء ، والذي يتم الحصول عليه عادة من الثبات ، وعند تطبيق معادلة الانحراف المعياري بلغت درجة الخطأ (± 3.803) عندما كان معامل الثبات (0.825) والانحراف المعياري قدره (3.865) وبناءً عليه فإن الدرجة الحقيقية للمقياس لأي لاعب هي الدرجة التي يحصل عليها في المقياس (± 3.803) .

3-3-2-5 وصف المقياس :

بعد أن أنجز الباحث المعاملات العلمية اللازمة لمقياس الامن النفسي من خلال الإجراءات السابقة أصبح المقياس مكوناً من (44) فقرة بصورته النهائية والملحق (7) تكون الإجابة عنه من خلال اختيار بديل واحد من بدليين (نعم ، لا) وتعطى لها الدرجات (1 ، 2) على التوالي . وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (44 - 88) والمتوسط الفرضي بلغ (66).

3-4 التطبيق النهائي للمقياسين :

ولأجل التعرف على العلاقة بين مقياسي الضغوط النفسية والامن النفسي لعينة البحث ، ولتحقيق أهداف البحث الأخرى ، تم تطبيق المقياسيين وبمساعدة فريق العمل المساعد على عينة التطبيق والبالغ عددها (120) طالبا يمثلون كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة (كركوك ، تكريت ، الكتاب ، القلم) في يوم الاحد الموافق 14 / 3 / 2021 وبمساعدة فريق العمل المساعد .

3-5 الوسائل الإحصائية :

- استعمال الباحث الحاسوب الآلي على وفق نظام (SPSS) لتحليل البيانات في البحث الحالي .

4 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

بعد الانتهاء من خطوات بناء مقياس الضغوط النفسية واعداد مقياس الامن النفسي تمكن الباحث من جمع البيانات الاولية لغرض تحليلها احصائيا وفق البرنامج الاحصائي (SPSS) وفيما يأتي عرض لنتائج الدراسة ومناقشتها :

فيما يلي الجدول (6) والذي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسط الفرضي لدرجات عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية ، والجدول (6) والشكل (6) يبينان ذلك.

جدول (6)

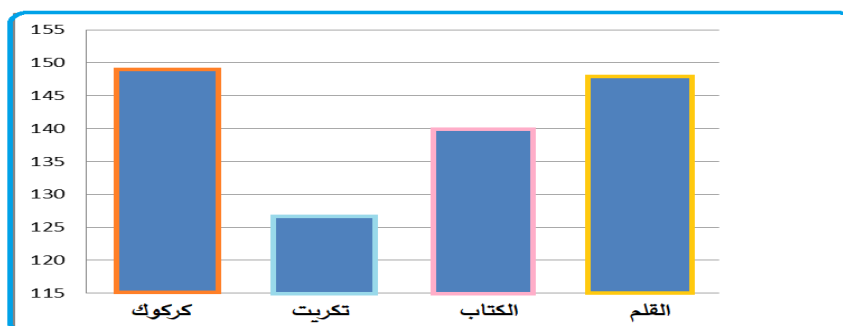
يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث في مقياس الضغوط النفسية

المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الجامعة	ت
*120	11.747	148.745	كركوك	1
	10.431	126.398	تكريت	2
	13.0284	139.705	الكتاب	3
	14.388	147.882	القلم	4
	12.399	140.682	للعينة ككل	6

يتبين في الجدول اعلاه ان الأوساط الحسابية لعينة البحث على مقياس الضغوط النفسية وكل حسب كليته تراوحت بين (126.398 - 148.745) والانحرافات المعيارية كانت (10.431 - 13.0284) وعند مقارنة الأوساط الحسابية المبينة في الجدول مع المتوسط الفرضي والبالغ (120) نلاحظ انه جميعا اعلى منه ، وهذا يعني ان عينة البحث تتعرض الى ضغوط نفسية في حياتهم الدراسية والعامية وهو ما يؤثر على سير العملية التعليمية ، ويعزو الباحث أسباب هذه الضغوط إلى أنها تعود الى ان افراد عينة البحث يعانون منها تجاوزت المتوسط الفرضي ، وعليه فان اسبابها كثيرة ومتداخلة وان العديد من الدراسات التي تطرقت الى مصطلح الضغوط النفسية في المجال الرياضي ان العملية التعليمية والتدريسية بحد ذاتها تمثل صراعا داخليا وخارجيا تفرضه طبيعة سير هذه العملية من خلال القواعد والقوانين التي تحكم تنظيم وإدارة المحاضرات والتدريب لزيادة تطوير مهاراتهم في مجال الفعالية كما تلعب أهمية ومستوى ومكان المحاضرات وشخصية المدرسين الاكاديميين وسياسية ادارة الكلية دورا في توجيه هذا الصراع فضلا عن الصراع الداخلي الذي يعاني منه الطالب الممارس لأي فعالية رياضية ، والمتمثل بتحقيق قدراته اولا ومواصلة تقويم قدراته قياسا بزملانه الطلبة الاخرين ، ومن هنا فان مجمل هذه الصراعات تتولد عنها افكار ومشاعر وانفعالات لدى الرياضي بحيث تشكل له ضغطا نفسيا يستجيب له استجابات متنوعة تكون بصورة تغيرات هرمونية ومظاهر نفسية واضطرابات سلوكية وتتفق نتائج البحث مع ما

* المتوسط الفرضي = مجموع البدائل ÷ عدد البدائل × عدد الفقرات

اشار اليه علاوي الى ان المنافسة الرياضية تعد من اهم مصادر الضغوط النفسية ، فضلا عن انها تشكل ضغطا نفسيا يعمل على تنشيط العمليات الفسيولوجية في صورة مواجهة للموقف المثير، كما ان الضغط النفسي يرتبط ارتباطا وثيقا بالطاقة النفسية اذ إنه عندما يواجه الرياضي موقفا ما يفوق قدراته للقيام به سوف يمر بضغط نفسي ناتج عن القلق (1)



الشكل (7)

يبين الأوساط الحسابية لعينة البحث في مقياس الضغوط النفسية

يوضح الشكل (7) قيم أوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث حسب درجاتهم على مقياس الضغوط النفسية وفق كلياتهم .

جدول (7) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث في مقياس الامن النفسي

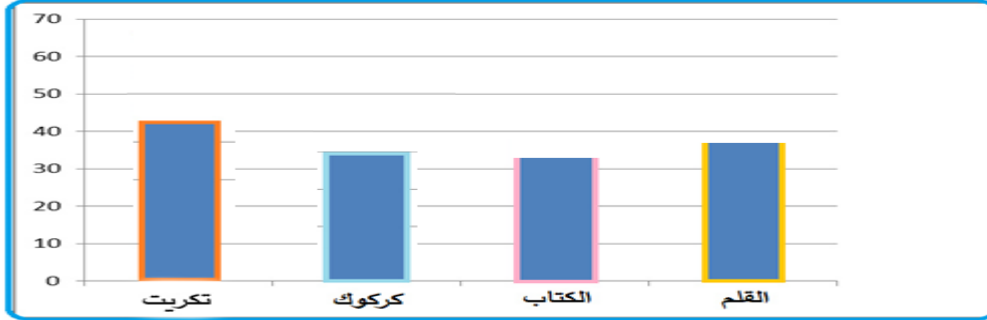
المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الجامعة	ت
66	6.301	35.233	كركوك	1
	6.884	42.439	تكريت	2
	5.993	32.385	الكتاب	3
	6.750	37.584	القلم	4
	6.482	36.915	للعينة ككل	6

يتبين في الجدول اعلاه ان الأوساط الحسابية لعينة البحث على مقياس الامن النفسي وكل حسب كليته تراوحت بين (32.385 - 35.233) والانحرافات المعيارية كانت (5.993 - 6.884) وعند مقارنة الأوساط الحسابية المبينة في الجدول مع المتوسط الفرضي والبالغ (66) نلاحظ انها جميعا اعلى منه ، وهذا يعني ان عينة البحث تمتلك امنا نفسيا يبعث عليهم بالقلق وعدم الارتياح في حياتهم الدراسية والعامه وهو ما يؤثر على سير العملية التعليمية ، ويزيد من نسبة تعرضهم للضغوط النفسية ، ويرى الباحث ذلك أن هذه القيم تعتبر نتيجة مقبولة و قريبة من الحقيقة والواقع الذي يعيشه طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لأنها تبين مدى أهمية الامن النفسي في دعم الصحة النفسية والحالة البدنية والمهارية للطلبة في الكليات ، وتوفيره نوعاً من الوقاية والحماية للطلاب من التعرض الى ضغوط عالية تسبب له الألم والمعاناة خلال فترة الدراسة ، وهذا ما أكده ماسلو (Maslow,1942) إذ ذهب إلى أن عدم التواصل والتفاعل مع الآخرين هي من السمات الرئيسية التي يتسم بها الفرد غير الآمن نفسياً (2) ، ويشير الشميمري وبركات (2011) إلى أن انعدام الشعور بالأمن النفسي قد يكون سبباً في حدوث بعض اضطرابات نفسية ، وأن تأثير

محمد حسن علاوي (2018): مدخل في علم النفس الرياضي، ط7، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، ص 25. (1)

(2) Maslow A.(1998): **Towards A psychology of Being**, Foreword by Lowry , Richard , Printed in The United States if America , Published in Canada , Third Edition,p453.

الشعور بضعف الأمن يختلف من شخص إلى آخر، ومن مرحلة عمرية إلى أخرى ومن مجتمع إلى آخر. وبالتالي فالشعور بالأمن النفسي يعني الطمأنينة الانفعالية والتحرر من الشعور بالقلق والتهديد والخوف، وحسن التوافق مع الذات ومع البيئة المحيطة إذ يعتبر أحد مميزات الأمن النفسي والصحة النفسية⁽¹⁾.



الشكل (9) يبين الأوساط الحسابية لعينة البحث في مقياس الأمن النفسي

يوضح الشكل (9) قيم أوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث حسب درجاتهم على مقياس الأمن النفسي.

جدول (8) يبين قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الضغوط النفسية والأمن النفسي لعينة البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	Sig	الفروق
الضغوط النفسية	140.682	12.399	-0.649	0.000	معنوي
الأمن النفسي	36.915	6.482			

• معنوي إذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتبين من الجدول (8) أن قيمة (r) المحسوبة وبالقيمة (0.649-) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي أقل من مستوى دلالة (0.05)، وهذا يعني أن العلاقة بين الضغوط النفسية والأمن النفسي علاقة ارتباط سلبية، وهذا يعني أن الأمن النفسي يتأثر بدرجة الضغوط النفسية، فكلما ارتفعت درجة الضغوط النفسية قل الأمن النفسي وبالعكس، ويعزو الباحث ذلك إلى أن هناك تأثيرات سلبية عكسية مع الضغوط النفسية، وأن الشعور بالأمن النفسي يخفف عن الطالب مشاعر الألم والتعب النفسي، ويساعده على مواجهة مواقف الضغوط النفسية والمشكلات التي يتعرض لها في الكلية وخارجها، ومن ثم فإنه يمكن تفسير ذلك بأنه في ظل غياب الأمن النفسي أو انخفاضه قد تنشأ اضطرابات نفسية تؤدي إلى زيادة تعرضهم للضغوط النفسية لديهم بسبب عدم استقرار الصحة النفسية عند الطلاب.

وبذلك فإن التقدير والحب والثقة بالنفس والاستقرار الاجتماعي له التأثير الإيجابي لمستوى الأمن النفسي في تعزيز الصحة النفسية للطلبة، كون الأمن النفسي يعتبر من أهم مصادر الصحة النفسية للفرد، ومن ثم أنه يمكن التنبؤ بأن شعور الطلبة بالأمن النفسي قد ينشأ من سمة الانبساطية لديهم حيث تشير في مضمونها إلى الدفاء، والعلاقات الاجتماعية، والألفة والمودة، والتفاؤل، والمرح، والحيوية، والأمان، والحب والانفعالات الإيجابية، كل هذه تساعد الطالب على أن يشعر بالأمن النفسي والتقليل من الضغوط النفسية، فالعلاقات الاجتماعية للطلبة تزيد البهجة والسرور والسعادة، وبالتالي يتأثر الشعور بالأمن النفسي إيجابياً،

⁽¹⁾ هدى الشميمري؛ وأسيا بركات؛ (2011) مستوى الأمن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) لدى الطلبة الجامعية في ضوء الحالة الاجتماعية والتخصص والمستوى العلمي، المؤتمر السنوي السادس عشر، للارشاد النفسي بجامعة عين شمس، للارشاد النفسي مصر بعد ثورة 25 يناير (ص 721).

أي أن الامن النفسي يتأثر بالحالة النفسية التي يمر بها الطالب فكلما كانت حالته النفسية مستقرة وجيدة كلما ازداد شعوره بالامن النفسي وعليه يميل الطالب إلى ان يظهر بمظهر لائق اجتماعياً ، حيث يشير خماس (2007) بوضع المتغيرات الحضارية والثقافية للمجتمع في الاعتبار عند التعامل مع هذا الطالب الجامعي ، وتظهر لديه ثلاث استجابات تدل على عدم شعوره بالاستقرار وفقدانه للامن النفسي تتمثل: الشعور بالضيق النفسي الشديد ، والانسحاب ، والتجنب الاجتماعي⁽¹⁾.

جدول (9) يبين قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الضغوط النفسية والامن النفسي لطلاب جامعة كركوك

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	Sig	الفروق
الضغوط النفسية	148.745	11.747	-0.732	0.000	معنوي
الامن النفسي	35.233	6.301			

• معنوي اذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتبين من الجدول (9) أن الوسط الحسابي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة كركوك كان (148.745) والانحراف المعياري (11.747) والوسط الحسابي للامن النفسي كان (35.233) والانحراف المعياري (6.301) وظهرت قيمة معامل الارتباط (r) المحسوبة وبالبالغة (0.732) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي اعلى من مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يعني أن العلاقة بين الضغوط النفسية والامن النفسي علاقة ارتباط سلبية عالية .

جدول (10) يبين قيمة معامل الارتباط البسيط بين الضغوط النفسية والامن النفسي لطلاب جامعة تكريت

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	Sig	الفروق
الضغوط النفسية	126.398	10.431	-0.562	0.000	معنوي
الامن النفسي	42.439	6.884			

• معنوي اذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتبين من الجدول (10) أن الوسط الحسابي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة تكريت كان (126.398) والانحراف المعياري (10.431) والوسط الحسابي للامن النفسي كان (42.439) والانحراف المعياري (6.884) وظهرت قيمة معامل الارتباط (r) المحسوبة وبالبالغة (0.562) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي اعلى من مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يعني أن العلاقة بين الضغوط النفسية والامن النفسي علاقة ارتباط سلبية عالية .

جدول (11) يبين قيمة معامل الارتباط البسيط بين الضغوط النفسية والامن النفسي لطلاب كلية القلم

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	Sig	الفروق
الضغوط النفسية	139.705	13.0284	-0.361	0.000	معنوي
الامن النفسي	32.385	5.993			

• معنوي اذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتبين من الجدول (11) أن الوسط الحسابي لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بكلية القلم جامعة كركوك كان (139.705) والانحراف المعياري (13.0284) والوسط الحسابي للامن النفسي كان (32.385) والانحراف المعياري (5.993) وظهرت قيمة معامل الارتباط (r) المحسوبة وبالبالغة (0.361) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي اعلى من مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يعني أن العلاقة بين الضغوط النفسية والامن النفسي علاقة ارتباط سلبية .

جدول (12) يبين قيمة معامل الارتباط البسيط بين الضغوط النفسية والامن النفسي لطلاب جامعة الكوفة

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	Sig	الفروق
-----------	---------------	-------------------	----------------	-----	--------

خماش، احمد (2007) أبعاد الشخصية لطلبة الدبلوم المهني في قطاع غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة، فلسطين ، ص 23

معنوي	0.000	0.452-	14.388	147.882	الضغوط النفسية
			6.750	37.584	الامن النفسي

• معنوي اذا كانت قيمة $SIG > 0.05$

يتبين من الجدول (12) أن الوسط الحسابي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الكتاب كان (147.882) والانحراف المعياري (14.388) والوسط الحسابي للامن النفسي كان (37.584) والانحراف المعياري (6.750) وظهرت قيمة معامل الارتباط (r) المحسوبة وبالبالغة (0.452) عند مستوى الدلالة (0.000) وهي اعلى من مستوى دلالة (0.05) ، وهذا يعني أن العلاقة بين الضغوط النفسية الامن النفسي علاقة ارتباط سلبية عالية .

5- الاستنتاجات و التوصيات:

1-5 الاستنتاجات:

1. فاعلية مقياس الضغوط النفسية والذي قام الباحث ببنائه من خلال الاجراءات العلمية المتبعة في البحث العلمي التي تدل على قدرة المقياس على قياس الضغوط النفسية طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الممارسين لألعاب المضرب

2. يعاني طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الممارسين لألعاب المضرب من ضغوط نفسية بشكل عام .

3. اتسم طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الممارسين لألعاب المضرب من درجة واطنة على مقياس الامن النفسي في الوقت الراهن .

4. العلاقة عكسية بين الضغوط النفسية والامن النفسي وكلما زادت درجة الضغوط النفسية قل الشعور بالامن النفسي طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الممارسين لألعاب المضرب.

2-5 التوصيات:

1. اعتماد مقياس الضغوط النفسية في تقدير مستوى الضغوط النفسية الواقعة على طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الممارسين لألعاب المضرب.

2. الخوض في اجراء دراسات اخرى عن الضغوط النفسية والامن النفسي على عينات اخرى ومستويات مختلفة من الاعمار لمختلف الفعاليات الرياضية .

3. التأكيد على استخدام الوسائل العلمية في التهيئة النفسية للطلاب الممارسين لألعاب المضرب التي تعزز من التحكم بالضغوط النفسية وتزيد من الامن النفسي .

4. العمل على تعزيز العلاقات الاجتماعية وتنميتها لتحقيق امن نفسي عالي لدى عينة البحث .

5. اجراء اختبارات دورية لتقييم مستوى الضغوط النفسية طوال فترة الدراسة .

المصادر العربية :

- طلعت منصور ، فيولا البيلوي ؛ قائمة الضغوط النفسية للمعلمين ، (مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة 1989).

- بثينة منصور الحلو ؛ مركز السيطرة والتعامل مع الضغوط النفسية ، رسالة ماجستير ، كلية الاداب ، جامعة بغداد ، (1989) ،

- عامر سعيد الخيكاني وآخران ؛ علم النفس الرياضي ، (ط 1 ، دار الضياء للطباعة والنشر ، النجف ، 2015) .

- سعد عبدالرحمن ؛ القياس النفسي ، دار الفكر العربي ، عمان (1998) ، ص 440 .
- احمد محمد عبدالخالق: الاختبارات الشخصية ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، (1989) ص 65.
- صلاح الدين محمود علام ؛ القياس والتقييم التربوي والنفسي ، أساسياته - تطبيقاته - توجهات معاصرة ، ط 10 ، القاهرة ، دار الفكر العربي (2000) .
- محمد حسن علاوي (2018): مدخل في علم النفس الرياضي، ط7، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
- ⁽¹⁾هدى الشميمري ؛ وآسيا بركات ؛ (2011) مستوى الامن النفسي (الطمأنينة الانفعالية) لدى الطالبة الجامعية في ضوء الحالة الاجتماعية والتخصص والمستوى العلمي ، المؤتمر السنوي السادس عشر، للارشاد النفسي بجامعة عين شمس ، للارشاد النفسي مصر بعد ثورة 25 يناير (ص 721 .
- خماش، احمد (2007) أبعاد الشخصية لطلبة الدبلوم المهني في قطاع غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة، فلسطين .
- Onyehaly Anthony S (1981) : Identity Crisis in adolescence Adolescence Vol. XVI NO. 63 .
- Stanly, C. J. & Hopkins, K. D.؛ Education and Psychological Measurement and Evaluation, Prentice Hall, New Jersey , (1972)
- Barlow, D. (1995). Abnormal psychology. New York: Brookes/Cole
- Richman, N. (2002). Overview of behavior and emotional problems. New York: John Wiley.
- Cooper, M.."Covariation among a children problem behaviors". Child Development, 91(1), (2004), p. 2032-2046
- Markus, H (2003) "Culture and the self: Implication for cognition, emotion, and motivation". Psychological Review, 138(3) .

ملحق (2) مقياس الامن النفسي للطلاب

ت	الفقرات	نعم	لا
1	يُظهر الآخرون احترامهم لي		
2	أشعر بالأمان والاستقرار في حياتي		
3	أتجنب التعرض للمواقف المزعجة		
4	أستطيع الانسجام مع الآخرين		
5	أشعر أن أصدقائي في الجامعة يسخرون مني		
6	وجودي مع اصدقائي يشعرنني بالطمأنينة		
7	يُمكّني الوثوق بالآخرين		
8	أجد صعوبة في إقامة صداقة مع أي زميل في الجامعة		
9	أشعر بالتهديد عندما أتعرض للانتقاد		
10	أنا راض عن نفسي		
11	أنزعج عندما أرى الآخرين مسرورين		
12	يُجرح شعوري بسهولة		
13	أحب ان يكون لي صديق يشاركني أفراسي وأحزاني		
14	أتقبل ما لدي من قدرات عقلية		

ت	الفقرات	نعم	لا
15	أشعر بأن الحياة كئيبة ومتعبة		
16	لدي عدد كبير من الأصدقاء		
17	اعتبر نفسي سعيداً في الحياة		
18	يرى اهلي اني سيء السلوك		
19	عندما أمشي بثقة وارتياح أشعر بالطمأنينة		
20	أشعر بأنني عبء ثقيل على الآخرين		
21	أشعر أنني شخص غير مرغوب فيه في الاسرة		
22	تتفق دراستي مع ميولي وأهدافي		
23	أعتقد أنني متقلب المزاج		
24	أكظم غيظي عندما يضايقني صديق		
25	يُعاملني الآخرون بعدل		
26	أشعر بالسعادة لان علاقتي برفاقي جيدة		
27	أتفاعل مع الآخرين في المواقف الاجتماعية		
28	أشعر بحب المدرسين لي		
29	أشعر بالمودة والمحبة من الآخرين لي		
30	لدي إيمان كاف بقدراتي		
31	أشعر بخوف دائم على الأشخاص الذين أحبهم		
32	أشعر بالراحة عندما أكون مع رفاقي		
33	أتصرف بثقة تامة في المناسبات الاجتماعية		
34	أشعر بالقدرة على اتخاذ قراراتي بنفسي وتنفيذها		
35	أكره أن أكون وحدي		
36	أشعر أنني أتمتع بصحة جيدة		
37	أعتقد أن طفولتي كانت سعيدة		
38	أشعر بأن الآخرين لا يقدرّون أعمالي		
39	أشعر بالسعادة والرضا بالرغم من وجود مشكلات في حياتي		
40	أكره العيش في هذا العالم		
41	أحب للآخرين ما أحب لنفسي		
42	أشعر بأنني عديم الفائدة في هذه الحياة		
43	أعتبر أي همس بين اصدقائي يقصدونني		
44	أعتمد على نفسي في حل المشكلات التي تواجهني		

ملحق (3)

مقياس الضغوط النفسية بصيغته النهائية

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	مطلقاً
1	أشعر بتسارع ضربات قلبي قبل المنافسات					
2	أشعر بأن الوسائل الميسرة لإنجاز البطولة غير متوفرة في الكلية					
3	أضطرب نفسياً حينما يكون هناك منافسة					
4	الالتزام بالأنظمة والتعليمات والاجراءات حرفياً يسبب لي الازعاج					
5	أشعر بعدم رضا أسرتي لمشاركتي في المنافسات والبطولات					
6	أعتقد ان الاخفاق يعود للحظ					
7	يزعجني اهتمام ادارة الكلية ببعض الطلاب دون استحقاقهم					
8	أفكر في عواقب خسارة المنافسة					
9	يلومني زملائي على اخطائي في المنافسات					
10	اعاني من قلة التعاون من قبل زملائي في الدراسة					

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	مطلقاً
11	أشعر بانني شخص عصبي					
12	اعاني من اضطرابات بالوزن قبل المنافسات					
13	اصاب بالإحباط عند مشاركتي بالمنافسات القوية					
14	أشعر بأنني لا أستطيع ان أتجاوز على أي موقف يواجهني					
15	يضايقتني تدخل بعض الطلاب في اموري الشخصية					
16	لا أستطيع الاحتفاظ بتركيز انتباهي حتى نهاية المنافسة					
17	أكون سعيداً إذا تم تكليفي بمهمة اجتماعية					
18	أشعر بعدم الارتياح من نصائح زملاني					
19	أتوقع أن أداني لن يكون مميزاً					
20	اعاني من التعب الفكري والنفسي قبل المنافسات					
21	شعوري بالعزلة مع الاخرين يسبب لي القلق					
22	أشعر ان ادارة الكلية تهتم بالنتائج فقط					
23	أفضل أداء الإحماء للمباراة دون التحدث مع الاخرين					
24	اعتقد ان معايير تقييم اداء الطلبة غير موضوعية					
25	أشعر بالراحة والألفة مع اسرتي					
26	أشعر بحالتي النفسية متدنية أحياناً					
27	المشاكل بين الطلبة تزيد من استنارتي					
28	يضايقتني عدم اهتمام اسرتي بتحقيق أفضل الأداء ومستوى عالي للدراسة					
29	الإصابة البسيطة تؤثر على اداني في المنافسات.					
30	أخشى من نقد المجتمع في حالة عدم أداني بصورة جيدة					
31	اعتقد ان الاتصال مع إدارة الكلية صعب جدا					
32	أجد صعوبة مع التأقلم مع النظام الجامعي					
33	لا أتقبل انتقادات الجمهور لمستواي بروح معنوية عالية					
34	أقلق كثيراً حين يتم استدعائي لوجود مشكلة ما					
35	اعتقد ان اهدافي لا تتحقق كما اريد					
36	يزعجني الاحاح لمشاركة زملاني في مناسباتهم					
37	أبتعد من الأماكن المشبوهة بانتشار الوباء					
38	أؤمن بالقضاء والقدر ولا يخيفني خبر أنتشار الفايروس بكثرة					
39	أخشى أن أكون معرضاً للإصابة بالفايروس					
40	أشعر بأن لياقتي انخفضت بسبب وباء كورونا					



Building a psychological resilience scale for teachers of the faculties of physical education and sports sciences in the universities of the Kurdistan Region – Iraq

Sara Akram Hamid ^{1*}

Diyar Kamal Assad ¹

1- College of Physical Faculty of Education - Department of Sports / University of Sulaymaniyah

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.41>

Article info.

Article history:

-Received: 11/5/2021

-Accepted: 30/5/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- Psychological
- resilience
- relationship
- teachers
- Sports Science

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The current study aims at: Build a measurable psychological resilience and prepare a measurable job satisfaction for teachers at the faculties of physical education and sports science at Kurdistan Region-Iraq, and Identify psychological resilience and job satisfaction more among the teaching staff at the faculties of physical education and sports science at the universities of the Kurdistan region-Iraq.

The research issue necessitated the researcher to use the descriptive method in correlational studies to suit with the nature of the research. The total of the original research community samples for the research consisted of (329) teaching staff, of whom (269) were male and (60) female teachers representing colleges and departments of physical education and sports science in the Kurdistan region-Iraq universities. The research sample were taken of (270) teachers selected randomly and by lot, at a rate of (82.07%). The samples were distributed, 120 for the fundamental sample and 100 for the application sample. 10 teachers were chosen as the first survey samples, and 10 teachers were chosen as a second survey samples. And 30 resolution samples were chosen randomly by lot. After analyzing and displaying the results, the researcher came out of several conclusions, including:

1. The effectiveness of the psychological resilience scale, which the researcher structured by following the scientific procedures, which indicated the ability of the scale in measuring the psychological resilience of the teaching staff in the faculties and departments of physical education and sports science in the universities of Kurdistan region-Iraq.
2. The effectiveness of the job satisfaction scale that the researcher has adapted by following a number of scientific procedures such as modification, deletion, and the adaption followed in the scale to suit the research sample under study.

* Corresponding Author. saraakram294@gmail.com - College of Physical Faculty of Education - Department of Sports / University of Sulaymaniyah.

بناء مقياس الصمود النفسي لمدرسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة
في جامعات إقليم كردستان _العراق

تاريخ البحث
- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

أ.م.د. ديار كمال اسعد

سارة اكرم حميد

الكلمات المفتاحية

كلية التربية الرياضية /جامعة السليمانية

- الصمود النفسي

- الرضا الوظيفي

- العلاقة

- المدرسين

- علوم الرياضة

الخلاصة:

تهدف الدراسة الحالية الى بناء مقياس الصمود النفسي وإعداد مقياس الرضا الوظيفي لدى تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعات إقليم كردستان - العراق والتعرف على مستوى الصمود النفسي لدى تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعات إقليم كردستان - العراق اضافة الى التعرف على نوع العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي والرضا الوظيفي لدى تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعات إقليم كردستان - العراق .

اعتمدت الباحثة على استخدام المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية كان مجتمع البحث للبحث يتكون من (329) تدريسياً منهم (269) تدريسياً من الذكور و(60) تدريسياً من الاناث، يمثلون كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وأقسامها في جامعات إقليم كردستان- العراق ، وقد تم اختيار عينة البحث البالغة (270) تدريسياً بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة بنسبة بلغت (82.07%) ، توزعت بواقع (120) تدريسي عينة البناء و(100) تدريسي عينة التطبيق ، وتم اختيار (10) تدريسيين كعينة استطلاعية .

وبعد عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها توصلت الباحثة الى عدة استنتاجات منها :

1. فاعلية مقياس الصمود النفسي الذي قامت الباحثة ببنائه باتباعها الإجراءات العلمية التي دلت على قدرة المقياس في قياس الصمود النفسي لتدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وأقسامها في جامعات إقليم كردستان-العراق.
2. فاعلية مقياس الرضا الوظيفي الذي قامت الباحثة بتطويعه (تكيفه) بإتباع عدد من الإجراءات العلمية كالتعديل والحذف و التطويح المتبع في المقياس لتلائم عينة البحث قيد الدراسة .

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

تعدّ الجامعات من أهم المؤسسات التعليمية المؤثرة في رفق المجتمعات بالملاكات البشرية وتأهيلها ودفعها وتوجيهها نحو التطور والإسهام في تنمية القدرات واستثمار الطاقات لخدمة المجتمعات في مختلف المجالات، ومنها المجال الرياضي نظراً للدور الكبير الذي يؤديه في استثمار الطاقات البشرية التربوية التي

تُعدُّ أساس المجتمع الناهض والمتقدم لتشكيل الحياة وتنظيمها من وقت إلى آخر ، وباعتبار التربية الرياضية احد المؤسسات الهامة في تطوير طاقات افراد المجتمع وقدراتهم , ويعد أساتذتها العامل المهم والركيزة الأساسية في خلق أجيال متكاملة تسهم في بناء الوطن من خلال إعدادهم تربوياً ونفسياً وعلمياً وبدنياً وثقافياً واجتماعياً , ولأسباب عديدة منها الضغوط النفسية تظهر معوقات تحول دون قيامه بدوره الكامل في إدارة العملية التعليمية والوظيفية التي تؤدي الى الاحساس بالعجز والتكاسل عن القيام بواجبها بالمستوى المطلوب الذي يتوقعه منه الآخرون , إن العصر الحالي هو عصر القلق وعدم الاستقرار والاجهاد الذي يعاني منه الكثير من أساتذة الجامعات في مجالات عديدة , ومنها: المجال الصحي والاقتصادي والاداري والاجتماعي والسياسي التي تؤثر في أداء الاساتذة بشكل مباشر وغير مباشر , مما أثر بشكل كبير في المجال التعليمي , ويُعدّ الصمود النفسي القوة الداخلية للفرد التي من خلالها يستطيع إعادة توازنه بعد التعرض للقلق وعدم الاستقرار والضغوط النفسية والمحن والصعاب وتعلم أساليب تساعد في التكيف والتوافق مع تحديات وأزمات الحياة ومواجهتها فضلاً عن تغيير الأفكار السلبية إلى إيجابية والتوافق معها والتكيف مع متطلبات الحياة الضاغطة ومنها الوظيفية , ويُعدّ الرضا الوظيفي أحد العوامل المؤثرة في الحالة النفسية في مهنة التدريس وتأثيره من ناحية التعامل مع زملاء المهنة والطلبة , وبما أنّ المدرس هو المحرك الفاعل للعملية التعليمية بوصفه العنصر الأول من عناصر المؤسسات التعليمية , لذا اصبح لزاماً الاهتمام به ليصل الى مرحلة الرضا عن العمل الذي ينعكس نتاجه على الاستقرار وتحقيق الذات واحترام عمله وزملاءه وتكوين حصيلة من المعارف والمعلومات والخبرات والتي تصب في مخرجات العملية التعليمية .

ومن هنا برزت أهمية البحث في الحاجة إلى تسليط الضوء على الصمود النفسي والرضا الوظيفي لدى أساتذة الجامعات في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة حيث يتيحان لهم تجاوز الصعاب للأخذ بالعملية التعليمية نحو الأفضل لتحقيق الانجازات واللاحق بركب الدول المتقدمة في العملية التعليمية، كلّ هذا يحتاج الى مدرس يتمتع بحالة نفسية مستقرة لكي يستطيع أن يقوم بواجباته الوظيفية بأكمل الوجه وخاصة أنّ مجتمعنا في الوقت الحالي في أشد الحاجة إلى تحقيق النمو والتكامل ومقاومة الانكسار أمام المحن والصعاب التي تواجهها من النواحي الاقتصادية والصحية التي تأثر بشكل كبير في العملية التعليمية، ووضع هذه الدراسة بين أيدي القائمين في وزارة التعليم العالي بأن تكون لديهم صورة واضحة عن نتائج الدراسة الحالية .

2-1 مشكلة البحث :

نظراً للظروف الصعبة التي يمر بها البلد في الوقت الحالي في كثير من الجوانب الإدارية و السياسية والاجتماعية والاقتصادية والأمنية والصحية حيث كثرت متطلبات الحياة التي تشكل جميعها ضغوطاً نفسية كبيرة على فئات المجتمع كافة وعلى الاساتذة الجامعيين خاصة ، ولأهمية دور أساتذة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في الميدان التعليمي وما يقدمون من خطط وبرامج تساعد على إنجاح العملية التعليمية فإن

من الواجب الاهتمام بهم وتوفير المتطلبات المناسبة لهم لكي يصبح لديهم دافع الانجاز والمثابرة والإبداع ويزداد ارتباطهم بعملهم ومهنتهم ، إذ يُعدّ الأستاذ الجامعي مركزاً ومحوراً لرسالة العملية التعليمية ، كما أنه أساس ازدهارها ، وبدونه لو توفرت الإمكانيات المادية وغيرها من الإمكانيات لا يمكن للجامعات تحقيق النتائج الجيدة والتقدم والتطور بالشكل الذي تطمح إليه ، لذلك وجب الاهتمام بهذه الفئة لتحقيق نتائج جيّدة ، ويُعدّ مهام التدريسي من الأمور التي لا تعتبر سهلة لها خصوصياتها وصعوباتها ، لاسيّما مدرسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ، إذ لها متطلبات خاصه بها وتحتاج الى تدريسيين لهم صفات وقدرات خاصة وكذلك اسلوب خاص في التعامل مع ضغوطات العمل ، كل هذا لفتت انتباه الباحثة ، وعلى حد علم الباحثة واطلاعها لاحظت قلة الدراسات في هذا المجال وضعف إمكانية توفير المناخ النفسي للأساتذة من قبل المعنيين في التعليم العالي لكي يستطيع أن يقوموا بأدائهم الوظيفي بأكمل الوجه و بحالة نفسية متزنة وتقديم المادة العلمية بطريقة صحيحة واستخدام وسائل تعليمية حديثه تناسب التطور الحاصل في العملية التعليميه وتناسب الوضع الحالي في ظل أنتشار فايروس كورونا وقدرة المدرس من الصمود أمام هذه الضغوطات والمشاكل التي تواجههم في أداء واجبهم التعليمي ، بناءً على كل ما تقدم فإن الدراسة الحالية تعمل على الاجابة عن مجموعة كبيرة من الاسئلة منها:

1. ما واقع الصمود النفسي والرضا الوظيفي لدى تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة إقليم كردستان - العراق .

2. هل هناك علاقة ارتباط بين الصمود النفسي والرضا الوظيفي لدى تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة إقليم كردستان - العراق .

3-1 أهداف البحث :

1. التعرف على مستوى الصمود النفسي لدى تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة إقليم كردستان - العراق .

2. التعرف على نوع العلاقة الارتباطية بين الصمود النفسي والرضا الوظيفي لدى تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة إقليم كردستان - العراق .

4-1 فرض البحث :

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والرضا الوظيفي لدى تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضية في جامعة إقليم كردستان - العراق .

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة إقليم كردستان - العراق .

5-2-1 المجال الزمني : المدة من 2020 / 8 / 19 لغاية 2021 / 3 / 10

- 1-5-3 المجال المكاني : كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات إقليم كردستان - العراق .
3 منهج البحث وإجراءاته الميدانية :
1-3 منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الإرتباطية لملاءمته مع طبيعة البحث . 2-3
مجتمع البحث وعيناته :

يتكون المجتمع الأصلي للبحث من (329) تدريسياً منهم (269) تدريسياً من الذكور و(60) تدريسياً من الإناث بالطريقة العمدية يمثلون كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات إقليم كردستان - العراق ، وقد تم اختيار عينة البحث والبالغة عددها (270) تدريساً بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة بنسبة بلغت (82.07%) ، توزعت بواقع (120) تدريسياً عينة البناء و(100) تدريسياً عينة التطبيق ، وتم اختيار (10) تدريسيين كعينة استطلاعية أولى واختيار (10) تدريسيين كعينة استطلاعية ثانية و(30) تدريسياً كعينة للثبات تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة والجدول (1)، (2) يبينان ذلك.

الجدول (1)

مجتمع وعينة البحث والتجارب الاستطلاعية وعينة صدق البناء والثبات والتطبيق

النسبة المئوية	الأعداد	تفاصيل مجتمع البحث
44.44	120	عينة البناء (صدق البناء)
3.04	10	التجربة الاستطلاعية الأولى
3.04	10	التجربة الاستطلاعية الثانية
9.12	30	عينة الثبات
37.04	100	عينة التطبيق النهائي
%100	329	مجتمع البحث الكلي

3-4 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات :

- المصادر العربية والأجنبية والمراجع و الدراسات السابقة و المشابهة .
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- المقاييس (الصمود النفسي , الرضا الوظيفي) .
- جهاز حاسوب لابتوب نوع (DELL) عدد (1).
- حاسبة يدوية نوع (KENKO) عدد (1).

3-5 المقاييس المستخدمة في البحث :

قامت الباحثة بتحديد المفاهيم البنائية التي تنطلق منها إجراءات بناء المقاييس العلمية قبل البدء بإجراءات البناء ، وفيما يأتي توضيح لذلك :

3-5-1 بناء مقياس الصمود النفسي :

من خلال عرض الإطار النظري للبحث فقد تم تحديد المنطلقات النظرية التي تستند إليها الباحثة في بناء المقياس لأنها تعطي رؤية نظرية واضحة تنطلق منها الباحثة للتحقق من إجراءات بناء المقياس. أعدت الباحثة تعليمات المقياس التي تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته وحث المستجيب على الدقة في الإجابة ، وقد أخفت الباحثة الهدف من المقياس كي لا يتأثر المجيب به عند الإجابة ، إذ يشير كرونباخ الى التسمية الصريحة للمقياس قد تجعل المجيب يزيّف إجابته أو يستجيب الفرد بالاتجاه المرغوب فيه اجتماعياً (1) ، كما طلب من المستجيب عدم ترك أي فقرة دون إجابة مع عدم الحاجة إلى ذكر أسمائهم ، تبنت الباحثة أسلوب (ليكرت) ذات التدرج الخماسي إذ يشير عدد من الدراسات إلى تفوق الصيغة الخماسية للإجابة على غيرها من الصيغ (2) ، فدرجة كل الفقرة تكون (5) درجات إذا كانت تنطبق بدرجة (كثيراً جداً) و (4) درجة إذا كانت (كثيراً) (3) درجة إذا كانت (نوعاً ما) و (2) درجة إذا كانت (قليلاً) و (1) درجة إذا كانت (قليلاً جداً).

3-5-1-8 الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود النفسي:

يُعد حساب الخصائص القياسية السيكومترية من المستلزمات الأساسية للمقاييس النفسية ، وكلما زادت أدلة هذه الخصائص المحسوبة للمقاييس التي تؤثر دقته وقدرته على قياس ما أعد لقياسه ، أمكن الوثوق به أكثر في قياس الخصيصة أو السمة التي أعدت لقياسها ، ومن أهم هذه الخصائص القياسية المهمة للمقياس التي اتفق عليها المختصون في القياس النفسي خاصيتا الصدق والثبات ، إذ تعتمد عليهما دقة البيانات أو الدرجات التي نحصل عليها من المقاييس النفسية (3). وهما:

صدق المقياس : اعتمدت الباحثة على ثلاثة أنواع من الصدق للتأكد من صدق مقياس الصمود النفسي وهي:

الصدق الظاهري : تحققت الباحثة هذا النوع من الصدق عندما عُرض مقياس الصمود النفسي بمجالاته وفقراته على مجموعة من الخبراء والمختصين لإقرار صلاحية كل مجال وكل فقرة من فقرات المقياس المرشح للاستعمال.

الصدق المنطقي : تحققت الباحثة من هذا النوع من الصدق وذلك بمراجعة مجموعة من الأدبيات والدراسات الخاصة بمفهوم الصمود النفسي ، وتحديد المجالات التي يمكن أن تغطي هذا المفهوم وتعريفها ، وتحديد الأهمية النسبية لكل مجال من المجالات، ومن ثم صياغة الفقرات التي تعبر عن كل مجال، والأخذ بآراء

(1) Cronbach, J.(1970) OP . cit ,p206.

(2) فريج عويد العنزي : المصدر السابق تم ذكره ، ص40-41.

(1) الخيكاني ، عامر سعيد ، الجبوري ، ايمن هاني (2016) مصدر سبق ذكره ، ص195.

الخبراء حول مدى ملائمة الفقرات منطقياً ومدى تمثيلها أو قياسها للمجالات التي أُعدت لقياسها وحسب أهميتها النسبية.

صدق البناء : تحققت الباحثة من هذا الصدق في مقياس الصمود النفسي عن طريق التحليل الإحصائي لفقرات المقياس وذلك عن طريق إيجاد معاملات التمييز بواسطة المجموعتين الطرفيتين ، وعن طريق استخراج علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وعلاقة المجال بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي) .

ثبات المقياس : يعد الثبات من الخصائص السايكومترية المهمة للمقاييس النفسية لأنها تؤثر اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض أن يقيسه بدرجة مقبولة من الدقة (1) :

طريقة التجزئة النصفية: وهي من أكثر طرائق الثبات استخداماً لأنها تتلافى عيوب بعض الطرائق كطريقة إعادة الاختبار وتتميز هذه الطريقة باقتصادها بالجهد والوقت ، وهي طريقة يتم الحصول فيها على درجتين لكل شخص ، وذلك بتقسيم الاختبار على نصفين متكافئين ، وتزودنا هذه الطريقة لمقياس اتساق فيما يتعلق بمعاينة المحتوى (2) ، ولغرض التحقق من هذه الطريقة جزأت الباحثة فقرات المقياس إلى فقرات فردية وأخرى زوجية ، وحسب معامل ارتباط (بيرسون) ، إذ بلغت معامل الثبات نصف الاختبار (0.84) ولأجل الحصول على ثبات كامل للاختبار طبقت معادلة (سييرمان - براون) ، إذ بلغت معامل الثبات (0.91) وهي قيمة عالية تدل على ثبات المقياس .

3-5-1-9 وصف مقياس الصمود النفسي بصيغته النهائية:

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات الصدق والثبات أصبح مقياس الصمود النفسي بصيغته النهائية مكوناً من (5) مجالات و(34) فقرة وبعد إعادة ترتيب الفقرات بحسب المجالات ، ودرجة كل فقرة تكون (5) درجات إذا كانت تنطبق على المستجيب بدرجة كبيرة جداً، و(4) درجات إذا كانت تنطبق عليه بدرجة كبيرة، و(3) درجات إذا كانت تنطبق عليه بدرجة متوسطة، و(2) درجتان إذا كانت تنطبق عليه بدرجة قليلة و(1) درجة واحدة إذا كانت لا تنطبق علي وتسري عكس هذه الدرجات في حالة كون الفقرات سلبية، وتكون الإجابة بحسب البديل الذي يختاره المستجيب، لذلك فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (170) درجة التي تمثل أعلى الدرجات، وأقل درجة يحصل عليها هي (34) درجة، والتي تمثل أدنى درجة كلية على المقياس.

(1) سليمان ، احمد ، واخرون (1993) القياس والتقويم في العملية التدريسية، عمان ، دار الأمل للطباعة والنشر، ص235.

(1) أنستاسي ، أن ، وأورينا ، سوزانا (2015) القياس النفسي ، ترجمة (صلاح الدين محمود علام) ، ط1 ، عمان ، دار الفكر ناشرون وموزعون ، ص126 .

3-5-2 مقياس الرضا الوظيفي :

لغرض تحقيق أهداف البحث فقد تطلبت الحاجة إلى توفر أداة للتعرف على الرضا الوظيفي لدى المدرسين في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في إقليم كردستان - العراق , وقد تبنت الباحثة مقياس الرضا الوظيفي للمدرسين الذي اعده (محمد حسن محمد، 2015) (1) ، علماً أن أداة جمع البيانات تحتوي على البيانات المتمثلة بعدد سنوات الخبرة والجنس واللقب العلمي والمؤهل العلمي ، كما يتكون المقياس من (40) فقره موزعة على(5) محاور موضحة كالتالي :

محور الرواتب والحوافز (9) فقرات جميعها موجبة .

محور العلاقات الاجتماعية (8) فقرات جميعها موجبة ماعدا الفقرة (2) سالبة .

محور تحديات العمل (9) فقرات جميعها موجبة .

محور التنمية الذاتية (6) فقرات جميعها موجبة .

محور الجانب الخدمي (8) فقرات جميعها فقراتها موجبة .

3-5-2-1 الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا الوظيفي :

تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا الوظيفي للمدرسين المتمثلة بالصدق والثبات وكما هو موضح في أدناه:

صدق المقياس (الصدق الظاهري) : للتحقق من صدق المقياس وصلاحية فقراته في قياس ما وضع من أجله عرض المقياس على مجموعة من السادة الخبراء المتخصصين ، والمكون من (5) مجالات و(40) فقرة ولتحليل آراء الخبراء استخدم اختبار (كا2) لعينة واحدة ، وعدت كل فقرة صالحة عندما تكون قيمة مربع كاي المحسوبة دالة عند مستوى (0.05) .

ثبات المقياس : من أجل التأكد من ثبات المقياس وهو خطوة علمية مهمة وهناك عدة طرق لايجاده واعتمدت الباحثة على طريقة التجزئة النصفية لغرض التحقق من هذه الطريقة جزأت الباحثة فقرات المقياس إلى فقرات فردية وأخرى زوجية من خلال الاعتماد على عينة تبلغ (30) تدريسياً ، وحسب معامل ارتباط (بيرسون) ، إذ بلغت معامل الثبات نصف الاختبار (0.70) ، ولأجل الحصول على ثبات كامل للاختبار طبقت معادلة (سبيرمان - براون) ، إذ بلغت معامل الثبات (0.81) وهي قيمة عالية تدل على ثبات المقياس .

(1) محمد ، محمد حسن (2015) الثقافة التنظيمية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى الهيئات التدريسية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الاردنية ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك ، كلية التربية الرياضية.

3-5-2-2 اعداد تعليمات المقياس:

أعدت الباحثة تعليمات المقياس التي تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته، وحثت المستجيب على الدقة في الإجابة، كما طلب من المستجيبين عدم ترك أي فقرة دون إجابة مع عدم الحاجة إلى ذكر أسمائهم. إذ تضمن المقياس بصورته النهائية على (34) فقرة.

3-5-2-3 التجربة الاستطلاعية الثانية:

لغرض التعرف على مدى وضوح الفقرات وتعليمات المقياس، واحتساب الوقت المستغرق للإجابة لغرض تحليلها إحصائياً طبق المقياس على عينة مكونة من (10) تدريسين اختيروا عشوائياً من تدريسي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة السليمانية وقد استغرق وقت الإجابة ما بين (12-16) دقيقة بوسط حسابي (14) دقيقة.

3-5-2-4 وصف مقياس الرضا الوظيفي بصورته النهائية وطريقة تصحيحه :

يقوم التدريسي بالإجابة عن المقياس على وفق درجة انطباق الصفة عليه، وتكون الدرجة (5) أوافق بدرجة كبيرة جداً، إذا كان تنطبق على المستجيب بدرجة كبيرة جداً، و(4) درجات إذا كان تنطبق بدرجة كبيرة و(3) درجات إذا كان (أوافق)، و(2) درجتان إذا كانت لا أوافق بدرجة كبيرة و(1) لا أوافق بدرجة كبيرة جداً وتسري عكس هذه الدرجات في حالة كون الفقرات السلبية وتكون الاجابة بحسب البديل المناسب وطبقاً لتعليمات المقياس على مقياس خماسي التدرج ، وتبلغ الدرجة الكلية للمقياس على (170) درجة والدرجة الدنيا للمقياس على (34) درجة وبمتوسط الفرضي مقداره (102) درجة وبذلك اصبح المقياس بصورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث من تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في إقليم كردستان العراق.

3-5-3 التجربة الرئيسية :

قامت الباحثة بإجراء التجربة الرئيسية للبحث بمقياسي (الصمود النفسي) و (الرضا الوظيفي) بصيغتهما النهائية على عينة البحث الأساسية المكونة من (100) تدريسي من تدريسي كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات الإقليم من خلال إعطاء العينة أداة البحث وتوضيح التعليمات الخاصة بطريقة الإجابة عليها، مع التأكيد على ضرورة الإجابة على كل الفقرات وبما يتناسب مع المستجيب، فضلاً عن صدق الإجابة وسريتها، وإنها ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط. وقد امتدت مدة التطبيق النهائي من (18 / 11 / 2020) ولغاية (26 / 11 / 2020) .

3-6 الوسائل الإحصائية:

عُولجت البيانات الإحصائية باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) واستخدام الوسائل الآتية:

(قانون (كا2) ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار (T) للعينات المستقلة ، معامل الارتباط البسيط بيرسون ، معادلة سبيرمان براون)
4 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي، تم تطبيق أداة البحث على عينة التطبيق من تدريسي كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وأقسامها في جامعات الإقليم والبالغ عددهم (100) وإجراء التحليلات الإحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها، والوصول إلى النتائج التي سيتم عرضها ومناقشتها وفقاً لأهداف البحث.

1-4 عرض نتائج مقياس الصمود النفسي وتحليلها :

الجدول (2)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسط الفرضي والقيمة التائية لمقياس الصمود النفسي

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	المعنوية	مستوى دلالة عند درجة 0,05
100	135.04	7.38	102	44.76	0.000	الفرق دال

الجدول (2) يبين أن المتوسط الحسابي لمقياس الصمود النفسي بلغ (135.04) بانحراف معياري (7.38) درجة ، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (102) درجة باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة اتضح أن القيمة التائية المحسوبة (44.76) وبلغت المعنوية (0.000) وهو أقل من مستوى الدلالة (0,05) وبدرجة حرية (99) وهذا يعني وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي ، وهذه النتيجة تشير إلى أن التدريسيين يتمتعون بالصمود النفسي .

وتعزو الباحثة بأن التدريسيين لديهم القدرة على الثبات والضبط والتحدي نتيجة للظروف المجتمعية العنيفة مما ساعدت هذه المحن والصعاب والحوادث كتجارب ساعدت التدريسيين وجعلتهم يتمتعون بالحصانة أو المناعة النفسية وقوة الإرادة التي ساعدتهم على مواجهة الشدائد والتفاعل الإيجابي مع البيئة المحيطة كما أشار (Richardson, 2002) الى أن التوازن بين (الجسم والعقل والروح) وظروف الحياة والضغط النفسية وأحداث الحياة المتوقعة وغير المتوقعة يسهم في تنمية القدرة على مواجهة مثل هذه الأحداث التي تتأثر بصفات الصمود النفسي للأفراد (1). وهذا يعتمد على الكفاءة الإيجابية والصحة العقلية الإيجابية للأفراد كما أشار (Rutter,2006) إلى أن الأفراد يعطون نتائج جيدة على الرغم من تعرضهم للمحن الخطيرة والشدائد والتجارب المؤلمة وهذه تعتمد على الفروق الفردية بين التدريسيين (2).

(1) Richardson ,G.E(2002) OP . cit ,58,307-321

(2) Rutter, M. (2006) Implications of resilience concepts for scientific understanding. Annals of the New York Academy of Sciences, 1094,p. 1-12.

4-1-1 عرض مستويات مقياس الصمود النفسي حسب المجالات وتحليلها ومناقشتها:

اعتمدت الباحثة مقياساً مؤلفاً من خمسة مستويات مجموع أوزانها (15) وأنّ وسط القياس لكل فقرة (3) إذ عدت هذا الوسط محكاً للفصل بين وجود الصمود النفسي مرتفع أو انخفاض الظاهرة ، ولاستخراج المستوى تم الاعتماد على النسبة المئوية الآتية (49-فأقل منخفض جداً، (50-59) منخفض ، (60-69) ، متوسط ، (70-79) عال ، (80) عال جداً⁽¹⁾.

الجدول(3)

يبين الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال الكفاءة الشخصية الاجتماعية لدى عينة البحث

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	النسبة المئوية	المستوى
1	لدي القدرة على تحقيق أهدافي رغم صعوبتها	4.17	0.83	عال جداً
2	أعمل بكل طاقتي لأحقق ما أريد الوصول اليه	4.20	0.84	عال جداً
3	أجد صعوبة في تنفيذ الخطط التي أضعها	2.21	0.44	ضعيف جداً
4	العلاقات الاجتماعية ضرورية لعمل الجامعي .	4.36	0.87	عال جداً
5	أستطيع إضافة القليل لأي عمل أقوم به	4.25	0.85	عال جداً
6	أستطيع التحكم بسلوكي الاجتماعي	3.91	0.78	عال
7	أعمل بالممكن لتحقيق هدفي العلمي للمحاضرة	4.05	0.81	عال جداً
	الوسط الحسابي الكلي	3.88	0.77	عال

يبين الجدول(3) الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال الكفاءة الشخصية الاجتماعية لعينة البحث .

وتعزو الباحثة هذه النتيجة ألى أن عمل التدريسي يحتاج الى الكثير من المهارات للإبداع في عمله والتميز عن الآخرين ، فالكفاءة الشخصية لها الأثر الواضح في بذل الفرد كل طاقاته من أجل تحقيق الهدف الذي يسعى إليه ولأنه اعتمد على قدراته الذاتية في مواجهة المصاعب التي تعترضه ، حيث يرى (Bandura,2001) " أن سلوك المبادرة والمثابرة لدى الفرد يعتمد على أحكام الفرد وتوقعاته المتعلقة بمهاراته السلوكية ومدى كفايته للتعامل بنجاح مع تحديات البيئة والظروف المحيطة به ، فأن الفرد عندما يواجه مشكلة ما أو موقف معين يتطلب الحل فإنه يتوقع بأن لديه القدرة على القيام بهذا السلوك قبل أن يقوم به " .(2)

(3) الحمداني ، فوزية قاسم طيبان (2006) تقويم أداء مديري المدارس المتوسطة في مركز محافظة نينوى وعلاقتها بعدد من المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية ، ص49.

(1) Bandura, A. (2001) Social Cognitive Theory: An Agentive Perspective. Annual Review of Psychology, 52, 1-26.

كما أن الكفاءة الاجتماعية تلعب دوراً مهماً وفعالاً في ثقة الآخرين بقدرته على المواجهة والوقوف بجانب الآخرين وقت الشدائد والمحن لما له من أثر في علاقاته الاجتماعية مع الآخرين وتقديم المساعدة لهم ، كما أن القوة الشخصية والإرادة والعزيمة ساعدت التدريسي في تحقيق الهدف الذي يريد الوصول إليه ، حيث يرى (Welsh & Bierman, 2003) أن الكفاءة الاجتماعية هي " المهارات الاجتماعية والوجدانية والمعرفية والسلوكيات التي يحتاج إليها الأفراد من أجل تحقيق تكيف اجتماعي ناجح " (1).

4-1-1-2 عرض الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال التنظيم الانفعالي وتحليلها ومناقشتها :

الجدول (4)

يبين الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال التنظيم الأنفعالي لعينة البحث

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	النسبة المئوية	المستوى
1	احافظ على هدوني في المحاضرة	4.35	0.87	عال جداً
2	لدي قدرة على التحكم بأنفعالاتي كي أحقق ماأريد	4.25	0.85	عال جداً
3	أحاول البحث عن الجوانب الأيجابية للمشكلة	4.22	0.84	عال جداً
4	لدي القدرة على إنجاز اعمالي بتركيز رغم ضغوطات العمل	3.67	0.73	عال
5	أفقد القدرة على التركيز عندما أكون منفعلاً	1.97	0.39	ضعيف جداً
6	أستطيع التعامل مع مشاعري بشكل يلائم الموقف	4.06	0.81	عال جداً
7	أشعر بأنني أقوى بعد كل موقف أو مشكلة تواجهني	4.42	0.88	عال جداً
8	أجد صعوبة في أبعاد عواظفي جانباً عندما أقوم بأعمالي في الكلية	4.35	0.87	عال جداً
	الوسط الحسابي الكلي	3.91	0.78	عال

يبين الجدول (4) الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال التنظيم الانفعالي لعينة البحث. وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى أن قدرة التدريسيين للتنظيم الانفعالي بمستوى جيد إذ يمر التدريسي بمرحلة من الاتزان والتنظيم للانفعالات فهم تخطوا مراحل عديده وأصبحوا في وقتٍ مسؤولين عن التصرفات التي يقومون بها ، وكون التدريسي مسؤولاً عن تصرفاته فلا بدّ من أن تكون التصرفات مناسبة للموقف ولا تتعدى على حقوق الآخرين ، لذلك نجد أنّ أغلب التدريسيين لديهم المقدرة العالية على التحكم في تصرفاتهم والتمييز بين الصواب والخطأ ، كما أنّ نظرة المجتمع والبيئة المحيطة بالتدريسي تكون نظرة عالية تختلف عن الآخرين ، فهو يحاول قدر الإمكان أن يصدر سلوكيات تظهر للآخرين أنه ذات وعي واتزان انفعالي ودراية بالعديد من الأمور منها : هدوء الشخصية وثقة الفرد بنفسه وضبط انفعالاته في مختلف المواقف التي يتعرض لها أثناء الدوام الرسمي في علاقاته مع الزملاء أو الطلاب كونه المسؤول عن نفسه وعن مشاعره و ردود الفعل وفهمه لانفعالاته وذلك بواسطة التنظيم الانفعالي ، حيث أشار (Kooie , 2009) الى "مجموعة من العمليات والاستراتيجيات التي يسعى الفرد من خلالها لإعادة توجيهه وضبط تدفق الانفعالات التي يخبرها

(2) Welsh, J. & Bierman, K. (2003) Social competence. Gate Encyclopedia and Adolescence.

، ويشتمل ذلك على الزيادة أو الخفض أو الحفاظ على الانفعالات الإيجابية والسلبية على حد سواء والتأثر في الاستجابات الانفعالية ومكوناتها التي تشمل السلوك والتغييرات الفسيولوجية والأفكار والمشاعر " (1).
4-1-1-3 عرض الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال حل المشكلات وتحليلها ومناقشتها:

الجدول (5)

الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال حل المشكلات لعينة البحث

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	النسبة المئوية	المستوى
1	اتجنب الفوضى في اعمالي اليومية لتقليل المشكلات المفاجئة .	4.12	0.82	عال جداً
2	أعالج مشكلاتي بنفسى لأنني أثق بقدرتي على حلها	2.28	0.46	منخفض
3	قدرتي ضعيفه في اتخاذ القرارات الصائبة عند مواجهة مشكلة	4.35	0.87	عال جداً
4	أحاول جمع المعلومات حول المشكلة التي تواجهني .	4.27	0.85	عال جداً
5	أضع خيارات بديلة لحل المشكلة مع الطلاب	2.94	0.59	منخفض
6	أجد حلاً لكل مشكلة تواجهني في الكلية .	4.29	0.86	عال جداً
	الوسط الحسابي الكلي	3.71	0.74	عال

يبين الجدول (5) الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال حل المشكلات لعينة البحث .
وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى أن امتلاك التدريسيين لمهارة حل المشكلات بشكل جيد حيث تساعد كثيراً في تنمية الصمود النفسي للتدريسي من خلال القدرة على مواجهة المشكلات التي تواجهه بهدوء دون انفعال وكذلك المبادرة في حل المشكلة التي تواجهه بطرق علمية ،لانه واثق بقدراته على حلها بسبب الشعور بالقوة الذاتية واتخاذ القرارات المناسبة عند مواجهة المواقف المفاجئة ، حيث يهدف التدريسي لإدارة حالاته الانفعالية وضبطها التي يعيشها ومحاولة المحافظة على تركيزه لإيجاد حلول مناسبة للمشكلة وعن مواجهة المشكلة في العمل والبحث عن الجوانب المتعلقة بالمشكلة وكذلك عن سلبيات المشكلة وإيجابياتها وفهم الأمور من زوايا متعددة ووضع حلول بديلة للمشكلة هذا ما ساعد التدريسي في القدرة على حل المشكلات وتنمية الصمود النفسي لديه ، حيث أشارت (محمود , 2015) " إلى تأليف الأسلوب العلمي لحل المشكلات من مجموعة من العمليات الضمنية أو الصريحة التي تؤدي بالفرد الى التفكير بالاحتمالات المتعددة التي تصلح كحلول لموقف بشكل محدد، ثم اختيار أكثر البدائل فاعلية العمل على وضع الحل الذي يتوصل اليه موضوع التنفيذ ، وتمر عملية حل المشكلات بعدة مراحل منها الوعي بوجود المشكلة وتحديد المشكلة وتعريفها وجمع البيانات والمعلومات واختيار البدائل لحل المشكلة واتخاذ القرار حول البديل المناسب واتخاذ

(1) Koole. S. L. (2009) The psychology of emotion regulation: An integrative review. Cognition and Emotion, 23(1), 4-41.

القرار حول كيفية تنفيذ البديل الذي تم اختياره من بين البدائل واتخاذ الإجراءات التنفيذية . وتقييم فاعلية الحل (1).

4-1-1-4 عرض الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى مجال الصلابة النفسية وتحليلها ومناقشتها : **الجدول (6)**

الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى مجال الصلابة النفسية لعينة البحث

ت	الفقرات	الوسط الحسابي	النسبة المئوية	المستوى
1	لدي القدرة التي اتحدى بها الظروف القاسية لمواكبة التطور العلمي.	4.21	0.84	عال جداً
2	المشكلات تزيد من قدرتي على التحدي .	4.24	0.85	عال جداً
3	أتضايق من كثرة المناقشة والجدل	4.33	0.86	عال جداً
4	نجاح الماضي يزيد ثقتي لتحدي صعاب الحاضر والمستقبل	4.24	0.85	عال جداً
5	استطيع اعادة توازني بعد الازمات ولا أنهار امامها .	4.18	0.84	عال جداً
6	لدي قيم ومبادئ ألتزم بها	4.35	0.87	عال جداً
7	الفشل لا أخشى منه في الحياة العملية	4.30	0.86	عال جداً
	الوسط الحسابي الكلي	4.26	0.85	عال جداً

يبين الجدول (6) الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى مجال الصلابة النفسية لعينة البحث . وتغزو الباحثة هذه النتيجة الى امتلاك التدريسيين مستوى عال جدا من الصلابة النفسية وتعود أهمية الصلابة النفسية إلى تنمية الصمود النفسي للتدريسي ، حيث لها دور كبير في استعادة التوازن وتجاوز الصعاب ، لأنه تمد العزيمة والإرادة والقوة الذاتية الداخلية في تحدي الظروف القاسية وتجاوز الازمات بالرغم من زيادتها واستمرارها ، وتساعد التدريسي في التحكم في مجرى الأمور بنشاط وتركيز حيث أشار كل من (لؤلؤة وحسين ، 2002) إلى "ان الصلابة النفسية هي مصدر من مصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الفرد ، وتساهم الصلابة النفسية في وجود ذلك النوع من الإدراك والتقويم والمواجهة الذي يقود إلى التوصل إلى الحل الناجح" (2).

4-1-1-5 عرض الوسط الحسابي والنسبة المئوية لمستوى مجال المرونة النفسية وتحليلها ومناقشتها وتحليلها:

الجدول (7)

الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى مجال المرونة النفسية لعينة البحث

ت	الفقرات	الوسط	النسبة	المستوى
---	---------	-------	--------	---------

(1) محمود , أسماء سعود (2015) فاعلية برنامج سلوكي مقترح لتخفيف الاكتئاب لدى أمهات الأطفال المصابين بتشوهات خلقية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، ص 62.
 (1) لؤلؤة , حمادة ، و حسين , عبد اللطيف (2002) الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلبة الجامعة , مجلة الدر النفسية ، المجلد 2، العدد2، ص125.

	المئوية	الحسابي		
1	0.85	4.25	لاستطيع التصرف في المواقف الغير متوقعة المفاجئة	عال جداً
2	0.69	3.45	استطيع أن اعدل قراراتي بعد اتخاذها	متوسط
3	0.86	4.28	لدي القدرة على التعامل مع الظروف الطارئة في الكلية	عال جداً
4	0.87	4.34	أغير آرائي بما يستلزمه الموقف	عال جداً
5	0.77	3.86	ارى الجانب المشرق من الأشياء .	عال
6	0.86	4.31	لدي القدرة على التكيف مع الأوضاع الجديدة للتعليم	عال جداً
	0.82	4.08	الوسط الحسابي الكلي	عال جداً

يبين الجدول (7) الوسط الحسابي والنسبة المئوية والمستوى لمجال المرونة النفسية لعينة البحث، أذ ظهر لنا الوسط الحسابي للفقرة الأولى (4.25) ونسبة (0.85) وتقع في المستوى (عال جداً)، أما الفقرة الثانية فقد ظهرت قيمة الوسط الحسابي (3.45) ونسبة (0.69) وتقع في المستوى (متوسط)، أما الفقرة الثالثة فكانت قيمة الوسط الحسابي (4.28) ونسبة (0.86) وتقع في المستوى (عال جداً)، أما الفقرة الرابعة فكانت قيمة الوسط الحسابي (4.34) ونسبة (0.87) وتقع في المستوى (عال جداً)، أما الفقرة الخامسة فكانت قيمة الوسط الحسابي (3.86) ونسبة (0.77) وتقع في المستوى (عال)، أما الفقرة السادسة فكانت قيمة الوسط الحسابي (4.31) ونسبة (0.86) وتقع في المستوى (عال جداً)، فكانت الوسط الحسابي الكلي (4.08) ونسبة (0.82) وتقع في المستوى (عال جداً).

وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى ان للمرونة النفسية أثراً كبيراً في تنمية الصمود النفسي حيث يكون لدى التدريسي قدرة على التصرف بالمواقف غير المتوقعة والظروف الطارئة، والتفاعل مع المستجدات دون تردد لأنه يستفيد من تجاربه في الحياة والقدرة على التكيف مع الأوضاع الجديدة ويساعد التدريسي على امتلاك سعة أفق لفهم الأمور من زوايا عديدة لمواجهة تحديات الواقع الذي نعيش فيه لما يحتويه من ضغوط ومتطلبات والأزمات في الحياة تزداد يوماً بعد يوماً، حيث أشار (Grotberg, 2003) إلى "ان المرونة لا تعني حياة الفرد بدون مخاطر أو الظروف غير الملائمة لكنها تعني تعلم كيفية التعامل بفاعلية مع ضغوط الحياة التي لا مفر منها" (1).

4-1-2 التعرف على العلاقة بين مجالات الصمود النفسي ومجالات الرضا الوظيفي :

الجدول (8)

دلالة العلاقة بين مجالات الصمود النفسي ومجالات الرضا الوظيفي

دلالة الفروق	مجالات الرضا الوظيفي					مجالات الصمود النفسي	ت
	5	4	3	2	1		
	الجانب الخدمي	التنمية الذاتية	تحديات العمل	العلاقات الاجتماعية	الرواتب والحوافز		

(1) -Grotberg , E.H. (2003) Resilience For Today : Gaining Strength From Adversity , Westport , Greenwood publishing Group Inc .p 1.

1	الكفاءة الشخصية والاجتماعية	0.234	0.264	0.245	0.248	0.223	معنوي
2	التنظيم الانفعالي	0.219	0.243	0.236	0.218	0.235	معنوي
3	حل المشكلات	0.217	0.299	0.275	0.225	0.314	معنوي
4	الصلابة النفسية	0.219	0.221	0.265	0.305	0.312	معنوي
5	المرونة النفسية	0.280	0.315	0.233	0.245	0.218	معنوي

يبين من الجدول (8) ان العلاقة بين مجالات الصمود النفسي ومجالات الرضا الوظيفي كانت علاقة ذات دلالة معنوية في اغلبها , وتعزو الباحثة هذه النتائج الى أن مجالات الصمود النفسي هي عبارة عن وحدات مكملة لبعضها تكون محصلتها النهائية امتلاك التدريسي للصمود أو عدم امتلاكه أمام التحديات الكبيرة التي تواجهه لأنها مهنة فيها الكثير من الضغوط في العمل وخارج العمل وقد ظهرت دلالة العلاقة معنوية بين مجالات الصمود والرضا الوظيفي ، ويرى (بروكس ، 2011) أنه " يمثل الصمود لبنة في منظومة علم النفس الإيجابي، ذلك المنحنى الذي يعظم القوى الإنسانية ويسعى لاكتشافها وتنميتها ، فالصمود هو القوة التي تسمح للإنسان أن يتجاوز التحديات وينهض وينهض مما يتعرض له من عثرات ليحقق النمو والكفاءة، ويستمد مفهوم الصمود مكانته على الخريطة العلمية من المشهد الاجتماعي، حيث تحيط بالإنسان منذ نشأته تحديات لا قبل له بتجنبها ولا قبل له بالتغلب عليها، وعليه أن يواجهها أو يتعايش معها أو يتجاوزها، وهنا تكتشف لنا فاعلية الصمود ودوره المجالي في بناء الشخصية، فإذا كانت القوى الخارجية لا قبل لنا بمواجهتها أو التغلب عليها - فكيف لنا أن ننمي القوى الداخلية كي نحيد تأثيراتها وتداعياتها السلبية بما يمكن أطفالنا من تحقيق النمو والتكامل ، وأيضا هو عملية التكيف بشكل جيد في مواجهة الشدائد ، والصدمات النفسية، والأزمات أو التعرض للتهديدات او لمصادر كبيرة من الضغوط ، مثل المشكلات الأسرية أو المشكلات في العلاقات مع الآخرين ، والمشكلات الصحية الخطيرة أو ضغوط العمل والضغوط الإقتصادية (1).

المصادر :

- أنستاسي ، أن ، وأورينا ، سوزانا (2015) القياس النفسي ، ترجمة (صلاح الدين محمود علام) ، ط1 ، عمان ، دار الفكر ناشرون وموزعون .
- بروكس ، روبرت (2011) الصمود لدى الأطفال ، ترجمة (صفاء الأعسر سام جولستن) ، ط1 ، القاهرة ، المركز القومي للترجمة .
- الحمداني ، فوزية قاسم طيبان (2006) تقويم أداء مديري المدارس المتوسطة في مركز محافظة نينوى وعلاقتها بعدد من المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الموصل ، كلية التربية .

(1) بروكس ، روبرت (2011) الصمود لدى الأطفال ، ترجمة (صفاء الأعسر سام جولستن) ، ط1 ، القاهرة ، المركز القومي للترجمة ، ص46

- سليمان , احمد , واخرون (1993) القياس والتقويم في العملية التدريسية، عمان ، دار الأمل للطباعة والنشر .
- لؤلؤة , حمادة , و حسين , عبد اللطيف (2002) الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلبة الجامعة , مجلة الدر النفسية , المجلد 2، العدد 2 .
- محمد , محمد حسن (2015) الثقافة التنظيمية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى الهيئات التدريسية في كليات التربية الرياضية في الجامعات الاردنية ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك ، كلية التربية الرياضية.
- محمود , أسماء سعود (2015) فاعلية برنامج سلوكي مقترح لتخفيف الاكتئاب لدى أمهات الأطفال المصابين بتشوهات خلقية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الاسلامية .
- Anastasi, An, and Orena, Susanna (2015), Psychometrics, translation (Salah al-Din Mahmoud Allam), 1st Edition, Amman, House of Thought, publishers and distributors.
- Brooks, Robert (2011) Resilience in Children, translated by (Safaa Al-Assar, Sam Golestin), 1st Edition, Cairo, National Center for Translation.
- Al-Hamdani, Fawzia Qassem Tayeban (2006) Evaluation of the performance of middle school principals in the Nineveh Governorate Center and its relationship to a number of variables, an unpublished master's thesis, University of Mosul, College of Education.
- Suleiman, Ahmad, and others (1993) Measurement and Evaluation in the Teaching Process, Amman, Dar Al-Amal for Printing and Publishing.
- Pearl, Hamada, and Hussein, Abdul Latif (2002) Psychological toughness and desire for control among university students, Al-Dur Psychological Journal, Volume 2, Issue 2.
- Muhammad, Muhammad Hassan (2015) Organizational Culture and its Relationship to Job Satisfaction in the Teaching Bodies of Faculties of Physical Education in Jordanian Universities, an unpublished Master Thesis, Yarmouk University, College of Physical Education.
- Mahmoud, Asma Saud (2015) Effectiveness of a proposed behavioral program to relieve depression in mothers of children with congenital anomalies, Master Thesis, College of Education, Islamic University.
- Rutter, M. (2006) Implications of resilience concepts for scientific understanding. Annals of the New York Academy of Sciences, 1940 .
- Bandura, A. (2001) Social Cognitive Theory: An Agentive Perspective. Annual Review of Psychology, 52 .
- Grotberg , E.H. (2003) Resilience For Today : Gaining Strength From Adversity , Westport , Greenwood publishing Group Inc .
- Koole. S. L. (2009) The psychology of emotion regulation: An integrative review. Cognition and Emotion, 23 -
- Welsh, J. & Bierman, K. (2003) Social competence. Gate Encyclopedia and Adolescence.



A case study of competitive anxiety among volleyball players (youth)

Qutaiba H Mohammed ^{1*}

Husam A Mohammed ²

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

2- Ministry of Education / Directorate of Education of Kirkuk

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.42>

Article info.

Article history:

-Received: 20/9/2021

-Accepted: 28/12/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- dimensions of competitive anxiety
- volleyball
- youth

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The problem of the research was determined by the necessity of conducting this research to address cases of anxiety affecting the level of players by identifying the level of psychological anxiety among young volleyball players. The aim of the research was to identify the level of the state of competitive anxiety among young volleyball players, as well as to identify the dimensions of the state of competitive anxiety among young volleyball players. The researcher hypothesized that there are multiple different dimensions of competitive anxiety among young volleyball players.

The researcher used the descriptive approach to suit the requirements and nature of the research. The researcher used the spss statistical bag to process the data.

The researcher reached the following conclusion, as he reached the level of competitive anxiety for young volleyball players, as the third dimension (self-confidence) came in the first place. Competitive anxiety on young volleyball players and other age groups and even advanced, as well as applying the scale to players in other games in order to identify the level of cases of competitive anxiety they have and develop appropriate solutions to them.

* Corresponding Author. Qutaiba.h.mohamed@tu.edu.iq - College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

دراسة حالة ابعاد القلق التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة (شباب)

م.م قتيبه هادي محمد / جامعة تكريت/ كلية التربية طوزخورماتو

حسام علي محمد / وزارة التربية/ مديرية تربية كركوك

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- ابعاد القلق التنافسي
- العلاقة
- الكرة الطائرة
- شباب

الخلاصة:

تحددت مشكلة البحث بعدم وجود دراسة سابقة لقياس ظاهرة القلق التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الشباب في محافظة كركوك لمعالجة حالات القلق المؤثرة على مستوى اللاعبين الشباب من خلال التعرف على ابعاد القلق التنافسي . وهدف البحث الى استخدام مقياس القلق التنافسي للاعبين الكرة الطائرة الشباب في محافظة كركوك والتعرف على ابعاد ومستوى حالة القلق التنافسي لديهم. وافترض الباحثان بأن هنالك أبعاد مختلفة ومتعددة للقلق التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الشباب.

واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالسلوب المسحي لملائته متطلبات وطبيعة البحث. واستخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية spss لمعالجة البيانات.

وتوصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية : هناك فروق فردية في مستوى القلق التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الشباب في ابعاد المقياس تخلف من بعد لأخر إذ جاء في المرتبة الأولى البعد الثالث (الثقة بالنفس) أما البعد الأول (القلق المعرفي) والبعد الثاني (القلق البدني) جاءا بالمرتبة الثانية معاً وفي ضوء هذه الاستنتاجات يوصي الباحثان بالاهتمام بالإعداد النفسي العام للاعبين في مجريات الوحدة التدريبية جنباً إلى جنب مع الإعداد البدني و المهاري و الخططي، استخدام مقياس القلق التنافسي الحالي لإجراء دراسة لمعرفة علاقة العزو السببي على الأداء المستقبلي لدى اللاعبين وعلاقته بمتغيرات أخرى غير التي شملها البحث الحالي مثل(الطموح، دافع الإنجاز،...) استخدام المقياس الحالي لإجراء دراسة مقارنة بين فرق الألعاب الجماعية وفرق الألعاب الفردية وتطبيق المقياس على لاعبي الفئات العمرية و المتقدمين، وكذلك تطبيق المقياس على لاعبي باقي الألعاب من أجل التعرف على مستوى حالات القلق التنافسي لديهم ووضع الحلول المناسبة لها.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث وأهميته

أن تقدم بلدان العالم في مختلف المجالات لم يأتي من فراغ ولاسيما المجال الرياضي والدراسات والبحوث المتواصلة والمستمرة تهدف للتوصل الى كل ما هو جديد للتغلب على العقبات والصعوبات التي تواجه الرياضيين لتحقيق افضل النتائج ، فأعداد الفرق لم يقتصر على الناحية البدنية والمهارية وإنما كان للناحية

النفسية دور مهم جداً وفعال في معرفة العوامل التي قد تعمل إلى ظهور الأعراض النفسية والجسمية السلبية كالإحساس بالخوف والتوتر والقلق وعدم الثقة. والتي تؤدي إلى انخفاض المستوى والإنجاز الرياضي لذا فان دراسة حالة ابعاد القلق التنافسي لدى اللاعبين والتعرف عليها أصبح من الأمور المهمة بالرغم من كثرة تعقيداتها والتي قد تولد الحالات النفسية المختلفة والمتعددة كحالة قلق المنافسة. وتعني "الاستجابة إلى موقف تنافسي وتشابه أعراضها حالة القلق العام، ألا أنها تنشأ كاستجابة لمثيرات في موقف تنافسي وهو نوع من التوتر وعدم الاستقرار المؤقت الذي يحدث نتيجة ظروف مبهمه ووهمية تثير الشعور بالقلق. (1) مما يؤدي الى اضطرابات نفسية لدى اللاعبين في مختلف الفعاليات والألعاب ومنها لعبة الكرة الطائرة لا سيما أنها من الألعاب الفرعية التي تحتل المركز الثاني شعبيةً بعد لعبة كرة القدم لذا أخذت هذه اللعبة بالانتشار في جميع أنحاء العالم وزاد الإقبال الجماهيري لممارستها وذلك لسهولة أدائها وإمكانية ممارستها سواء كان ذلك في الفاعات المغلقة او الساحات المكشوفة اضافة الى انها تتميز بالسرعة والتشويق والاثارة.

عليه تكمن اهمية البحث في دراسة ابعاد القلق التنافسي وتأثيره في أداء اللاعبين للتوصل الى النتائج ووضع الحلول المناسبة لمشكلة البحث.

1-2 مشكلة البحث:

أن القلق التنافسي حالة من حالات القلق والتي تولد التوتر والاضطرابات النفسية مما قد يؤثر ذلك على مستوى أداء لاعبي الكرة الطائرة الشباب ومن خلال متابعة الباحثان للاعبين اندية محافظة كركوك وتوجيه الاسئلة للاعبين والمدربين لاحظ الباحثان ان هناك حالة من الاضطراب والقلق تظهر على وجوه اللاعبين وعلى ادائهم في الملعب اثناء اشتراكهم في المباريات الرسمية لذلك استدعت الضرورة الى دراسة هذه الظاهرة والوقوف على اسبابها ومسبباتها وايجاد الحلو الناجحة للقضاء عليها واستئصالها لخلق الاستقرار النفسي لدى اللاعبين والتركيز على الامور التدريبية والفنية سواء في الواجبات التدريبية أو أثناء اللعب، ومما سبق تتحدد مشكلة البحث في ضرورة إجراء دراسة لمعالجة حالات القلق المؤثرة على مستوى اللاعبين من خلال التعرف على ابعاد القلق التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الشباب.

1-3 اهداف البحث:

- التعرف على درجة حالة القلق التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الشباب
- التعرف على ابعاد حالة القلق التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الشباب

1-4 مجالات البحث:

(1) سعد جلال، محمد حسن علاوي؛ علم النفس التربوي: ط6، (القاهرة، دار المعارف، 1978)، ص92.

- **المجال البشري:** لاعبي الكرة الطائرة الشباب للأندية (شورجة، سولاف، باباكركر، حويجة، ليلان، التون كوبري، كي وان، الثورة)

- **المجال الزمني:** للفترة من 2021/1/18 ولغاية 2021/4/11.

- **المجال المكاني:** القاعات المغلقة للأندية الرياضية

1-5 تحديد المصطلحات:

القلق التنافسي: "عبارة عن اضطرابات نفسية نتيجة توقعات سلبية لمواقف المنافسة الرياضية يصحبها اعراض نفسية وجسمية ومعرفية، كما ان اللاعب قد يكون عرضة لزيادة هذه الاضطرابات فأما ان تنعكس سلبا على أدائه للجوء الى عمليات دفاعية من شئنها التخفيف من هذه الاضطرابات" (1)

2- منهج البحث وجراءته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

المنهج هو "الأسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه الذي يمكن من خلاله التوصل إلى حل مشكلة البحث" (2) استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته متطلبات وطبيعة الدراسة.

2-2 مجتمع وعينة الدراسة:

نعني بمجتمع البحث "جميع مفردات الظاهرة التي يقوم الباحث بدراستها" (3)

و"ان الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها ستحدد طبيعة العينة التي سيختارها" (4) حدد مجتمع البحث ب (8) اندية لديهم فرق بلعبة الكرة الطائرة فئة الشباب اذ يبلغ عددهم (96) لاعبا اما عينة البحث فقد تم اختيارها عشوائيا من مجتمع البحث من خلال القرعة ووقع الاختيار على (5) أندية وهي اندية (الشورجة، سولاف، حويجة، التون كوبري، ثورة) وقد بلغ عدد افراد عينة البحث (60) لاعبا وتم استبعاد (5) لاعبين كعينة للتجارب الاستطلاعية وعينة استخراج معامل الثبات لكي يبلغ عدد افراد عينة البحث (55) لاعبا وبذلك مثلت العينة نسبة (57,29%) من المجتمع الكلي والجدول (1) يبين ذلك،

(1) ايمن النجدي عبد السميع وآخرون؛ قياس قلق المنافسة للاعبين كرة القدم: (مجلة كلية التربية الرياضية / العدد السابع والثلاثون، يناير 2020)، ص92.

(2) ريسان خريبط؛ مناهج البحث في التربية الرياضية: (الموصل، مديرية الكتب للطباعة والنشر، 1987)، ص41.

(3) سلمان عكاب سرحان وحيدر ناجي حبش؛ مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية، ط2: (النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2011)، ص24.

(4) وجيه محجوب؛ البحث العلمي ومناهجه؛ (بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002)، ص81.

جدول (1) المجتمع وحجم العينة

النسبة المئوية	عدد أفراد عينة البحث	عينة التجارب الاستطلاعية	عدد اللاعبين	العينة	المجتمع
% 57,291	55	5	12	شورجة	شورجة
			12	سولاف	سولاف
					بابا كركر
			12	حويجة	حويجة
					ليلان
			12	التون كوبري	التون كوبري
					كي وان
			12	ثورة	ثورة
	55	5	60		المجموع

2-3 وسائل جمع البيانات:

لكي يتمكن الباحثان من انجاز البحث على أكمل وجه تم الاستعانة بجميع الوسائل التي يستخدمها في كل مرحلة من مراحل بحثه.

2-3-1 الاستبيان (استبيان تحديد صلاحية مقياس القلق التنافسي):

تم تصميم استمارة استبيان لمعرفة مدى صلاحية مقياس القلق التنافسي الذي صممه (مارتنز وآخرون، 1990)، ثم أعده وترجمه (محمد حسن علاوي، 1998)⁽¹⁾ الملحق (1)، وتم عرضه على السادة المختصين وذوي الخبرة (*) وقد أقر المختصون صلاحية المقياس وبنسبة اتفاق 80% والتطبيق على عينة البحث كما في مبيان الجدول (2)

الجدول (2)

نسبة اتفاق الخبراء حول صلاحية مقياس القلق التنافسي

نسبة الاتفاق	عدد المختصين للترشيح		الموضوع	ت
	الكلي	المتفقين		
%80	5	4	صلاحية مقياس القلق التنافسي	1

(1) محمد حسن علاوي؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين: ط1، (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998)، ص251

* - ا.د مها صبري حسن - جامعة كركوك - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
- ا.م.د ونأم عامر عبد الوهاب - جامعة كركوك - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
- م.د عمر علي حسن - جامعة كرميان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
- م.د جمعة اسماعيل جمعة - كلية القلم الجامعة - قسم التربية الرياضية
- م. علي برهان هاوار - كلية القلم الجامعة - قسم التربية الرياضية

2-3-2 المقابلة الشخصية:

تم إجراء بعض المقابلات الشخصية مع عدد من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس والكرة الطائرة وكذلك بعض المدربين وذلك للاستفادة منهم في امور تخص البحث.

2-4 التجربة الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (5) لاعبين و كان الهدف من هذه التجربة هو

- 1- معرفة الزمن الذي يستغرقه اللاعب في الاجابة عن اسئلة المقياس .
- 2- التعرف على المصاعب والمعوقات التي تواجه الباحثان اثناء تطبيق المقياس .
- 3- التعرف على مدى وضوح فقرات المقياس لمستوى افراد العينة .

2-5 (ثبات مقياس القلق النفسي):

" إذا اجري الاختبار على عينة من اللاعبين ثم اعيد هذا الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها فكانت النتائج التي ظهرت في المرة الاولى هي نفس النتائج في المرة الثانية"⁽¹⁾ واستخدم الباحثان طريقة الاختبار واعادة الاختبار اذ طبق مقياس القلق التنافسي على العينة الاستطلاعية نفسها وتم اعادة الاختبار على نفس العينة وتحت نفس الظروف بعد (7) سبعة ايام و بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس (0,677) وللحصول على معامل الثبات تم استخدام معامل الارتباط (سبيرمان) وكان معامل ثبات المقياس (0,80)

2-6 مقياس القلق النفسي: (2)

تضمن المقياس قائمة بثلاثة أبعاد مرتبطة بالقلق التنافسي الرياضي الملحق (1)، وهي:

2-6-1 القلق المعرفي: ويقصد به التوقع السلبي لمستوى اللاعب وافتقاده للتركيز وتصور الفشل في المنافسة الرياضية

2-6-2 القلق البدني: وهو إدراك الاستثارة الفسيولوجية ويتضمن أعراض التوتر ومتاعب المعدة وغيرها من استجابات الجهاز العصبي الاوتونومي.

2-6-3 الثقة بالنفس: وهو البعد الإيجابي في مواجهة القلق.

وتضمن المقياس (27) عبارة موزعة على ابعاد القلق التنافسي أي لكل بعد تسعة عبارات ولكل عبارة أربعة بدائل (أبدأ تقريباً، أحياناً، غالباً، دائماً تقريباً) أما مفاتيح البدائل من الدرجات فهي كالآتي: (أبدأ تقريباً درجة واحدة(1)، أحياناً درجتان(2)، غالباً ثلاث درجات(3)، دائماً تقريباً (4) درجات)

(1) مصطفى حسن باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية و التطبيق الصدق ، الثبات ، الموضوعية ، المعايير : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) ، ص 5 .
(1) محمد حسن علاوي؛ مصدر سبق ذكره : ص 251-253.

2-7 تطبيق مقياس القلق التنافسي:

لقد اعتمد الباحثان على مقياس (القلق التنافسي) من اجل التعرف على مستوى وابعاد قلق المنافسة لدى عينة البحث وذلك بعد عرضه على عدد من وذوي الخبرة والاختصاص في مجال (علم النفس والكرة الطائرة) للتأكد من مدى ملائمة فقرات المقياس لمستوى العينة من خلال استمارة استبيان معدة لهذا الغرض، وبعد جمع استمارات الاستبيان وتفرغها تم الحصول على نسبة اتفاق تزيد عن (75%) حول صلاحية المقياس وتم ايجاد ثبات المقياس الذي بلغ (80%) وبعد ما قام الباحثان بتطبيق المقياس من خلال استمارة الاستبيان المعدة لهذا الغرض.

تم تطبيق المقياس يوم السبت الموافق 30 /1/ 2021 في القاعات المغلقة للأندية الرياضية التي تم ذكرها آنفاً وبمساعدة فريق العمل المساعد وبعد الانتهاء من جمع الاستمارات تم تفرغها لمعالجة البيانات احصائياً ومن ثم التوصل الى النتائج.

2-8 الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحثان الحقيبة الاحصائية spss لمعالجة البيانات.

$$1. \text{النسبة المئوية}^{(1)} = \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100$$

$$2. \text{الوسط الحسابي}^{(2)} = \frac{\text{مجموع}}{\text{ن}}$$

$$3. \text{الانحراف المعياري}^{(3)} = \frac{\text{مج (س-س)}}{1-\text{ن}} = \text{ع}$$

$$4. \text{معادلة سيرمان براون}^{(4)} =$$

$$r = \frac{21r2}{21r+1}$$

حيث ان $r = 21$ = قيمة معامل ثبات درجات نصف الاختبار

(1) صالح ارشد العقيلي وسامر محمد الشايب؛ التحليل الإحصائي باستخدام البرنامج SPSS ، ط1: (عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 1988) ص177.

(2) خير الدين علي عويس؛ دليل البحث العلمي : (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2004) ص193.

(3) احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي، : (القاهرة، دار الكتاب الحديث ، 1996) ص63.

(4) صلاح الدين محمود علام؛ القياس والتقويم التربوي والنفسى، أساسياته، تطبيقاته، توجيهاته المعاصرة ، ط1: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000) ص156.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:**3-1 عرض وتحليل نتائج ابعاد مقياس القلق التنافسي:****الجدول (3)**

يبين الانحراف المعياري والوسط الحسابي والنسب المئوية لدرجات ابعاد القلق التنافسي

المعاملات الإحصائية ابعاد القلق التنافسي	ن	مجموع الدرجات	س-	± ع	النسبة المئوية
القلق المعرفي	55	1211.91	22.0182	3.64382	61.1616
القلق البدني		1212.00	22.0364	3.65130	61.2122
الثقة بالنفس		1390.00	25.2727	1.70462	70.2019

من خلال الجدول (3) تظهر لنا نتائج ابعاد مقياس القلق التنافسي للاعبين الكرة الطائرة الشباب وكذلك البعد الذي يشكل اعلى نسبة مئوية من بين ابعاد المقياس وعلى التوالي إذ أن مجموع درجات البعد الثالث الثقة بالنفس بلغ (1390.00) بوسط حسابي قدره (25.2727) وبانحراف معياري (1.70462) بهذا أصبحت النسبة المئوية للبعد الثالث (70.2019) أما البعد الثاني وهو القلق البدني فبلغت مجموع درجاته (1212.00) بوسط حسابي قدره (22.0364) وبانحراف معياري (3.65130) وبهذا أصبحت نسبة المئوية (61.2122) والبعد الأول القلق المعرفي فقد كان مجموع درجاته (1211.91) بوسط حسابي (22.0182) وبانحراف معياري (3.64382) وبنسبة مئوية (61.1616) وهذه النسبة هي نفس النسبة المئوية تقريباً للبعد الثاني.

3-2 مناقشة نتائج ابعاد مقياس القلق التنافسي:

من خلال نتائج الجدول (3) نلاحظ بان البعد الثالث (الثقة بالنفس) من ابعاد مقياس القلق التنافسي هو البعد الاعلى نسبة من البعدين الاخرين لما له من اهمية ودور فعال في تمكين اللاعبين من تغيير النتيجة وعدم الاستسلام لظروف اللعب وتحت مختلف انواع الضغوط، وهذا يتفق مع ما توصل اليه (بورتان شريف، 2011) في دراسة حول قلق المنافسة وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي والتي اظهرت فيها النتائج بان "الثقة بالنفس ضرورية وهامة ومن المهارات النفسية التي يجب التمرن عليها وعدم اهمالها لما لها من دور في حسم نتيجة المباراة" (1)

ثم يأتي البعد الثاني (القلق البدني) والبعد الأول (القلق المعرفي) بنفس النسبة المئوية تقريباً، إن البعد الثاني (القلق البدني) يرتبط لدى بعض اللاعبين بدرجة وحالة التوتر خلال اللعب او التنافس لأنه من الممكن

(1) بورنان شريف مصطفى؛ قلق المنافسة وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر- دراسة ميدانية لفرق القسم الوطني الأول: (مجلة الاكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، العدد7، 2011)، ص58.

ان يُفسر اللاعب اعرض التعب والاجهاد الذي تطرا عليه على أنها حالة طبيعية يمكن ان يتعرض لها اي لاعب نتيجة ظروف المباراة واللعب المستمر مما يؤدي الى خفض حالة التوتر والقلق لديه. اما البعد الاول (القلق المعرفي) يعد من اهم العوامل النفسية المؤثرة في المنافسات الرياضية نتيجة تراكم الضغط العصبي وهذا ما يتفق مع ما اكده(علاوي،1994) "اذ ان القلق المعرفي قد يكون له تأثير ايجابي يساعد اللاعب على بذل المزيد من الجهد او ان يكون له تأثير سلبي"⁽¹⁾

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

في ضوء ما توصل اليه الباحثان من نتائج استنتجا الآتي:

- ان اعلى نسبة مئوية لمستوى القلق التنافسي للاعبي الكرة الطائرة شباب حصل عليه البعد الثالث (الثقة بالنفس) عليه جاء في المرتبة الأولى.
- البعد الأول (القلق المعرفي) والبعد الثاني (القلق البدني) هما بالمرتبة الثانية معاً لكون نسبتهما المئوية بنفس النسبة تقريباً.

4-2 التوصيات:

وفي ضوء ما استنتجه الباحثان يوصيا:

- الاهتمام بالإعداد النفسي العام للاعبين في مجريات الوحدة التدريبية جنباً إلى جنب مع الإعداد البدني والمهاري والخططي .
- استخدام مقياس القلق التنافسي الحالي لإجراء دراسة لمعرفة علاقة العزو السببي على الأداء المستقبلي لدى اللاعبين وعلاقته بمتغيرات أخرى غير التي شملها البحث الحالي مثل(الطموح، دافع الإنجاز،...)
- استخدام المقياس الحالي لإجراء دراسة مقارنة بين فرق الألعاب الجماعية وفرق الألعاب الفردية وتطبيق المقياس على لاعبي الفئات العمرية و المتقدمين.
- تطبيق المقياس على لاعبي باقي الألعاب من أجل التعرف على مستوى حالات القلق التنافسي لديهم ووضع الحلول المناسبة لها.

المصادر

- احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك؛ القياس في المجال الرياضي، : (القاهرة، دار الكتاب الحديث ، 1996).

(2) محمد حسن علاوي؛ الاختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي: ط2، (القاهرة، دار الفكر العربي،1994)، ص230.

- أسامة كامل راتب؛ الإعداد النفسي للناشئين دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2001).
 - ايمن النجدي عبد السميع وآخرون؛ قياس قلق المنافسة للاعبين كرة القدم: (مجلة كلية التربية الرياضية / العدد السابع والثلاثون، يناير 2020).
 - بورنان شريف مصطفى؛ قلق المنافسة وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر- دراسة ميدانية لفرق القسم الوطني الأول: (مجلة الاكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، العدد7، 2011).
 - خير الدين علي عويس؛ دليل البحث العلمي : (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2004).
 - ريسان خريبط؛ مناهج البحث في التربية الرياضية: (الموصل، مديرية الكتب للطباعة والنشر، 1987).
 - سعد جلال، محمد حسن علاوي؛ علم النفس التربوي: ط6، (القاهرة، دار المعارف، 1978)، ص92.
 - سلمان عكاب سرحان وحيدر ناجي حبش؛ مبادئ الإحصاء في التربية الرياضية، ط2: (النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2011).
 - صالح ارشد العقيلي وسامر محمد الشايب؛ التحليل الإحصائي باستخدام البرنامج SPSS ، ط1: (عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع ، 1988).
 - صلاح الدين محمود علام؛ القياس والتقويم التربوي والنفسي، أساسياته، تطبيقاته، توجيهاته المعاصرة ، ط1: (القاهرة ، دار الفكر العربي، 2000).
 - محمد حسن علاوي؛ الاختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي: ط2، (القاهرة، دار الفكر العربي، 1994).
 - محمد حسن علاوي؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين: ط1، (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998).
 - محمد حسن علاوي؛ مدخل في علم النفس الرياضي: ط4 (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2004)
 - مصطفى حسن باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية و التطبيق الصدق ، الثبات ، الموضوعية ، المعايير : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) ، ص 5 .
 - وجيه محجوب؛ البحث العلمي ومناهجه؛ (بغداد، دار الكتب للطباعة والنشر، 2002).
- ترجمة المصادر العربية

- Ahmed Mohamed Khater and Ali Fahmy Al-Baik; Measurement in the Sports Field, (Cairo, Dar Al-Kitb Al-Hadith, 1996)..(

- Osama Kamel Rateb; Psychological Preparation for Juniors Guide to Guidance and Guidance for Trainers: (Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2001).

- Ayman Al-Najdi Abdul Samea et al.; Measuring competition anxiety for football players: (Journal of the Faculty of Physical Education / 37th issue, January 2020).
- Bornan Cherif Mustapha; Competition anxiety and its relationship to the motivation of sports achievement among team sports players in Algeria - A field study of the teams of the first national division: (Journal of the Academy for Social and Humanities Studies, No. 7, 2011).
- Khairuddin Ali Owais; Scientific Research Guide: (Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2004).
- Risan Khuraitb; Research Methods in Physical Education: (Mosul, Directorate of Books for Printing and Publishing, 1987.)
- Saad Jalal, Mohamed Hassan Allawi; Educational Psychology: 6th Edition, (Cairo, Dar Al Maarif, 1978), p.92.
- Salman Akab Sarhan and Haider Naji Habash; Principles of Statistics in Physical Education, 2nd Edition: (Najaf, Dar Al-Dia Printing and Design, 2011).
- Saleh Arshad Al-Oqaili and Samer Mohammed Al-Shayeb; Statistical Analysis Using SPSS Program, 1st Edition: (Amman, Dar Al Shorouk Publishing and Distribution, 1988)
- Salahuddin Mahmoud Allam; Educational and Psychological Measurement and Evaluation, Fundamentals, Applications, Contemporary Guidance, 1st Edition: (Cairo, Dar Al-Fiker Al-Arabi, 2000).
- Mohammed Hassan Allawi; Psychological and skill tests in the sports field: 2nd Edition,(Cairo, Dar Al-Fiker Al-Arabi, 1994).
- Mohamed Hassan Allawi; Encyclopedia of Psychological Tests for Athletes: 1st Edition, (Cairo, Al-Kitb Publishing Center, 1998).
- Mohamed Hassan Allawi; Introduction to Sports Psychology: 4th Edition (Cairo, Al-Kitb Publishing Center, 2004).
- Mustafa Hassan Bahi; Scientific Transactions between Theory and Practice Honesty, Stability, Objective, Standards: (Cairo, Book Publishing Center, 1999), p.5.
- Wajih Mahjoub; Scientific Research and Methods; (Baghdad, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, 2002).

الملاحق

الملحق (1)

مقياس القلق التنافسي

م	العبارات	ابداً تقريباً	احياناً	غالباً	دائماً تقريباً
1	انا مشغول البال بالمباراة القادمة.				
2	اشعر بالترففة.				
3	اشعر بالهدوء.				
4	اشعر بعدم الثقة بنفسى.				

				اشعر بالاضطراب.	5
				اشعر بالراحة.	6
				بالى مشغول من ناحية عدم اجادتي في المباراة بما يتناسب مع مستواي	7
				اشعر بان جسمي متوتر	8
				اشعر بانثقة في النفس	9
				بالى مشغول من ناحية الهزيمة (عدم الفوز) في المباراة.	10
				اشعر بالتوتر في معدتي.	11
				اشعر بالاطمئنان.	12
				اخشى من سوء الاداء نتيجة للضغط العصبي قبل المباراة.	13
				اشعر بالاسترخاء في جسمي.	14
				اثق في قدرتي على مواجهة التحدي في المباراة.	15
				اخشى ان يكون ادائي سيئاً في المباراة.	16
				قلبي يدق بسرعة.	17
				عندي ثقة بانني سوف اجيد في المباراة.	18
				بالى مشغول من ناحية تحقيق هدفي في المباراة.	19
				اشعر بتقلص (او مغص) في معدتي.	20
				اشعر براحة البال.	21
				فكري مشغول خوفاً من عدم رضا مدربي عن ادائي في المباراة.	22
				احس بعرق في اليدين.	23
				اشعر بثقة لانني هينات نفسي ذهنياً بانني سوف اجيد في المباراة.	24
				بالى مشغول من ناحية عدم قدرتي على التركيز في المباراة	25
				اشعر بان جسمي مشدود	26
				عندي ثقة بانني ساتغلب على ضغوط المباراة	27



A case study of competitive anxiety among volleyball players (youth)

Abdullah Muhammad Tiawi^{1*}

adnan muhammad shnawa²

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

2- Ministry of Education

Salah Al Deen

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.43>

Article info.

Article history:

-Received: 21/11/2021

-Accepted: 28/12/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- exercises
- basic skills

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Abstract

The research community was determined by the intentional method, represented by the players of Al-Alam Sports Club in football, the youth category for the sports season (2020-2021 AD), which numbered (24) players. The exclusion of goalkeepers and a section of the players for the purpose of experimental control, to identify the effect of special exercises with the ball on some basic skills of young football players, and the research aimed to identify the significance of the differences between the results of the two dimensional tests of the experimental and control groups in some basic skills of young football players, The results were obtained, including:

The special exercises with the ball implemented by the experimental group achieved a development in the skills of handling and rolling, by comparing the results of all tribal and dimensional variables for the players of the experimental group.

-The control group did not achieve any development in the skills of physical handling and rolling, by comparing the results of all variables before and after the players of the control group.

-The experimental group that carried out special exercises with the ball achieved a better development than the control group in the skills of handling and rolling by comparing the results of the pre and post tests for the players of the control and experimental groups.

The researchers believe that it is necessary to use special exercises with the ball in youth football training by coaches because the results of the research showed a clear development of the skills of handling and rolling, and the use of the periodic training method of high intensity showed good results in this type of exercises.

* Corresponding Author. dr.t.av1970@tu.edu.iq - College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

تأثير تمارين خاصة بالكرة على بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم
للشباب

م.م. عدنان محمد شناوه

أ.م.د. عبدالله محمد طياوي / جامعة تكريت-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة:

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- تمارين

- المهارات الأساسية

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية والمتمثل بلاعبي نادي العلم الرياضي بكرة القدم فئة الشباب للموسم الرياضي (2020 - 2021 م) والبالغ عددهم (24) لاعب وتم اختيار (16) لاعب منهم يمثلون عينة البحث توزيعهم بطريقة المزاوجة و باستخدام القرعة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بعد استبعاد حراس المرمى وقسم من اللاعبين لغرض الضبط التجريبي، التعرف على تأثير التمارين الخاصة بالكرة على بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب، وقد هدف البحث الى التعرف على دلالة الفروق بين نتائج الاختبارين البعديين لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة على بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب، وقد تم التوصل الى النتائج منها:

- حققت التمارين الخاصة بالكرة الذي نفذته المجموعة التجريبية تطورا في مهارتي المناولة والدرجة وذلك من خلال مقارنة نتائج جميع المتغيرات القبلية والبعدي للاعبين المجموعة التجريبية.

- لم تحقق المجموعة الضابطة تطورا في مهارتي المناولة والدرجة البدنية والمهارية وذلك من خلال مقارنة نتائج جميع المتغيرات القبلية والبعدي للاعبين المجموعة الضابطة.

- حققت المجموعة التجريبية التي نفذت التمارين الخاصة بالكرة تطورا افضل من المجموعة الضابطة في مهارتي المناولة والدرجة من خلال مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للاعبين المجموعتين الضابطة والتجريبية

ويرى الباحثان ضرورة استخدام الخاصة مع الكرة في تدريبات كرة القدم الشباب من قبل المدربين لما اظهرته نتائج البحث من تطور واضح مهارتي المناولة والدرجة.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث واهميته

ان الوصول الى المستوى العالي في مجالات الرياضة هو انعكاس لراقي المجتمعات وتطورها في المجالات الاخرى والاعتماد في التطور على الاسلوب العلمي في حل المشكلات ، وان اعداد الرياضيين يتطلب من المعنيين الاخذ بجوانب التخطيط العلمي والمبني على البحوث والدراسات التي عن طريقها

نستطيع سلوك اقصر الطرق للوصول باللاعبين الى قمة الاداء اثناء المنافسات الرياضية وهذا الامر ينسحب على لعبة كرة القدم وما تمثله من مكانه تحتلها بين الشعوب.

ان لعبة كرة القدم وما يحتاجه اللاعب من متطلبات متنوعة وكثيرة بحسب المواقف التي يمر بها اللاعب اثناء سير التدريب او المباراة لذلك فان اعداده ومن مختلف النواحي البدنية والمهارية والخطية والنفسية والتربوية يحتاج الى تكامل هذه العناصر وتداخلها فيما بينها وحسب المعطيات الموجودة من مستوى اللاعبين والمنافسة والفترة الزمنية المتبقية للوصول الى المستوى العالي اثناء المنافسة.

ان كرة القدم تتسم بكثرة المهارات والحركات والواجبات التي يترتب على اللاعب ادائها خلال وقت المباراة والاستمرار في ادائها لأطول فترة ممكنة وهذا النوع من الاداء يتطلب من اللاعب امتلاك صفات و قدرات بدنية خاصة تمكن اللاعب من الاستمرار بأداء ما مطلوب منه بشكل جيد وحسب المتغيرات التي تطرأ على الاداء الى نهاية المباراة. حيث ان كل حركة أو مهارة يؤديها اللاعب تحتاج الى مجموعة من الصفات والقدرات البدنية وبدرجات متفاوتة وبفعالية وخاصة عندما تكون الكرة بحوزته حيث ان التعامل مع الكرة يحتاج الى جهد اكبر في المحافظة عليها والتعامل معها من خلال السيطرة عليها او مناوئتها او الجري بها او المراوغة والتهديف , ان التدريب بالكرة يضيف على اللاعب جو من الحماس في مزاوله التمرينات وادائها بالشكل المطلوب وان التحمل يعد من القدرات البدنية المهمة للاعب كرة القدم لأنها تشترك مع كافة القدرات البدنية الاخرى لتمكن اللاعب من الاداء بشكل جيد للواجبات المطلوب منه اداؤها في المباريات , وأن التمرينات الخاصة بطريقة التحمل تخدم لاعب كرة القدم , حيث لا يمكن لأي لاعب ان يقوم بتنفيذ واجباته المطلوبة طوال زمن المباراة مالم يمتلك مستوى عال يعينه ويساعده على تنفيذ جميع واجباته اثناء المباريات.

وتمثل المهارات الاساسية الحول التي من خلالها يتمكن اللاعب ومن خلاله الفريق من الاستحواذ على الكرة والسير بها وتداولها لإحراز هدف في مرمى المنافس.

وتعد التمرينات الخاصة بالكرة من الوسائل المستخدمة في تدريب كرة القدم وتطوير الاداء والاستمرار به وهذا الاداء يتطلب مستوى معين من القدرات البدنية تؤهل اللاعب من تنفيذ المهارات والحركات التي تمكن اللاعب من تنفيذ الواجبات المطلوبة وبما يؤهل هذا اللاعب ومن خلاله الفريق لتقديم المستوى المطلوب للتفوق على المنافس ومن هنا تبرز اهمية البحث في اخضاع اللاعبين الى تمرينات خاصة بالكرة في محاولة لرفع كفاءتهم البدنية ومن خلالها الارتقاء بالجوانب المهارية وبما يتماشى وحاجات لاعبي كرة القدم لتقديم المستوى المناسب من الاداء في المباريات عن طريق اجادة بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة القدم الشباب.

1-2 مشكلة البحث:-

من خلال متابعة الباحثان لدوري كرة القدم الشباب في محافظة صلاح الدين لاحظوا ان هناك ضعفا في الجوانب المتعلقة بالأداء للمهارات اثناء الفترات التي تحتاج الى مواصلة اللعب بمستوى عالي خلال المباريات ومن الوسائل التي اختارها الباحثان في معالجة هذه المشكلة هي استخدام تمارين خاصة بالكرة لتمكين اللاعبين من العمل في ظروف احتياجاتهم الفعلية اثناء المباراة وخاصة مع وجود الكرة والتعامل معها وتناقلها بين اللاعبين والوصول بها الى مرمى المنافس لتسجيل الاهداف ولان وجود الكرة من خصوصيات التدريب والذي يعتبر من المبادئ المهمة في الاعداد الرياضي لما لها من دور في الارتقاء بمستوى اللاعبين وتطوير ادائهم خلال اوقات المباريات وخاصة التي تكون فيها الصعوبة عالية من خلال ضغط المنافس ، مما اثار لدى الباحثان التساؤل التالي هل للتمارين الخاصة بالكرة تأثير على بعض المهارات الاساسية المهارية للاعبي كرة القدم الشباب؟

1-3 اهداف البحث:

- التعرف على تأثير التمارين الخاصة بالكرة في بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم الشباب.
- التعرف على دلالة الفروق بين نتائج الاختبارين البعديين لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم الشباب

1-4 فروض البحث :

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم الشباب.
- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين نتائج الاختبارين البعديين لمجموعي البحث التجريبية والضابطة في بعض المهارات الاساسية للاعبي كرة القدم الشباب ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية.

1-5 مجالات البحث :

- المجال البشري : لاعبو نادي العلم بكرة القدم الشباب 2020-2021 .
- المجال الزمني : للفترة من 13 / 2 / 2021 الى 1 / 5 / 2021.
- المجال المكاني : ملعب كرة القدم في نادي العلم الرياضي.

2-الدراسات النظرية والدراسات السابقة:**2-1 الدراسات النظرية:****2-1-1 المهارات الاساسية قيد البحث:**

2-1-1-2 المناولة:

ان لعبة كرة القدم "هي لعبة المناولات ومهما اختلفت المدارس الكروية في تسمية الخطط والتشكيلات العديدة فان العامل الحاسم لها في التطبيق هو المناولة وهي أكثر المهارات استخداما اذ تستحوذ على 80% من تصرفات اللاعبين اثناء المباراة"⁽¹⁾.

ويعني " مصطلح المناولة (تمرير الكرة) توصيل الكرة من لاعب الى لاعب اخر بهدف استكمال الهجوم او الاحتفاظ بها , ويعتبر تمرير الكرة من زميل الى زميل اخر من اكثر انواع المهارات في كرة القدم استخداما في المباراة على الاطلاق وان المناولة هي الوسيلة الاساسية في الهجوم على مرمى الفريق المنافس"⁽²⁾.

وهناك مبادئ اساسية لاستخدام مهارة المناولة في لعبة كرة القدم ومن اهمها ما يلي⁽³⁾ :

ان استخدام المناولات المتنوعة في كل مواقف وظروف المباراة وعدم الاعتماد على نوع واحد منها, الدقة في التمرير, اعطاء التمريرة بالوقت والمكان المناسب للزميل والمنافس, السرعة في اداء المناولة, مفاجئة المنافس بالمناولة وعدم إعطائه الفرصة لعمل استحضارات في الدفاع وبالتالي عدم استطاعته مجاراة طابع المباراة, استخدام المناولات العالية له الاثر الفعال امام نوع خاص من المدافعين.

2-2-1-2 الدرجة :

الدرجة من المهارات المهمة والأساسية التي يجب على لاعب كرة القدم اتقانها حيث يشير غازي محمود(2011) ان الدرجة هي " عملية تعامل اللاعب مع الكرة بأحد اعضاء جسمه وفق قانون لعبة كرة القدم لغرض الانتقال من مكان الى آخر داخل المستطيل الاخضر لغرض المراوغة واجتياز المنافس مع استخدام كل المهارات الفنية الاخرى"⁽⁴⁾.

وتعرف الدرجة على انها " قدرة اللاعب على توجيه الكرة والتحكم فيها اثناء الجري وباي اتجاه ويستخدمها اللاعب عندما لا يكون امامه فرصة لتمرير الكرة الى الزميل او عندما يريد جذب مدافع اليه لإبعاده عن التغطية او عندما يريد التقدم بالكرة في المساحة الخالية"⁽⁵⁾.

وهي تعني ايضا التحرك بالكرة الى الامام بدفعها بالقدم والتحكم بها في اثناء الحركة وتستخدم كوسيلة للوصول الى غاية معينة يبتغيها اللاعب"⁽⁶⁾.

¹ - عبدالله محمد طياوي (2010)؛ مصدر سبق ذكره , ص35.

² - مفتي ابراهيم (2013) ؛ مصدر سبق ذكره , ص 135.

³ - غازي صالح محمود (2011)؛ المصدر السابق , ص49.

⁴ - غازي صالح محمود (2011)؛ مصدر سبق ذكره ص46.

⁵ - محمد خير الدين صالح ؛ علاقة الطاقة النفسية والتوتر النفسي والاستثارة الانفعالية بمستوى الانجاز المهاري لدى لاعبي

خماسي كرة القدم: (رسالة ماجستير, غير منشورة , جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية , 2011) ص36.

⁶ -عبدالله محمد طياوي (2010) ؛ مصدر سبق ذكره , ص37.

وتستخدم الدرجة في الحالات التالية (1):

(عندما لا يكون امام اللاعب فرصة للمناولة الى الزميل , عندما يريد اللاعب التقدم في مساحة خالية , لإبقاء الكرة مع الفريق ,عندما يريد اللاعب جذب مدافع اليه لإبعاده عن التغطية)

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي، تصميم المجموعتان التجريبية والضابطة ذات الاختبار القبلي والبعدي لملائمته وطبيعة مشكلة البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية والمتمثل بلاعبي نادي العلم الرياضي بكرة القدم فئة الشباب للموسم الرياضي (2020 - 2021 م) والبالغ عددهم (24) لاعب وتم اختيار (16) لاعب منهم يمثلون عينة البحث توزيعهم بطريقة المزوجة وباستخدام القرعة إلى مجموعتين تجريبية وضابطة بعد استبعاد حراس المرمى وقسم من اللاعبين لغرض الضبط التجريبي والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

مجتمع البحث وعينته واللاعبين المستبعدين ونسبتهم المئوية

النسبة المئوية	العدد	مجتمع البحث
66,66	16	عينة البحث
12,5	3	حراس المرمى
20,83	5	اللاعبون المستبعدون
%100	24	المجموع

3-3 تحديد الاختبارات:

تم تحديد الاختبارات عن طريق الاستبيان المقدم الى السادة ذوي الاختصاص .

الجدول (3)

يبين نسبة اتفاق آراء السادة ذوي الاختصاص على الاختبارات المرشحة للمتغيرات قيد البحث

النسبة المئوية	تكرار الاتفاق	الاختبارات المرشحة من قبل الخبراء	المتغير قيد البحث
85,71	6	الجري المتعرج بالكرة	المناولة
85,71	6	دقة تمرير الكرة نحو هدف مرسوم على الارض	الدرجة

3-3-1 الاختبارات المرشحة عن المهارات الاساسية:

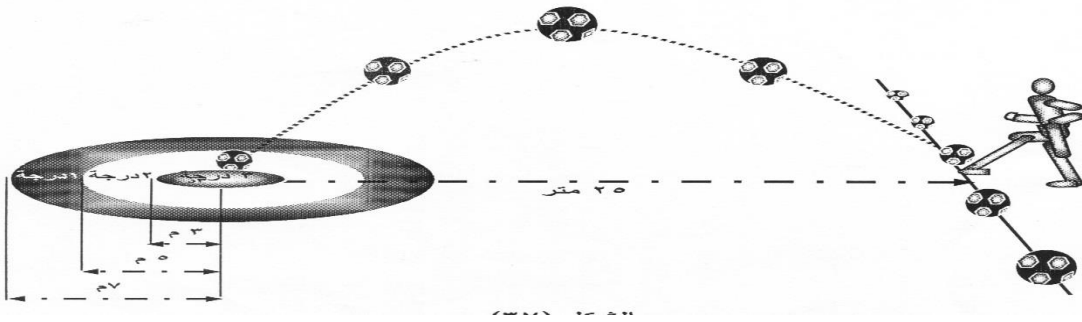
- اختبار دقة تمرير الكرة نحو هدف مرسوم على الارض (2).

¹ -مفتي ابراهيم حماد ؛ الهجوم بكرة القدم : (القاهرة , دار الفكر العربي , 1990) ص131.
² - زهير قاسم الخشاب (واخرون) ؛ تصميم وتقنين المهارات الحركية الاساسية بكرة القدم : (المؤتمر السادس لكليات التربية الرياضية , جامعات قطر , مطبعة التعليم العالي , الموصل , 1990) ص9.

الهدف من الاختبار: قياس دقة المناولة.

وصف الاختبار: رسم ثلاث دوائر متحدة المركز اقطارها (3)،(5)،(7) متر على التوالي يحدد خط البدء على بعد 20 م من مركز الدائرة وبطول (5) م جانبا يقف اللاعب المختبر خلف خط البداية، ثم يقوم بمناولة الكرات الخمس على التوالي في الهواء محاولا اسقاطها في الدائرة الصغيرة وكما في الشكل (1). يعطى للاعب محاولتان متتاليتان، عندما تمس الكرة اي خط مشترك تحتسب الدرجة الاكبر. لكل لاعب (5) كرات. طريقة التسجيل: أصغر دائرة (3) درجات. الدائرة الثانية (2) درجة. الدائرة الثالثة (1) درجة. خارج الدائرة يعطى (صفر) وحدة القياس الدرجة.

الشكل
(1)



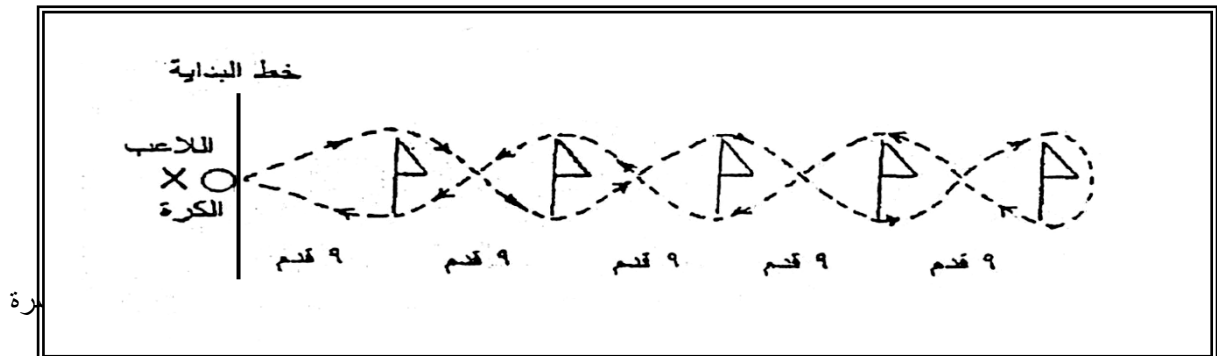
- اختبار الجري المتعرج بالكرة (1) :

الهدف من الاختبار: لقياس الدرجة.

الأدوات المستخدمة: كرة قدم قانونية و ساعة إيقاف و 5 شواخص.

وصف الاختبار : تخطط منطقة الاختبار بوضع 5 شواخص يبعد أحدها عن الآخر بمسافة متساوية 9 قدم أي (2,70)م ويبعد الشاخص الأول عن خط البداية 9 أقدام أيضا، يقف المختبر ومعه الكرة خلف خط البدء وعند إعطاء إشارة البدء يقوم المختبر بالجري بالكرة بالقدم بين الشواخص ذهاباً وإياباً، وتعطى لكل مختبر محاولتان متتاليتان وكما في الشكل (2).

طريقة التسجيل : يحتسب الزمن لأقرب 1% من الثانية وتحسب الدرجة مجموع محاولتين .
وحدة القياس: الزمن.



الشكل (2)

3-4 تجانس وتكافؤ مجموعتي البحث:

3-4-1 تجانس مجموعتي البحث:

اعتمد الباحثان إجراء التجانس لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات (العمر ، العمر التدريبي ، الطول ، الكتلة) وحسب الجدول (4) .

الجدول (4)

تجانس مجموعتي البحث التجريبية والضابطة .

المتغيرات	المعالم الاحصائية	وحدة القياس	وسط حسابي	انحراف معياري	معامل الالتواء
العمر		سنة	18,25	3,56	0,21
العمر التدريبي		سنة	9	2,68	0,74
الطول		سم	174,62	5,67	0,29
الكتلة		كغم	63,67	4,32	0,01

من الجدول (7) يتبين ان قيم معامل الالتواء تتراوح ما بين $(1 \pm)$ وهذا يدل على التوزيع الطبيعي لعينة البحث

3-4-2 تكافؤ مجموعتي البحث:

قام الباحثان بإجراء التكافؤ بين مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في المتغيرات التجريبية (المناولة , الدرجة) وحسب الجدول(5) .

الجدول (5)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة وقيم (sig) ودلالة الفروق للمتغير البحثي قيد الدراسة.

المعالم الاحصائية المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيم (ت) المحسوبة	قيم Sig	دلالة الفروق
		وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري			
المناولة	درجة	7,24	1,54	7,12	1,04	0,23	0,82	*غير معنوي
الدرجة	ثانية	24,12	1,01	21,49	6,25	0,91	0,36	*غير معنوي

*معنوي عند مستوى احتمالية $\geq (0,05)$

يتبين من الجدول (4) إن قيمة (ت) المحسوبة بلغت على التوالي (0,23)(0,91) وبلغت قيمة sig على التوالي (0,82) (0,36) وبما ان قيمة (sig) هي اكبر من قيمة (0,05) وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في المتغيرات قيد البحث مما يدل على تكافؤ المجموعتين في المتغيرات أنفة الذكر.

3-5 وسائل جمع البيانات:

تم استخدام الوسائل الآتية لجمع البيانات (تحليل المحتوى , الاستبيان , المقابلة الشخصية ,القياسات والاختبارات).

3-5-1 القياسات والاختبارات موضوع البحث:

- القياسات :

إن القياسات التي اجراها الباحثان هي : (الطول الكلي للجسم , كتلة الجسم , العمر) .

- الاختبارات:

اعتمد الباحثان على الاختبارات التي تم الاتفاق عليها من قبل الخبراء وحصلت على اعلى نسبة اتفاق انظر الملحق (1).

3-6 الأسس العلمية للاختبار:

3-6-1 ثبات الاختبار:

قام الباحثان باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار مع تثبيت الظروف قدر الامكان وعلى نفس الافراد عينة التجربة الاستطلاعية الاولى والبالغ عددهم (4) لاعبين إذ تم تطبيق الاختبارات يوم السبت (2021/2/13) وإعادته يوم الاربعاء (2021/2/17) وتم استخراج معامل الارتباط البسيط بيرسن إذ أظهرت النتائج الثبات بدرجة عالية وكما في الجدول (6) .

3-6-2 صدق الاختبار:

لغرض التأكد من صدق الاختبارات التي نحن بصدها قام الباحثان باستخدام أنواع الصدق الآتية وهي

كما يلي:

- **صدق المحتوى:** تم الاستدلال على هذا النوع من الصدق من خلال الحصر الشامل للمصادر والمراجع العلمية المختصة في (القياس والتقويم والتدريب الرياضي) بكرة القدم لتحديد الاختبارات الخاصة بالمتغيرات قيد البحث للاعبين كرة القدم الشباب.

- **الصدق الذاتي:** تم استخراج هذا النوع من الصدق عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات والجدول (6) يوضح ذلك .

3-6-3 موضوعية الاختبار:

للتأكد من موضوعية الاختبار تم الاعتماد على محكمين اثنين^(*) يقومان بتسجيل نتائج الاختبار في إن واحد وقد تم حساب النتائج حسب معامل الارتباط البسيط و أظهرت نتائج الاختبارات معامل ارتباط عالي في الاختبارات المستخدمة وهذا ما يؤكد موضوعية الاختبارات وكما مبين في الجدول (6).

الجدول (6)

معاملات الصدق والثبات والموضوعية لاختبار المتغيرات قيد البحث

الموضوعية	الصدق الذاتي	الثبات	الاختبار موضوع البحث	ت
0,91	0,93	0,87	المنافسة	1
0,90	0,93	0,87	الدرجة	2

7-3 التصميم التجريبي:

استخدم الباحثان التصميم التجريبي الذي يطلق عليه " تصميم المجموعات المتكافئة العشوائية الاختيار ذات الاختبار القبلي والبعدي المحكمة الضبط " .

8-3 الإجراءات الميدانية المستخدمة في البحث :

1-8-3 تحديد أزمدة وعدد مرات تكرار الأداء لكل تمرين :

حيث تم تنفيذ هذا الإجراء على عينة التجربة الاستطلاعية الثانية والبالغ عددهم (4) لاعبين من عينة الدراسة للتعرف على زمن وعدد مرات تكرار الأداء لكل تمرين معتمد في البحث.

2-8-3 تحديد فترات الراحة المعتمدة بين التكرارات والمجاميع :

تم تحديد فترات الراحة بين التكرارات للمجموعة التجريبية حسب طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة وعند عودة النبض الى (120-130) وهي اعطاء راحة غير تامة بين تكرار وآخر وحسب التجربة الاستطلاعية الثانية وبين المجاميع والتمارين (3) دقائق.

3-9 التجارب الاستطلاعية :

3-9-1 التجربة الاستطلاعية الأولى :

اجريت هذه التجربة في يوم السبت 13 / 2 / 2021 على مجموعة مكونه من (4) لاعبين من مجتمع البحث وكان الهدف منها ما يلي :

- 1- التأكد من صلاحية الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- 2- التعرف على الصعوبات الإدارية وكذلك الأخطاء التي تحدث أثناء عملية القياس ومحاولة تلافياها.

* المحكمان الذين تم الاعتماد عليهما في تسجيل نتائج الاختبار هما:

- سفيان اسماعيل سالم / مدرب كرة قدم. , احمد محمد صالح /مدرب كرة قدم

3- تم اعادة نفس التجربة وعلى نفس الافراد يوم الاربعاء 2021/2/17 لإيجاد المعاملات العلمية للاختبارات قيد البحث.

3-9-2 التجربة الاستطلاعية الثانية :

حيث تم إجرائها على مجموعة من لاعبين عينة البحث وكان عددهم (4) لاعبين لإيجاد أزمدة التمارين وتحديد فترات الراحة بين التكرارات والمجاميع في يوم السبت 2021/2/20 .

3-10-10 الإجراءات النهائية للبحث :

3-10-10-1 تنفيذ الاختبارات القبلية للمتغيرات قيد البحث :

تم إجراء الاختبارات القبلية (المناولة , الدرجة) في يوم الثلاثاء 2021/2/23 .

3-10-10-2 تنفيذ البرنامج التدريبي (تدريبات القوة) :

تم البدء بتنفيذ التمرينات الخاصة بالكرة على المجموعة التجريبية يوم السبت الموافق 2021/2/27 وتم الانتهاء من تنفيذ جميع الوحدات الخاصة بتطبيق البرنامج التدريبي للاعبين المجموعة التجريبية في يوم الاربعاء 2021 /4/21 تزامنا مع المنهاج التدريبي المعد من قبل المدرب والمطبق على المجموعة الضابطة. والنقاط التي تمت مراعاتها اثناء تنفيذ البرنامج التدريبي هي :

- بدء كافة الوحدات التدريبية بالإحماء العام من اجل تهيئة جميع عضلات الجسم , يليه الاحماء الخاص وبما يخدم الجزء الرئيسي المستخدم في البرنامج التدريبي.
- تم استخدام طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة.
- تم تنفيذ البرنامج خلال (8) دورات صغرى (اسبوع) وبواقع دورتين متوسطتين.
- كل دورة صغرى تتكون من (3) وحدات تدريبية اي تنفيذ (24) وحدة تدريبية وتم اجراء الوحدات التدريبية في ايام (السبت والاثنين والاربعاء).
- ان تموج حركة الحمل (1:3).
- ان التحكم بالحمل عن طريق التغيير بالحجم فقط من خلال زيادة عدد التكرارات.
- تم تحديد فترات الراحة بين التكرارات عن طريق عودة النبض الى حوالي (120-130) نبضة في الدقيقة والراحة بين المجاميع حسب طريقة التدريب الفترتي مرتفع الشدة وهي من (3-5) دقيقة.

3-10-10-3 الاختبارات البعدية:

بعد الانتهاء من تنفيذ تدريبات التحمل بالكرة للمجموعة التجريبية والتدريبات الخاصة بالمجموعة الضابطة تم إجراء الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) وهي اختبارات المناولة والدرجة للاعبين نادي العلم بكرة القدم للشباب في يوم السبت 2021/4/24

3-11 الوسائل الإحصائية:

والوسائل الإحصائية التي تم استخدامها من قبل الباحث هي برنامج spss

4- عرض النتائج ومناقشتها :

4-1 عرض النتائج:

4-1-1 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة :

الجدول (7)

الاوراط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية للاختبارات القبليّة والبعدية المناولة والدرجة للمجموعة الضابطة .

دلالة الفروق	قيم Sig	قيم(ت) المحسوبة	الاختبار البعدي الضابطة		الاختبار القبلي الضابطة		وحدة القياس	المعالم الاحصائية للمتغيرات البحثية
			انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي		
*غير معنوي	0,20	1,23	0,82	7,87	0,73	7,25	درجة	المناولة
*غير معنوي	0,47	0,73	0,87	23,71	1,01	24,12	ثانية	الدرجة

*معنوي عند مستوى احتمالية $\geq (0,05)$

من خلال الجدول (6) يتبين لنا ما يأتي:

- من خلال الجدول (7) يبين عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدي في المناولة والدرجة لدى المجموعة الضابطة , اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة وعلى التوالي (1,23) (0,73) عند مستوى احتمالية وعلى التوالي (1,23) (0,73) وهي اكبر من (0,05).

4-1-2 عرض نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية لمهاتري المناولة والدرجة للمجموعة التجريبية:

الجدول (8)

الاوراط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية للاختبارات القبليّة والبعدية المناولة والدرجة للمجموعة التجريبية.

دلالة الفروق	قيم Sig	قيم(ت) المحسوبة	بعدي التجريبية		قبلي التجريبية		وحدات القياس وحدة القياس	المعالم الاحصائية للمتغيرات البحثية
			انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي		
*معنوي	0,00	8,88	0,88	10,37	1,04	7,12	درجة	المناولة
*معنوي	0,00	12,90	0,67	21,64	0,86	24,17	ثانية	الدرجة

*معنوي عند مستوى احتمالية $\geq (0,05)$

- من خلال الجدول (8) يتبين وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين القبلي والبعدي في المتغيرات قيد البحث لدى المجموعة التجريبية , اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات قيد البحث وعلى التوالي (8,88) (12,90) وعند مستوى احتمالية للمتغيرات وعلى التوالي (0,00) (0,00) وهي اصغر من (0,05).

4-1-3 عرض نتائج لمهاتري المناولة والدرجة لاختار المجموعة البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة:

الجدول (9)

الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) المحسوبة ومستوى الاحتمالية للاختبارات القبالية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية .

دلالة الفروق	قيم Sig	قيم (ت) المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		وحدة القياس	المعالم الاحصائية المتغيرات البحثية
			انحراف معياري	وسط حسابي	انحراف معياري	وسط حسابي		
*معنوي	0,00	4,78	0,88	10,37	0,82	7,87	درجة	المناولة
*معنوي	0,00	4,42	0,67	21,64	0,87	23,71	ثانية	الدرجة

*معنوي عند مستوى احتمالية $\geq (0,05)$

من خلال الجدول (9) يتبين لنا ما يأتي:

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات الاختبارين البعديين في مهاتري (المناولة ، الدرجة) لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية, اذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات وعلى التوالي (4,78) (4,42) عند مستوى احتمالية وعلى التوالي (0,00) (0,00) وهي اصغر من (0,05).

4-2 مناقشة النتائج:

يعزو الباحثان التطور الحاصل في الجدولين (8) و(9) واللذان يشيران الى تطور لاعبي المجموعة التجريبية في مهاتري المناولة والدرجة فضلا عن تفوق لاعبي المجموعة التجريبية على لاعبي المجموعة الضابطة في المتغيرات قيد البحث الى التأثيرات الايجابية الفعالة للبرنامج التدريبي (التمرينات الخاصة بالكرة) اذ ان استخدام هذا البرنامج وما تضمنه من تمارين تخصصية ما خوذت من حاجات اللاعبين اثناء المباراة والتركيز على المجاميع العضلية التي يقع عليها العبء الاكبر اثناء الاداء ويرى الباحثان ان عملية التكيف التي حدثت بسبب مراعات الزيادة المتدرجة في حمل التدريب والاستمرار به ومراعاة الأسس العلمية للتدريب الرياضي ومستوى اللاعبين وهذا ما اكده ابو العلا (2003) انه " لا بد من زيادة الحمل التدريبي بصورة تدريجية عن طريق تحديد الفترة اللازمة لحدوث التكيف على ان

تكون هذه الزيادة في الحمل التدريبي مناسبة لمستوى وقدرات اللاعبين بحيث لا يكون مقدار الزيادة كبيرا جدا وصعبا جدا " (1)

ان قدرة التحمل من اهم القدرات التي يحتاجها لاعب كرة القدم لأنها الاساس لجميع القدرات البدنية والحركية وتؤثر وتأثيرا كبيرا في سرعة وقوة الحركة وأداء المهارات وهذا ما اكده غازي صالح محمود من ان "قدرة التحمل بكرة القدم تعتبر الاساس في بناء القدرات البدنية الاخرى وان النقص في المطاولة يؤدي الى نقص في نشاط العضلات وعدم كفاية الاجهزة الداخلية على توفير وإزالة مسببات التعب الناتج من الاجهاد الذي يتعرض اليه اللاعب اثناء الأداء (2) . ويضيف جمال السيد " ان التحمل في كرة القدم يعني ان اللاعب يستطيع مقاومة التعب الناتج عن تأدية واجباته البدنية والمهارية والخطية طوال شوطي المباراة بدرجة عالية من الدقة والتركيز قبل الشعور بالإجهاد والتعب " (3).

ان تطور قدرة التحمل ادى الى تطور القدرات البدنية المرتبطة بها وبالتالي انعكس هذا التطور في القدرات البدنية الى اداء المهارات الاساسية بشكل افضل وهذا ما اكده حنفي محمود مختار (1980) من ان "المهارات الحركية يكون ادائها افضل اذا كان اللاعب يمتلك مستوى عال من القدرات البدنية المرتبطة بالمهارات لان امتلاك اللاعبين للقدرات البدنية يجعلهم يؤدون المهارات بصورة أفضل " (4).

كما ان التناغم بين مكونات الحمل التدريبي من حيث الشدة وفترة دوام العمل وعدد التكرارات وفترات الراحة التي تتخللها وفقا لطريقة التدريب المستخدمة الاثر الفعال في النتيجة التي نحن بصددنا وبهذا الخصوص يذكر عويس الجبالي (2001) ان "تنظيم عملية التدريب عن طريق تحديد الهدف واختيار الطريقة او الاسلوب ومكونات الحمل في العملية التدريبية، وهنا يجب ان تصاغ هذه العملية بما يتشابه مع المنافسة المراد تحقيق الانجاز فيها" (5)

5-الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

- حققت التمرينات الخاصة بالكرة الذي نفذته المجموعة التجريبية تطورا في مهارتي المناولة والدرجة وذلك من خلال مقارنة نتائج جميع المتغيرات القبلية والبعدي للاعبين المجموعة التجريبية .

1 - ابو العلا احمد عبد الفتاح، فسيولوجيا التدريب الرياضي، ط1: (القاهرة، دار الفكر العربي، 2003)ص33.

2 - محمود، مصدر سبق ذكره، 2011، ص 40

3 - السيد مصدر سبق ذكره، 2016، ص 10

4 - مختار، مصدر سبق ذكره 1980 ص 16.

للطباعة والنشر، (2001، ص 73.G.M.S. عويس الجبالي؛ التدريب الرياضي النظرية والتطبيق، ط1: (القاهرة، 5-

- لم تحقق المجموعة الضابطة تطورا في مهارتي المناولة والدرجة البدنية والمهارية وذلك من خلال مقارنة نتائج جميع المتغيرات القبلية والبعديّة للاعبين المجموعة الضابطة .
- حققت المجموعة التجريبية التي نفذت التمرينات الخاصة بالكرة تطورا افضل مقارنة بالمجموعة الضابطة في مهارتي المناولة والدرجة من خلال مقارنة نتائج الاختبارات القبلية والبعديّة للاعبين المجموعتين الضابطة والتجريبية .

2-5 التوصيات :

- ضرورة استخدام التمرينات الخاصة مع الكرة في تدريبات كرة القدم الشباب من قبل المدربين لما اظهرته نتائج البحث من تطور واضح مهارتي المناولة والدرجة.
- استخدام الطريقة التدريبية الفترية مرتفع الشدة اظهرت نتائج جيدة في هذا النوع من التدريبات.
- امكانية اجراء بحوث مشابهه على فئات عمرية اخرى بكرة القدم .

المصادر

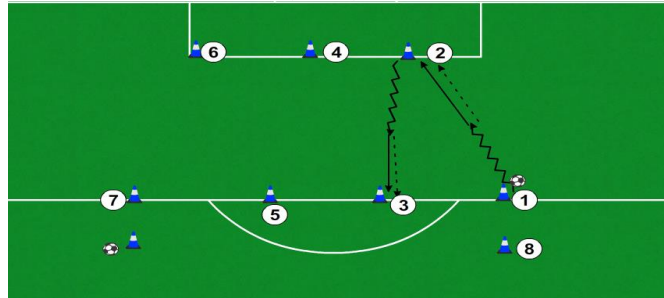
- ابو العلا احمد عبد الفتاح , فسيولوجيا التدريب الرياضي, ط1 : (القاهرة, دار الفكر العربي, 2003).
- خالد جمال السيد ؛ الاحمال في كرة القدم : (الاسكندرية, دار الوفاء لدنيا الطباعة , 2016).
- زهير قاسم الخشاب , معتر يونس ذنون ؛ كرة القدم مهارات – اختبارات-قانون : (الموصل, دار ابن الاثير للطباعة والنشر, 2005) .
- زهير قاسم الخشاب (واخرون) ؛ تصميم وتقنين المهارات الحركية الاساسية بكرة القدم : (المؤتمر السادس لكليات التربية الرياضية , جامعات القطر , مطبعة التعليم العالي , الموصل , 1990).
- عبدالله محمد طياوي ؛ اثر تمارين اللعب على القدرة اللاهوائية وبعض المهارات الاساسية للاعبين كرة القدم الشباب دون (19) سنة : (رسالة ماجستير , غير منشوره , جامعة تكريت /كلية التربية الرياضية , 2010) .
- عبد المنعم احمد جاسم الجنابي؛ بناء حقبة اختبار لاختبار لاعبي المدارس بكرة القدم لأعمار (11-12) سنة في مدينة تكريت : (اطروحة دكتوراه , غير منشورة جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية 2007).
- عويس الجبالي؛ التدريب الرياضي النظرية والتطبيق , ط1: (القاهرة , G.M.S للطباعة والنشر , 2001).
- غازي صالح محمود؛ كرة القدم المفاهيم التدريب: (عمان , مكتبة المجتمع العربي , 2011).
- مفتي ابراهيم حماد؛ الهجوم بكرة القدم : (القاهرة , دار الفكر العربي , 1990)
- موفق اسعد الهيتي ؛ التعلم والمهارات الاساسية في كرة القدم , ط1 : (جامعة ديالى, كلية التربية الرياضية 2008,

- Abu El-Ala Ahmed Abdel-Fattah, Physiology of Sports Training, 1st Edition: (Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2003.)
- Khaled Jamal Al-Sayed; Loads in Football: (Alexandria, Dar Al-Wafa'a for the world of printing, 2016.)
- Zuhair Qassem Al-Khashab and Moataz Younes Thanoun; Football Skills - Tests - Law: (Mosul, Ibn Al-Atheer House for Printing and Publishing, 2005.)

- Zuhair Qassem al-Khashab (and others); Designing and codifying basic motor skills in football: (The Sixth Conference of the Faculties of Physical Education, Qatar Universities, Higher Education Press, Mosul, 1990.)
- Abdullah Muhammad Tiawi; The effect of playing exercises on anaerobic capacity and some basic skills of young football players under (19) years: (Master's thesis, unpublished, Tikrit University / College of Physical Education, 2010.)
- Abdel Moneim Ahmed Jassim Al Janabi; Building a test bag to test school football players for ages (11-12) years in the city of Tikrit: (PhD thesis, unpublished, Mosul University / College of Physical Education, 2007.)
- Owais Al-Jabali; Mathematical Training Theory and Application, 1st Edition: (Cairo, G.M.S for Printing and Publishing, 2001).
- Ghazi Saleh Mahmoud; Football Concepts - Training: (Oman, Arab Society Library, 2011).
- Mufti Ibrahim Hammad; The football attack: (Cairo, Arab Thought House, 1990).
- Muwaffaq Asaad Al-Hiti; Basic learning and skills in football, 1st floor: (Diyala University, College of Physical Education, 2008).

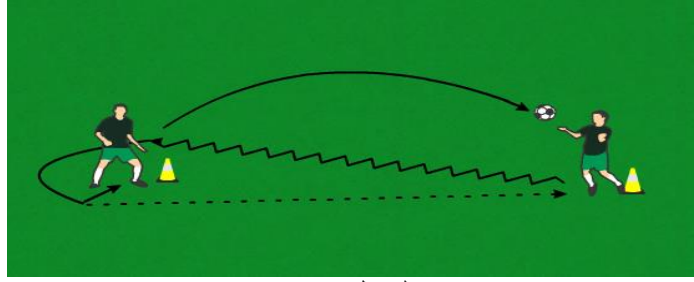
تمريبات خاصة بالكرة

- التمرين الاول : تمرين مهارات مركبة وفق مبدأ التعويض.
الاداء : يتوزع اللاعبين كما في الشكل (2) حيث يجري اللاعب رقم (1) بالكرة من الشاخص الاول وفي منتصف المسافة يقوم بمناولة الكرة الى اللاعب رقم (2) عند الشاخص الثاني والمسافة بين الشاخصان (10) متر وهكذا لبقية الشواخص والاستمرار بالجري لآخذ مكانه عند الشاخص الثاني , حيث يقوم اللاعب (2) باستلام الكرة والاستدارة بها من خلف الشاخص والجري بها ومناولتها الى اللاعب (3) الذي يقوم بنفس العمل وهكذا يستمر العمل الى اللاعب رقم (7) عند الشاخص الاخير والذي بدوره يستلم الكرة من اللاعب رقم (6) ويسلمها الى اللاعب رقم (8) ويهرول الى الشاخص (1) ليحل محل اللاعب (8) وهكذا يستمر التمرين الى نهايته باستخدام كرتين ويستمر التمرين (3-4) دقائق.



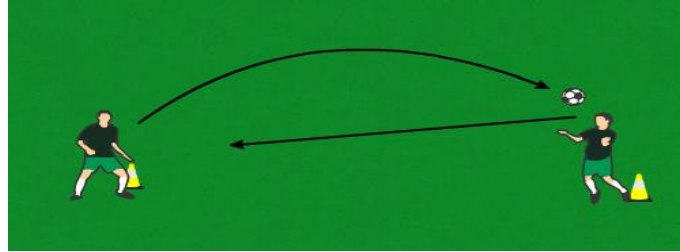
الشكل (2)

- التمرين الثاني : الاخاماد والجري بالكرة والتمرير.
الاداء : يقف اللاعبان امام بعضهما والمسافة بينهما 10-15 متر , يقوم اللاعب (1) برمي الكرة للزميل (2) الذي يسيطر عليها ويجري بها حول اللاعب الرامي ثم يمرر له الكرة ويستمر في تكرار الاداء ل(60) ثانية ثم يتبادل اللاعبان الاماكن ويكرر التدريب وكما في الشكل (3).



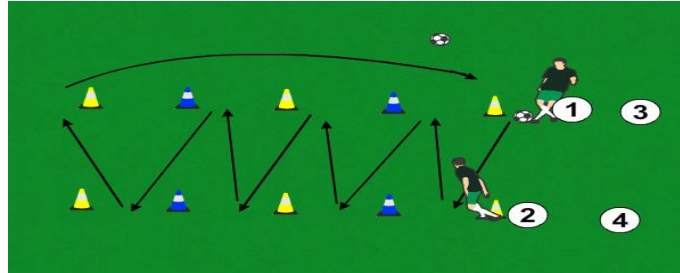
الشكل (3)

- التمرين الثالث : رمي الكرة للزميل الذي يقف على بعد (10) متر ليردها بالراس ثم يجلس على الارض وينهض مرة اخرى ويستمر الاداء كما في الشكل (4) مدة التمرين (60) ثانية ثم يتبادل اللاعبان الاداء



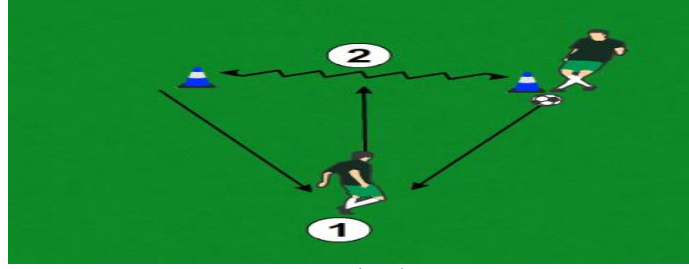
الشكل (4)

- التمرين الرابع : يقف اللاعبان (2,1) المسافة بينهما (5) متر ومن خلفهم اللاعبان (4,3) يبدا التمرين بتمرير الكرة بين اللاعبين (2,1) التمريرة الجدارية مع تقدمهما للامام الى ان يصلا الى الشاخصان الاخيران الذين يبعدان (20) متر عن خط البداية حيث يستديران بالكرة الى الخارج ويقوما بمناول الكرة الى اللاعبان (4,3) عند خط البداية ليستمر التمرين بعودتهما الى خط البداية كما في الشكل (5) زمن التمرين (5) دقيقة .



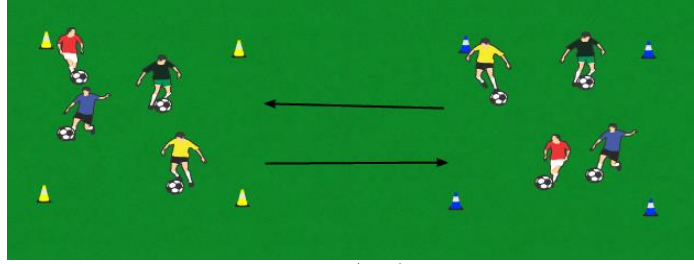
الشكل (5)

- التمرين الخامس : تمرير اللاعب (1) الكرة الى زميلة (2) الذي يقف في منتصف المسافة بين شاخصين المسافة بينهما (6)م وبعد ان يستلم الكرة في مكانة يقوم بدحرجتها الى احد الشاخصين وتمريرها الى اللاعب رقم (1) والذي بدوره يمررها الى اللاعب (2) في نفس المكان ويقوم بدحرجتها الى الشاخص الاخر ويمررها الى اللاعب (1) كما في الشكل (6) وهكذا يستمر التمرين (60) ثانية ويتبادل اللاعبان الادوار .



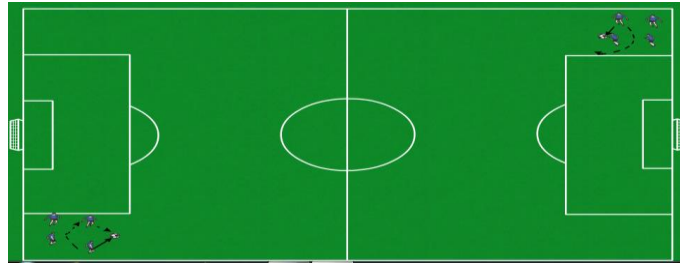
الشكل (6)

- التمرين السادس : مجموعتين من (4) لاعبين داخل مربعين طول الضلع (10) م كل لاعبين في مربعين مختلفين يرتديان نفس اللون كل مجموعة تقوم بالدحرجة بالكرة داخل المربع المخصص لها وعند سماع اشارة من المدرب يتبادل اللاعبان من نفس اللون تبادل مناولة الكرات والاستمرار بالدحرجة كما في الشكل(7)مدة التمرين (60) ثانية.



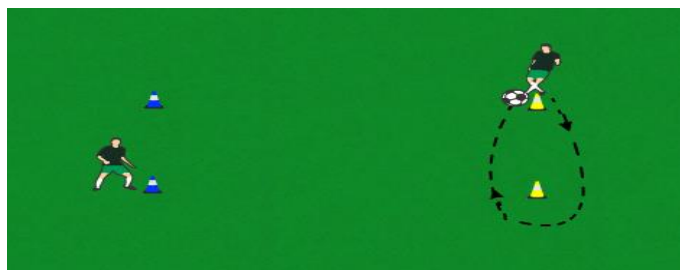
الشكل (7)

- التمرين السابع : لاعبان يقفان عند علم الزاوية وفي الجهة الاخرى المعاكسة يقف لاعبان اخران يقوم كل لاعبين بتبادل الكرة والمركز باتجاه المرمى البعيد وعند الوصول المنطقة قرب منطقة الجزاء ينطلق احدهما الى جانب منطقة الجزاء ويقوم الاخر بتمرير الكرة له والاتجاه الى منطقة الجزاء لاستقبال الكرة وتهديفها الى المرمى . وهكذا يستمر التمرين الى المرمى الاخر وتبادل الادوار كما في الشكل (8) , زمن التمرين (4) دقيقة .



الشكل (7)

- التمرين الثامن : يقف اللاعبان (2,1) قرب شاخصين امام بعضهما على خط مائل والمسافة بينهما (15)م وقرب كل منهما شاخص على بعد (5)م , يمرر اللاعب (1) الكرة الى اللاعب (2) ثم يجري حول شاخص الذي يبعد عنه (5)م ويعود لمكانه الاول لتسلم الكرة من اللاعب (2) الذي يقوم بنفس العمل ليكرر الاداء مع اللاعب (2) وكما في الشكل(9)ويستمر الاداء لمدة (60) ثانية .



الشكل(9)

- التمرين التاسع : يقف اللاعبان (1,2) والمسافة بينهما (20)م وخلف كل منهما شاخص على بعد (5)م يمرر اللاعب (1) الكرة عالية خلف اللاعب (2) الذي يستدير ويجري للحاق بها ثم السيطرة عليها وتمريها ارضية للاعب(1) ثم يعود اللاعب (2) الى مكانة لاستلام الكرة مرة ثانية من اللاعب (1) وكما في الشكل(10)ثم التبديل بين اللاعبين بعد (60) ثانية .



البرنامج التدريبي وفقا لتمرينات التحمل بالكرة

حجم الحمل المتوسط في اسبوع تدريبي/ زمن الحمل بالدقيقة (107,00)

ايام الاسبوع	الشدة	التمرينات	زمن التمرين بالدقيقة	عدد التكرار	عدد المجاميع	راحة بين تكرارات دقيقة	راحة بين المجاميع او التمرينات دقيقة	زمن التمرين دقيقة	مجموع الزمن للتمرينات في دقيقة
السبت	مثالية	ت1	2	3	1	2	3	13	39,00
	مثالية	ت2	1	3	2	1	3	13	
	مثالية	ت3	1	3	2	1	3	13	
الاثنين	مثالية	ت4	2	3	1	2	3	13	39,00
	مثالية	ت5	1	3	2	1	3	13	
	مثالية	ت6	1	3	2	1	3	13	
الاربعاء	مثالية	ت7	2	3	1	2	3	13	39,00
	مثالية	ت8	1	3	2	1	3	13	
	مثالية	ت9	1	3	2	1	3	13	

حجم الحمل العالي في اسبوع تدريبي/ زمن الحمل بالدقيقة (123,00)
تموج حركة الحمل لدورتين متوسطتين

الدورة المتوسطة الثانية				الدورة المتوسطة الاولى				نوع الحمل
الاسبوع الثامن	الاسبوع السابع	الاسبوع السادس	الاسبوع الخامس	الاسبوع الرابع	الاسبوع الثالث	الاسبوع الثاني	الاسبوع الاول	
								اقصى
								عالي
								متوسط
107,00	159,00	159,00	123,00	107,00	159,00	123,00	107,00	زمن الحمل في اسبوع

مجموع ازمدة التمرينات دقيقة	زمن التمرين دقيقة	راحة بين مجموعات وتمرنات	راحة بين التكرار واخر دقيقة	عدد المجاميع	عدد التكرار	زمن التمرين دقيقة	التمرينات	الشدة	ايام الاسبوع
41,00	15	3	2	2	2	2	ت1	مثالية	السبت
	13	3	1	2	3	1	ت2	مثالية	
	13	3	1	2	3	1	ت3	مثالية	
41,00	15	3	2	2	2	2	ت4	مثالية	الاثنين
	13	3	1	2	3	1	ت5	مثالية	
	13	3	1	2	3	1	ت6	مثالية	
41,00	15	3	2	2	2	2	ت7	مثالية	الاربعاء
	13	3	1	2	3	1	ت8	مثالية	
	13	3	1	2	3	1	ت9	مثالية	



The leadership personality and its relationship to the administrative empowerment of the managers of the Salah al-Din youth and sports forums from the point of view of its members

Mahmoud Gomaa Mohamed ^{1*}
Salem Khalaf Fahd ¹

1- College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.44>
Article info.

Article history:

-Received: 21/9/2020

-Accepted: 27/9/2021

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- personal
- leadership
- relationship
- empowerment
- administrative

©2021 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

Abstract

The study aims to:

- Building a leadership personality scale for the managers of Salah al-Din Youth and Sports Forums.
- Identifying the relationship between the leadership personality and administrative empowerment among the managers of the Salah al-Din Youth and Sports Forums.
- Identify the relationship between the leadership personality and administrative empowerment.
- Identify the dimensions of leadership personality and administrative empowerment.

The research community consists of administrative and technical staff working in youth and sports forums in the governorate of Salah al-Din, which numbered (16) forums distributed throughout the governorate. (68,888%) of the research community The application sample consists of (70) employees representing (31.11%) of the total community in addition to (10) employees and neglected (5) forms for not answering the full scale on the scale, and the application sample (arithmetic mean, standard deviation, t-test, chi-square, and the simple correlation coefficient (Pearson), SPSS, Percentage, Spearman's Equation.

The researcher reached the most important results, which are :

- 1- The effectiveness of building a leadership personality scale for youth and sports forums in Salah al-Din Governorate as one of the measures building the scale.
- 2- The youth and sports forums in Salah al-Din governorate achieved in the dimensions of the leadership personality a level (medium - high).
- 3- Youth and sports forums in Salah al-Din governorate achieved a (high) level in the dimensions of administrative empowerment.

* Corresponding Author: mhmwdjmh557@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

الشخصية القيادية وعلاقتها بالتمكين الإداري لمديري مننديات شباب
ورياضة صلاح الدين من وجهة نظر الملاكات الادارية

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- الشخصية
- لقيادة
- العلاقة
- التمكين
- الاداري

محمود جمعة محمد أ. م. د. سالم خلف فهد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

الخلاصة: تهدف الدراسة إلى :

- بناء مقياس الشخصية القيادية لدى مديري مننديات شباب ورياضة صلاح الدين.
- التعرف على العلاقة بين الشخصية القيادية والتمكين الإداري لدى مديري مننديات شباب ورياضة صلاح الدين.
- التعرف على العلاقة ما بين الشخصية القيادية والتمكين الاداري .
- التعرف على ابعاد الشخصية القيادية والتمكين الاداري .

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والارتباطي وذلك لملائمتها طبيعة البحث ، وبعده المنهج الوصفي هو التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتطور بحيث يعطي البحث صورة للواقع الحياتي ووضع المؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية.

وتكون مجتمع البحث من الملاكات الإدارية والفنية العاملة في مننديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين والبالغ عددها (16) منندياً موزعة في عموم أنحاء المحافظة ، وقد بلغ عدد عينة البحث على (225) موظفاً ، وكانت عينة البناء من (155) موظفاً يمثلون نسبته (68,888%)

من مجتمع البحث وتكونت عينة التطبيق من (70) موظفاً يمثلون نسبة (31.111%) من المجتمع الكلي ، بالإضافة إلى (10) موظفين تجربة استطلاعيه وأهملت (5) استمارات لعدم الإجابة الكاملة على المقياس وعينة التطبيق .

واستخدم الباحث (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار t ، ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، SPSS ، والنسبة المئوية ، معادلة سبيرمان) كوسائل احصائية.

وتوصل الباحث إلى أهم النتائج وهي :

- 1- فاعلية بناء مقياس الشخصية القيادية لمننديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين من إجراءات بناء المقياس.
- 2- حققت مننديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين في أبعاد الشخصية القيادية مستوى (متوسط - مرتفع).
- 3- حققت مننديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين في أبعاد التمكين الاداري مستوى (مرتفع).

1- التعريف بالبحث-التعريف بالبحث .

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

يعتبر علم الإدارة من أهم علوم العصر الحاضر وفي جميع مجالات الحياة المختلفة ، فهو وسيلة لتنظيم العمل الجماعي ، وكذلك طريقة لتوحيد جهود مجموعة من الناس من أجل تحقيق أهداف معينة ،

وتشكل القيادة محوراً مهماً ترتكز عليه عملية الإدارة ، وفي ظل تنامي المنظمات واتساع حجمها وتشعب أعمالها وتعقيدها وتأثرها بالبيئة الخارجية من عوامل سياسية واقتصادية واجتماعية ، فهي أمور تستدعي مواصلة البحث والاستمرار في إحداث التغيير والتطوير ، وهذه مهمة لا تتحقق إلا في ظل قيادة واعية وتملك إدراك لبيئة العمل.

يعد مفهوم الشخصية من أكثر مفاهيم علم النفس تعقيداً ، لأنها تمثل كافة الصفات الجسمية والعقلية والوجدانية المتفاعلة مع بعضها البعض داخل سمات الفرد أن الشخصية يمكن عدها من المواضيع الأساسية والمهمة ، وهي فرع من فروع علم النفس ، تهتم بقدرات وقابليات الفرد، وتواكبه وتلازمه طيلة فترة حياته ، وتتغير وتتمو وتتطور خلال مراحل حياة الفرد، و للشخصية سحر وجاذبية ، والشخصية بمنظور علمي تخصصي موضوع يشترك في دراسته علوم عديدة ، من أهمها ؛ علم النفس وعلم الاجتماع، وتعد دراسة الشخصية خاتمة المطاف في الدراسات النفسية ونظراً لما لها في علم النفس من مكانة أقتراح علماء النفس أن تسمى علم الشخصية حيث أكد ستانجر (stagner): أن الشخصية الإنسانية غالباً وبالتأكيد تعتبر أكبر ظاهرة معقدة درسها العلم.(1)

تعتبر القيادة من المسائل الهامة في الإدارة بشكل عام حيث توجد القيادة حيثما وجدت الجماعة أو ظهرت الحاجة الى العمل الجماعي وتطور القيادة مرهون بتطور المجتمع الذي نعيش فيه وتزداد مسؤولياتها بازدياد مطالب الحياة وتعقيدها حيث أن عملية القيادة تعني ذلك العنصر الانساني الذي يجمع مجموعة العاملين ويوجههم ويحفزهم نحو تحقيق أهداف الإدارة وأن ضخامة حجم التنظيم وتعدد المناصب الإدارية يتطلب ضرورة توافر مهارات قيادة للرؤساء الإداريين حتى يستطيعوا بث روح العمل والتعاون الاختياري في ذلك الجهاز الضخم وبدون القيادة الإدارية يصبح الهيكل التنظيمي مفككا عاجزاً عن تحقيق الأهداف التي وجد من أجلها وتسود بالتالي روح الكسل والإهمال وعدم الاهتمام.(2)

كما يعدّ التمكين أحد أهم المداخل الرئيسة الجديدة للإصلاح الإداري لكل من الهيئات الشبابية والرياضية ، إن الاهتمام بها تحول في العصر الحديث من أسلوب الأمر والتحكم إلى الأسلوب المنظم الممكن ، ويقصد بالتمكين بالمجال الرياضي جعل العاملين بهذا المجال قادرين بوضع الأهداف الخاصة بعملهم وقدرتهم على اتخاذ القرارات ، ومعرفة الطرق العلمية الكفيلة في حل المشكلات بالمجال الرياضي ، وذلك في ضمن نطاق مسؤولياتهم وسلطاتهم المحددة(3).

¹ العبيدي ، محمد جاسم؛ الشخصية القيادية ، : (عمان، دار الثقافة.2011)ص22.

⁽²⁾ فائق حسني ابو حلينة ؛ الحديث في الإدارة الرياضية ، ط1: (عمان، دار وائل، 2004) ص 105.

⁽³⁾ جمال محمد علي ؛ الحديث في الإدارة الرياضية والإدارة العامة : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2007) ص101.

وتعتبر منتديات الشباب والرياضة من بين المؤسسات الحكومية المنظمة التي تساهم في الإعداد السليم للشباب وتوجيههم لخدمة وطنهم ، وتزويدهم بمهارات متنوعة تنمي مهاراتهم القيادية ، وتحمل المسؤولية وإطلاق الطاقة الخفية وصقل المواهب المختلفة والهوايات والعطاء وعاداتهم في الإدارة الذاتية من خلال الخدمات التي تقدمها لهم ، سواء كانت رياضية أو ترفيهية أو تنافسية أو غير ذلك ، إذ يجب عليهم الاستثمار بشكل عاجل في هذين الجانبين : الشخصية القيادية والتمكين الإداري.

لذلك تكمن أهمية بحثنا في تشخيص واقع الشخصية القيادية في المنتديات الشبابية والرياضية بمحافظة صلاح الدين وكذلك التعرف عن واقع التمكين الإداري لهذه المنتديات مما يساعد على تحديد نقاط قوتها واستثمارها في هذه الجوانب بطريقة تخدم مصالح المنتديات وستوفر الدراسة الحالية إطاراً نظرياً يتناسب مع طبيعة العمل .

1 - 2 مشكلة البحث :

يعد العمل الإداري للمنتديات عمل صعب ، الأمر الذي يتطلب منه أن يتصف ببعد نظر ونضج فكري وإبداع وابتكار في العمل والجهد الإداري مع الحيوية والنشاط في الإداء والمتابعة وأن يؤدي المهمات والواجبات المكلف بها من خلال ولائه لوظيفته ، و تعد الشخصية القيادية التي يتبعها هذا الموظف من أهم الامور التي تلعب دوراً كبيراً في رفع مستوى المنتديات الرياضية وتطوير أدائها لتحقيق الأهداف المطلوبة ، حيث الشخصية القيادية لها دور اساسي ومهم في تقبل الأعضاء والعاملين في المنتديات الرياضية لطريقة التعامل التي يستخدمها رؤساء تلك المنتديات كون المجال المناسب للعضو هو الذي يقرر مدى فاعلية طريقة العمل الإداري من عدمها ومن المعلوم أن هناك مجالات عديدة يلجاء إليها رؤساء المنتديات الرياضية ، من هنا جاءت مشكلة البحث حيث تبرز من خلال التساؤلات التالية :

- هل هناك تأثير للشخصية القيادية في التمكين الاداري وما هو ؟

- هل هناك علاقة بين الشخصية القيادية والتمكين الاداري وماهي؟

1 - 3 اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى :

- بناء مقياس الشخصية القيادية لدى مديري منتديات شباب ورياضة صلاح الدين.

- التعرف على العلاقة بين الشخصية القيادية والتمكين الإداري لدى مديري منتديات شباب ورياضة صلاح الدين

-التعرف بين التمكين الاداري وابعاد الشخصية القيادية للملاكات الادارية في منديات شباب ورياضة و صلاح الدين .

1 - 5 مجالات البحث :

1 - 5 - 1 المجال البشري : الملاكات الإدارية والفنية العاملة في منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين.

1 - 5 - 2 المجال الزمني : للمدة من 9 / 5 / 2021 لغاية 13 / 7 / 2021.

1 - 5 - 3 المجال المكاني : مقرات منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين.

1-6 تحديد المصطلحات :

1 - 6 - 1 الشخصية القيادية : هو دور اجتماعي يقوم به الفرد (القائد) أثناء تفاعله مع غيره من الاتباع ويتسم هذا الدور أنّ من يقوم به تكون له القوة والقدرة على التأثير بالآخرين ، وتوجيه سلوكهم في سبيل بلوغ هدف الجماعة⁽¹⁾.

- يعرفها الباحث : هي تكامل للسمات الشخصية للموظف وتظهر بشكل سلوك يكون مؤثراً بزملائه الموظفين داخل المؤسسة لتحقيق الهدف المطلوب.

1 - 6 - 2 التمكين الإداري : هو إعطاء العاملين الصلاحيات والمسؤوليات ومنحهم الحرية لأداء أعمالهم بطريقة دون تدخل الإدارة بشكل مباشر ، مع توفير الموارد الضرورية وبيئة العمل المناسبة ، إضافة إلى تأهيلهم فنياً وسلوكياً لأداء العمل مع الثقة المطلقة فيهم⁽²⁾.

- يعرفها الباحث : هي المسؤوليات التي تمنحها إدارة المنتدى للموظفين بعد التدريب والاعداد الجيد لهم بصيغة تناسب أداء واجبهم الوظيفي وزرع الثقة بأنفسهم وإشعارهم بأنهم أفراد مهنيين في رسم رسالة المنتدى وتحقيق أهدافه.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3 - 1 منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوبين المسحي والإرتباطي وذلك لملائتهما طبيعة البحث ، ويعدّ المنهج الوصفي " هو التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتطور ، بحيث يعطي البحث صورة للواقع الحياتي ووضع المؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية"⁽³⁾.

3 - 2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من الملاكات الإدارية والفنية العاملة في منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين والبالغ عددها (16) منتدياً موزعة في عموم أنحاء المحافظة ، وقد بلغ عدد عينة البحث على (225) موظفاً ، وكانت عينة البناء من (155) موظفاً يمثلون نسبة (888,68%) من مجتمع البحث ، وتكونت عينة التطبيق من (70) موظفاً يمثلون نسبة (31.111%) من المجتمع الكلي ، بالإضافة إلى (10) موظفين مثلو التجربة الاستطلاعية واهملت (5) استمارات لعدم الإجابة الكاملة على المقياس وعينة التطبيق

(1) محمد جاسم العبيدي ؛ علم نفس الشخصية : (عمان ، دار الثقافة ، 2011) ص222.

(2) عمر حلمي محمد ومحمد أحمد حلمي ؛ تمكين العاملين وعلاقته بالانتماء التنظيمي لدى الإداري الرياضي : (دسوق ، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع ، 2016) ص21.

(3) ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطاريح التربوية والنفسية : (العراق ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2012) ص117.

الجدول (1) مجتمع البحث وعينته

ت	اسم المنتدى	العدد الكلي للملاك	عينة البناء		
			العينة التي طبق عليهم المقياس	التجربة الاستطلاعية	المستبعدون لعدم اجاباتهم على المقياس
1	منتدى الدجيل	28	21	1	1
2	منتدى ثائر البلداوي	10	3	1	-
3	منتدى الضلوعية	12	7	1	-
4	منتدى يثرب	9	3	-	-
5	منتدى الإسحافي	11	7	-	-
6	منتدى سامراء	13	7	1	1
7	منتدى تكريت	8	2	1	-
8	منتدى العلم	18	12	-	-
9	منتدى الدور	13	8	-	1
10	صلاح الدين الأيوبي	11	6	1	-
11	منتدى الطوز	34	27	1	1
12	منتدى آمرلي	15	10	-	-
13	منتدى بسطاملي	5	1	1	-
14	منتدى سليمان بيك	16	11	-	1
15	منتدى الشرقاط	14	10	1	-
16	الثقافة وفنون الشباب	8	5	1	-
	المجموع	225	140	10	5
	النسبة المئوية	%100		68.888	31.111

3 - 3 أدوات البحث :

لغرض إكمال إجراءات البحث استخدم الباحثان الأدوات الآتية :

- الإجراءات الإدارية : قام الباحثان بعدة إجراءات إدارية لغرض إكمال الدراسة الحالية ومن هذه الإجراءات مخاطبة مديرية الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين من قبل عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت بكتاب تسهيل المهمة (الملحق 1) بهدف تسهيل مهمة الباحثان وتزويده بعدد منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين ، وقد قامت مديرية الشباب والرياضة بتزويد الباحثان بكتاب تسهيل مهمة الباحثان إلى منتديات الشباب والرياضة.
- المقياسين : والتي اشتملت على مقياس الشخصية القيادية ومقياس التمكين الإداري.
- المراجع العربية والمصادر العلمية.
- استمارة الاستبيان.

وفيما يلي وصف الإجراءات المتعددة :

3 - 3 - 1 بناء مقياس الشخصية القيادية للملاكات الإدارية :

نظراً لعدم وجود مقياس مناسب لقياس الشخصية القيادية للملاكات الإدارية والفنية لمنتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين (على حد علم الباحثان) ولغرض التوصل إلى أهداف

البحث تطلب بناء مقياس الشخصية القيادية ، وقد إتبع الباحثان الخطوات العلمية التي تعينه على بناء المقياس وكالاتي :

3 - 1 - 1 تحديد أبعاد المقياس :

من خلال مراجعة الأطر النظرية والاطلاع على البحوث والأدبيات والمصادر العلمية الخاصة بموضوع الشخصية القيادية ، وجد الباحثان أنّ هناك اتفاقاً شبه تام بين الخبراء على تحديد إبعاد الشخصية القيادية ، وقد أجرى الباحثان تحليل محتوى الدراسات والبحوث المبينة في الجدول (2) والذي تمّ الاعتماد على المحاور التي تناولتها هذه الدراسات وبنسبة اتفاق (100%).

الجدول (2)

يبين تحليل محتوى الدراسات والبحوث

ت	الدراسة	المسؤولية	تحمل القرار	اتخاذ	بالنفس	الثقة	القيادة	قوة التحمل	التنظيم	الإنجاز	روح الجماعة	الطاعة	المثابرة	الشجاعة	الطموح	الحسم	قوة الإرادة	الاتزان الانفعالي
1	سلمان عكاب (2006)	✓	✓	✓	✓	✓	-	-	-	-	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓
2	عماد نصر حسين (2016)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓
3	فحطان العزاوي (2017)	✓	✓	✓	✓	✓	-	-	-	-	✓	-	-	✓	-	-	-	✓
4	محمد عبد الله سليمان	-	-	-	✓	✓	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓

تمّ إعداد استمارة استبيان مغلقة تضمنت هذه الأبعاد (روح الجماعة ، اتخاذ القرار ، الاتزان الانفعالي ، تحمل المسؤولية ، الثقة بالنفس) كما مبينة في (الملحق 2) ثم تمّ توزيعها على مجموعة من السادة ذوي الخبرة والاختصاص في العلوم الرياضية والإدارية الواردة أسماؤهم في (الملحق 3) للمدة من 2 / 2020 / 12 / 17 ولغاية 2020 / 12 / 17 لمعرفة آرائهم حول مدى صلاحية أبعاد المقياس ، والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

آراء السادة الخبراء حول محاور مقياس الشخصية القيادية ونسبة الاتفاق

ت	الأبعاد	الموافقون	غير الموافقون	نسبة الاتفاق
1	الاتزان الانفعالي	15	صفر	100%
2	الثقة بالنفس	14	1	93.333%
3	روح الجماعة	12	3	80%
4	اتخاذ القرار	14	1	93.333%
5	تحمل المسؤولية	13	2	86.666%

بعد تحليل آراء الخبراء تبين حصول جميع المحاور على نسبة الاتفاق المطلوبة وهي (75%) فأكثر إذ أعتمد الباحثان على هذه النسبة فما فوق من اراء الخبراء معياراً للدلالة على صلاحية الصدق الظاهري للمقياس حيث يشير (بلوم وآخرون ، 1983) إنه " يمكن الاعتماد على موافقة آراء الخبراء بنسبة (75%) فأكثر في مثل هذا النوع من الصدق "⁽¹⁾ ، لذا اعتمدها الباحثان كأبعاد الشخصية القيادية والإدارية والفنية.

3 - 3 - 1 - 2 صياغة فقرات أبعاد المقياس :

بعد تحديد أبعاد المقياس واستناداً إلى تحليل محتوى المصادر والبحوث والمراجع العلمية المختصة في مجال الشخصية القيادية وبما يتلاءم مع طبيعة عمل عينة البحث ، تمت صياغة عدد من الفقرات بما يناسب كل بعد من أبعاد الشخصية القيادية وبشكل يتوافق مع طبيعة عمل المنتديات ، وبذلك اشتمل المقياس بصيغته الأولية على (55) فقرة موزعة على الأبعاد الخمسة وهي (تحمل المسؤولية ، اتخاذ القرار ، الاتزان الانفعالي ، الثقة بالنفس ، روح الجماعة) وبواقع (14 ، 12 ، 9 ، 12 ، 8) فقرات على التوالي كما في (الملحق 3).

وقد تمّ مراعاة عدة جوانب في صياغة الفقرات⁽²⁾ :

- 1- أن يكون محتوى الفقرة واضحاً وصريحاً ومباشراً.
 - 2- الابتعاد عن التعبيرات اللغوية المعقدة والمربكة في الفقرة.
 - 3- أن تحتوي الفقرة على المتطلبات الضرورية التي تساعد المجيب على انتقاء الإجابة المناسبة لها.
 - 4- أن تثير المجيب بحيث تدفعه إلى الإجابة بشكل صريح.
 - 5- يفضل عدم استخدام الفقرات (العبارات) الطويلة.
 - 6- أن تحتوي الفقرة على فكرة واحدة فقط.
 - 7- أن تكون بدائل الإجابة قصيرة قدر الإمكان.
- ### 3 - 3 - 1 - 3 طريقة الإجابة على الفقرات :

استخدم الباحثان أسلوب (ليكرت) لصياغة الفقرات وذلك للأسباب التالية⁽³⁾ :

- 1- سهولة التصحيح والبناء .
- 2- تبين دقة انحياز الفرد نحو الموضوع.
- 3- تسمح بأكبر تباين بين الأفراد.

(¹) بنيامين بلوم وآخرون ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، (ترجمة) : محمد أمين المفتي وآخرون : (القاهرة ، دار ماكروهيل ، 1983) ص126.

(²) محمد أحمد الخطيب واحمد حامد الخطيب ؛ الاختبارات والمقاييس النفسية : (الأردن ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، 2011) ص47 - 48.

(³) خليل ميخائيل معوض ؛ علم النفس الاجتماعي : (الاسكندرية ، دار المفكر الجامعي ، 2000) ص269.

4- عادة تكون ذات درجات ثبات عالية.

لذلك صيغت بدائل الإجابة على متغيرات ، المقياس وفق هذه الطريقة ، حيث يتطلب من موظفي الملاكات الإدارية والفنية أن يسجل درجة موافقته أو عدمها على كل فقرة من خلال اختيار بديل ، لذا اقترح الباحثان بدائل الإجابة التالية (تنطبق بدرجة كبيرة جداً ، تنطبق بدرجة كبيرة ، تنطبق بدرجة متوسطة ، لا تنطبق ، لا تنطبق إطلاقاً) وتحمل الأوزان (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) على التوالي.

3 - 3 - 1 - 4 صدق المقياس :

إنّ الصدق هو أحد اهم الخصائص التي يجب الاهتمام بها في بناء المقاييس ، فصدق المقياس يتعلق بالهدف الذي بني المقياس من أجله⁽¹⁾.

3 - 3 - 1 - 4 الصدق الظاهري :

بعد تحديد الأبعاد وصياغة فقراتها بصورتها الأولية والبالغ عددها (55) فقرة تمّ التحقق من صدقها الظاهري (الملحق 4) ، حيث قام الباحثان بعرضها على مجموعة من السادة الخبراء الواردة أسماؤهم في (الملحق 2) لغرض تقويمها والحكم على مدى ملاءمة الفقرات وبدائل الإجابة المقترحة ، فضلاً عن إجراء التعديلات المناسبة من خلال (إضافة أو حذف أو إعادة صياغة للفقرات) وبما يلائم عينة البحث وهدف الدراسة ، وبعد الاطلاع على آراء السادة ذوي الخبرة والاختصاص تمّ حصول اتفاق الخبراء على صلاحية الفقرات وبدائل الإجابة وأوزانها ، كما أنّه بناءً على تحليل إجابة الخبراء حول الفقرات تمّ تعديل صياغة أسلوب بعض الفقرات

المحاور	الفقرات	عدد الموافقين	عدد غير الموافقين	النسبة المئوية
الثقة بالنفس	14-12-5-4-2-1	14	1	%93.333
	14-11-8-6	13	2	%86.666
	9-7-3	12	3	%80
تحمل المسؤولية	10-9-7-6-5-2-1	14	1	%93.333
	11-4-3	13	2	%86.666
	12-8	12	3	%80
اتخاذ القرار	8-7-6-4-3-1	14	1	%93.333
	8-5-2	13	2	%86.666
الاتزان الانفعالي	10-9-7-6-1	14	1	%93.333
	12-11-5-3	13	2	%86.666
	12-4-2	12	3	%80
روح الجماعة	8-7-6-5-4-3-2	14	1	%93.333
	9-1	13	2	%86.666

(¹) صلاح الدين محمود علام ؛ الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية : (عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 2006) ص186.

3 - 3 - 1 - 5 التجربة الاستطلاعية :

طبق المقياس بصورته الأولية المكون من (55) فقرة على عينة من أفراد الملاكات الإدارية والفنية العاملة في منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين بصفة موظف حكومي مؤلفة من (10) موظفين ، وقد قام الباحثان بالتطبيق الأولي للمقياس بمساعدة فريق العمل المساعد (الملحق 7) إذ استخدم هذا الإجراء للتأكد من وضوح التعليمات وال فقرات ، ومدى إمكانية الإجابة على وفق بدائل الإجابة ، وتحديد زمن الإجابة الذي يستغرقه تطبيق المقياس ، إذ طلب من العينة الإجابة بدقة وموضوعية وإبداء آرائهم وملاحظاتهم إن وجد في الفقرات غموض أو صعوبة فيما يخص فهمها لغوياً أو من ناحية معناها أو صياغتها وكانت نتائج التطبيق الاستطلاعي للمقياس كما يأتي :

- 1- وضوح الفقرات وعدم وجود أي غموض حول فقرات المقياس.
- 2- الإجابة عن التساؤلات والاستفسارات من قبل اللجنة إن وجدت.
- 3- إعداد صورة لمقياس التمكين الإداري ليتم توزيعها على عينة البناء.
- 4- احتساب الزمن المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس وضبطه إذ بلغ زمن الاستجابة من (8 - 10) دقائق.

3 - 3 - 1 - 6 التحليل الإحصائي للمقياس :

تمّ الكشف عن صدق البناء لكل فقرة من فقرات المقياس باستخراج (القوة التمييزية للفقرات) (ومعامل الاتساق الداخلي) للمقياس علماً إنَّ هذه الطرائق تعتبر مؤشرات إحصائية لصدق بناء المقياس ، وفي أدناه وصفاً للأساليب الإحصائية المستخدمة في التحقق من صدق بناء مقياس الشخصية القيادية للملاكات الإدارية والفنية العاملة في منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين .

3 - 3 - 1 - 6 اسلوب المجموعتين المتطرفتان :

رتبت درجات العينة والبالغ عددهم (143) تصاعدياً استناداً إلى أسلوب المجموعتين المتطرفتين ، إذ تمّ اختيار نسبة (27%) من الدرجات العليا ونفس النسبة من الدرجات الدنيا لتمثل المجموعتين المتطرفتين ، وقد ضُمَّت كل مجموعة (39) مختبراً ، وقام الباحثان بإجراء الاختبار التائي على المجموعتين المتطرفتين بهدف معرفة الفروق بينهما واعتمدت قيمة (ت) الدالة احصائياً مؤشراً لتمييز الفقرات .

3 - 3 - 1 - 2 معامل الاتساق الداخلي :

تمّ استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول إلى القوة التمييزية للفقرات ، وقد استخدم الباحثان معامل الارتباط البسيط لبيرسون لتحقيق ذلك بواسطة نظام (SPSS)

أنَّ قيم معامل الارتباط بين فقرات مقياس الشخصية القيادية والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0.049 - 0.564) وعند الرجوع إلى جدول دلالة الارتباط فإنَّ الفقرات (6 ، 12 ، 21) هي فقرات غير مميزة لكون قيمة sig أكبر من قيمتها.

ويكون عدد الفقرات التي ضعفت في المجموعتين المتطرفتين والاتساق الداخلي (9) فقرات ، اذ اصبح المقياس بصيغته النهائية مكون من (46) فقرة.

تشير القوة التمييزية للفقرة إلى القدرة على التعريف أو التمييز بين الافراد الذين يحصلون على الدرجات العالية والافراد الذين يحصلون على الدرجات المنخفضة في المقياس نفسه.

وقد اتبع الباحثان الخطوات الآتية في حساب القوة التمييزية :

1- تم استخراج درجة كل فقرة ليتم في ضوء ذلك استخراج الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات عينة صدق البناء والبالغ عددها (146) استمارة.

2- ترتيب الاستمارات تنازلياً على وفق المجموع الكلي لكل استمارة.

3- تحديد حجم المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا وبواقع (78) استمارة وبذلك بلغت استمارات المجموعة العليا (39) استمارة وكذلك المجموعة الدنيا (39) استمارة اعتماداً على نسبة (27%) ، فإذا كانت العينة صغيرة فيمكن تقسيمها بعد ترتيب الدرجات تنازلياً إلى نصفين الأول يمثل المجموعة العليا والنصف الآخر يمثل المجموعة الدنيا ، إما اذا كانت العينة كبيرة فإنه بالإمكان أخذ نسبة (27%) من الدرجات العليا و (27%) من الدرجات الدنيا.

4- إيجاد القيم التائية لكل فقرة من فقرات المقياس بين المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا.

3 - 3 - 1 - 6 - 3 ثبات المقياس :

يعتبر الثبات إحد المؤشرات الواجب توفرها حتى تكتمل صلاحية أي مقياس ، ويعني الثبات الاتساق والانسجام الذي نقيس به علامات لاختبار السمة والشيء الذي أعد الاختبار لقياسه⁽¹⁾.

ولغرض إيجاد الثبات لمقياس التمكين الإداري للملاكات الإدارية والفنية أستخدم الباحثان طريقتين لاستخراج الثبات وهما (طريقة التجزئة النصفية وطريقة ألفا كرونباخ) لتقدير سلامة إجراءات البحث.

3 - 3 - 1 - 6 - 3 طريقة التجزئة النصفية :

تعتمد أساساً على تقسيم عبارات (فقرات) المقياس إلى قسمين وحساب معامل الارتباط بين إجابات الأفراد المفحوصين عن هذين القسمين⁽²⁾.

تم تطبيق هذه الطريقة لاستخدام الثبات من خلال استمارات عينة البناء البالغ عددها (150) استمارة وتضمنت كل منها (46) فقرة إذ قسّمت عبارات المقياس على نصفين النصف الأول ضم العبارات ذات التسلسلات الفردية بينما النصف الثاني ضمّ العبارات ذات التسلسلات الزوجية بحيث أصبح لكل فرد

(¹) سامي محمد ملحم ؛ القياس والتقويم في التربية وعلم النفس : (عمان ، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع ، 2011) ص246.

(²) محمد أحمد الخطيب وأحمد حامد الخطيب ؛ مصدر سبق ذكره ، 2011 ، ص29.

درجتان الأولى تمثل مجموع الدرجات للفقرات الفردية ،والثانية تمثل مجموع درجات الفقرات الزوجية ، وهي الطريقة الأكثر شيوعاً في الاستخدام والأكثر ملائمة للحصول على نصفين متكافئين⁽¹⁾.

وتمَّ إيجاد معامل الثبات من خلال معامل الارتباط بيرسون بين درجات نصفي الاختبار ، إذ بلغت قيمة الارتباط بين نصفي الاختبار (87,0) وللحصول على معامل الثبات الكلي تمَّ استخدام معادلة سبيرمان براون التصحيحية حيث بلغ الثبات وفقاً لهذه المعادلة (93,0).

3 - 3 - 1 - 6 - 2 طريقة معامل الفا كرونباخ :

يقوم هذا النوع من الثبات بحساب معامل اتساق الأسئلة (الفقرات) يعني قوة الارتباط بين فقرات المقياس⁽²⁾.

لذا تمَّ استخراج الثبات بهذه الطريقة فبلغت قيمة معامل ثبات الفا كرونباخ (89,0) ويعتبر مؤشراً جيداً على ثبات المقياس ، وبهذا تمَّ تحقق الباحثان من إمكانية اعتماد المقياس بفقراته لقياس التمكين الإداري للملاكات الإدارية والفنية.

3 - 3 - 1 - 7 وصف مقياس الشخصية القيادية للملاكات الإدارية والفنية :

تكون مقياس الشخصية القيادية بصيغته النهائية من (46) فقرة موزعة على خمسة أبعاد هي (الاتزان الانفعالي ، اتخاذ القرار ، روح الجماعة ، الثقة بالنفس ، تحمل المسؤولية) وبواقع (8 ، 9 ، 11 ، 10 ، 8) فقرات لكل بعد ، أمَّا بدائل الإجابة فكانت (تنطبق بدرجة كبيرة جداً ، تنطبق بدرجة كبيرة ، تنطبق بدرجة متوسطة ، لا تنطبق ، لا تنطبق إطلاقاً) وهي تحمل الأوزان (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) على التوالي ، وتبلغ القيمة العليا للمقياس (225) درجة والقيمة الدنيا (42) درجة .

3 - 3 - 2 مقياس التمكين الإداري للملاكات الإدارية والفنية :

قام الباحثان باعتماد مقياس التمكين الإداري المعد من قبل (فلاح حسن جار الجبوري ، 2020) وكان المقياس مكون من (42) فقرة موزعة على أبعاد المقياس الستة (تفويض السلطة ، المشاركة في اتخاذ القرار ، الحوافز ، وضوح الهدف ، التدريب وتنمية السلوك الإبداعي) ، كما تمَّ تحديد نفس بدائل الإجابة التي وردت في المقياس الأصلي وهي (تنطبق بدرجة كبيرة جداً ، تنطبق بدرجة كبيرة ، تنطبق بدرجة متوسطة ، لا تنطبق ، لا تنطبق إطلاقاً) وتحمل الأوزان (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) ويتمتع المقياس بالأسس العلمية الجيدة وبلغت درجه المقياس العليا (210) درجة والدرجة الدنيا (42) درجة ، والمتوسط الفرضي (126) ، وقد طبق المقياس على نفس العينة في العام الماضي وهو مستوفي للقياسات السايكومترية.

(1) محمد أحمد عمر وآخرون ؛ المقياس النفسي التربوي : (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2010) ص225.

(2) فؤاد أبو حطب وسيد أحمد عثمان ؛ التقويم الفني : (القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1973) ص82.

3 - 3 - 3 التطبيق النهائي للمقياسين :

تمّ تطبيق المقياسين المستخدمين في البحث (مقياس الشخصية القيادية ، مقياس التمكين الإداري) على الملاكات الإدارية والفنية العاملة في منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين المتمثلة بعينة التطبيق البالغ عددها (70) موظفاً من الملاكات الإدارية والفنية بعد أن قام الباحثان مع فريق العمل المساعد بتزويد أفراد العينة بالمعلومات الخاصة بالإجابة على فقرات المقياسين وتمّ تطبيق المقياس للفترة من 2021 / 6 / 1 ولغاية 2021 / 7 / 15 .

3 - 4 الوسائل الإحصائية :

استخدام الباحثان الحقيبة الإحصائية (spss) لاستخراج النتائج :
(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار (t) ، مربع كاي ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، النسبة المئوية ، معادلة سبيرمان براون) .

4- عرض ومناقشة النتائج :

بعد أن تمّ تحقيق الهدف الأول والهدف الثاني للبحث والمتضمن بناء مقياس الشخصية القيادية وإعداد مقياس التمكين الإداري للملاكات الإدارية والفنية لمنتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين ، وقد تمّ تحقيق هذا الهدف بوصفه هدفاً إجرائياً من خلال الخطوات التي تمّ ذكرها في إجراءات البحث.

سيتم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات التي تمّ الحصول عليها من خلال مجموعة الإجراءات التي قام الباحث بها ، وكما هو مبين في الجدول (10) .

الجدول (10) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسط الفرضي لكل من الشخصية

القيادية والتمكين الاداري

المتغير	س	ع	المتوسط الفرضي
الشخصية القيادية	176,451	11,693	132
التمكين الإداري	172,635	22,781	126

يتبين من الجدول (10) أنّ الأوساط الحسابية لكل من الشخصية القيادية (176.451) و التمكين الإداري (172.635) والانحرافات المعيارية لكل من الشخصية القيادية (11.693) والتمكين الإداري (22.781) ، وبما أنّ الوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي للشخصية القيادية فهذا يدل على أنّ رؤساء المنتديات يتمتعون بالشخصية القيادية في إدارة منتدياتهم ، أما التمكين لإداري المتبع فكان الوسط الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي لدرجاتهم على المقياس فهذا يدل على أنّ رؤساء المنتديات يستخدمون أبعاد الشخصية القيادية الخمسة ومن خلال الأوساط الحسابية للأبعاد الخمسة.

الجدول (11)

يبين معامل الارتباط البسيط بين الشخصية القيادية والتمكين الإداري لعينة البحث

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة r المحسوبة	Sig	مستوى المعنوية
الشخصية القيادية	176.451	11.693	0.483	0.000	معنوية
التمكين الإداري	172.635	22.781			

يتبين من الجدول (11) أن الأوساط الحسابية لكل من الشخصية القيادية (176.451) والتمكين الإداري (172.635) ، والانحرافات المعيارية لكل من الشخصية القيادية (11.693) والتمكين الإداري (22.0781) ، حيث بلغت قيمة (r) (0.483) ومستوى الدلالة (0.000) عند مستوى دلالة (0.01) ، فهذا يدل على وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين الشخصية القيادية والتمكين الإداري للملاكات الإدارية والفنية لمنتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين ، ويعزو الباحث أن رؤساء المنتديات الإدارية يمتلكون الشخصية القيادية والتي تتيح لهم المجال في إدارة مندياتهم وكيفية التعامل مع مرؤوسهم أكثر من استخدامها للتمكين لإداري ، مما يدفع رؤساء المنتديات الرياضية إلى احترام آراء المنتسبين مما يدفعهم إلى بذل أقصى جهد من أجل انجاح عملهم والوصول بمنتدياتهم إلى المستوى المطلوب ، حيث يشير (أبو قحف ، 2009) إلى أنه كلما زادت مشاركة الفرد مع رؤسائه في اتخاذ وتنفيذ القرارات وحل المشكلات وهذا يزيد من مسؤولياتها ويجعل المساهمة الفعالة في هذا الخصوص أكثر تحدياً مما يجعل العمل الإداري أقل تعقيداً وبذلك تصبح الشخصية القيادية الإدارية لرؤساء المنتديات أعلى قيمة⁽¹⁾.

الجدول (12)

يبين معامل الارتباط البسيط بين التمكين الإداري والثقة بالنفس

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة r المحسوبة	Sig.	مستوى المعنوية
التمكين الإداري	172.637	11.693	0.783	0.028	معنوية
الثقة بالنفس	39.813	5.767			

يتبين من الجدول (12) أن الأوساط الحسابية لكل من التمكين لإداري (172.637) والثقة بالنفس (39.813) ، والانحرافات المعيارية لكل من التمكين الإداري (11.693) والثقة بالنفس (5.767) ، حيث بلغت قيمة (r) (0.783) وأمام مستوى الدلالة (0.028) ، فهذا يدل على وجود

(¹) عبد السلام أبو قحف ؛ محاضرات في السلوك التنظيمي : (الاسكندرية ، الدار الجامعية للنشر والتوزيع ، 2009) ص123.

علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين التمكين الإداري والثقة بالنفس لرؤساء المنتديات في مديرية شباب ورياضة صلاح الدين .

ويعزو الباحث سبب علاقة الارتباط معنوية الدلالة إلى أنه كلما ارتفع مستوى القيادة عند رؤساء المنتديات كلما زاد فهماً وإدراكاً لكيفية استخدام الثقة بالنفس ، وأنَّ العلاقة المعنوية جاءت نتيجة امتلاك رؤساء المنتديات لمهارات ومعارف وأداء إداري تمكنهم من أداء الأعمال الإدارية والقيادية بكل سلاسة وقدرة عالية ، واستمرار التقدم بما يحقق الأهداف الموضوعية مسبقاً ، وكذلك ما يمنحه رئيس المنتديات للأعضاء من فرص المشاركة والإدلاء بالرأي والاستماع إلى مقترحاتهم في بعض المشكلات المرتبطة بالمنتديات والتي تعكس سلوك الأداء الفعال ، وهذا ما أشار إليه (الهلالي والشحات ، 2017) إلى " أنَّ القائد الذي يدير جماعته بشكل ديمقراطي يتسم بالتسامح وتقبل النقد الإيجابي واعطاء الثقة لمؤوسيه في المشاركة في اتخاذ القرارات وحل المشكلات مما يؤدي إلى ارتفاع ملحوظ في الروح المعنوية والتسامح الداخلي للجماعة ، كما يدفع الجماعة إلى تحقيق مستويات عالية من الانجاز نتيجة المشاركة في تحقيق الأهداف والسياسات"⁽¹⁾.

الجدول (13)

يبين معامل الارتباط البسيط بين التمكين الإداري وتحمل المسؤولية

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة r المحسوبة	Sig.	مستوى المعنوية
التمكين الإداري	172.637	11.693	0.124	0.213	غير معنوي
تحمل المسؤولية	40.098	5.911			

يتبين من الجدول (13) أنَّ الأوساط الحسابية لكل من التمكين الإداري (172.637) وتحمل المسؤولية (40.098) ، والانحرافات المعيارية لكل من التمكين الإداري (11.693) وتحمل المسؤولية (5.911) ، حيث بلغت قيمة (r) (0.124) وأمام مستوى الدلالة (0.213) فهذا يدلُّ على وجود علاقة ارتباط ذات دلالة غير معنوية بين التمكين الإداري وتحمل المسؤولية لرؤساء المنتديات.

الجدول (14)

يبين معامل الارتباط بين التمكين الإداري واتخاذ القرار

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة r المحسوبة	Sig.	مستوى المعنوية
التمكين الإداري	172.637	11.693	0.721-	0.000	معنوية
اتخاذ القرار	50.598	11.525			

(¹) عصام الهلالي ومجد الشحات ؛ مدخل إلى الاجتماع الرياضي ، ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2017) ص61.

يتبين من الجدول (14) أنّ الأوساط الحسابية لكل من التمكين الإداري (172.693) و اتخاذ القرار (50.598) ، والانحرافات المعيارية لكل من التمكين الإداري (11.693) و اتخاذ القرار (11.525) حيث بلغت قيمة (r) المحسوبة (-0.721) وأمام مستوى الدلالة (0.000) فهذا يدلّ على وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين التمكين الإداري واتخاذ القرار لرؤساء المنتديات.

الجدول (15)

يبين معامل الارتباط البسيط بين التمكين الإداري والاتزان الانفعالي

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة r المحسوبة	Sig.	مستوى المعنوية
التمكين الإداري	172.637	11.693	0.120	0.229	غير معنوي
الاتزان الانفعالي	28.313	4.726			

يتبين من الجدول (15) أنّ الأوساط الحسابية لكل من التمكين الإداري (172.693) والاتزان الانفعالي (28.313) ، والانحرافات المعيارية لكل من التمكين الإداري (11.693) والاتزان الانفعالي (4.726) ، حيث بلغت قيمة (r) المحسوبة (0.120) وأمام مستوى الدلالة (0.229) فهذا يدلّ على وجود علاقة ارتباط ذات دلالة غير معنوية بين التمكين الإداري والاتزان الانفعالي لرؤساء المنتديات.

الجدول (16)

يبين معامل الارتباط البسيط بين التمكين الإداري وروح الجماعة

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة r المحسوبة	Sig.	مستوى المعنوية
التمكين الإداري	172.637	11.693	-0.298	0,002	معنوي
روح الجماعة	39.568	6.120			

يتبين من الجدول (16) أنّ الأوساط الحسابية لكل من التمكين الإداري (172.693) وروح الجماعة (39.568) ، والانحرافات المعيارية لكل من التمكين الإداري (11.693) وروح الجماعة (6.120) ، حيث بلغت قيمة (r) المحسوبة (-0.298) وأمام مستوى الدلالة (0.002) فهذا يدلّ على وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين التمكين الإداري وروح الجماعة لرؤساء المنتديات.

وقد اعتمدت النسب المئوية الآتية في تفسير مستوى التمكين الإداري للملاكات الإدارية والفنية لمنتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين وحسب اجاباتهم على المقياس .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5 - 1 الاستنتاجات :

توصّل الباحث إلى أهم النتائج وهي :

- 1- فاعلية بناء مقياس الشخصية القيادية لمنتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين من الإجراءات بناء المقياس.
 - 2- حققت منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين في أبعاد الشخصية القيادية مستوى (متوسط - مرتفع).
 - 3- حققت منتديات الشباب والرياضة في محافظة صلاح الدين في أبعاد التمكين الإداري مستوى (مرتفع. معنوية ومجالين (تحمل المسؤولية ، والاتزان الانفعالي) علاقة غير معنوية.
- 5 - 2 التوصيات :**

أوصى الباحث بما يلي :

- 1- يوصي الباحث بتطبيق مقياس الشخصية القيادية على منتديات العراق لمعرفة مستوى الشخصية القيادية لتلك المنتديات.
 - 2- يوصي الباحث بتطبيق مقياس التمكين لإداري على منتديات العراق لمعرفة مستوى التمكين الإداري لتلك المنتديات.
 - 3- أن تحرص إدارات المنتديات على تعزيز الاهتمام بملاكاتها من خلال إقامة علاقات إنسانية أكثر قوة معهم وتطويرهم وإعطاءهم حرية أوسع في العمل وتحفيزهم وتحقيق رضاهم وتنمية شعورهم بالمسؤولية وزيادة مشاركتهم في اتخاذ القرارات وتوفير مناخ عمل أكثر جودة للإسهام في رفع روحهم المعنوية وزيادة تماسكهم.
- المصادر :**

- العبيدي ، محمد جاسم؛ الشخصية القيادية ، (عمان، دار الثقافة، 2011).
- محمد عبد الله سليمان أبو زيد ؛ سمات الشخصية القيادية المميزة لدى المدراء العاملين بالوزارات الفلسطينية بقطاع غزة : (رسالة ماجستير غير منشورة ، أكاديمية الإدارة والسياسة للدراسات العليا ، غزة ، 2015) .
- جمال محمد علي ؛ الحديث في الإدارة الرياضية والإدارة العامة : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2007).
- محمد جاسم العبيدي ؛ علم نفس الشخصية : (عمان ، دار الثقافة ، 2011) .
- عمر حلمي محمد ومحمد أحمد حلمي ؛ تمكين العاملين وعلاقته بالانتماء التنظيمي لدى الإداري الرياضي : (دسوق ، دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع ، 2016) .
- ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والإطاريح التربوية والنفسية : (العراق ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2012) .
- بنيامين بلوم وآخرون ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، (ترجمة) : محمد أمين المفتي وآخرون : (القاهرة ، دار ماكروهيل ، 1983) .
- محمد أحمد الخطيب واحمد حامد الخطيب ؛ الاختبارات والمقاييس النفسية : (الأردن ، عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، 2011) .
- خليل ميخائيل معوض ؛ علم النفس الاجتماعي : (الاسكندرية ، دار المفكر الجامعي ، 2000) .

- صلاح الدين محمود علام ؛ الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية : (عمان ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، 2006) .
- سامي محمد ملحم ؛ القياس والتقويم في التربية وعلم النفس : (عمان ، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع ، 2011) .
- محمد أحمد عمر وآخرون ؛ القياس النفسي التربوي : (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2010) .
- فؤاد أبو حطب وسيد أحمد عثمان ؛ التقويم الفني : (القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1973) .
- عبد السلام أبو قحف ؛ محاضرات في السلوك التنظيمي : (الاسكندرية ، الدار الجامعية للنشر والتوزيع ، 2009) .
- عصام الهلالي ومحمد الشحات ؛ مدخل إلى الاجتماع الرياضي ، ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2017) .

Sources:

- Al-Obaidi, Muhammad Jasim; *The Leading Personality*, (Amman, House of Culture. 2011) p. 22-
- Muhammad Abdullah Suleiman Abu Zaid ; *Distinguished leadership personality traits among managers working in Palestinian ministries in the Gaza Strip: (Unpublished Master's Thesis, Academy of Management and Politics for Graduate Studies, Gaza 2015)*
- Jamal Muhammad Ali; *Hadith in Sports Administration and Public Administration: (Cairo, Al-Kitab Center for Publishing, 2007)*
- Muhammad Jassim Al-Obaidi; *Personality Psychology: (Amman, Culture House, 2011)*-
- Omar Helmy Mohamed and Mohamed Ahmed Helmy; *Empowering employees and its relationship to the organizational affiliation of the sports administrator: (Desouk, Dar Al-Ilm and Al-Iman for Publishing and Distribution, 2016).*
- Dhafer Hashem Al-Kazemi; *Scientific applications of writing educational and psychological theses and thesis: (Iraq, University of Baghdad, College of Physical Education, 2012)*
- Benjamin Bloom et al; *Assessment of Student's Synthesized and Formative Learning, Translation): Muhammad Amin Al-Mufti and others: (Cairo, Macrohill House, 1983)*
- Muhammad Ahmad al-Khatib and Ahmad Hamid al-Khatib; *Psychological Tests and Measures: (Jordan, Amman, Dar Al-Hamid for Publishing and Distribution, 2011)*
- Khalil Michael Moawad; *Social Psychology: (Alexandria, Dar al-Mufker University, 2000)*
- Salah El-Din Mahmoud Allam; *Educational and psychological tests and standards: (Amman, Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, 2006)*
- Sami Muhammad Melhem; *Measurement and Evaluation in Education and Psychology: (Amman, Dar Al-Masirah for printing, publishing and distribution, 2011)*
- Muhammad Ahmad Omar and others; *Educational Psychometrics: (Amman, Dar Al Masirah for Publishing, Distribution and Printing, 2010)*
- Fouad Abu Hatab and Syed Ahmed Othman; *Technical Calendar: (Cairo, Anglo-Egyptian Library, 1973)*
- Abd al-Salam Abu Qahaf; *Lectures on organizational behavior: (Alexandria, University House for Publishing and Distribution, 2009).*(behavior: (Alexandria, University House for Publishing and Distribution, 2009).



The effect of special exercises to develop the dynamic balance of the lower limbs to prevent muscle tear in young footballers under the age of 19

Qusay Ali Mahmood^{1*}
Muthana Ahmed Khalaf¹
1- College of Physical Education
and Sports Sciences - University of
Tikrit

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.45>

Article info.

Article history:

-Received: 4/12/2020

-Accepted: 22/12/2020

-Available online: 31/12/2021

Keywords:

- Preventive exercises
- Development
- Dynamic Balance
- lower extremities
- football

©2021 This is an open access
article under the CC by
licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

Abstract

Objectives of the study:

- 1) Developing special preventive exercises to develop the dynamic balance of the lower limbs to prevent torn leg muscles in young soccer players
- 2) Learn about the effect of preventive exercises in developing the dynamic balance of the lower limbs..

The researchers used the experimental approach and in designing the two experimental and pre-test and control groups, to suit the nature and problem of the research.

The researchers determined the research sample in an intentional way, and they are youth players under the age of 19 who represent the Refineries Club participating in the League of First Class Clubs in the governorate of Baghdad, and they are (24) players. It will pay off in keeping the player healthy and strong, to be eligible to represent the first team physically, skillfully, and schematically..

Through the data and results reached by the two researchers after taking the test on the research sample that :

- 1- Preventive exercises have contributed to developing the dynamic balance of the right-handed man among young football players among the members of the experimental research sample.
- 2- Preventive exercises have contributed to the development of the dynamic balance of the left man among young soccer players among members of the experimental research sample.
- 3- The experimental group achieved a noticeable development at the expense of the control group in the posttest tests of the study variables.

* Corresponding Author: Qusay.sport.89@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

تأثير تمارينات وقائية في تطوير التوازن الديناميكي للأطراف السفلى لدى

لاعبي كرة القدم بأعمار تحت 19 سنة

مثنى احمد خلف

قصي علي محمود

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- تمارينات وقائية
- تطوير
- التوازن الديناميكي
- الأطراف السفلى
- كرة القدم

الخلاصة:

وهدفت الدراسة إلى :

1- وضع تمارينات وقائية خاصة لتطوير التوازن الديناميكي للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار تحت 19 سنة.

2- والتعرف على تأثير التمارينات الوقائية في تطوير بعض انواع القوة للوقاية من تمزق عضلات الفخذ الخلفية لدى لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار تحت 19 سنة .

كما استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المستقلتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته طبيعة ومشكلة البحث .

وقام الباحث بتحديد مجتمع البحث وهم اللاعبين الشباب في محافظة بغداد بأعمار تحت 19 سنة للموسم الرياضي 2018-2019، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية وهم شباب نادي المصافي والبالغ عددهم (24) لاعباً ، حيث تم استبعاد 6 لاعبين لغرض اجراء التجارب الاستطلاعية عليهم و2 لاعبين مصابين ، وبلغ العدد النهائي للعينة على 16 لاعباً من نادي المصافي ، وقسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبواقع (8) لاعبين في كل مجموعة ويشكلون نسبة (66.33%) من مجتمع البحث .

الاستنتاجات : توصل الباحث الى عدة استنتاجات أهمها :

1. إن التمارينات الوقائية الموضوعية من قبل الباحث ساهمت في تطوير متغيرات الدراسة لدى افراد عينة البحث.
2. ظهور فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي في متغيرات التوازن الديناميكي للأطراف السفلى اليمين - اليسار .

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث:

كرة القدم هي الرياضة المحببة لدى شريحة واسعة من الناس حيث يمارسها الصغير والكبير على حدٍ سواء ، ومما زاد في حجم المشاركة في هذه اللعبة هو ما تمتاز به من طابع السهولة والاثارة في نفس الوقت ، ونظرا لعدد اللاعبين المشاركين في المباراة الذي يفوق نظيراته في الالعاب الاخرى بواقع 22 لاعباً في المباراة ، مما ساهم في زيادة الاحتكاك الجسدي بين اللاعبين في هذه الرياضة وبالنتيجة زيادة في الإصابات العضلية الهيكلية ، ولا سيما في عضلات أوتار المأبض " (1)

(1) Dvorak, J. & Junge, A. (2000). Football injuries and physical symptoms. A review of the literature. American Journal of Sports Medicine, 28(5 Suppl), S3-9.

والتمرين هو الاداة التي من خلالها يتم التأثير على أجهزة الجسم الوظيفية والحركية ومساعدتها على التكيف مع البيئة التي يعمل فيها الرياضي ، ويتحدد نوعية التمارين طبقاً للهدف المراد تحقيقه من التمرين إذ أن هناك تمارين شاملة لتطوير كافة عناصر اللياقة البدنية وأخرى خاصة لتطوير صفة معينة كالقوة العضلية والتوازن الديناميكي من القدرات المهمة للاعب كرة القدم كونها تساعد على الوقاية من اصابات الاطراف السفلى ، حيث ان فقدان التوازن يعني ان اللاعب معرض للإصابة بنسبة كبيرة وانهاء حياته الرياضية بالمستقبل القريب " ويعد المستوى الوقائي والصحي للرياضيين احد الدلالات التي تعتمد على منع حدوث الاصابة والوقاية منها ، لذا تُعد الوقاية (Prevention) من الاساسيات المهمة في علوم الطب الرياضي الحديث والتربية البدنية العلاجية الذي يتجه في الوقت الحاضر الى الوقاية من الاصابات والسعي لخفض نسبة حدوثها الى الحد الأدنى ، اذ يدرس الطب الرياضي الاصابات البدنية وكيفية الوقاية منها أولاً ثم كيفية علاجها في حال وقوع الاصابة .

إن أهمية البحث تكمن في وضع تمارينات وقائية خاصة لتطوير التوازن الديناميكي للأطراف السفلى والتي من الممكن ان تساعد على التقليل من حدوث اصابات الاطراف السفلى لدى لاعبي اندية الدرجة الاولى لفئة الشباب في محافظة بغداد .

1-2 مشكلة البحث :

ومن خلال ملاحظة الباحث كونه لاعباً سابقاً في اندية الدرجة الأولى وكذلك الاستفسار من الخبراء ، حول طبيعة التمارين البدنية التي تقدم للاعب وبعد الاطلاع على التمارينات المطبقة في اغلب اندية الدرجة الاولى ، والتي كانت في اغلبها تقتصر على التمارن الهادفة لتطوير التوازن الديناميكي للاطراف السفلى ، ونظراً لقلة البحوث في هذا المجال وايماناً من الباحث بان السبيل الوحيد للحفاظ على اللاعب هو ان يكون هناك توازن بين ما يقدم للعضلات الرجل اليمين واليسار المشاركة في الحركة ، ولأن كرة القدم تتطلب انواعاً متعددة من القوة اثناء القفز أو الركل أو خفض السرعة المفاجئ بعد الركض السريع ارتأى الباحث الخوض في غمار هذه التجربة من خلال وضع تمارينات وقائية خاصة لتطوير التوازن الديناميكي لعضلات الطرف السفلي اليمين - اليسار للوقاية أو التقليل من الاصابات الرياضية للاطراف السفلى لدى افراد عينة البحث مستقبلاً .

1-3 اهداف البحث :

- 1- وضع تمارينات وقائية ، والتعرف على تأثير هذه التمارينات في تطوير التوازن الديناميكي للوقاية من اصابات الطرف السفلي لدى لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار تحت 19 سنة.
- 2- بناء وحدات اختبار لقياس التوازن الديناميكي للرجل اليمين - اليسار لدى لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار تحت 19 سنة.

1-4 فروض البحث :

- 1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعي البحث الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد الدراسة ولصالح الاختبار البعدي.
- 2- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية .

1-5 مجالات البحث :

- 1- **المجال البشري :** اللاعبين الشباب بنادي مصافي الوسط تحت 19 سنة والمشاركين في دوري اندية الدرجة الاولى للموسم الرياضي 2019-2020
- 2- **المجال الزمني :** للمدة من 2019/1/7 ولغاية 2019 / 5 / 2
- 3- **المجال المكاني :** ملعب نادي مصافي الوسط وملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بغداد

2- الدراسات النظرية والمثابفة :**2 - 1 التمرين :**

يمثل التمرين مجموعة من الاوضاع والحركات التي تهدف لتشكيل وبناء الجسم وتنمية قدراته الحركية المختلفة للوصول بالرياضي لأعلى مستوى ممكن من الاداء الرياضي والوظيفي وفي مجالات الحياة المختلفة معتمدةً على الاسس التربوية والعلمية ، وتعرفها (نبيلة خليفة) بانها " عبارة عن بعض الحركات البدنية التي توضع وفق قواعد خاصة فيها الاسس التربوية والمبادئ العلمية والفسولوجية والتشريحية والطبيعية وتؤدي هذه الحركات إما مرة واحدة او مرات متتالية في سلاسة وسهولة وجمال ودقة بحيث تتناسب وطبيعة التكوين الجسماني للإنسان¹

2 - 2 التوازن الديناميكي :

إن التوازن كقدرة بدنية ترتبط بباقي عناصر اللياقة البدنية على أشكال مختلفة فهي تساهم ايضاً في توفير جو تدريبي مناسب ، كما هو متطلب من متطلبات الألعاب التي تتميز بوجود التماس بين لاعبي الفريقين ، ويعتبر التوازن أحد الصفات البدنية الاساسية ، بحيث أظهرت التجارب والملاحظة الموضوعية إنه لا يمكن أن يؤدي اللاعب أي حركة رياضية بصورة سليمة إذا لم يرتبط ادائها بالتوازن وترتبط دقة الأداء الماهر بقدرة اللاعب على التوازن خلال مراحل الإعداد لأداء المهارة ، فإذا فقد اللاعب التوازن في مرحلة الإعداد أدى ذلك الى عدم دقة اداء المهارة اثناء المرحلة الأساسية .

(¹) نبيلة خليفة وآخرون ؛ الاسس العلمية والفنية للجمباز والتمرينات : (مصر ، دار الفكر العربي ، ب ت) ص342

ويعطي كل من (قيس وبسطويسي) مفهوماً للتوازن بأنه السيطرة على حركات الجسم بشكل كامل بوجود تأثيرات خارجية على مركز ثقل الجسم وخاصة في حالة استمرار الحركات والاحتكاك او الاوضاع المختلفة لمركز ثقل الجسم بشروط معينة " (1)

ويعرفه ريسان خريبط بأنه " قابلية الفرد في السيطرة على عمل الجهاز العصبي مع الجهاز العضلي والتحكم في القدرات الفسلجية والتشريحية التي تنظم التأثير على التوازن والقدرة على الإحساس بالمكان " (2)

2 - 3 أهمية التوازن العضلي في المجال الرياضي وفي لعبة كرة القدم :

(التوازن قدرة عامة تبرز أهميتها في الحياة العامة وفي مجالات التربية البدنية خاصة ، لذا وضع عدد من النقاط المهمة لأهمية التوازن :

- 1- يعد عنصراً هاماً في العديد من الأنشطة الرياضية .
- 2- يمثل العامل الأساس في كثير من الرياضات كالجيمباز والبالية والتزلج على الجليد والغطس وكذلك في الالعاب الفرقية مثل كرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة وغيرها .
- 3- له تأثير واضح في رياضات الاحتكاك كالمصارعة والملاكمة (3)

ويعرفه أحمد خاطر والبيك " بأنه مقدرة الانسان على الإحتفاظ بأوضاع الجسم أو أجزائه المختلفة في وضع معين نتيجة للنشاط الرياضي التوافقي المعقد لمجموعة من الأجهزة والانظمة الحيوية موجه للعمل ضد تأثيرات قوة الجاذبية "

3 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3 - 1 منهج البحث :

هناك العديد من المناهج التي تستعمل في البحث العلمي ، ويُعد المنهج من الأمور الأساسية في تنفيذ البحث ، حيث قام الباحث باستخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية لملائمته طبيعة ومشكلة البحث والمنهج التجريبي " هو النشاط العلمي الدقيق المضبوط وانه إجراء لضبط العوامل المؤثرة المحيطة بالتجربة ماعدا عاملاً واحداً هو المتغير المستقل لغرض قياس تأثيره على المتغير التابع " (4)

3 - 2 مجتمع البحث وعينته :

(1) قيس ناجي وبسطويسي احمد ؛ الاختبارات ومبادئ الاحصاء في التربية الرياضية ، ط2 (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987) ص931

(2) ريسان خريبط مجيد ؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج1: (البصرة ، مطبعة جامعة البصرة ، 1989) ص184

(3) لوي غانم الصميدعي وآخرون ؛ الفيزياء والبايوميكانيك في الرياضة : (أربيل ، مطبعة صلاح الدين ، 2011) ص 391

(4) ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطارح التربوية والنفسية : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2012) ص 137 .

وتم مجتمعة البحث اللاعبين الشباب في محافظة بغداد بأعمار تحت 19 سنة ، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية وهم شباب نادي المصافي وذلك لقرب النادي لمحل سكن الباحث مما يسهل متابعة اجراءات البحث ، واشتملت مجتمع البحث على 24 لاعباً من نادي المصافي ، وتم استبعاد 6 منهم بسبب الاصابة وعينة التجربة الاستطلاعية حيث بلغت عينة البحث النهائية 16 لاعباً ، وقسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبية عن طريق القرعة وذلك بوضع اسماء اللاعبين داخل كيس ويتم الاختيار العشوائي وأول 8 للاعبين يعلن عنهم يتم اجراء البرنامج الوقائي عليهم ، بينما (8) لاعبين الاخرين يطبقون البرنامج المعد من قبل المدرب ، وبهذا شكلت نسبة العينة التجريبية (66.33%) من مجتمع البحث والبالغ عددهم (24) لاعباً.

3-3 تجانس عينة البحث : قام الباحث بإجراء التجانس لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في متغيرات (كتلة الجسم, طول الرجل, والعمر الزمني) باستخدام معامل الالتواء ($3\pm$) وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1) يبين تجانس أفراد عينة البحث في قياسات (كتلة الجسم, طول الرجل, والعمر الزمني).

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
كتلة الجسم	كغم	58.933	1.791	58.421	0.857
طول الرجل	سم	94.866	2.718	94.312	0.203
العمر الزمني	سنة	17.533	0.516	17.456	0.447

3 - 4 تكافؤ العينة :

ولأجل أن تكون نقطة الشروع واحدة لكل أفراد العينة (الضابطة والتجريبية) ، قام الباحث بإجراء التكافؤ بين أفراد العينة في متغيرات البحث ، كما مبين في الجدول (2).

جدول (2) المعالم الاحصائية وقيمة (ت) المحتسبة والجدولية ومستوى الدلالة للإختبارات القبلية بين تكافؤ المجموعتين

الضابطة والتجريبية

المتغيرات	المؤشرات الإحصائية	وحدة القياس	القبلي تجريبية		القبلي ضابطة		قيم (ت) المحسوبة	مستوى دلالة (significance)	دلالة الفروق
			س-	±ع	س-	±ع			
توازن ديناميكي	يمين	سم	.12528	1.807	.50018	3.023	3.543	0.603	غير معنوي
	يسار	سم	.50048	3.422	.00038	1.4142	3.651	0.678	غير معنوي

3 - 5 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع البيانات المستخدمة في البحث :

إستخدم الباحث الاجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات الآتية التي ساعدت في إتمام البحث:

3 - 5 - 1 الأجهزة المستخدمة في البحث :

- جهاز حاسوب محمول (Computer) نوع (DELL) صيني المنشأ
- كامرات تصوير فديوية نوع (Sony)
- حاسبة يدوية نوع (CASIO)
- ميزان الكتروني لقياس الوزن
- ساعة إيقاف يدوية (STOP WATCH) (Made in China) عدد 2

3 - 5 - 2 الادوات المستخدمة في البحث :

- كرات قدم عدد 10
- صناديق بارتفاع 20 سم عدد 8
- شريط مطاط حلقي قياس (31سم×5سم) عدد 4
- كرة التوازن Ball Bosu عدد 2
- كرة التوازن بقطر 75 سم عدد 4

3 - 5 - 3 وسائل جمع المعلومات :

- المراجع والمصادر العربية والأجنبية
- الإختبار والقياس
- المقابلات
- إستمارة الاستبيان
- إستمارة تفرغ البيانات
- الحقيبة الاحصائية SPSS
- الإختبارات

3 - 6 تحديد متغيرات البحث :

3 - 6 - 1 تحديد القدرات البدنية :

من أجل تحديد أهم القدرات البدنية الخاصة بموضوع البحث ، تم عرض إستمارة الإستبيان على عدد من الخبراء والمختصين لإختيار الأفضل في قياس القدرات المبحوثة ، وبعد جمع البيانات وفرزها تم إختيار القدرات التي حصلت على 75% فصاعداً كما موضح في الجدول

جدول (3)

يبين الأهمية النسبية للقدرات البدنية حسب آراء الخبراء

ت	القدرات البدنية والتوازن العضلي	الأهمية النسبية	القدرات المستبعدة
1	التوازن الديناميكي	%100	

3 - 6 - 2 تحديد اختبارات التوازن الديناميكي :

في ضوء النتائج التي تم إستخراجها من إستمارة الإستبيان الخاصة بتحديد أهم قدرات التوازن الديناميكي ، فقد تم إعداد إستمارة أخرى لاستطلاع آراء الخبراء حول تحديد الإختبارات التوازن الديناميكي والتي تقيس هذه القدرات ، حيث إشمطت هذه الإستمارة على (2) إختبارا ديناميكياً ، وقد جاءت ترشيحاتهم كما مبين في جدول (9) وقد تم اختيار الاختبار ذي النسبة التي حصلت على 75% فصاعداً .

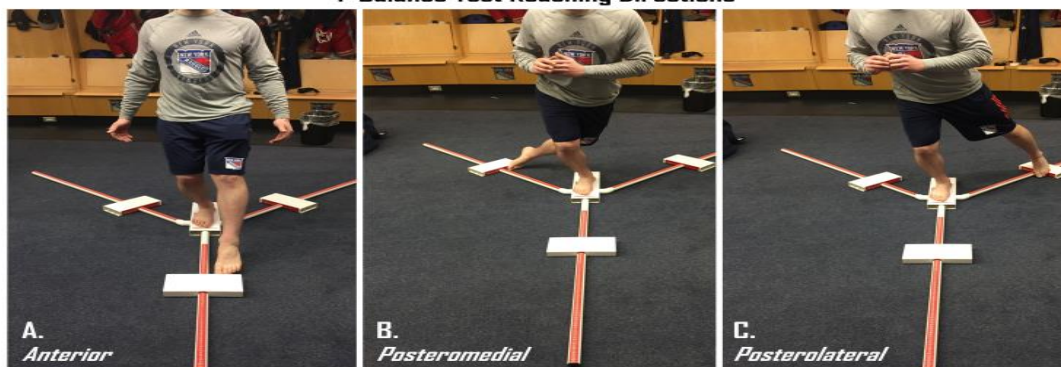
جدول (4) يبين الأهمية النسبية للاختبارات التي رشحها الخبراء لقياس التوازن الديناميكي

ت	القدرات البدنية	الاختبارات المرشحة	النسبة المئوية	المستبعدة
1	التوازن الديناميكي للأطراف السفلى	تحريك القطع ضمن المجال الحركي لرجل اليسار - اليمين وقفة للقلق	%90	مستبعدة
			%0	

3 - 6 - 3 اختبار التوازن الديناميكي للأطراف السفلى (1)

❖ اسم الاختبار : تحريك القطع ضمن المجال الحركي لرجل اليسار - اليمين

Y-Balance Test Reaching Directions



شكل (1) يوضح كيفية أداء اختبار التوازن الديناميكي لرجل اليمين - اليسار

3-7 إجراءات البحث :

3 - 7 - 1 الاختبارات القبلية* :

(¹) Owen Walker, Y Balance Test TM. Article , science for sport.18 Sep 2016

(*) تم اجراء الاختبارات القبلية بالتنسيق مع مدرب الشباب بنادي الانصار الكابتن كريم ماجد وفريق العمل المساعد ، حيث تم تفريغ اللاعبين في غير ايام التمرين لإجراء الاختبارات (السبت ، الاحد ، الاثنين) حيث حُصص يوم السبت لاختبار نسبية القوة المميزة بالسرعة لعضلات الطرف السفلي (اليمين ، اليسار) الامامية والخلفية ويوم الاحد لاختبار تحمل القوة النسبية لعضلات الطرف السفلي (اليمين ، اليسار) الامامية والخلفية في حين حُصص يوم الاثنين لإجراء اختبار التوازن العضلي الديناميكي لرجل (اليمين ، اليسار)

تم إجراء الاختبارات القبلية على مجموعة أفراد عينتي البحث التجريبية والضابطة في يوم الاثنين المصادف 25 / 2 / 2019 ، في ملعب نادي مصافي الوسط في محافظة بغداد

3 - 7 - 2 البرنامج الوقائي (التجربة الرئيسية) :

حيث باشر الباحث بالبدء بالتجربة الرئيسية وإعطاء اولى الوحدات الوقائية على افراد العينة التجريبية يوم الاحد الموافق 2019 /3/3 ، واستغرق تطبيق التمرينات على عينة البحث مدة شهرين بواقع 3 وحدات وقائية في الاسبوع موزعة على ثلاثة ايام وهي (الاحد ، الثلاثاء ، الخميس) وزمن الوحدة التدريبية فيتراوح بين (26.30 - 37.20) دقيقة من الوقت المخصص للوحدة التدريبية والبالغ 120 دقيقة ، أما طبيعة التمرينات فهي تمرينات لتطوير التوازن الديناميكي للاطراف السفلى اليمين - اليسار ، واستخدم الباحث ادوات تدريبية حديثة مثل كرات التوازن وكرات ball bosu ، وتم الانتهاء من البرنامج الوقائي يوم الاحد الموافق 2019/4/28

3 - 7 - 3 الاختبارات البعدية :

بعد أن تم الانتهاء من تنفيذ تمرينات القوة الوقائية المعدة ممن قبل الباحث ، تم إجراء الاختبارات البعدية على أفراد عينتي البحث التجريبية والضابطة وبإشراف مباشر من قبل الباحث وذلك في يوم الاربعاء والخميس ، المصادف 1 - 2 / 5 / 2019

3 - 8 الوسائل الاحصائية : استخدم الباحث الحقيبة الاحصائي . (V.22) . SPSS

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4 - 1 عرض نتائج الفروق (ت) بين الاختبارين القبلي والبعدى لمجموعة البحث التجريبية في متغيرات الدراسة وتحليلها ومناقشتها

جدول (5)

يبين نتائج الفروق (ت) بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في متغيرات الدراسة (التوازن الديناميكي للرجل اليمين - اليسار)

دلالة الفروق	مستوى دلالة (significance)	قيم (ت) المحسوبة	البعدى		القبلي		وحدة القياس	المؤشرات الإحصائية المتغيرات	
			±ع	-س	±ع	-س		يمين	يسار
معنوي (*)	0.002	4.636	1.772	87.5000	1.807	.12528	سم	ديناميكي	التوازن
معنوي (*)	0.000	.3513	3.377	91.6250	3.422	.50048	سم	يسار	للرجل

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر من (0.05)

ومن خلال الجدول (5) ، تبين أن هناك فروق معنوية بين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي في متغير (التوازن الديناميكي للرجل اليمين - اليسار) للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي .

ويعزو الباحث ذلك الى التمرينات الوقائية المستخدمة في البحث والتي ساهمت بتطوير التوازن الديناميكي للاعبين من خلال استخدام ادوات تدريبية لم تعهدها هذه الفئة من اللاعبين ، وهذا ما يفسر الطفرة الكبيرة في النتائج بين الاختبارين القبلي والبعدي لأهميتها للاعب والمدرّب إذ إن امتلاك اللاعب للتوازن على الجانبين امر مهم لوقيته من الاصابة والاستفادة منها لتنفيذ مهارات أخرى وللمدرّب أيضاً حيث وجود لاعب لديه القدرة على الاحتفاظ بتوازنه وبكافة الاوضاع لا شك بأنه سيكون لاعب مؤثر وحاسم في المباريات .

وأيضاً استخدام كرات التوازن Ball Bosu إذ توفر هذه الادوات حماية للاعب ليس فقط لتحسين التوازن الديناميكي بل تقوية الاربطة والاورتار للطرف السفلي وهو امر مهم إذا ما عُلم أن التوازن يعتمد بالدرجة الاساس على قوة عضلات المفصل الذي تتم عليه الحركة .

"و يمكن تطوير التوازن عن طريق أجهزة مختلفة مثل ألواح الإمالة ، لوحة التمايل ، كرة BOSU ، لوحة التمايل المعروفة أيضاً باسم لوحة التوازن متعدد الاتجاهات تتكون من قرص مثل منصة فوقها كرة جزئية أو نصف مثبتة على المنتصف ، أسفل المنصة وتسمح بحركات متعددة المستويات ، ويمكن أن يساعد استخدام لوح تمايل على أساس منتظم في إعادة تدريب المستقبلات الحسية وتحسين التنسيق وبالتالي منع المزيد من الإصابات ، ومدرّب التوازن BOSU ، أو كرة BOSU كما يطلق عليه في كثير من الأحيان ، هو جهاز تدريب اللياقة البدنية ، تم اختراعه في عام 1999 من قبل ديفيد ويك ، ويتكون من نصف كرة مطاطية منتخبة متصلة بمنصة صلبة بقياس 6.24 × 6.24 × 6 بوصات " (1) .

والتأزر العضلي مهم جداً في الرياضات كافة وفي لعبة كرة القدم ، وهذا ما يؤكده (PALMIERIRM, 2002) بأن " التحكم السليم في تنفيذ المهارات الحركية يعتمد بشكل أساسي على التأزر العضلي الذي يقلل من إزاحة مركز الجاذبية وهذا يشكل الاساس للتنفيذ الصحيح للإيماءات المعقدة وكذلك لتقليل مخاطر الاصابة " (2)

(¹) The effects of ten weeks of lower-body unstable surface training on markers of athletic performance Cressey EM, West CA, Tiberio DP, Kraemer WJ, Maresh CM. Journal of Strength Conditioning Res. 2007 May;21 (2): 561-7

(²) PALMIERIRM, INGERSOLL CD, STONE MB, KRAUSE BA ; CENTER OF Pressure parameters used in the assessment of postural Control , Journal of Sport and Rehabilitation . 2002; 11: 51-66

وبحسب الأدبيات العلمية فإن العلاقة بين قوة عضلات الطرف السفلي و التوازن الديناميكي لا يزال غير واضح في الواقع ، وذكرت العديد من الدراسات أن صفات عضلات الأطراف السفلية (مقاييس القوة المركزية واللامركزية والقوة القصوى) كانت كبيرة تشارك في قدرة التوازن عن طريق زيادة التحكم العصبي العضلي الذي يساهم لاستعادة قاعدة استناد الجسم⁽¹⁾، ومع ذلك فقد أشارت دراسات أخرى في هذا المجال إلى أن القوة والتوازن الديناميكي يمكن اعتبارهما نوعين مختلفين مستقلين⁽²⁾

4-1-2 عرض نتائج الفروق(ت) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة وتحليلها ومناقشتها

جدول (6)

يبين نتائج الفروق(ت) بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في متغيرات الدراسة (التوازن الديناميكي للرجل اليمين واليسار)

دلالة الفروق	مستوى دلالة (significance)	قيم (ت) المحسوبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	متغيرات الإحصائية	
			±ع	-س	±ع	-س		اليمين	اليسار
معنوي (*)	0.027	2.799	1.832	83.750	3.023	.50018	سم	التوازن ديناميكي للرجل	
معنوي (*)	0.006	3.845	2.031	.87558	1.4142	.00038	سم		

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر من (0.05)

يتبين من الجدول (6) ما يأتي:

- معنوية الفروق بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغير (التوازن الديناميكي للرجل اليمين - اليسار) .

على الرغم من وجود فروق معنوية لبعض متغيرات الدراسة ، إلا أن هذه الفروق في ميزان التدريب الرياضي لا تعكس التطور الحاصل لهذه القدرات .

ويعزو الباحث ذلك إلى استخدام التمرينات المعدة من قبل المدرب من خلال تمرينات الزكزاك بين الشواخص وتغيير الاتجاه بالكرة وبدونها وتمارين الاحماء عن طريق الوثب المتعاقب للامام .

4-1-3 عرض نتائج الفروق(ت) بين الاختبارين (البعدي - البعدي) لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة وتحليلها ومناقشتها

⁽¹⁾ Erkmn N, Taskin H, Sanioglu A, Kaplan T, Basturk D. Relationships between balance and functional performance in football players. Journal of Human Kinetics 2010;26:21-9.

⁽²⁾ Thorpe JL, Ebersole KT. Unilateral balance performance in female collegiate soccer athletes. J Strength Cond Res 2008;225:1429-33

جدول (7)

يبين نتائج الفروق (ت) بين الاختبارين (البعدي - البعدي) لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة (التوازن الديناميكي للرجل اليمين واليسار)

دلالة الفروق	مستوى دلالة (significance)	قيم (ت) المحسوبة	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	المؤشرات الإحصائية المتغيرات	
			البعدي		البعدي			يمين	ديناميكي للرجل اليسار
			±ع	-س	±ع	-س			
معنوي (*)	0.000	5.649	1.832	83.750	1.772	87.5000	سم		التوازن ديناميكي للرجل
معنوي (*)	0.000	5.979	2.031	.87558	3.377	91.6250	سم		

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر من (0.05)

يتبين من الجدول (7) ما يأتي:

معنوية الفروق بين نتائج الاختبارين البعدي - البعدي لمجموعتي البحث التجريبية والضابطة في جميع متغيرات الدراسة (التوازن الديناميكي لرجل اليمي- اليسار) ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث ذلك الى التمرينات الوقائية المستخدمة التي طبقت على أفراد العينة التجريبية والتي اتسمت بالحدثة وإجبار اللاعب على العمل في ظروف فقد التوازن ولكافة الاتجاهات إذ يستند على قدم ويحاول مرحة القدم الاخرى للأمام وللخلف ، وايضاً الوقوف على كرة معكوسة بوضع الثني النصفي للركبتين ومحاولة الحفاظ على التوازن عند القيام بالضغط المتبادل للجانبين ، " إذ يعتمد التحكم في استقرار وضعية الجسم على العديد من العوامل ، والتي تشمل مجموعة من الحركات في المفاصل ، وقوة العضلات ، وسرعة ودقة الحركة ، والقدرة على إدراك وضع الجسم في الفضاء (إحساس الجسم) ⁽¹⁾ وبالنسبة لكرة القدم فعند محاولة لاعب استخلاص الكرة من منافسه، فإن اللاعب الذي يمتلك الثبات أكثر والحفاظ على توازنه يكون المنتصر ومستخلص الكرة نقيس علي ذلك اغلب مهارات كرة القدم ، وتبرز اهمية التمرينات التي وضعها الباحث لتطوير صفة التوازن الديناميكي لأن الحفاظ على التوازن سواء كان ثابت أم ديناميكي هو شرط اساسي للتفوق في كافة الرياضات ومنها كرة القدم ، حيث انضباط حركات اللاعب يجب ان تتكيف مع كافة الاوضاع التي تستلزم عمل المجاميع العضلية المعنية والاحمال اللازمة لتنفيذ حركة معينة ، بحيث ثبت أن التدريب الرياضي يحسن من القدرات وتتبع اهمية التوازن في " أن كرة القدم هي رياضة تتطلب أن يتقن اللاعب المهارات الاساسية فضلاً عن توازن ثابت وشبه ديناميكي وديناميكي (أثناء الوقوف او التحرك) ، يتم أداء معظم هذه المهارات ، مثل التمرير أو السيطرة على الكرة في الهواء أو المراوغة أو استقبال الكرة ، من خلال الوقوف على ساق واحدة ،

⁽¹⁾ Błaszczuk, J.; Cieślinska-Swider, J.; Plewa, M.; Zahorska-Markiewicz, B.; Markiewicz, A. Effects of excessive body weight on postural control. *J. Biomech.* 2009, 42, 1295–1300

يلعب التوازن دورًا محوريًا في الظروف الحرجة ، مثل دفع المنافس ، والعشب الزلق ، والتغيرات في مدار الكرة ، والتحرك ، ومواجهة لاعبي كرة القدم أثناء مباراة كرة القدم⁽¹⁾

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث خلال بحثه ، فقد توصل إلى عدة استنتاجات :

1- إن التمرينات الوقائية الموضوعة من قبل الباحث ساهمت في تطوير التوازن الديناميكي للطرف

السفلي اليمين واليسار لدى أفراد عينة البحث

2- ظهور فروق معنوية بين الاختبارين البعدي - البعدي لدى مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في

متغير (التوازن الديناميكي للطرف السفلي اليمين - اليسار) ولصالح المجموعة التجريبية .

5-2 التوصيات : واستناداً للاستنتاجات التي توصل إليها الباحث ، يوصي الباحث بالاتي :

1- ضرورة استخدام التمرينات الموضوعة من قبل الباحث في كافة أندية محافظة بغداد ولفئة الشباب

كونها ذا فائدة للوقاية من إصابات الاطراف السفلى ومنها إصابة عضلات اختلال التوازن الديناميكي

للرجل اليمين - اليسار .

2- الاهتمام بإتباع الاسلوب العلمي في التدريب الحديث ، والذي يعني بالتطوير التوازن الديناميكي

لطرفي الرجل اللاعب اليمين واليسار على حدٍ سواء .

المصادر العربية :

- ريسان خريبط مجيد ؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج1: (البصرة ، مطبعة جامعة البصرة ، 1989).

- ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطراح التربوية والنفسية : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2012) .

- قيس ناجي وبسطويسي احمد ؛ الاختبارات ومبادئ الاحصاء في التربية الرياضية ، ط2 (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987).

- لؤي غانم الصميدعي وآخرون ؛ الفيزياء والبايوميكانيك في الرياضة : (أربيل ، مطبعة صلاح الدين ، 2011).

- نبيلة خليفة وآخرون ؛ الاسس العلمية والفنية للجمباز والتمرينات : (مصر ، دار الفكر العربي ، ب ت) ص342

1- المصادر الاجنبية :

- Raysan Khouribet Majid; Encyclopedia of Measurements and Tests in Education and Sports, Part 1: (Basra, Basra University Press, 1989) p. 184

⁽¹⁾ Evangelos B, Georgios K, Konstantinos A, Gissis I, Papadopoulos C, Aristomenis S. Proprioception and balance training can improve amateur soccer players' technical skills. J Phys Educ Sport. 2012;12:81-89

- Dhafer Hashem Al-Kazemi; Scientific applications of writing educational and psychological theses and thesis: (University of Baghdad, College of Physical Education, 2012) p. 137.
- Qais Naji and Bastawisi Ahmed; Tests and Principles of Statistics in Physical Education, 2nd Edition (Baghdad, Higher Education Press, 1987), p. 931
- Louay Ghanem Al-Sumaidaie and others; Physics and Biomechanics in Sports: (Erbil, Salah al-Din Press, 2011) p. 391
- Nabila Khalifa and others; Scientific and technical foundations for gymnastics and exercises: (Egypt, Dar al-Fikr al-Arabi, bt) p. 342
- Owen Walker, Y Balance Test TM. Article , science for sport.18 Sep 2016
- Błaszczuk, J.; Cieślinska-Swider, J.; Plewa, M.; Zahorska-Markiewicz, B.; Markiewicz, A. Effects of excessive body weight on postural control. *J. Biomech.* 2009, 42, 1295–1300
- Dvorak, J. & Junge, A. (2000). Football injuries and physical symptoms. A review of the literature. *American Journal of Sports Medicine*, 28(5 Suppl), S3-9.
- Erkmen N, Taskin H, Sanioglu A, Kaplan T, Basturk D. Relationships between balance and functional performance in football players. *Journal of Human Kinetics* 2010;26:21-9.
- Evangelos B, Georgios K, Konstantinos A, Gissis I, Papadopoulos C, Aristomenis S. Proprioception and balance training can improve amateur soccer players' technical skills. *J Phys Educ Sport.* 2012;12:81–89
- PALMIERIRM, INGERSOLL CD, STONE MB, KRAUSE BA ; CENTER OF Pressure parameters used in the assessment of postural Control , *Journal of Sport and Rehabilitation* . 2002; 11: 51-66
- The effects of ten weeks of lower-body unstable surface training on markers of athletic performance Cressey EM, West CA, Tiberio DP, Kraemer WJ, Maresh CM. *Journal of Strength Conditioning Res.* 2007 May;21 (2): 561-7
- Thorpe JL, Ebersole KT. Unilateral balance performance in female collegiate soccer athletes. *J Strength Cond Res* 2008;225:1429-33



The effect of special exercises to develop the relative strength of the muscles of the lower limb to prevent rupture of the thigh muscles of the posterior muscles of young footballers under the age of 19

Qusay Ali Mahmood^{1*}
Muthana Ahmed Khalaf¹
1- College of Physical Education
and Sports Sciences - University of
Tikrit

<http://doi.org/10.25130/sc.21.2.46>
Article info.

Article history:

- Received: 4/12/2020
- Accepted: 22/12/2020
- Available online: 31/12/2021

Keywords:

- Preventive exercises
- Development
- muscular strength
- lower extremities
- football

©2021 This is an open access
article under the CC by
licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture Sports Culture

Abstract

Objectives of the study:

(1) Developing special preventive exercises to develop tolerance of the relative strength of the muscles of the lower limb

(2) Identify the effect of preventive exercises on developing the variables under study.

The researchers used the experimental approach and in designing the two experimental and pre-test and control groups, to suit the nature and problem of the research.

The two researchers identified the research sample in an intentional way, and they are youth players under 19 years of age, and they represent the Al-Masafi club participating in the League of First Class clubs in Baghdad governorate, whose number is (24) players, and the researcher's choice of this category came as it represents a link between the category of junior and advanced and the fact that preventive programs It will pay off in keeping the player healthy and strong, to be eligible to represent the first team physically, skillfully, and schematically.

The researchers concluded: through the data and results reached after testing the research sample, that preventive exercises have contributed to developing tolerance of the relative strength of the muscles of the lower limb among members of the experimental research sample.

The researchers recommended several things, including:

(1) The necessity of using exercises developed by the researcher in all clubs in Baghdad governorate and for the youth group, as it is useful for preventing muscle injuries, including injury to the posterior thigh muscles.

2) Interest in adopting the scientific method in modern training, which means the comprehensive development of all the muscles of the player, especially those that have to do with the variety of activity involved.

* Corresponding Author: Qusay.sport.89@gmail.com College of Physical Education and Sports Sciences - University of Tikrit.

تأثير تمارينات وقائية في تطوير اوجه القوة العضلية للأطراف السفلى لدى لاعبي كرة القدم بأعمار تحت 19 سنة

مثنى احمد خلف

قصي علي محمود

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت / العراق

الخلاصة:

وهدفت الدراسة إلى :

- 1- وضع تمارينات وقائية خاصة لتطوير بعض انواع القوة للوقاية من تمزق عضلات الفخذ الخلفية لدى لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار تحت 19 سنة.
 - 2- والتعرف على تأثير التمارينات الوقائية في تطوير بعض انواع القوة للوقاية من تمزق عضلات الفخذ الخلفية لدى لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار تحت 19 سنة
- كما استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المستقلتين الضابطة والتجريبية ذات الاختبارين القبلي والبعدي لملائمته طبيعة ومشكلة البحث .
- وقام الباحث بتحديد مجتمع البحث وهم اللاعبين الشباب في محافظة بغداد بأعمار تحت 19 سنة للموسم الرياضي 2018-2019 ، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية وهم شباب نادي المصافي والبالغ عددهم (24) لاعباً ، حيث تم استبعاد 6 لاعبين لغرض اجراء التجارب الاستطلاعية عليهم و2 لاعبين مصابين ، وبلغ العدد النهائي للعينة على 16 لاعباً من نادي المصافي ، وقسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبية وبواقع (8) لاعبين في كل مجموعة ويشكلون نسبة (66.33%) من مجتمع البحث .

الاستنتاجات : توصل الباحث الى عدة استنتاجات أهمها :

1. إن التمارينات الوقائية الموضوعية من قبل الباحث ساهمت في تطوير متغيرات الدراسة لدى افراد عينة البحث.
2. ظهور فروق معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي في متغيرات تحمل القوة للأطراف السفلى ، وأوصى الباحث بالاتي :
 1. ضرورة استخدام التمارينات الموضوعية من قبل الباحث في كافة أندية محافظة بغداد ولفئة الشباب كونها ذا فائدة للوقاية من الاصابات العضلية ومنها إصابة عضلات الفخذ الخلفية
 2. استخدام الاختبارات المصممة لقياس الصفات المذكورة على ألعاب آخري (كرة اليد ، كرة السلة ، الكرة الطائرة) .

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت: 2021/12/31

الكلمات المفتاحية

- تمارينات وقائية
- تطوير
- القوة العضلية
- الأطراف السفلى
- كرة القدم

1-التعريف بالبحث**1-1 المقدمة واهمية البحث:**

كرة القدم هي الرياضة المحببة لدى شريحة واسعة من الناس حيث يمارسها الصغير والكبير على حدٍ سواء ، ومما زاد في حجم المشاركة في هذه اللعبة هو ما تمتاز به من طابع السهولة والاثارة في نفس الوقت ، ونظرا لعدد اللاعبين المشاركين في المباراة الذي يفوق نظيراته في الالعاب الاخرى بواقع 22 لاعباً في المباراة ، مما ساهم في زيادة الاحتكاك الجسدي بين اللاعبين في هذه الرياضة وبالنتيجة زيادة في الإصابات العضلية الهيكلية ، ولا سيما في عضلات أوتار المأبض " (1)

والتمارين هو الاداة التي من خلالها يتم التأثير على أجهزة الجسم الوظيفية والحركية ومساعدتها على التكيف مع البيئة التي يعمل فيها الرياضي ، ويتحدد نوعية التمارين طبقاً للهدف المراد تحقيقه من التمرين إذ أن هناك تمارين شاملة لتطوير كافة عناصر اللياقة البدنية وأخرى خاصة لتطوير صفة معينة كالقوة العضلية وتُعد القوة العضلية واحدة من الصفات البدنية الاساسية والتي تعتمد عليها باقي الصفات كالسرعة والمطاولة والمرونة ، وهي غير وراثية على عكس عنصر السرعة أي من الممكن تطويرها وهي صفة مستقلة بذاتها وقد تتحد مع الصفات الاخرى لتعطي لنا قدرة حركية ولها أوجه عديدة كالقوة المميزة بالسرعة وتحمل القوة والقوة القسوى والقوة الانفجارية .

"ويعد المستوى الوقائي والصحي للرياضيين احد الدلالات التي تعتمد على منع حدوث الاصابة والوقاية منها ، لذا تُعد الوقاية (Prevention) من الاساسيات المهمة في علوم الطب الرياضي الحديث والتربية البدنية العلاجية الذي يتجه في الوقت الحاضر الى الوقاية من الاصابات والسعي لخفض نسبة حدوثها الى الحد الادنى ، اذ يدرس الطب الرياضي الاصابات البدنية وكيفية الوقاية منها أولاً ثم كيفية علاجها في حال وقوع الاصابة .

إن اهمية البحث تكمن في وضع تمارينات وقائية خاصة لتطوير تحمل القوة لعضلات الرجل الامامية والخلفية والتي من الممكن ان تساعد على التقليل من حدوث التمزق العضلي لدى لاعبي اندية الدرجة الاولى لفئة الشباب في محافظة بغداد .

1-2 مشكلة البحث :

ومن خلال ملاحظة الباحث كونه لاعباً سابقاً في اندية الدرجة الأولى وكذلك الاستفسار من الخبراء ، حول طبيعة التمارين البدنية التي تقدم للاعب وبعد الاطلاع على التمارينات المطبقة في اغلب اندية الدرجة الاولى ، والتي كانت في اغلبها تركز على تطوير القوة العضلية للعضلات الامامية (quadriceps) .

(1) Dvorak, J. & Junge, A. (2000). Football injuries and physical symptoms. A review of the literature. American Journal of Sports Medicine, 28(5 Suppl), S3-9.

ونظراً لقلّة البحوث في هذا المجال وإيماناً من الباحث بأن السبيل الوحيد للحفاظ على اللاعب هو ان يكون هناك توازن بين ما يقدم للعضلات العاملة والمقابلة في الحركة ، ولأن كرة القدم تتطلب أنواعاً متعددة من القوة اثناء الففز أو الركل أو خفض السرعة المفاجئ بعد الركض السريع ارتأى الباحث الخوض في غمار هذه التجربة من خلال وضع تمارينات وقائية خاصة لتطوير بعض اوجه القوة والتوازن العضلي لعضلات الطرف السفلي الامامية والخلفية للوقاية أو التقليل من التمزق العضلي لدى افراد عينة البحث مستقبلاً .

1-3 اهداف البحث :

1- وضع تمارينات وقائية ، والتعرف على تأثير هذه التمارينات في تطوير بعض أنواع القوة والتوازن العضلي للوقاية من تمزق عضلات الفخذ الخلفية لدى لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار تحت 19 سنة.

2- بناء وحدات اختبار لقياس القوة المميزة بالسرعة للعضلات الامامية والخلفية للرجل لدى لاعبي كرة القدم الشباب بأعمار تحت 19 سنة.

1-4 فروض البحث :

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد الدراسة ولصالح الاختبار البعدي.

2- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي ولصالح المجموعة التجريبية .

1-5 مجالات البحث :

1- المجال البشري : اللاعبين الشباب بنادي مصافي الوسط تحت 19 سنة والمشاركين في دوري اندية الدرجة الاولى للموسم الرياضي 2019-2020

2- المجال الزمني : للمدة من 2019/1/7 ولغاية 2019 / 5 / 2

3- المجال المكاني : ملعب نادي مصافي الوسط وملعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة

بغداد

2- الدراسات النظرية والمشابهة :

2-1 التمرين :

يمثل التمرين مجموعة من الاوضاع والحركات التي تهدف لتشكيل وبناء الجسم وتنمية قدراته الحركية المختلفة للوصول بالرياضي لأعلى مستوى ممكن من الاداء الرياضي والوظيفي وفي مجالات الحياة المختلفة معتمدةً على الاسس التربوية والعلمية ، وتعرفها (نبيلة خليفة) بانها " عبارة عن بعض الحركات البدنية التي توضع وفق قواعد خاصة فيها الاسس التربوية والمبادئ العلمية والفسولوجية والتشريحية

والطبيعية وتؤدي هذه الحركات إما مرة واحدة أو مرات متتالية في سلاسة وسهولة وجمال ودقة بحيث تتناسب وطبيعة التكوين الجسماني للإنسان¹

القوة :

" تعد القوة العضلية من أهم القدرات البدنية الأساسية التي تسبب في ظهور باقي القدرات وتشارك في جميع الأنشطة الرياضية وتؤثر على مستوى الأداء فيها وتختلف درجة وجودها والحاجة لها بحسب متطلبات كل نشاط بدني أو مهاري وتختلف الحاجة إليها في مسابقات السرعة عنها في مسابقات التحمل وكذلك رفع الأثقال عنها في المبارزة فهي تدل على أداء بدني ضد مقاومة أو مقاومات مختلفة فمثلاً رياضي الجيمباز عليه العمل ضد مقاومة ثقل الجسم وممارس المصارعة عليه التغلب على مقاومة منافس وهي على اختلاف أنواعها تحدد قدرة الرياضي على المقاومة أو التغلب على مقاومات خارجية والتصدي لها ، وتعرف القوة العضلية على أنها قدرة العضلة أو مجموعة العضلات في التغلب على مقاومة أو عدة مقاومات خارجية أو هي امكانية العضلة في مواجهة مقاومات مختلفة والتغلب عليها "

1- تحمل القوة :

يعني مقدرة الفرد في بذل جهد بدني مستمر مع وجود مقاومات على المجموعات العضلية المعنية لأطول فترة ممكنة كما يعرفه هارا بأنه القدرة على مقاومة التعب اثناء مجهود بدني الذي يتميز بحمل عالي على المجموعات العضلية المستخدمة في بعض اجزائه أو مكوناته ويعرف تحمل القوة بأنه " مقدرة العضلة أو مجموعة عضلية على مقاومة التعب العضلي وذلك اثناء الانقباضات العضلية المتكررة ولفترة زمنية طويلة " (2)

أهمية القوة العضلية في المجال الرياضي وفي لعبة كرة القدم :

تبدأ أهمية القوة العضلية في أنها تؤثر في كمية بعض الصفات البدنية أو بعض مكونات الأداء البدني (الحركي) الأخرى والسرعة والتحمل والرشاقة ، فالقوة العضلية ترتبط بالسرعة لإنتاج الحركة السريعة القوية أو ما يمكن ان تطلق عليها القوة المميزة بالسرعة أو القوة الإنطلاقية المتفجرة ، كما إن القوة العضلية عامل مؤثر في سرعة العدو لأن العدو الجري السريع يتطلب المزيد من القوة العضلية لكي يكتسب الجسم أقصى سرعة ويظل محتفظاً بهذه السرعة (3) ، ومن ناحية أخرى في العديد من الأداءات الرياضية يكون الزمن

(1) نبيلة خليفة وآخرون ؛ الاسس العلمية والفنية للجيمباز والتمرينات : (مصر ، دار الفكر العربي ، ب ت) ص342

(2) بسطويسي احمد ؛ اسس تنمية القوة العضلية في مجال الفعاليات والالعاب الرياضية ، ط1: (القاهرة ، مركز الكتاب

الحديث ، 2014) ص 70-71

(2) إبراهيم سالم السكار وآخرون ؛ موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار ، ط1: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1988)

ص352.

المتاح لهذه القوة قصيراً نسبياً فاتصال القدم بالأرض في الوثب لا تستغرق أكثر من (100-1500) ملي ثانية لذا لأن بذل القوة بمعدلات عالية من السرعة يعتبر متطلباً أساسياً .⁽¹⁾

تعد القوة العضلية احد مكونات اللياقة البدنية ، إذ يتوقف عليها أداء معظم الأنشطة الرياضية وتوافرها يضمن وصول الفرد إلى أعلى مراتب البطولة ولتحديد مكونات اللياقة البدنية والتي إتفق على مضمون ادائها ثلاثين عالماً فوجدوا أنهم اجمعوا على أن القوة العضلية هي المكون الأول في اللياقة البدنية كما تعد القوة أحد المكونات الأساسية للياقة الحركية وذلك طبقاً لآراء العلماء ، وإن القوة العضلية هي المكون الأساسي للياقة العضلية والإعداد البدني وطريقة قياس القوة .

3 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3 - 1 منهج البحث :

هناك العديد من المناهج التي تستعمل في البحث العلمي ، ويُعد المنهج من الأمور الأساسية في تنفيذ البحث ، حيث قام الباحث باستخدام المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية لملائمته طبيعة ومشكلة البحث والمنهج التجريبي " هو النشاط العلمي الدقيق المضبوط وانه إجراء لضبط العوامل المؤثرة المحيطة بالتجربة ماعدا عاملاً واحداً هو المتغير المستقل لغرض قياس تأثيره على المتغير التابع" ⁽²⁾

3 - 2 مجتمع البحث وعينه :

وضم مجتمع البحث اللاعبين الشباب في محافظة بغداد بأعمار تحت 19 سنة ، واختيرت العينة بالطريقة العشوائية وهم شباب نادي المصافي وذلك لقرب النادي لمحل سكن الباحث مما يسهل متابعة اجراءات البحث ، واشتملت مجتمع البحث على 24 لاعباً من نادي المصافي ، وتم استبعاد 6 منهم بسبب الاصابة وعينة التجربة الاستطلاعية حيث بلغت عينة البحث النهائية 16 لاعباً ، وقسموا الى مجموعتين ضابطة وتجريبية عن طريق القرعة وذلك بوضع اسماء اللاعبين داخل كيس ويتم الاختيار العشوائي وأول 8 للاعبين يعلن عنهم يتم اجراء البرنامج الوقائي عليهم ، بينما (8) لاعبين الاخرين يطبقون البرنامج المعد من قبل المدرب ، وبهذا شكلت نسبة العينة التجريبية (66.33%) من مجتمع البحث والبالغ عددهم (24) لاعباً

⁽¹⁾ عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ؛ فسيولوجيا مسابقات الوثب والقفز ، ط1: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000)

ص228

⁽²⁾ ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطراح التربوية والنفسية : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2012) ص 137 .

3-3 تجانس عينة البحث : قام الباحث بإجراء التجانس لمجموعتي البحث (الضابطة والتجريبية) في متغيرات (كتلة الجسم, طول الرجل, والعمر الزمني) باستخدام معامل الالتواء ($3 \pm$) وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1) يبين تجانس أفراد عينة البحث في قياسات (كتلة الجسم, طول الرجل, والعمر الزمني).

المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
كتلة الجسم	كغم	58.933	1.791	58.421	0.857
طول الرجل	سم	94.866	2.718	94.312	0.203
العمر الزمني	سنة	17.533	0.516	17.456	0.447

3 - 4 تكافؤ العينة :

ولأجل أن تكون نقطة الشروع واحدة لكل أفراد العينة (الضابطة والتجريبية) ، قام الباحث بإجراء التكافؤ بين أفراد العينة في متغيرات البحث ، كما مبين في الجدول (2).

جدول (2) المعالم الاحصائية وقيمة (ت) المحتسبة والجدولية ومستوى الدلالة للإختبارات القبلية بين تكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية

المتغيرات	المؤشرات الإحصائية	وحدة القياس	القبلي تجريبية		القبلي ضابطة		قيم (ت) المحسوبة	مستوى دلالة (significance)	دلالة الفروق
			س-	ع±	س-	ع±			
ق.مم بالسرعة لعضلات الطرف السفلي الخلفية	يمين	زمن/مرة	012.50	0.925	11.875	0.640	.5622	0.554	غير معنوي
	يسار	زمن/مرة	11.625	0.744	11.250	0.462	.7712	0.786	غير معنوي
ت.ق لعضلات الطرف السفلي الخلفية	يمين	زمن/مرة	36.250	1.035	35.000	1.069	3.535	0.662	غير معنوي
	يسار	زمن/مرة	36.125	1.246	35.125	1.552	3.421	0.506	غير معنوي

3 - 5 الأجهزة والأدوات ووسائل جمع البيانات المستخدمة في البحث :

إستخدم الباحث الاجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات الآتية التي ساعدت في إتمام البحث:

3 - 5 - 1 الأجهزة المستخدمة في البحث :

- جهاز حاسوب محمول (Computer) نوع (DELL) صيني المنشأ
- كامرات تصوير فديوية نوع (Sony)
- حاسبة يدوية نوع (CASIO)
- ميزان طبي لقياس الوزن
- ساعة إيقاف يدوية (STOP WATCH) (Made in China) عدد 2

3 - 5 - 2 الادوات المستخدمة في البحث :

- مثقلات زنة 5 كغم عدد 2 ، زنة 2.5كغم عدد 2 ، زنة 1كغم عدد 2، زنة ½ عدد 2، زنة ¼كغم عدد 2
- صافرة عدد 2
- كرات قدم عدد 10
- صناديق بارترفاع 20 سم عدد 8
- شريط مطاط حلقي قياس (31سم×5سم) عدد 4
- شريط قماش لاصق قياس (40سم×4سم) عدد 2
- قلم (PERMANENT MARKER) عدد 2
- بساط تمرين قياس (178×88سم) عدد 4

3 - 5 - 3 وسائل جمع المعلومات :

- المراجع والمصادر العربية والأجنبية
- الإختبار والقياس
- المقابلات
- إستمارة الاستبيان
- إستمارة تفرغ البيانات
- الحقيبة الاحصائية SPSS
- الإختبارات

3 - 6 - تحديد متغيرات البحث :

3 - 6 - 1 تحديد القدرات البدنية :

من أجل تحديد أهم القدرات البدنية الخاصة بموضوع البحث ، تم عرض إستمارة الإستبيان على عدد من الخبراء(*) والمختصين لإختيار الأفضل في قياس القدرات المبحوثة ، وبعد جمع البيانات وفرزها تم إختيار القدرات التي حصلت على 75% فصاعداً كما موضح في الجدول

جدول (3)

يبين الأهمية النسبية للقدرات البدنية حسب آراء الخبراء

ت	القدرات البدنية والتوازن العضلي	الأهمية النسبية	القدرات المستبعدة
1	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل الخلفية (يمين-يسار)	100%	
3	تحمل القوة لعضلات الرجل الخلفية (يمين - يسار)	100%	
7	القوة القصوى لعضلات الرجل الخلفية	10%	مستبعدة

3 - 6 - 2 تحديد الإختبارات البدنية

في ضوء النتائج التي تم إستخراجها من إستمارة الإستبيان الخاصة بتحديد أهم القدرات البدنية ، فقد تم إعداد إستمارة أخرى لاستطلاع آراء الخبراء حول تحديد الإختبارات البدنية والتي تقيس هذه القدرات ، حيث إشمئت هذه الإستمارة على (6) إختباراً بديناً ، وقد جاءت ترشيحاتهم كما مبين في جدول (9) وقد تم اختيار الاختبار ذي النسبة التي حصلت على 75% فصاعداً .

جدول (4)

يبين الأهمية النسبية للإختبارات التي رشحها الخبراء لقياس القدرات البدنية والتوازن الديناميكي

ت	القدرات البدنية	الإختبارات المرشحة	النسبة المئوية	المستبعدة
1	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل الخلفية	شد الساق (اليمين ، اليسار) للخلف ولأسفل بزواوية 90 من وضع الوقوف على قدم واحدة لمدة 15 ثانية	90%	
		شد الساقين لأعلى ولأسفل من وضع الجلوس على المصطبة لمدة 15 ثانية	10%	مستبعدة
3	تحمل القوة لعضلات الرجل الخلفية	شد الساق (اليمين ، اليسار) للخلف ولأسفل بزواوية 90 من وضع الوقوف على قدم واحدة لمدة 60 ثانية	90%	
		شد الساقين لأعلى ولأسفل من وضع الجلوس على المصطبة لمدة 60 ثا	10%	مستبعدة

(*) انظر ملحق (4)

3-6-3 اختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل الخلفية

❖ اسم الاختبار : شد الساق (اليمين ، اليسار) للخلف وللأسفل بزاوية 90 من وضع الوقوف على قدم واحدة لمدة 15 ثا (المصمم)



شكل (1) إختبار القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل الخلفية (يمين - يسار)

3-6-3 اختبار تحمل القوة لعضلات الرجل الخلفية (المصمم)

❖ اسم الاختبار : شد الساق (اليمين، اليسار) للخلف وللأسفل بزاوية 90 من وضع الوقوف على قدم واحدة لمدة 60 ثا



شكل (2) إختبار تحمل القوة لعضلات الرجل الخلفية (يمين - يسار)

3-7 اجراءات البحث :

3-7-1 الاختبارات القبليّة* :

(* تم اجراء الاختبارات القبليّة بالتنسيق مع مدرب الشباب بنادي الانصار الكابتن كريم ماجد وفريق العمل المساعد ، حيث تم تفريغ اللاعبين في غير ايام التمرين لإجراء الاختبارات (السبت ، الاحد ، الاثنين) حيث خُصص يوم السبت لاختبار نسبية القوة المميزة بالسرعة لعضلات الطرف السفلي (اليمين ، اليسار) الامامية والخلفية ويوم الاحد لاختبار تحمل القوة النسبية لعضلات الطرف السفلي (اليمين ، اليسار) الامامية والخلفية في حين خُصص يوم الاثنين لإجراء اختبار التوازن العضلي الديناميكي لرجل (اليمين ، اليسار)

تم إجراء الاختبارات القبلية على مجموعة أفراد عينتي البحث التجريبية والضابطة في يوم الاثنين المصادف 25 / 2 / 2019 ، في ملعب نادي مصافي الوسط في محافظة بغداد

3 - 7 - 2 البرنامج الوقائي (التجربة الرئيسية) :

حيث باشر الباحث بالبدء بالتجربة الرئيسية وإعطاء اولى الوحدات الوقائية على افراد العينة التجريبية يوم الاحد الموافق 2019 /3/3 ، واستغرق تطبيق التمرينات على عينة البحث مدة شهرين بواقع 3 وحدات وقائية في الاسبوع موزعة على ثلاثة ايام وهي (الاحد ، الثلاثاء ، الخميس) وزمن الوحدة التدريبية(**) فيتراوح بين (26.30 - 37.20) دقيقة من الوقت المخصص للوحدة التدريبية والبالغ 120 دقيقة ، أما طبيعة التمرينات فهي تمرينات لتطوير القوة المميزة بالسرعة لعضلات الفخذ الامامية والخلفية وتمرينات لتطوير تحمل القوة لعضلات الفخذ الامامية والخلفية ، واستخدم الباحث المقتلات وتحدد كم النسبة المضافة من الاوزان نسبة الى وزن الجسم أو إلى جزء من اجزائه ، بحسب كل هدف للتمرين والارتفاع بالحاجز او الصندوق والاوزان النسبية لأجزاء الجسم من خلال اعتماد وزن الجسم لكل لاعب ومستنداً في ذلك إلى رأي (فيشر) ، من خلال الجدول الذي تم عرضه سابقاً في الباب الثاني والخاص بالأوزان النسبية لأجزاء الجسم ، وتم الانتهاء من البرنامج الوقائي يوم الاحد الموافق 2019/4/28

3 - 7 - 3 الاختبارات البعدية :

بعد أن تم الانتهاء من تنفيذ تمرينات القوة الوقائية المعدة ممن قبل الباحث ، تم إجراء الاختبارات البعدية على أفراد عينتي البحث التجريبية والضابطة وبإشراف مباشر من قبل الباحث وذلك في يوم الاربعاء والخميس ، المصادف 1 - 2 / 5 / 2019

3 - 8 الوسائل الإحصائية : استخدم الباحث الحقيبة الاحصائي . (V.22) . SPSS

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4 - 1 عرض نتائج الفروق (ت) بين الاختبارين القبلي والبعدى لمجموعتي البحث (التجريبية والضابطة) في متغيرات الدراسة وتحليلها ومناقشتها

جدول (12)

يبين نتائج الفروق (ت) بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في متغيرات الدراسة (قوة

مميزة بالسرعة لعضلات الرجل الخلفية - تحمل القوة لعضلات الرجل الخلفية)

المؤشرات الإحصائية	وحدة	القبلي	البعدى	قيم (ت)	مستوى دلالة	دلالة
--------------------	------	--------	--------	---------	-------------	-------

(**) أنظر ملحق (8)

الفروق	(significance)	المحسوبة	±ع		-س		القياس	المتغيرات	
			±ع	-س	±ع	-س			
معنوي (*)	0.006	3.870	0.640	14.1250	0.925	12.500	مرة/ثا	يمين	قوة مميزة بالسرعة
معنوي (*)	050.0	3.969	0.707	13.7500	0.744	625.11	مرة/ثا	يسار	لعضلات الطرف السفلي الخلفية
معنوي (*)	0.000	.0294	1.187	38.6250	1.035	36.250	مرة/ثا	يمين	تحمل القوة لعضلات
معنوي (*)	0.002	4.733	1.125	38.1250	1.246	36.125	مرة/ثا	يسار	الطرف السفلي الخلفية

(*) معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر من (0.05)

يتبين من جدول (12) ما يأتي:

- معنوية الفروق بين نتائج الاختبارين (القبلي - البعدي) لمجموعة البحث التجريبية في جميع متغيرات الدراسة (القوة المميزة بالسرعة لعضلات رجل اليمين - اليسار الخلفية - تحمل القوة لعضلات رجل اليمين- اليسار الخلفية) ، إذ يشير (محمد خير سليم ، 2010) إلى أن " قيمة (significance) إذا كانت أكبر أو تساوي نسبة الخطأ (0.05) فهذا دليل على عدم معنوية الفروق ، أما إذا كانت قيمة (significance) أصغر من نسبة الخطأ (0.05) فهذا دليل على معنوية الفروق " (1)

مناقشة النتائج :

بعد ملاحظة الجدول (12) ، تبين ان هناك فروق معنوية بين نتائج الالوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي في متغير (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل اليمين- اليسار الخلفية) للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي .

ويغزو الباحث ذلك الى التمرينات الوقائية المستخدمة من قبل الباحث ، إذ كانت في طبيعتها تركز على تطوير العضلات الخلفية للرجل بالتزامن مع الامامية باستخدام المتقلات والاشرطة المطاطية حيث يقوم اللاعب بشد الساقين للخلف بسرعة او مقاومة شد الشريط من قبل زميل آخر والاستمرار بالشد والاسترخاء ويعمل على تحفيز الفعال للألياف العضلية ومن خلال التكرار والتدرج بالجهد سيكون هناك خصصة للمجاميع العضلية المراد العمل على تطويرها ، أي إن صفة القوة المميزة بالسرعة تعتمد على أمرين هما قوة السيل العصبي وحجم الاللياف العضلية المستتارة ، وأيضاً استخدام تدريبات الانتقال من خلال المتقلات توضع على الاكتاف والوثب فوق الصندوق بقوة وبسرعة .

(1) محمد خير سليم أبو زيد؛ المصدر السابق ، ص 268.

حيث ان القوة المميزة بالسرعة هي مزيج من صفتي القوة والسرعة ولكن بنسب متفاوتة بحسب طبيعة الفعالية أو المهارة ، لذلك يتطلب من الرياضي قدرة عالية للجهازين العصبي والعضلي في دمج هاتين الصفتين في مكون واحد مع درجة من التوافق وهذا ما أشار اليه عادل عبد البصير بأنها " مقدار الجهاز العصبي العضلي في التغلب على المقاومات بسرعة انقباضيه عالية " (1) .

وكذلك من خلال الجدول (12) ، تبين أن هناك فروق معنوية بين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية ولصالح الاختبار البعدي متغير (تحمل القوة لعضلات الرجل اليمين- اليسار الخلفية) .

ويعزو الباحث ذلك الى ان التمرينات المقدمة من قبل الباحث ركزت على التطوير الشامل والمتوازن لكل من العضلات الامامية والخلفية للطرف السفلي وبأسلوب علمي من خلال استخدام الوزن النسبي للطرف واعتباره 100% وعلى ضوء الوزن النسبي يتم تحديد وزن الثقل المستخدم ، إذ بلغت قيمة الطرف اليمين واليسار لكل منها 17% من الوزن الكلي ، وايضاً عمد الباحث إلى اعتماد الشدة التدريبية 50-60% من الوزن الكلي للطرف وهي شدة معمول بها لتطوير تحمل القوة ، وراعى الباحث اسلوب التدرج بإعطاء الشدة التدريبية باستخدام الحمل المتموج التصاعدي مع اعطاء فترات راحة غير كافية تسمح باستعادة الجسم لجزء من حالته الطبيعية ومن ثم القيام بالتكرار التالي ، ويعزو الباحث التطور الحاصل الى استخدام المنقلبات حيث يتم ربطها على الساق ومن ثم اداء حركة شد الساق لأعلى ولأسفل من وضع الاستناد المواجه من اجل تطوير القوة لعضلات الرجل الخلفية ، وعليه فإن " التدريب الموجه بالانتقال إلى مجموعة عضلية معينة يؤدي الى إحداث التطور فيها " (2) ومن خلال التدريب المنظم واستخدام الاسلوب العلمي واستخدام كل ما هو حديث من ادوات واساليب من الممكن ان يساهم في تطوير القوة وهذا ما يؤكد (peen) " أن القوة تتحسن نتيجة للتدريب المنتظم وخاصة إذا احتوى هذا التدريب على أُنقال مناسبة لقدرات اللاعبين مع التدرج في هذه الاحمال تبعاً لتحسن قدراتهم " (3)

4-1-2 عرض نتائج الفروق(ت) بين الاختبارين (البعدي - البعدي) لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة وتحليلها ومناقشتها

(1) عادل عبد البصير ؛ التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق ، ط1 : (القاهرة ، مكتب الكتاب للنشر ، 1999) ص 98

(2) سعد محسن إسماعيل ؛ تأثير أساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عالياً في كرة اليد ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1996 ، ص 99

(3) peen,x.G: the effect of depth jump and weight training on vertical jump research quarterly control , human , sport medicine , 1994,p72

جدول (14) يبين نتائج الفروق (ت) بين الاختبارين (البعدي - البعدي) لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في متغيرات الدراسة (قوة مميزة بالسرعة لعضلات الرجل الخلفية - تحمل القوة لعضلات الرجل الخلفية)

دلالة الفروق	مستوى دلالة (significance)	قيم (ت) المحسوبة	الضابطة		التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات الإحصائية	
			البعدي		البعدي			المتغيرات	
			±ع	-س	±ع	-س		يمين	يسار
معنوي ^(*)	0.000	4.022	0.707	12.750	0.640	14.1250	مرة/ثا	يمين	ق. م بالسرعة
معنوي ^(*)	0090.	.0521	1.035	11.960	0.707	13.7500	مرة/ثا	يسار	خلفية
معنوي ^(*)	0.001	3.416	1.195	36.500	1.187	38.6250	مرة/ثا	يمين	ت. ق
معنوي ^(*)	0.021	4.424	0.925	35.900	1.125	38.1250	مرة/ثا	يسار	خلفي

(* معنوي إذا كان مستوى الدلالة أصغر من (0.05)

من خلال جدول (14) ، تبين أن هناك فروق معنوية بين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارين البعدي- البعدي في متغير (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل اليمين-اليسار الخلفية) للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية .

ويعزو الباحث ذلك الى التمرينات الوقائية كانت مفيدة في تطوير قدرة القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل الخلفية من خلال العمل بشكل سريع وبوقت محدد تراوح ما بين 10-15 ثانية وهذا نجده في تمرين شد الساقين للأعلى والاسفل من وضع الاستلقاء وباستخدام اشربة مطاطية مختلفة المقاومة (خفيفة - اقل من المتوسط - متوسطة - فوق المتوسطة - قوية) حيث يتنقل اللاعب بالتدرج السليم باستخدام هذه الاشربة من الخفيف الى القوي ، وراعى الباحث في التمرينات عدم الثبات بحمل تدريبي معين أي عندما يقوم بالتكرارات الكافية على الشريط الخفيف يتنقل عند تقدم التدريبات الى اشربة اقوى لان التمرين سيكون مؤثراً في حال قام باستثارة جديدة للعضلة بعد كل اداء وآخر وليس الاستمرار بشد معين دون اضافة احمال اخرى ، وهذا ما يؤكد (علي مطشر مظلف 2018) نقلاً عن فاضل سلطان شريدة " أن الزيادة المتدرجة في الاوزان المستعملة في التدريب من اجل الحصول على التكيف العضلي للوزن الجديد مما يجعل العضلة أكثر قابلية على مواجهة الوزن الجديد. إذ لا يمكن الإفادة من تدريب الاثقال دون زيادة الاوزان " (1)

كما نلاحظ من خلال الجدول (14) ، تبين أن هناك فروق معنوية بين نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الاختبارين البعدي - البعدي في متغير(تحمل القوة لعضلات الرجل اليمين- اليسار الخلفية) للمجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية .

(1) علي مطشر مظلف ؛ تأثير تدريبات الهايبروتروفي بالأثقال الحرة - الاجهزة الخاصة في القوة القصوى والحجم العضلي للاعبين بناء الاجسام المتقدمين ، (بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد ، المجلد الثلاثون ، العدد الثالث ، 2018) ص 16 .

ويغزو الباحث ذلك إلى أن التمرينات الوقائية كانت منصبة لتحقيق التوازن ما بين القوة العضلية للعضلات الامامية والخلفية للرجلين ، واستخدام التقنين العلمي لمدة اداء التمرين وعدد مرات التكرار والتدرج في زيادة فترة الاداء عند التقدم بالتمرينات ويضاف لها التنوع في استخدام الوسائل التدريبية الوقائية من كرات ball fitness والاشربة المطاطية ، إضافة الى عمل الاطراف السفلى على عكس عملها المعتاد والذي هو في الغالب إما ركض متسارع او ركل للكرة بمرجحة الرجل للخلف قليلاً وللأمام ، إذ تم التركيز على تمرينات شد عضلات الاطراف السفلى للخلف بغرض تقوية عضلات الرجل الخلفية وهذا الامر غاية في الأهمية " إذ إن تدريب العضلات اللامركزية (الاورار المأبضية) يكتسب اهمية في الوقت الحاضر بسبب آثاره في الحد من الاصابة عن طريق تكيف العضلات بحسب نوعية النشاط الرياضي ، كما إن تدريب العضلات الخلفية اللامركزية (الاوتار المأبضية) يمكن أن يقلل من خطر إجهاد أوتار الركبة وتحسين أداء العضلات ⁽¹⁾

5-1 الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي توصل اليها الباحث خلال بحثه ، فقد توصل الى عدة استنتاجات :

1- إن التمرينات الوقائية الموضوعه من قبل الباحث ساهمت في تطوير متغيرات الدراسة لدى افراد عينة البحث

2- ظهور فروق معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى افراد المجموعة الضابطة في متغير (القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجل الامامية ، تحمل القوة لعضلات الرجل الامامية)

5-2 التوصيات :

واستناداً للاستنتاجات التي توصل إليها الباحث ، يوصي الباحث بالاتي :

1- ضرورة استخدام التمرينات الموضوعه من قبل الباحث في كافة أندية محافظة بغداد ولفئة الشباب كونها ذا فائدة للوقاية من الاصابات العضلية ومنها إصابة عضلات الفخذ الخلفية .

2- الاهتمام بإتباع الاسلوب العلمي في التدريب الحديث ، والذي يعني بالتطوير الشامل لكافة عضلات اللاعب وبالأخص تلك التي لها علاقة بتوع النشاط الممارس .

المصادر العربية :

- إبراهيم سالم السكار وآخرون ؛ موسوعة فسيولوجيا مسابقات المضمار ، ط1: (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1988)
- بسطويسي احمد ؛ اسس تنمية القوة العضلية في مجال الفعاليات والالعاب الرياضية ، ط1: (القاهرة ، مركز الكتاب الحديث ، 2014)
- سعد محسن إسماعيل ؛ تأثير أساليب تدريبية لتنمية القوة الانفجارية للرجلين والذراعين في دقة التصويب البعيد بالقفز عالياً في كرة اليد ، اطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 1996

⁽¹⁾ Brockett , Morgan DL ,Proske U. Human Hamstring Muscle adapt to eccentric exercise by changing optimum Length . Med SCI Sport Exerc .2001 may ;VoL 33(5):783-90

- ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطارح التربوية والنفسية : (جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2012)
- عادل عبد البصير ؛ التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق ، ط1 : (القاهرة ، مكتب الكتاب للنشر ، 1999
- عبد الرحمن عبد الحميد زاهر ؛ فسيولوجيا مسابقات الوثب والقفز ، ط1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2000)
- علي مطشر مظلف ؛ تأثير تدريبات الهايبروتروفي بالأثقال الحرة – الاجهزة الخاصة في القوة القصوى والحجم العضلي للاعبين لاجسام المتقدمين ، (بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية – جامعة بغداد ، المجلد الثلاثون ، العدد الثالث ، 2018)
- نبيلة خليفة وآخرون ؛ الاسس العلمية والفنية للجماز والتمرينات : (مصر ، دار الفكر العربي ، ب ت)
- **Ibrahim Salem Al-Skar et al.; Encyclopedia of the Physiology of Track Events, Volume 1: (Cairo, Book Center for Publishing, 1988)**
- **Bastawisi Ahmed; The Contribution of Muscular Strength in the Field of Sports Events and Games, 1st Edition: (Cairo, Modern Book Center, 2014)**
- **Saad Mohsen Ismail; The effect of instructions for developing the explosive power of the legs and shepherds on the accuracy of long-distance shooting by jumping high in handball, PhD thesis, University of Baghdad, College of Physical Education, 1996**
- **Dhafer Hashem Al-Kazemi; Scientific applications of writing educational and psychological theses and thesis: (University of Baghdad, College of Physical Education, 2012)**
- **Adel Abdel Baseer; Sports training and integration between theory and practice, 1: (Cairo, Al-Kitab Publishing Office, 1999**
- **Abd al-Rahman Abd al-Hamid Zaher; The Physiology of Jumping and Jumping Competitions, 1st Edition: (Cairo, Al-Kitab Center for Publishing, 2000)**
- **Ali Mutashar Mazlif; The effect of hypertrophy training with free weights - special equipment on the maximum strength and muscle size of advanced bodybuilders, (published research, Journal of the College of Physical Education - University of Baghdad, Volume Thirty, Number Three, 2018)**
- **Nabila Khalifa et al; Scientific and technical foundations for gymnastics and exercises: (Egypt, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Bt.)**
- **Brockett , Morgan DL ,Proske U. Human Hamstring Muscle adapt to eccentric exercise by changing optimum Length . Med SCI Sport Exerc .2001 may ;VoL 33(5):783-90**
- **Dvorak, J. & Junge, A. (2000). Football injuries and physical symptoms. A review of the literature. American Journal of Sports Medicine, 28(5 Suppl), S3-9.**
- **peen,x.G: the effect of depth jump and weight training on vertical jump research quarterly control , human , sport medicine , 1994,p72.**