

Psychological flow and its Relationship to self-esteem among employees of youth and sports centers in Kirkuk governorate

¹Husam Ali Mohammed

²Qutaiba Hadi Muhammad
Ahmed Sobhi Shakour

1- Ministry of Education /
Directorate of Education of Kirkuk
2- College of Physical Education
and Sports Sciences - Tikrit
University

3- Ministry of Education /
Directorate of Education of Kirkuk
<http://doi.org/10.25130/sc.22.2.1>

Article info.

Article history:

-Received: 22/6/2022

-Accepted: 12/9/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- Psychological flow
- self-esteem
- Affiliates of youth and sports centers.

© 2022 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 current research aims to:

- Identifying the correlation between psychological flow and self-esteem among the affiliates in youth and sports centers in Kirkuk governorate.

The researchers assume the following:

- There is a significant correlation between psychological flow and self-esteem among the affiliates in youth and sports centers in Kirkuk governorate.

The researchers used the descriptive approach in the correlative method for its suitability and the nature of the current research.

The research community included the employees of the youth and sports centers in Kirkuk governorate 2021/2022, whose number is (92) in the directorates of youth and sports in the governorate of Kirkuk. 67)

affiliates, after excluding the stability and exploratory experience sample of (20) affiliates, and excluding (4) incomplete answers, thus the proportion of the research sample reached (72.82%) of the total research community.

The researchers used the following methods to reach the research results: Psychometric flowmeter.

Self-esteem scale for athletes.

And that is after verifying the scientific transactions of the two scales of validity, reliability and validity of their application on the current research sample.

The researchers concluded the following:

The two variables of psychological flow and self-esteem affect each other in a positive and direct way and are associated with their appearance among the affiliates in the youth and sports centers in Kirkuk governorate.

The researchers recommend the following:

- Enhancing the self-esteem of the affiliates constantly as it raises the degree of their athlete commitment and thus affects their achievement and performance during the performance of their job duties in the Directorate.

Sbgya9323@gmail.com

دفع النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- التدفق النفسي

- تقدير الذات

- منتسبي مراكز الشباب

والرياضة

م.م. حسام علي محمد / مديرة تربية كركوك

م.م. قتيبة هادي محمد / جامعة تكريت

م.م. احمد صبحي شكور / مديرة تربية كركوك

الخلاصة:

ويهدف البحث الحالي الى:

- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى المنتسبين في مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

ويقترض الباحثون ما يأتي:

- وجود علاقة ارتباط معنوية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى المنتسبين في مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمته وطبيعة البحث الحالي.

واشتمل مجتمع البحث على منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك

2022/2021 والبالغ عددهم (92) منتسباً في مديريات الشباب والرياضة في محافظة كركوك،

اما عينة البحث فقد اشتملت على المنتسبين الذين تم الحصول على اجاباتهم عن مقاييس

البحث خلال التطبيق النهائي للبحث والبالغ عددهم (67) منتسباً وذلك بعد استبعاد عينة الثبات

والتجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (20) منتسباً، واستبعاد (4) استمارات غير مكتملة

الاجابة، وبذلك بلغت نسبة عينة البحث (72.82%) من المجتمع الكلي للبحث.

واستخدم الباحثون الوسائل التالية للتوصل الى نتائج البحث:

- مقياس التدفق النفسي.

- مقياس تقدير الذات للرياضيين.

وذلك بعد التأكد من المعاملات العلمية للمقياسين من صدق وثبات وصلاحيه تطبيقهم على

عينة البحث الحالي.

واستنتج الباحثون ما يأتي:

- متغيرا التدفق النفسي وتقدير الذات يؤثر كل منهما بالأخر بصورة ايجابية طردية

ويتلازمان في الظهور لدى المنتسبين في مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

ويوصي الباحثون بما يأتي:

- تعزيز تقدير الذات لدى المنتسبين باستمرار كونها ترفع من درجة لالتزام الرياضي

لديهم وبالتالي تؤثر على انجازهم وادائهم خلال أدائهم لمهامهم الوظيفية في المديرية.

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

يعد التدفق النفسي من المفاهيم النفسية الحديثة وخاصة في المجال الرياضي، يعمل التدفق النفسي على تعزيز الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد ويمثل ظاهرة إيجابية بوصفه خبرة ذاتية تتحقق عندما ينسى الفرد نفسه في أثناء إعمال التدبر والتفكر في حل بعض المشكلات، فيذوب بوصف الفرد في تنفيذ المهام والأعمال التي ترتبط بهذه المشكلات، مقترنا ذلك بحالة من النشوة والابتهاج، ويجد فيها بهجة الحياة ويكتشف معناها.

ويجد الباحثون أن حالة التدفق النفسي خبرة ذاتية الهدف توجد في مستويات الممارسة الرياضية كلها إذ ينظر لها بأنها إثابة ذاتية تشعرهم بذاتهم في اكتساب خبرة التآزر في الأداء والاستمتاع بالنشاط الممارس ومن ثم تجعل من يتعايش مع هذه الخبرة يصل إلى أعلى حالات الإبداع الإنساني.

ويعني التدفق النفسي أفضل بيئة أو تعبئة نفسية لدى العاملين و يستطيع منها تحقيق أفضل أداء لهم في أثناء العمل ، وتكون خبرة التدفق النفسي عادة نتيجة زيادة مصادر الطاقة النفسية الإيجابية مقابل انخفاض مصادر الطاقة النفسية السلبية ، ويشير إلى إن تعدد الخبرات الانفعالية التي يمر بها الموظف في الممارسة إلى ما هو إيجابي والتي تزيد من دافعيته واستمراره في الممارسة من لمزيد من الاستمتاع والتفوق فيه ، و قد يصل المنتسب إلى حالة من القلق والملل و قد تؤدي إلى العزوف عن ممارسة هذا النشاط والانسحاب منه ، لذا تظهر أهمية التدفق النفسي في تضمن احتفاظ الرياضي بأفضل حالة من الاستعداد النفسي حتى يحقق أفضل مستوى أداء. ⁽¹⁾ إن تقدير الذات في المجالات المختلفة يرتبط ارتباطاً وثيقاً بمفهوم الذات لدى الفرد من خلال ثقة الفرد بنفسه واقتناعه بمستواه الذاتي على اختلاف قدراته البدنية والجسمية وغيرها، وبذلك فإن تقدير الذات يعد عملية تقييمية لأداء الفرد خلال ادائه لواجباته الوظيفية ، ومن المعلوم ان تقديرنا لذاتنا يتغير في المواقف المختلفة ، كتغير مفهومنا لذواتنا في المواقف المختلفة أيضاً، فقد يقدر الفرد نفسه بدرجة كبيرة في علاقاته الشخصية بالآخرين ويقدر نفسه بدرجة منخفضة في المواقف التي تتطلب نكاهاً وتفكيراً، ويقدر نفسه بدرجة متوسطة في أداء عمله ، وإن العوامل البيئية والعوامل الشخصية هي التي تؤثر في تقدير الذات المرتفع او المنخفض لدى الفرد.

وتكمن أهمية البحث الحالي في التعرف على العلاقة الارتباطية ومدى ارتباط متغير التدفق النفسي بمتغير تقدير الذات لدى المنتسبين في مديريات شباب ورياضة محافظة كركوك في العراق.

⁽¹⁾ أبو حلوة ، محمد السعيد؛ حالة التدفق، المفهوم، الأبعاد، القياس: (شبكة العلوم النفسية-القاهرة، 2013)، ص5.

1-2 مشكلة البحث

يعد متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات من المتغيرات النفسية الحديثة نسبياً على الجانب الرياضي وبالذات للمنتسبين في مديريات الشباب والرياضة بصورة عامة ومنتسبي شباب وراضة محافظة كركوك بصورة خاصة، إذ برزت مشكلة البحث لدى الباحثون في دراسة العلاقة الارتباطية بين متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك، ومن هنا يمكن تلخيص مشكلة البحث في الاجابة عن التساؤل التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك ، وما قوة هذه العلاقة وما هو اتجاهها؟
وهذا ما سيعاود الباحثون الاجابة عنه من خلال نتائج البحث الحالي.

1-3 هدف البحث

ويهدف البحث الحالي الى:

1-3-1 التعرف على العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

1-4 فرض البحث

ويفترض الباحثون ما يأتي:

1-4-1 وجود علاقة ارتباط معنوية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

1-5 مجالات البحث

اما مجالات البحث فقد كانت:

1-5-1 المجال البشري: منتسبو مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك للموسم 2021/2022.

1-5-2 المجال الزمني: المدة من 2021/12/25 ولغاية 2022/4/4.

1-5-3 المجال المكاني: مقرات مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

1-6 تحديد المصطلحات

1-6-1 التدفق النفسي عرف جاكسون ومارش التدفق النفسي بأنه: "حالة انفعالية آنية تحدث عندما يكون الشخص مندمجاً كلياً في الأداء في موقف تكون فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات التحدي، وفيها يعيش الفرد حالة تغير للوعي في الأداء وانغماس في النشاط".⁽¹⁾

(1) ربيعة، بن الشيخ؛ علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي. رسالة ماجستير في علم النفس التربوي. جامعة قاصدي مرباح -ورقلة. كلية العلوم الانسانية والاجتماعية: (قسم علم النفس وعلوم التربية، الجزائر، 2015)، ص20.

1-6-2 تقدير الذات

هو التقييم العام لدى الفرد لذاته في خصائصها العقلية والاجتماعية والانفعالية والخلقية والجسدية وينعكس هذا التقييم على ثقته بذاته وشعوره نحوها وفكرته عن مدى أهميتها وجدارتها وتوقعاته منها كما يبدو ذلك في مختلف مواقف حياته، وهو التعريف الذي يتبناه الباحث⁽¹⁾

1-الاطار النظري والدراسات السابقة**1-2 الاطار النظري****1-1-2 التدفق النفسي****1-1-1-2 أهمية التدفق النفسي**

يمكن تلخيص أهمية التدفق النفسي بعدد من النقاط الآتية:

- 1-يعد أحد أهم العوامل التي تسمح لنا بالتطور والتحديد والازدهار كأفراد.
- 2-يمنحنا فرصة لضبط وتنظيم الذات والوعي بها والسيطرة على وعينا وشعورنا.
- 3-يمكننا من تعزيز وبناء رأس مالنا النفسي والارتقاء به.
- 4-يسمح لنا بالوصول الى قمة الخبرة المثالية.⁽²⁾

1-1-2-2 خصائص التدفق النفسي:

ذكرت دراسة (عرعار وآخرون)⁽³⁾ ، ودراسة (سعيد)⁽⁴⁾ بأن خصائص عملية التدفق النفسي، هي:

1-التدفق النفسي عملية كمية:

وتعني ضرورة النظر الي الإنسان بوصفه شخصية كمية ومن ثم يصدق التدفق النفسي على المجالات المختلفة في حياة الفرد وليس على مجال جزء من حياته، ويصدق التدفق النفسي على المظاهر والمسالك الخارجية لمفرد ولحياته الداخلية وتجاربه الشعورية من حيث الرضا عن نفسه وعن محيط العمل والدراسة او الزواج والعلاقات الإنسانية بوجه عام.

2-التدفق النفسي عملية نشونية تطويرية ارتقائية:

مما يعني أن نضع في اعتبارنا حاجات الفرد ودوافعه في كل مرحلة من مراحل العمرية وخصائصه ومتطلباتها.

(1) عبد الامير، نصر حسين؛ تقدير الذات وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبين الناشئين والشباب بكرة السلة: (مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الرابع، العدد الثالث، جامعة بابل، العراق، 2011)، ص55.

(2) محمود، هبة سامي؛ التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية: (جامعة عين شمس، مصر، 2018)، ص125.

(3) عرعار، سامية وآخرون؛ خبرة التدفق النفسي المفاهيم والابعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكولوجية الايجابية الابداع والسعادة نموذجا: (مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، جامعة المسيلة، الجزائر، 2014)، ص110.

(4) سعيد، عبد الله؛ إبراز مفهوم السعادة في البحوث النفسية، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية: (جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر، 2016)، ص71.

3-التدفق النفسي عملية وظيفية:

ويقصد به أن التدفق النفسي سليماً كان أو مرضياً ينطوي على وظيفة إعادة الاتزان أو تحقيق التوتر الناشئ من صراع القوى بين الذات والموضوع، وليس التوافق مجرد عملية لحفظ التوتر وانما لتحقيق الذات وتحقيق للوجود الإنساني بوصفه موقفاً من العالم.

4-التدفق النفسي عملية ديناميكية:

التدفق النفسي هو المحصلة النهائية لصراع بين القوى، صراع بين الذات والموضوع، وهو سلسلة تتصل ولا تنتهي. التدفق النفسي هو عملية مستمرة من صراع القوى، فكلما اوقف صراع وأزيل التوتر نشأ صراع جديد يتطلب القيام بعملية توافق وهكذا.

5-التدفق النفسي عملية نسبية:

ليس هناك تدفق نفسي تام، فقد يكون الفرد متوافقاً في فترة معينة من حياته وقد يكون غير متوافق في فترة أخرى.

6-التدفق النفسي عملية اقتصادية:

توفر عملية التدفق النفسي جزءاً من الطاقة النفسية المستنفذة في الصراع بين القوى المختلفة.

2-1-1-3 التدفق النفسي في المجال الرياضي:

تبرز أهمية التدفق النفسي لدى موظفي مراكز الشباب والرياضة من وجهة نظر الباحثان في النقاط التالية:

1- العمل المتوازن بين الخبرات المتراكمة والمهام المطلوب تنفيذها.

2- التركيز على الواجبات والاندماج في عملية تنفيذها والتحكم فيها.

3- الشعور بحالة من السعادة والاستمتاع الذاتي بالعبء.

4- السيطرة على العمل بنشاط وحيوية.

2-1-2 تقدير الذات**2-1-2-1 مفهوم تقدير الذات:**

أن تقدير الذات هو: الأحكام التي يصدرها الإنسان عن نفسه بناء على نظرتة لنفسه أو نظرت الآخرين لها، من خلال مواقف الحياة المخلفة⁽¹⁾.

كما يعرف تقدير الذات بأنه "عبارة عن تقييم الشخص لذاته على نهاية قطب موجب أو سالب أو بينهما"⁽²⁾ ومن خلال ما تقدم من تعريفات لتقدير الذات يرى الباحثون إن تقدير الذات هو تقييم يضعه الانسان لذاته وحسب ما يتم إدراكه الآخرون من وجهة نظره.

(1) ابو دوميك، سليمان عودة سليمان؛ الخصائص السيكومترية لمقياس براون والكساندر لتقدير الذات للفئة العمرية (13،18):(سنة في مدينة تبوك، العدد التاسع عشر، المجلد الثاني، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث، السعودية 2018)، ص130.

2-2-1-2 اتجاهات مفهوم تقدير الذات:

الاتجاهات التي تناولت مفهوم تقدير الذات وكما يلي:

- تقدير الذات بوصفه اتجاهًا، بأنه شعور الفرد بالإيجابية مع نفسه متمثلة في الكفاءة والقوة والإعجاب بالذات واستحقاق الحب.
- تقدير الذات بوصفه حاجة، حيث اهتم "أبراهام ماسلو" (Maslow) بتصنيف حاجات التقدير إلى اتجاهين مهمين أولهما: حاجات التقدير التي تتضمن الرغبة القوية في الانجاز والكفاءة والثقة بالنفس والقدرة على الاعتمادية، وثانيهما: حاجات تشترك مع التصنيف الأول ولكنها تتضمن الرغبة في الحصول على الهيبة والإعجاب، فالناس لديهم احتياج حقيقي للتقدير من خلال وجهة نظر الآخرين.
- تقدير الذات بوصفه حالة، فقدمت كرسنين (وآخرون) تعريفاً لتقدير الذات يتضمن نظرة الشخص الشاملة لذاته أو لنفسه، والتقدير يتضمن التقييم والحكم على معرفة الذات التي تتضمن الإيجاب والسلب فالتقدير الإيجابي يرتبط بالصحة النفسية، والتقدير السلبي يرتبط بالاكنتاب.
- أما بالنسبة لتقدير الذات بوصفه توقعاً، فإن التغذية الراجعة (feedback) السلبية أو الإيجابية تؤثر من خلال البيئة الاجتماعية في تقدير الذات، ويربط "أدler Adler" بين الإحساس بالفشل وتقدير الذات، وهو ما أسماه عقدة النقص، هذا على عكس ما تصوره "ألبرت آلپورت Alport" وهو القوة والمثابرة، أما "رولوماي (Rollo may)" فيؤكد أن تقدير الذات مرتبط بالكينونة "نكون أو لا نكون" فالوعي بالذات احتياج ومطلب رئيس للأفراد حتى يعي بنفسه وكينونته، وقبول ما هو مقبول ومستحسن، وأخيراً تقدير الذات بوصفه تقييماً، فيتمثل في إصدار الحكم وأيضاً أحكام الآخرين لمعاني الذات المتمثلة في الذات الجسمية، وهوية الذات، ونطاق الذات، وتصور الذات، ومجموع تلك القيم المدركة يمكن أن يعبر عنه من خلال الظاهرة السلوكية للفرد في أثناء المحادثة.⁽¹⁾

2-2 الدراسات السابقة**2-2-1-2 دراسة محمود وحسين، 2017⁽¹⁾:**

بعنوان **التدفق النفسي وعلاقته بمهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم**. و يهدف البحث في التعرف على مستوى التدفق النفسي للاعبين نادي الصناعة الرياضي و التعرف على نوع العلاقة بين التدفق النفسي و مهارتي المناولة و التهديف و شملت عينة البحث لاعبي نادي الصناعة الرياضي و استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسحي و بلغت عينة البحث (150) و استخدم مقياس التدفق النفسي (حسين ، 2016)، و بعد

(2) الفحل، نبيل محمد؛ **دراسة تقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية في كل من مصر والسعودية – دراسة ثقافية، مجلة علم النفس**: (العدد الرابع والخمسين، القاهرة، 2000)، ص233.

(1) إبراهيم، عبد الستار؛ **العلاج السلوكي للطفل أساليبه ونماذج من حالاته**: (علم المعرفة، الكويت، 1993)، ص13.

(1) محمود ، غازي صالح و حسين ، ازهر كمال؛ **التدفق النفسي وعلاقته بمهارتي المناولة و التهديف بكرة القدم**: (مجلة الرياضية المعاصرة ، العدد 3 ، العراق ، 2017).

عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها كانت اهم الاستنتاجات هي وجود علاقة معنوية بين التدفق النفسي و مهارتي المناولة و التهديف . إذ كانت اهم التوصيات ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي لما اهمية كبرى في مردود الاداء المهاري لمهارتي المناولة و التهديف. (محمود , غازي صالح و حسين , ازهر كمال، 2017).

2-2-2 دراسة هبه سامي محمود، 2018 (1)

بعنوان "تقدير الذات وعلاقته باداء الوثب الطويل للاعبي منتخب الشباب بالعاب القوى"

هدفت الدراسة الى :

1. التعرف على مستوى تقدير الذات البدني للاعبي الشباب لفعالية الوثب الطويل.
2. التعرف على مستوى انجاز الوثب الطويل للاعبي الشباب.
3. معرفة العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات البدني ومستوى انجاز فعالية الوثب الطويل لدى عينة البحث.

واعتمدت الباحثة في المنهجية بان يكون المنهج الوصفي للبحث، وكانت العينة لاعبي الشباب للمنتخب الوطني بفعالية الوثب الطويل والبالغ عددهم (12) لاعبا بالطريقة العمدية.

واستخدمت الباحثة استمارة استبانة: (مقياس الذات البدني) واختبار الوثب الطويل.

واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الحقيبة الاحصائية (spss).

2- اجراءات البحث

1-3 منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمته وطبيعة البحث الحالي.

2-3 مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث على منتسبو مراكز الشباب والرياضة في مديرية شباب ورياضة كركوك للعام 2022/2021 والبالغ عددهم (92) منتسباً، اما عينة البحث فقد اشتملت على عدد من المنتسبين والبالغ عددهم (67) منتسباً والذين تم الحصول على اجاباتهم عم مقاييس البحث الحالي، وذلك بعد استبعاد عينة الثبات والتجربة الاستطلاعية البالغة (20) منتسباً، واستبعاد (4) استمارات غير مكتملة الإجابات، وبذلك بلغت نسبة عينة البحث (72.82%) من المجتمع الكلي للبحث.

3-3 وسائل جمع البيانات والمعلومات

1-3-3 مقياس التدفق النفسي

(1) هبة سامي محمود ؛ التدفق النفسي و علاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية ، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية : (جامعة عين شمس، مصر، 2018).

استخدم الباحثون مقياس التدفق النفسي (محمد، 2021) بصيغته النهائية المتكون من (6) مجالات هي (التوازن بين التحدي و المهارة، الاندماج في المهمة ، الشعور بالتحكم، الاستمتاع الذاتي(السعادة و النشوة) ، الطاقة النفسية ، الشعور بخبرة النجاح)، وتغطي هذه المجالات (38) فقرة، منها (25) ايجابية والتي تحمل التسلسلات (1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 23, 24, 26, 28, 29, 32, 34, 35, 38)، فضلا عن (13) فقرة سلبية التي تحمل التسلسلات (4, 9, 10, 11, 20, 22, 25, 27, 30, 31, 33, 36, 37). ودرجة كل فقرة تكون (5) إذا كانت (موافق جدا)، و(4) إذا كانت (موافق) ، و (3) إذا كانت (محايد)، و (2) إذا كانت (غير موافق) ، و(1) إذا كانت (غير موافق جدا). وتسري عكس هذه الدرجات في حالة كون الفقرات سلبية. وتكون الإجابة بحسب البديل الذي يختاره المستجيب، ويتم حساب درجة كلية للمقياس في جمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب عن كل بديل يختاره من كل فقرة من فقرات المقياس، لذا فان أعلى درجة يمكن أن يتحصل عليها المستجيب هي (190) درجة التي تمثل أعلى الدرجات، اما متوسط درجة التي يمكن ان يحصل عليها هي (114) واقل درجة يحصل عليها هي (38) والتي تمثل أدنى درجة كلية على المقياس.⁽¹⁾. (الملحق 1)

3-3-2 مقياس تقدير الذات

استخدمت الدراسة الحالية مقياس تقدير الذات المعد من قبل (سالم، 2015) والمطبق على طلاب جامعة حلوان ويحتوي على (30) فقرة والملحق (6) يوضح ذلك حيث قام الباحث بعرض المقياس على الخبراء من اجل تحويل او تعديل الفقرات لينسجم تطبيقها على البيئة العراقية للعاملين في منتديات الشباب والرياضة بالعراق.

اذ يتألف المقياس من (30) فقرة فيها (19) فقرة إيجابية ، وهي الفقرات ذات التسلسلات (4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 16, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29) و (11) فقرة سلبية وهي الفقرات ذات التسلسلات (1, 2, 3, 11, 14, 15, 17, 18, 21, 26, 30) في المقياس ، ويقابل كل فقرة من فقرات المقياس اربعة بدائل هي(دائماً ، احياناً ، نادراً ، ابدأ) ، وقيمت لها الأوزان (4 -1) درجة على التوالي وفق البدائل للفقرات الايجابية ، اما الفقرات السلبية فتكون بالعكس(1-4) ، وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس ما بين (30-120) درجة بمتوسط فرضي (75) ، ويشير هذا إلى انه كلما ارتفعت درجة المجيب على المقياس فانه يشير إلى وجود تقدير للذات عالي لدى العاملين في منتديات الشباب والرياضة بالعراق ، وكلما انخفضت درجة المجيب فانه يشير إلى انخفاض في تقدير الذات. (الملحق 1)⁽¹⁾.

(1) هوار معصوم عزيز محمد ؛ التدفق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية على وفق بعض المتغيرات لدى منتسبي مراكز الشباب في محافظة دهوك (دراسة مقارنة): (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، الموصل، العراق، 2021)، ص77.

(1) علي محمد علي؛ الاتجاه نحو المشاركة السياسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة: (رسالة ماجستير منشورة، كلية الآداب، جامعة حلوان، مصر، 2015)، ص55.

3-4 المعاملات العلمية للمقياسين**3-4-1 الصدق الظاهري للمقياسين**

يعد صدق المقياس أهم شروط المقياس الجيد ولغرض التحقق من صدق المقياسين المستخدمين في البحث الحالي قام الباحثان بعرض الاستبيان على عدد من الخبراء والمختصين¹ في مجال علم النفس والقياس والتقويم وذلك للتأكد من صلاحية فقرات المقياسين ومناسبتها لعينة البحث مع الإشارة إلى صلاحية بدائل المقياس إذ يعد هذا الإجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقياس إذا يشير الزيود وعليان (1998) وكذلك عويس (1999) إلى انه يمكن أن نعد الاختبار صادقاً بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيس الاختبار فإذا أقر الخبراء إن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه يمكن الباحث الاعتماد على حكم الخبراء) وبعد جمع الاستبيانات تم استخراج صدق المحكمين على صلاحية فقرات المقياسين والتي حصلت على نسبة اتفاق تراوحت (80% - 100%) هذا ما يؤكد (Eble, 1972) على أن أفضل وسيلة للتأكد من صدق الأداء هو أن يقرر عدد من المختصين مدى تغطية وشمولية الفقرات لجوانب الصفة المراد قياسها⁽¹⁾ (Eble, 1972, 555).

3-4-2 ثبات المقياسين

يعد الثبات من الشروط المهمة للأداء الجيد ويعني الاتساق في النتائج والتميز بالاستقرار (marshall 104 , 1972), ولغرض إيجاد معامل الثبات قام الباحثان باستخراج الثبات بطريق التجزئة النصفية وذلك بعد توزيع المقياسين على عينة الثبات البالغة (20) منتسباً من خارج عينة التجربة الرئيسية، ومن ثم استخراج قيمة الثبات بين نصفي الاختبار والبالغة (0.83) لمقياس التدفق النفسي و(0.81) لمقياس تقدير الذات وبعد معالجة قيمة معامل الثبات بين نصفي الاختبار عن طريق استخدام معادلة سبيرمان براون بلغ معامل الثبات الكلي لمقياس التدفق النفسي (0.91) ولمقياس تقدير الذات (0.89)، إذ تم التحقق من ثبات المقياسين قبل التطبيق النهائي.

¹ السادة الخبراء والمختصون هم:

- أ.د. عكلة سليمان علي الحوري
- أ.د. سعد فاضل عبد القادر
- أ.د. سعد عباس عبد
- أ.د. ثامر محمود ذنون
- أ.م.د. احمد مؤيد حسين
- أ.م.د. ونام عامر عبد الله
- قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية
- قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية
- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت
- قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية
- قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية
- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كركوك

(1) Ebel. R.L. (1972) Essentials of Educational Measurement. Eugewood Cliffs prentice-all , New Jersey.p.555.

3-5 التجربة الاستطلاعية للمقياسين

قام الباحثون بتطبيق المقياسين تطبيقاً اولياً استطلاعياً على عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (20) منتسباً من خارج عينة البحث الرئيسية وذلك بتاريخ (2022/2/8) من اجل التعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحثون في التطبيق النهائي للبحث وكذلك التعرف على مدى فهم واستيعاب المنتسبين لفقرات المقياسين وامكانية الاجابة عنهم، وكذلك التعرف على الوقت المستغرق في الاجابة. ونتج عن هذه العملية توصل الباحثون الى فهم المنتسبين لفقرات المقياسين وسهولة الاجابة عن المقياسين وكذلك عدم وجود فقرات غامضة او مبهمه المعنى لدى المنتسبين وكانت تتراوح اجابات المنتسبين عن المقياسين (22 - 26) دقيقة.

3-6 التطبيق النهائي للبحث

قام الباحثون بإجراء التطبيق النهائي للبحث وذلك بتوزيع المقياسين عينة البحث الرئيسية من منتسبي مراكز الشباب والرياضة في مديرية رياضة وشباب كركوك والبالغ عددهم (67) منتسباً، وذلك للمدة الزمنية (2022/2/15 لغاية 2022/4/4).

3-7 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثون الوسائل الاحصائية التالية للتوصل الى نتائج بحثه عن طريق استخدام البرنامج الاحصائي SPSS:

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- المتوسط الفرضي.
- معامل الاختلاف.

(التكريتي والعبدي، 1999)

3- عرض النتائج ومناقشتها**4 - 1 عرض النتائج**

بعد توزيع المقياسين (التدفق النفسي وتقدير الذات) على عينة البحث الرئيسية من منتسبي مراكز الشباب والرياضة في مديرية رياضة وشباب كركوك وجمعها وتصحيحها ووضع الدرجات الخاصة بكل مقياس لعينة البحث، تم التوصل الى المعامل الاحصائية للمقياسين وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1)

يبين المعالم الاحصائية للمقياسين

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	معامل الاختلاف
1.	التدفق النفسي	146.55	9.19	114	6.27%
2.	تقدير الذات	91.28	10.15	75	11.11%

ومن ثم قام الباحثون ولغرض تحقيق هدف البحث والتحقق من فرضه بإيجاد العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في مديرية رياضة وشباب كركوك وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2)

يبين معامل الارتباط والقيمة المعنوية بين متغيرات البحث

ت	المتغيرات	معامل الارتباط البسيط	المعنوية	النتيجة
1.	التدفق النفسي	0.77	0.02	معنوي
2.	تقدير الذات			

• معنوي عند (0.05).

اذ يتبين من الجدول (2) وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك، اذ بلغت قيمة (ر) المحسوبة (0.77) وبمعنوية مقدارها (0.02)، وهي اقل من مستوى معنوية (0.05) مما يدل على وجود العلاقة بين المتغيرين، وبذلك يتحقق هدف البحث وترفض الفرضية الصفرية للبحث وتقبل الفرضية البديلة.

4-2 مناقشة النتائج

من خلال الجداول المعروضة في اعلاه يتبين وجود علاقة ارتباط وثيقة بين متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك اذ يؤثر ويتأثر كل من المتغيرين ببعضهما اذ ان التدفق النفسي للعمل في الوظيفة لن يتوافر الا اذا كان هنالك تقدير ذات عالي للموظف في مركز الشباب والرياضة وكذلك التدفق النفسي للموظفين المنتسبين في مركز الشباب والرياضة العالي يأتي من خلال تقديرهم الذاتي العالي لأنفسهم والذي يأتي من خلال الثقة الكبيرة التي تعطى للموظف خلال العمل والمدير الجيد الذي يعطي الفرصة لكل الموظفين لإثبات هويتهم وشخصيتهم خلال العمل في المديرية. ويرى الباحثون ان متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات متغيران متلازمان ومؤثران احدهما بالآخر بالنسبة للمنتسبين في مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك اذا ان الابداع في العمل يحتاج الى تقدير

ذات عالي للموظفين والذي سينتج بدوره تدفق نفسي يعمل على تحسين الحياة الوظيفية للمنتسب وبالتالي الحصول على نتائج افضل للدائرة التي يعمل بها المنتسب خلال الوظيفة والأداء العالي.

4- الاستنتاجات والتوصيات

5- 1 الاستنتاجات

استنتج الباحثون ما يأتي:

5-1-1 متغيرا التدفق النفسي وتقدير الذات يؤثر كل منهما بالأخر بصورة ايجابية طردية ويتلازمان في الظهور لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

5-1-2 يتميز منتسبو مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك بدرجة مرتفعة في متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات.

5-2 التوصيات

يوصي الباحثون بما يأتي:

5-2-1 تعزيز الروح الايجابية لدى المنتسبين باستمرار كونها ترفع من المهارات النفسية لهم وبالتالي تؤثر على انجازهم وادائهم خلال الوظيفة من خلال تعزيز تقديرهم لذاتهم وتدفعهم النفسي.

5-2-2 اجراء دراسات وبحوث اخرى على عينات مختلفة في فعاليات مختلفة وعينات اخرى في متغيري البحث (التدفق النفسي وتقدير الذات).

المصادر العربية والاجنبية

- أبو حلاوة , محمد السعيد؛ حالة التدفق، المفهوم، الأبعاد، القياس: (شبكة العلوم النفسية-القاهرة، 2013).
- ربيعة، بن الشيخ؛ علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي، رسالة ماجستير في علم النفس التربوي، جامعة قاصدي مرباح -ورقلة -كلية العلوم الانسانية والاجتماعية: (قسم علم النفس وعلوم التربية، الجزائر، 2015).
- عبد الامير، نصر حسين؛ تقدير الذات وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبين الناشئين والشباب بكرة السلة: (مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الرابع، العدد الثالث، جامعة بابل، العراق، 2011)، ص55.
- محمود , هبة سامي؛ التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية: (جامعة عين شمس , مصر، 2018).
- عرار، سامية وآخرون؛ خبرة التدفق النفسي المفاهيم والأبعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السكولوجية الإيجابية الإبداع والسعادة نموذجا: (مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، جامعة المسيلة، الجزائر، 2014).
- سعيدي، عبد الله؛ إبراز مفهوم السعادة في البحوث النفسية، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية: (جامعة قاصدي مرباح ، ورقلة ، الجزائر، 2016).
- ابو دوميك، سليمان عودة سليمان؛ الخصائص السيكمترية لمقياس براون والكساندر لتقدير الذات للفتة العمرية (13،18): (سنة في مدينة تبوك، العدد التاسع عشر، المجلد الثاني، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث، السعودية 2018).

- الفحل، نبيل محمد؛ دراسة تقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية في كل من مصر والسعودية – دراسة ثقافية، مجلة علم النفس: (العدد الرابع والخمسين، القاهرة، 2000)، ص 233.
- إبراهيم، عبد الستار؛ العلاج السلوكي للطفل أساليبه ونماذج من حالاته: (علم المعرفة، الكويت، 1993).
- محمود , غازي صالح و حسين , ازهر كمال؛ التدفق النفسي وعلاقته بمهارتي المناولة و التهديف بكرة القدم: (مجلة الرياضية المعاصرة ، العدد 3 ،العراق ،2017).
- هبة سامي محمود ؛ التدفق النفسي و علاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية , مجلة كلية التربية في العلوم النفسية : (جامعة عين شمس، مصر، 2018).
- هوار معصوم عزيز محمد ؛ التدفق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية على وفق بعض المتغيرات لدى منتسبي مراكز الشباب في محافظة دهوك (دراسة مقارنة): (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، الموصل، العراق، 2021).
- علي محمد علي؛ الاتجاه نحو المشاركة السياسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة: (رسالة ماجستير منشورة، كلية الآداب، جامعة حلوان، مصر، 2015).
- Ebel. R.L. (1972) Essentials of Educational Measurement. Eugewood Cliffs prentice-all , New Jersey.p.555.
- Abu Halawa, Muhammad Al-Saeed; Flow state, concept, dimension, measurement: (The Psychological Science Network - Cairo, (2013), p. 5.
- Rabia, Ibn Sheikh; The Relationship of Emotional Balance with Psychological Flow, Master Thesis in Educational Psychology, Kasdi Merbah University - Ouargla - Faculty of Humanities and Social Sciences: (Department of Psychology and Education Sciences, Algeria, 2015), p. 20.
- Abdul Amir, Nasr Hussein; Self-esteem and its relationship to the skillful performance of young and young players in basketball: (Journal of Physical Education Sciences, Volume Four, Issue Three, University of Babylon, Iraq, 2011), p. 55.
- Mahmoud, Heba Sami; Psychological flow and its relationship to the level of ambition among a sample of students in the Faculty of Education: (Ain Shams University, Egypt, 2018), p.1
- Arar, Samia et al.; The experience of psychological flow, concepts and dimensions, and their relationship to some positive psychological variables, creativity and happiness as a model: (Journal of the Development of Social Sciences, University of M'sila, Algeria, 2014).
- Saidi, Abdullah: Highlighting the concept of happiness in psychological research, Journal of the Development of Social Sciences: (University of Kasdi Merbah, Ouargla, Algeria, 2016).
- Abu Doumik, Suleiman Odeh Suleiman; Psychometric properties of the Brown and Alexander scale of self-esteem for the age group (13,18): (a year in the city of Tabuk, the nineteenth issue, the second volume, the Arab Journal of Science and Research Publishing, Saudi Arabia 2018).
- Al-Fahal, Nabil Muhammad; A study of self-esteem and achievement motivation among secondary school students in Egypt and Saudi Arabia - a cultural study, Journal of Psychology: (Fifty-fourth Issue, Cairo, 2000)
- Ibrahim, Abdul Sattar; Behavioral treatment of the child, its methods and examples of his cases: (Science of Knowledge, Kuwait, 1993).

- Mahmoud, Ghazi Saleh and Hussein, Azhar Kamal; Psychological flow and its relationship to handling and scoring skills in football: (Modern Sports Journal, No. 3, Iraq, 2017).
- Heba Sami Mahmoud; Psychological flow and its relationship to the level of ambition among a sample of students of the Faculty of Education, Journal of the Faculty of Education in Psychological Sciences: (Ain Shams University, Egypt, 2018).
- Hawar Masum Aziz Muhammad; Psychological flow and its relationship to personality traits according to some variables among members of youth centers in Dohuk Governorate (comparative study): (unpublished master's thesis, College of Basic Education, University of Mosul, Mosul, Iraq, 2021).
- Ali Muhammad Ali; The trend towards political participation and its relationship to self-esteem among a sample of university students: (a published master's thesis, Faculty of Arts, Helwan University, Egypt, 2015).

الملحق (1) / مقياس التدفق النفسي

ت	الفقرات	موافق جدا	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق جدا
1	اشعر بالحماس عند ادائي الوظيفي					
2	اؤدي اعمالي باتقان					
3	احدد الهدف بناء على متطلبات عملي					
4	اشعر بتشتيت انتباهي في اثناء العمل					
5	اشعر بالارتياح على الرغم من صعوبة المهمة					
6	اهتم بتوزيع طاقتي على تفاصيل عملي					
7	اخطط لاي عمل قبل ادائه بما يتناسب مع قدراتي					
8	اندمج باي عمل مطلوب مني					
9	استسلم للعقبات ولا اتمكن من التغلب عليها					
10	انا غير سعيد بعملتي					
11	ينتابني الإحباط بعد كل حالة فشل					
12	ارسم اهداف شخصية عديدة لتزيد دافعتي					
13	امتلك مواجهة إدارة الازمات في العمل					
14	اجتهد لايجاد الحلول لمشكلات العمل					
15	اشعر بالمنافسة مع ذاتي					
16	ادرك أهمية الاندماج في العمل واتحكم فيه					
17	اشعر بالمتعة والدافعية في اثناء الاداء					
18	ينتابني الشعور بالنشوة بعد نجاح المهمة					
19	اشعر بانني اعلى خبرة من زملاء					
20	تتكسد واجباتي ويتاخر تنفيذها في الوقت المحدد لها					
21	اهتم بمراجعة اعمالي بنفسي					
22	افقد الاندماج الكامل في العمل					
23	اعمل بصمت و عملي هو من يتكلم					
24	انا بحاجة الى دورات لتطويري بالاختصاص					
25	ينخفض عطائي كلما اقترب الدوام من نهايته					
26	اشعر انني بحاجة ملحة لزيادة نشاطي					
27	افقد اعصابي عندما يوكل الي كثير من الاعمال					
28	اقدم النصيحة لكل من يحتاجها					
29	أحاول تطوير مهاراتي للوصول الى أفضل أداء					

					افقد لتركيز من زخم العمل	30
					اواجه صعوبة في اكمال الواجبات	31
					ابدل قصاري للوصول الى اهدافي	32
					اجد نفسي مقصرا في أي عمل أقوم به	33
					اؤدي عملي باستغراق تام	34
					اراجع ادائي واطوره باستمرار	35
					قدراتي اقل من حجم المهمة التي اكلف بها	36
					اشعر بالتعب وافقد السيطرة على الوقت عند تراكم العمل	37
					اشعر بتدقق افكاري وانسيابيتها	38

مقياس تقدير الذات

ت	الفقرات	دائماً	احياناً	نادراً	ابدأ
1.	اجد صعوبة في التحدث امام مجموعة من الناس .				
2.	انا غير راضي عن نفسي .				
3.	اجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي .				
4.	اترك انطباعا ايجابيا لدى من اقابلهم ولو لمرة واحدة .				
5.	اتوقع النجاح فيما أقوم به من اعمال .				
6.	اتصرف بحكمة في المواقف الحرجة .				
7.	انا جدير باحترام الاخرين .				
8.	استطيع التغلب على الصعوبات التي تواجهني .				
9.	انا شخص محبوب من الاخرين .				
10.	اعبر عن وجهة نظري مهما كانت دون خوف او تردد .				
11.	اخشى التعبير عن مشاعري .				
12.	من الصعب علي تقبل الفشل .				
13.	اشعر بالسعادة عندما اتواجد مع الاخرين .				
14.	اشعر بانني ليس لدي ما يدعو للفخر.				
15.	اشعر ان رايي لا قيمة له .				
16.	من السهل علي تقبل نقد الاخرين .				
17.	اشعر بانني شخص لا قيمة له في الحياة .				
18.	اتجنب التواجد في المواقف الاجتماعية (المهرجانات والدعوات العامة).				
19.	اشعر بالرضا عن حياتي الحالية .				
20.	من السهل علي اقناع الاخرين بوجهة نظري .				
21.	اشعر بانني لست جذابا مثل الاخرين .				
22.	النجاح هو هدفي في كل ما أقوم به من اعمال .				
23.	اشعر بانني قادر علي لفت انتباه الاخرين .				
24.	ينظر الي الاخرون باحترام .				
25.	اثق في قدرتي على التعامل مع اي شخص اقبله .				
26.	اشعر ان اصدقائي افضل مني .				
27.	من السهل علي التأثير على الاخرين .				
28.	يشعر الاخرون بالسعادة عند تواجدي معهم .				
29.	لدي شخصية قوية .				
30.	لدي شعور بانني شخص فاشل .				

تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام اسلوب التدريري والمراجعة الذاتية في تنمية الشخصية لدى الطالبات

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

م. ايمان الياس عزو / سكول الرياضة / جامعة سوران

أ.د مازن عبد الرحمن الحديث / سكول الرياضة / جامعة سوران

الخلاصة:

الكلمات المفتاحية

- الحقيبة التعليمية
- الاسلوب التدريري
- المراجعة الذاتية
- تنمية

يهدف البحث الى الكشف عن :- تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام اسلوبين التدريري والمراجعة الذاتية في تنمية الشخصية لدى الطالبات. - الكشف عن افضل اسلوب في تنمية الشخصية بين المجموعتين التجريبتين. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالتصميم ذي المجموعتين التجريبتين ذات الاختبار القبلي والبعدي والبعدي - بعدي (لمقياس الشخصية. تكونت عينة الدراسة من (28) من طالبات المرحلة الثانية /كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة صلاح الدين ،وزعوا على مجموعتين تجريبتين كل مجموعة تكونت من (14) طالبة - المجموعة التجريبية الاولى درست تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام الاسلوب التدريري - والمجموعة التجريبية الثانية درست تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام اسلوب المراجعة الذاتية . ولمعالجة البيانات الاحصائية استخدمت الباحثة (الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - واختبار (ت) للعينات متساوية العدد). وبناء على النتائج وضمن حدود البحث توصلت الباحثة الى الاستنتاجات والتوصيات الاتية:- ان تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام الاسلوب (التدريري - والمراجعة الذاتية) كان لها فاعلية في تنمية الشخصية .ان استخدام الحقيبة التعليمية له اثر في زيادة دافعية المتعلم نحو التعلم وتنمية الشخصية لدى الطالبات من خلال رغبة المجموعتين التجريبتين وتفاعلهم في اثناء تطبيق مفردات الوحدات التعليمية للحقيبة التعليمية لاحتوائها على اكثر وسيلة تعليمية وقرارات تدريس منحها لهم الاسلوبين .

-تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام الاسلوبين (التدريري والمراجعة الذاتية) والافضلية لأسلوب المراجعة الذاتية كان لها تأثير ايجابي وفعال في تنمية الشخصية لدى الطالبات اما التوصيات فكانت _ استخدام اسلوب (التدريري_ والمراجعة الذاتية) في تحقيق الاهداف التعليمية وأهميتها في تنمية الشخصية الطالبات .
-إمكانية استخدام الحقيبة التعليمية في تدريس المواد الاخرى لما لها من خصائص جيدة في تنمية الشخصية للطالبات وبالشكل والمحتوى الذي يناسب المادة الدراسية.

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث وأهميته:

يعد التعليم اساس التطور العلمي والتكنولوجي في شتى مجالات الحياة بين الشعوب والدول، ويفضل التعليم وكفاءته استطاعت كثير من الدول ان تحقق لمجتمعاتها تقدما هائلا في بناء الانسان القادر على

تحمل المسؤولية، واصبح التعليم مطالبا بالبحث عن اساليب ونماذج تعليمية جديدة لمواجهة العديد من التحديات على المستوى المحلي والعالمي . وتؤكد الاتجاهات التربوية الحديثة التي تعتمد اساسا على تكنولوجيا التعلم بمختلف اشكالها ونظمها واساليبها على تحقيق التعلم الذاتي الذي يعد جوهر تكنولوجيا التعلم ونتيجة للأبحاث التربوية والنفسية العديدة التي ركزت على ضرورة ان يكون الطالب جوهر الفاعلية في النشاط التعليمي بدلا من المعلم ، و يتطلب هذا النوع من التعليم بناء نظام تربوي جديد يقوم على اساس المعرفة الذاتية لكل فرد في جميع مجالات نموه العقلي المعرفي ،والانفعالي الوجداني (النفسي) والبدني والحركي ، ليحدد له اهدافا مرحلية مناسبة تتبع من احتياجاته الخاصة به وتحقق مطالبه الذاتية ، وتتيح له فرص الاختيار المتعدد ، وتمكنه من ممارسة هذا الاختيار بحرية كاملة مما يساعده على السير قدما لتحقيق اهدافه في التعلم ، ومن الامثلة على ذلك التعلم بالحاسوب والتعليم المبرمج والتعلم بالحقيبة التعليمية المبرمجة. ان استحداث استراتيجيات تدريسية ذاتية وجماعية لمواجهة المعارف الغزيرة ، والزيادة السكانية الهائلة ، والتطور التكنولوجي جاء التعلم بالحقائب التعليمية استجابة لبعض الاتجاهات التربوية التي تدعو الى تفريد التعليم والتعلم الذاتي ، والحقيبة التعليمية تمثل برنامجا تعليميا مصمما لتعليم وحدة معرفية بتوفير مصادر او بدائل تعليمية متعددة ، واستخدامها بطرائق واساليب متعددة لتحقيق اهداف محددة . (عطية،2009،460)

كما تؤدي الحقيبة التعليمية دورا مهما في التعلم مع التطور العلمي والتكنولوجي الذي يتطلب اعدادا علميا دقيقا للتفاعل مع المستجدات التربوية والتقنية السمعية البصرية التي انعكست على التربية واساليبها ، والتي كان من نتائجها احداث تغيرات جوهرية في نظم التربية التقليدية ومناهجها وطرائق تدريسها والاسهام في حل المشكلات التي تواجهها من الخبرة المرئية والمسموعة والحسية اذا يقوم المتعلم باكتساب خبراته التعليمية المتنوعة عن طريق التفاعل والمشاركة والممارسة والاتصال بمعطيات البيئة المحلية (عبدالقادر، 2004، 56)

لكي يتمكن كل فرد من الطلبة استيعاب متطلبات العملية التعليمية، لابد من استخدام اساليب تعليمية تراعي الاساليب المعرفية التي يمتلكها الطلبة ،لان استخدام اسلوب تعليمي واحد في التعلم يمكن ان يكون له تأثيرا مناسباً قسم منهم وغير مناسب على القسم الاخر . وتعد اساليب التدريس المباشرة ومن ضمنها الاسلوبين التدريبي والمراجعة الذاتية اللذان يساعدان في فسح المجال امام الطلبة للاعتماد على انفسهم في اتخاذ القرارات وتحمل المسؤولية واسترجاع للمعلومات المخزونة في ذاكرتهم لمختلف علوم التربية الرياضية .وتذكر (المفتي 2002) "ان الاساليب التدريسية تعد وسيلة لتنظيم العلاقات بين المعلم والطالب والمادة التدريسية خلال مراحل الدرس لغرض التوصل من خلال السلوك التدريسي الى تحقيق الاهداف المطلوبة" (المفتي، 2002، 13)

ان عملية التعليم ومجالاتها المختلفة تؤثر في بناء الشخصية وتطور من سماتها المختلفة وقد اثبتت نظريات الشخصية بان شخصية الفرد تتكون من خصائص ثابتة نسبيا تتمثل في انماط سلوكه المعتاد ، وهذه الخصائص المميزة لشخصية الفرد ما هي الا نتاجا لعوامل مشتركة تنشأ من عوامل وراثية تتطور وتتفاعل مع عوامل بيئية . وعلى الرغم من تعدد الدراسات التي اجريت بهدف التعرف على مدى فعالية الوسائل والاساليب الحديثة في العملية التعليمية الا ان هذه الدراسات لم تتطرق وبشكل مباشر الى تأثير الحقبة التعليمية باستخدام اسلوبين (التدريبي والمراجعة الذاتية) في تنمية الشخصية للطلبات ،ومن هنا تبرز اهمية البحث كونها اضافة جديدة تجمع بين مؤثرات متعددة في احداث تسريع العملية التعليمية للطلبات وتنمية شخصيتهم.

1-2 مشكلة البحث:

زاد الاعتماد على وسائل واساليب التدريس الحديثة التي جعلت للمتعلمين دور هام في العملية التعليمية، واتاحت للمعلم فرصة الاعتماد على الكثير من الوسائل من اجل توصيل المعلومة للمتعلمين فبدلا من السبورة واللوحات والوسائل التعليمية التقليدية تعددت وتنوعت الوسائل لتشمل وسائل سمعية وبصرية ومشاركة لعرض الفيديوهات ، والصور ، وغير ذلك من الطرق الاخرى . ان من ابرز الخصائص التي تتصف بها الحقبة التعليمية وجود التقنيات ووسائل متعددة ، الامر الذي يؤدي الى تطويرا مكانيات وقدرات المتعلمين عن مواجهة فروقهم الفردية ، ولأجل ذلك أصبحت عملية البحث عن طرائق واساليب جديدة في التدريس هم الشاغل الذي يشغل كل مدرس يروم النجاح في عمله. فضلا عن ذلك فان الحقبة التعليمية اثبتت كفاءتها في تدريس العديد من الالعاب والانشطة الرياضية الا انها مازالت قليلة الاستخدام في جامعتنا نظرا لقلّة المتطلبات والامكانات المادية والبشرية التي تساعد على النجاح في استخدام هذه الاضافة المهمة في مؤسساتنا التربوية المختلفة .

ومن منطلق الاهتمام بالأساليب الحديثة في التعلم والمدعمة بالتكنولوجيا الحديثة في مجال تعلم المهارات الحركية في الأنشطة الرياضية ومحاولة تجريب بعض الاساليب الجديدة ومعرفة تأثيرها في تنمية الشخصية ولمحاولة علاج هذه المشكلة اتجهت الباحثة اجراء دراسة علمية لتعرف من خلالها على تأثير الحقبة التعليمية بالأسلوبين التدريبي والمراجعة الذاتية في تنمية الشخصية لدى الطالبات في مرحلة الدراسة الجامعية.

1-3 اهداف البحث:

يهدف البحث الى الكشف عن :

- تأثير الحقبة التعليمية باستخدام اسلوبين التدريبي والمراجعة الذاتية في تنمية الشخصية لدى الطالبات.
- الكشف عن افضل اسلوب في تنمية الشخصية بين المجموعتين التجريبتين

4-1 فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي بين المجموعتين التجريبتين الاولى والثانية في تنمية الشخصية لدى الطالبات .

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي - البعدي بين المجموعتين التجريبتين(الاولى والثانية) في تنمية الشخصية

5-1 مجالات البحث:

المجال البشري: طالبات المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين.

المجال الزمني : 2021 /2/6 - 2021/5/3

المجال المكاني : قاعة الجمناستك الايقاعي في كلية التربية الرياضية /جامعة صلاح الدين .

1-6 تعريف المصطلحات :**1-6-1 الحقيبة التعليمية :-**

عبارة عن برنامج تعليمي معد يحتوي على وسائل تعليمية متعددة كالمواد والاجهزة التعليمية والانشطة المختلفة . وفعالية هذه الحقيبة تعتمد على مكونات عدة كالأهداف والانشطة والبدائل والتقويم والارشاد. (سويدان، و مبارز، 2007، 162)

تعريف ثاني للحقيبة التعليمية :-

وحدة تعلم تشمل موضوعا محددًا، تحتوي عناصر التعليم المختلفة وهي الاغراض السلوكية المحددة والانشطة التعليمية ومعايير التقويم والمراجع المختلفة. (Robert,1991,33)

وتعرفها الباحثة اجرائيا :-

هي وحدات تعليمية توجه نشاط المتعلم حسب ما يناسبه من اساليب التعلم المتنوعة المصادر(سمعية - بصرية- مكتوبة)، مرتبطة بأهداف سلوكية ومعززة بنشاطات تعليمية متعددة والتي يستفاد منها المتعلم في اتقان محتوى الحقيبة وفقا لرغباته وقدراته البدنية والمهارية واستعداداته في التعلم.

1-6-2 الاسلوب التدريبي:-

هو تحويل بعض القرارات التدريس في بعض اقسام الدرس ولاسيما في القسم الرئيسي من الدرس ومنحها الى الطلاب في مرحلة اثناء الدرس . اما توجيهه فيكون عن طريق المدرس من خلال التغذية الراجعة او من خلال رؤية الزملاء في ساحة الدرس او ورقة الواجب الحركي . (الديوان ، و الشيخ علي ، 2017، 208)

1-6-3 اسلوب المراجعة الذاتية :-

عرفها موستن "الاسلوب الذي يعمل على تحفيز الطالب للتوصل الى مجموعة جديدة من الاهداف". (موستن ،موسكا، 1991، 163).

1-6-4 الشخصية:- يعرف أيزنك (Eysenk) الشخصية بأنها "المجموع الكلي لأنماط السلوك الفعلية أو الكامنة لدى الكائن، ونظراً لأنها تتحدد بالوراثة والبيئة فإنها تنبعث وتتطور من خلال التفاعل الوظيفي لأربعة قطاعات رئيسة تنتظم فيها تلك الأنماط السلوكية : القطاع المعرفي (الذكاء)، والقطاع النزوعي (الخلق)، القطاع الوجداني (المزاج)، والقطاع البدني (التكوين) (الحجوج، 2004، 19)

3-إجراءات البحث

3-1 منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة مشكلة البحث ، واعتمدت الباحثة التصميم التجريبي الذي يعرف بتصميم المجموعات المتكافئة .(عبيدات ، 2004، 248) .

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من طلاب وطالبات المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين - اربيل للعام الدراسي 2020-2021 والبالغ عددهم (129) طالب وطالبة ، تم استبعاد طلاب الذكور للشعب (A-B-C-D)والذي كان عددهم (91) من عينة البحث وبذلك اصبح مجتمع البحث الاناث من طالبات (4) شعب والبالغ عددهم (38) تم اختيارهم بالطريقة العمدية، تم تحديد المجموعة التجريبية الاولى بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) ،حيث كانت شعبة (A و B) التي تم تدريسها محتوى الحقيبة التعليمية بالأسلوب التدريبي ، وشعبة (C و D) المجموعة التجريبية الثانية التي تم تدريسها محتوى الحقيبة التعليمية بالأسلوب المراجعة الذاتية ، تم استبعاد طالبات التجربة الاستطلاعية ،وبذلك بلغ عدد النهائي للعينة (28) طالبة لكل مجموعة (14) طالبة ، وبذلك وزعت العينة الى مجموعتين ، لكل مجموعة اسلوبها الخاص بالتدريس .

3-3 التصميم التجريبي

يهدف البحث الى اعداد حقيبة تعليمية بأسلوبين مختلفين في تنمية الشخصية لدى الطالبات، لذا اختارت الباحثة تصميم التجريبي ذي المجموعتين التجريبتين ، تدرس الاولى تأثير لحقيبة التعليمية باستخدام الاسلوب التدريبي ، وتدرس الاخرى نفس الحقيبة باستخدام اسلوب المراجعة الذاتية، اي الاسلوبين التدريسين هما المتغيرات(المستقل)، وتنمية الشخصية هي المتغير التابع

اعتمدت الباحثة على هذا التصميم (المجموعات المتكافئة) لملائمته واهداف البحث (فان دالين ، 1984، 366)

3-4 ادوات البحث:

3-4-1 تحديد المهارات:

قامت الباحثة بتحليل محتوى الكتب ومصادر الجمناستك الايقاعي حول المهارات الاساسية للجمناستك الايقاعي وفق مفردات مادة الجمناستك الايقاعي للسنة الدراسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة صلاح الدين وللعام الدراسي 2020-2021 وتم اختيار المهارات التي تناولتها الحقبة التعليمية باستخدام الاسلوبين التدريبي والمراجعة الذاتية بعد عرضها على الخبراء والمختصين ، ملحق رقم (1)، وقد توصلت الباحثة الى مجموعة من المهارات الحركية الاساسية ، وبعد عرض الاستبيان على الخبراء والمختصين في مادة الجمناستك الايقاعي تم التوصل الى (4) مهارات اساسية تتضمن مجموعة من المهارات الفرعية وهي كالآتي :-

1- الوثبات وهي:- وثبة الخطوة، ، قفزة المقصية.

2- التوازنات وهي :- الميزان

3- الدورانات وهي :- دوران ارابيسك

4- التموجات وهي :- تموج الذراعين

3-4-2 مقياس الشخصية:

اعتمدت الباحثة في قياس الشخصية على مقياس فرايبورج للشخصية هو احد اختبارات قياس الشخصية المعتمد عالميا والذي جرى تطبيقه على البيئة العراقية . الاختبار وضعه في الاصل استاذ علم النفس في جامعة فرايبورج بالمانيا عام 1970 ، يشتمل على (12) بعد . وللاختبار صورة مختصرة ومركزة اعدتها للعربية الدكتور (محمد حسن علاوي) (علاوي، 1987، 310) يتكون من ثمانية ابعاد ويشمل على (56) عبارة يجيب عليها المفحوص ب (نعم) او (لا) . وقد استخدمت الباحثة الاختبار لسهولة تطبيقه ومصداقيته وعدم تكلفة العينة عناء ووقتا للإجابة . وقد اخذ بنظر الاعتبار ان تكون فقرات المقياس قصيرة ومفهومة ومعبرة عن فكرة واحدة ولأن تكون ايجابية بشكل ايجابي والصنف الاخر سلبي ، وهذه الشروط اساسية لمقياس الشخصية وفق طريقة فرايبورج . علما انه لا توجد درجة كلية للمقياس وانما يتم الحكم على الشخصية من خلال درجة كل بعد على حدة اذ ان الدرجة العليا لكل بعد هي 14 والدرجة الدنيا 7 اذ يعطى للمختبر 2 في حال الاجابة بنعم و 1 في حال الاجابة ب كلا على العبارات الإيجابية اما العبارات السلبية فيكون العكس.

3-5 الاسس العلمية لمقياس الشخصية:

3-5-1 الصدق لمقياس السمات الشخصية:

قامت الباحثة بعرض المقياس بصورته الاولية على مجموعة من المختصين في مجال علم النفس الرياضي وعلم النفس العام ملحق رقم (1) للتعرف على: 1- مدى صلاحية العبارات 2- ملائمة للعينة قيد البحث . وبعد اقرار صلاحية المقياس وبذلك يكون قد اوجد صدق الاختبار (صدق الظاهري) .

3-5-2 ثبات الاداة :

يقصد بثبات المقياس اعطاء النتائج نفسها او نتائج مشابهة اذا ما اعيد تطبيقه مرة ثانية على الافراد انفسهم وفي الظروف نفسها (الجاغوب، 2002، 245)، قامت الباحثة باستخدام طريقة (الاختبار واعداد الاختبار) على نفس عينة التجربة الاستطلاعية بعد فاصل زمني قدره (10) يوم، واستخرج معامل بيرسون بين درجات الطالبات في الاختبارين وبلغ (0,80) ويعد هذا المعامل ثبات عالي ويمكن الاعتماد عليه. (سمارة واخرون، 1989، 120)

3-6 الادوات والاجهزة والوسائل المساعدة المستخدمة في البحث:-

الادوات: شريط لاصق، مساطب، قاعة الجمناستك الايقاعي لتطبيق الوحدات التعليمية (بعض مهارات الجمناستك الايقاعي) الاجهزة: جهاز عرض البيانات (data show) عدد(1) - جهاز حاسوب محمول الوسائل المساعدة:- الملاحظة والتجريب- استمارة مقياس الشخصية -استمارة الواجب الحركي للأسلوبين (التدريبي والمراجعة الذاتية)- فريق العمل المساعد * -. شبكة المعلومات الدولية الانترنت. - المصادر العربية والاجنبية .

3-7 التجربة الاستطلاعية الخاصة بالحقيبة التعليمية بأسلوب التدريبي والمراجعة الذاتية .

قامت الباحثة بعمل دراسة استطلاعية للأسلوبين بتاريخ 9 /2/2021 ولكل اسلوب على حدى وعلى مجموعة من طالبات السنة الدراسية الثانية وعددهم (10) طالبة الذين استبعدوا عن التجربة الرئيسية . وذلك لغرض التعرف على اهم المعوقات التي قد ترافق عملية تطبيق الحقيبة التعليمية بأسلوب (التدريبي والمراجعة الذاتية) ومدى ملائمة هذه الاساليب مع الطالبات واستيعابهم وعلى النحو التالي :

- شعبة A-B تم تطبيق الحقيبة التعليمية بالاسلوب التدريبي (5) طالبات

- شعبة C-D تم تطبيق الحقيبة التعليمية بالاسلوب المراجعة الذاتية (5) طالبات

وقد استنتجت الباحثة ماياتي :-

- 1- امكانية استخدام الاسلوبين التدريبي والمراجعة الذاتية وتنفيذها على طالبات السنة الدراسية الثانية
- 2- وضوح تعليمات الاختبار وقراته
- 3- التعرف على عمل الطالبات بشكل فردي في الاسلوبين وكيفية الانتقال الى الخطوة الثانية وكيفية اعطاء التغذية الراجعة في اسلوب المراجعة الذاتية من قبل الطالبة نفسها

3-8 المنهاج التعليمي:-

ان اختيار مجتمع البحث المناسب لمشكلة البحث من العوامل الاساسية لنجاح الباحث في انجاز عمله (بحثه) . لذا كان لابد للباحثة من مراعاة ذلك، عليه فقد قامت الباحثة باختيار كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة صلاح الدين ، وذلك لتوفر مجتمع البحث المناسب لاختيار العينة المطلوبة والمتطلبات الاخرى لتطبيق البرنامج التعليمي المعتمد اعداد وحداته التعليمية على شكل نظام حقيبة تعليمية متكاملة .

ويرى (عبد الحميد، 2002، 40) المنهاج هو خطة المؤسسة التربوية لأحداث عملية التربية أو التعلم المقصود لتحقيق عمليات التعلم والنمو المتزن للفرد في مختلف التخصصات ، اما البرنامج فهو خطوات تنفيذ المنهاج، ويضيف (امين، 2005، 31) "ان البرنامج هو الشكل التنفيذي لتطبيق المنهج بكافة عناصره وتضميناته ، وبذلك يتصف البرنامج بطبيعة ادارية تنظيمية واضحة كاطار تنفيذي لأهداف المنهج ومحتواه من أنشطة وخبرات ومعارف واتجاهات "

ولأعداد البرنامج التعليمي بنظام الحقيبة التعليمية في ظروف غير اعتيادية ووقت حددته الكلية لدراسة مادة الجمناستك الايقاعي ضمن الجدول الاسبوعي (الزمني) فقد بذلت الباحثة جهود كبيرة لإتمام عملها بالشكل الذي يتوافق مع نظام الكلية ويحقق اهداف البحث . لذا اشتملت الحقيبة التعليمية على (16) وحدة تعليمية ، قسمت العينة الى مجموعتين تتلقى كل مجموعة (8) وحدات وبأسلوب يختلف عن المجموعة الاخرى وزمن الوحدة (90) دقيقة وتم تنفيذ البرنامج في (8) اسبوع.

وتعرف الباحثة البرنامج التعليمي : "كل الخبرات والتمرينات والحركات والانشطة والاساليب والاجهزة والادوات المساعدة التي تستخدم لأجل تعليم مهارات وحركات الجمناستك الايقاعي وتنمية الشخصية لدى الطالبات في زمن محدد"

وعرفت الباحثة المنهج : "بانه مجموعة من الخبرات التربوية والثقافية والاجتماعية والمهارية التي تهيؤها الكلية او المؤسسة التربوية لمادة او مجموعة مواد تدريسية لطلبتها لأجل تعليم او تعديل سلوكهم وفقا لنظام المؤسسة التربوية واهدافها".

3-9 تصميم الحقيبة التعليمية : ان اعداد او تصميم حقيبة تعليمية لا يعني ما تحويه من أنشطة وحركات ومهارات لمادة او مقرر دراسي لمرحلة معينة ، انما المقصود هو ما تشتمل عليه من خبرات ومهارات ووسائل واساليب مساعدة لفهم المعلومة او تعلم الحركة او المهارة وكيفية تنظيم هذا المنهج ومحتواه في زمن ووقت مناسب اثناء التطبيق وفي ضوء اهداف محددة).

" تعد عملية تصميم الحقيبة التعليمية عملية معقدة وتستغرق الكثير من الوقت والجهد وهي بحاجة الى جهد فريق عمل متكامل "(الحيلة، 2001، 27). بعد الاطلاع على المصادر والادبيات وارااء اصحاب الاختصاص ومساعدة السيد المشرف قامت الباحثة بأعداد الحقيبة التعليمية مراعين في اعدادها تحقيق الاهداف المطلوبة من المقرر الدراسي واهداف البحث اذ "ان نجاح الحقيبة التعليمية يعتمد اساسا على التصميم التعليمي الدقيق لها وعلى وفق الخطوات الاتية بالصيغة النهائية لها" (الدره، واخرون، 1988، 61)

3-9-1 اختيار محتوى الحقيبة:

تم اختيار مهارات البحث الحالي كونها ضمن مفردات منهاج الجمناستك الايقاعي التي يتم تدريسها على طالبات السنة الدراسية الثانية بكليات واقسام التربية الرياضية والمعتمد عليها من قبل وزارة التعليم العالي

في العراق وتشمل المهارات الرئيسية. ويعرف المحتوى "بانه الخبرات التربوية والتجارب التي يمر بها المتعلمون والمخططة في ضوء الاهداف التربوي لأدراك النمو الشامل للمتعلم وتحقيق تطور المجتمع ورفاهه (بشارة والياس، 2014، 94)

3-9-2 تحديد الخصائص الفردية للمتعلم الذي يستخدم الحقيبة التعليمية

المتعلمون يختلفون فيما بينهم في مستوى ذكائهم وقدراتهم المختلفة ودافعيتهم للتعلم وهذه الاختلافات تؤكد على التنوع في وسائل الاتصال التعليمي وفي اساليب التعلم والانشطة المتعددة بحيث يختار كل متعلم ما يناسبه (وفيقة، 1999، 170). وهناك اجراءات في الحقيبة التعليمية لمراعاة الفروق الفردية التعليمية بين الطالبات هي: مثل: البدائل والانشطة التعليمية، ب- المكان الملائم للدراسة، ج- امكانية اعادة مشاهدة او قراءة الانشطة والصور المساعدة للتعلم

3-9-3 شكل الحقيبة التعليمية ومحتواها:

تتكون الحقيبة التعليمية من مجموعة من العناصر والمكونات والتي تختلف في اعدادها وترتيبها وحسب وجهة نظر المصمم والموقف التعليمي الذي يتبناه، اذا تشترك الحقيبة التعليمية في شمولها على مجموعة من العناصر قد تختلف من حقيبة الى اخرى باختلاف الموقف التعليمي ولغة المصمم (" الحيلة، 1999، 280) وهي: غلاف الحقيبة - النظرة الشاملة للأهداف والمكونات -المسوغات (لماذا او كيف) - التعليمات باستخدام الانشطة -المخطط الانسيابي وخطوات التعلم - الاهداف السلوكية كنتيجة لما تحققه أنشطة الحقيبة. (جودت 1984) و (عمر، 2001، 76)

3-9-3 تقويم الحقيبة:- بعد اطلاع الباحثة على عدد من الدراسات والادبيات المتعلقة بهذا الموضوع تم تقويم الحقيبة من خلال مرحلتين :-

- تقويم الحقيبة من خلال المحكمين :

بعد انتهاء تطبيق الحقيبة على عدد من الطالبات خارج نطاق العينة قامت الباحثة بعرض الحقيبة التعليمية على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في الطرائق التدريس والجمناستك الايقاعي وكذلك اجراء مقابلات شخصية للمختصين وبحضور السيد المشرف لغرض تشخيص نقاط الايجابية والسلبية فضلا عن التأكد من صلاحيتها التطبيق والتنفيذ فقد اجمع الخبراء على صلاحيتها وبذلك اصبحت الحقيبة التعليمية في صورتها النهائية صالحة للتطبيق على العينة البحث : وفيما يلي توضيح منهاج (الحقيبة التعليمية باستخدام اسلوبين التدريبي والمراجعة الذاتية):-

1- تم تدريس المادة المقررة بالأسلوب التدريبي

- مرحلة ما قبل الدرس (الاستعداد):-

- تقوم المدرسة في هذا الاسلوب بتحديد الموضوع والاهداف والتدريب على المهارة والنشاط التطبيقي وتحديد الزمن المناسب لتطبيق الواجب لحركي
- مرحلة الدرس (التنفيذ):-
 - تامر المدرسة الطالبات باتخاذ المكان المناسب ويكون قريبا منها
 - في الجزء الرئيسي تقوم المدرسة بشرح دور الطالبة في اتخاذ مجموعة القرارات التنفيذية الممنوحة لها
 - تقدم المدرسة المهارة وتراعي فيها محتوى المهارة وطريقة وشكل تقديمها ، وتختار المدرسة طريقة الشرح (حسب الحقيبة التعليمية المعدة بما تحتويها من الوسائل التعليمية المناسبة
 - توزيع ورقة الواجب الحركي الخاص بالمهارة في القسم الرئيسي للطالبات ويحدد فيها حجم المهارة من تكرار وزمن ترتيبها لتكون دليلهم في كيفية تطبيق المهارة ،
 - البدء باتخاذ قرار التنفيذ وعلى كل طالبة ان تتأخذ القرار فيما يتعلق بالمكان وتطبيق المهارة والاتصال بالمدرسة عند الحاجة وتسليم ورقة الواجب للمدرسة بعد انتهاء تنفيذ الواجب الحركي
 - مرحلة ما بعد التدريس(التقييم)
 - تقوم المدرسة بملاحظة اداء الطالبات للمساعدتهم واعطاء التغذية الراجعة لكل طالبة وتتحرك المدرسة من طالبة الى اخرى لتلاحظ اداء الطالبات وقدراتهم على اتخاذ القرارات .
- 1- مجموعة تجريبية الثانية (الحقيبة التعليمية بالأسلوب المراجعة الذاتية
- تم تدريس المادة المقررة بالأسلوب المراجعة الذاتية وفق الخطوات الاتية:-
- 1- مرحلة ما قبل الدرس (الاستعداد):-
- 2- تقوم المدرسة في هذا الاسلوب باتخاذ القرارات في مرحلة ما قبل الدرس اي التي لها علاقة باختيار المهارات ، وكذلك ورقة الواجب التي تستخدمها الطالبة .
- 3- مرحلة الدرس (الاداء):-
- ان سياق الوحدة التعليمية هو :-
- جمع الطالبات حول المدرسة - توضح الغرض من الاسلوب
 - توضح ما تقوم الطالبة (وصف القرارات المطلوبة للقيام بعملية المراجعة الذاتية وتحديد الوقت اللازم لعملية التقييم الذاتي) - توضح دور المدرسة - القيام بعرض الواجب او الواجبات - توضح الاجراءات التنظيمية والادارية
 - تطلب المدرسة من الطالبة البدء في اداء الواجب الحركي في القسم الرئيسي.
- بعد ذلك تقوم الطالبات باختيار اماكنهم ، ثم يبدون في اثناء اداء المهارة باتخاذ القرارات الخاصة بأسلوب المراجعة الذاتية .

ان دور المدرسة في مرحلة ما بعد الدرس هو :-

- مراقبة اداء الطالبات للواجب المقرر . - ملاحظة استخدام ورقة الواجب ومطابقتها مع الاداء
- الاتصال بالطالبة بشكل فردي ومعرفة مقدار براعتها ودقتها عند مطابقة ادائها مع ورقة الواجب
- اعطاء التغذية الراجعة في نهاية الدرس ، ويتم توجيه التغذية الراجعة هذه الى المجموعة بكاملها وتكون عبارة عن جمل علمية تتعلق بطبيعة اداء الطالبات

3-10 التجربة الرئيسية:

3-10-1 الاختبار القبلي:

تم اجراء الاختبار القبلي لمقياس الشخصية في 2021/2/15 وقد استعانت الباحثة بفريق العمل* بتوزيع مقياس الشخصية على الطالبات (عينة البحث)

- #### 3-10-2 تطبيق المنهاج:-
- تم تطبيق المنهاج على مجموعتي البحث مجموعة تجريبية الاولى (تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام الاسلوب التدريبي) ومجموعة تجريبية ثانية (تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام اسلوب المراجعة الذاتية) واستغرق تطبيق المنهاج فترة 8 اسابيع إن زمن الوحدة التعليمية هو (90) دقيقة
- #### 3-10-3 الاختبار البعدي:

قامت الباحثة بتطبيق الاختبار البعدي لعينة البحث وشمل ما يأتي :-

توزيع مقياس السمات الشخصية على طالبات المجموعتين التجريبتين في يوم الاثنين الموافق 2021/5/3 وتراوحت مدة الاجابة على المقياس (10- 15) دقيقة.

3-11 المعالجات الاحصائية :-

الوسط الحسابي - الانحراف المعياري- اختبار TE.TEST للمجموعتين متساويتين بالعدد

- #### 4 - عرض ومناقشة نتائج الاختبارات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية الاولى (تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام الاسلوب التدريبي) في متغير الشخصية وتبعا للفرضيات البحث :-
- الفرضية الاولى :-

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والبعدي في المجموعتين التجريبتين (الاولى والثانية) في تنمية الشخصية لدى الطالبات.

- وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار (T.test) للعينات المتكافئة بالعدد والجدوال (1-2) يبين ذلك:

م.م ده رياز محمد طاهر ،جامعة صلاح الدين ، ماجستير تربية رياضية
هبة طلال يوسف ،جامعة صلاح الدين ،طالبة ماجستير
سارا عبد المسيح حنا ،جامعة صلاح الدين ،معيدة

جدول (1)

جدول الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة لمتغير الشخصية للمجموعة التجريبية الاولى (تأثير الحقبة التعليمية باستخدام الاسلوب التدريبي)

ت	متغيرات الشخصية	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت	قيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
1	العصبية	0.80178	12.2143	0.51355	10.4286	8.63	0.000	معنوي
2	العدوانية	0.73005	11.9286	0.78446	8.0000	11.98	0.000	معنوي
3	الاكتئابية	0.73005	11.9286	0.78446	8.55	10.49	0.000	معنوي
4	الاستثارة	0.80178	11.2143	0.75593	10.5714	4.78	0.000	معنوي
5	الاجتماعية	0.1355	8.4286	0.47463	10.0714	8.92	0.000	معنوي
6	الهدوء	0.47463	8.0714	0.49725	9.6429	3.13	0.000	معنوي
7	السيطرة	0.73005	8.57	0.51355	10.9286	6.39	0.000	معنوي
8	الكف	0.84190	8.92	0.26726	10.6429	6.45	0.000	معنوي

*مستوى الدلالة عند نسبة خطأ $\geq (0,05)$

4-1 مناقشة نتائج الجدول (1)

من خلال ملاحظة الجدول (1) فقد أظهرت نتائج المجموعة التجريبية الاولى تأثير الحقبة التعليمية باستخدام الأسلوب التدريبي وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في بعد العصبية .

وتعزو الباحثة انخفاض العصبية لدى المجموعة التجريبية الاولى يعود الى ما تتمتع به الطالبة من مواقف تعليمية في اتخاذ حريتها وابتعادها عن الضغوطات الانفعالية عند الاداء تمارينات الجمناستك الابقاعي ، ويشير (علاوي، 1979) "ان العصبية تكون مصاحبة للانفعالية" (علاوي، 1979، 149). وترى الباحثة انخفاض العدوانية لدى المجموعة التجريبية الاولى ان تأثير الحقبة التعليمية باستخدام الاسلوب التدريبي وما يرافق في هذا الاسلوب دور الطالبة في قدرتها على تقبل اداء الواجب الحركي من دون مقارنتها مع الاخرين والتحكم في انفعالها اثناء اداء مهارات الجمناستك الابقاعي ادت الى تبيد العدوانية لديها وهذا ما اكده (محسن ، 1990 ، 108) " " السيطرة على السلوك العدائي ناتج عن توافق السمات الخلقية والتربوية والسيطرة على العنف و ضبط النفس والقدرة على التحكم في المواقف الضاغطة مما يؤدي إلى التوازن النفسي و الشعور بالأمن النفسي والصحة النفسية"

ترى الباحثة انخفاض في بعد الاكتئابية لدى المجموعة التجريبية الاولى يعود تأثير الحقبة التعليمية باستخدام الاسلوب التدريبي لان الصفة المميزة بهذا الأسلوب هي بداية الاستقلال والتحرر في بعض الأعمال حيث أن الطالبة تقوم باتخاذ القرارات الممنوحة لها بنفسها وعليها وهذا يعدل من مزاجيتها وبث فيها روح المرح

والتفاؤل عند اداء التمرينات لكل مهارة وهذا ما اشار اليه (علاوي، 1979) " ان الاكتئابية تميز الافراد الذين يتسمون بالتذبذب المزاجي التشاؤم وعدم فهم الاخرين واحساسهم بالذنب "(علاوي، 1979، 149)

ترى الباحثة في بعد الاستثارة لدى المجموعة التجريبية الاولى ان ما يميز به هذا الاسلوب بإعطائه فرصة للطالبات لممارسة النشاط والتعلم وكيفية التعامل مع الإحباط والفشل وكذلك تعلم متعة النجاح ساعدتهم في عدم الشعور بالضيق النفسي والسيطرة على انفعالاتهم في بعض مواقف الفشل بعد اداء التمارين لكل مهارة لحين ضبطها كمهارة كاملة وبذلك تقل درجة استثارتهن اذا يذكر (علاوي، 2004) " إنَّ القابلية للاستثارة تكون مصاحبة للاستثارة الانفعالية". (علاوي، 2004، 148)

وترى الباحثة في بعد الاجتماعية ارتفعت ايجابيا لدى المجموعة التجريبية الاولى ساعد هذا الاسلوب الى التعرف على نوع جديد من العلاقة بين المدرسة والطالبة حيث ان التعليم في مجموعة يؤدي الى تطوير الجانب الاجتماعي ورغبة الطالبات في عقد صداقات جديدة مع المدرسة وبينهم ايضا عند تطبيق الوحدات التعليمية. وهذا التفاعل ينتج اداء جيد في تعليم مهارات الجمناستك الايقاعي ويشير (علاوي، 2009) بأن هذه السمة تظهر في استعداد الفرد للتعاون مع الزملاء في المجموعة والاهتمام والثقة بهم والتكيف معهم ومحاولة التفاعل مع الأفراد الآخرين والتقرب للناس وسرعة عقد الصداقات واتساع دائرة المعارف والتميز بروح المرح والحيوية والنشاط والحاجة إلى التعامل مع الآخرين وعدم تفضيل الوحدة وعدم الانفراد بالنفس. (علاوي ، 2009 ، 158-169).

ترى الباحثة في بعد الهدوء ارتفع ايجابيا ايضا لدى المجموعة التجريبية الاولى فيه تقوم الطالبة على تعلم المهارات بمفردها لفترة من الوقت وهذا يساعدها في تنمية الهدوء والسكينة والابتعاد عن الكلام مع زميلاتها وهو عكس الاستثارة.

وترى الباحثة في بعد السيطرة ارتفع لدى المجموعة التجريبية الاولى وما يميزه هذا الاسلوب من اتخاذ الطالبة القرارات الصحيحة اثناء العمل اعط حافز للسيطرة الايجابية البعيدة عن العدوانية والثقة بالنفس عند اداء المهارة بشكلها الصحيح وهذا ما اكده (علاوي ، 1998) ان الرياضيون يتسمون بالسيطرة في مواقف حياتهم (علاوي، 1998، 49).

ترى الباحثة في بعد الكف ارتفع هو الاخر لدى المجموعة التجريبية الاولى لان الاسلوب التدريبي اعطى للطالبات وقتا اكبر لتحقيق بعض الاعمال المبدعة من خلال تفاعلهم اثناء الاداء وعدم ظهور الخجل لديهم وهذه صفة تميزهم ان يكون جريئات اثناء اداءهم المهارة بتكنيك صحيح امام المدرسة وهذا ما اكده (علاوي ، 2007) "ان هذه السمة تميز الافراد غير القادرين على التفاعل والتعامل وخاصة في المواقف المحرجة وسرعة ظهور الخجل عند مواجهة بعض الاحداث وعدم القدرة على سرعة اتخاذ القرار والارتباك

عند قيام الآخرين بمراقبتهم " (علاوي، 2007، 149) وترى الباحثة من مميزات الاسلوب التدريبي يستخدم لبناء شخصية الطالبات واشعارها بذاته .

4-2 عرض نتائج الاختبارات القبلية والبعدي لمتغير الشخصية للمجموعة التجريبية الاولى (تأثير الحقبة التعليمية باستخدام اسلوب المراجعة الذاتية

جدول (2)

جدول الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدي لمتغير الشخصية للمجموعة التجريبية الاولى (تأثير الحقبة التعليمية باستخدام اسلوب المراجعة الذاتية)

ت	متغيرات الشخصية	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت	قيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
1	العصبية	0.63332	11.357	0.46881	7.2857	12.59	0.000	معنوي
2	العدوانية	0.80178	11.2143	0.67937	7.0000	11.66	0.000	معنوي
3	الاكتئابية	0.73005	10.9286	0.73005	7.0714	12.56	0.000	معنوي
4	الاستثارة	0.72627	11.2857	0.82542	7.2857	10.71	0.000	معنوي
5	الاجتماعية	0.51355	9.4286	0.47463	12.0714	8.43	0.000	معنوي
6	الهدوء	0.47463	8.0714	0.46881	12.7143	13.578	0.000	معنوي
7	السيطرة	0.73005	10.9286	0.51355	12.4286	7.92	0.000	معنوي
8	الكف	0.82542	10.7143	0.36314	12.8571	8.52	0.000	معنوي

*مستوى الدلالة عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

4-2-1 مناقشة نتائج الجدول (2)

من خلال ملاحظة الجدول (12) فقد أظهرت نتائج المجموعة التجريبية الثانية (تأثير الحقبة التعليمية بأسلوب المراجعة الذاتية) وجود فروق معنوية بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي في بعد العصبية .

وتعزو الباحثة انخفاض بعد العصبية لدى المجموعة التجريبية الثانية ان اسلوب المراجعة الذاتية تتعرف فيه الطالبة حدود امكانياتها البدنية وتتقبلها بدون نفرة وهذا ما تبين عند اداء الطالبات مهارات الجمناستيك الايقاعي انخفضت لديهم سمة العصبية وايضا ان تطوير الاداء الفني ساهم الى التخلص من التوتر وهذا ما اكده (حامد الأفندي، 1975) "إنَّ الرياضة تتيح فرصة للتخلص من حالات التوتر النفسي" (الأفندي، 1975، 211)

وترى الباحثة انخفاض بعد العدوانية لدى المجموعة التجريبية الثانية حيث ان الاستقلالية التي تمتعت بها الطالبات اثناء استخدام التقويم الذاتي بعد اداء مهمتهما ساعدتهما على تبديد والتغلب على العدوانية وهذا ما

اشار اليه (علاوي، 2007) ان العدوانية تشير الى الافراد الذين يستجيبون ويتصدون للأخرين بالمشاحنات ويتميزون بالاندفاع وعدم الهدوء (علاوي، 2007، 148)

ترى الباحثة انخفاض ايضا في بعد الاكتئابية لدى المجموعة التجريبية الثانية وهذا ما اتوصلت اليه الباحثة عند اداء الطالبات المهارات برضا وتفاهم واعتدال في المزاج وتحلى بالامانة الموضوعية عند تقييم نفسها بعد انتهاء تعليم المهارة وهذا ما اكده (علاوي، 2007، 148) "ان الاكتئابية تميز الافراد الذين يتسمون بالتذبذب المزاجي والتشاؤم والشعور بالتعاسة والخوف وعم فهم الاخرين لهم والاحساس بالذنب "

وترى الباحثة ايضا انخفاض في بعد الاستثارة لدى المجموعة التجريبية الثانية كون في اسلوب المراجعة الذاتية تتعرف الطالبة على اخطائها بذاتها من خلال ما تقوم به بورقة العمل وهذا ما ساعد الطالبات في اداء المهارات بعيدا عن التوتر والاحباط عند الفشل وهذا ما اكده (علاوي، 2007، 148) ان سمة الاستثارة تميز الافراد ذوي الاستثارة العالية والانزعاج والغضب والاستجابات العدوانية عند الاحباط وسرعة التأثر والحساسية " (علاوي، 2007، 148)

وترى الباحثة ارتفاع ايجابي في بعد الاجتماعية لدى المجموعة التجريبية الثانية ان اداء التمارين في مجموعات ومشاهدة الفلم التعليمي معا وميل الطالبات الى المشاركة مع زميلاتها خلق نوع من المودة وعقد صداقات كان ايجابيا في تنمية الشخصية لدى الطالبات . وهذا ما اكده (علاوي، 2007، 168)، استعداد الفرد الرياضي للتعاون مع الزملاء والاهتمام بالثقة بهم ومحاولة التفاعل مع الاخرين وسرعة عقد صداقات واتساع دائرة المعارف . (علاوي، 2007، 168) .

ترى الباحثة في بعد الهدوء لدى المجموعة التجريبية الثانية ان اداء المهارات الجمناستك الايقاعي بصورة منفردة يتطلب كثيرا من الهدوء وبذلك ارتفعت سمة الهدوء لدى الطالبات وخاصة ان اسلوب المراجعة الذاتية يطور الطالبة لتحمل المسؤولية بهدوء عند تنفيذ الاداء بصورة صحيحة وتستثمر وقتها بعيدا عن الفوضى والعصبية .وكما اشارت الباحثة الهدوء عكس الاستثارة.

ترى الباحثة في بعد السيطرة لدى المجموعة التجريبية الثانية كان ارتفاعه ايجابا وذلك ان شعور الطالبة بالراحة التامة عندما تكون اكثر استقلالية خلال مدة الاداء تساعدها على اثبات ذاتها والثقة بالنفس محاولة السيطرة على البيئة التعليمية وقدرتها لتوجيه نفسها والحاجة الى القوة في الاداء وهذا ما اكده (علاوي، 2007، 169) تكون سمة السيطرة من مركب عريض يشير بصفة عامة الى توكيد الذات والقوة ومحاولة التأثير او التحكم في الاخرين او في بيئة الفرد ومحاولة التأكيد بالتفاخر او التباهي . (علاوي، 2007، 169)

وترى الباحثة في بعد الكف لدى المجموعة التجريبية الثانية افضلية ويعود ذلك الى ان اداء الطالبة بمفردها كان ايجابيا ابعدا عن الارتباك وخاصة عند القيام الاخرين بمراقبتها مما ساعدها على الضبط ومواجهة

الموقف عند ارتكابها الاخطاء وقدرتها في تنمية الاداء الفني الصحيح وانخفاض الخجل لان اداء المهارات الجمناستك الايقاعي وتطويرها يحتاج الى الجرأة والصلابة

3-4 عرض نتائج الاختبارات الاختبارات البعدية - البعدية للمجموعتين التجريبتين (الحقبة التعليمية بالأسلوب التدريبي والحقبة التعليمية بالأسلوب المراجعة الذاتية) في متغير الشخصية ،وتبعا للفرضيات البحث:

- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاختبار البعدي - البعدي بين المجموعتين التجريبتين (الاولى والثانية) في تنمية الشخصية لدى الطالبات.

جدول (3)

- يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة وقيم الاحتمالية ومستوى الدلالة للاختبار البعدي - البعدي للمجموعتين التجريبتين (الحقبة التعليمية بالاسلوب التدريبي والحقبة التعليمية بالاسلوب المراجعة الذاتية)
- 3-4 مناقشة نتائج متغير الشخصية للاختبارات البعدية- البعدية لمجموعتي البحث:-
- من خلال ملاحظة جدول (10) فقد اظهرت النتائج وجود فروق معنوية في الاختبار البعدي - البعدي
- *مستوى دلالة عند نسبة خطأ $\geq (0.05)$

ت	الابعاد	المجموعة التجريبية (الاسلوب التدريبي)		المجموعة التجريبية (المراجعة الذاتية)		قيمة ت	قيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
		ع	س	ع	س			
1	العصبية	0.51355	10.4286	0.46881	7.2857	12.769	0.000	معنوي
2	العدوانية	0.78446	8.0000	0.67937	7.0000	4.66	0.000	معنوي
3	الاكتئابية	0.78446	8.55	0.73005	7.0714	5.14	0.000	معنوي
4	الاستثارة	0.75593	10.5714	0.82542	7.2857	12.66	0.000	معنوي
5	الاجتماعية	0.47463	10.0714	0.47463	12.0714	8.55	0.000	معنوي
6	الهدوء	0.49725	9.6429	0.46881	12.7143	9.67	0.000	معنوي
7	السيطرة	0.51355	10.9286	0.51355	12.4286	6.74	0.000	معنوي
8	الكف	0.26726	10.6429	0.36314	12.8571	7.38	0.000	معنوي

لاختبار متغير الشخصية بين المجموعتين التجريبتين (تأثير الحقبة التعليمية باستخدام اسلوب التدريبي والمراجعة الذاتية) وتعزو الباحثة ذلك في بعد العصبية قد تحسن للمجموعتين وذلك ما تحويه الحقبة التعليمية المستخدمة الاسلوبين من منهاج تعليمي موحد ومنظم ونفس وقت وعدد الوحدات التعليمية الذي اعدته الباحثة والذي تم تطبيقه وفقا للقواعد العلمية الصحيحة قد ساعد على تقليل الضغط الانفعالي لدى افراد المجموعتين مما ادى الى انخفاض العصبية والافضلية للمجموعة التجريبية الثانية (الحقبة التعليمية

بأسلوب المراجعة الذاتية)، اذا تشير (مجيد، 2012) العصاب الذي ينتج عن ضغط انفعالي على الجهاز العصبي فيميل الى الاستجابة عن طريق الاعراض العصبية).
(<https://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=303701>)

ترى الباحثة في بعد (العدوانية) فقد تطور للمجموعتين وانخفضت درجتهم ،وهذا يعود الى طبيعة العمل في الاسلوبين الذي ساعدهم في تنمية الخبرات التعليمية قد ساعدت كثيرا في تقليل الافكار والسلوكيات العدوانية والافضلية للاسلوب المراجعة الذاتية ،فالعدوان (هو السلوك الذي ينشا من عدم ملائمة الخبرات السابقة للفرد مع الخبرات الحالية، واذا دامت هذه الحالة فانه يتكون لدى الفرد احباط يتكون من جراه سلوكيات عدوانية).
بطينة و قريد، 2020، 32)،

ترى الباحثة في بعد (الاكتئابية) ان انخفاض حدة الاكتئاب مؤشر ايجابي بين المجموعتين ،ان ممارسة الانشطة الرياضية الهادفة وبالشكل الصحيح يؤدي الى قلة الاضطرابات النفسية والجسمية وشعور افراد العينة بالبهجة والانشرح ساعدتهم في تعديل مزاجهم .والافضلية لأسلوب المراجعة الذاتية، حيث ان الاكتئاب ما اكده (فارسي، 2020) هو "حدوث انخفاض كبير في الطابع المزاجي للفرد بسبب فقدان الاستمتاع بالنشاطات اليومية مما يؤدي الى حدوث تغيرات تؤدي الى الشعور بالتعب وفقدان الطاقة والجهد". (فارسي، 2020، 80)

ترى الباحثة في البعد الرابع من ابعاد الشخصية والذي هو بعد (الاستثارة) قد تحسن ايضا للمجموعتين التجريبيتين وبشكل افضل للمجموعة الثانية مجموعة (المراجعة الذاتية) فعلاقة الاستثارة بالأداء وتحسنه تتناسب عكسيا ،اي ان تحسن الاداء سوف يخفض الاستثارة وبما ان هذه المجموعة قد تطورت مهاريا بالجمناستك الايقاعي في المهارات فان هذا التطور انعكس ايجابيا على الاستثارة وساعد على خفضها بشكل جيد ،اذ يشير (محمد، 2015) الى ان العلاقة بين الاستثارة والاداء هي علاقة عكسية خصوصا في مراحل الاستثارة العالية جدا او المنخفضة جدا فزيادتها بشكل كبير تؤثر سلبيا على الاداء . (محمد، 2015، 253).

ترى الباحثة في بعد (الاجتماعية) نجد انه قد تطور حيث ان طريقة الاداء على شكل مجموعات عند عرض الفلم التعليمي للمهارات قد ساعدت على تطوير الجانب الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية بين افراد هذه المجموعتين حيث ان اللعب ومزواله النشاط والتواصل في المجموعة يؤدي الى تطوير الجانب الاجتماعي والافضلية لأسلوب المراجعة الذاتية وهذا ما يؤكد (شريف، 2013) بان " اللعب وطرق التواصل والاستجابات غير اللفظية ضرورية خلال التفاعل مع الاخرين ومفيدة كأسلوب في التصرف السليم في المواقف المختلفة". (شريف ، 2013 ، 73)

وترى الباحثة في بعد (الهدوء) قد تطور ايضا للأفراد عينة المجموعتين على تحسن الهدوء من خلال قدرة افراد المجموعتين على التحكم بالانفعالات والسيطرة على ردود الافعال والقدرة على التركيز وهذا ما يؤكد

(مسعودي، 2002) بان "الهدوء هو قدرة الفرد على السيطرة والضبط في التعبير عن انفعالاته وامتلاكه وجودا اصيلا مع الاخرين قائم على الحب والتفاعل الذي لا يلغي خصوصيته وتفرده معهم". (مسعودي، 2002، 85،

وترى الباحثة في بعد(السيطرة) فلم يكن مختلفا عن الابعاد الاخرى من حيث تحقيقه فرقا معنويا لصالح المجموعتين والافضلية للمجموعة الثانية ،فالحقيبة التعليمية بأسلوب المراجعة الذاتية بكل ما تحتويه أنشطة وتمارين وتحركات قد ساعدت في تحسن الجوانب النفسية المتعلقة بمحور الشخصية من التخاطب وضبط النفس من خلال تحركها في ظل هذه الحقيبة لتعلم مهارات الجمناستك اذ ان " التحكم والسيطرة الاجتماعية تشير الى مهارات الفرد في الانخراط في البيئة الاجتماعية بطرق تساعد على دعم وتعزيز انشطته التعليمية " <https://e3arabi.com/?p=878169>

وترى الباحثة في بعد (الكف) قد حقق فرقا معنويا لصالح المجموعتين والافضلية للحقيبة التعليمية بأسلوب المراجعة الذاتية حيث ان الحقيبة التعليمية قد ساعدت افراد المجموعتين في التحكم بانفعالاتهم وكتبها حتى العودة للحالة الطبيعية وهذا ما اكده (علاوي، 1998) فالكف "يشير إلى الصبر والمثابرة والقدرة على ضبط النفس والسيطرة على الانفعالات قبل المنافسة والقدرة على عدم اظهار تعبيرات انفعالية وسهولة العودة للحالة الطبيعية بعد الإثارة". (علاوي، 1998، 47)

ويضيف(الصفار، 1998) ان الحقيبة التعليمية تراعي مستوى المتعلم والفروق الفردية وتقلل من الخوف والخل كما تشجعه على تكرار الحركات وتلقي التغذية الراجعة عند الحاجة ،لكل هذه الامور ساعدت في تحقيق اهداف وفروض البحث .

3-4 الاستنتاجات والتوصيات :-

1- ان تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام الاسلوبي (التدريبي - والمراجعة الذاتية) كان لها فاعلية في تنمية الشخصية .

2- ان استخدام الحقيبة التعليمية له اثر في زيادة دافعية المتعلم نحو التعلم وتنمية سمات الشخصية لدى الطالبات من خلال رغبة المجموعتين التجريبيتين وتفاعلهم في اثناء تطبيق مفردات الوحدات التعليمية للحقيبة التعليمية لاحتوائها على اكثر وسيلة تعليمية وقرارات تدريس منحها لهم الاسلوبين .

3- تأثير الحقيبة التعليمية باستخدام الاسلوبين (التدريبي والمراجعة الذاتية) والافضلية لأسلوب المراجعة الذاتية كان لها تأثير ايجابي وفعال في تنمية السمات الشخصية لدى الطالبات .

2-5 التوصيات :-

في ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بما يأتي :

- 1- اعداد دورات تعليمية للمدرسين لمتابعة الطرائق التدريس الحديثة في تدريس المهارات والاهتمام بالوسائل والتكنولوجيا التعليمية وكيفية اعدادها والاستفادة منها اثناء الدرس ..
- 2- استخدام اسلوبي (التدريبي_ والمراجعة الذاتية) في تحقيق الاهداف التعليمية ولأهميتها في تنمية الشخصية الطالبات .
- 3- اماكن استخدام الحقيبة التعليمية في تدريس المواد الاخرى لما لها من خصائص جيدة في تنمية السمات الشخصية للطالبات وبالشكل والمحتوى الذي يناسب المادة الدراسية .

المصادر العربية والاجنبية

- الحيلة ،محمد محمود (2001):طرائق التدريس واستراتيجياته ،ط1، دار الكتاب الجامعي العين ، الامارات العربية المتحدة .
- جودت ،احمد سعادة (1984):الحقيبة التعليمية كنموذج للتعليم الفردي ، مجلة اتحاد الجامعات العربية، العدد19.
- سويدان،أمل عبد الفتاح . مبارز، منال عبد العال(2007):التقنية في التعليم ،مقدمات اساسية للطالب المعلم، ط1 ، دار الفكر العربي.
- الجاغوب ،محمد عبد الرحمن (2002): المنهج القويم في مهنة التعليم ،ط1،وائل النشر والتوزيع ،عمان ،رام الله.
- عبيدات ،ذوقان واخرون(2004) :البحث العلمي (مفهومه وادواته واساليبه)،ط8 ،دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن
- موستن ، موسكا (1991) :تدريس التربية الرياضية ،ترجمة جمال صالح واخرون ، دار الكتب للطباعة والنشر ،جامعة الموصل
- بطينة ،سعيدة ،و قريد ، نسرين(2020) :السلوك العدواني وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ،مذكرة الماجستير،قسم العلوم الاجتماعية ،كلية العلوم الانسانية والاجتماعية ،جامعة الوادي
- فارسي ،ابراهيم الخليل (2020):الخجل وعلاقته بالاكتاب لدى عينة من تلاميذ السنة الاولى ثانوي ،الجزائر ، مجلة العلوم الاجتماعية ،المجلد 14 ،العدد الثاني.
- محمد،محمد خالد(2015) : تحليل العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز الرياضي على ضوء مراكز اللعب المختلفة بكرة القدم ، المجلة العلمية لعلوم وتقنيات الانشطة البدنية والرياضية، العدد12.
- شريف، نزيهة (2013):المهارات الاجتماعية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية ،رسالة ماجستير،جامعة محمد بوضياف ،الجزائر
- مسعودي ،عبد عون عبود:(2002) :قياس الاتزان الانفعالي لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير،جامعة بغداد،كلية التربية ابن الهيثم،العراق.
- علاوي ،محمد حسن (1998) : موسوعة الاختبارات النفسية لرياضيين_، ط1 ،القاهرة ،مركز الكتاب للنشر ،مصر .

- Al-Heila, Muhammad Mahmoud (2001): Teaching Methods and Strategies, 1st Edition, University Book House, Al-Ain, United Arab Emirates.

- Jawdat, Ahmed Saadeh (1984): The educational bag as a model for individual education, *Journal of the Union of Arab Universities*, No. 19.
- Suwaidan, Amal Abdel-Fattah. Mubarez, Manal Abdel Aal (2007): *Technology in Education, Basic Introductions to Student Teachers*, 1st Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Jagob, Muhammad Abdul-Rahman (2002): *The Right Approach in the Teaching Profession*, 1st Edition, Wael Publishing and Distribution, Amman, Ramallah.
- Obeidat, Thouqan and others (2004): *Scientific research (its concept, tools and methods)*, 8th edition, Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- Mustin, Mosca (1991): *Teaching Physical Education*, translated by Jamal Saleh and others, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, University of Mosul.
- Butina, Saeda, and Qurayd, Nisreen (2020): *Aggressive behavior and its relationship to the academic achievement of fourth year intermediate students*, Master's note, Department of Social Sciences, Faculty of Humanities and Social Sciences, El-Wadi University
- Farsi, Ibrahim Al-Khalil (2020): *Shyness and its relationship to writing among a sample of first-year secondary school students, Algeria*, *Journal of Social Sciences*, Volume 14, Issue Two.
- Muhammad, Muhammad Khalid (2015): *Analyzing the relationship between emotional arousal and motivation for sports achievement in the light of the different playing centers in football*, *The Scientific Journal of Science and Techniques of Physical and Sports Activities*, Issue 12.
- Sherif, Naziha (2013): *Social skills and their relationship to academic achievement among a sample of secondary school students*, Master's thesis, Mohamed Boudiaf University, Algeria
- Masoudi, Abd Aoun Abboud: (2002): *Measuring emotional balance among university students*, master's thesis, University of Baghdad, College of Education, Ibn Al-Haytham, Iraq.
- Allawi, Mohamed Hassan (1998): *Encyclopedia of Psychological Tests for Athletes*, 1st Edition, Cairo, Al-Kitab Center for Publishing, Egypt.

مركز التحكم وعلاقته بالعزو السببي لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بكرة

القدم في محافظة اربيل

دينا عوديش يلداء/ جامعة صلاح الدين – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. الان قادر رسول/ جامعة صلاح الدين – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة:

يهدف البحث الى :- بناء مقياس لقياس مركز التحكم لدى عينة البحث - التعرف

على العلاقة بين مركز التحكم و العزو السببي لدى عينة البحث

واقترضت الباحثة ما يأتي:- هناك فروقات في مركز التحكم لدى عينة البحث -

هناك فروقات في مركز التحكم و العزو السببي لدى عينة البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوبها المسحي و الارتباطي و ذلك لملائمته و

طبيعة المشكلة اما عينة البحث فاختارتها الباحثة بالطريقة العمدية و تمثلت بلاعبي

اندية الدرجة الممتازة المشاركة في دوري اقليم كردستان – العراق و البالغ عددهم (

320) لاعبا بحيث اختارت الباحثة (188) لاعبا كعينة البناء و (100) لاعبا

كعينة التطبيقية و بعد اجراء العديد من الخطوات العلمية في عملية بناء مقياس من

حيث صياغة الفقرات و اجراء المعاملات العلمية كاستخراج القوة التمييزية للفقرات و

معامل الاتساق الداخلي و الصدق و الثبات و الموضوعية لمتغيرات البحث . و قد

استغرق تطبيق الخطوات حوالي ست اشهر بدا من 25 - 1 - 2021 لغاية 25 -

7 - 2021 اذ تم خلال هذه المدة بناء المقياس و تطبيقها و اجراء الاختبارات

المهارية لدى عينة البحث مستخدما الوسائل الاحصائية المناسبة في تحليل النتائج

باستخدام نظام (SPSS) وبعد فرز النتائج و اجراء المعاملات الاحصائية استنتجت

الباحثة مجموعة من الاستنتاجات منها ان اغلب اللاعبين يتميزون بمركز التحكم

الخارجي و هناك علاقة ارتباطية بين مركز التحكم و العزو السببي و بعض

المهارات الاساسية منها (المناولة - الدرجة - التهديد) وفي الختام اوصت

الباحثة بضرورة استخدام المدربين لمقياس مركز التحكم و معرفة توجهات اللاعبين

و ما هو نمط السائد لديهم لكي يتم الاخذ بنظر الاعتبار كيفية اعطاء التوجيهات و

الارشادات للاعبين بما يتلاءم و النمط السائد لديهم كذلك اجراء دراسات مماثلة على

فئات اخرى لمركز التحكم و بعض المتغيرات النفسية و الاجتماعية الاخرى .

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- مركز التحكم

- علاقة

- العزو السببي لاعبي

- كرة القدم

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

شهد علم النفس تطورات كبيرة حيث استحوذ على اهتمام العلماء والباحثين بصورة عامة وعلماء علم النفس الرياضي بصورة خاصة لما يتميز به هذا العلم من تنوع معرفي واسع في مواقفه ودراساته مما حث الباحثين بدراسته والخوض في موضوعاته حيث شكل هذا العلم عاملاً مشتركاً مع بقية العلوم النفسية الأخرى في البحث والتقصي عن الحقائق السلوكية لدى الشخصية الرياضية من خلال التداخل المنطقي بينه وبين العلوم الأخرى ومن بينها علم النفس الاجتماعي ، وعلم نفس النمو وهذه العلوم في نهاية المطاف تصب في خدمة الرياضي وجعله ذي إمكانيات وقدرات وقابليات صحية وبدنية وعقلية ونفسية جيدة وبالمستوى المطلوب الذي يمكن الرياضي من الوصول الى تحقيق الاهداف الرياضية والانجازات العالمية .

ومركز التحكم يعتبر أحد العوامل النفسية التي لها دور كبير وارتباط حيوي على مستوى اللاعبين بدنياً و ذهنياً حيث تشير دراسة (مولستاد عام 1981) التي أظهرت أن الطالبات الجامعات من ذوات التحكم الداخلي يقنوقن على نظيرتهن من ذوات التحكم الخارجي في متغيرات زمن (المثابرة) الاستمرار مع الانسجام الاحتمالي للواجب البدني .

اما العز و السببي فيقصر به التعليلات السببية سواء من اللاعب الرياضي أو من الاداري أو من الفريق الرياضي أو من غيرهم لنتائج الاداء في المنافسات الرياضية وبصفة خاصة في حالات الفوز أو الهزيمة . وفي المجال الرياضي يلاحظ كثرة حدوث عمليات (التعليل السببي) أو محاولة ارجاع الاسباب أي كثرة حدوث عمليات العزو التي يقوم بها اللاعبون أو المدربون أو الاداريون وغيرهم عقب المنافسات الرياضية او عقب حدوث الانتصارات او الهزائم للفرق الرياضية أو اللاعبين الرياضيين. وينظر لهذا المصطلح على انه تفسير اللاعب للنجاح الذي حققه في المنافسة أو الفشل الذي تعرض له فيها , وهي على العموم الاسباب التي لا يدركها اللاعب بنفسه من خلال سلوكه الذاتي وكذلك سلوك الآخرين , كما تؤكد على الفروق في ادراكات اللاعب (ذاتياً) و ادراكات الآخرين (خارجياً) وعلى العموم فالعز و أو التحليل السببي

ومن هنا ترى الباحثة ان الاهتمام بالجانب النفسي بدأ يزداد في السنوات الاخيرة بعدما تبين أن هناك علاقة وثيقة بين العوامل النفسية و المستوى الرياضي الذي يظهره اللاعب , و العكس بذلك يؤدي الى تذبذب أو هبوط في مستوى الاداء , وما يترتب عليه من تعرض اللاعب الى ارتباك , ومن هنا ظهرت أهمية الدراسة لدى الباحثة عند النظر للعبة كرة القدم و علاقة المتغيرات النفسية مركز التحكم و علاقته بالعزو السببي و اداء بعض المهارات الاساسية للعبة كرة القدم .

2-1 مشكلة البحث :-

تبدو مشكلة البحث في كثير من التساؤلات التي قد يبيدها اللاعبون في أسباب فشلهم أو نجاحهم في مباراة ما , فيضعون اسبابا لهذا الفشل أو النجاح تعود الى لياقتهم وقدراتهم البدنية والجسمية أو المعرفية أو الى أسباب أخرى وتؤكد نتائج الدراسات في المجال الرياضي أن العزو في المجال الرياضي سمة موجودة عند جميع الرياضيين رغم أن التعليل السببي مختلف فيما بينهم أي ان لكل لاعب أسلوب معين عن اللاعبين الاخرين ، وان ظهور مشكلة هذه الدراسة جاءت من خلال مراجعة للدراسات والبحوث السابقة وكذلك الاطلاع على المراجع العملية التي أكدت على أهمية مركز التحكم بالنسية للرياضي وكذلك خبرة الباحثة في مجال الرياضة عامة وفي لعبة كرة القدم ومهاراتها التي تحتاج الى دقة الاداء تحت ظروف متعددة و متطلبات مختلفة .

ان كل لاعب متمرس ووصل الى المستويات العليا لديه مزيج من نوعي مركز التحكم الداخلي والخارجي لكن الاختلاف في درجة السيطرة لأي منهما بمعنى ان رياضياً يغلب لديه الضبط الخارجي والآخر يكون النمط السائد عنده الداخلي ، ومما تجدر الاشارة اليه ان اللاعب هو الذي يقدر ما يستطيع ان يحققه في مجال عمله استناداً الى ما يمتلكه من قابليات ولا يمكن للفرد الرياضي ان يصل الى تحقيق الانجازات ما لم يكن هنالك دافعية تحفزه لتحقيق الهدف الذي يسعى للوصول اليه وهذه تختلف من مرحلة الى اخرى من مراحل مزاوله النشاط الرياضي ، ومن هنا تكمن مشكلة البحث في دراسة واقع مركز التحكم لدى لاعبي كرة القدم المتقدمين ومعرفة اي الانماط السائدة لديهم وكذلك ميولهم في العزو السببي . ودراسة العلاقة الارتباطية بين مركز التحكم والعزو السببي .

1-3 أهداف البحث :-

- 1- بناء مقياس مركز التحكم لدى عينة البحث .
- 2- التعرف على ذوي التحكم الداخلي و الخارجي .
- 3- التعرف على درجة العزو السببي لدى عينة البحث .
- 4- التعرف على العلاقة الارتباطية بين مركز التحكم و العزو السببي لدى عينة البحث .
- 5- التعرف على العلاقة الارتباطية بين مركز التحكم (الداخلي و الخارجي) و المهارات الاساسية بكرة القدم لدى عينة البحث .

1-5 مجالات البحث :-

- 1- المجال البشري :- لاعبو أندية الدرجة الممتازة المشاركة في دوري أندية اقليم كردستان بكرة القدم في محافظة أربيل .

2- المجال المكاني :- الملاعب و القاعات و المنشأة الرياضية التابعة للأندية في محافظة أربيل .

3- المجال الزمني :- الفترة من 2020/12/10 و لغاية

1-6 تحديد المصطلحات :

العزو السببي (التعليل السببي) :

هو الأسباب التي تحاول تفسير أو شرح أو فهم نتائج سلوك ما في ضوء افتراضات فينر (Weiner) إلا إنه عقب حدوث نتيجة معينة لإنجاز أو لسلوك ما فأن الفرد ينشغل في محاولة التعرف على سبب حدوث هذه النتيجة أو محاولة تفسيرها . (علاوي ، 1998 ، 331- 332) .

مركز التحكم :

يعد مركز التحكم من الابعاد الشخصية الهامة اذ ان ذوي مركز التحكم الداخلي يشعرون بإمكانياتهم في السيطرة على ما يحدث لهم والافراد من ذوي مركز التحكم ضبط الخارجي يرون انفسهم تحت سيطرة القوى الخارجية (20 , 1981 , STUTT.D) .

3- منهج البحث و اجرائاته الميدانية :

1-3 منهج البحث :

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي بأسلوبين هما المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمتها طبيعة البحث ، إذ يعد " أحد المناهج التي تتقصى الحقائق وتستخلص النتائج اللازمة لحل مشاكل في مجتمع معين (جاسم واخرون ، 1988 ، 51) .

2-3 مجتمع البحث وعينته :

بلغ مجتمع البحث (320) لاعباً يمثلون (16) نادياً من لاعبي كرة القدم لاندية الدرجة الممتازة في دوري إقليم كردستان للموسم الرياضي 2020 / 2021 ، وقد تم اختيار عينة البناء والتطبيق بالطريقة العمدية ، وتم تقسيم عينة البحث إلى عينة البناء وتكونت من (188) لاعباً وبنسبة (58,75) من مجتمع البحث ، إما عينة التطبيق فتكونت من لاعبي اندية محافظة اربيل بواقع (100) لاعبا وبنسبة (31,25) من مجتمع البحث ، وبالنسبة للعينة الاستطلاعية فقد بلغت (20) لاعبا، وتم استبعاد (12) لاعبا من مجموع اللاعبين بسبب (عدم الحضور) ، والجدول (1) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعيناته.

الجدول (1)

يبين مجتمع البحث وعيناته

ت	المحافظة	النادي	عدد اللاعبين	عينة البناء	عينة التجربة الاستطلاعية	المستبعدون	عينة التطبيق
1	اربيل	اربيل	20				20
		بيشمركة اربيل	20				20
		برايتي	20		10		10

10		10		20	ارارات		
20				20	هندين		
20				20	سوران		
			20	20	هلو		
	2		18	20	سيرواني نوي	سليمانية	2
	3		17	20	بيشمركة سليمانية		
	2		18	20	نوروز		
	4		16	20	جمجمال		
			20	20	دربندخان		
	1		19	20	شيروان		
			20	20	زاخو	دهوك	3
			20	20	دهوك		
			20	20	زيرفاني		
100	12	20	188	320		المجموع	

3-3 الاجهزة و الادوات ووسائل جمع المعلومات المستخدمة في البحث :

استعملت الباحثة عددا من الاجهزة والادوات والوسائل البحثية للوصول إلى المعلومات الخاصة

بالدراسة وهي :

1- الاجهزة المستخدمة وشملت (ساعة توقيت , حاسبة الكترونية)

2- الادوات المستخدمة وشملت (مقياس مركز التحكم ملحق , مقياس العزو السببي ملحق , الاختبارات المهارية لبعض المهارات الاساسية , كرات قدم قانونية , الشواخص , شريط قياس الطول , صافرة , استمارة تفريغ البيانات .

وفيما ياتي وصف لإجراءات الدراسة :

3-3-1 الخطوات العلمية لمقياس مركز التحكم :

يؤكد كرونباخ (Cronbach, 1970) على ضرورة ان تبدأ الباحثة بتحديد المفاهيم التي تعتمدها في بناء المقياس قبل ان تبدأ بإجراءات بناء المقياس (Cronbach , 1970 , 496) .

تطلب اعداد الصيغة الأولية لمقياس التحكم الذاتي عدة اجراءات تبدأ بعملية صياغة فقرات المقياس بما يتلاءم ومجتمع البحث فضلا عن وضع التعليمات المتعلقة بكيفية الاجابة عنها وطريقة التصحيح وهذه الاجراءات هي :

3-3-1-1 الاطلاع على المقاييس السابقة :

قامت الباحثة بالاطلاع على المصادر والمراجع والدراسات والمقاييس السابقة في علم النفس وعلم النفس الاجتماعي والرياضي كمقياس (بشري احمد جاسم , 2017 و مقياس عفاف زياد الخفاجي 2002 ومقياس فائقة سعيد عمر جوانة 2012 التي تتعلق بادبيات التحكم الذاتي) من اجل الحصول على الادبيات و الاستفادة من توجهات وراء و الافكار المطروحة خلال صياغة فقرات المقياس .

3 - 3 - 1 - 2 المقابلات الشخصية :

من اجل الحصول على المعلومات والافكار الحديثة قامت الباحثة باجراء مجموعة من المقابلات الشخصية مع عدد من الخبراء المختصين في علم النفس الرياضي ملحق رقم (2) لغرض الاستماع الى ارائهم و طروحاتهم في هذا المجال و صياغة الفقرات بشكل المطلوب .

3 - 3 - 1 - 3 تحديد أسلوب صياغة الفقرات والاجابة عنها :

انّ اعداد فقرات المقاييس النفسية يعدّ اهم خطوة في بنائها، اذ تتوقف دقة المقياس - في قياس ما وضع من اجل قياسه - إلى حد كبير على دقة فقراته وتمثيلها للسمة المراد قياسها. لذلك ينبغي على الباحثة ان يكون على وعي تام بشروط اعداد الفقرات ومواصفاتها. اذ انّ الخصائص القياسية (السيكومترية) للمقياس تعتمد بشكل كبير على الخصائص القياسية (السيكومترية) للفقرات¹.

اعتمدت الباحثة على المقاييس السابقة و اراء السادة الخبراء في ترشيح و صياغة فقرات مقياسها و كذلك اختيار بدائل المقياس وقد تم الاتفاق بنسبة (100 %) على ملائمة فقرات و بدائل المقياس، بحيث تكون الاجابة عن الفقرات باختيار بديل واحد من بديلين و هما ((نعم ، لا)) وتعطى لها الدرجات (2 ، 1) على التوالي ، وقد روعي عند صياغة فقرات المقياس ما يأتي :

- ان تحتوي العبارة على فكرة واحدة.
- عدم استعمال العبارات التي يحتمل ان يجيب عنها الجميع أو لا يجيب عنها احد لكي لا تتعدم الفرصة امام الباحثة.

- ان تكون العبارات مصاغة بصيغة المتكلم .

- ان تكون العبارة خالية من اي تلميح غير مقصود بالإجابة الصحيحة .

3-3-1-4 صياغة فقرات المقياس:

من شروط بناء المقاييس النفسية ان تكون فقراتها مفهومة وتعليمات الاجابة عنها واضحة للذين يُعدّ لهم المقياس. ويجب اخفاء الغرض الحقيقي من المقياس (اي عدم كتابة اسم المقياس) للحصول على بيانات صادقة² . من خلال الاعتماد على الاسس الواردة في البحوث والدراسات العلمية حول اساليب بناء المقاييس وبعد تحليل المقاييس المذكورة سابقا تمت صياغة (66) عبارة لمقياس التحكم الذاتي الملحق (1) ، وقد تم عرض الفقرات المقترحة للمقياس على السادة الخبراء الملحق (2) لبيان مدى صلاحية الفقرات لقياس الغرض الذي وضعت من اجله ، وقد تم اتفاق السادة الخبراء على ان (12) عبارة تم حذفها من المقياس والملحق (4) يوضح فقرات المقياس بعد الاخذ بأراء السادة الخبراء لغرض التطبيق الأولي للمقياس والبالغ عددها (54)

¹ سعد عبدالرحمن ؛ القياس النفسي ، دار الفكر العربي ، عمان (1998) ، ص 440 .
² احمد محمد عبدالخالق: الاختبارات الشخصية ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، (1989) ص 65.

(عبارة ، اذ يشير بلوم إلى انه " يمكن الاعتماد على موافقة اراء الخبراء بنسبة 75% فاكثر في مثل هذا النوع من الصدق " (بلوم واخرون ، 1983 ، 126) .

3-3-1-5 التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاحد الموافق 25 / 4 / 2021 ، لبيان مدى صلاحية المقياس على عينة قوامها (10) لاعبين من لاعبي نادي برايتي الرياضي ، ويوم الثلاثاء الموافق 27 / 4 / 2021 لغرض اجراء اختبارات المهارات الاساسية بكرة القدم ، وكان الغرض من اجرائها ما يأتي :

- 1- اعداد الصورة الأولى للفقرات قبل القيام بتحليلها احصائيا .
- 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- دراية فريق العمل المساعد ملحق رقم (8) بتطبيق المقياس والاختبارات على عينة البحث .
- 6- احتساب زمن الاجابة والوقت الذي تستغرقه اللاعب في الاجابة عن فقرات المقياسين ، اذ تراوح زمن الاجابة من (25 - 35) دقيقة .
- 7- التأكد من وضوح تعليمات المقياسين ومدى تجاوب المختبرين وتفهمهم للاختبارات .
- 8- اتخاذ الاجراءات المناسبة من حيث الصياغة اللغوية لإعداد صورة المقياسين وتكون ملائمة للاعبين للاجابة عنها .
- 9- ادارة الاختبارات للمهارات الاساسية وما هي المعوقات التي قد تصادف العينة اثناء تطبيق الاختبارات وتجاوزها .

3-3-1-6 التحليل الاحصائي لفقرات مقياس مركز التحكم :

من مواصفات المقياس الجيد اجراء التحليل الاحصائي لفقراته للتمييز بين الافراد الذين حصلوا على درجات عالية والذين حصلوا على درجات منخفضة في المقياس نفسه ، اي استخراج القوة التمييزية للفقرات . وقد تم اجراء التحليل الاحصائي لمقياس التحكم الذاتي بطريقتين هما :

3-3-1-6-1 اسلوب المجموعتين المتطرفتين :

ان الهدف من تحليل الفقرات هو التأكد من كفايتها في تحقيق مبدا الفروق الفردية الذي يقوم عليه المقياس ، فيتم حساب القوة لغرض الابقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة ، ورتبت درجات اللاعبين البالغ عددهم (188) لاعبا تنازليا استنادا إلى أسلوب المجموعتين المتطرفتين اذ تم اختيار نسبة (27%) من الدرجات العليا والنسبة نفسها من الدرجات الدنيا لتمثلا للمجموعتين المتطرفتين ، اذ يؤكد ستانلي و هوبكنس " انّ هذه النسبة تجعل المجموعتين مثاليتين من جانب الحجم والتمايز (Stanly , 1972 , 286)

" ، وقد ضمت كل مجموعة (94) لاعبا ، وقام الباحثة بأجراء الاختبار التائي على المجموعتين الطرفيتين بهدف معرفة الفروق بينهما واعتمدت قيمة (ت) الدالة احصائيا مؤشرا لتمييز الفقرات ومن الجدول (2) ان القيم التائية لفقرات المقياس تراوحت بين (0.298 - 8.831) ونجد ان الفقرات (1 ، 8 ، 40 ، 48 ، 52) هي فقرات ضعيفة التمييز لان قيمة مستوى الدلالة لها اكبر من (0.05) .

3-3-1-6-2 معامل الاتساق الداخلي :

تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول إلى القوة التمييزية للفقرات ، اذ انّ هذه الطريقة تقدم لنا مقياسا متجانسا في فقراته إذ تقيس كل عبارة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل ، فضلا عن قدرتها على ابراز الترابط بين فقرات المقياس ، وقد استعمل معامل الارتباط البسيط لبيرسون لتحقيق ذلك بوساطة نظام (SPSS) وان الجدول (3) ان قيم معامل الارتباط بين فقرات مقياس التحكم الذاتي والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0.108 - 0.425) وعند الرجوع إلى جدول دلالة الارتباط وامام مستوى معنوية (0.05) وفي ضوء ذلك فان الفقرات (3 ، 22 ، 45) هي عبارة ضعيفة ، وبذلك يكون عدد الفقرات المحذوفة (8) عبارة لكلا الطريقتين وبذلك يصبح المقياس مؤلفا بصيغته الحالية بعد التحليل الاحصائي للفقرات من (46) عبارة والملحق (5) .

3-3-1-7 ثبات المقياس :

يعد الثبات من المؤشرات الضرورية كونه يعني " مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف لقياسها ، ويشير ثبات الاختبار إلى اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الافراد في عدد مرات الاختبار المختلفة وهناك عدة طرق لحساب الثبات اعتمدت الباحثة على : -

3-3-1-7-1 طريقة التجزئة النصفية :

لقد اعتمدت الباحثة على هذه الطريقة كونها تتطلب الاختبار لمرّة واحدة فقط وقد تم الاعتماد على البيانات التي حصلت عليها الباحثة والمتعلقة بدرجات اجابات (188) لاعبا وهم عينة التحليل الاحصائي ، ان هذه الطريقة تعتمد على تجزئة الاختبار إلى جزأين ، الجزء الأول يتضمن الفقرات التي تحمل الارقام الفردية ، والجزء الثاني يتضمن الفقرات التي تحمل الارقام الزوجية ، اذ تم احتساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين الدرجات المشار اليها والذي بلغ (0.778) ، الا ان هذه الطريقة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا يجب ان يتم تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل ، وقد قامت الباحثة باستعمال معادلة (سبيرمان - براون) * بهدف تصحيح معامل الارتباط وبذلك اصبح ثبات المقياس (0.875) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

* معادلة سبيرمان براون = 2×معامل الارتباط ÷ 1+معامل الارتباط

3-3-1-8 الخطأ المعياري للمقياس :

لو فحصنا احد افراد مجتمع البحث عدة مرات في مقياس التحكم الذاتي ضمن شروط واحدة فاننا سنحصل على درجة اما اعلى أو اقل أو الدرجة الأولى نفسها ، وهذا التذبذب يعود إلى ان المقياس لن يكون مثاليا من غير خطأ ، سواءاً أكان المقياس فيزيائيا ام نفسيا ، وهذا الخطأ له مصادر متعددة فربما يكون خطأ المقياس نفسه أو خطأ ناتجا عن ظروف التطبيق ، والخطأ المعياري الذي يتم استخراجها الان ما هو الا تقدير كمي ، ويتم الحصول عليه عادة من الثبات ، وعند تطبيق معادلة الانحراف المعياري بلغت درجة الخطأ (± 2.572) عندما كان معامل الثبات (0.875) وانحراف معياري قدره (2.628) وبناءً عليه فالدرجة الحقيقية للمقياس لأي لاعب هي الدرجة التي يحصل عليها في المقياس (± 2.572) .

3-3-1-9 تصحيح المقياس :

بعد ان انجزت الباحثة المعاملات العلمية اللازمة لمقياس التحكم الذاتي من خلال الاجراءات السابقة اصبح المقياس مكونا من (46) عبارة بصورته النهائية الملحق (5) وتكون الاجابة عن الفقرات باختيار بديل واحد من بدلين هما ((نعم ، لا)) وتعطى لها الدرجات (2 ، 1) على التوالي وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (46 - 92) وكان المتوسط الفرضي (69) .

3-3-2 مقياس العزو السببي :

لقد قامت الباحثة بتبني مقياس العزو السببي (التعليل السببي) الذي اعده (علاوي ، محمد حسن ، 1998 ، 223) وتم تطبيقه من قبل الكثير من الباحثين على عينات مختلفة في الوطن العربي ، ان مقياس العزو السببي ويتكون من (32) عبارة ملحق رقم (3)، ووضعت هذه العبارات في اربعة ابعاد وهي كالاتي :
بعد عزو الفوز وعباراتها (1 ، 5 ، 9 ، 13 ، 17 ، 21 ، 25 ، 29) .
بعد عزو الاداء السيء وعباراتها (2 ، 6 ، 10 ، 14 ، 18 ، 22 ، 26 ، 30) .
بعد عزو الاداء الجيد وعباراتها (3 ، 7 ، 11 ، 15 ، 17 ، 23 ، 27 ، 31) .
بعد عزو الهزيمة وعباراتها (4 ، 8 ، 12 ، 16 ، 18 ، 24 ، 28 ، 32) .

وتكون الاجابة على العبارات باختيار بديل واحد من اثنين (أ ، ب) الى أن اللاعب يعزو فوزه أو هزيمته أو أداءه السيء الى عوامل داخلية في نطاق تحكمه ، في حدين يشير الاختيار الثاني الى عزو اللاعب لاسباب فوزه أو هزيمته أو أداءه الجيد أو أداءه السيء الى عوامل خارجية خارج نطاق تحكمه ، ويقوم اللاعب باختيار واحد من البديلين اعلاه ويضع علامة ($\sqrt{\quad}$) أمام الاختيار الذي يتناسب مع حالته بالنسبة للمنافسات الرياضية ، وعند تصحيح المقياس منح درجة واحدة عند اختياره للعزو الداخلي ولا يمنح أي درجة لاختياره للعزو الخارجي ، ويتم جمع الدرجات لكل بعد على حدة ، وان درجة اللاعب كلما اقتربت

من (8) تشير الى ان اللاعب يتميز بالعزو الداخلي ، ويمكن ان تقارن درجات اجابة أي لاعب لأي بعد مع الابعاد الاخرى .

3-4 التطبيق النهائي للمقياسين :

ولأجل التعرف على العلاقة بين مقياسي التحكم الذاتي والعزو السببي لعينة البحث ، تم تطبيق المقياسيين وبمساعدة فريق العمل المساعد الملحق (8) على عينة التطبيق .

3-5 الوسائل الاحصائية :

- النسبة المئوية .
- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- اختبار (t) .
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون .
- التحليل الاحصائي .
- معادلة سييرمان براون .
- الخطأ المعياري للمقياس .
- المتوسط الفرضي
- استعمال الباحثان الحاسوب الالي على وفق نظام (SPSS) لتحليل البيانات في البحث الحالي.

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل النتائج التي تم التوصل إليها من خلال تحليل استجابات أفراد العينة على أداتي البحث واختبارات المهارات الاساسية المستخدمة في البحث وبعد ان تم تحقيق الهدف الاول وهو بناء مقياس التحكم الذاتي نستعرض نتائج الأهداف الواردة فيه وكما يلي :

4-1 التعرف على مركز التحكم لدى لاعبي كرة القدم :

فيما يتعلق بالهدف الأول للبحث والمتمثل بالتعرف على مركز التحكم لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين تبعاً للفعاليات الخمس تم حساب الدرجة الكلية لكل لاعب فإذا ازدادت على (69) درجة دل ذلك على إنه من ذوي التحكم الداخلي أما إذا كانت درجة الكلية أقل من (69) درجة أو تساويها دل ذلك على إنه من ذوي الضبط الخارجي وبموجب ذلك فقد تبين إن هناك (74) لاعب من بين أفراد العينة البالغة (100) لاعب هم من ذوي الضبط الداخلي ويشكلون ما نسبته (74%) من بين أفراد عينة البحث على حين إن هناك (26) لاعب فقط هم من ذوي الضبط الخارجي ويشكلون ما نسبته (26%) فقط من بين أفراد عينة البحث ، وهذا يعني ان لاعبي كرة القدم المتقدمين ككل وكذلك في كل فعالية يتمتعون بموقع ضبط

داخلي ويمكن تفسير ذلك باعتبار ان افراد العينة هم من فئة المتقدمين وان موقع الضبط يكون اكثر داخلية كلما تقدم الفرد بالعمر (2, 1987, furnham) . وكما مبين في الجدول (7) :

جدول (7)

أفراد عينة البحث من ذوي الضبط الداخلي والخارجي ونسبهم

ذوي مركز التحكم الخارجي		ذوي مركز التحكم الداخلي		العينة	الفعالية
النسبة	العدد	النسبة	العدد		
%26	26	% 74	74	100	لاعبي كرة القدم

اذ ان موقع الضبط يؤدي دورا هاما فضلا عن متغيرات اخرى في اكساب الفرد المعلومات مثل قيمة الحاجة المطلوب اشباعها وتوقعات النجاح وطبيعة الموقف وتوقعات حل المشكلة (علاء الدين ، 1987 ، 8) .

جدول (8)

نتائج مصفوفة الارتباط لعينة البحث بين متغيرات الدراسة

المتغير	مركز التحكم	العزو السببي	مهارة الدرجة	مهارة المناولة	مهارة التهديد
مركز التحكم	1	0.582	0.448	0.398	0.557
العزو السببي		1	0.289	0.372	0.116
			0.079	0.000	0.096

يتبين من الجدول (7) معاملات الارتباط بين درجات اللاعبين على مقياس التحكم الذاتي ومتغيرات البحث الاخرى (العزو السببي واختبارات المهارات - الدرجة المناولة - التهديد) كانت على التوالي (0.582 - 0.448 - 0.398 - 0.557) وهي جميعها معاملات ارتباط معنوية لكون درجة الاحتمالية (Sig) كانت اقل من (0.05) ، اما معاملات الارتباط بين درجات اللاعبين على مقياس العزو السببي واختبارات المهارات (الدرجة - المناولة - التهديد) كانت على التوالي (0.289 - 0.372 - 0.116) ودلالة معامل الارتباط معنوية كانت بين العزو السببي والمناولة لكون درجة الاحتمالية (Sig) كانت اقل من (0.05) ، اما معاملي الارتباط بين العزو السببي ومهاتري الدرجة والتهديد كانت غير معنوية لكون درجة الاحتمالية (Sig) كانت اقل من (0.05) .

وتعزو الباحثة هذه النتائج ان مركز التحكم له علاقة ايجابية مع العزو السببي وذلك لكون المتغيرين هما يخصان اللاعب وتكون الظروف الداخلية والخارجية لأي للاعب متشابهة في مركز التحكم الذاتي ان كان خارجيا او داخليا مع العزو السببي ، ومعنوية العلاقة بين مركز التحكم والمهارات ايضا ايجابية مع وهو يكون دافعا لهم ويعطي حافزا للاعبين في اداء المهارات ، حيث كلما زادت درجة اللاعب على مقياس موقع الضبط إرتفعت درجتهم على مقياس العزو السببي والعكس صحيح . ويمكن تفسير وجود مثل هذه العلاقة بين هذين المتغيرين بتمتع هؤلاء اللاعبين ببعض الخصائص المشتركة بين موقع الضبط الداخلي العزو السببي ، حيث إن ذوي الضبط الداخلي يتصفون بالتعاون ويظهرون نظرة متفائلة بالمستقبل كما يتسمون بالثقة العالية بالنفس والطموح العالي . (الشماع ، 1977 ، 88) .

وهذا ما اكدته نتائج البحث الحالي والتي تتفق مع ما ذهب اليه (ملحم،2000) في ان الضبط يؤدي دورا اساسيا في تكوين الاتجاهات نحو الآراء والافكار الصادرة من اشخاص معينين دون تمحيص او مناقشة او نقد عقلاني(ملحم ، 2000 ، 36) .

5 – الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها يمكن صياغة الاستنتاجات الآتية :

1. ان اغلب لاعبي كرة القدم المتقدمين في اقليم كردستان من ذوي التحكم الداخلي .
2. عدم وجود فروق في مركز التحكم الداخلي والخارجي ولجميع المهارات المستخدمة في البحث
3. ظهرت علاقة ارتباطية موجبة بين مركز التحكم والعزو السببي لدى لاعبي كرة القدم المتقدمين في اقليم كردستان .
4. ظهرت علاقة ارتباطية موجبة بين مركز التحكم والمهارات المستخدمة في البحث (الدرجة – المناولة – التهديف) .
5. ظهرت علاقة ارتباطية موجبة بين العزو السببي ومهارة المناولة .

5-2 التوصيات :

بناءً الى ما توصل اليه البحث من نتائج فان الباحثة توصي بما يأتي :

1. استخدام المدربين لمقياس مركز التحكم ومعرفة توجهات اللاعبين وما هو النمط السائد لديهم لكي يتم الاخذ بنظر الاعتبار كيفية اعطاء التوجيهات والارشادات للاعبين بما يتلاءم والنمط السائد لديهم.
2. اجراء دراسة مماثلة على فئة الشباب والناشئين بكرة القدم لمركز التحكم .
3. اجراء دراسة تتناول العلاقة بين مركز التحكم وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية .

4. اجراء دراسة مقارنة بين مركز التحكم ومتغيرات اخرى لعدد من الالعاب الرياضية الفردية والفرقية.
5. اجراء دراسة مماثلة للفرق النسوية .

المصادر

اولا. المصادر العربية

- ابو جادو، صالح محمد علي (1998)، سيكولوجية التنشئة الاجتماعية، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط1، عمان، الاردن .
- ابو ناهية ، صلاح الدين محمد امين احمد : (1984) ، مواضع الضبط وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية والمعرفية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس .
- الزبيدي ، عبدالودود احمد ومحمد ، نبراس يونس (2021) علم الاجتماع الرياضي ، مكتبة الرشد المملكة العربية السعودية .
- سامي محمد ملحم (2000)، القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.
- Abu Jadu, Salih Muhammad Ali (1998), The Psychology of Socialization, Dar Al Masirah for Publishing, Distribution and Printing, 1st Edition, Amman, Jordan.
- Abu Nahia, Salah al-Din Muhammad Amin Ahmed: (1984), the locations of control and their relationship to some emotional and cognitive variables, an unpublished PhD thesis, Faculty of Education, Ain Shams University.
- Al-Zubaidi, Abdul-Wadud Ahmed and Muhammad, Nibras Younis (2021) Mathematical Sociology, Al-Rushd Library, Kingdom of Saudi Arabia.
- Sami Muhammad Melhem (2000), Measurement and Evaluation in Education and Psychology, Dar Al Masirah for Publishing, Distribution and Printing, Amman, Jordan. secondly. Foreign sources
- Abramson, L. y & Seligman, M. E. P & Teasdale, J. D. : (1978), Learned Helplessness is humans : Critique and reformulation, Journal, of normal psychology, Vol. 87, No. 1.
- Bandura, A.: (1977), Self-efficacy: towards a unifying theory of behavioral . change, psychology review, Vol.

Banzerman, M. H.:(1982), Impact of personal control on performance: is added control always beneficial, Journal of Applied psychology,Vol.

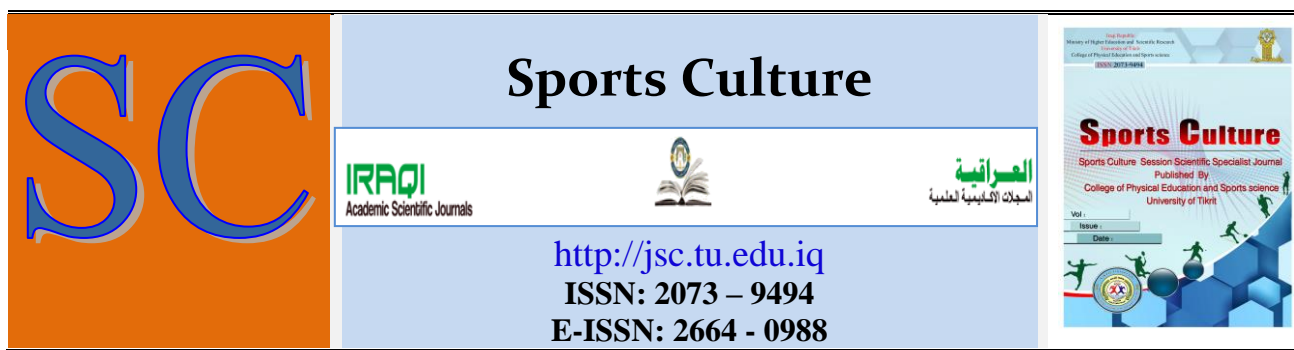
Brickman, P & linsenmeir, J.A.W & McCareins, A.G.: (1976), Performance enhancement by relevant success an irrelevant Failare, journal of personality and social psychology. Vol. 33, No. 2.

Crandall, V.C, Katkovsky, W & Crandall, V. J.: (1965), children's beliefs in their own control of reinforcements in intellectual– academic achievement behaviors, child Development,Vol. 36.

Cromwell, R. L.: (1967), Success– Failure reactions in mentally retarded children, in J. Zubin & G. A. Jervis (Eds), psychology of mental development, New York: Grune & stration.

Cronbach L. J. Essential of Psychological Testing , New York . Happer and Baw Publishers (1970) .

Gemmill, G. R & Heisler, W. J.: (1972), Fatalism as a factor in managerial Job satisfaction, job strain and mobility, personal Psychology, Vol.25.



The effectiveness of the tactical thinking of the offensive and defensive positions according to all the different playing centers among the players of some first-class football clubs in Nineveh Governorate

Ahmed salem ahmed ^{1*}

1- Department of Physical Education and Sports Sciences, Al-Noor University College, Nineveh, Iraq

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.4>

Article info.

Article history:

-Received: 31/8/2022

-Accepted: 8/9/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- Tactical thinking
- Offensive
- Defensive
- Football
- Nineveh

© 2022 This is an open access article under the CC by licenses

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



Abstract

The research idea is the study of the schematic thinking For offensive and defensive positions according to all different playing positions

of individuals similar to the research in some of the first degree football team in Nineveh province; represented by (Almosul-Alamwaj-Alommal) Sports in order to transfer players who have better abilities and have the ability to absorb Hao applied in practice in the field in partnership in the basic compositions the team and to improve the technical performance and skill to achieve the positive results for their team .

* Corresponding Author: Ahmed.salem@alnoor.edu.iq, Department of Physical Education and Sports Sciences, Al-Noor University College, Nineveh, Iraq.

فاعلية التفكير الخططي للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي بعض أندية الدرجة الاولى بكرة القدم في محافظة نينوى م.د أحمد سالم أحمد/ قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/كلية النور الجامعة

تاريخ البحث
- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- تفكير خططي
- هجومي
- دفاعي
- كرة قدم
- نينوى

الخلاصة:

تتلخص فكرة البحث في دراسة التفكير الخططي للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة لدى بعض أندية الدرجة الاولى بكرة القدم في محافظة نينوى المتمثلة بأندية (الموصل والامواج والعمال) الرياضية ، من اجل انتقاء اللاعبين الذين يمتلكون قدرات أفضل ولهم القابلية على استيعابها وتطبيقها عملياً في الميدان لإشراكهم في التشكيلة الأساسية للفريق والارتقاء بالأداء الفني والمهاري لإحراز النتائج الايجابية لفريقهم .

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث واهميته:

إن التطور الكبير الذي شهدته لعبة كرة القدم وتقارب مستوى الفرق الكبيرة منها جعل المتخصصين في إعداد اللاعبين والفرق يسعون إلى رفع مستوى كفاءة اللاعبين من أجل تحسين الفريق والتغلب على الفريق المنافس لذلك تعد القدرات الخططية إحدى الأسس العلمية التي يمكن من خلالها الارتقاء بمستوى أداء الفريق إلى الأمثل ، لذا أصبح من الضروري ارتباط المعارف والمعلومات النظرية بالتطبيق العملي على وفق أسس علمية مدروسة بحيث توجه نحو تحقيق الأهداف الموضوعية ، وينبغي على المتخصصين والمدربين بكرة القدم أن يهتموا بالنواحي البدنية والمهارية للاعب بوصفها وسائل للإنجاز وتحقيق الأهداف المطلوبة وعليهم أن يعتنوا بجوانب (التفكير الخططي) للاعبين ، فالكثير من دول العالم وصلت إلى مستويات متقدمة نتيجة لتحديدها المتطلبات الأساسية للعبة ولاتباعها الأساليب العلمية السليمة في تطبيق خطط اللعب ومعرفة ما يعتري اللاعب من مظاهر نفسية وقدرات عقلية ، ولكي يكون لاعب كرة القدم مستعداً لخوض مضمار المنافسة الشديدة ليكون الأحسن من بين لاعبي كرة القدم يتطلب منه أن يمتلك قدرة على التفكير الخططي الجيد.

ونظراً لاختلاف البرامج التدريبية التي يخضع لها اللاعبون وعلى وجه الخصوص لاعبي المستويات العالية التي لها الأثر في تطوير جوانب متعددة من القدرات العقلية بما ينعكس على التفكير الخططي في

المباراة . وهنا تكمن أهمية البحث في الكشف عن الفروق في هذه القدرات بين الاندية الثلاثة عينة البحث المتمثلة بأندية (الموصل والامواج والعمال) في محافظة العمال بكرة القدم والتي تسهم في وضع بعض المعايير لاختيار اللاعبين في تشكيلة الفريق الأساسية الحقيقية والاسترشاد بها لوضع الخطط والبرامج التي تعمل على تلافي نواحي القصور وتطوير نقاط القوة مستقبلاً لدى اللاعبين من خلال تلك المعايير .

1-2 مشكلة البحث

إن وجود عدد كبير من اللاعبين بمستوى متقارب في الأداء البدني والمهاري يؤدي إلى صعوبة في التفريق بينهم إذ يمكن لجميعهم المشاركة في المنافسة ، هذا ما يجعل الكادر التدريبي في كثير من الأحيان في حيرة في أثناء اختيار التشكيلة الأساسية للفريق التي تحقق النتائج المرجوة والتي تتوقف على مدى استيعاب اللاعبين لأسلوب الخططي. وحرصاً من الكادر التدريبي على أن يشرك في المنافسة اللاعبين الذين تتوافر فيهم هذه المتطلبات ، تولدت لدى الباحث مشكلة البحث في التساؤلين الآتيين :

الأول : هل قياس (التفكير الخططي) للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة يمكن اعتباره مؤشراً من الكادر التدريبي لاختيار تشكيلة الفريق الأساسية في مباراة كرة القدم ؟

الثاني : هل هناك تباين في (التفكير الخططي) للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة بين أندية الدرجة الاولى عينة البحث المتمثلة بأندية (الموصل والامواج والعمال) في محافظة نينوى بكرة القدم

1-3 أهداف البحث

1-3-1 التعرف على (التفكير الخططي) للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي بعض أندية الدرجة الاولى (الموصل والامواج والعمال) بكرة القدم في محافظة نينوى.

1-3-2 الكشف عن الفروق في (التفكير الخططي) للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة بين لاعبي بعض أندية الدرجة الاولى (الموصل والامواج والعمال) بكرة القدم في محافظة نينوى.

1-4 فرض البحث

- وجود فروق معنوية في بعض المواقف الهجومية والدفاعية الخططية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة بين لاعبي بعض أندية الدرجة الاولى (الموصل والامواج والعمال) بكرة القدم في محافظة نينوى.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 **المجال البشري:** لاعبو أندية (الموصل والامواج والعمال) بكرة القدم في محافظة نينوى للموسم الكروي 2021 - 2022.

1-5-2 **المجال الزمني :** المدة من 2022 /3/13 ولغاية 2022 /7 /5 .

1-5-3 **المجال المكاني :** ملاعب تدريب أندية الموصل والامواج والعمال بكرة القدم .

3-1 منهج البحث : استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته وطبيعة البحث .

3-2 عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بصورة عمدية والمتمثلة بلاعبي أندية الموصل والامواج والعمال بكرة القدم المشاركين في الأدوار التأهيلية للدوري العراقي الممتاز للموسم الكروي 2021-2022 والبالغ عددهم (45) لاعباً وواقع (15) لاعباً لكل نادي بعد أن تم استبعاد حراس المرمى وكذلك استبعاد اللاعبين الذين لم يجيبوا على استمارات الاستبيان بشكلها الكامل .

3-3 وسائل جمع البيانات

3-3-1 الاستبيان (مقياس التفكير الخطي) :

اعتمد الباحث مقياس التفكير الخطي المعد من قبل (كماش، 1988) للتعرف على مستوى التفكير الخطي عند اللاعبين عن طريق استمارات توضيحية ويتكون هذا المقياس من (24) حالة موزعة على (9) مواقف خطية (5) منها هجومية و(4) منها دفاعية ، وتتضمن كل حالة عدد من الخيارات تتراوح ما بين (3) خيارات إلى (6) خيارات ، وتتم الإجابة من قبل اللاعب على كل حالة وذلك بوضع إشارة صح (√) على الخيار الذي يراه مناسباً ، علماً أن الدرجة الدنيا لكل حالة هي (1) درجة والدرجة العليا (3) درجات، أما الدرجة الدنيا للحالات مجتمعة هي (24) درجة والعليا (72) درجة ، والملحق (1) يوضح مواقف المقياس بينما الملحق (2) يوضح مفتاح التصحيح¹. والجدول (1) يبين المواقف الهجومية والدفاعية وتسلسلاتهم.

الجدول (1)

المواقف الهجومية والدفاعية وتسلسلاتهم

المواقف								
الدفاعية				الهجومية				
المضايقة	الحماية الصحيحة	التغطية الصحيحة	التغطية والحماية	تغيير المركز	المراوغة	التهديف	الركض لأخذ الفراغ	المناوله
22	20	17	14	11	9	7	4	1
23	21	18	15	12	10	8	5	2
24		19	16	13			6	3
مجموع المواقف الدفاعية (11)				مجموع المواقف الهجومية (13)				

3-3-2 الأسس العلمية للمقياس :

من أجل التأكد من مدى صلاحية المقياس يجب أن يؤخذ بنظر الاعتبار الأسس العلمية له (الثبات - الصدق) ، وعلى الرغم من أن المقياس (التفكير الخطي) للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة يتمتع بمعاملات الثبات والصدق وتم تطبيقه في البيئة العراقية إلا أنه يجب التأكد من

¹ - يوسف لازم كماش: برنامج مقترح لتطوير المعرفة الخطية عند لاعبي كرة القدم بأعمار (17-19) سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة، 2008، ص 72 .

مدى ملائمة هذا المقياس لعينة البحث وقد أشار إلى هذا (السويقي ، 1999) نقلاً عن علاوي إلى أنه يجب حث الباحثين وتشجيعهم على بذل الجهد لإيجاد الأسس العلمية للاختبارات التي يرغبون في استخدامها على العينات التي يتم تطبيق الاختبارات عليه وعدم الاعتماد على نتائج المعاملات العلمية السابقة للاختبارات لضمان التحديث المستمر للاختبارات.¹

3-3-2-1 ثبات المقياس :

يشير ثبات الاختبار إلى مدى الدقة أو الإتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار أو المقياس الظاهرة التي وضع لقياسها² .

ولغرض التأكد من مدى ثبات المقياس تم اعتماد طريقة معامل ألفا (α) في حساب تقديرات الاتساق الداخلي للمقياس ، وهذه الطريقة اقترحها وطورها كرونباخ (Cronbach) عام (1951) لتقدير الاتساق الداخلي للثبات وهي تستخدم عندما لا يتم تصحيح الفقرات بشكل ثنائي³ ، وقد تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (14) لاعباً تم اختيارهم من الأندية الثلاثة (عينة البحث) ، وتم حساب معامل الثبات للمقياس عن طريق معادلة ألفا (α) ، فوجدت أن قيمة ألفا (α) تساوي (0.754) وهذا يدل على ثبات المقياس ، والجدول (2) يبين ذلك .

الجدول (2)

مجموع تباين الفقرات وتباين الدرجات الكلية لعينة وعدد المواقف وقيمة ألفا (α)

المقياس	مجموع تباين الفقرات	تباين الدرجات الكلية	عدد المواقف	قيمة ألفا (α)
التفكير الخططي	13.940	8.093	24	0.754

3-3-2-2 صدق المقياس :

يشير مفهوم الصدق إلى جودت المقياس كأداة لقياس ما وضع أصلاً لقياسه⁴ ، واستخدم الباحثان الظاهري للتأكد من صدق المقياس، إذ تم عرض المقياس الذي تم توضيحه في الملحق (1) على مجموعة من ذوي الاختصاص الملحق (3) لبيان رأيهم في مدى صلاحية المقياس ، وقد أظهرت استمارات الاستبيان بعد جمعها وفرزها موافقة جميع المختصين والبالغ عددهم (6) مختصين على المقياس أي بنسبة (100 %)

3-4 اعتدالية التوزيع الطبيعي :

¹ - أحمد مصطفى السويقي: الفروق بين لاعبي كرة الماء العرب في قلق المنافسة الرياضية ، وقائع المؤتمر العلمي وقائع الرياضة العربي وطموحاتها المستقبلية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإمارات العربية المتحدة ، 1999، ص10.

² - محمد صبحي حسنين: القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط6 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2004 ، ص145 .

³ - موسى النبهان: أساسيات القياس في العلوم السلوكية ، ط1 ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، 2004 ، ص248.

⁴ - مصطفى القمش وآخرون : القياس والتقويم في التربية الخاصة ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن

يحصل الاختبار في بعض الأحيان على معاملات علمية جيدة لكنه لا يتمتع بخاصية التوزيع الطبيعي مما يجعله اختباراً غير صالح للتطبيق. وتشير العديد من المصادر العلمية إلى انه يمكن التأكد من اعتدالية التوزيع الطبيعي من خلال وسائل إحصائية أدقها مربع كاي (كا)² ، وتم استخدام هذه الوسيلة للتأكد من التوزيع الطبيعي للاختبارات إذ " يستخدم اختبار مربع كاي للتحقق مما إذا كانت التكرارات المشاهدة (التجريبية) المتمثلة في البيانات المتجمعة عن الظاهرة المقيسة تتطابق مع بعض التوزيعات النظرية للبيانات أم لا ؟ والاختبار عبارة عن مجموعة من الإجراءات الإحصائية التي تجيز لنا تقويم التطابق بين التكرارات المشاهدة (التجريبية) والتكرارات المتوقعة في كل فئة من فئات التصنيف"¹.

والجدول (3) يبين اعتدالية التوزيع الطبيعي لمقياس التفكير الخططي من خلال بيان قيم اختبار مربع كاي لمقياس التفكير الخططي لعينة البحث .

الجدول (3)

يبين قيم (كا)² المحتسبة وقيم (كا)² الجدولية ودرجات الحرية

المقياس	(كا) ² المحتسبة	(كا) ² الجدولية	درجة الحرية
التفكير الخططي	0.20	5.99	2

يتبين من الجدول (3) أن قيمة (كا)² المحتسبة اقل من القيمة الجدولية² مما يدل على انه لا توجد فروق معنوية بين القيم المتوقعة وبين القيم المشاهدة مما يشير إلى توزيع العينة بشكل طبيعي وذلك يتيح إمكانية تعميم النتائج واعتماد المقياس .

3-5 التجربة الرئيسية

بعد التأكد من ثبات المقياس وصدقه تم تطبيقه المقياس الموضحة صيغته في الملحق (3) على عينة البحث والبالغ عددها (45) لاعباً في الفترة الزمنية من 15 / 5 / 2022 ولغاية 25 / 5 / 2022 ، وذلك بعد أن تم توضيح التعليمات لهم والتي تتعلق بكيفية الإجابة على فقرات المقياس.

3-6 الوسائل الإحصائية

تم استخراج الوسائل الإحصائية اعتماداً على البرنامج الإحصائي (Spss) باستخدام الحاسبة الالكترونية باستثناء النسبة المئوية ومربع كاي وهي

- النسبة المئوية - الوسط الحسابي

¹- محمد نصر الدين رضوان: الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2003 ، ص185.

²- مصدر سبق ذكره ، ص197-201 .

- الانحراف المعياري - معامل ألفا
- مربع كاي لاختبار الفروض في حالة التوزيع المعتدل
- اختبار قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) .¹
- اختبار تحليل التباين (F)

$$\left[\begin{array}{c} \text{مجموع تباين الفقرات} \\ \text{تباين الدرجات الكلية للعينة} \end{array} \right] \frac{1}{n-1} = \text{معامل ألفا } (\alpha)$$

ن = عدد المواقف

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

1-4 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفكير الخططي للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة لدى عينة البحث
الجدول (4)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفكير الخططي لدى عينة البحث

النادي						المواقف
العمال		الامواج		الموصل		
ع±	س-	ع±	س-	ع±	س-	الهجومية
1.291	5.667	1.957	6.6	0.352	8.867	المناولة
1.885	5.533	1.265	5.8	0.617	6.667	الركض لأخذ الفراغ
0.915	4.533	1.624	4.733	0.775	4.8	التهديف
1.056	4.6	1.082	4.8	0.834	4.867	المراوغة
0.926	6	1.724	6.4	1.676	7.667	تغيير المركز
ع±	س-	ع±	س-	ع±	س-	الدفاعية
1.447	6.333	2.066	6.867	1.882	6.6	التغطية والحماية
1.28	6.933	1.759	7.333	1.846	6.533	التغطية الصحيحة
0.799	3.733	0.704	3.933	1.056	3.4	الحماية الصحيحة
2.017	6.267	1.32	5.8	1.952	5.667	المضايقة
4.273	49.6	4.818	52.267	1.792	55.067	المقياس ككل

2-4 عرض وتحليل نتائج فروق التفكير الخططي للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة بين لاعبي الأندية الثلاثة بكرة القدم في محافظة نينوى .

¹ - مصدر سبق ذكره , ص 197-201 .

الجدول (5)

الوصف الإحصائي لاختبار تحليل التباين (F) بين لاعبي الأندية الثلاثة بكرة القدم في محافظة نينوى

النتيجة	درجة الاحتمالية	F المحسوبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	التفكير الخططي
وجود فروق معنوية	0.000	21.688	40.622	2	81.244	بين المجموعات داخل المجموعات	المناولة
عدم وجود فروق معنوية	0.069	2.855	5.267	2	10.533	بين المجموعات داخل المجموعات	الركض لأخذ الفراغ
عدم وجود فروق معنوية	0.809	0.213	0.289	2	0.578	بين المجموعات داخل المجموعات	التهديف
عدم وجود فروق معنوية	0.749	0.291	0.289	2	0.578	بين المجموعات داخل المجموعات	المراوغة
وجود فروق معنوية	0.010	5.132	11.356	2	22.711	بين المجموعات داخل المجموعات	تغيير المركز
عدم وجود فروق معنوية	0.726	0.323	1.067	2	2.133	بين المجموعات داخل المجموعات	التغطية والحماية
عدم وجود فروق معنوية	0.421	0.884	2.400	2	4.800	بين المجموعات داخل المجموعات	التغطية الصحيحة
عدم وجود فروق معنوية	0.245	1.453	1.089	2	2.178	بين المجموعات داخل المجموعات	الحماية الصحيحة
عدم وجود فروق معنوية	0.632	0.464	1.489	2	2.978	بين المجموعات داخل المجموعات	الضغط
وجود فروق معنوية	0.002	7.527	112.089	2	224.178	بين المجموعات داخل المجموعات	المقياس ككل
			14.892	42	625.467		

من الجدول (5) والخاص بالوصف الإحصائي لاختبار تحليل التباين (F) بين أندية الموصل والامواج

والعمال في مقياس التفكير الخططي ومواقفه الهجومية والدفاعية يتبين ما يأتي :

أولاً- وجود فروق معنوية بين الأندية الثلاثة في موقف المناولة وذلك لأن نسبة الخطأ والبالغ قيمتها (0.000) أصغر من درجة الاحتمالية (0.05) وأمام درجة حرية (2 و 42) .
وبما أن اختبار تحليل التباين (F) لا يشير إلى مصلحة أي فريق كانت هذه الفروق لذا لجأ الباحث إلى اختبار قيمة أقل فرق معنوي (LSD) من أجل المقارنة بين الفرق الثلاثة في متوسطات درجات المقياس للكشف عن الفروق المعنوية وغير المعنوية .

$$LSD = t \times \sqrt{\frac{2MSE}{n}}$$

ت (الجدولية) = 2.02 (من طرفين) عند نسبة خطأ 0.05 وأمام درجة حرية 42 (عدد العينة - عدد الجامعات)

MSE (متوسط المربعات داخل المجموعات) = 1.873

ن (حجم العينة الواحدة) = 15

LSD = 1.009

والجدول (6) يبين دلالة الفروق المعنوية وغير المعنوية بين الأندية الثلاثة في موقف المناولة

الجدول (6)

الوصف الإحصائي لاختبار (LSD) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في موقف المناولة

النتيجة	LSD	فرق الأوساط	الوسط الحسابي	المقارنة بين الأندية (المناولة)
وجود فروق معنوية	1.009	2.267	6.6 – 8.867	الموصل – الامواج
وجود فروق معنوية		3.2	5.667 – 8.867	الموصل – العمال
عدم وجود فروق معنوية		0.933	5.667 – 6.6	الامواج – العمال

من الجدول (6) والخاص باختبار (LSD) لدلالة فروق المتوسطات الحسابية بين الأندية الثلاثة في موقف المناولة يتبين ما يأتي:

- وجود فروقاً معنوية بين نادي الموصل وكل من نادي الامواج والعمال ولمصلحة نادي الموصل وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغ قيمتها (2.267) (3.2) على التوالي أكبر من (LSD) والبالغة قيمتها (1.009) .

- عدم وجود فروقاً معنوية بين نادي الامواج ونادي العمال وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغ قيمتها (0.933) على التوالي أصغر من (LSD) والبالغة قيمتها (1.009) .

ثانياً- وجود فروق معنوية بين الأندية الثلاثة في موقف تغيير المركز وذلك لأن نسبة الخطأ والبالغ قيمتها (0.010) أصغر من درجة الاحتمالية (0.05) وأمام درجة حرية (2 و 42) .
وبما أن اختبار تحليل التباين (F) لا يشير إلى مصلحة أي فريق كانت هذه الفروق لذا لجأ الباحث إلى اختبار قيمة أقل فرق معنوي (LSD) من أجل المقارنة بين الفرق الثلاثة في متوسطات درجات المقياس للكشف عن الفروق المعنوية وغير المعنوية .

$$LSD = t \times \sqrt{2MSE}$$

ت (الجدولية) = 2.02 (من طرفين) عند نسبة خطأ 0.05 وأمام درجة حرية 42 (عدد العينة - عدد المجاميع)

MSE (متوسط المربعات داخل المجموعات) = 2.213

ن (حجم العينة الواحدة) = 15

LSD = 1.097

والجدول (7) يبين دلالة الفروق المعنوية وغير المعنوية بين الأندية الثلاثة في موقف تغيير المركز
الجدول (7)

الوصف الإحصائي لاختبار (LSD) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في موقف تغيير المركز

النتيجة	LSD	فرق الأوساط	الوسط الحسابي	المقارنة بين الأندية (تغيير المركز)
وجود فروق معنوية	1.097	1.267	6.4 - 7.667	الموصل - الامواج
وجود فروق معنوية		1.667	6 - 7.667	الموصل - العمال
عدم وجود فروق معنوية		0.4	6 - 6.4	الامواج - العمال

من الجدول (7) والخاص باختبار (LSD) لدلالة فروق المتوسطات الحسابية بين الأندية الثلاثة في موقف تغيير المركز يتبين ما يأتي:

- وجود فروقاً معنوية بين نادي الموصل وكل من نادي الامواج والعمال ولمصلحة نادي الموصل وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغ قيمتها (1.267) (1.667) على التوالي أكبر من (LSD) والبالغة قيمتها (1.097) .

- عدم وجود فروقاً معنوية بين نادي الامواج ونادي العمال وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغ قيمتها (0.4) على التوالي أصغر من (LSD) والبالغة قيمتها (1.097) .

ثالثاً- وجود فروق معنوية بين الأندية الثلاثة في المقياس ككل وذلك لأن نسبة الخطأ والبالغ قيمتها (0.002) أصغر من درجة الاحتمالية (0.05) وأمام درجة حرية (2 و 42) .
وبما أن اختبار تحليل التباين (F) لا يشير إلى مصلحة أي فريق كانت هذه الفروق لذا لجأ الباحث إلى اختبار قيمة أقل فرق معنوي (LSD) من أجل المقارنة بين الفرق الثلاثة في متوسطات درجات المقياس للكشف عن الفروق المعنوية وغير المعنوية .

$$LSD = t \times \sqrt{2MSE}$$

ت (الجدولية) = 2.02 (من طرفين) عند نسبة خطأ 0.05 وأمام درجة حرية 42 (عدد العينة - عدد الجامعات)

MSE (متوسط المربعات داخل المجموعات) = 14.892

ن (حجم العينة الواحدة) = 15

LSD = 2.84

والجدول (8) يبين دلالة الفروق المعنوية وغير المعنوية بين الأندية الثلاثة في مقياس التفكير الخططي

الجدول (8)

الوصف الإحصائي لاختبار (LSD) لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في مقياس التفكير الخططي

النتيجة	LSD	فرق الأوساط	الوسط الحسابي	المقارنة بين الأندية (المقياس)
عدم وجود فروق معنوية	2.84	2.8	52.267 – 55.067	الموصل – الامواج
وجود فروق معنوية		5.467	49.6 – 55.067	الموصل – العمال
عدم وجود فروق معنوية		2.66	49.6 – 52.267	الامواج – العمال

من الجدول (8) والخاص باختبار (LSD) لدلالة فروق المتوسطات الحسابية بين الأندية الثلاثة في

مقياس التفكير الخططي في التث الهجومي يتبين ما يأتي:

- وجود فروقاً معنوية بين نادي الموصل ونادي العمال ولمصلحة نادي الموصل وذلك لأن فرق الوسط الحسابي والبالغ قيمته (5.467) أكبر من (LSD) والبالغة قيمتها (2.84) .
- عدم وجود فروقاً معنوية بين نادي الموصل ونادي الامواج وكذلك بين نادي الامواج ونادي العمال وذلك لأن فرق الأوساط الحسابية والبالغ قيمتها (2.8) (2.66) على التوالي أصغر من (LSD) والبالغة قيمتها (2.84) .

رابعاً- عدم وجود فروق معنوية بين الأندية الثلاثة في مواقف (الركض لأخذ الفراغ) و (التهديف) و (المراوغة) و(التغطية والحماية) و (التغطية الصحيحة) و (الحماية الصحيحة) وذلك لأن نسب الخطأ لهذه المواقف والبالغ قيمها (0.069) (0.809) (0.749) (0.726) (0.421) (0.245) (0.632) على التوالي أكبر من درجة الاحتمالية (0.05) وأمام درجة حرية (2 و 42) .

3-4 مناقشة نتائج فروق فروق التفكير الخططي للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة بين لاعبي الأندية الثلاثة بكرة القدم في محافظة نينوى .

من خلال الجداول (6) و (7) و(8) يتبين وجود فروق معنوية في مستوى التفكير الخططي لموقفي (المناولة) و(تغيير المركز) وللمقياس الكلي بين لاعبي نادي الموصل ونادي الامواج بكرة القدم ولمصلحة نادي الموصل وكذلك بين لاعبي نادي الموصل ونادي العمال بكرة القدم ولمصلحة نادي الموصل ، وقد يعزو الباحث سبب ذلك إلى أن لاعبي نادي الموصل بكرة القدم لديهم خبرات وامكانيات وقدرات جيدة وفضل من باقي الناديين وهذه تكونت من خلال مشاركتهم في دوري النخبة والدرجة الممتازة للموسم الماضي على عكس لاعبي نادي الامواج والعمال كون خبراتهم وامكانياتهم الخططية اقل من نادي الموصل وهذا ما يؤكد امتلاك اللاعبين لمستوى جيد من القدرات الخططية بشكل أفضل من لاعبي الناديين وهذا يتفق مع ما ذهب إليه (حماد،2001) بأن التفكير الخططي يعد من أعقد أنواع التفكير الذي يتعرض له اللاعب وعليه فإن خبرات اللاعب وسعة خزن المعلومات في الذاكرة ومدى دقة إدراك المواقف التنافسية وسرعة تقديرها تقديراً صحيحاً له دور رئيسي في تحديد نتائجه¹ ، لذا نجد أن امتلاك لاعبي نادي الموصل لهذا المستوى من القدرات الخططية نابع من امتلاكهم لتراكم في الخبرات الميدانية السابقة ، وهذا ما ذهب إليه (طبيب) إلى أن زيادة الخبرة الميدانية تؤدي لزيادة الذكاء الميداني للاعبين ، وهذا بدوره يؤثر ايجابيا في مستوى التصرف الخططي الهجومي لديهم² كما يؤكد كل من (جابر وسلطان ، 2002) بأنه كلما زادت خبرة اللاعب وتوزعت معرفته أصبحت قدرته على التصرف الخططي أكثر دقة واكبر في استخدامها في المستقبل ويصبح أداءه سريعاً وسهلاً ويتطور تفكيره³ ، كما توصل (النعمان ، 2010) في دراسته إلى وجود فروق في مقياس التفكير الخططي بين ناديي (دهوك و الأمانة) لصالح نادي دهوك الرياضي وقد أعزا ذلك إلى أن اغلب

¹ - مفتي إبراهيم حماد : التدريب الرياضي الحديث تخطيط - تطبيق - قيادة ، ط2، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة ، 2001،ص224 .

² - علي حسين محمد طبيب : بناء اختبار التفكير الخططي في الثلث الهجومي وعلاقته بالذكاء للاعبين الدرجة الممتازة بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2005،ص68.

³ - اشرف محمد علي جابر ومحمد إبراهيم محمودسلطان: تأثير برنامج للتدريب العقلي على مستوى قدرات التفكير الابتكاري والتصرف الخططي لناشئي كرة القدم ، بحث منشور في مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية ، عدد 14، ج 1 ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة أسبوط ، 2002،ص115.

لاعبي نادي دهوك لديهم خبرات وتجارب سابقة ويمثلون المنتخبات الاولمبية والوطنية (النعمان ، 2010 ، 81)¹.

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات : من خلال النتائج التي تم التوصل إليها استنتج الباحث ما يأتي

- 1- أن لاعبي الدرجة الاولى (الموصل - الامواج - العمال) بكرة القدم في محافظة نينوى يمتلكون مستوى متباين من التفكير الخططي للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة .
- 2- أن مستوى التفكير الخططي للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي نادي الموصل كان أفضل مما هو لدى لاعبي نادي الامواج والعمال .

5-2 التوصيات

- 1- ضرورة الاسترشاد بمؤشر مقياس (مقياس التفكير الخططي) للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة عند اختيار اللاعبين لتشكيلة الفريق الأساسية بكرة القدم .
- 2- ضرورة الاهتمام بالوحدات التدريبية التي تنمي وتطور مستوى التفكير الخططي للمواقف الهجومية والدفاعية وفق جميع مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي نادي العمال الرياضي بكرة القدم .

المصادر

- جابر ، اشرف محمد علي وسلطان ، محمد إبراهيم محمود (2002) : تأثير برنامج للتدريب العقلي على مستوى قدرات التفكير الابتكاري والتصرف الخططي لناشئي كرة القدم ، بحث منشور في مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية ، عدد 14، ج1 ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة أسبوط .
- حسانين ، محمد صبحي (2004) : القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، ط6 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- حماد ، مفتي إبراهيم (2001) : التدريب الرياضي الحديث تخطيط - تطبيق - قيادة ، ط2، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة .
- رضوان ، محمد نصر الدين (2003) . الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- السويقي ، أحمد مصطفى (1999) : الفروق بين لاعبي كرة الماء العرب في قلق المنافسة الرياضية ، وقائع المؤتمر العلمي ووقائع الرياضة العربي وطموحاتها المستقبلية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الإمارات العربية المتحدة .

¹ - أحمد سالم أحمد النعمان : مؤشرات للتفكير الخططي وحالة قلق المنافسة وأساليب الانتباه في فترة المنافسات للاعبي كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2010، ص81.

- طيبيل ، علي حسين محمد (2005) : بناء اختبار التفكير الخططي في الثلث الهجومي وعلاقته بالذكاء للاعبين الدرجة الممتازة بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- القمش ، مصطفى وأخران (2000) : القياس والتقويم في التربية الخاصة ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- كماش ، يوسف لازم (1988) : برنامج مقترح لتطوير المعرفة الخططية عند لاعبي كرة القدم بأعمار (17-19) سنة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة .
- النبهان ، موسى (2004) : أساسيات القياس في العلوم السلوكية ، ط1 ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان .
- النعمان ، أحمد سالم أحمد (2010) : مؤشرات للتفكير الخططي وحالة قلق المنافسة وأساليب الانتباه في فترة المنافسات للاعبين كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- Jaber, Ashraf Muhammad Ali and Sultan, Muhammad Ibrahim Mahmoud (2002): The effect of a mental training program on the level of innovative thinking abilities and tactical behavior for junior footballers, research published in Assiut Journal of Education Sciences and Arts, No. 14, Part 1, Faculty of Physical Education for Boys, Assiut University .
- Hassanein, Muhammad Sobhi (2004): Measurement and evaluation in physical education and sports, 6th edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- Hammad, Mufti Ibrahim (2001): Modern Sports Training, Planning – Application – Leadership, 2nd Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi for Printing and Publishing, Cairo.
- Radwan, Mohamed Nasr El-Din (2003). Inferential Statistics in Physical Education and Sports Sciences, 1st Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- Al-Suwaiki, Ahmed Mustafa (1999): The differences between Arab water polo players in sports competition anxiety, proceedings of the scientific conference and the facts of Arab sports and its future ambitions, College of Physical Education, United Arab Emirates University.

- Tubail, Ali Hussain Muhammad (2005): The construction of the tactical thinking test in the offensive third and its relationship to intelligence for premium football players, unpublished master's thesis, College of Physical Education, University of Mosul.
- Al-Qamsh, Mustafa and others (2000): Measurement and Evaluation in Special Education, 1st Edition, Dar Al-Fikr for Printing, Publishing and Distribution, Amman, Jordan.
- Kamash, Youssef Lazem (1988): A proposed program for developing the tactical knowledge of football players aged (17–19), an unpublished master's thesis, College of Physical Education, University of Basra.
- Al-Nabhan, Musa (2004): Basics of Measurement in Behavioral Sciences, 1st Edition, Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution, Amman.
- Al-Numan, Ahmed Salem Ahmed (2010): Indicators of tactical thinking, competition anxiety, and attention styles in the competitive period for football players, unpublished master's thesis, College of Physical Education, University of Mosul.

الملحق (3) أسماء السادة المتخصصين الذين اكسبوا مقياس التفكير الخططي صفة الصدق الظاهري

ت	الاسم	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د. محمد خضر اسمر الحياني	تعلم حركي/كرة قدم	جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.د. زهير قاسم الخشاب	تدريب رياضي/كرة قدم	كلية النور الجامعة/قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ.د. سبهان محمد الزهيري	قياس وتقويم/العاب المضرب	جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	أ.د. نوفل فاضل رشيد	تعلم حركي/كرة قدم	جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	أ.م.د. معن عبد الكريم جاسم	تدريب رياضي/كرة قدم	جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	أ.م.د. هادي احمد	تدريب رياضي/كرة قدم	جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	م.د. طارق حسين محمد	تدريب رياضي/كرة قدم	جامعة الموصل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الملحق (1)

مقياس التفكير الخططي

عزيزي اللاعب المحترم

بعد التحية:

بين يديك مجموعة من المواقف الخططية والتي تمثل مقياس التفكير الخططي في ملعب كرة القدم، ولكل موقف عدة بدائل؛ كلها صحيحة ولكنها تختلف في درجة أهميتها، يرجى اختيار البديل الأكثر أهميه بالنسبة للاعب المهاجم والمدافع وذلك بوضع علامة (√) على البديل الذي تراه أكثر أهميه، علماً بأن النتائج لأغراض البحث العلمي فقط.

ملاحظة:

يرجى الإجابة على جميع الفقرات بكل دقة وأمانة، علماً أن الإجابة تكون على المقياس نفسه.

شاكرين تعاونكم معنا

-الرموز المستخدمة في المواقف الخططية تمثل:

لاعب مهاجم مع الكرة	▲
لاعب مهاجم بدون الكرة	▲
لاعب مدافع	○
حركة الكرة (تمريره- تهديف)	←
حركة اللاعب المهاجم أو المدافع بدون الكرة	←
حركة اللاعب المهاجم أو المدافع مع الكرة	←

اسم اللاعب :

مركز اللاعب :

عمر اللاعب :

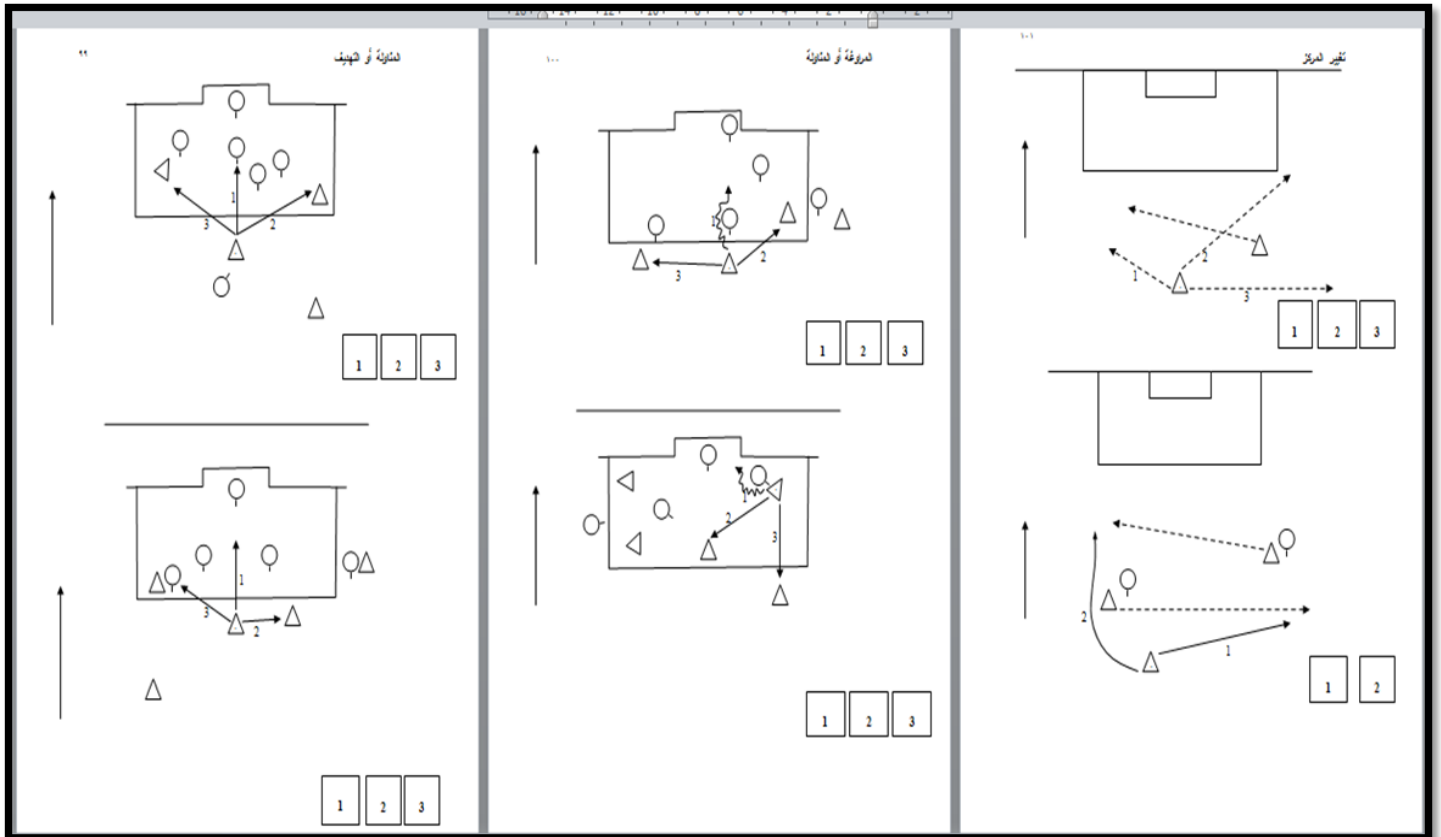
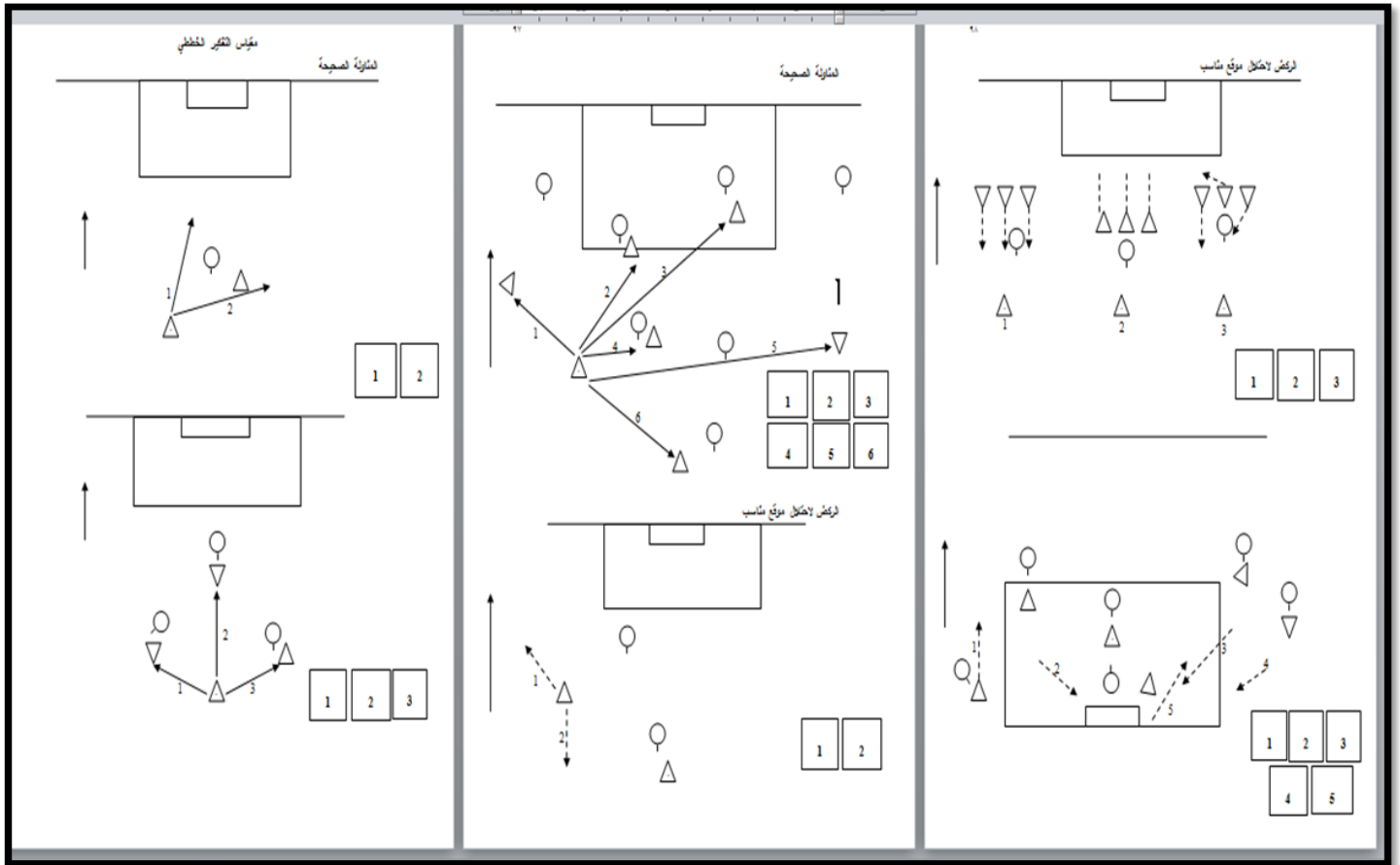
عمر اللاعب التدريبي :

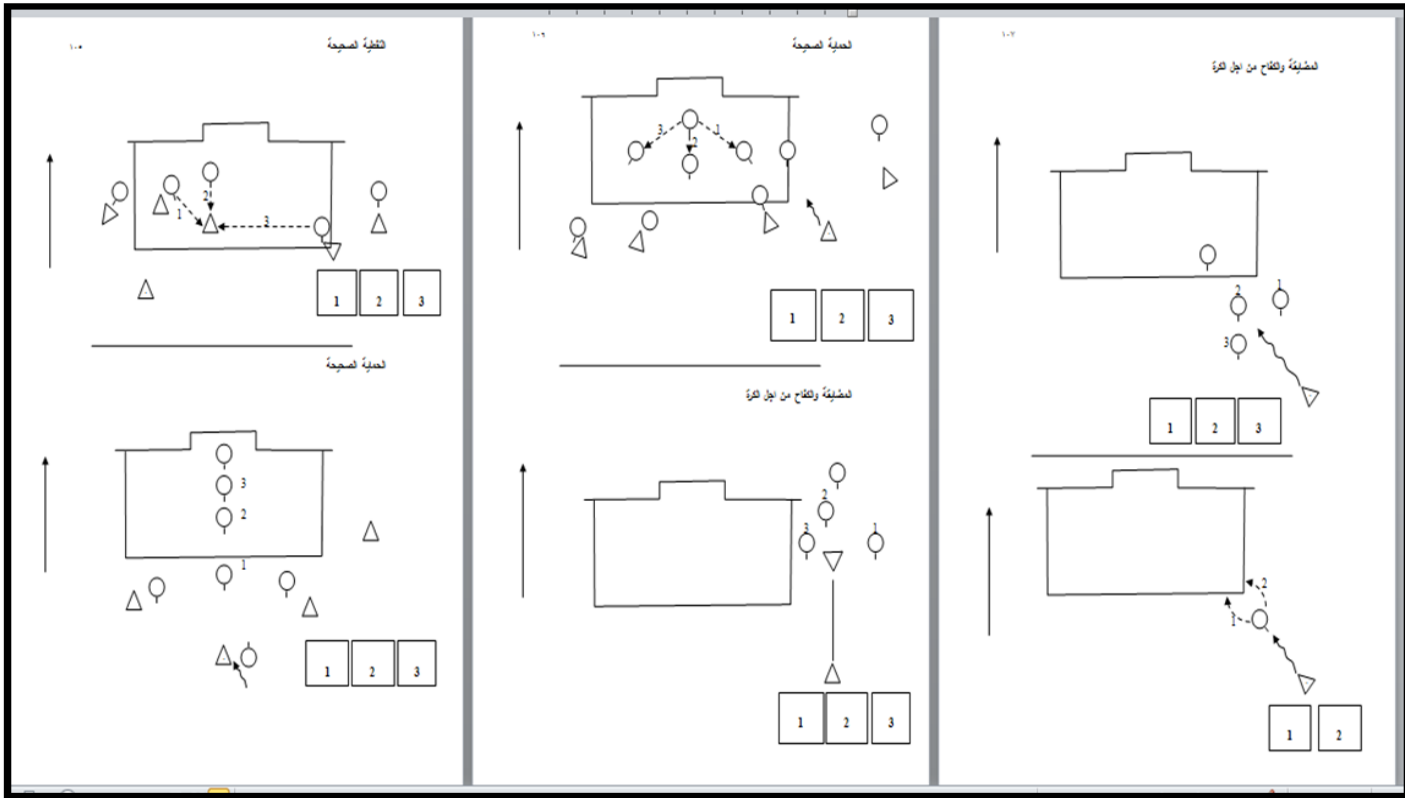
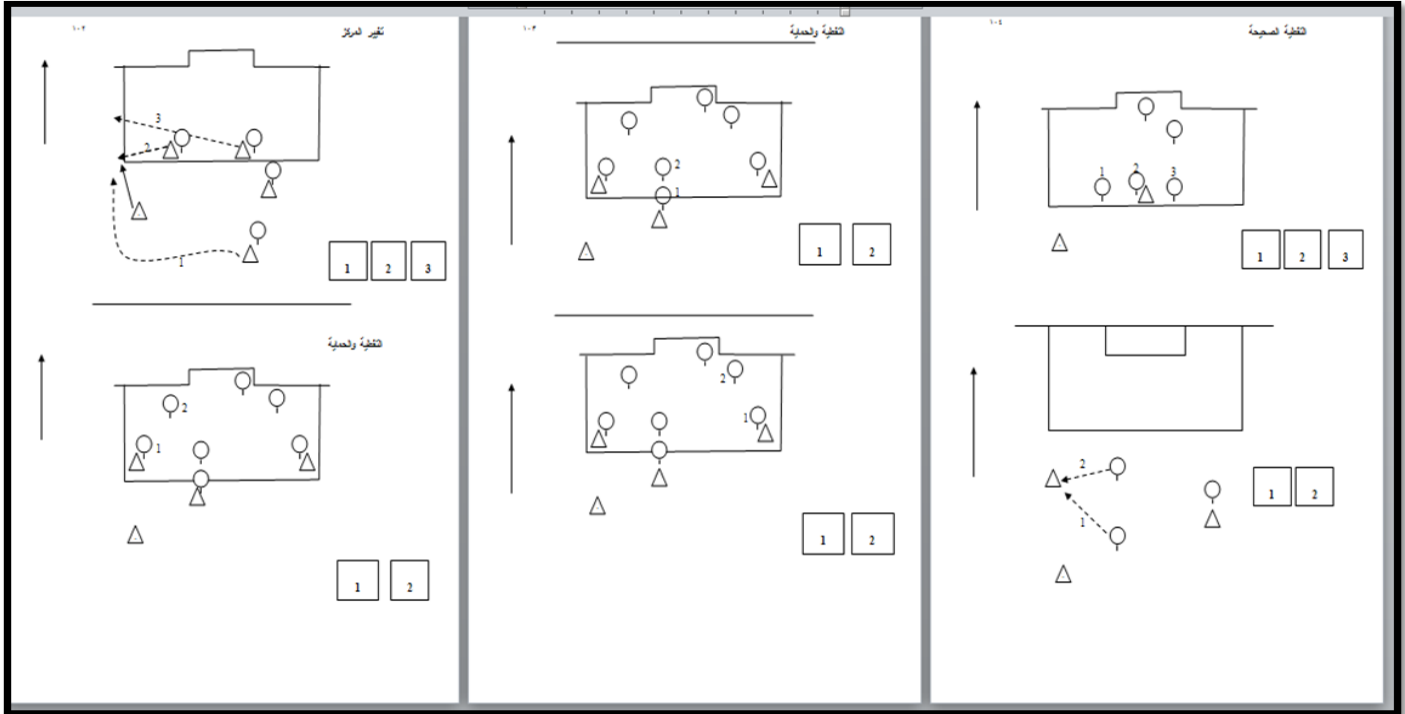
الباحث

الملحق (2)

يبين مفتاح التصحيح لاختبار التفكير الخططي (المواقف الخططية)

4	3	2	1	رقم الموقف في المقياس	ت	6	5	4	3	2	1	رقم الحالة في المقياس	ت
		1	3	الخامسة عشر	15					1	3	الأولى	1
		1	3	السادسة عشر	16				1	3	2	الثانية	2
	2	3	1	السابعة عشر	17	1	1	1	2	3	1	الثالثة	3
		3	1	الثامنة عشر	18					1	3	الرابعة	4
	1	3	2	التاسعة عشر	19				3	1	2	الخامسة	5
	1	2	3	العشرون	20		1	2	1	1	3	السادسة	6
	1	2	3	الحادية والعشرون	21				1	2	3	السابعة	7
	2	3	1	الثانية والعشرون	22				1	2	3	الثامنة	8
	1	3	2	الثالثة والعشرون	23				1	2	3	التاسعة	9
		3	1	الرابعة والعشرون	24				1	3	2	العاشرة	10
									2	3	1	الحادية عشر	11
										3	1	الثانية عشر	12
									1	2	3	الثالثة عشر	13
										1	3	الرابعة عشر	14







psychological adjustment with swimming among students of some colleges of physical education and sport sciences in Kurdistan region.

Nabi sdiq nuri ^{1*}
Ali Qader Osman

1- Sulaymaniyah University
Sulaymaniyah - College of
Physical Education and Sports

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.5>

Article info.

Article history:

-Received: 14/8/2022

-Accepted: 15/8/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- relationship
- psychological adjustment
- swimming
- students

© 2022 This is an open access
article under the CC by
licenses

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



Abstract

The aim of the study is to:

1. Building a measure of psychological reassurance for students of some faculties of physical education and sports sciences in the Kurdistan region.
2. Identifying the relationship between psychological tranquility and psychological adjustment for students of some faculties of physical education and sports sciences in the Kurdistan Region.

To verify the objectives of the research, the researcher assumed the following: There is a statistically significant correlation between psychological reassurance and psychological adjustment for students of some faculties of physical education and sports sciences in the Kurdistan Region.

The researcher used the descriptive approach in the style of correlative studies, the research community was identified from the university students who numbered (247) representing some universities in the Kurdistan region of Iraq (Karmian, Salah al-Din, Sulaymaniyah, Koya, Halabja), distributed over (5) colleges. (160) students by random method and by lottery method as a construction sample and identify (20) exploratory samples and (50) students as a sample for application.

After presenting, analyzing and discussing the findings of the researcher, several conclusions were reached:

In light of the objectives of the research and the hypothesis and limits of the research sample, the method used and based on what the results of the statistical analysis in this study indicated, the researcher concluded from the following:

The effectiveness of the psychological reassurance scale that the researcher built during the scientific research procedures, which indicated the ability of the scale in measuring psychological reassurance among students of some faculties of physical education and sports sciences in the Kurdistan Region. With the presence of significant differences between the students of the research sample, there is a relationship and a moral correlation between psychological reassurance and psychological adjustment in the research sample.

Corresponding Author: Nabi.nuri@nuivsul.edu.iq, Sulaymaniyah University- College of Physical Education and Sports

بناء مقياس للطمأنينة النفسية بمادة السباحة لدى طلاب بعض كليات التربية

البدنية وعلوم الرياضة في إقليم كردستان.

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

نبي صديق نوري / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة السليمانية

ا.د على قادر عثمان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة السليمانية

الكلمات المفتاحية

- الطمأنينة النفسية

- السباحة

- طلاب

- كليات

الخلاصة:

هدف الدراسة الى:

1. بناء مقياس الطمأنينة النفسية لطلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في إقليم كردستان.

2. التعرف على العلاقة ما بين الطمأنينة النفسية والتوافق النفسي لطلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في إقليم كردستان .

وللتحقق من اهداف البحث افترض الباحثان ماأتى: هناك علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين الطمأنينة النفسية والتوافق النفسي لطلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في إقليم كردستان ، استخدام الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية، تم تحديد مجتمع البحث من الطلاب الجامعات والبالغ عددهن(247) يمثلون بعض الجامعات اقليم كردستان العراق(كرميان ، صلاح الدين، سليمانية ، كوية ، حلبجة)، موزعين على (5)كلية وتم اختيار عينة البحث بلغت(160) طلاب بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة كعينة بناء وتحديد (20) عينة استطلاعية و(50) طلاب كعينة للتطبيق.

بعد عرض النتائج التي توصل اليها الباحث وتحليلها ومناقشتها تم التوصل الى عده الاستنتاجات:

فى ضوء الاهداف البحث وفروضه وحدود عينة البحث، والمنهج المستخدم واستنادا ما أشارت اليه نتائج التحليل الاحصائي فى هذه الدراسة استنتج الباحث مما أتى:

فاعلية المقياس الطمأنينة النفسية الذى قام بها الباحث ببنائه فى خلال الاجراءات البحث العلمى والتي دلت على قدرة المقياس فى قياس الطمأنينة النفسية لدى طلاب بعض الكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة فى إقليم كردستان، يتسم طلاب كلية التربية الرياضية فى جامعة حلبجة بمستوى جيد فى الطمأنينة النفسية والتوافق النفسى مع وجود فروق معنوية بين الطلاب عينة البحث وجود علاقة وارتباط معنوية بين الطمأنينة النفسية والتوافق النفسى لدى عينة البحث.

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث واهميته:

إن التطور الذي يشهده العالم اليوم في مجالات الحياة المختلفة لاسيما في المجال الرياضي الذي تظهر ملامحه من خلال المستويات المهارية والانجازات الرقمية لم يحدث صدفة و إنما هو نتاج التطور

المستمر في علوم الرياضة بأجمعها، ويعد علم النفس الرياضي أحد الموضوعات المهمة ذات التأثير المباشر في تطوير مستوى الأداء وتحسينه عند الرياضيين ، وهو محور مهم من محاور الدراسات العلمية في ميدان التربية الرياضية من أجل الارتقاء بالإداء و تحقيق افضل النتائج ومن دون ذلك فإنه من الصعب تحقيق مستوى عال من الانجاز .

ويتعرض الطلاب لأنواع مختلفة من المواقف النفسية خلال مسيرته الدراسية المرتبطة بالدروس العملية والنظرية، والموقف العام خلال الحياة خارج الجامعة وما تفرضه على الطلاب من استجابات خارجة عن نطاق سيطرته ، وأن الحديث عن تأثيرها في طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة لابد أن يسبقه الحديث عن أنواع المسببات لها ، فكل موقف يواجهه الطالب يتطلب منه إبداء أسلوب من أساليب التعامل يحميه منه ويعيد إليه توازنه . (الزبيدي واخرون، 2021، ص289)

فالجامعة عامة والتربية البدنية والعلوم الرياضية خاصة ليست مكانا يجتمع فيه الطلاب للتحصيل الاكاديمي ولكن هي مجتمع صغير يتفاعل اعضاءه فيه يتأثرون ويؤثرون فيما بينهم ، لذا فان هدف التربية الحديثة عن طريق الجامعة هو مساعدة الطلاب في النمو البدني والنفسى والاجتماعي لكي يكونوا مهيين لمستقبل بلادهم في خدمته خدمة حسنة ومثالية .

وتعد الطمأنينة النفسية في الحياة عامة وطالب التربية البدنية خاصة من الحاجات الاساسية ، ولابد من ان يكون الطالب مستعدا نفسيا في مواجهة التحديات من خلال الشعور بالطمأنينة ويكون دوره في تحقيق التحصيل العملي والنظري لمواد الدراسية في الكلية ومنها درس السباحة ، وعلى ادارة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان ان توفر للطالب ما يحتاجه من كل الظروف النفسية والامنية والاجتماعية للشعور بالطمأنينة النفسية ، لكي يؤدي دوره في الكلية بكل اطمئنان وامن وشعوره بالراحة النفسية خلال الدروس العملية وخصوصا السباحة .

ودرس السباحة له متطلبات بدنية ومهارية عالية تميزها عن غيرها من الألعاب وتنعكس هذه المتطلبات على اللياقة البدنية والمهارية الواجب توافرها فيمن يمارسونها ، وتعد واحدة من الألعاب المشوقة والمثيرة التي تعتمد بشكل كبير على الإعداد البدني بوصفه جزءاً أساسياً من العملية التدريسية ، إذ بدونه لا يستطيع الطالب أداء المتطلبات المهارية والخطوية الخاصة باللعبة ، وتظهر أهمية اللياقة البدنية من خلال شعور الطلاب بالمتعة والسعادة خلال الاداء في حوض السباحة .

1-2 مشكلة البحث:

ان الطمأنينة النفسية من موضوعات الصحة النفسية ويعبر عنه عادةً بالارتياح الشخصي لكونه من الحاجات الأولية ذات المرتبة العليا في حياة الإنسان وأن شعور الفرد بالطمأنينة النفسية هو أساس في تكوين شروط الصحة النفسية السليمة للفرد التي يسعى لتحقيقها بشكل مستمر ودائماً فإن دراسة التوافق النفسي

والطمأنينة النفسية تواجه اهتماما بالغا من قبل الباحثين إذ إن تمتع الفرد بالطمأنينة النفسية يدل على تمتعه بالصحة النفسية السليمة على اعتبار إن الشخص المتقائل تتسم شخصيته بالطمأنينة النفسية وتفاعله الايجابي مع المجتمع الذي يعمل معه بحب وسلام وأمن وامان مما يجعله أكثر عطاء وخدمة لذلك المجتمع. توجد الكثير من الظروف التي تهدد الطمأنينة النفسية للفرد فيستجيب للخوف الشديد والرعب , وان الشعور بالانعدام الامن يعد انعكاساً على حالة الفرد الادائية وسلوكه, لذا يجب الاهتمام بالطمأنينة النفسية للفرد والطالب على سواء.

ان للطلاب خصائص نفسية واجتماعية خاصة بهم ينبغي تفهمها من قبل القائمين على العملية التعليمية في الجامعة ، وان عدم تفهم هذه المراحل التي يمرون بها والتغيرات الحيوية والنفسية ، فضلاً عن الظروف النفسية التي يتعرض لها الطالب من جراء فترة التواجد في الكلية ، كل هذا يتطلب من الطالب أن يكون لديه توافق نفسي عال جدا ، ومن اجل مواجهة الامتحانات العملية والنظرية لدرس السباحة يتطلب منه حالة من التقلب الانفعالي المستمر ، وهذا بدوره يؤدي إلى اختلاف نظرة الطالب لنفسه ونظرته للآخرين ونظرة الآخرين له ، مما يجعله في حالة صراع دائم يؤثر على التوافق النفسي له خلال الدروس العملية في الكلية . ومن خلال الخبرة الميدانية المتواضعة للباحث والمتابعة المستمرة كلاعب ومدرب العاب لمادة السباحة اظهر ان عمليات الاعداد النفسى لم تظن بالاهتمام الكبير باعتبار ان (الطمأنينة النفسية والتوافق النفسى احدى العمليات النسبية والمؤثرة فى طبيعة مدى اداء وانسجامة مع طبيعة الفعاليات الرياضية وخاصة مادة السباحة،اذ انها لم تاخذ البعد التكامل فى ذاكرة الطلاب والمدرسين فى جهة اخرى الذى بدوره ينعكس على تحكم والقدرة على الاتزان والانسجام الطلب اثناء ممارسة السباحة وفى خلال ماتقدم تمكن مشكلة البحث في عدم وجود مقياس الطمأنينة النفسية يخصص بالبيئة العراقية وتحديدًا طلاب كلية التربية الرياضية لمادة السباحة ولكثرة من مقياس الطمأنينة النفسية فى جانب علم النفس العام الا ان يجب مراعاة الجانب التخصص الدقيق فى مجال الرياضي وبالاخص درس السباحة للكشف عن التميز بين الطلاب التى لم يتم الطرف لها مسبقا مع هذا النوع من ، ومن هنا تكمن مشكلة البحث في الاجابة عن التساؤل الاتي :

هل ان الطمأنينة النفسية لها علاقة ارتباط بالتوافق النفسى والتعرف على طبيعة هذه العلاقة الارتباطية ؟

1-3 أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:-

1. بناء مقياس الطمأنينة النفسية لطلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان.
2. التعرف على العلاقة ما بين الطمأنينة النفسية والتوافق النفسى لطلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان .

1-4 فرض البحث

هناك علاقة ارتباطية دلالة احصائية بين الطمأنينة النفسية والتوافق النفسي لطلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان.

1-5 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: طلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي 2021-2022.

1-5-2 المجال الزمني: 25/1/2022-10/3/2022.

1-5-3 المجال المكاني: بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان .

1-6 تحديد المصطلحات:**1-6-1 الطمأنينة النفسية :**

الحاجة الى الأمن والامان ، وهي حاجة سيكولوجية تتبع من شعور الفرد بأنه يستطيع البقاء على علاقات مشبعة وممتزنة مع الناس ذوي الاهمية الانفعالية في حياته والشعور بالراحة النفسية بعيداً عن أي تهديد يعكر تلك الراحة (الزبيدي واخرون ، 2021 ، 189) .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :**3-1 منهج البحث :**

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الارتباطية لملاءمته وطبيعة البحث، فالمنهج الوصفي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أو التعبير الكمي الذي يعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار أو حجم الظاهرة. (عباس واخرون، 2009، ص74)

أما أسلوب الدراسات الارتباطية فهو يسعى إلى الكشف عن العلاقة بين متغيرين أو أكثر وذلك لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات ومن ثم التعبير عنها بصورة رقمية. (ملحم، 2010، ص374)

3-2 مجتمع البحث وعيناته :

تم تحديد مجتمع البحث من الطلاب الجامعات والبالغ عددهم (247) يمثلون بعض الجامعات اقليم كردستان العراق (كرميان ، صلاح الدين، دهوك ،كوية) لسنة دراسي (2021-2022)، موزعين على (4) كلية وقسم وتم اختيار عينة البحث بلغت (160) طلاب بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة كعينة بناء وتحديد (10) عينة استطلاعية و(50) طلاب كعينة للتطبيق وشكل (1) أدناه يبين ذلك.

جدول (1) مجتمع البحث وعيناته

مجتمع البحث	عدد الطلاب	العينة الاستطلاعية	عينة البناء	عينة التطبيق
طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة	247	10	160	50
النسبة المئوية	100%	4.05%	64.78%	20.24%

3-3 أدوات البحث:

هي الأدوات التي أستطاع الباحث بموجبها الحصول على جميع البيانات وتدوينها واستخلاص النتائج لحل المشكلة لتحقيق أهداف البحث منها .

3-3-1 وسائل جمع المعلومات والبيانات:-

-المصادر العربية والاجنبية.

- الملاحظة.

- الأستبانة.

- شبكة الانترنت العالمية.

- جهاز حاسوب لابتوب نوع ((HP ((عدد (1).

- حاسبة يدوية نوع(KENKO) عدد (1).

3-4 إجراءات البحث الميدانية:**3-4-1 إجراء بناء مقياس الطمأنينة النفسية:**

لغرض بناء مقياس الطمأنينة النفسية اتبع الباحث الخطوات التي حددها. (علاوي ورضوان،319،1999)

3-4-1-1 الهدف من بناء المقياس:

أن الخطوة لبناء المقياس هو تحديد الهدف من المقياس تحديداً واضحاً، وما هو الأستعمال المنشود لهذا المقياس، وأن أحد أهداف البحث الحالي هو بناء مقياس الطمأنينة النفسية لدى طلاب جامعات الأقليم وتطبيقه عليهم.

3-4-1-2 تحديد الظاهرة المطلوب قياسها:

يجب تحديد الظاهرة المطلوب قياسها وأن يكون مفهومها وحدودها واضحين تماماً، وأن الظاهرة التي يهدف البحث الى قياسها هو الطمأنينة النفسية لدى طلاب بعض جامعات أقليم كوردستان.

3-4-1-3 تحديد المنطلقات النظرية لبناء المقياس:

من خلال عرض الإطار النظري للبحث فقد تم تحديد المنطلقات النظرية التي تستند إليها الباحث في بناء المقياس لأنها تعطي رؤية نظرية واضحة ينطلق منها الباحث للتحقق من إجراءات بناء المقياس وعليه حدد المنطلقات النظرية الآتية:

أ. اعتمد الباحث على الأدبيات النظرية ذات العلاقة في تحديد مفهوم الطمأنينة النفسية لدى عينة البحث والاعتماد على مبدأ تحليل السمة إلى عناصرها الأولية، إذ يمثل كل عنصر مجالاً معيناً أو إطاراً مرجعياً يتم اشتقاق الفقرات وكتابتها منه.(النبهان،2004،ص73)

وتحديد الأهمية النسبية لكل مجال في القياس واعتمادها في تحديد عدد الفقرات التي ينبغي إعدادها لقياس المجال. (الغريب، 1996، ص598)

ب. اعتماد أسلوب العبارات التقريرية في بناء فقرات المقياس الذي يعد من الأساليب الشائعة في بناء المقاييس العلمية. (الكبيسي، 1987، ص147)

ج. تعد المجالات والمكونات مقياس الطمأنينة النفسية وحدة كلية تحسب لها درجة واحدة في المقياس لان السمة مجموعة من السلوكيات المترابطة التي تميل إلى الحدوث معاً.

د. اعتماد النظرية الكلاسيكية في القياس العلمي، التي ينطلق من كون توزيع درجات الأفراد في السمة التي يقيسها الاختبار يتخذ شكل المنحنى الاعتدالي. (1983,118 Rinehart and Winston))

وان درجة الفرد في الاختبار أو المقياس هي دالة خطية مطردة، بمعنى انه كلما زادت درجة الفرد على الاختبار زاد مقدار وجود السمة لديه.

3-4-1-4 تحديد مجالات المقياس:

بعد تحديد الباحث لمفهوم الطمأنينة النفسية واطلاعه على الأدبيات والدراسات السابقة والمصادر العلمية ذات العلاقة بمفهوم الطمأنينة النفسية فقد تبنى الباحث تعريف () الطمأنينة النفسية والاعتماد على المجالات التي قدمها في نظريته التي تضمنت ست مجالات وهي(الثقة بالنفس، الرضا عن الذات، الخوف، النضج الانفعالي، الروح المعنوية، التوافق الشخصي)

بعد أن حدد الباحث مفهوم الطمأنينة النفسية في الباب الثاني من هذا البحث، وبعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة والمصادر العلمية ذات العلاقة بمفهوم الطمأنينة النفسية ، توصل الباحث إلى عدد من المجالات التي تغطي هذا المفهوم.

3-4-1-5 تحديد صلاحية المجالات:

وللتثبت من صحة تحديد المجالات ومدى تمثيلها للمقياس المعد من قبل الباحث، قام بعرضها على مجموعة من الخبراء والمتخصصين الملحق (1)، وطلب منهم تحديد صلاحية المجالات، ومدى تغطيتها لمفهوم الطمأنينة النفسية، الملحق(3) وفي ضوء ملاحظاتهم وآرائهم تم اعتماد (6) من المجالات(الثقة بالنفس، الرضا عن الذات، الخوف، النضج الانفعالي، الروح المعنوية، التوافق الشخصي) إذ يشير (صالح وآخرون ، 2000) إلى أن قيمة (كا²) المحسوبة عندما تكون اكبر من قيمتها الجدولية فإنها تكون لصالح الإجابة التي تقابل أكثر التكرارات لآراء الخبراء (تصلح أو لا تصلح) وفي هذه الحالة يعتمد المجال، أما عندما تكون قيمة (كا²) المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية فلا يعتمد المجال لان ليس هناك اتفاق من قبل الخبراء على صلاحيته. (مهدي، 2010، ص66)

والجدول (2) يبين ذلك:

الجدول (2)

نتائج اختبار مربع كاي لآراء الخبراء حول صلاحية المجالات لمقياس الطمأنينة النفسية

ت	المجالات	عدد الخبراء	الموافقين	غير الموافقين	قيمة كاي 2 المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
1	الثقة بالنفس	13	13	0	13	0.000	دال
2	الرضا عن الذات	13	13	0	13	0.000	دال
3	الخوف	13	13	0	13	0.000	دال
4	النضج الانفعالي	13	13	0	13	0.000	دال
5	القدرة على ضبط النفس	13	8	5	0.692	0.405	غير دال
6	الروح المعنوية	13	12	1	9.308	0.002	
7	التوافق الاجتماعي	13	9	4	1.923	0.166	غير دال
8	التوافق الشخصي	13	11	2	6.231	0.013	دال

يتبين الجدول اعلاه بأن (2) من المجالات المقياس حصلن على المعنوية من قبل جميع الخبراء والمختصين.

3-4-1-6 تحديد أسلوب وأسس صياغة عبارات المقياس:

تم اعداد الفقرات بصورتها الاولية من خلال عدد من الخطوات العلمية اذ تضمن المقياس (64)

فقرة موزعة على المجالات بحسب وزن وأهمية كل مجال وراع خلال إعداد الفقرات عدد من النقاط اهمها .

- 1- ان لا تكون الفقرة طويلة بمفرداتها بحيث تؤدي الى الملل في الاجابة .
- 2- ان تكون العبارة قابلة لتفسير واحد .
- 3- ان تكون الفقرة واضحة ومفهومة المعنى والهدف .
- 4- ان تكون الفقرات بصياغة تتناسب مستوى المستجيبين وبأسلوب لغوي بسيط و واضح.
- 5- صياغة الفقرات بطريق لا توحى لعينة البحث بأي إجابة.
- 6- مراعاة ان تتضمن الاسئلة على جميع الاجابات المحتملة حتى يتوفر لعينة البحث اساس معقول لاختيار الاجابة المناسبة. (طويل، 2009، ص52)
- 7- تجنب العبارات التي تحمل اكثر من فكرة واحدة .
- 8- تجنب العبارات المنفية بلا. (Cronbach، 1970، ص206)

3-4-1-7 وضع الصيغة الأولية للمقياس:

من أجل وضع الصيغة الأولية للمقياس قام الباحث بصياغة (64) عبارة وذلك بعد الاطلاع على العديد ن

المقاييس وقد راع الباحث أن تكون للعبارة معنى واحداً ومحدداً وبلغاً بسيطة وواضحة وممثلة للمجالات.

3-4-1-8 صلاحية العبارات من الناحية اللغوية:

قام الباحث بعرض العبارات جميعها على متخصص باللغة العربية من أجل أن تكون العبارات سليمة وخالية من الأخطاء اللغوية، وقد تم الأخذ بالملاحظات والتعديلات التي أبدتها وبهذا يكون المقياس خالياً من الأخطاء اللغوية.

3-4-1-9 تحديد صلاحية عبارات المقياس:

قام الباحث بعرض العبارات مع مجالات مقياس (الطمأنينة النفسية) على مجموعة من الخبراء والمختصين وكان عددهم (13) خبيراً ومختصاً ملحق (1) وطلب منهم ابداء رأيهم في مدى صلاحية عبارات المقياس ومدى مناسبتها وهل صياغتها جيدة ام تحتاج الى تعديل وصلاحية ازاء كل عبارة، ولتحليل اراء الخبراء على العبارات المقياس فقد تم استخدام اختبار (كا²) لعينة واحدة وعدت كل عبارة صالحة عندما تكون قيمة مربع كاي المحسوبة دالة عند المستوى أو أصغر من (0.05)

3-4-1-10 إعداد تعليمات وشروط الإجابة عن مقياس الطمأنينة النفسية:

أعد الباحث تعليمات المقياس التي تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته وحث المستجيب على الدقة في الإجابة، وقد اخف الباحث الهدف من المقياس كي لا يتأثر المجيب به عند الإجابة ، اذ يشير كرونباخ الى التسمية الصريحة للمقياس قد تجعل المجيب يزيّف اجابته او يستجيب الفرد بالاتجاه المرغوب فيه اجتماعياً. كما طلب من المستجيب عدم ترك اي فقرة دون اجابة مع عدم الحاجة الى ذكر اسمائه. (العنزى، 1998، ص40)

3-4-1-11 تصحيح المقياس:

استخدم الباحث مقياس ليكرت الخماسي المكون من خمس بدائل للإجابة (موافق بشدة) ويعطى (5) درجات و(موافق) يعطى (4) درجات و(محايد) يعطى (3) درجات و(لا أوافق) يعطى (2) درجتان و(لا أوافق بشدة) يعطى (1) درجة.

أما عن أعلى درجة للمقياس بلغت (230) حصل عليها الباحث بجمع جميع العبارات المقبولة والبالغة (46) عبارة وضربها في أعلى درجة وهي (5) درجات أما أدنى درجة فكانت (46) بضرب عدد العبارات في أقل درجة في بدائل الإجابة (1)، أما درجة الحياد للمقياس بلغت (138) درجة.

3-4-1-12 التجربة الاستطلاعية لمقياس الطمأنينة النفسية:

بعد إكمال جميع خطوات بناء المقياس، قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (10) طلاب من مجتمع الاصل وبالطريقة العشوائية ، عن طريق إرسال الاستمارة المعدة إلكترونياً بأستخدام تطبيق كوكل درايف وعبر الواتس أب للطلاب وتم الطلب منهم الإجابة على الاستمارة وارسالها وتعد التجربة الاستطلاعية طريقة لاستكشاف مدى ملائمة أداة البحث المصممة وهو اختبارها قبل تنفيذها أي إجراء تجربة أستكشافية. (دومينك، 1997، 184)

3-4-1-13 التجربة الرئيسية للمقياس:

بعد التأكد من إتمام جميع الخطوات اللازمة لبناء المقياس، والتأكد من سلامة الاختبار في التجربة الاستطلاعية تم تطبيق المقياس على عينة البناء التي بلغت (160) طالباً من جامعات الاقليم والذين يمثلون نسبة (64.78%) من مجتمع البحث الكلي وذلك بغرض التحليل الاحصائي للعبارات واختيار الصالحة منها وأستبعاد العبارات الغير صالحة أستناداً الى قوتها التمييزية والاتساق الداخلي ولاستخراج مؤشرات الصدق والثبات، وتم التأكد من وضوح الفقرات للعينة ومدى الوقت المستغرق للإجابة على المقياس والتي تراوح بين (20-24) دقيقة بمتوسط بلغ (22) دقيقة.

3-4-1-14 التحليل الاحصائي للعبارات (إستخراج الأسس العلمية للمقياس):

من أجل التحليل الاحصائي للمقياس تم تطبيق المقياس على عينة البناء المكونة من (160) طالبا ، ولاستخراج الأسس العلمية للمقياس ومنها الاتي:
أولاً- صدق المقياس:

يعد صدق المقياس من أهم الأسس العلمية لأي مقياس وهو يعني أن المقياس قادر على قياس ماوضع من أجله من السمة أو الظاهرة ولايقبس شيئاً آخر وتم اعتماد عدة أنواع من الصدق وهم كالاتي:
1- الصدق الظاهري:

يدل على مظهر المقياس أو الصورة الخارجية للمقياس من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها، ومدى وضوح العبارات ومناسبتها لقياس السمة المراد قياسها وقد قام الباحث بعرض العبارات على مجموعة من الخبراء والمتصين للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها، يعد صدقاً ظاهرياً أي أن " المقياس قادر على قياس الهدف الذي وضع من أجله. (الياسري إبراهيم، 76، 2002) وقد تحقق الباحث من الصدق الظاهري بعرض مجالات وعبارات المقياس (64) عبارة على (13) من الخبراء والمختصين لتحديد صلاحيتها بإستخدام قانون (مربع كاي).

1- صدق البناء Construct Validity:

إن صدق البناء يتطلب تحديد بعض الافتراضات النظرية التي يستند إليه الباحث في بناء المقياس والتثبت منه تجريبياً، إذ أن مدى تطابق الدرجات التجريبية مع الافتراضات النظرية يعني أن المقياس يقيس السمة التي اعد لقياسها ، ولما كان الباحث قد أعد سمة الطمأنينة النفسية لمجموعة من السلوكيات المترابطة التي تميل إلى الحدوث معاً، وإن الأفراد يختلفون بدرجة توافر سمة الطمأنينة النفسية لديهم، لذلك عمدا إلى التثبت من صدق البناء لمقياس الطمأنينة النفسية من خلال التحقق التجريبي لافتراضين، الأول: الفروق الفردية في درجات المقياس، إذ تم الإبقاء على الفقرات التي تمتلك القدرة على التمييز، والثاني: التجانس الداخلي بين درجات الأفراد على فقرات المقياس والدرجة الكلية، ودرجات مجالات المقياس مع الدرجة الكلية، وكانت

فقرات ومجالات المقياس جميعها ترتبط بالدرجة الكلية بدلالة إحصائية، مما يؤكد صدق البناء لمقياس البحث الحالي.

3-4-1-15 القوة التمييزية للعبارات باستخدام المجموعتان الطرفيتان:

تعد القوة التمييزية للعبارة من الخصائص القياسية المهمة لعبارات المقاييس لكونها تكشف عن قدرة العبارات على قياس الفروق الفردية في الخاصية التي يقوم على أساسها هذا النمط من القياس، إذ يقصد بالقوة التمييزية للعبارات "قدرتها على أن تميز بين أداء الأفراد بحيث تختلف درجة الفرد صاحب الأداء الضعيف عن درجة الفرد صاحب الأداء العالي أو المتميز". (Ebel, 1976, 402).

وبعد تطبيق المقياس على أفراد العينة البالغ عددهم (160) طالب، وتصحيح استمارات الإجابة، تم استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس إذ رتبت درجات أفراد العينة من أعلى درجة كلية إلى أقل درجة كلية وحددت المجموعتان الطرفيتان في الدرجة الكلية بنسبة (27%) في كل مجموعة، وبلغ عدد العينة في كل مجموعة (43) الطلاب أي عدد العينة في المجموعتين العليا والدنيا مساوياً (86) طالباً، وتراوحت درجات المجموعة العليا بين (3.05 - 5.00) درجة، ودرجات المجموعة الدنيا بين (1.39 - 4.78) درجة، واستخدم الباحث اختبار (t-test) لعينتين مستقلتين في حساب الفرق بين المجموعتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس، على أساس أن القيمة (ت) المحسوبة تمثل القوة التمييزية

3-4-1-16 الصدق المرتبط بمحك داخلي (الاتساق الداخلي):

تشير (انستازي) إلى إن إحدى مؤشرات صدق البناء هو الارتباط بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ويعد صدق الفقرات مؤشراً على قدرتها لقياس المفهوم نفسه الذي يقيسه الاختبار من خلال ارتباطها بمحك خارجي، أو داخلي وحينما لا يتوفر محك خارجي فإن أفضل محك داخلي هو الدرجة الكلية للمقياس) ويقصد بأسلوب فاعلية الفقرات مدى ارتباط كل فقرة من فقرات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس، وكلما زاد معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية كلما كان احتمال تضمينها للمقياس أكبر. (Anastasi 1976, 206).

وقد تحقق صدق الاتساق الداخلي في هذا المقياس من خلال المؤشرات الآتية:

معامل الارتباط بين درجة العبارة بالدرجة الكلية:

ثانياً- ثبات مقياس الطمأنينة النفسية: Scale Reliability

الثبات من الخصائص السايكومترية المهمة للمقاييس لأنها تؤثر أتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض أن يقيسه بدرجة مقبولة من الدقة فيما تزودنا به من بيانات عن السلوك المفحوص ولحساب ثبات مقياس الطمأنينة النفسية بالطريقتين الآتيتين (سليمان وآخرون، 1993، 235).

3-4-2-1 طريقة معامل ألفا كرونباخ لأتساق الداخلي: Alpha Cronbach

تعد من أكثر طرق الثبات شيوعاً وأكثرها ملائمة للمقاييس ذات الميزان المتدرج إذ تعتمد هذه الطريقة على مدى ارتباط العبارات مع بعضها البعض داخل المقياس وكذلك ارتباط كل عبارة مع المقياس ككل إذ أن معدل الارتباط الداخلي بين العبارات هو الذي يحدد معامل ألفا " ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة (ألفا كرونباخ) على درجات العينة البالغ عددهم (160) طالباً فكانت قيمة معامل الثبات المقياس (0.99) بينما ظهر قيمة معامل ألفا كرونباخ القياسي (0.99) وبين انه يوجد فرق بسيط لا يكاد يذكر مع معامل ألفا كرونباخ وهذا يدل على درجة ثبات المقياس

3-4-2-2 طريقة التجزئة النصفية:

نستعمل هذه الطريقة للحصول على ثبات الاستمارة وهي من أكثر طرائق الثبات استخداماً لأنها تتلافى عيوب بعض الطرائق كطريقة إعادة الاختبار وتتميز هذه الطريقة باقتصادها بالجهد والوقت، كما أن طريقة التجزئة النصفية تقيس التجانس الداخلي لفقرات المقياس إذ ان تجانس الفقرات "تدل على مدى اتساق وإطراء أداء المفحوصين على جميع الفقرات التي يتكون منها المقياس"، وهناك عدة طرائق لتجزئة الاختبار، فقد يستخدم النصف الأول من الاختبار في مقابل النصف الثاني او قد تستخدم طريقة الأسئلة الفردية في مقابل الأسئلة الزوجية وقد استخدم الباحث في إيجاد الثبات على جميع الفقرات والعلاقة بين الأسئلة الفردية والزوجية، من خلال الاعتماد على بيانات عينة التجربة الأساسية والبالغة (160) استمارة إذ تم استخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وادخلت البيانات ثم قسمت فقرات مقياس الطمأنينة النفسية الى نصفين وتم استخراج معامل الثبات بين مجموع درجات النصفين فقرات فردية وفقرات زوجية ثم أُستخرج معامل الارتباط بين مجموع درجات النصفين بطريقة (بيرسون) من القيم الخام، وقد بلغ معامل الارتباط بين النصفين (0.99) إلا إن هذه القيم تمثل معامل ثبات نصف الاختبار، لذلك يتعين تعديل معامل الثبات أو تصحيحه حتى نحصل على معامل ثبات الاختبار ككل ، وعليه استخدم معادلة (سبيرمان _ براون) لتصحيح معامل الارتباط ، وبعد التصحيح . (فرج،314،2007) اصبح معامل الثبات (0.99) وهو معامل ثبات عال ، ويمكن الاعتماد عليه لتقدير ثبات الاختبار، إذ أن الثبات إذا كان (0.70) فأكثر يعد مؤشراً جيداً على ثبات المقياس . (عيسوى،1985،ص58)

3-6 تصحيح مقياس الطمأنينة النفسية وصياغتها النهائية:

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات الصدق والثبات أصبح مقياس أصبحت مكوناً من (46)فقرة بعد أن حذفت (16)فقرة، وهي موزعة على (6) مجالات وهي (الثقة بالنفس) عدد فقراتها(7) فقرات و(الرضا عن الذات) وعدد فقراتها(9)فقرات (الخوف)وكانت فقراتها(6) ، (النضج الانفعالي) وكانت فقراتها(10) ، (الروح المعنوية) وكانت فقراتها(8) ، (التوافق الاجتماعي) وكان عدد فقراتها(6) ، أما بدائل

الاجابة فقد كانت كالاتي(5)درجات إذا كانت تنطبق على دائماً، و(4) درجات إذا كانت تنطبق علي كثيراً، و(3)درجات إذا كانت تنطبق علي أحياناً، و(2)درجتان إذا كانت تنطبق علي قليلاً و(1)درجة إذا كانت لا تنطبق علي ابدأً وتسري عكس هذه الدرجات في حالة كون الفقرات سلبية، وتكون الإجابة بحسب البديل الذي يختاره المستجيب، ويتم حساب درجة كلية للمقياس من خلال جمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب عن كل بديل يختاره من كل فقرة من فقرات المقياس، لذلك فان أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (230) درجة التي تمثل أعلى الدرجات، وأقل درجة يحصل عليها هي (46) درجة، والتي تمثل أدنى درجة كلية على المقياس اما درجة الوسط الفرضي للمقياس فقد بلغت(138).وقد تحقق الباحث من صدق المقياس عن طريق الصدق الظاهري والصدق المنطقي وصدق البناء، ويتمتع المقياس أيضاً بثبات جيد من خلال المؤشرات التي استخرجت للمقياس عن طريق إعادة الاختبار وطريقة الفاكرونباخ وبذلك أصبح المقياس بصورته النهائية جاهزاً للتطبيق على عينة البحث.

3-7 مقياس التوافق النفسي :

لغرض تحقيق اهداف البحث فقد تطلبت الحاجة الى توفر اداة للتعرف على مستوى توافق النفسلى طلاب الكليات التربية الرياضية فى اقليم كردستان وقدتبني الباحث المقياس الاداء التوافق النفسى اعده (عبدالرزاق الوهيب ياسين عزاوى مقياس التوافق النفسى لدى لاعبين الالعاب الفردية،بناء على مشورة اغلب الخبراء الذين عرضت عليهم المقياس للتوافق النفسى ،واوجده (عزاوى) معاملات لصدق وثبات لمقياس وعلى الرغم من ان المقياس يتمتع بمعاملات صدق وثبات جيد وانه قد طبق على مجتمعات عراقى مختلف عن مجتمعنا الحالى فقد القام الباحث بالعرض المقياس على مجموعة من ذوى الخبرة والاختصاص لأجل تاكد من صدق المقياس والبناء على ملاحظاتهم تم التعديل فى لغة واسلوب عدد من الفقرات دون المساس بالمعنى او فكرة المقياس لذا ارتالباحث ان يتحقق من الخصائص المقياسة للمقياس من صدق وثبات وكما يلى .
(عزاوى،2006،ص122)

3-8 التطبيق النهائي للمقياسين :

قام الباحث بتطبيق مقياسي (الطمأنينة النفسية) بصيغتها النهائية ومقياس (التوافق النفسى) على عينة البحث الأساسية المكونة من (50) طالباً في 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 وسرية الإجابة، وإنه سيستخدم لأغراض البحث العلمي فقط. وقد امتدت مدة التطبيق النهائي من (2022/1/25-2022/3/10).

3-9 الوسائل الإحصائية: عُولجت البيانات الإحصائية باستخدام البرنامج الجاهز ((2) spss) واستخدام الوسائل الآتية:

- النسبة المئوية.
 - قانون (كا).²
 - قانون الاهمية النسبية
 - الوسط الحسابي .
 - الانحراف المعياري .
 - اختبار (T) للعينات المستقلة.
 - معامل الارتباط البسيط بيرسون.
 - معادلة سبيرمان براون
 - معادلة الفاكرونباخ
 - اختبار (Bartlett)
 - اختبار (KMO) (أسدوأكب و شفيق،85،2019-133)
- 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:**

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي، تم تطبيق أداة البحث على عينة التطبيق من طلاب بعض جامعات إقليم كردستان وإجراء التحليلات الإحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها، والوصول إلى النتائج التي سيتم عرضها ومناقشتها وفقاً لأهداف البحث.

4-1 عرض ومناقشة نتائج الهدف الأول:

بناء مقياس الطمأنينة النفسية لطلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في إقليم كردستان. وقد تحقق هذا الهدف من خلال بناء المقياس والذي استوفى الشروط اللازمة لهذا النوع من الطمأنينة النفسية وكما موضح بشكل تفصيلي في الباب الثالث ويعد هذا المقياس احد الأدوات المهمة والمكتملة لتحقيق أهداف البحث الأخرى.

4-2 عرض نتائج مقياس الطمأنينة النفسية وتحليلها ومناقشتها لدى عينة البحث.

قام الباحث بتطبيق مقياس الطمأنينة النفسية المعد من قبله والمكون من (46) عبارة على عينة التطبيق وبالغلة (50) طالباً ولأجل التعرف على مستوى الطمأنينة النفسية لدى عينة البحث وجب التأكد من التوزيع الطبيعي لنتائج استجابات العينة والتأكد من افتراض التوزيع الطبيعي للاستجابات بحسب طريقة (كولموجراف - سمير نوف) كما مبين وموضح في الجدول والشكل أدناه.

جدول (3) يبين قياس جودة التوفيق النموذج الطبيعي المفترض لنتائج مقياس الطمأنينة النفسية

المقياس	إحصاء	درجة الحرية	مستوى الدلالة	التوزيع الطبيعي المفترض
الطمأنينة النفسية	0.144	50	0.08	متحقق

جدول (4)

الإحصاءات الخاصة بدراسة نتائج مقياس الطمأنينة النفسية

الإحصاءات	الإحصاءات	الخطأ المعياري
المتوسط الحسابي	158.44	2.034
فترة الثقة 95% للمتوسط	الحد الأدنى	154.35
	الحد الأعلى	162.53
المتوسط المشذب 5%	158.23	
الوسيط	159.00	
التباين	206.86	
الانحراف المعياري	14.38	
أصغر قيمة	130	
أكبر قيمة	189	
المدى	59	
المدى الربيعي	15	
معامل الالتواء العزمي	.277	.337
التفرطح	.163	.662

يبين الجدول (12) الإحصاءات الخاصة بدراسة نتائج مقياس الطمأنينة النفسية إذ بلغ الوسط الحسابي للمقياس ككل ومقداره (158.44) درجة والمتوسط المشذب بلغ (158.23) درجة ونلاحظ اقترابهما مما يعكس الدرجة العالية لتجانس البيانات.

الجدول (5)

نتائج الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لمقياس الطمأنينة النفسية لدى عينة البحث

المقاييس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	المعنوية	مستوى دلالة عند درجة 0.05
الطمأنينة النفسية	50	158.44	14.38	138	10.05	0.000	الفرق دال

*معنوي عند مستوى دلالة (0.05)

وللتأكد من الفروق بين هذه المتوسطات والاطراف الفرضية ، استعمل الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة ، وكشف نتائج التحليل الاحصائي عن وجود فروق ذات دلالة احصائية إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (10.05) عند مستوى دلالة (0.05) وبانحراف معياري (14.38) ووسط فرضي (138)، وقد بلغ المعنوية (0.000) وهي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، وهذا يعني يوجد فرق معنوي في مستوى الطمأنينة النفسية لدى عينة البحث كما مبين في الجدول (13).

يرى الباحث بأنه الطمأنينة النفسية من الحاجات الاساسية التي يعد اشباعها مطلباً رئيسياً لتوافق الفرد ويعد حافزاً قويا لسلوك بالطمأنينة لدى الطلاب والتي تؤدي الى شعور بالاتزان والميل الى الاندماج مع الجماعة والنشاط التعاوني مع اسرهم ومع اصدقائهم في الكلية ، حيث ان العلاقة الاقتراب التي يودها الحب بين الطلاب والمجتمع المحيط تمثيل عاملاً واقياً للطلاب تؤدي الى شعورها بالثقة والطمأنينة والسعادة والقدرة على

المواجهه والتي مما يسهل امكانات التعلم وفرض النمو السليمه لديهم ،وان السباحة لها فوائد بدنية ونفسية وتجعل الطلاب يشعر بالسعادة واكثر حماسا ،والطمأنينة حالة النفسية مساعدة فى تنمية زيادة الثقة بالنفس ويعزو الباحث ان مستوى الطمأنينة النفسية جاء بدرجة جيدة بشكل عام لانه طلاب يقدم لهم الدعم والمساعدة الاسرية مما يخفف لهم الخوف والتوتر والقلق كما ان الكلية تعمل على الاهتمام بهم منها توفير البئه الدراسية الجيدة من قبل المدرسين ومنهجية دراسه السباحة ومستلزمات وامكانيات ،توجد قاعة مسبح الدولى فى كلية مما يساعد الطلاب فى تعلم السباحة بشكل اكاديمى وهذا تؤثر بشكل ايجابى فى رفع مستوى شعورهم بالامن والطمأنينة النفسية (شقيير ، 2009، ص9)

المصادر:

- رمضان محمد الفذافي ؛ الصحة النفسية والتوافق ، ط2: (طرابلس ، دار الرواد للنشر والطباعة ، 1995) .
- زينب محمود شقيير ؛ الشخصية السوية والمضطربة : (القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، 2002)
- عبدالودود احمد الزبيدي واخرون؛ علم النفس الرياضي، (مكتبة الرشد، المملكة العربية السعودية، 2021).
- حمد خليل عباس واخرون: مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس. ط2، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2009،
- سامي محمد ملحم : مناهج البحث في التربية وعلم النفس . ط6، دار الميسرة للتوزيع والنشر والطباعة، عمان، 2010،
- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 1999، .
- موسى النبهان : أساسيات القياس في العلوم السلوكية. ط1، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، 2004، .
- رمزية الغريب: التقويم والقياس النفسي والتربوي. مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1996، ص598.
- كامل ثامر الكبيسي : بناء وتقنين مقياس السمات الشخصية ذات الأولوية للقبول في الكليات العسكرية لدى طلاب الصف السادس الإعدادي في العراق.، طروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية - ابن رشد، جامعة بغداد، 1987، .
- ياسر عبدالغني شريف طويل : تقييم الخدمات في مسابح مدينة الموصل من وجهة نظر المرتادين ،رسالة ماجستير غير منشورة ، مجلة رافدين ، كلية تربية رياضية جامعة الموصل ،العراق، 2009 .
- فريح عويد العنزي: علم نفس الشخصية. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت ، 1998.

- محمد جاسم الياسري ومروان عبد المجيد إبراهيم؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة؛ ط1، عمان، مؤسسة الوراق، 2002،
- روجر ويمر وجوزيف دومينك؛ مقدمة في أسس البحث العلمي - مناهج البحث العلمي ، ترجمة: صالح خليل أبو إصبع، ط6، عمان، دار أرام للدراسات والنشر والتوزيع، 1997 .
- عيسوي، عبد الرحمن (1985) القياس والتجريب في علم النفس والتربية. دار المعرفة الجامعية، القاهرة،
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان (2000) القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- Ramadan Muhammed Gaddafi; Mental Health and Compatibility, 2nd edition: - .(Tripoli, Dar Al-Rawad for Publishing and Printing, 1995), pg. 52
- Zeinab Mahmoud Shuqair; The Normal and Troubled Personality: (Cairo, The - .Egyptian Renaissance Bookshop, 2002), pg. 37
- Abdel-Wadoud Ahmed Al-Zubaidi and others; Sports Psychology, (Al-Rushd - .Library, Saudi Arabia, 2021), p. 298
- Hamad Khalil Abbas and others: An introduction to research methods in - education and psychology. Edition 2, Dar Al-Maysara for Publishing, Distribution and Printing, Amman, 2009, pg. 74
- Sami Muhammad Melhem: Research Methods in Education and Psychology. - 6th Edition, Dar Al-Maysarah for Distribution, Publishing and Printing, Amman, 2010, pg. 374
- Muhammad Hassan Allawi, Muhammad Nasr al-Din Radwan: Measurement in - Physical Education and Sports Psychology, Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1999, p. .319
- Musa Al-Nabhan: Fundamentals of Measurement in Behavioral Sciences. Edition 1, Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution, Amman, Jordan, .2004, p. 73
- The Symbolism of the Stranger: Evaluation, Psychological and Educational .Measurement. Anglo Egyptian Bookshop, Cairo, 1996, p. 598
- Kamel Thamer Al-Kubaisi: Constructing and codifying the priority personality - traits scale for admission to military colleges among sixth-grade preparatory students in Iraq., Unpublished PhD thesis, College of Education - Ibn Rushd, .University of Baghdad, 1987, pp. 142-143
- Yasser Abdul-Ghani Sharif Tawil: Evaluation of services in swimming pools in - the city of Mosul from the point of view of visitors, an unpublished master's thesis, Rafidain Journal, College of Physical Education, University of Mosul, .Iraq, 2009, p. 52

- Farih Owaid Al-Anazi: Personality Psychology. Al-Falah Bookshop for -
.Publishing and Distribution, Kuwait, 1998
- Muhammad Jassim Al-Yasiri and Marwan Abdul-Majid Ibrahim; measurement -
and evaluation in physical education and sports; 1v, Amman, Al-Warraq
.Foundation, 2002, p. 76
- Roger Weimer and Joseph Dominic; An Introduction to the Foundations of -
Scientific Research - Methods of Scientific Research, translated by: Saleh Khalil
Abu Asbaa, 6th Edition, Amman, Dar Aram for Studies, Publishing and
.Distribution, 1997, p. 184
- Essawy, Abdel-Rahman (1985) Measurement and Experimentation in
.Psychology and Education. University Knowledge House, Cairo, p. 58
- Muhammad Hassan Allawi and Muhammad Nasruddin Radwan (2000) -
Measurement in Physical Education and Sports Psychology, Dar Al-Fikr Al-
Arabi, Cairo, p. 271
- Anastasi, Anne. Psychological testing. 4th ed, Macmillan publishing Co, Inc, New
York, U.S.A,1976,206.
- Brown. FG. :principles of Education and psychological Testing Holt. Rinehart and
Winston, New York. century crofts New York 1983,p118.
- Cronbach, J. Essentials of Psychological testing. 3rd ed, Harpera Row, New
York,1970,p206.
- Ebel ,R.L(1972).Essentials of Education Meesurement Engle wood cliffs: prentice
Hull ,Inc Newyork , ,p406.
- Yong, E. & Pearce, J. "Foreign languages and sustain ability: addressing the
connections, communities and comparisons standards in higher education"
Foreign Language Annals 43.. 2013,



Building measuring the negative behavioral manifestations in the game of weightlifting among students of some faculties of physical education and sports sciences in the Kurdistan Region - Iraq

Shawana Hassan Mahmoud

Zardasht Mohammed Rauf ^{1*}

1- Sulaymaniyah University /
College of Physical Education
and Sports Sciences

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.6>

Article info.

Article history:

-Received: 6/9/2022

-Accepted: 7/9/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- Building
- measuring
- negative behavioral
- manifestations

© 2022 This is an open access
article under the CC by
licenses

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



Abstract

Introduction and importance of research. The educational process is no longer a theoretical aspect or reliance on training plans on which it is based in reaching sports achievements, but the involvement of different sports sciences as an auxiliary part of sports training, and among these sciences is sports psychology, Lifting weights, so the researcher decided to study this case and develop appropriate solutions by recognizing the differences in behavioral manifestations for the better and thus obtaining a better result. There was a positive direct correlation between the scale axes and the total score of the scale. It was reached to set standard levels for the research sample scores on the scale of negative behavioral manifestations for students of the faculties of physical education and sports sciences in the Kurdistan Region. As for the recommendations, they are based on the scale of negative behavioral manifestations for students of the faculties of physical education and sports sciences in the Kurdistan Region, which the researcher built in measurement and evaluation when conducting similar research. Emphasis on the use of scientific methods in preparing students to engage in practical lessons in the faculties of physical education and sports sciences in the Kurdistan Region. And work to strengthen social relations and communication between students and their teachers in order to enhance the positive aspects and enhance the personal self to achieve positive personality traits.

Corresponding Author: Zardasht.huein@univsul.edu.iq, Sulaymaniyah University / College of Physical Education and Sports Sciences

بناء مقياس للمظاهر السلوكية السلبية في لعبة رفع الاثقال لدى طلاب بعض

كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان - العراق

شوانة حسن محمود/ جامعة السليمانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.م.د. زهدة شت محمد روفف/ جامعة السليمانية-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة:

يهدف البحث هي بناء مقياس المظاهر السلوكية و التعرف على درجات المظاهر السلوكية في لعبة رفع الاثقال لدى طلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان - العراق. وضع مستويات معيارية لمقياس المظاهر السلوكية في لعبة رفع الاثقال لدى طلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان - العراق. اما منهج البحث فهي المنهج الوصفي بأسلوبين هما المسحي والعلاقات المتبادلة لملائمتها مع طبيعة البحث . واشتمل مجتمع البحث من طلاب كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية لمرحلة الثانية لبعض جامعات أقاليم كردستان /العراق لسنة الدراسة 2021/2022 والبالغ عددهم (245) طالبا ، في حين تم استبعاد (10) طالبا وهم طلاب جامعة السليمانية كلية التربية البدنية والعلوم الرياضة لاشتراكهم في التجربة الاستطلاعية و(5) طالبا وهم طلاب جامعة صلاح الدين كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية الاجاباتهم الخاطئة على المقياس، ويتكون عينة البحث(عينة البناء والتطبيق)طلاب المرحلة الثانية لكل من جامعات (جامعة السليمانية-جامعة صلاح الدين-جامعة حلبجة)كليات التربية البدنية والعلوم الرياضية والبالغ عددهم(230)طالباً، استعمل الباحث استمارة الاستبيان أداة للبحث التي وجهت إلى عدد من الخبراء وذوي الاختصاص في المجال الرياضي لغرض بيان آرائهم في صلاحية مقياس المظاهر السلوكية السلبية. و استعمل الباحث الوسائل الإحصائية و منها(الوسط الحسابي، و الانحراف المعياري ،و النسبة المؤدية، و معامل الارتباط البسيط(بيرسون)، و الخطأ المعياري، و معادلة سبيرمان براون). واستنتجت الباحث ما يأتي تم التوصل على بناء مقياس المظاهر السلوكية السلبية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان ومن خلال الإجراءات العلمية المتبعة في بناء المقاييس وكذلك اظهرت نتائج العينة أنهم يمتلكون درجة اقل من الوسط على مقياس المظاهر السلوكية السلبية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان من خلال مقارنة درجات عينة البحث بالمتوسط الفرضي .كان هناك علاقة ارتباط ايجابية طردية بين محاور المقياس والدرجة الكلية للمقياس .وتم التوصل الى وضع مستويات معيارية لدرجات عينة البحث على مقياس المظاهر السلوكية السلبية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان .

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- مقياس
- المظاهر السلوكية
- الاثقال
- كليات

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

العملية التعليمية لم تعد جانبا نظريا أو الاعتماد على الخطط التدريبية التي يستند عليها في الوصول الى الإنجازات الرياضية ولكن اشراك العلوم الرياضية باختلافها كجزء مساعد للتدريب الرياضي ومن هذه العلوم هو علم النفس الرياضي والذي يعد من العلوم المساعدة في نجاح وتطوير الأداء الرياضي وان البرامج النفسية في مختلف دول العالم المتقدم لها الأولوية في التخطيط لمجابهة المظاهر السلوكية السلبية التي قد تظهر لدى طلبة الكلية خلال درس الانتقال ، ولكن هناك امور يصعب التحكم بها في بعض الاحيان أو تغيب عن اذهان المدربين وقد لا يكون لديهم الامام الكافي بها أو كيفية تجنبها حين حدوثها ، وهذا يسبب تراجع في اداء الطلبة ولربما يسبب الحصول على درجات جيدة في مادة رفع الانتقال دون علم مدرس المادة عما هو السبب الحقيقي ، وهذه الاسباب متعددة ومتنوعة ومنها عدم كفاية المهارات النفسية والعقلية والمظاهر السلوكية السلبية التي قد يتمتع بها طلبة الكلية في مجابهة التغيرات في الظروف في اثناء الدروس والامتحانات ، ولكون الالعاب الرياضية ومنها مادة رفع الانتقال تمتاز بسرعة الاداء والحماس الكبير الذي يصاحب الاداء فإن الطالب يقع تحت ضغوط كبيرة ومتنوعة ولاسيما اثناء الاداء للرفعات خلال الامتحان يصبح محط انظار زملائه ، وهذا يجعل الطالب تحت تأثيرات نفسية متعددة مثل السلوك العدواني والضغوط والقلق الاجتماعي وغيرها من المظاهر السلوكية السلبية جميعها ، وبهذا يصبح الطالب مشتت الانتباه وقليل التركيز وظهور الانانية والاحباط لديه خلال المباراة مما يسبب له ضعفاً في الأداء اثناء الدرس او الامتحان وهذا يجعل الاهتمام من قبل مدرس المادة أو المختصين في مجال علم النفس الرياضي بدراسة هذه الحالات والوقوف على سبل معالجتها لتجنب اصابة الطالب او اللاعب بهذه المظاهر السلوكية السلبية . (عرب وكاظم ، 2001 ، 77)

لذلك أرتأى الباحث الى دراسة هذه الحالة ووضع الحلول المناسبة من خلال التعرف على الفروق المظاهر السلوكية نحو الافضل وبذلك نحصل على نتيجة أفضل

1-1 مشكلة البحث :

على حد علم الباحث لم يتم دراسة المظاهر السلوكية في مجالنا الرياضي على طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ، فما تزال المظاهر السلوكية تحتاج إلى المزيد من البحث والتدقيق ، وقد تكون هذه المظاهر السلوكية عقبة في سبيل اللاعب تحول بينه وبين التوافق مع بيئته وتفسد عليه تعاملاته مع الآخرين وتجعل علاقاته الاجتماعية غير ناضجة ، ومما لاشك فيه أن المشكلات السلوكية هي انحراف عن السلوك الرياضي ، وهي تزداد إذا تُركت دون بحث لأسبابها وتحديد طرق الوقاية منها ، لذا فهي جديرة بالدراسة لمعرفة الأسباب الكامنة وراءها والتوصل إلى الحلول اللازمة لتلك المشكلات ، ومن هنا تبلورت مشكلة

البحث في دراسة المظاهر السلوكية ومحاولة الاجابة على التساؤل الاتي هل للمظاهر السلوكية مستويات معيارية يمكن وضعها للتعرف على درجات طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بمادة رفع الاثقال .

1-3 اهداف البحث:

1-3-1 بناء مقياس المظاهر السلوكية .

1-3-2 التعرف على درجات المظاهر السلوكية في لعبة رفع الاثقال لدى طلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان - العراق.

1-3-3 وضع مستويات معيارية لمقياس المظاهر السلوكية في لعبة رفع الاثقال لدى طلاب بعض كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان - العراق.

1-4 فرض البحث :

1-4-1 هناك فرق ذات دلالة احصائية بين درجات الطلاب في مقياس المظاهر السلوكية السلبية

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة السليمانية /قسم التربية الاساسية

1-5-2 المجال الزمني : سيحدد في حينه . 2022/3/1 لغاية 2022/6/1

1-5-3 المجال المكاني : قاعة رفع الاثقال بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة . (السليمانية-صلاح الدين-حلبجة)

3- إجراءات البحث :

1-3 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي باسلوبين هما المسحي والعلاقات المتبادلة لملائتهما مع طبيعة البحث

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من طلاب كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية لمرحلة الثانية لبعض جامعات إقليم

كوردستان / العراق لسنة الدراسة 2021/2022 والبالغ عددهم (245) طالبا ، في حين تم استبعاد (10

) طالبا وهم طلاب جامعة السليمانية كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية لاشترائهم في التجربة الاستطلاعية

و(5) طالبا وهم طلاب جامعة صلاح الدين كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية لإجاباتهم الخاطئة على

المقياس ، ويتكون عينة البحث(عينة البناء والتطبيق) طلاب المرحلة الثانية لكل من جامعات (جامعة

السليمانية- جامعة صلاح الدين-جامعة حلبجة) كليات التربية البدنية والعلوم الرياضية والبالغ عددهم (

230) طالبا ، كما يتبين في الجدول (1) :

الجدول (1)

يبين مجتمع البحث وعينة البناء وعينة التطبيق النهائي

ت	المحافظة	الجامعة	عينة البناء	عينة التطبيق	التجربة الاستطلاعية	المستبعدون
1	السليمانية	السليمانية	35	40	10	
2	أربيل	صلاح الدين	120			5
3	حلبجة	حلبجة	35			
المجموع		190	40	10	5	245

3-3 أدوات البحث:

استعمل الباحث عددا من الوسائل البحثية وهي :

- استمارة الاستبيان .
- والمقابلة الشخصية .
- المصادر والمراجع .
- مقياس المظاهر السلوكية السلبية .

وفيما يأتي وصف لإجراءات الدراسة :

3-3-1 الخطوات العلمية لبناء مقياس المظاهر السلوكية السلبية :

سيقوم الباحث بعدد من الخطوات والتي ستضمن بناء مقياس المظاهر السلوكية لطلبة كليات التربية

البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان وهي :

3-3-2 تحديد مجالات المقياس وفقراته وصياغتها :

لغرض القيام بعملية تحديد المجالات لابد من مراجعة للمصادر العلمية في الموضوع ذاته إذ يساعد ذلك الباحث في تكوين وبناء المجالات بشكل وافي وأشمل والوقوف على أكبر قدر ممكن من الوضوح والشمولية (عبدالودود احمد الزبيدي واخرون ، 2019) (الزبيدي واخرون ، 2019 ، 102) ، وتحديد المجالات الرئيسية للمقياس وهي (7) مجالات لمقياس المظاهر السلوكية السلبية وهي :

- 1- السلوك العدواني .
- 2- القلق الاجتماعي .
- 3- الضغط النفسي .
- 4- السلوك السلبي .
- 5- الاحباط .
- 6- الخجل .
- 7- الانانية

إذ تم تحديد هذه المجالات مع التعريف البسيط لكل منها بشكل استيعاب ، إذ تم طلب آرائهم حول مدى صلاحية المجالات وبغرض تحديد المجالات الأكثر أهمية وبعد القيام بعملية العرض وابداء الرأي حول الاتفاق على قبول او رفض المجالات ، على المجالات وعلى اجراء التعديلات على الصياغة لتصبح اكثر ملائمة لطبيعة البحث ويتكون المقياس بصورته الأولية من (7) أبعاد وبعد جمع الدرجات التي حصل عليها كل مجال من المجالات الخاصة بالمقياس تم استخراج الأهمية النسبية لكل مجال ليختار الباحث المجالات التي حصل عليها. ولغرض الشروع بعملية تحديد فقرات مقياس المظاهر السلوكية السلبية ، قام الباحث بإعداد فقرات المقياس من (95) فقرة موزعة على المجالات السبعة للمقياس . يؤكد كرونباخ (Cronbach, 1970) على ضرورة أن يبدأ الباحث بتحديد المفاهيم التي يعتمد عليها في بناء المقياس قبل أن يبدأ بإجراءات بناء المقياس . (Cronbach.1970,496)تطلب إعداد الصيغة الأولية لمقياس المظاهر السلوكية السلبية 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 البدنية والعلوم الرياضية وعلم النفس الرياضي التي تتعلق بأدبيات المظاهر السلوكية السلبية والتي ذكرت سابقاً .

3-3-1 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 إنّ الخصائص القياسية (السيكومترية) للمقياس تعتمد بشكل كبير على الخصائص القياسية (السيكومترية) للفقرات (الرحمن ، 1998 ، 440) 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 ((بدرجة كبيرة جداً ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، بدرجة قليلة جداً)) وتعطى لها الدرجات (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) على التوالي ، وقد روعي عند صياغة فقرات المقياس .

3-3-2 صياغة فقرات المقياس :

من شروط بناء المقاييس النفسية يجب أن تكون فقراتها مفهومة وتعليمات الإجابة عنها واضحة للذين يُعدّ لهم المقياس. ويجب إخفاء الغرض الحقيقي من المقياس (أي عدم كتابة اسم المقياس) للحصول على بيانات صادقة (عبد الخالق، 1989، 65) من خلال الاعتماد على الأسس الواردة في البحوث والدراسات العلمية حول أساليب بناء المقاييس وبعد تحليل المقاييس المذكورة سابقاً تمت صياغة (95) فقرة لمقياس المظاهر السلوكية السلبية وحسب مجالات المقياس السبعة ، وقد تم عرض الفقرات المقترحة للمقياس على

السادة الخبراء لبيان مدى صلاحية الفقرات لقياس الغرض الذي وضعت من أجله . وبذلك يصبح المقياس بعد الاخذ برأي الخبراء مكونا من (62) فقرة الملحق (4) بعد اتفاق السادة الخبراء على حذف (33) فقرة ، والفقرات المحذوفة مبينة بالجدول (2)

الجدول (2)

الفقرات المحذوفة من كل مجال حسب اراء الخبراء

ت	المجال	عدد الفقرات المحذوفة	تسلسل الفقرات المحذوفة
1	السلوك العدواني	4	4 ، 16 ، 13 ، 7 ،
2	القلق الاجتماعي	3	32 ، 29 ، 20
3	الضغط النفسي	1	38
4	السلوك السلبي	3	57 ، 55 ، 52
5	الاحباط	1	78
6	الخجل	1	85
7	الانانية	---	---
	المجموع	13	

3-1-3-3 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الاحد الموافق 23 / 1 / 2020 ، لبيان مدى صلاحية المقياس على عينة قوامها (10) طالبا وهم طلاب كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية لمرحلة الثانية من محافظة السلبيانية 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 وتجنب العبارات غير الواضحة وتبديلها بعبارات ملائمة .

4- 5- احتساب زمن الإجابة والوقت الذي يستغرقه الطلاب في الإجابة عن فقرات المقياسين ، إذ تراوح زمن الإجابة من (30 - 45) دقيقة .

1- التأكد من وضوح تعليمات المقياسين ومدى تجاوب المختبرين وتفهمهم للاختبارات .

2- اتخاذ الإجراءات المناسبة من حيث الصياغة اللغوية لإعداد صورة المقياس .

3-1-3-3 التحليل الإحصائي لفقرات مقياس المظاهر السلوكية السلبية :

من مواصفات المقياس الجيد إجراء التحليل الإحصائي لفقراته للتمييز بين الأفراد الذين حصلوا على درجات عالية ودرجات منخفضة في المقياس نفسه ، أي استخراج القوة التمييزية للفقرات ، وقد تم إجراء التحليل الإحصائي لمقياس المظاهر السلوكية السلبية بطريقتين هما :

3-3-1-4-1 أسلوب المجموعتين المتطرفتين :

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 طالبا البالغ عددهم (230) 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 " (Hopkins,1972,286) ، وقام الباحث بإجراء الاختبار التائي على المجموعتين المتطرفتين بهدف معرفة الفروق بينهما واعتمدت قيمة (ت) الدالة إحصائياً مؤشراً لتمييز الفقرات

3-3-1-4-2 معامل الاتساق الداخلي :

تم استخراج معامل الاتساق الداخلي ، إذ إن هذه الطريقة تقدم لنا مقياساً متجانساً في فقراته بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل ، فضلا عن قدرتها على إبراز الترابط بين فقرات المقياس ، وقد استعمل معامل الارتباط البسيط لبيرسون لتحقيق ذلك بوساطة نظام (SPSS) .

3-3-1-4-3 ثبات المقياس :

يعد الثبات من المؤشرات الضرورية كونه يعني " مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف لقياسها " (علام ، 2000 ، 131)، ويشير ثبات الاختبار إلى اتساق الدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد في عدد مرات الاختبار المختلفة ، وهناك عدة طرق لحساب الثبات اعتمد الباحث على :

3-3-1-4-3-1 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 اللاعبين .

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 والذي بلغ (0.788) ، 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 (0.881) وهو معيار جيد يمكن الاعتماد عليه .

3-3-1-4-4 الخطأ المعياري للمقياس :

* معادلة سبيرمان براون = 2 × معامل الارتباط ÷ 1 + معامل الارتباط

لو فحصنا أحد أفراد مجتمع البحث عدة مرات في مقياس المظاهر السلوكية السلبية 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 استخراجها الآن ما هو إلا تقدير كمي لهذه الأخطاء ، ويتم الحصول عليه عادة من الثبات ، وعند تطبيق معادلة الانحراف المعياري بلغت درجة الخطأ ($4.715 \pm$) عندما كان معامل الثبات للمقياس (0.881) وانحراف معياري قدره (6.942) وبناءً عليه فالدرجة الحقيقية للمقياس لأي لاعب هي الدرجة التي يحصل عليها في المقياس ($4.715 \pm$) .

3-3-1-4-5 تصحيح المقياس :

بعد أن أنجز الباحث المعاملات العلمية اللازمة لمقياس المظاهر السلوكية السلبية من خلال الإجراءات السابقة أصبح المقياس مكوناً من (66) فقرة بصورته النهائية الملحق (5) وتكون الإجابة عن الفقرات باختيار بديل واحد من خمسة بدائل ((بدرجة كبيرة جداً ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، بدرجة قليلة جداً)) وتعطى لها الدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (66 - 330) والمتوسط الفرضي للمقياس ككل (198) ، وإن الدرجة العالية على مقياس المظاهر السلوكية السلبية تعني أن طالب يمتلك ظواهر سلوكية سلبية والدرجة الواطئة تعني أن المظاهر السلوكية متدنية لدى عينة البحث .

3-4 تطبيق المقياس :

تم تطبيق المقياس على عينة والبالغ (230) طالباً يمثلون طلاب كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية لمرحلة الثانية لبعض جامعات إقليم كردستان لاستخراج مستويات المظاهر السلوكية السلبية على وفق المقياس الذي تم بناؤه وذلك في المدة من 2022 / 4 / 24 - 2022 / 5 / 4 .

3-5 الوسائل الإحصائية :

استعمل الباحث الحاسوب الآلي على وفق نظام (SPSS) لتحليل البيانات في البحث الحالي .

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

سيتم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات التي تم الحصول عليها من خلال مجموعة الاجراءات التي قام الباحث بها ، وبعد أن تم تحقيق هدف البحث الأول والمتضمن بناء مقياس المظاهر السلوكية السلبية سيستعرض الباحث نتائج البحث وكما هو مبين في ما يأتي :

الجدول (2)

الاوراسط الحسابة والانحرافات المعيارية لمجالات مقياس المظاهر السلوكية السلبية والمقياس ككل

المتغير	الاوراسط الحسابة	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي
المحور الاول	12.275	2.995	36
المحور الثاني	18.325	4.811	30
المحور الثالث	14.800	4.23	27
المحور الرابع	15.425	3.88	39
المحور الخامس	13.750	4.743	15
المحور السادس	16.450	.373	24
المحور السابع	20.775	5.595	27
المقياس ككل	132.300	10.638	198

يتبين من الجدول (2) أن الاوراسط الحسابة لمجالات المقياس تراوحت بين (12.275) و (20.775) والانحرافات المعيارية كانت (2.995 - 5.595) لعينة الدراسة على مقياس المظاهر السلوكية وعند مقارنة الوسط الحسابة لكل مجال مع المتوسط الفرضي للمجال يتبين ان الوسط الحسابة اقل من المتوسط الفرضي وهذا يدل على ان عينة الدراسة لهم مظاهر سلوكية واطئة في المجالات ، اما عند مقارنة الوسط الحسابة للمقياس ككل (132.300) مع المتوسط الفرضي له (198) ، فان العينة تمتلك من المظاهر السلوكية بدرجة اقل من المتوسط لكون الوسط الحسابة اقل من المتوسط الفرضي ، والجدول (3) يبين الدرجات الخام والدرجات المعيارية لمقياس المظاهر السلوكية وحسب اجابات الطلاب على المقياس ، وهذا يشير الى ان عينة البحث يمتلكون مظاهرا سلوكية ايجابية ، اذ تشير الدرجة العالية الى وجود المظاهر السلوكية السلبية العالية ، والدرجة المتدنية الى انه وجود مظاهر سلوكية ايجابية ، وهو ما تؤكد (ابتسام ، 2011) وتمثل المظاهر السلوكية السلبية ظاهرة نفسية هامة في مجال دراسات الشخصية ورغم الأبحاث الكثيرة التي تناولت بعض هذه المظاهر وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية فما تزال كثير من تفاعلاتها تحتاج إلى المزيد من البحث والتدقيق، وقد تكون هذه المظاهر السلوكية السلبية عقبة في سبيل المراهق تحول بينه وبين التوافق مع بيئته وتقصد عليه تعاملاته مع الآخرين وتجعل علاقاته الاجتماعية غير ناضجة ، ومما لاشك فيه أن المشكلات السلوكية هي انحراف عن السلوك السوي وهي تزداد إذا تُركت دون بحث لأسبابها وتحديد طرق الوقاية والعلاج ، لذا فهي جديرة بالدراسة لمعرفة الأسباب الكامنة وراءها والتوصل إلى الحلول اللازمة لتلك المشكلات. (امين، 2011، 3)

الجدول (3)

قيمة معامل الارتباط ما بين درجات مجالات المقياس ودرجة المقياس الكلية

المتغير	المقياس ككل	Sig.	الفروق
المحور الاول	0.450	0.000	معنوية
المحور الثاني	0.567	0.000	معنوية
المحور الثالث	0.573	0.000	معنوية
المحور الرابع	0.626	0.000	معنوية
المحور الخامس	0.782	0.000	معنوية
المحور السادس	0.516	0.000	معنوية
المحور السابع	0.451	0.000	معنوية

تشير النتائج في الجدول (3) إلى وجود علاقة ايجابية بين درجات الطلاب على مجالات المقياس ودرجاتهم الكلية على المقياس ككل ، وهذا يشير الى انه كلما زادت الدرجة على مقياس المظاهر السلوكية السلبية ستزداد درجات مجالات المقياس ، وإذا قلت درجة المقياس كاملا فان درجات المجالات ستقل ايضا ، وهو ما يؤكده (سهام درويش ، 2018) ان علماء النفس يُرجعون المظاهر السلوكية إلى عملية التنشئة الاجتماعية ويرون أن هناك ارتباطاً بين نمط شخصية الفرد وأسلوب الرعاية الوالدية ، واسلوب تربيته الايجابية التي كان يتلقاها من الوالدين عندما كان طفلا وفي مراحل المراهقة ، وهو بذلك سيكون افكارا وتصرفات تعينه على تخطي السلوك السلبي ومحاولة تغيير هذا الاتجاه السلبي الى ايجابي . (درويش ، 1989 ، 143)

الجدول (4)

الدرجات والمستويات المعيارية لمقياس المظاهر السلوكية السلبية

المستوى	درجات التقييم	التكرارات	النسبة المئوية
جيد جدا	118 – 66	63	27.391 %
جيد	171 – 119	112	48.696 %
متوسط	224 – 172	37	16.087 %
مقبول	277 - 225	18	7.826 %
ضعيف	330 - 278	صفر	صفر %
المجموع			100 %

يتبين من الجدول (4) بأنه هناك خمسة مستويات للمقياس المظاهر السلوكية وقد تم وضع المستويات لمجتمع البحث (عينتي البناء والتطبيق) والبالغ عددهم (230) طالبا ، وهي (ضعيف ،

مقبول ، متوسط ، جيد ، جيد جدا) وكانت درجات الطلاب من (66 - 118) يحصلون على جيد جدا وعددهم (63) طالبا وكانت النسبة المئوية لهم (27.391 %) من العدد الكلي لعينة البناء والتطبيق ، وكانت درجات الطلاب من (119 - 171) يحصلون على جيد وعددهم (112) طالبا وبلغت النسبة المئوية (27.391 %) ، وكانت درجات الطلاب من (172 - 224) يحصلون على متوسط وعددهم (37) طالبا وبلغت النسبة المئوية (16.087 %) ، وكانت درجات الطلاب من (225 - 277) يحصلون على مقبول وعددهم (18) طالبا وبلغت النسبة المئوية (7.826 %) ، وكانت درجات الطلاب من (278 - 330) يحصلون على ضعيف ولم يكن اي من الطلاب في هذا المستوى وفق درجاتهم على المقياس ، وهذا يعني انهم يمتلكون درجات دون الوسط على مقياس المظاهر السلوكية السلبية .

5- الاستنتاجات والتوصيات :

1-5 الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي :

- 1- تم التوصل على بناء مقياس المظاهر السلوكية السلبية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان ومن خلال الإجراءات العلمية المتبعة في بناء المقاييس .
- 2- اظهرت نتائج العينة أنهم يمتلكون درجة اقل من الوسط على مقياس المظاهر السلوكية السلبية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان من خلال مقارنة درجات عينة البحث بالمتوسط الفرضي .
- 3- كان هناك علاقة ارتباط ايجابية طردية بين محاور المقياس والدرجة الكلية للمقياس .
- 4- تم التوصل الى وضع مستويات معيارية لدرجات عينة البحث على مقياس المظاهر السلوكية السلبية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان .

1-5 التوصيات :

في ضوء استنتاجات البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي :

- 1- اعتماد مقياس المظاهر السلوكية السلبية لطلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في اقليم كردستان الذي قام الباحث ببنائه في القياس والتقويم عند إجراء بحوث مشابهة .
- 2- التأكيد على استخدام الوسائل العلمية في تهيئة الطلاب لخوض غمار الدروس العملية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة باقليم كردستان .
- 3- العمل على تعزيز العلاقات الاجتماعية والتواصل فيما بين الطلاب ومدرسيهم من اجل تعزيز المظاهر الايجابية وتعزيز الذات الشخصية لتحقيق سمات شخصية ايجابية .

4- إجراء دراسات أخرى عن المظاهر السلوكية السلبية لمستويات وعينات أخرى وحسب تخصصات الدروس العملية .

المصادر العربية:

- ❖ أبو عيطة ، سهام درويش . (1989) : الرعاية الوالدية والميول المهنية لدى الطلبة الكويتيين في المرحلة الثانوية ، مجلة العلوم الإجتماعية ، مج 17 ، ع 1 ، جامعة الكويت ، الكويت .
- ❖ امين، ابتسام ابراهيم،(2011)، المعاملة الوالدية المدركة و علاقتها ببعض المظاهر السلوكية السلبية لدى المراهقين.
- ❖ الزبيدي واخرون ،عبدالودود احمد ، (2021) ، علم النفس الرياضي ، مكتبة الرشد ، الرياض ، المملكة العربية السعودية.
- ❖ الزبيدي،احمد عبدالودود، و اخرون ، (2019) ،المتغيرات النفسية في المجال الرياضي، دار الاكاديميون،عمان .)
- ❖ الزبيدي ، عبدالودود احمد واخرون ؛ المتغيرات النفسية في المجال الرياضي ، (عمان ، دار الاكاديميون للنشر والتوزيع ، 2019)
- ❖ علام،صلاح الدين محمود،(2000)، القياس و التقويم التربوي و النفسي،أساسياته- تطبيقاته- توجيهات معاصرة،ط1،دار الفكر العربي، القاهرة.

□ Abdul-Wadood Ahmed Al-Zubaidi and others; Psychological variables in the sports field, (Amman, Dar Al-Akademoun for Publishing and Distribution, 2019)

□ Abu Aita, Siham Darwish. (1989): Parental care and professional tendencies among Kuwaiti students at the secondary stage, Journal of Social Sciences, Vol. 17, p. 1, Kuwait University, Kuwait.

□ Allam, Salah El-Din Mahmoud, (2000), Educational and Psychological Measurement and Evaluation, Its Basics – Applications – Contemporary Directives, 1st Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.

□ Al-Zubaidi and others, Abdul-Wadood Ahmed, (2021), Mathematical Psychology, Al-Rushd Library, Riyadh, Saudi Arabia.

□ Al-Zubaidi, Ahmed Abdel-Wadoud, and others, (2019), forgetting variables in the sports field, Academics House, Amman).

□ Amin, Ibtisam Ibrahim, (2011), perceived friendly treatment and its relationship to some negative behavioral manifestations among adolescents.

□ Ebtisam Ibrahim Amin; Perceived parental treatment and its relationship to some negative behavioral manifestations in adolescents, a master's thesis, unpublished, College of Education, Tikrit University, (2011),

□ Cronbach L. J. ; Essential of Psychological Testing , New York . Happer and Baw Publishers (1970) .

□ Stanly,C.J& Hopkins,K.D,(1972).Education and psychological Measurement and Evaluaion, Prentic Hall,New Jersey.



The effectiveness of a mental visualization program on psychological fluency and the level of transmitter skill for female volleyball players

Shakr mahmod ahmed ^{1*}

Ali Qader Osman

1- Sulaymaniyah University /
College of Physical Education
and Sports Sciences

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.7>

Article info.

Article history:

-Received:29/8/2022

-Accepted: 30/8/2022

-Available online: 31/7/2022

Keywords:

- effectiveness
- mental visualization
- transmitter skill
- female
- volleyball

© 2022 This is an open access
article under the CC by
licenses

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



Abstract

The study aimed to: design a program for mental visualization among female volleyball players and to identify the effectiveness of the mental visualization program in psychological fluency and the level of some basic skills among female volleyball players and to identify the dimensional differences between the control and experimental groups psychological fluency and some basic skills of female volleyball players.

Theoretical studies: represented by a program of mental visualization in psychological fluency and the level of some basic skills, as well as a number of similar studies.

Research methodology and most important procedures: The experimental method was used with the design of two groups (experimental and control). The research community was selected from the players of the Premier League clubs in volleyball for the sports season 2020-2021, and their number is (33) players and they represent Aphrodite Club and Sulaymaniyah, and the Sulaymaniyah Club was chosen in a way Intentional due to the availability of all means and possibilities to implement the main experiment as well as the facilities provided by the management of the mentioned club, and the research sample consisted of (20) players, and the sample was randomly divided into two groups (control and experimental), as each group included (8) players. The exclusion of (4) female players for participating in the two pilot experiments.

Control research in the pre and post tests. Recommendations: Emphasis on the use of the mental visualization program designed by the researcher in the training process for volleyball samples, and attention to the psychological and emotional aspect of the players when developing volleyball training programs.

Corresponding Author: shaker.ahmad@univsul.edu.iq Sulaymaniyah University / College of Physical Education and Sports Sciences

فاعلية برنامج للتصور العقلي في الطلاقة النفسية ومستوى مهارة الارسال لدى لاعبات الكرة الطائرة

شاكور محمود احمد / جامعة السليمانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د. علي قادر عثمان / جامعة السليمانية-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة:

هدف الدراسة الى : تصميم برنامج للتصور العقلي لدى لاعبات بالكرة الطائرة والتعرف على فاعلية برنامج التصور العقلي في الطلاقة النفسية ومستوى بعض المهارات الاساسية لدى لاعبات بالكرة الطائرة والتعرف على الفروق البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية الطلاقة النفسية ومهارة الارسال لدى لاعبات بالكرة الطائرة .

منهج البحث واهم الاجراءات : استخدم المنهج التجريبي ذو تصميم مجموعتين (التجريبية , الضابطة). وحدد مجتمع البحث من لاعبات أندية درجة الممتاز بالكرة الطائرة للموسم الرياضي 2020-2021, والبالغ عددهن (33) لاعبة ويمثلن نادي افروديت والسليمانية , وقد تم اختيار نادي السليمانية بطريقه عمدية بسبب توفر جميع الوسائل والامكانيات لتطبيق التجربة الرئيسية فضلاً عن التسهيلات التي قدمتها ادارة النادي المذكور , وكانت عينة البحث مكونة من (20) لاعبة, وتم تقسيم العينة بطريقة عشوائية الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) اذ شملت كل مجموعة على (8) لاعبات وقد تم استبعاد (4) لاعبات لاشتراكهن في التجريبتين الاستطلاعتين.

بعد عرض النتائج التي توصل اليها الباحث وتحليلها ومناقشتها تم التوصل الى عدة استنتاجات: برنامج التصور العقلي والذي قام بأعداده الباحث ذو تأثير إيجابي في تعلم ومهارة لأرسال ومستوى الطلاقة النفسية بالكرة الطائرة وظهرت نتائج البحث فروق ذات دلالة معنوية بين الإختبارات القبلية و البعدية لعينتي البحث التجريبية والضابطة لبرنامج التصور العقلي في تعلم مهارة الارسال ومستوى الطلاقة النفسية بالكرة الطائرة ولم تظهر فروق في الطلاقة النفسية.

التوصيات: التأكيد على استخدام برنامج التصور العقلي والذي صممه الباحث في العملية التدريبية لعينات اخرى والاهتمام بالجانب النفسي و الوجداني للاعبات عند وضع البرامج التدريبية بالكرة الطائرة .

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث وأهميته:

يعد الاعداد النفسي للرياضيات من الامور التي اصبحت ضرورة ملحة لأعداد اللاعبات اعدادا متكاملًا ليكون لهن القدرة على مواجهة متطلبات التدريب الشاق من جهة وما يدور في راس اللاعبة من افكار متضاربة حول كفاءتها ومستوى الخصم وارضاء المدرب وغيرها من الامور التي تؤثر على مستوى

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- الفاعلية
- التصور الذهني
- مهارة الإرسال
- أنثى
- الكرة الطائرة

اللاعبة سلبيا من جهة اخرى ، لذا اصبح الاهتمام بالجانب النفسي من الضرورات التي تتطلبها عملية اعداد اللاعبة لمساعدتها في التغلب على المشاكل النفسية التي تواجهها والتعامل مع اللاعبة بطريقة تمكنها من فهم نفسها وميولها واستعدادها وامكانياتها وحل العقبات النفسية التي تواجهها وتعجز عن حلها ، ولقد أصبح من المسلم به علمياً بعد الدراسات المستفيضة في السلوك الإنساني في شتى مجالات الحياة أن أي أداء حركي يصدر عن أعضاء جسم الإنسان منفردة أو مجتمعة ليس نتيجة لعمل بدني فقط ولكن أيضاً نتيجة لمجموعة من العمليات العقلية والانفعالية والدافعية التي لا نستطيع أن نلاحظها بطريقة مباشرة ولكن نستطيع أن نلاحظها عن طريق طبيعة وأهداف هذه الحركات البدنية الصادرة .

زاد الاهتمام بالتصور العقلي لغرض استخدامه في التغذية الراجعة لتعزيز استكمال الصورة للمهارات الحركية لأي لاعب في المجال الرياضي، وهناك مركز متكامل في الجهاز العصبي المركزي وظيفته استقبال المثيرات الحسية والعمل على تطبيقها وتعزيزها وارسالها الى المخ لعمل الاستجابة اللازمة وان التصور العقلي يكون صوراً لتتم الاستجابات الفسيولوجية، وهذه الصور بعد تحليلها في الدماغ ستولد انقباضات في العضلات المستخدمة لإنتاج الحركة وهو ما يؤكد ارتباط النشاط البدني مع النشاط الذهني، وأن التصور العقلي له تأثير على قدرة الجهاز العصبي لتسجيل الانماط الحركية والحسية وقدرتها على التذكر وإعادة تنظيم(1).

وان الطلاقة النفسية في المتغيرات النفسية المهمة التي ارتباط مع الكثير من المتغيرات النفسية الايجابية والسلبية ،وهي تدعيم اللاعبين وتهيئهم نفسياً للمنافسات والمباريات ،وأنها تعد من أهم المتغيرات في التعبئة النفسية لغرض اداء أفضل ، وأنما في المتغيرات الايجابية عندما يدرك الرياضي توازنه النفسي ومواجهة التحديات وقدرة الرياضي الذاتية لمواجهة الظروف المختلفة (2) .

وجاءت أهمية البحث بأن التصور العقلي يعمل على إكساب اللاعبة مهارات مهمة تمكنهن من حل المشكلات الفردية والجماعية وتعديل السلوك الذي يصب في النهاية إلى تحسين الطلاقة النفسية للاعبة وفي خلال ذلك ارتأى الباحث في تصميم برنامج للتصور العقلي ومعرفة أثره على الطلاقة النفسية و دقة بعض المهارات الأساسية للاعبة الكرة الطائرة.

1-2 مشكلة البحث:

من خلال ممارسة الباحث للكرة الطائرة كونه لاعباً ومثل أكثر من نادي وفرق الكلية والجامعة لسنوات طويلة ،لاحظ انه هناك تشتت في انتباه للمباريات بالكرة الطائرة بمحافظة السلیمانية نتيجة للظروف المحيطة

(1) عبدالودود أحمد الزبيدي وآخرون؛(2021)،علم النفس الرياضي، مكتبة الرشد ، الرياض المملكة العربية السعودية، ص 314.

(2) أحمد سمير أحمد جرادران؛(2012)،العلاقة بين الطلاقة النفسية والاداء البدني والمهاري لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم في فلسطين،رسالة ماجستير،كلية الدراسات العليا، ص3.

بالاعبات داخلياً وخارجياً، وهذا يؤدي الى انخفاض في اداء المهارات الاساسية في الكرة الطائرة خلال المباريات والمنافسات التي يدخلن فيها ومما يسبب في ضياع نقاط مهمة يكون الفريق بحاجة لها، ونظراً لقلّة الدراسات في تصميم برنامج للتصور العقلي للرياضيين بشكل عام والكرة الطائرة بشكل خاص.

وتكمن مشكلة البحث في إن عمليات الإعداد النفسي تعطى بشكل نظري عامه ولا تراعي مستويات اللاعبين، حيث كانت تقتصر للتطبيق العملي ولا تراعي مستويات اللاعبين وإمكانياتهم وقدراتهم البدنية والمهارية والنفسية، أضافه إلى خصوصية اللعبة والمهارات التي تتضمنها وبالتالي فإن النتيجة تكون ليست بالدرجة المطلوبة، وإن قلّة الاهتمام بالجانب النفسي أفرزت أبعاداً وسلوكيات، تمثلت بأفكار سلبية غير واقعية و غير المنطقية كان تتبناها اللاعبة عن اللعبة والمواقف التي تتخللها والمستمدة من الثقافة التي تعيش فيها والبيئة التي توجد فيها، والتي تعتمد إلى حد كبير على تبني أفكار مشوهة وصور غير حقيقية عن ممارسة الرياضة والنشاط الرياضي، وقد لاحظ الباحث من خلال متابعة وخبرته المتواضعة وكونه لاعبا سابقاً ومدرباً لعدة سنوات أن الكثير من المدربين واللاعبات يعتقدون أن السبب الرئيسي في انخفاض فاعلية الأداء المهاري يرجع إلى انخفاض مستوى برامج التدريب وعدم جدية اللاعبين في تنفيذ هذا البرامج، بينما قد ترجع المشكلة الحقيقية في اغلب الأحيان إلى عدم الاهتمام بالإعداد النفسي من جانب المدربين واللاعبات أنفسهم وعدم الدراية الكاملة فيها حيث ان هناك كثير من الحالات التي تم رصدها في اللاعبين وكانت غائبة كلياً عن انظار الجانب الاداري والمدربين وكذلك اللاعبين انفسهم، ومن هنا جاءت مشكلة البحث التي تحددت في الإجابة على التساؤلات الآتية:

ما هي فاعلية هذا البرنامج على مهارة الارسال للاعبات الكرة الطائرة؟

1-3 أهداف البحث:

يهدف البحث الى الآتي :

- 1- تصميم برنامج للتصور العقلي لدى لاعبات بالكرة الطائرة.
- 2- التعرف على الفروق البعدية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية الطلاقة النفسية ومهارة الارسال لدى لاعبات بالكرة الطائرة .

1-4 فروض البحث

- 1- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للاختبارين القبلي والبعدي في بعض المهارات الاساسية لدى لاعبات بالكرة الطائرة.
- 2- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية للقياسين القبلي والبعدي في الطلاقة النفسية لدى لاعبات بالكرة الطائرة .

1-5 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري: لاعبات نادي السليمانية بالكرة الطائرة في محافظة السليمانية .
 2-5-1 المجال الزمني: 30 \ 3 \ 2021 الى 16 \ 5 \ 2021.
 3-5-1 المجال المكاني: قاعة نادي السليمانية للألعاب الرياضية المغلقة , محافظة السليمانية.
 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:
 3-1 منهج البحث:

تم استخدام المنهج التجريبي ذو تصميم مجموعتين (التجريبية , الضابطة) وذلك لملائمة لطبيعة مشكلة البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من لاعبات أندية درجة الممتاز بالكرة الطائرة للموسم الرياضي 2020-2021، والبالغ عددهن (33) لاعبة ويمثلن نادي افروديت والسليمانية، وقد تم اختيار نادي السليمانية بطريقه عمدية بسبب توفر جميع الوسائل والامكانيات لتطبيق التجربة الرئيسية فضلاً عن التسهيلات التي قدمتها ادارة النادي المذكور، وكانت عينة البحث مكونة من (20) لاعبة، وتم تقسيم العينة بطريقة عشوائية الى مجموعتين (ضابطة وتجريبية) اذ شملت كل مجموعة على (8) لاعبات وقد تم استبعاد (4) لاعبات لاشتراكن في التجريبتين الاستطلاعتين والجدول (1) يبين ذلك.

جدول (1)

يبين مجتمع البحث وعينته

النادي	العدد	العينة الضابطة	العينة التجريبية	العينة الاستطلاعية
افروديت	13	-	-	-
السليمانية	20	8	8	4

3-4 وسائل جمع البيانات الاجهزة والادوات المستخدمة :

3-4-1 وسائل جمع البيانات:

- 1- المصادر والدراسات.
- 2- برنامج التصور العقلي. ملحق(3)
- 3- استمارة التفريغ ملحق(5) .
- 4- اختبارات المهارات الاساسية.
- 5- الملاحظة العلمية.

3-4-2 الاجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز الكمبيوتر نوع (HP) عدد (1).

- ساعة توقيت الكترونية(1) عدد.
- جهاز حاسوب يدوي-نوع(Casio).
- جهاز الداتا شو(1) عدد.
- ميزان الكتروني حساس لقياس وزن الجسم لاقرب (100)غرام نوع (aohng).
- تقسيم كهرياء (3) م.
- كاميرا صور نوع (1) canon عدد.

3-4-3 الادوات المستخدمة في البحث:

- كرات الطائرة قانونية عدد(20).
- صافرة عدد(1).
- اقلام رصاص عدد(20).
- شريط متري لقياس مسافة.
- شريط لاصق بعرض (5) سم.
- كرسي عادي عدد(10).
- شاشة لعرض فيديو مهارات عن طريق جهاز الداتاشو.

3-5 متغيرات البحث وكيفية ضبطها:

على الباحث تحديد متغيرات بحثه (المستقلة والتابعة) فضلاً عن امكانية معرفة المتغيرات الدراسة وذلك لجعل العمل التجريبي منظماً ومنسقاً بصيغة علمية دقيقة" إن من خصائص العمل التجريبي أن يقوم الباحث متعمداً بمعالجة عوامل معينة تحت شروط مضبوطة ضبطاً دقيقاً لكي يتحقق من كيفية حدوث حالة أو حادث ويحدد أسباب حدوثها"⁽¹⁾. لذا لابد من تحديد المتغيرات التالية نظراً لاهميتها ، المتغير المستقل وقد حدد الباحث المتغير المستقل في البحث وهو عبارة عن استخدام برنامج التصور العقلي) ، المتغير التابع (وقد تناول الباحث المتغيرات الطلاقة النفسية وبعض المهارات الاساسية) .

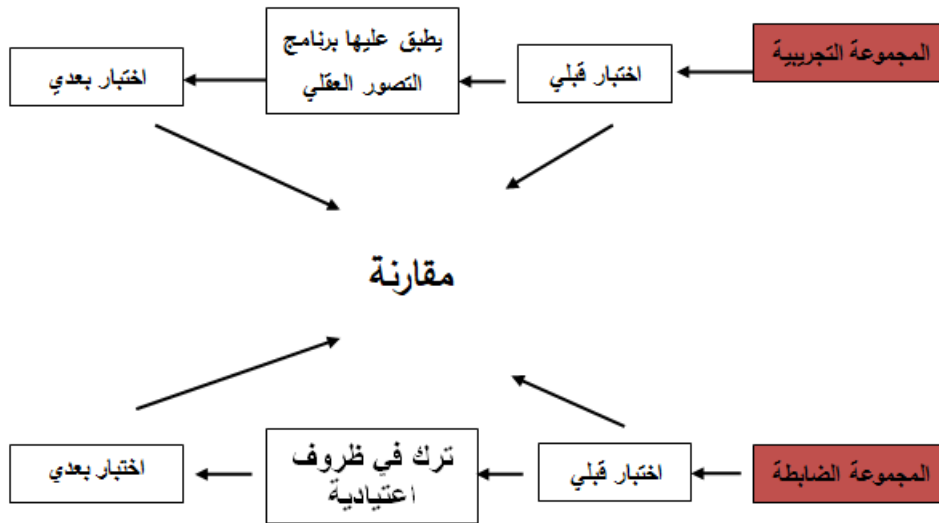
3-6 التصميم التجريبي:

استخدام الباحث التصميم التجريبي الذي يطلق عليه اسم (تصميم المجموعات المتكافئة) العشوائية الاختيار ذات الاختبارين القبلي والبعدي المحكم الضبط، وتم مراعاة ما يأتي عند تنفيذ التصميم التجريبي:

- تقسيم افراد عينة البحث الى مجموعتين تجريبية وضابطة .

(1) دي بولد فاندالين؛(1982) مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط3، ترجمة: محمد نبيل نوفل وآخرون، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ص348.

- اجراء قياس قبلي لمجموعتين البحث التجريبية والضابطة في مقياس الطلاقة النفسية والمهارات الاساسية .
- تنفيذ البرنامج المستخدم على افراد المجموعة التجريبية .
- ترك المجموعة الضابطة في التدريب على الظروف التقليدية وعدم اخضاعها الى اي برنامج نفسي.
- اجراء قياس بعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس الطلاقة النفسية والاختبار المهارات الاساسية في نهاية تطبيق البرنامج والشكل (9) يوضح التصميم التجريبي المستخدم في الدراسة الحالية.



شكل (1)

يوضح التصميم التجريبي المستخدم في تجربة البحث

7-3 ادوات البحث:

- اعداد مقياس الطلاقة النفسية على وفق الاسس العلمية.
- تم تحديد المهارات الاساسية والاختبارات المهارية للكرة الطائرة من قبل الخبراء والمختصين .
- تصميم اعداد البرنامج التصور العقلي مستفيدا من الدراسات والاطار النظرية في اعداد البرنامج بما يتلائم مع اهداف البحث.

1-7-3 مقياس الطلاقة النفسية:

لغرض تحقيق اهداف البحث فقط تطلبت الحاجة الى توفر مقياس للتعرف على الطلاقة النفسية لدى لاعبات الكرة الطائرة درجة ممتازة لنادي السليمانية في محافظه السليمانية وقد تبنى الباحث مقياس الطلاقة النفسية الذي اعده (حبيب علي طاهر و عايد كريم الكناني, 2011)⁽¹⁾ مقياس الطلاقة النفسية لدى لاعبات الكرة الطائرة درجة ممتازة .

(1) حبيب علي طاهر و عايد كريم الكناني؛ (2011) الصدق العملي لمقياس الطلاقة النفسية للاعبين اندية الدرجة الاولى بالكرة الطائرة في العراق , مجلة علوم التربية الرياضية .

3-7-1-1 وصف المقياس الطلاقة النفسية وطريقة تصحيحية:

- من أجل قياس الطلاقة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة تم استخدام مقياس راتب وآخرون⁽¹⁾ والذي أشتمل على (38) فقرة ملحق (2) موزعة على ستة مجالات هي :
- الثقة بالنفس .وكان عدد فقراته (5) فقرة هي (11- 30 -40-46- 55).
 - تركيز الانتباه .وكان عدد فقراته (8) فقرة هي (2- 4 -16 -25 -36 -41 -61 -64)
 - مواجهة القلق .وكان عدد فقراته (9) فقرة (8 - 12 -21 -26 -37 -42- 48 -52 -65)
 - الاستمتاع .وكان عدد فقراته (3) فقرات (38- 43 -58)
 - التحكم والسيطرة الرياضية وكان عدد فقراته (9) هي (6- 14-18- 33 -39 -44 -59 -62 -70)
 - آلية الأداء . وكان عدد فقراته (4) فقرات هي (17- 19 -45 -54)
- وتكون الاجابه عن فقرات المقياس بطريقة ليكرت (سلم الاستجابة) حيث تكونت من ثلاث استجابات هي (درجة كبيرة 3 درجات) (درجة متوسطة 2 درجة) (درجة قليلة 1 درجة) بالنسبة للفقرات الايجابية و (درجة كبيرة 1 درجة) (درجة متوسطة 2 درجة) (درجة قليلة 3 درجات) بالنسبة للفقرات السلبية وكان عدد الفقرات الإيجابية (19) فقرة والفقرات السلبية (19) فقرة .

3-7-2 إختبار قياس دقة مهارة الإرسال⁽²⁾

الغرض من الإختبار: قياس دقة مهارة الإرسال.

الأدوات المستخدمة: ملعب كرة طائرة قانوني، شريط لتحديد الأهداف، شريط قياس، 10كرات طائرة.

مواصفا الأداء: يقوم المختبر بأداء الإسال موجهاً الكرة نحو المناطق (أ،ب،ج،د).

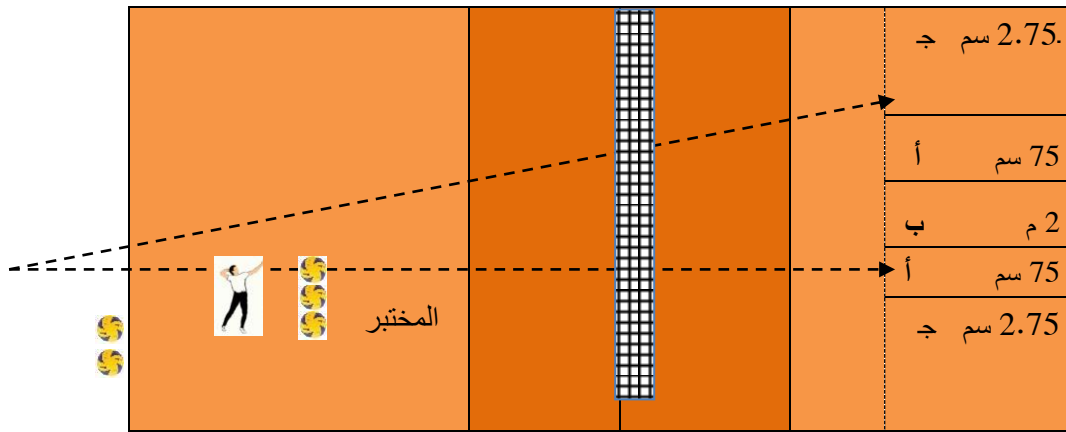
شروط التسجيل: للمختبر ثلاث محاولات:

- 4 نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (أ).
 - 3 نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (ب).
 - 2 نقاط لكل محاولة داخل المنطقة (ج).
 - 1 نقطة لكل محاولة داخل المنطقة (د).
 - (صفر) عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق.
 - عند سقوط الكرة على خط مشترك بين منطقتين تحسب درجة المنطقة الأعلى.
- تلغى المحاولة في حالة إرتكاب المختبر خطأ قانوني.

(1) أسامة كامل راتب (وآخرون)؛ (2004) النشاط البدني والاسترخاء مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة . القاهرة :

دار الفكر العربي ، ص 676

(1) مروان عبدالمجيد ابراهيم؛ (2001) الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ، ط1: (عمان، مؤسسة الوراق للنشر ، والتوزيع)، ص293.



الشكل (10)

يوضح اختبار قياس (الدقة) لمهارة الارسال بالكرة الطائرة

3-8 اعتمد الباحث في التخطيط لإعداد البرنامج النفسي على الخطوات الآتية :

- تحديد الاحتياجات .
- اختيار الاولويات .
- تحديد الأهداف .
- ايجاد برامج ونشاطات لتحقيق الأهداف .
- تقويم البرنامج . (الجاري ، ٢٠٠٥ ، 84) وفيما يأتي توضيح تلك الخطوات (1).

3-8-1 اجراءات التجربة الرئيسة للبحث:

- بعد الانتهاء من تصميم البرنامج التصور العقلي بصيغته النهائية الملحق (1), تم تنفيذ البرنامج على افراد عينة البحث التجريبية على وفق الاجراءات الآتية لتحقيق أهداف البحث :
1. تحديد عدد جلسات البرنامج بـ (12) جلسة وبواقع جلستين أسبوعياً.
 2. تم تنفيذ جميع جلسات البرنامج في (ادارة نادي السليمانية الرياضي) في تمام الساعة الثالثة الى الساعة الخامسة عصراً من أيام الاثنين والأربعاء على التوالي من كل أسبوع , وكانت جلسات البرنامج تعطى قبل الوحدات التدريبية المحددة من قبل مدرب النادي.
 3. تعريف أفراد المجموعة التجريبية على طبيعة العمل, مع المحافظة على سرية ما يدور خلال الجلسات .
 4. تحديد خطوات تنفيذ البرنامج وترتيب الجلسات بعد الأخذ بأراء السادة الخبراء والمختصين .
 5. تحديد موعد الجلسة الأولى للبرنامج التي كانت يوم الأثنين الموافق 5 /4/ 2021.

(4) الجاري, احمد يونس؛ (2005): فاعلية برنامج ارادي لتطوير كفاءة المرشدين التربويين , رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية, جامعة الموصل.

6. تحديد موعد الجلسة الختامية للبرنامج والتي كانت يوم الأربعاء الموافق 2021/5/12، والتي تم فيها إجراء الاختبار البعدي لمقياسي الطلاقة النفسية وإنهاء البرنامج النفسي.

3-13-3 الاختبارات البعدية للبحث:

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج التصور العقلي بثلاثة يوم تم إجراء الاختبارات البعدية على أفراد عينة البحث بتاريخ 16 \ 5 \ 2021 وأجريت الاختبارات على ملعب نادي السليمانية الرياضي بكرة الطائرة بعد (6) أسابيع من تنفيذ البرنامج التصور العقلي.

3-14 الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث:

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- اختبار T للعينات المتناظرة
- معامل الالتواء
- النسبة المئوية

4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث.

4-1 عرض ومناقشة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لمقياس الطلاقة النفسية والمهارات المستخدمة في البحث .

جدول (2)

اختبار (t) بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة

الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحتسبة	البعدي		القبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
			ع+	س-	ع+	س-		
غير معنوي	0.23	1.29	4.98	68.00	4.71	65.25	درجة	الطلاقة النفسية
غير معنوي	0.40	0.89	1.16	6.75	1.18	6.38	درجة	اختبار قياس (الدقة) لمهارة الارسال

*معنوية عند مستوى دلالة اقل من (0.05)

يتبين من خلال النظر إلى الجدول (8) الذي يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية لمقياس الطلاقة النفسية و المهارات الاربعة المستخدمة في البحث للمجموعة الضابطة في المتغير الطلاقة النفسية إذ بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي لمقياس القبلي الطلاقة النفسية والذي يقيس (65.25) (4.71)، وأما بالنسبة لمقياس البعدية (68.00) (4.98) فقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1.29) ومن خلال ملاحظتها لقيمة الدلالة البالغة (0.23) ظهرت فروق غير معنوية ، أما بالنسبة لاختبار قياس (الدقة) لمهارة الارسال والذي يقيس متغير الارسال للاختبارات القبلي فقد بلغ الوسط الحسابي

والانحراف المعياري على التوالي (6.38) (1.18)، أما للاختبارات البعدية فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (6.75) (1.16) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (0.89) ومن خلال ملاحظتها لقيمة الدلالة البالغة (0.40) ظهرت فروق غير معنوية.

يعزو الباحث سبب الفروق الغير معنوية بين الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة الضابطة في بعض المتغيرات البحث (الطلاقة النفسية و اختبار قياس (الدقة) لمهارة الارسال) الى سبب الظروف الصحية لفايروس (كورونا) وانقطاعهن عن المنهج التدريبي للفريق مما ادت الى انخفاض مستواهم المهاري، والى عدم خضوع افراد هذه المجموعة الى البرنامج التدريبي في تصور العقلي مع المجموعة التجريبية اذ يشير (حسانين وعبد المنعم ، 1997) انه على الرغم من اكتساب المهارات يتوقف اساسا على طريقة التدريب وعلى الفرص المتاحة للتدريب عليه الا انها ترتبط بنوعية ما يقدم للاعب من معلومات ومعارف ومبادئ متصلة بها⁽¹⁾.

4- 2 عرض و مناقشة الأختبارين القبلي و البعدي لمقياس الطلاقة النفسية والمهارات المستخدمة للمجموعة التجريبية :

جدول (3)

اختبار (t) بالاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

الدلالة	مستوى الدلالة	قيمة (ت) المحتسبة	اختبار بعدي		اختبار قبلي		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
			ع+	س-	ع+	س-		
معنوية	0.00	6.89	9.38	89.38	4.92	65.75	درجة	الطلاقة النفسية
معنوية	0.00	9.97	0.64	8.88	1.03	6.25	درجة	قياس (الدقة) لمهارة الارسال

*معنوية عند مستوى دلالة اقل من (0.05)

يتبين من خلال النظر إلى الجدول (9) الذي يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية لمقياس الطلاقة النفسية و المهارات الاربعة المستخدمة في البحث للمجموعة التجريبية في المتغير الطلاقة النفسية إذ بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي لمقياس القبليّة الطلاقة النفسية والذي يقيس (65.75) (4.92)، وأما بالنسبة للاختبارات البعدية (89.38) (9.38) فقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (6.89) ومن خلال ملاحظتها لقيمة الدلالة البالغة (0.00) ظهرت فروق معنوية ، أما بالنسبة لاختبار قياس (الدقة) لمهارة الارسال والذي يقيس متغير الارسال للاختبارات القبليّة فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري

(¹) محمد صبحي حسانين، حمدي عبدالمنعم؛(1997):المصدر السابق،ص268

على التوالي (6.25) (1.03)، أما للاختبارات البعدية فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (8.88) (0.64) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (9.97) ومن خلال ملاحظتها لقيمة الدلالة البالغة (0,00) ظهرت فروق معنوية.

ويعزو الباحث سبب ذلك الى فاعلية البرنامج التدريبي الذي طبق على المجموعة التجريبية وما يحتويه من شرح وعرض واعطاء ارشادات وتعليمات خاصة بكل مفردة من مفردات البرنامج ، مما ادى الى ان تحقق لاعبات المجموعة التجريبية نتائج افضل في الاختبار البعدي ، فالمجموعة التجريبية طبقت البرنامج التدريبي الذي يحتوي على تمارين التصور العقلي الخارجي والداخلي ومظاهر الانتباه (دقة ، تركيز ، توزيع ، تحويل) اذ تم شرح كل مهارة من قبل المدرب وعرض نموذج لها ايضا مما ادى الى ان تكتسب اللاعبات تصور المهارة فضلا عن خبراتهم التدريبية السابقة وعند تنفيذ النشاط العقلي وبعد تمارين الاسترخاء التي اعطيت اليهم تم تنفيذ تمارين التصور العقلي الداخلي لكل مهارة - على وفق ما هو مطلوب في كل وحدة تعليمية - مع التاكيد على مظاهر الانتباه . اذ يشير (الصد ، 2000) اللاعبات تتصور نفسها كما لو كان هناك آلة تصوير مثبتة فوق رأسها تسجل صورا للمهارة بتفاصيلها الدقيقة والتي تراها في اثناء الاداء ، وهي تسترجع صور المهارة بهدف ممارستها والانتباه الى حركة الزملاء في الملعب والتركيز على موقع الكرة لارسالها او تمريرها او صدها فضلا عن التعرف على جميع العمليات المصاحبة للاداء من احساس وشعور وانفعالات واجراء التقييم حتى يمكن اتخاذ الاستجابات المناسبة في المستقبل.⁽¹⁾

وهذا ما اكده كل من (White & Hardy, 1995) ان الصورة الداخلية للتصور الحركي تتعامل مع انطباع اولي ياخذ طريقه من مجال الاداء المهاري الى المجال العقلي الداخلي عند الرياضي ، وبجانب الانطباع الاول فهناك عمليات حسية داخلية تتفاعل مع هذا الانطباع وتعطي التصور الحركي .⁽²⁾ ونتيجة لتكرار التصور العقلي الداخلي لمهارات (الارسال والاستقبال والاعداد والضرب الساحق) والتطبيق العملي لها فضلا عن ممارسة اللعب ضمن وحدات البرنامج التدريبي الامر الذي أسهم في التطوير باداء المهارات بصورة جيدة وتحقيق نتائج افضل في الاختبار البعدي. اذ يشير (الصد ، 2000) فاللاعب تستحضر الصورة العقلية كما لو كان يشاهد فلما سينمائها ، وهي تسترجع صورة المهارة بجميع جوانبها المرتبطة بالاداء في محاولة لايجاد العلاقات لتوظيفها في طريقة اداء المهارة المناسبة فضلا عن التعرف على الاخطاء او وضع الخطط للتنافس في المستقبل .⁽³⁾ ويعزو الباحث ذلك للبرنامج المقترح، والذي احتوى على مهارات نفسية للتصور العقلي تعتمد على الشمولية والتي ساعدت اللاعبات بطريقة تمكنه من التكيف مع واقع بما يتناسب مع

⁽¹⁾ الصد ، عبد الستار جابر؛ (2000) : فسولوجيا العمليات العقلية في الرياضة ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، الاردن .ص203

⁽²⁾ White, M. & Hardy, L. (1995): Use of different imagery on the learning and performance of different motor skills, British journal of psychology, No. 9, London.

⁽³⁾ الصد ، عبد الستار جابر؛ (2000): المصدر السابق ، ص203

امكانياتهم وتسهم في التقوية الادراك و تعزيز الذات وتطوير قدراتهم من خلال معرفة نقاط قوتهم وضعفهم ,فلاعب تستطيع ان يصنع ذاته ان يحول تصوره التي حلقت في خياله وادارتها بشكل امثل من خلال توجيه تلك الافكار والمشاعر والامكانيات نحو تحقيق الاهداف ,وهذه القدرات فيها ما هو موجود اللاعب بالفعل ,ومنها ما تحتاج الى ان يكتسبها بالتدريب والممارسة لأجل والوصول اليها من خلال التعامل مع الظروف اللعبة وان تطبيق البرنامج ادت الى اكتساب اللاعبين المعلومات المعرفية والمهارية والنفسية من خلال التدريب على مهارة الاسترخاء والتصور المهارة ,وتركيز على الجوانب الايجابية ,فضلا على انه المدخل الى اكتساب العديد من المهارات والسمات النفسية الاخرى المستخدمة في جلسات البرنامج. هذا ما اكده (شمعون) نقلاً (الزبيدي,2011) بأن الاسترخاء يمثل الخطوة الأولى التي تبنى عليها جميع البرامج والتي بدونها لا يمكن أن يحقق التدريب العقلي أهدافه في الارتقاء بمستوى الأداء.⁽¹⁾ كما ان تركيز الانتباه في تدريبات التصور العقلي يذهب على ناحية المعينة من نواحي المهارة الحركية والتي يسمح للاعبين بتحليل المجموعات العضلية المستخدمة وتحليل الأجزاء الهامة التي تتكون منها المهارة الحركية. وعلى اللاعب أن تكون له القدرة على توجيه الانتباه نحو ظروف ومتطلبات المباراة لنجاح تنفيذ المهارة، ويتفق هذا مع رأي ، الذي عدّ توجيه الانتباه احد المهارات النفسية الهامة للرياضيين وهو الأساس لنجاح عملية التعلم أو التدريب أو المنافسة بأشكالها المختلفة⁽²⁾.

4-3 عرض و مناقشة الأختبارين البعدي و البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية :

جدول (4)

اختبار (t) بالاختبارين البعدي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية

الدالة	مستوى الدالة	قيمة (ت) المحتسبة	التجريبية		الضابطة		وحدة القياس	المعالم الإحصائية المتغيرات
			ع+	س-	ع+	س-		
معنوية	0.000	5.69	9.38	89.38	4.98	68.00	درجة	الطلاقة النفسية
معنوية	0.000	4.52	0.64	8.88	1.16	6.75	درجة	قياس (الدقة) لمهارة الارسال

* معنوية عند مستوى دلالة اقل من (0.05)

يتبين من خلال النظر إلى الجدول (10) الذي يبين الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية لمقياس الطلاقة النفسية و المهارات الاربعة المستخدمة في البحث ولمجموعتي الضابطة والتجريبية في المتغير

(¹) الزبيدي, محمد خالد محمد (2011): أثر برنامج للمهارات النفسية على تعبئة الطاقة النفسية المثلى ومستوى الانجاز والأداء الفني للاعبين كرة القدم الشباب, رسالة ماجستير غير منشور كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة, جامعة الموصل, ص120.
(²) أسامة كامل راتب (1997)؛ المصدر السابق: ص361.

الطلاقة النفسية إذ بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي لمقياس البعدية الطلاقة النفسية والذي يقيس (68.00) (4.98)، فيما بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعة التجريبية لهذا المقياس على التوالي (89.38) (9.38) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (5.69) ومن خلال ملاحظتها لقيمة الدلالة البالغة (0.00) ظهرت فروق معنوية لصالح المجموع التجريبية ، أما بالنسبة لاختبار قياس (الدقة) لمهارة الارسال والذي يقيس متغير الارسال للاختبارات البعدية للمجموعة الضابطة فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (6.75) (1.16)، أما للاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية فقد بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري على التوالي (8.88) (0.64) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة (4.52) ومن خلال ملاحظتها لقيمة الدلالة البالغة (0,00) ظهرت معنوية.

المصادر :

- أسامة كامل راتب (وآخرون)؛ (2004) النشاط البدني والاسترخاء مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة . القاهرة : دار الفكر العربي .
- عبدالودود أحمد الزبيدي وآخرون؛ (2021)، علم النفس الرياضي ، مكتبة الرشد ، الرياض المملكة العربية السعودية .
- محمد صبحي حسانين و حمدي عبد المنعم؛ (1997) الاسس العلمية للكرة الطائرة ، طرق وقياس، ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
- مروان عبدالمجيد ابراهيم؛ (2001) الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ، ط1: (عمان، مؤسسة الوراق للنشر ، والتوزيع).
- Jackson,S,A,(1995). Factor s Iuflonncing the Occhrrnce of flow state in Elite Athletes, Journal of Applied sport psychology .7,138-166.
- Martenz, pusing mentul Imagary to enhance intrinsic mothation journal of sport and exercise psychology : No.17,1987 .
- White, M. & Hardy, L. (1995): Use of different imagery on the learning and performance of different motor skills, British journal of psychology, No. 9, London.
- Abdul Wadud Ahmed Al-Zubaidi et al. (2021), Sports Psychology, Al-Rushd Library, Riyadh, Saudi Arabia.
- Lan M,C;(1990) Psycholoical Skill Training for Hammer throwers Birmingham: (Eng) .
- Marwan Abdel Majeed Ibrahim; (2001) The Scientific Encyclopedia of Volleyball, Edition 1: (Amman, Al-Warraq Foundation for Publishing and Distribution.)
- Mohamed Sobhi Hassanein and Hamdi Abdel Moneim; (1997) The Scientific Foundations of Volleyball, Methods and Measurement, 1st edition, Cairo: Al-Kitab Center for Publishing.
- Osama Kamel Ratib (and others); (2004) Physical activity and relaxation is an entrance to cope with stress and improve the quality of life. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi



The Impact of Special Exercises and an Assistant Device According to Some Kinematic Variables to Increase the Distance of the jerk's fall and the Achievement of the Clean and Jerk for Youthful Weightlifters

Falih hashim fenjan ^{1*}

1- Baghdad University -
College of Education and
Sports Sciences

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.8>

Article info.

Article history:

-Received:6/9/2022

-Accepted: 12/9/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- assistive device
- kinematic variable
- youth
- weightlifting

© 2022 This is an open access
article under the CC by
licenses

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



Abstract

The study aims at adjusting a training device and setting up special exercises to increase the distance of the fall during the performance of the second section of the jerk lift by working to reduce the working angles in the ankle, knee and hip joint, as reducing these angles during performance makes increasing in the fall of the body under the weight when performing The jerk, which makes it simpler for the lifter to total the lift with the slightest exertion, depending on the muscles of the legs, as well as adjusting the motor path of the weight and creating the accomplishment. The sample of the current research consists of three weightlifters from the National Center for Sports Talent in Baghdad, aged (12-15) years. As for the research method, the researcher used the experimental one-group approach with a pre- and post-test, as the researcher utilized the exercises individually to the research sample according to the possibility and specifications of the performance of each player, as well as the statistical processing were also individual for each weightlifter in order to know accurately the extent to which the lifters are affected by the exercises and the device used. As the researcher concluded that working on the adjusted device was of extraordinary advantage in achieving the goals of investigation, in addition to the safety factor that encouraged lifters to train with high weights and better performance.

Sports Culture 13 (2) (2022) 118-131

تأثير تمارينات خاصة وجهاز مساعد وفق بعض المتغيرات الكينماتيكية لزيادة مسافة سقوط الجيرك وإنجاز رفعة النتر لدى الرباعين الشباب

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

أ.م.د. فالح هاشم فنجان/ جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الكلمات المفتاحية

الخلاصة:

- جهاز مساعد

- المتغيرات الكينماتيكية

- الشباب

- رفعة النتر (الاثقال)

هدفت الدراسة الى تعديل جهاز تدريبي واعداد تمارينات خاصة لزيادة مسافة السقوط اثناء أداء القسم الثاني من رفعة النتر (الجيرك) من خلال العمل على تقليل زوايا العمل في مفصل الكاحل والركبة والورك اذ ان تقليل هذه الزوايا اثناء الأداء يجعل زيادة في سقوط الجسم اسفل الثقل عند أداء الجيرك مما يسهل على الرباع انجاز الرفعة باقل جهد معتمداً على عضلات الرجلين بشكل رئيسي فضلاً عن تعديل المسار الحركي للثقل وتطوير الإنجاز اما عينة البحث فتكونت من لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد باعمار (12-15) سنة اما منهج البحث فقد استخدم الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعة الواحدة ذو الاختبار القبلي والبعدي، اذ عمد الباحث على تطبيق التمارينات بشكل فردي على عينة البحث حسب إمكانية ومواصفات أداء كل لاعب وكذلك المعالجات الإحصائية كانت ايضاً فردية لكل رباع من اجل المعرفة الدقيقة بمدى تاثر الرباعين بالتمارين والجهاز المستخدم اذ استنتج الباحث ان العمل على الجهاز المعدل كان ذو فائدة كبيرة في تحقيق اهداف البحث فضلاً عن عامل الأمان الذي شجع الرباعين على التدريب باوزان عالية وأداء افضل.

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث وأهميته:

يعد التدريب الرياضي من العوامل الاساسية التي من شأنها تحقيق الانجاز الرياضي لما لها من دور مهم وفعال يرافق الرياضي منذ المراحل الاولى من عمره حتى وصوله الى اعلى مستوى يمكن تحقيقه اذ ان اغلب المدربين والباحثين يهتمون في بدايات الرياضي التي تمثل خط الشروع الذي ينطلق منه لتحقيق مستوى عال يجعله يدخل المنافسة مع اقرانه وهذا يحتاج عدة أمور مثل كسر حاجز الخوف عند التعامل مع الاوزان إذ يتطلب وضع تدريبي خاص كأن يكون استخدام وسيلة مساعدة او جهاز تدريبي يحقق جانب المساعدة والأمان للرياضي اثناء رفع الاوزان مما دفع الباحث لتعديل جهاز تقويم أداء رفعة النتر لتحقيق الأهداف الموضوعية لهذه الدراسة وهذا التعديل يجعل البار معلق على سلكين يمتدان الى الجانب الاخر من

الجهاز ويعلق بهما وزن بقدر البار أي من الممكن ان يتدرب الرباع على بار معلق لكن بدون وزن لوجود اوزان بالجهة المقابلة ومن الممكن تقليل تلك الاوزان حسب حاجة الرباع أي ممن ان تضع اوزان (20كغم) يصبح وزن البار (0) اذا قلت الاوزان بالجهة المقابلة الى (10كغم) يصبح وزن البار (10كغم) ويوجد ايضاً حملات جانبية مع ضمان عدم سقوط الحديد اثناء فشل الرفع الامر الذي يجعل الرياضيين يمارسون التمرينات ورفع الاوزان بدافعية وامان عاليتين اذ ان هذه المرحلة يجب ان تبنى على اسس علمية دقيقة تقل فيها الاخطاء ويتم التركيز على الجانب الفني الذي يضمن ان يكون المسار الحركي للثقل قريب للخط الوهمي العمودي على مركز الثقل وكذلك تقليل الارتفاعات التي تزيد من تصعب الأداء وبالتالي يكون هناك مسار حركي لكل رباع وتكمن أهمية البحث في استخدام تمرينات خاصة على الجهاز المعدل لتقليل الارتفاعات والانحرافات التي ترافق الأداء لدى الرباع وكذلك تقليل زوايا العمل لمفصل الكاحل والركبة والورك وتطوير الإنجاز.

2- مشكلة البحث

تمحورت مشكلة البحث حول الشكل الظاهري لأداء رفعة النتر وما يرافقه من صعوبات واخطاء تمثلت بخط سير الثقل وزوايا العمل في مفصل (الكاحل-الركبة - الورك) الامر الذي دفع الباحث لتعديل جهاز تدريبي يراعي من خلاله ارتفاعات وانحرافات وزوايا العمل وإنجاز رفعة النتر بهدف من خلاله حل مشكلة مسافة السقوط اسفل الثقل لتلافي الأخطاء الصعوبات التي تؤدي الى فشل الرفع بسبب تخوف الرباعين المبتدئين من السقوط بالشكل المثالي اسفل الثقل، فضلاً عن جانب الأمان الذي يوفره الجهاز وذلك لأنه يمنع سقوط الثقل على الأرض بواسطة حملات على جانبي الجهاز .

3- اهداف البحث:

1. تعديل جهاز تقويم أداء رفعة النتر واستخدام تمرينات خاصة عليه.
2. التعرف على تأثير التمرينات والجهاز المعدل في زيادة مسافة الرباع اسفل الثقل وتقليل الانحرافات وزوايا العمل لمفصل (الكاحل-الركبة-الحوض) لدى عينة البحث.
3. التعرف على تأثير التمرينات والجهاز المعدل في انجاز رفعة النتر لدى عينة البحث.

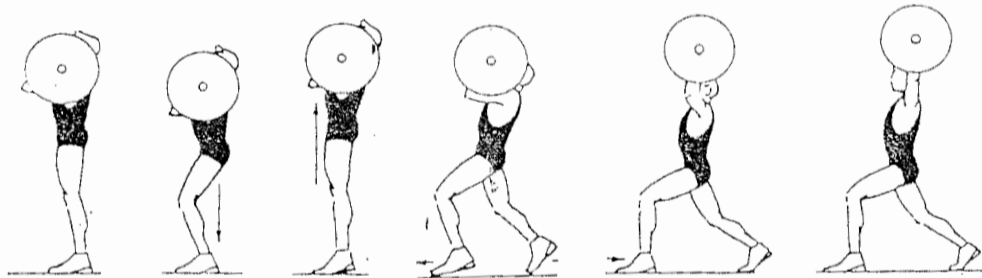
4- فروض البحث:

1. التمرينات والجهاز المعدل تؤثر في زيادة مسافة الرباع اسفل الثقل وتقليل الانحرافات وزوايا العمل لمفصل (الكاحل-الركبة-الحوض) لدى عينة البحث.
2. التمرينات والجهاز المعدل تؤثر في انجاز رفعة النتر لدى عينة البحث.

5- مجالات البحث:

1- المجال الزمني: من تاريخ (2-1 الى 6-3/2022)

- 2- المجال المكاني: قاعة المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد.
- 3- المجال البشري : رباعي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد. باعمار (12-15) سنة.
- 2-1 الدراسات النظرية والمشابهة:
- 2-1-1 ميكانيكية الأداء الفني لقسم الثاني من رفعة النتر (الجيرك Jerk) :
- ان القسم الثاني من رفعة النتر والمسمى(الجيرك) وهي عملية رفع الثقل من الصدر إلى الأعلى بمد الذراعين إلى الأعلى والتي تحمل الثقل بعملية متسلسلة مكونة من عدة مراحل، الشكل (1).



شكل (1) يوضح مراحل أداء الجيرك

2-1-2 مراحل أداء القسم الثاني من رفعة النتر (Jerk): (1)

- يتكون الأداء الفني لقسم النتر(الجيرك) من عدة مراحل متسلسلة وهي كالآتي:
1. مرحلة الوقوف وتثبيت الثقل على الصدر (على عظمتي الترقوة وعضلات الكتفين) واليدين ممسكتان بالثقل وتسمى مرحلة الوقوف الابتدائي.
 2. مرحلة ثني الركبتين إلى الأسفل.
 3. مرحلة مد الركبتين إلى الأعلى (الامتداد).
 4. مرحلة مد الذراعين إلى الأعلى إلى مستوى الجبين.
 5. مرحلة السقوط تحت الثقل وفتح الرجلين أماما وخلفا وتكملة مد الذراعين عاليا بشكل مستقيم.
 6. مرحلة سحب الرجلين الأمامية أولا ثم الخلفية ثانيا بشكل مستقيم وانتظار إشارة الحكم بإنزال الثقل.

2-1-3 أهمية الأسس الميكانيكية في التدريب:

يقوم المدربون في التدريب اليومي وباستمرار ملاحظة الأسس الميكانيكية للرفعات ونتيجة للترابط الميكانيكي للرفعات وكأنها حركة واحدة لا يمكن تجزئتها ، ولكن العكس هو الصحيح فيمكن تجزئة حركات رفع الأثقال إلى مراحل لغرض التعلم وتطبيق الأداء الحركي الفني(التكنيك).

1- Ajan. Tamas and Baroga Lazerg; Weightlifting Fitness for All Sports, (Budapest,1988) P,41.

أن آلية استخدام الأسس الميكانيكية في تدريبات الوحدة التدريبية اليومية ضرورية جدا من خلال تطبيق الأداء الفني الأمثل للرفعات النظامية وان المتطلبات الميكانيكية لحركات رفع النثقل يجب ملاحظتها من قبل المدربين، وتطبيق الزوايا وخصوصا من وضعية البداية والتهيؤ للرفع، ويجب على المدربين التأكيد على إصلاح الأخطاء الفنية التي يقع بها الرباعين وخصوصا في بداية التعلم، وكذلك خلال التدريبات، ويجب على المدربين دراسة الحركة الرياضية من الناحية الميكانيكية بين مدة وأخرى لكل رباع على حدة من خلال إجراء تصوير سينمائي للرفعات وتحليل المسار الحركي للثقل منذ بداية الرفة وحتى نهاية الحركة، إذ يعرف وجيه محجوب المسار الحركي بأنه "خط وهمي يرسم المهارة من بدايتها إلى نهايتها عن طريق نقاط معلمة على الجسم مضافا إليها مركز ثقل الجسم والأداة"⁽¹⁾.

3-1 منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذات المجموعة التجريبية الواحدة ذو الاختبار القبلي والاختبار البعدي لملائمته طبيعة مشكلة البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينه:

حدد الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم رباعي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية في بغداد والمتكونة من (30) رباع، ومن ثم قام الباحث باختيار عينة البحث بصورة عمدية وهم باعمار (12-15) سنة الذين انهموا فترة بسيطة من التعلم وواجهوا بعض الصعوبات في الأداء من حيث المسار الحركي للثقل والسقوط اسفل الثقل اثناء الحيرك اذ بلغ عددهم (3) رباعين اي بنسبة (10%)

3-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

1. المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
2. الملاحظة والتجريب.
3. الاختبار والقياس.
4. أستمارة لتسجيل وتفرغ البيانات.
5. حاسبة لابتوب، اقراص ليزرية.
6. مصطبة خاصة برفع الانتقال.
7. بار حديد قانوني، اقراص مختلفة الاوزان.
8. كاميرا تصوير نوع كانون بسرعة (50) صورة بالثانية.

3-3-1 الاجهزة المستخدمة في البحث:

(1) - وجيه محجوب؛ التحليل الميكانيكي الفيزيائي والفسلجي للحركات الرياضية، الموصل، مطابع التعليم العالي، (1990) ص58.

1- جهاز تدريبي معدل لزيادة مسافة السقوط اسفل النقل اثناء أداء الجيرك.

2- كاميرات.

3- جهاز حاسوب لابتوب (hp) + برامج تحليل.

3-4 اجراءات البحث:

3-4-1 اختيار متغيرات البحث:

تم تحديد متغيرات البحث من قبل الباحث والمتمثلة بزوايا (مفصل الكاحل-مفصل الركبة-مفصل الورك) والارتفاعات والانحرافات التي ترافق المسار الحركي للنقل اثناء الرفع فضلاً عن اختبار الجيرك وإنجاز رفعة النتر.

الجهاز المعدل المستخدم:

جهاز تدريبي الهدف من فكرة تعديل هو لتطوير فعالية رفع الانتقال من خلال عدة نقاط نذكرها متتالية بدءاً من تطوير القسم الثاني من رفعة النتر (الجيرك) والمتضمن تقليل وزن البار بشكل تدريجي من خلال وضع اوزان بالجهة المقابلة للبار المربوطة بواسطة السلك اذ يكون عملة اشبه بالميزان وبالتالي التحكم بالوزن المرفوع اذ يمكن للباحث وضع اي وزن اقل من وزن البار القانوني حسب قدرة المتدرب اذ يمكن وضع (20كغم) يصبح وزن البار (0) وكذلك يمكن وضع (10كغم) يصبح وزن البار ايضاً (10كغم) لان وزن البار (20كغم) يطرح منه (10كغم) بالجهة المقابلة يصبح الوزن المرفوع (10كغم) مما يجعل الرباع المبتدئ يؤدي القسم الثاني من الرفع بمسافة سقوط اكبر بدون اي خوف من الوزن المرفوع او اي صعوبة لان البار معلق باسلاك وهذا النوع من التدريب يعطي ثقة عالية عند الرباع لاداء الجيرك وانه يراعي جميع اطوال الرباعين لانهل انه الحمالة ممكن تثبيتها بارتفاعات مختلفة.

مميزات الجهاز:

1. تقديم المساعدة والدعم لفعالية رفع الانتقال التي تعاني من قلة الاجهزة اثناء التدريب.

2. الاداء بشكل ميداني (تطبيقي) وعدم الاكتفاء بالجانب النظري.

3. يوفر عامل التشويق.

4. يوفر جانب الامان لان البار معلق.

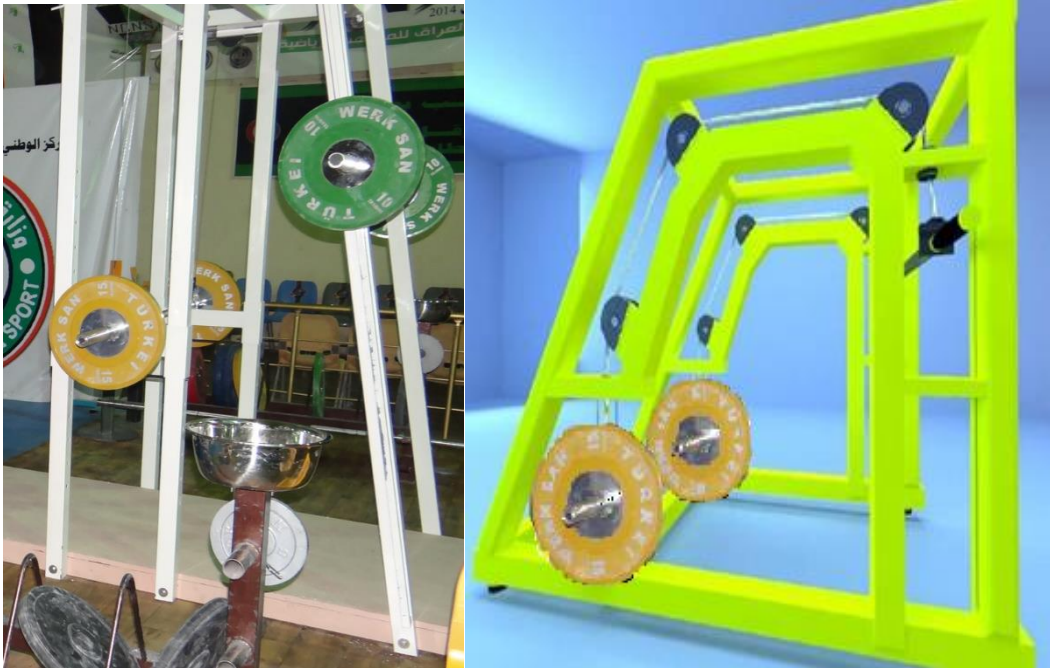
5. يستطيع الرباع التدريب باوزان مختلفة.

6. وجود حمالة على جانبي الجهاز تمنع وصول البار للأرض.

3-5 التجربة الاستطلاعية:

أجرى الباحث برفقة فريق العمل التجربة الاستطلاعية يوم السبت بتاريخ 25/12/2021 للتأكد من إمكانية تطبيق التمرينات على الجهاز المعدل فضلاً عن الزمن المستغرق لاجراء الاختبارات والتصوير

الفيديوي وأماكن الكاميرات وتثبيت الجهاز في المكان المناسب و تقسيم التمرينات وتجربه تطبيقها على عينة البحث.



شكل (2) يوضح الجهاز المستخدم

اجرى الباحث الاختبار القبلي المتمثل بالجريك والانجاز لرفعة النتر اذ تم تصوير الاختباران من اجل تحديد متغيرات البحث في القسم الثاني من رفعة النتر (الجريك) خلال التحليل باستخدام برنامج كينوفيا الخاص بالتحليل الحركي اذ استخدم الباحث كاميرات تصوير فيديوي ذات سرع عالية لتصوير اختبار الانجاز حيث يتم وضع كاميرا امام الرباع على بعد (3م) بارتفاع (1م) يهدف الباحث من خلالها الى استخراج بعض المتغيرات الخاصة بالأداء اضافة الى زوايا العمل العضلي يتم من خلالها تقويم الاداء الفني فضلا عن ذلك استخدم الباحث كامرتين على الجانبين الايمن واليسر على بعد (3م) من كل جانب استخراج من خلالها الانحرافات الحاصلة في عمود النثر عن الخط العمودي المار بقاعدة استناد الرباع.

التمرينات المستخدمة في البحث:

لجأ الباحث الى اعتماد مجموعة تمارين من الممكن ان تؤدي على الجهاز وعددها (6) تمارين وهي (جريك خلفي - جريك امامي- بريس امامي - بش بريس - جريك بفتح الساقين- دبني نصفي)¹ قسمت هذه التمرينات على ثلاث وحدات تدريبية في الاسبوع ضمن مفردات منهج المدرب وبشدد مناسبة على ان يتم

¹ - ملحق (1) ص 17.

التدريب بشكل فردي لكل رباع حسب المعطيات الواردة في التحليل الحركي من الارتفاعات والانحرافات والزوايا اذ يؤدي الرباع في كل وحدة تدريبية ثلاث تمرينات خاصة بفن الأداء يتم تطبيقها على الجهاز كما موضحة في شكل¹ من اجل الوصول بالرباعين الى مستوى متقدم يتم من خلاله تطوير الأداء والانجاز استمرت التمرينات ثمانية أسابيع بواقع ثلاث وحدات في الأسبوع الواحد حيث بلغ عدد الوحدات التدريبية (24) وحدة، بعد الانتهاء من الوحدات التدريبية اجرى الباحث الاختبار البعدي المتمثل باختبار الجيرك والانجاز وبعدها تم استخراج المتغيرات من خلال التصوير وبنفس الظروف التي اجرى بها الباحث الاختبار البعدي بتاريخ 8/3/2022 وباستخدام نفس عدد الكاميرات للحفاظ على الدقة في استخراج متغيرات البحث .

4- عرض النتائج ومناقشتها:

جدول (1) يوضح الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي في متغير ارتفاع الثقل.

الفرق	ارتفاع		تسلسل اللاعبين	وحدة القياس	متغيرات الارتفاعات والانحرافات	جدول
	بعدي	قبلي				
3.134	12.454	15.588	الاول	سم	مسافة الهبوط من اعلى نقطة الى اوطأ نقطة في مرحلة التهيؤ للجيرك 9	1
2.997	11.445	14.442	الثاني	سم		
3.226	11.998	15.224	الثالث	سم		
10.314	45.322	55.636	الاول	سم	مسافة الدفع من اوطأ نقطة في وضع التهيؤ الى اعلى ارتفاع للثقل في الجيرك 11	2
10.362	44.525	54.887	الثاني	سم		
10.364	43.889	54.253	الثالث	سم		
0.12	3.101	3.221	الاول	سم	مسافة السقوط من اعلى ارتفاع للثقل في نقطة التثبيت 12	3
0.109	3.222	3.331	الثاني	سم		
0.02	3.101	3.121	الثالث	سم		

من خلال الجدول (1) نلاحظ في متغير ارتفاع الثقل كان اقل في الاختبار البعدي وهذا يدل على انه كان هناك زيادة في مسافة السقوط لدى الرباع من خلال التمرينات المستخدمة على الجهاز المتمثلة بالدبني النصفي والدبني التحضيري اذ انه كلما زادت مسافة السقوط اسفل الثقل كان الدور الأكبر على رجلين الرباع مما يساعده بقوة اكبر في رفع الحديد الى الأعلى مستخدماً قوة الرجلين فضلاً عن ذلك التخلص من الخطأ الفني الذي طالما عانا منه المدربين والرباعين وهو اليريس باستخدام اليدين خصوصاً عند المبتدئين الذي يؤدي الى فشل الرفعة، فضلاً عن ذلك فان هناك تطور في عضلات الرجلين زادت من إمكانية الرباعين في

¹ - شكل (2) ص 18.

هذه المتغيرات اذ يؤكد (عبد المنعم عن جورج 2009)¹ ان الضعف في أي مجموعة عضلية اثناء مراحل الدفع الى الأعلى سوف يؤدي الى عدم تحقيق الرباع الوضعية الملائمة وبذلك لن يتمكن من استخدام كامل قوته لتنفيذ حركة الدفع الى الأعلى بصورة صحيحة وفعالة" ويضيف (صريح 2007)² ان الرباع يبدأ في انتاج قوة اكبر في عضلات الرجلين لزيادة تعجيل الثقل قدر الإمكان ضد الجاذبية الأرضية .

جدول (2) يوضح الفروق بين نتائج الاختبار القبلي والاختبار البعدي في متغير انحراف الثقل.

الفرق	انحراف		تسلسل اللاعبين	وحدة القياس	متغيرات الانحرافات	ت
	بعدي	قبلي				
2.976	3.002	5.978	الاول	سم	انحراف الثقل في اوطاً نقطة في مرحلة التهيؤ للجيرك 7	1
1.921	3.220	5.141	الثاني	سم		
1.888	3.001	4.889	الثالث	سم		
3.775	3.001	6.776	الاول	سم	انحراف اعلى نقطة يصلها الثقل في مرحلة الجيرك 9	2
3.11	3.110	6.220	الثاني	سم		
2.997	3.001	5.998	الثالث	سم		
3.12	4.101	7.221	الاول	سم	انحراف الثقل في نقطة التثبيت من وضع فتح القدمين 11	3
2.451	4.550	7.001	الثاني	سم		
3.884	3.005	6.889	الثالث	سم		

من خلال جدول (2) نجد ان الانحرافات قلت بشكل ملحوظ مما أدى الى ظهور الأداء بشكل مميز اقرب الى المثالية من حيث الاقتراب من الخط الوهمي العمودي على مركز ثقل الرباع اذ انه كلما كان البار قريب من هذا الخط كان هناك اختصار في الجهد المبذول وكذلك يكون اقل زمناً وبالتالي تكون النتيجة إيجابية ويعزو الباحث هذا التطور الى التمرينات المستخدمة على الجهاز المعدل التي لم تتجاوز شدة (90%) من اجل التركيز على المسار الحركي للبار لان التدريب بشدد دون القصوى من التركيز على فن الأداء يؤدي الى التطور النسبي لدى المتدربين وهذا ما أكده (محمد 2008)³ ان استعمال مثيرات تدريبية دون

¹ عبد المنعم حسين صبر الدليمي؛ أثر التدريب بالشدتين القصوى وفوق القصوى على وفق بعض المتغيرات الكينماتيكية للمسار الحركي للثقل في تطوير القوة القصوى وإنجاز النتر (الجيرك) للرباعين الشباب، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، 2009، ص 156.

² صريح عبد الكريم الفضلي؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي، (دار الفكر والوثائق، بغداد، 2007) ص 171.

³ محمد رضا إبراهيم؛ التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي، بغداد، مكتب الفضل للطباعة، 2008، ص 102.

القصوية في التدريب تؤدي الى حدوث مستوى من التطور النسبي". ويضيف (مفتي 1991)¹ "في نفس المورد الخاص بالتدريب دون القصوي، من خلال تدريب الأقل من القصوي يمكن تحقيق ثبات في المستوى دون وقوع عبء بدني اقصى على الرياضي " ويرى الباحث كلما اقتربت الشدد التدريبية نحو القصوى كلما كان هناك صعوبة في السيطرة على المسار الحركي للثقل لذلك يجب ان يتم التدريب بشكل مركز وفق المسار المثالي للثقل ولفترة معينة حتى يصل الرباع الى الأداء الجيد بل والمثالي بعدها يلجأ المدرب الى استخدام شدد تدريبية عالية

جدول (3) يوضح الفروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في زوايا الكاحل والركبة والورك

الفرق	زاوية الورك		الفرق	زاوية الركبة		الفرق	زاوية الكاحل		تسلسل اللاعبين	وحدة القياس	متغيرات الزوايا	ت
	بعدي	قبلي		بعدي	قبلي		بعدي	قبلي				
10	160	150	10	120	130	4	83	87	اللاعب الاول	درجة	مرحلة الثني التمهيدي للجيرك	1
11	162	151	6	126	132	3	83	86	اللاعب الثاني			
11	161	150	8	127	135	3	84	87	اللاعب الثالث			
6	90	86	20	110	130	6	98	92	اللاعب الاول	درجة	الركبة الامامية في الجيرك	2
6	91	87	18	105	133	5	97	92	اللاعب الثاني			
5	91	86	17	105	132	4	98	94	اللاعب الثالث			
6	90	86	10	132	142	10	70	80	اللاعب الاول	درجة	الركبة الخلفية في الجيرك	3
6	91	97	12	130	142	7	75	82	اللاعب الثاني			
5	91	86	10	130	140	7	73	80	اللاعب الثالث			

من خلال الجدول (3) نجد زوايا العمل في مفصل الكاحل والركبة والورك كانت اقل وبشكل ملحوظ مما أدى الى الزيادة عملية الثني لهذه المفاصل وبالتالي حصلت زيادة في سقوط الرباع اسفل الثقل مما مكنته من اكمال الرفع بشكل انسيابي ويعزو الباحث هذه النتيجة الى فاعلية التمرينات باستخدام الجهاز الذي مكن الرباعين من الأداء بشكل امن من حيث سقوط البار في أي لحظه من لحظات الأداء لأنه البار معلق بسلك مع وجود حمالات جانبية تتمتع وصول البار الى الأرض الامر الذ ساعد الرباعين من الأداء بشكل عالي وكذلك وجود الاتقال بالجانب الاخر ساعد الرباعين من الأداء وتطبيق التمرينات من وزن (0) الى اوزان

¹ مفتي إبراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي الحديث ، ط1، القاهرة دار الفكر العربي ، 1991، ص 213.

أكبر مستفيدين من الخاصية التي يوفرها الجهاز بوضع انتقال بالجانب الآخر للبار أي تكون إليه العمل أشبه بالميزان أما من وجهة النظر الميكانيكية كلما ابتعد الثقل عن مركز ثقل الرباع زادت صعوبة انجاز الرفعة وهذا ما أكدته (صريح 2007)¹ "ان ابتعاد الثقل عند اكتمال رفعة عن خط الجاذبية المار في مركز الجسم يولد عزم دوران يؤدي الى عدم اتزان الرباع ومن ثم فشله في أداء الرفعة" ان زيادة مسافة السقوط تجعل النقل اقرب الى الرباع وهذا المفهوم يتفق مع ما ذكر (صريح 2007)² "ان اقتراب الثقل المحمول اقرب ما يمكن من الجسم يقلل من تأثيره السلبي على عضلات الجسم ويسهل حمله"

جدول (4) يبين الفروق بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي لاختبار الجيرك وإنجاز رفعة النتر

الفرق	الاختبار		تسلسل اللاعبين	وحدة القياس	متغيرات الانجاز	ت
	بعدي	قبلي				
10	80	70	الأول	كغم	الجيرك	1
7.75	80	72.5	الثاني	كغم		
7	77	70	الثالث	كغم		
10	75	65	الأول	كغم	انجاز رفعة النتر	2
7	72	65	الثاني	كغم		
7.75	75	67.5	الثالث	كغم		

من خلال جدول (4) نجد تطورا في (الجيرك) وكذلك رفعة النتر بين الاختبار القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية ويعزو الباحث سبب هذا التطور الى فاعلية التمرينات التي أسهمت بشكل فعال في تطوير أداء الجيرك ورفعة النتر وهذا ما يتفق مع ما ذكره قاسم حسن حسين "بان القوة العضلية عنصر اساس لتحسين المستوى في الفعاليات التي تتطلب التغلب على مقاومة كبيرة كما في ألعاب رفع الاثقال والمصارعة والجمناستك والالعاب القوة"³، فضلا عن ذلك فاعلية الجهاز المعدل المستخدم بالجيرك والذي يعمل بشكل اساس على تقويم الرفعه ومحاولة تلافي الانحرافات التي قد تحصل في مسار النقل اثناء الاداء وزيادة مسافة السقوط "اذ انه من خلال منحني المسار الحركي لعمود الثقل يمكننا الحكم على مدى اتقان الرباع لفن الاداء بأسلوب علمي ومدى تاثير التمرينات التي يؤديها الرباع لتطوير فن ادائه"⁴. مما تقدم يتبين لنا انه الإنجاز قد يأتي نتيجة تطوير القوة العضلية جراء تدريبات الاثقال وكذلك تطوير

¹ صريح عبد الكريم الفضلي؛ المصدر السابق، ص 157.

² صريح عبد الكريم الفضلي؛ المصدر السابق، ص 244.

³ قاسم حسن حسين؛ علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة، مصر، دار الفكر العربي، 1998، ص 145.

⁴ جورد مدبك؛ رفع الاثقال، سلسلة عالم الرياضية، بيروت، دار الكتب الجامعية، 1994، ص 28.

المتغيرات الخاصة بفن الأداء كالمسار الحركي والانحراف وزوايا العمل الخاصة بمفاصل (الكاحل - الركبة - الورك).

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

- 1- ان استخدام التمرينات الخاصة على الجهاز كانت ذات تاثير إيجابي في مستوى الأداء والانجاز.
- 2- ان استخدام الجهاز المعدل زاد من دافعية الرباعين على التدريب.
- 3- ان توفر عامل الأمان في الجهاز المعدل زاد من تشجيع الرباعين على السقوط اسفل الثقل بثقة عالية
- 4- ان توفر عامل الأمان في الجهاز المعدل زاد من تشجيع الرباعين على استخدام اوزان إضافية.

5-2 التوصيات:

- 1- تظمين المناهج التدريبية وسائل وأجهزة وأدوات حديثة.
- 2- تشجيع الباحثين والمدربين على تصنيع أجهزة لتطوير الأداء والانجاز.
- 3- تطبيق التمرينات والجهاز على عينة أخرى.

المصادر العربية والأجنبية:

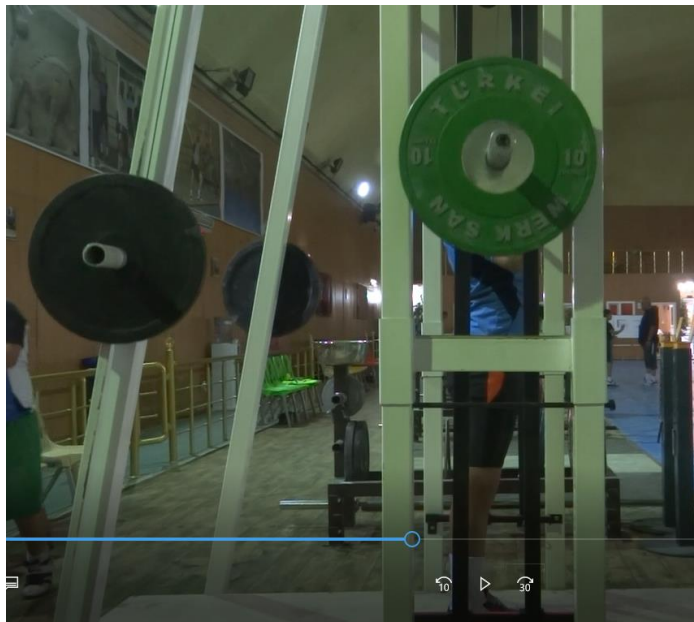
- ❖ جورد مدبك؛ رفع الأثقال، سلسلة عالم الرياضية، بيروت، دار الكتب الجامعية، 1994.
- ❖ صريح عبد الكريم الفضلي؛ تطبيقات البيوميكانيك في التدريب الرياضي والأداء الحركي، (دار الفكر والوثائق، بغداد، 2007)
- ❖ عبد المنعم حسين صبر الدليمي؛ أثر التدريب بالشدتين القسوى وفوق القسوى على وفق بعض المتغيرات الكينماتيكية للمسار الحركي للثقل في تطوير القوة القسوى وإنجاز النتر (الجيرك) للرباعين الشباب، أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، 2009.
- ❖ قاسم حسن حسين؛ علم التدريب الرياضي في الاعمار المختلفة، مصر، دار الفكر العربي، 1998.
- ❖ محمد رضا إبراهيم؛ التطبيق الميداني لنظريات وطرائق التدريب الرياضي، بغداد، مكتب الفضل للطباعة، 2008.
- ❖ مفتي إبراهيم حماد؛ التدريب الرياضي الحديث، ط1، القاهرة دار الفكر العربي، 1991.
- ❖ وجيه محبوب؛ التحليل الميكانيكي الفيزيائي والفلسفي للحركات الرياضية، الموصل، مطابع التعليم العالي، (1990).

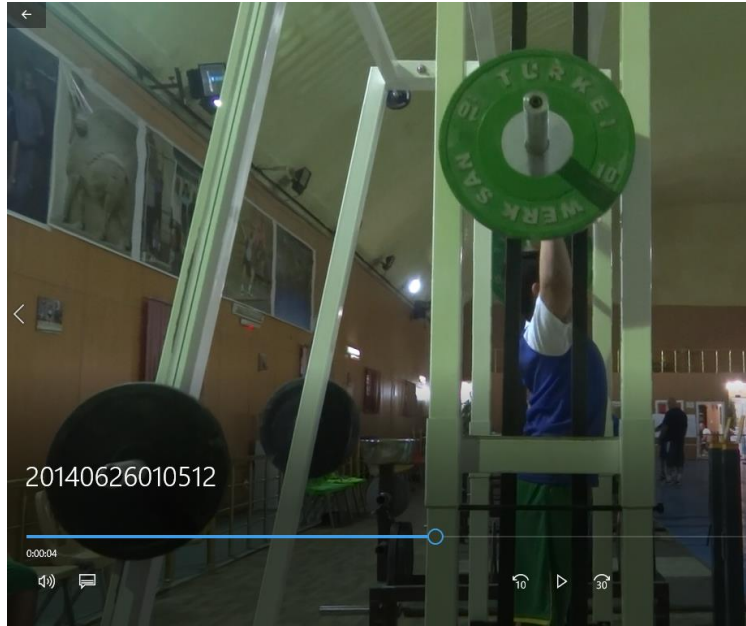
المصادر الأجنبية:

- ❖ Ajan. Tamas and Baroga Lazerg; Weightlifting Fitness for All Sports, (Budapest,1988)
- ❖ Gord Medbek; Weight Lifting, Sports World Series, Beirut, University Books House, 1994.
- ❖ Sareeh Abdul Karim Al-Fadhli; Applications of Biomechanics in Sports Training and Motor Performance, (Dar Al-Fikr and Documentation, Baghdad, 2007)

- ❖ Abdul Moneim Hussein Sabr Al-Dulaimi; The effect of training with maximum and above maximum intensity, according to some kinematic variables of the kinetic path of weight, on the development of maximum strength and the achievement of the jerk for young weightlifters, PhD thesis, University of Baghdad, 2009.
- ❖ Qassem Hassan Hussein; The science of sports training at different ages, Egypt, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1998.
- ❖ Muhammad Reda Ibrahim; Field application of sports training theories and methods, Baghdad, Al-Fadl Printing Office, 2008.
- ❖ Mufti Ibrahim Hammad; Modern Sports Training, 1st Edition, Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 1991.
- ❖ Wajih Mahjoub; Mechanical, physical and physiological analysis of sports movements, Mosul, Higher Education Press, 1990).

الملاحظات	اسم التمرين	ت
تم تطبيق هذه التمرينات على مدار ثمانية أسابيع باستخدام الجهاز المعدل، علماً ان الشدة المستخدمة تراوحت ما بين (70-90%) من الاستطاعة القصويه للرباعين الغرض هو للتركيز على الأداء وتثبيت المسارات الجيدة والتركيز على متغيرات البحث التي تم تحديدها اذ ان بداية التمرينات كانت بشدة (70%) بعدها تم الصعود بشكل تدريجي الى (90%) بعد ان تم التأكيد من الأداء بشكل جيد	جيرك امامي	1
	بريس امامي	2
	بش بريس	3
	جيرك بفتح الساقين	4
	دبني نصفي	5
	جيرك خلفي	6





شكل (3) يوضح التدريب على الجهاز



The effectiveness of an indicative training program in dealing with psychological stress among football players

Majid Hamid Abd ^{1*}
Anbras Younes Muhammad ²
Abdel Wadood Ahmed

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

2- Mosul University - College of Physical Education and Sports Sciences

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.9>

Article info.

Article history:

-Received:4/10/2022

-Accepted: 25/10/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- assistive device
- kinematic variable
- youth
- weightlifting

© 2022 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 aim of the research is to prepare a psychological program and measure psychological stress for football players, to identify the degree of stress among young football players, and to identify the differences between the tribal and remote tests to reduce stress among young football players, and the researchers adopted the experimental research method by designing the experimental group on A sample of the players of the Youth Football League Youth Club of (175) players, so the number of the main sample is (23) players, with a percentage of (30.666%) from their community of origin, which represents the football league players in Salah al-Din Governorate for the sports season (2019/2020), as The researchers determined topics for the sessions of the psychological training program for research, and this program was applied at a rate of two sessions per week, and the duration of each training session was (40-45) minutes, and the number of psychological training sessions was (14) sessions, and the researchers processed the results of the study with the (SPSS) program, and concluded The researchers found that the application of the psychological training program helps in decreasing the level of psychological stress surrounding the players, which leads to an improvement in the sports performance of football players, and they progress in the level of those who train without it. The researchers recommended that it is necessary to implement the psychological training program to relieve the psychological pressures of football players and work to remove the players from the pressures surrounding them, making them progress at the positive level of the program.

Corresponding Author: abdulwadood@tu.edu.iq, College of Physical Education and Sports Sciences - Tikrit University

فاعلية برنامج تدريبي ارشادي بالتعامل مع الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم

ماجد حميد عبد/ جامعة تكريت -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د نبراس يونس محمد/ جامعة الموصل -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د عبد الودود أحمد/ جامعة تكريت -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة:

هدف البحث الى إعداد برنامج نفسي ومقياس الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم والتعرف على درجة الضغوط لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم , والتعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديّة للحد من الضغوط لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم ، وانتهج الباحثون منهج البحث التجريبي بتصميم المجموعة التجريبية على عينة من لاعبي نادي شباب الدور الرياضي بكرة القدم للشباب البالغ (175) لاعباً ليكون عدد العينة الرئيسة (23) لاعباً بنسبة (30.666%) من مجتمعهم الأصل الذي يمثل لاعبي دوري كرة القدم في محافظة صلاح الدين للموسم الرياضي (2020/2019) ، إذ عمد الباحثون إلى تحديد مواضيع لجلسات البرنامج التدريبي النفسي للبحث ، وتم تطبيق هذا البرنامج بمعدل جلستين في الأسبوع الواحد ومدة كل جلسة تدريبية (40-45) دقيقة ، وكان عدد الجلسات التدريبية النفسية (14) جلسة ، وقام الباحثون بمعالجة نتائج الدراسة ببرنامج (SPSS) ، واستنتج الباحثون أن تطبيق البرنامج التدريبي النفسي يساعد في انخفاض مستوى الضغوط النفسية المحيطة باللاعبين مما أدى إلى تحسين الأداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ، ويتقدمون بالمستوى عن الذين يتدربون من دونه ، وأوصى الباحثون بأنه من الضروري تطبيق البرنامج التدريبي النفسي يخفف من الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم والعمل على إبعاد اللاعبين من الضغوط المحيطة بهم مما يجعلهم يتقدمون بالمستوى الايجابي البرنامج .

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- فاعلية
- برنامج ارشادي
- الضغوط النفسية
- لاعبي كرة القدم

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث واهميته:

قام المختصون والمدربون البحث في دقائق الأمور عن أسباب التطور والتفوق إن لم يكن المحافظة على ديمومة نشاط اللاعب والفريق خلال وقت المباراة بالكامل والاستفادة المثلى من الظروف واستبعاد كل المؤثرات الخارجية السلبية التي تؤثر في مستوى الرياضي في التدريب والمنافسة ، وان هذا

التطور الرياضي الحاصل في الأنشطة الرياضية المختلفة ما هو إلا حصيلة أبحاث ودراسات وجهود علمية مختلفة أسهمت في تقدم الحركة الرياضية تقدماً واسعاً في جميع الأصعدة إذ تيقن الباحثون أن التقدم العلمي هو الحلقة الأساسية التي تعتمد عليها الدراسات والبحوث العلمية في مختلف العلوم التي ترتبط بموضوع التربية الرياضية ولعل مجال علم النفس الرياضي هو احد هذه المجالات المهمة في النشاط الرياضي .

ولعل من أهم مقومات الإعداد النفسي هو استخدام أفضل الأساليب في الإرشاد و التوجيه للاعبين على وفق أسس علمية دقيقة تتم بموجبها تنمية القيم الرياضية ورفع الروح المعنوية للاعبين كرة السلة والوصول إلى أفضل انجاز ممكن ضمن الحدود الطبيعية البدنية والمهارية والخطية والنفسية للاعب .

إذ أشارت أولى تلك الدراسات والبحوث التي بدأ بها هذا العلم إلى أهمية العامل النفسي وكيف يؤثر في بعض الأحيان سلباً في الإنجاز الرياضي ويؤثر في أحيان أخرى إيجاباً إذ ظهرت متطلبات خاصة لتحقيق الملاءمة النفسية المطلوبة لظروف المباراة والمنافسة عبر وسائل وإجراءات يتخذها المدرب أو الأخصائي النفسي مع اللاعب او يتخذها اللاعب مع نفسه ذلك (1).

أن الضغط النفسي يمر بمراحل عديدة بدايةً عندما يواجه الرياضي موقفاً معيناً في الرياضة له متطلبات كأن يتعرض لمواجهة منافس قوي وتأتي المرحلة الثانية وهي ادراك المتطلبات بمعنى كيف يدرك الرياضي مواجهة المنافس القوي كمصدر تهديد ، بمعنى هل يعتقد ان قدراته اضعف كثيراً من قدرات منافسه ،أما المرحلة الثالثة فهي الاستجابة للضغط اي الاستجابة لمتطلبات الموقف، مثل ان يصبح اكثر اثاره وقلقاً ومتوتراً عضلياً ،فضلاً عن ضعف تركيز الانتباه ،وتمثل المرحلة الرابعة نتائج السلوك الفعلي تحت ظروف الضغط النفسي مثل عدم الفوز على المنافس او اللوم والعتاب من زملاء الفريق.

2 مشكلة البحث :

يعد موضوع الوصول إلى تحقيق الكفاءة النفسية المثلى المسعى الذي ينشده مدربو ولاعبوا فريق كرة القدم لتحقيق افضل النتائج ، ونظراً لظروف الأعداد الطويل والمرهق التي يتعرض لها لاعبو فرق الدرجة الاولى فئة الشباب بكرة القدم، فأنها قد تترك آثارا سلبية وضغوطاً نفسية تؤثر سلبياً في تحقيق المستوى المنشود ، ومن خلال متابعات الباحثون ولقاءاته المستمرة بلاعبين ومدربي فرق الدوري الدرجة الاولى فئة الشباب بكرة القدم وجد اختلاف السبل المتبعة في التعبئة النفسية بين اللاعبين من قبل مدربيهم كذلك تنوع

1- نجاة سعيد علي؛ الطاقة النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي منتخب جامعة (الموصل بكرة اليد مجلد9 العدد2:العراق ,الموصل, كلية التربية الاساسية, بحث منشور, مجلة أبحاث التربية الاساسية,2009).

مصادر التعبئة وذلك لتعدد المقاييس وعدم وجود معيار علمي وقياس موضوعي للتعرف على الضغوط ، ولأهمية هذان المتغيران في استقرار مستوى اللاعب في الساحة وتحقيقه افضل النتائج ورفع المستويات لدى لاعبي كرة القدم ارتأى الباحثون أعداد برنامج تدريبي نفسي للحد من الضغوط لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم.

3-1 أهداف البحث .:

- 1- وضع برنامج تدريبي ارشادي للحد من الضغوط لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم
- 2 - التعرف على الفروق في الاختبارات القبلية والبعدية للضغوط لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم.

4-1 فرض البحث.:

1. للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي في الحد من الضغوط لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم.

5-1 مجالات البحث .:

- 1-5-1 المجال البشري. : لاعبو أندية الدرجة الأولى فئة الشباب بكرة القدم في محافظة صلاح الدين للموسم الرياضي 2019 - 2020 .

- 1-5-2 المجال المكاني. : ملاعب تدريب أندية الدرجة الأولى فئة الشباب بكرة القدم وقاعة ملعب نادي شباب الدور الرياضي.

- 1-5-3 المجال الزمني. : المدة من (1 / 2 / 2019) لغاية (20 / 3 / 2020) .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-3 منهج البحث :

- استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذي المجموعة التجريبية الواحدة وبالطريقة العمدية .

2-3 مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث الحالي على لاعبي كرة القدم فئة الشباب (175) لاعباً لاندية الدرجة الأولى في محافظة صلاح الدين للموسم الرياضي 2019-2020 ، وتمثلت عينة البحث بلاعبي كرة القدم فئة الشباب البالغ عددهم (23) لاعباً يمثلون نادي شباب الدور والذين حصلوا على اقل وسط حسابي في مقياس تعبئة الطاقة النفسية وأعلى وسط حسابي في مقياس الضغوط النفسية وتم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (10) لاعبين من مجتمع البحث والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1) مجتمع البحث وعينته

ت	النادي	عينة الأعداد	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة التطبيق
1	بلد الرياضي	22		
2	سامراء الرياضي	15		
3	الأسحاقي الرياضي	25		
4	شباب الدور الرياضي			23
5	صلاح الدين الرياضي	26		
6	العلم الرياضي	13	10	
7	الشرقاط الرياضي	20		
8	الأسمدة الرياضي	21		
	المجموع	142	10	23

3-3 التصميم التجريبي :



الشكل (8)

التصميم التجريبي المستعمل في الدراسة

ويتضح من الجدول (2) أن قيمة (t) المحسوبة للمتغيرات كافة قيد الدراسة فروق غير معنوية , أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية مما يدل على أن عينة البحث متكافئة.

3-4 الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة في الدراسة :

الأدوات التي استعمالها الباحثون في بحثه الحالي هي :

- البرنامج التدريبي النفسي
- مقياس الضغوط النفسية (عبدالودود الزبيدي ، 2017) .
- المراجع والمصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات العالمية (الأنترنت).
- حاسبة الكترونية نوع (hp) عدد (1).
- بوسترات وصور للمهارات المبحوثة .
- مصطبة جلوس عدد (10) .

- كاميرا عدد (1) نوع (Canon) .

3-5 خطوات إجراءات البحث :-

3-5-1 مقياس الضغوط النفسية :

استخدم الباحثون مقياس الضغوط النفسية الذي يقيس درجة الضغوط النفسية للاعبين كرة السلة والذي أعده (عبدالودود الزبيدي ، 2017)⁽¹⁾ ويتكون هذا المقياس من (42) فقرة ملحق (2) وتكون الإجابة على هذه الفقرات على أربعة بدائل (تنطبق علي تماماً و تنطبق علي كثيراً و تنطبق علي قليلاً و لا تنطبق علي أبداً) ، وتعطى الدرجات (4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي وبذلك تتراوح درجة المقياس ما بين (42-168) درجة وقد تم إعادة صياغة فقرات المقياس ليكون ملائماً لعينة البحث المتمثلة بلاعبين كرة القدم فئة الشباب في محافظة صلاح الدين وقد تم عرضه على السادة الخبراء الملحق (2) وقد كانت نسبة اتفاق السادة الخبراء بنسبة (100 %) وليبقى المقياس بفقراته كاملة بعد إعادة صياغتها .

3-5-2 ثبات المقياس:

اعتمد الباحثون على استعمال طريقة التجزئة النصفية للحصول على الثبات هي:-

3-5-2-1 طريقة التجزئة النصفية :

اعتمد الباحثون طريقة التجزئة النصفية لكونها تتطلب إجراء الاختبار لمرة واحدة فقط ، و اعتمد الباحثون هذه الطريقة وهي تعتمد على تجزئة فقرات المقياس إلى جزئين متكافئين ، تم تجزئتها إلى جزئين (الأول) يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية (والآخر) يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية ، بعد ذلك قام الباحثون باحتساب معامل الارتباط البسيط لبيرون بين درجات الاختبارات الفردية والزوجية ولكل اختبار وبحسب وظيفة العينة ، إذ بلغ معامل ثبات ارتباط الاختبار (0.761)، ونظراً لكون هذه القيم تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا قام الباحثون بتصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل عن طريق استعمال معادلة سبيرمان- براون للدلالة ، وبذلك أصبح معامل ثبات الاختبار (0.468) وهي قيمة ذات دلالة يمكن الاعتماد عليها.

3-5-2-2 التجربة الاستطلاعية للمقياس:

بعد التحقق من التحليل الإحصائي لفقرات المقياس عمد الباحثون إلى تطبيقه على أفراد العينة الاستطلاعية التي شملت لاعبي نادي العلم الرياضي بـ (10) لاعبين في يوم السبت الموافق 2019/1/3 في الساعة الثالثة عصراً كان الغرض منها ما يأتي :

1- عبد الودود احمد الزبيدي ؛ الضغط النفسي وعلاقته بالتفكير الإبداعي لدى لاعبي كرة السلة: (مؤتمر الإبداع الدولي الثالث ، الجامعة الاردنية ، كلية التربية الرياضية ، 2003) ص 273 .

- 1- التأكد من وضوح مضمون الفقرات وتعليمات الأبعاد الأربعة للمستجيبين .
- 2- معرفة زمن اللازم للإجابة عن كل مقياس لأغراض تنظيمية الذي كان بحساب متوسط زمن أول مستجيب مع زمن آخر مستجيب وكالاتي :
- 3-6 البرنامج التدريبي للإرشادي :
- لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي في إعداد البرنامج التدريبي النفسي الذي يهدف الى معرفة تأثيره في الحد من الضغوط النفسية .

3-6-1 خطوات إعداد البرنامج التدريبي :

تم الاعتماد على نظام التخطيط في إعداد المنهج التدريبي النفسي ، إذ قام الباحثون بوضع البرنامج التدريبي النفسي، و إعداده في ضوء مشكلة البحث، مستندة إلى الخطوات الآتية:

3-6-1-1 تحديد الحاجات.:

تعد الخطوة الأولى في عملية بناء البرنامج التدريبي النفسي هي إعداد أسبقيات ، تتضمن عنوانات الجلسات التدريبية النفسية كما في الملحق رقم (8) معتمدة على الأدبيات والدراسات السابقة ، وقد تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في مجال التربية وعلم النفس وعلم النفس الرياضي كما في الملحق رقم (3) ، والأخذ بأرائهم حول عناوين بعض الجلسات ومحاورها ، وقد كان هناك اتفاق على تسلسل الجلسات ، وكذلك الاتفاق على أن يكون زمن الجلسة الواحدة من (40-45) دقيقة .

3-6-1-2 اختيار الأولويات:

بعد الانتهاء من إعداد عناوين الجلسات ومحاورها والاتفاق عليها من قبل الخبراء، قام الباحثون بإعداد البرنامج التدريبي النفسي الملحق رقم (8) وتوزيعه على مجموعة من الخبراء كما في الملحق (3) وترتيب عناوين الجلسات التدريبية النفسية ترتيباً يعتمد على التسلسل المنطقي للجلسات التدريبية النفسية، بحسب الأسبقيات اعتماداً على آراء الخبراء في ترتيبها، وأخذ ملاحظاتهم بنظر الاعتبار حول بعض الجلسات من حيث المحتوى والفنيات وتسلسل الجلسات.

3-6-1-3 تحديد الأهداف:

الهدف من المنهج للبحث الحالي هو معرفة تأثير البرنامج التدريبي النفسي للحد من الضغوط النفسية للاعبين الشباب بكرة القدم في محافظة صلاح الدين .

3-6-1-7 التجربة الرئيسية :

تم تطبيق المقياسي على مجتمع البحث كاملاً لمعرفة أي الأندية لديهم طاقة نفسية متدنية وضغوط نفسية عالية إذ ظهر لدى لاعبي نادي شباب الدور الرياضي طاقة نفسية أقل من الأندية الأخرى وضغوط نفسية عالية مع ثلاثة أندية أخرى وقد تم اختيار عينة التطبيق من نادي شباب الدور الرياضي

والبالغ عددهم (23) لاعباً لتطبيق البرنامج ، وبعد الاستمرار بالجلسات للبرنامج التدريبي ظهر عزوف (3) لاعبين من عينة التطبيق للبرنامج التدريبي النفسي ليصبح عددهم في النهاية (20) لاعباً .

3-7-1 الاختبار القبلي: بعد تحديد عينة البحث الأساسية المتمثلة بالمجموعة التجريبية ، قام الباحثون بالاختبار القبلي بتاريخ (20-7-2019) على المجموعة التجريبية ، من خلال توزيع مقياسي الضغوط النفسية على العينة في قاعة المحاضرات لنادي شباب الدور الرياضي .

3-7-2 تطبيق البرنامج التدريبي الإرشادي :

هياً الباحثون الظروف لتنفيذ البرنامج التدريبي النفسي ، على المجموعة التجريبية في قاعة المحاضرات لنادي شباب الدور الرياضي ، واستغرق تطبيق البرنامج (7) أسابيع ، وابتدأ من يوم 2020/1/29 الى يوم 2020/3/20 ، إذ تم خلال هذه المدة تطبيق البرنامج التدريبي النفسي بالاعتماد على الأسلوب الجماعي و طريقة المناقشة ، وبواقع جلستين في كل أسبوع ، ومدة كل جلسة (40-45) دقيقة ، وكان عدد الجلسات التدريبية النفسية (14) جلسة، وأقيمت الجلسات يومي (الاثنين والخميس) في الساعة (3) مساءً، وبأشر بتطبيقه بالتعاون مع السادة (الخبراء التدريسيين)*

3-7-3 الاختبار البعدي: قام الباحثون بالاختبار البعدي بتاريخ (2020/3/20) على المجموعة التجريبية ، من خلال توزيع مقياسي (تعبئة الطاقة النفسية والضغوط النفسية) على العينة في قاعة المحاضرات لنادي شباب الدور الرياضي .

3-8 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استعمل الباحثون الحقيبة الإحصائية (spss) لاستخراج قيم المتغيرات للدراسة بالاعتماد على الوسائل الإحصائية الآتية :

- 1- الوسط الحسابي .
- 2- الانحراف المعياري .
- 3- معامل الارتباط بيرسون
- 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:-
- 4- الاختبار التائي للعينة الواحدة
- 5- معادلة سبيرمان براون .
- 6- النسبة المئوية .

بعد الإجراءات التي قام الباحثون بها والمتمثلة بإعداد مقياسي تعبئة الطاقة النفسية والضغوط النفسية للاعبين كرة القدم الشباب، وبعد استكمال جمع البيانات تم معالجتها إحصائياً بالوسائل المناسبة ، وسيتم في هذا الفصل عرض النتائج ومناقشتها وفق الجداول المبينة :

1- * كاظم علي أحمد (علم النفس التربوي) كلية التربية للعلوم النفسية / جامعة تكريت.
2- سعد عباس عبد (علم النفس الرياضي) كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت.

4-1- عرض وتحليل نتائج متغير تعبئة الطاقة النفسية للمجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدي ، وكما يبين الجدول (7) .

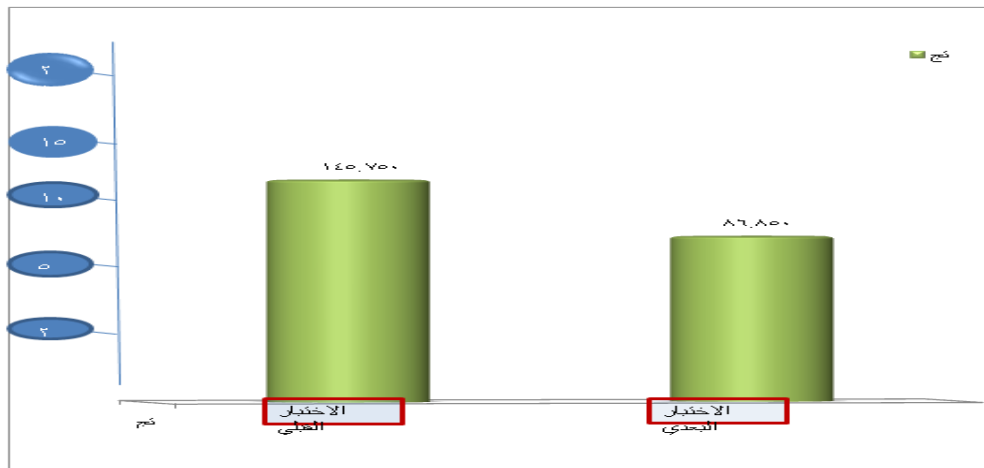
4-1-3:- عرض وتحليل نتائج متغير الضغوط النفسية للمجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدي ، وكما يبين الجدول (8) .

الجدول (8)

يبين قيمة (t) للمجموعة التجريبية لمقياس الضغوط النفسية

الفروق	Sig	ف ع	ف	قيمة (t)	ع	س	
معنوية	0.004	3.209	14.352	18.353	8.902	145.750	قبلي
					12.205	86.850	بعدي

ان جدول (8) بيانات الضغوط النفسية الذي كان فيه الوسط الحسابي (86.850) والانحراف المعياري (12.205) ، والذي يبين أن هناك اختلافا وتباينا بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية عند القياس البعدي ، وذلك يدل إلى أن هناك وجود فروقا ذات دلالة معنوية في الاختبار البعدي. وهذا يؤكد وجود فرق معنوي الوسط الحسابي والانحراف المعياري وهذا يؤكد أن هناك فرقا معنويا في القياس البعدي بين أفراد المجموعة التجريبية في مقياس الضغوط النفسية إذا ما علمنا أنه تم تطبيق جلسات البرنامج التدريبي النفسي عليهم بشكل متواصل وهذه النتائج التي ظهرت وجدت أن البرنامج التدريبي ساهم في خفض مستوى الضغوط لدى لاعبي كرة القدم الشباب في محافظة صلاح الدين ، وهذا يؤكد فاعلية البرنامج التدريبي المعد من قبل الباحثون على اللاعبين في المجموعة التجريبية.



والشكل (10) يوضح ظهور انخفاض مستوى الضغوط النفسية للمجموعة التجريبية في تطبيق البرنامج التدريبي النفسي

والشكل رقم (11) يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية لمتغيري الطاقة النفسية والضغط النفسي ، وذلك يدل على ان هناك فروقاً معنوية من خلال البرنامج التدريبي النفسي ولمصلحة الاختبارات البعديّة لمجموعة البحث التجريبية.

4-1-4:- مناقشة نتائج متغير الضغوط النفسية للمجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدي:

بالرجوع إلى جدول (9) والشكل(11) يتبين أن لاعبي كل من المجموعة التجريبية تحسنت لديهم الطاقة النفسية وانخفض معدل الضغوط النفسية ، وأن لاعبي المجموعة التجريبية للاختبار البعدي كانوا أفضل من الاختبار القبلي بنسبة الانخفاض التي حصل بعد إجراء الجلسات الإرشادية للبرنامج التدريبي النفسي بعد التخلص من الضغوط المحيطة باللاعب ، إذ يؤكد رمضان ياسين أنه " لا بد من تفادي عدد من الأمور المحبطة لها ومنها الخوف من الفشل وضعف المساندة من المدرب أو الإدارة أو الافتقاد إلى المتعة ، الأمر الذي يؤدي إلى إضعاف عزيمة اللاعب للاستمرار بالتدريب بنفس الشدة والحماس"⁽¹⁾.

ويعزو الباحثون أن نتائج اللاعبين في المجموعة التجريبية إلى فاعلية المنهج التدريبي في أن الضغوط النفسية كلما زادت ستعمل على انخفاض أداء اللاعبين وانخفاض الطاقة النفسية الايجابية لديهم وبالعكس إذا انخفض مستوى الضغط النفسي على اللاعبين يؤدي إلى زيادة الإرادة في تأثيرها الإيجابي وحسن استثمارها في التدريب إذا ما تم توجيهها توجيه صحيح يخدم إتمام اللاعب لمتطلبات ما يلقي عليه من مهمات في الوحدات التدريبية إذ إن الطاقة النفسية لها عدة ايجابيات منها تنشيط الحواس وهو من المطالب الضرورية للمدرب الذي يسعى لتطوير قدرات أو قابليات لاعبيه باستثمار الحواس في التدريب مما ساعد على ذلك حسن توجيه الإرشادات في الجلسات الإرشادية على وفق رفع الضغوط المسلطة على اللاعبين الذي اعتمده الباحثون في المسح الميداني بأداة القياس التي ساعدت في أن تلبى ما يحتاج اللاعب من توجيه وإرشاد في هذه الجلسات التي انخفض فيه مستوى الضغط النفسي بالاتجاه الإيجابي والذي يعمل على تحفيز الطاقة نحو تحقيق الأهداف المطلوبة في التدريب أو المنافسة ، إذ لا يمكن الجزم بأن الضغوط النفسية من الحالات غير المرغوبة ولا بد من العمل على الحد منها ، وإنما من الممكن الاستفادة من بعض جوانبها الإيجابية المتعددة الأغراض بشكل مباشر وغير مباشر¹.

المصادر العربية والأجنبية

- رمضان ياسين ؛ علم النفس الرياضي: (عمان ، دار اسامة للنشر والتوزيع، 2008) .

1- رمضان ياسين ؛ علم النفس الرياضي: (عمان ، دار اسامة للنشر والتوزيع، 2008) ص105.
1 - عبدالودود احمد الزبيدي واخرون ، المتغيرات النفسية في المجال الرياضي ، (عمان دارر الاكاديميون للنشر ، 2018) ، ص 213 .

- عبد الودود احمد الزبيدي ؛ الضغط النفسي وعلاقته بالتفكير الإبداعي لدى لاعبي كرة السلة : مؤتمر الإبداع الدولي الثالث ، الجامعة الاردنية ، كلية التربية الرياضية ، (2003) .
- عبدالودود احمد الزبيدي وآخرون ، المتغيرات النفسية في المجال الرياضي ، (عمان دارر الاكاديميون للنشر ، 2018)
- نجاة سعيد علي؛ الطاقة النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي منتخب جامعة (الموصل بكرة اليد مجلد9 العدد2:العراق, الموصل, كلية التربية الاساسية, بحث منشور, مجلة أبحاث التربية الاساسية,2009).

- Abdul-Wadood Ahmed Al-Zubaidy; Psychological stress and its relationship to creative thinking among basketball players: (The Third International Creativity Conference, University of Jordan, College of Physical Education, 2003).

- Abdul-Wadud Ahmad Al-Zubaidi and others, Psychological variables in the sports field, (Oman Darer Academic Publishing, 2018).

- Najat Saeed Ali; Psychological energy and its relationship to the level of performance of some basic skills among university team players (Mosul handball, Volume 9, Issue 2: (Iraq, Mosul, College of Basic Education, published research, Journal of Basic Education Research, 2009).

- Ramadan Yassin; Sports Psychology: (Oman, Osama House for Publishing and Distribution, 2008).

مقياس الضغوط النفسية

ت	فقرات المقياس	تنطبق علي تماماً	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي قليلاً	لا تنطبق علي ابداً
1	أعاني من عدم القدرة على التحكم في مستوى توترتي قبل مشاركتي لمباراة حساسة ومهمة				
2	إصابتي أو ارتكابي لبعض الأخطاء ممكن أن يؤدي الى اهتزاز ثقفتي في نفسي عند دخولي للمباراة				
3	أعاني من صعوبات في تركيز انتباهي في الأوقات الحرجة من المباراة				
4	أشعر بقلق بالغ لاحتمال ارتكابي لبعض الأخطاء عند المباراة هامة				
5	تراودني الشكوك في كثير من الأحيان بالنسبة لقدرتي على اللعب الجيد				
6	أشعر بتوتر شديد قبل اشتراكي في المباراة وهو يؤثر بعض الشيء على خططي في بداية المباراة				
7	عندما أبدأ في المباراة بصورة غير موفقة، فإن ثقفتي في نفسي تتخفف بصورة واضحة				
8	أشعر بان تركيز انتباهي يقل تدريجياً كلما قاربت المباراة من الانتهاء				

9	إن عدم توفر وسائل النقل للمباريات التي لعبها تسبب لي مشكلة
10	ينتابني القلق قبل للمباراة، لدرجة أجد صعوبات في محاولة النوم
11	جهل عائلتي وأصدقائي بدوري وتأثيره في المباراة بصورة جيدة يضعف من اهتمامي بتطوير قدراتي
12	تجاهل عائلتي للجهود التي أبذلها في أثناء المباراة يشعرني بالإحباط
13	سخرية الأصدقاء مني عند ارتكابي للأخطاء في أثناء المباريات يضعف من روعي المعنوية
14	النقد الجارح من قبل عائلتي لإمكانياتي يفقد ثقتي بنفسي على الاستمرار في اللعب
15	كثرة مشاكل العائلية تقلل من تركيزي في أثناء المباراة
16	أواجه رد فعل الإعلام والجمهور بهدوء وروح رياضية عالية.
17	أحافظ على هدوئي اتجاه اللعب الخشن من قبل بعض اللاعبين
18	كثرة الاعتراضات أثناء المباراة توترني
19	أستطيع السيطرة على انفعالاتي عندما يرتكب اللاعب أو المدرب خطأ
20	عندما يحدث شيء سيء أو غير متوقع في المباراة فأنتي أستطيع التأقلم معه دون صعوبة كبيرة
21	أقبل انتقادات الجمهور لمستواي بروح معنوية عالية
22	إذا كان مستواي في بداية المباراة سيئاً فأنتي أحاول نسيان ذلك والتركيز على ما سأقوم به لاحقاً.
23	عدم إشراكي في المباراة المهمة يقلل من تطوير إمكانياتي المهارية والخطئية
24	أشعر بالإحباط عندما ينجح أحد اللاعبين بخداعي وتسجيل نقاط
25	أشعر بتأنيب الضمير عندما تتسبب بعض قراراتي غير الصحيحة في خسارة فريقي
26	ألم ذاتي عندما لا أستطيع أن أطبق مواد القانون بصورة صحيحة
27	اعترض على قرارات الحكم الخاطئة
28	أخشى الخطأ في أثناء المباراة المهمة
29	أشعر بالقلق من عدم احترام اللاعبين للرأي الذي أقترحه
30	أن تقدير أسرتي لجهودي في أثناء المباريات يرفع من روعي المعنوية
31	تشجيع عائلتي يساعدني على تصحيح أخطائي وتطوير إمكانياتي في اللعب
32	حضور عائلتي إلى الملعب يساعدني على اللعب بصورة جيدة
33	كلمات التشجيع التي أتلقاها من زملائي وأفراد عائلتي يحفزني على الأداء الأفضل
34	تزداد ثقتي بنفسي عند تشجيعي من قبل الجمهور والإعلام عند اللعب الجيد
35	أشعر بالسعادة عندما نفوز مباراة مهمة
36	أفرح عندما يحفزني زملائي لخوض مباراة مهمة
37	لدي ثقة في اللعب الجيد
38	كلمات المديح والثناء من قبل الجمهور تحفزني على تطوير مستواي الفني
39	التقييم العادل لي من قبل إدارة النادي والاتحاد يحفزني على بذل المزيد من الجهد
40	في معظم المنافسات التي أشارك فيها أكون على ثقة بأنني سوف أقوم باللعب الجيد
41	أستطيع بكل سهولة من الاحتفاظ بتركيز انتباهي حتى نهاية المباراة
42	قبل اشتراكي في المباراة أكاد أشعر بأنني مستعد نفسياً لإظهار أفضل ما عندي

فاعلية برنامج تدريبي نفسي في تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي كرة القدم

ماجد حميد عبد/ جامعة تكريت -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د نبراس يونس محمد/ جامعة الموصل -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ.د عبد الودود أحمد/ جامعة تكريت -كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة:

هدف البحث في إعداد برنامج نفسي ومقياسي تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي كرة القدم والتعرف على درجة تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم , والتعرف على الفروق بين تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم , وانتهج الباحثون منهج البحث التجريبي بتصميم المجموعة والتجريبية على عينة من لاعبي نادي شباب الدور الرياضي بكرة القدم للشباب اختيروا من مجتمع الاصل البالغ (175) لاعباً ليكون عدد العينة الرئيسة (23) لاعباً بنسبة (30.666 %) من مجتمعهم الاصل الذي يمثل لاعبي دوري كرة القدم في محافظة صلاح الدين للموسم الرياضي (2020/2019) , إذ عمد الباحثون إلى تحديد مواضع لجلسات البرنامج التدريبي النفسي واختيار وتحديد مقياس تعبئة الطاقة النفسية للاعبي كرة القدم , وكان عدد الجلسات التدريبية النفسية (14) جلسة , وأقيمت الجلسات يومي (الاثنين و الخميس) في الساعة (3) مساءً . وقام الباحثون بمعالجة نتائج الدراسة ببرنامج (SPSS) , واستنتج الباحثون أن تطبيق البرنامج التدريبي النفسي يساعد على تحسين فاعلية تعبئة الطاقة النفسية , وأوصى الباحثون بأنه من الضروري تطبيق البرنامج التدريبي النفسي يساعد على تحسين فاعلية الطاقة النفسية لدى لاعبي كرة القدم , مما يجعلهم يتقدمون بالمستوى الايجابي لرفع الطاقة النفسية وتحسين الأداء عن الذين لا يتدربون على هذا البرنامج , إذ إن تطبيق البرنامج التدريبي يقوم في تحسين المهارات والأداء في التمرينات والمنافسات لدى لاعبي كرة القدم ليفوقهم على الذين لا يتدربون من دونه , ومن الضرورة أن تعتنى أندية كرة القدم بتطوير خبرات المدربين في إعداد البرامج التدريبية النفسية لتغيير منحنى التطور في الأداء استناداً إلى نتائج هذه الدراسة , وضرورة تقنين وتوزيع الجلسات التدريبية بما يتناسب مع عمر وجنس ومستوى اللاعبين عند تدريبهم بالبرامج النفسية .

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- فاعلية
- برنامج نفسي
- تعبئة الطاقة النفسية
- لاعبي كرة القدم

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث وأهميته:

قام المختصون والمدربون التقصي والبحث في دقائق الأمور عن أسباب التطور والتفوق إن لم يكن المحافظة على ديمومة نشاط اللاعب والفريق خلال وقت المباراة بالكامل والاستفادة المثلى من الظروف واستبعاد كل المؤثرات الخارجية السلبية التي تؤثر في مستوى الرياضي في التدريب والمنافسة ,

وان هذا التطور الرياضي الحاصل في الأنشطة الرياضية المختلفة ما هو إلا حصيلة أبحاث ودراسات وجهود

علمية مختلفة أسهمت في تقدم الحركة الرياضية تقدماً واسعاً في جميع الأصعدة إذ تيقن الباحثون أن التقدم العلمي هو الحلقة الأساسية التي تعتمد عليها الدراسات والبحوث العلمية في مختلف العلوم التي ترتبط بموضوع التربية الرياضية ولعل مجال علم النفس الرياضي هو احد هذه المجالات المهمة في النشاط الرياضي .

ولعل من أهم مقومات الإعداد النفسي هو استخدام أفضل الأساليب في الإرشاد و التوجيه للاعبين على وفق أسس علمية دقيقة تتم بموجبها تنمية القيم الرياضية ورفع الروح المعنوية للاعب كرة القدم والوصول إلى أفضل انجاز ممكن ضمن الحدود الطبيعية البدنية والمهارية والخطئية والنفسية للاعب .

إذ أشارت أولى تلك الدراسات والبحوث التي بدأ بها هذا العلم إلى أهمية العامل النفسي وكيف يؤثر في بعض الأحيان سلباً في الإنجاز الرياضي ويؤثر في أحيان أخرى إيجاباً إذ ظهرت متطلبات خاصة لتحقيق الملاءمة النفسية المطلوبة لظروف المباراة والمنافسة عبر وسائل وإجراءات يتخذها المدرب أو الأخصائي النفسي مع اللاعب او يتخذها اللاعب مع نفسه ذلك ما يطلق عليه بالتعبئة النفسية وللوصول إلى الطاقة النفسية المثلى للتكامل والتلازم مع الطاقة البدنية والتي هي الهدف الذي ينشده القائمون والمختصون بالعملية التدريبية.⁽¹⁾

2 مشكلة البحث :

يعد موضوع الوصول إلى تحقيق الكفاءة النفسية المثلى المسعى الذي ينشده مدربو ولاعبوا فريق كرة القدم لتحقيق افضل النتائج ، ونظراً لظروف الأعداد الطويل والمرهق الذي يتعرض له لاعبو فرق الدرجة الاولى فئة الشباب بكرة القدم ، فأنها قد تترك آثارا سلبية وضغوطاً نفسية تؤثر سلبياً في تحقيق المستوى المنشود , ومن خلال متابعات الباحثون ولقاءاتهم المستمرة بلاعبي ومدربي فرق دوري الدرجة الاولى فئة الشباب بكرة القدم وجد اختلاف السبل المتبعة في التعبئة الطاقة النفسية بين اللاعبين من قبل مدربيهم كذلك تنوع مصادر التعبئة وذلك لتعدد المقاييس وعدم وجود معيار علمي وقياس موضوعي للتعرف على حدود الطاقة ومستوياتها ، ولأهمية هذان المتغيران في استقرار مستوى اللاعب في الساحة وتحقيقه افضل النتائج ورفع المستويات لدى لاعبي كرة القدم ارتأى الباحثون أعداد برنامج تدريبي نفسي في تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم.

1- نجاة سعيد علي؛ الطاقة النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي منتخب جامعة (الموصل بكرة اليد مجلد9 العدد2):(العراق, الموصل, كلية التربية الاساسية, بحث منشور, مجلة أبحاث التربية الاساسية,2009).

3-1 أهداف البحث .:

- 1- وضع برنامج تدريبي نفسي في تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم
- 2 - التعرف على درجة تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم.
- 3 - التعرف على مدى تأثير البرنامج التدريبي النفسي في تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم .

4-1 فرض البحث.:

1. للبرنامج التدريبي المقترح تأثير إيجابي تعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي فئة الشباب بكرة القدم.

5-1 مجالات البحث .:

- 1-5-1 **المجال البشري.:** لاعبو أندية الدرجة الأولى فئة الشباب بكرة القدم في محافظة صلاح الدين للموسم الرياضي 2019 - 2020 وعددهم {175} لاعباً.
- 1-5-2 **المجال المكاني.:** ملاعب تدريب أندية الدرجة الأولى فئة الشباب بكرة القدم وقاعة ملعب نادي شباب الدور الرياضي.

1-5-3 **المجال الزمني.:** المدة من (1 / 2 / 2019) لغاية (20 / 3 / 2020).

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج التجريبي ذي المجموعة التجريبية الواحدة وبالطريقة العمدية لتناسبها مع طبيعة البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث الحالي على لاعبي كرة القدم فئة الشباب (175) لاعباً لنادية الدرجة الأولى في محافظة صلاح الدين للموسم الرياضي 2019-2020 ، وتمثلت عينة البحث بلاعبي كرة القدم فئة الشباب البالغ عددهم (23) لاعباً يمثلون نادي شباب الدور والذين حصلوا على اقل وسط حسابي في مقياس تعبئة الطاقة النفسية وتم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (10) لاعبين من مجتمع البحث والجدول (1) يبين ذلك :

الجدول (1) مجتمع البحث وعينته

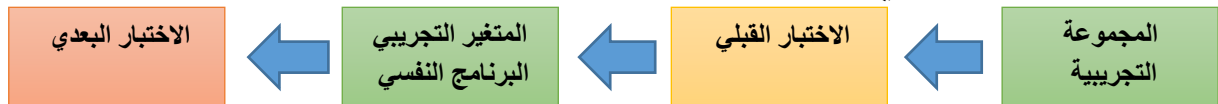
ت	النادي	عينة الأعداد	عينة التجربة الاستطلاعية	عينة لتطبيق
1	بلد الرياضي	22		
2	سامراء الرياضي	15		
3	الأسحاقي الرياضي	25		
4	شباب الدور الرياضي			23
5	صلاح الدين الرياضي	26		
6	العلم الرياضي	13	10	

		20	الشرقاظ الرياضي	7
		21	الاسمدة الرياضي	8
23	10	142		المجموع

من الأسباب التي ساعدت الباحثون بالاعتماد على هذا المجتمع وعينته للإجراءات الميدانية هي:

- 1- ضمان وجودهم والالتزام بأيام التدريب لتحقيق أغراض البحث .
- 2- سهولة الاتصال والتعاون مع الهيئات الإدارية والكادر التدريبي للأندية لتسهيل المهمة .
- 3- إن هذا المجتمع يمثل مشكلة البحث الجارية للحصول على نتائج من خلالها .

3-3 التصميم التجريبي :



يوضح الشكل (8) التصميم التجريبي المستعمل في الدراسة

3-4 الأدوات والوسائل والأجهزة المستخدمة في الدراسة :

الأدوات التي استعمالها الباحثون في بحثه الحالي هي :

- مقياس تعبئة الطاقة النفسية (مهند الخزاعي ، 2004) .
- المراجع والمصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات العالمية (الأنترنت).
- حاسبة الكترونية نوع (hp) عدد (1).
- كاميرا عدد (1) نوع (Canon) .

3-5 خطوات إجراءات البحث :-

3-5-1 مقياس تعبئة الطاقة النفسية :

أعتمد الباحثون بأعداد مقياس تعبئة الطاقة النفسية الذي قام الباحثون (مهند الخزاعي ، 2004،⁽¹⁾) على عينة من لاعبي كرة القدم فئة الشباب لأندية صلاح الدين وكان المقياس مكون من (64) فقرة والذي وزع على عينة التطبيق المتمثلة بلاعبي كرة القدم فئة الشباب في محافظة صلاح الدين ملحق رقم (4) وتكون الإجابة عن الفقرات باختيار بديل واحد من أربعة بدائل ((تنطبق عليّ تماماً و تنطبق عليّ بشكل كبير و تنطبق عليّ إلى حد ما ولا تنطبق عليّ)) وتعطى لها الدرجات على التوالي (4 ، 3 ، 2 ، 1) للفقرات الايجابية والدرجات (1 ، 2 ، 3 ، 4) للفقرات السلبية وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (64- 256) وكان المتوسط الفرضي (160) ، وقد تم عرضه على السادة الخبراء

1-مهند عبد الحسن الخزاعي ؛ بناء مقياس لتعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بكرة القدم في العراق (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2004) ص 36 .

والمختصين الملحق (1) وكانت نسبة اتفاهم على فقرات المقياس (100 %) ، وقد قام الباحثون بإجراءات إعداد مقياس تعبئة الطاقة النفسية وكما يأتي :

3-5-2 التحليل الإحصائي للفقرات:

تعد عملية إخضاع العبارات للتحليل الإحصائي من أهم الإجراءات التي يجب القيام بها في أعداد المقياسين والتي يتم من خلالها التأكد من توافر الأسس العلمية للعبارات وهي الصدق والثبات ومن أجل ذلك قام الباحثون بتطبيق المقياسين ملحق (4) و(5) على عينة الأعداد البالغة (142) لاعبا من لاعبي أندية صلاح الدين بكرة القدم فئة الشباب وكالاتي:

3-5-2-1 الصدق :

ويقصد به أن المقياس يقوم بقياس السمة التي أعد لقياسها⁽¹⁾، والصدق من الشروط الأساسية والأسس العلمية لبناء المقياس، وأستعمل الباحثون المؤشرات الآتية لصدق مقياس هذه الدراسة:

3-5-2-1-1 الصدق الظاهري :

من خلال عرض المقياس على الخبراء والمختصين في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي والاختبارات والقياس والذي تم ذكر ذلك في الحديث عن بناء المقياس ، إذ تحقق هذا النوع من أنواع الصدق ، و (يتبين هذا النوع من الصدق بالفحص المبدئي لمحتويات الاختيار من قبل لجنة من المختصين والخبراء لتقويمها في مدى مطابقتها للغرض الذي وضعت من أجله)⁽²⁾

3-5-2-1-2 الصدق المنطقي :

يذكر آلن (Allen) أن الصدق المنطقي يتمثل بالتصميم المنطقي للعبارات التي يتكون منها المقياس بحيث تغطي هذه العبارات الأبعاد الأساسية للظاهرة المطلوب قياسها⁽³⁾ وتم توافر هذا الصدق إذ قام الباحثون بتعريف الطاقة النفسية .

3-5-2-1-3 صدق الإعداد:

وسمي أيضاً صدق التكوين الفرضي أو صدق المفهوم ويقصد به مدى تجانس العبارات مع المفهوم المراد قياسه.⁽⁴⁾ ويعتمد صدق الإعداد على التطبيق التجريبي لذا فهو من المؤشرات المهمة

¹- Tyler.L.E& Walsh.W.B.Test and measurement;(3rded ،Newjersy. Englewood، Cliffs ،Prentice-Hall .1979) P.29.

2-ساهرة عبد الله ؛ بناء مقياس مفهوم الذات لتلاميذ المرحلة الابتدائية:(رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ابن رشد ، جامعة بغداد ، 1986 م) ص103 .

³- Allen.M.J&Yen.W.M:Introduction to measurement theory;(California ، book ،cole ،1979) P.96.5

⁴-Gay.L.R:Educational Evaluation Measurement، Ohio ،Charles Lse ،Merrill Publishing Company ،1986 ، P.168.

للصدق ، وللتحقق من مدى توافره من مقياس هذه الدراسة وتم استخدام طريقتين (القوة التمييزية والانساق الداخلي) وكالاتي :

3-5-2-1-3 القوة التمييزية للفقرات:

هي طريقة إحصائية تعتمد على قدرة كل عبارة أن تميز بين اللاعبين الذين يحصلون على درجات عالية والذين يحصلون على درجات منخفضة وللتحقق من ذلك تم تطبيق المقياس على عينة الأعداد البالغة (142) لاعبا وحساب الدرجة الكلية لكل استمارة وبعدها رتب درجات الإجابات بصورة تنازلية وتم تحديد نسبة (27%) من الدرجات العليا والنسبة نفسها من الدرجات الدنيا وبلغ عدد العينة (84) لاعباً أي بعدد (42) للدنيا و(42) للعليا ، ثم أخضعت درجات المجموعتين للتحليل الإحصائي وباستعمال الاختبار التائي (t.test) للعينات المستقلة للتعرف على القوة التمييزية للعبارات والتميز بين اللاعبين الذين يحصلون على درجات عالية واللاعبين الذين يحصلون على درجات واطئة إذ بلغت قيمة الدلالة أقل من (0,05) والجدول (3) يبين ذلك :

الجدول (3) المؤشرات الإحصائية للقوة التمييزية لعبارات مقياس تعبئة الطاقة النفسية

رقم العبارة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمة t المحسوبة	Sig	مستوى الدلالة
	ع	س	ع	س			
1.	3.68	0.828	4.33	0.626	4.040	0.000	مميزة
2.	2.68	1.226	4.30	0.844	6.661	0.000	مميزة
3.	3.16	1.208	4.16	1.060	4.661	0.000	مميزة
4.	2.81	1.134	4.43	0.680	8.821	0.000	مميزة
5.	2.60	1.223	4.60	0.686	8.060	0.000	مميزة
6.	2.66	1.160	4.31	0.886	8.486	0.000	مميزة
7.	3.11	1.144	4.48	0.620	6.461	0.000	مميزة
8.	2.81	1.164	4.43	0.838	6.826	0.000	مميزة
9.	3.26	1.216	4.18	1.066	4.208	0.000	مميزة
10.	3.64	1.041	4.44	0.683	6.086	0.000	مميزة
11.	3.20	1.260	4.22	0.883	4.881	0.000	مميزة
12.	3.02	1.261	4.48	0.841	6.131	0.000	مميزة
13.	3.06	1.163	4.66	0.471	8.866	0.000	مميزة
14.	2.41	0.881	4.46	0.818	11.826	0.000	مميزة
15.	2.33	0.880	4.22	0.683	11.643	0.000	مميزة
16.	2.60	1.110	4.18	0.833	6.608	0.000	مميزة
17.	2.66	1.082	4.38	0.834	8.606	0.000	مميزة
18.	3.26	1.084	4.20	1.088	4.616	0.000	مميزة
19.	3.06	1.016	4.66	0.662	8.446	0.000	مميزة
20.	3.16	0.806	4.43	0.642	6.801	0.000	مميزة
21.	2.86	0.862	4.28	0.638	8.466	0.000	مميزة
22.	3.30	1.002	4.38	0.834	6.168	0.000	مميزة
23.	3.02	1.124	4.64	0.660	8.188	0.000	مميزة

مميزة	0.000	6.802	0.620	4.60	0.846	3.22	.24
مميزة	0.000	6.806	0.838	4.43	1.061	3.16	.25
مميزة	0.000	8.231	0.686	4.62	0.888	2.83	.26
مميزة	0.000	8.868	0.644	4.44	1.014	2.81	.27
مميزة	0.000	6.644	0.831	4.36	0.828	3.06	.28
مميزة	0.000	4.686	1.066	3.31	0.816	3.66	.29
مميزة	0.000	4.686	0.868	4.20	0.862	3.33	.30
مميزة	0.000	3.666	0.688	4.24	0.828	3.68	.31
مميزة	0.000	6.816	0.844	4.30	1.226	2.68	.32
مميزة	0.000	4.661	1.060	4.16	1.208	3.16	.33
مميزة	0.000	8.826	0.686	4.41	1.134	2.81	.34
مميزة	0.000	8.144	0.686	4.62	1.223	2.60	.35
مميزة	0.000	8.486	0.886	4.31	1.160	2.66	.36
مميزة	0.000	6.461	0.620	4.48	1.144	3.11	.37
مميزة	0.000	6.826	0.838	4.43	1.164	2.81	.38
مميزة	0.000	.2084	1.066	3.48	1.216	3.26	.39
مميزة	0.000	6.086	0.663	4.44	1.041	3.64	.40
مميزة	0.000	4.881	0.686	3.38	0.633	3.66	.41
مميزة	0.000	6.131	0.841	4.48	1.261	3.02	.42
مميزة	0.000	8.866	0.471	4.66	1.163	3.06	.43
مميزة	0.000	11.826	0.818	4.46	0.881	2.41	.44
مميزة	0.000	11.643	0.683	4.22	0.880	2.33	.45
مميزة	0.000	6.608	0.833	4.18	1.110	2.60	.46
مميزة	0.000	8.606	0.834	4.38	1.082	2.66	.47
مميزة	0.000	4.616	1.088	4.20	1.086	3.26	.48
مميزة	0.000	8.446	0.662	4.66	1.016	3.06	.49
مميزة	0.000	6.801	0.642	4.43	0.806	3.16	.50
مميزة	0.000	8.466	0.638	4.28	0.862	2.86	.51
مميزة	0.000	6.168	0.834	4.38	1.002	3.30	.52
مميزة	0.000	8.188	0.660	4.64	1.124	3.02	.53
مميزة	0.000	6.802	0.620	4.60	0.846	3.22	.54
مميزة	0.000	6.806	0.838	4.43	1.061	3.16	.55
مميزة	0.000	8.231	0.686	4.62	0.888	2.83	.56
مميزة	0.000	8.220	0.644	4.44	1.013	2.88	.57
مميزة	0.000	6.806	0.466	3.62	1.461	2.84	.58
مميزة	0.000	6.231	0.626	3.66	0.668	2.44	.59
مميزة	0.000	6.220	0.666	3.68	1.433	2.68	.60
مميزة	0.000	6.606	0.834	4.63	1.122	2.76	.61
مميزة	0.000	3.621	1.127	4.33	1.466	3.29	.62
مميزة	0.000	4.231	0.686	4.62	0.902	2.91	.63
مميزة	0.000	6.868	0.709	4.38	1.003	2.93	.64

• معنوي إذا كانت sig > من قيمة (0.05%)

3-5-2-1-2-3 الاتساق الداخلي للفقرات:

ويعني التحقق من مدى تجانس عبارات المقياس في قياس الظاهرة أو المفهوم المطلوب قياسه ومن أجل التحقق أن عبارات مقياس هذه الدراسة تتصف بالاتساق والتجانس تم استخراج علاقة كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس وذلك من خلال معامل الارتباط البسيط لبيرسون لأفراد عينة الإعداد ، وتبين أن جميع العبارات لها علاقة ارتباط معنوية بالدرجة الكلية للمقياس إذ بلغت جميعها أقل من (0,05) وكما

مبين في الجدول (4) :

الجدول (4) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس تعبئة الطاقة النفسية

ت	معامل الارتباط	Sig.	ت	معامل الارتباط	Sig.	ت	معامل الارتباط	Sig.
.1	0.398	0.000	23	0.696	0.000	45	0.486	0.000
.2	0.616	0.000	24	0.477	0.000	46	0.669	0.000
.3	0.618	0.000	25	0.492	0.000	47	0.661	0.000
.4	0.644	0.000	26	0.664	0.000	48	0.669	0.000
.5	0.613	0.000	27	0.462	0.000	49	0.489	0.000
.6	0.628	0.000	28	0.476	0.000	50	0.696	0.000
.7	0.471	0.000	29	0.383	0.000	51	0.477	0.000
.8	0.616	0.000	30	0.616	0.000	52	0.492	0.000
.9	0.460	0.000	31	0.618	0.000	53	0.664	0.000
.10	0.446	0.000	32	0.644	0.000	54	0.462	0.000
.11	0.628	0.000	33	0.613	0.000	55	0.489	0.000
.12	0.623	0.000	34	0.628	0.000	56	0.618	0.000
.13	0.684	0.000	35	0.471	0.000	57	0.467	0.000
.14	0.626	0.000	36	0.616	0.000	58	0.419	0.000
.15	0.672	0.000	37	0.460	0.000	59	0.449	0.000
.16	0.619	0.000	38	0.446	0.000	60	0.682	0.000
.17	0.647	0.000	39	0.623	0.000	61	0.669	0.000
.18	0.486	0.000	40	0.684	0.000	62	0.489	0.000
.19	0.669	0.000	41	0.626	0.000	63	0.696	0.000
.20	0.661	0.000	42	0.672	0.000	64	0.477	0.000
.21	0.669	0.000	43	0.619	0.000			
.22	0.489	0.000	44	0.647	0.000			

بذلك يبقى المقياس كما هو مكون من (64) فقرة ويمكن تطبيقه على عينة البحث الحالي.

3-6 ثبات المقياس :

اعتمد الباحثون على استعمال طريقة التجزئة النصفية للحصول على الثبات هي:-

3-6-1 طريقة التجزئة النصفية :

اعتمد الباحثون طريقة التجزئة النصفية لكونها تتطلب إجراء الاختبار لمرة واحدة فقط ، و اعتمد الباحثون هذه الطريقة وهي تعتمد على تجزئة فقرات المقياس إلى جزأين متكافئين ، تم تجزئتها إلى جزأين (الأول) يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية (والآخر) يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الأرقام الزوجية ، بعد ذلك قام الباحثون باحتساب معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين درجات الاختبارات الفردية والزوجية ولكل اختبار وبحسب وظيفة العينة ، إذ بلغ معامل ثبات ارتباط الاختبار (0.819) ، ونظراً لكون هذه القيم تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذا قام الباحثون بتصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل عن طريق استعمال معادلة سبيرمان- براون للدلالة ، وبذلك أصبح معامل ثبات الاختبار (0.900) وهي قيم ذات دلالة يمكن الاعتماد عليها.

3-9 التجربة الاستطلاعية الأولى للمقياس :

بعد التحقق من التحليل الإحصائي للفقرات المقياسين عمد الباحثون إلى تطبيق المقياس بصورته على أفراد العينة الاستطلاعية التي شملت لاعبي نادي العلم الرياضي بـ (10) لاعبين في يوم السبت الموافق 2019/1/3 في الساعة الثالثة عصراً كان الغرض منها ما يأتي :

- 1- التأكد من وضوح مضمون الفقرات وتعليمات الأبعاد الأربعة للمستجيبين .
- 2- معرفة زمن اللازم للإجابة عن كل مقياس لأغراض تنظيمية الذي كان بحساب متوسط زمن أول مستجيب مع زمن آخر مستجيب وكالاتي :

3-10 البرنامج التدريبي النفسي:

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي في إعداد البرنامج التدريبي النفسي الذي يهدف الى معرفة تأثيره في تعبئة الطاقة النفسية ، يسعى البحث للوصول الى أقصى حد من الفعالية و بأقل التكاليف .

3-13 التجربة الاستطلاعية الثانية :

قام الباحثون بالتجربة الاستطلاعية الثانية بتاريخ (10-7-2019) على عينة مؤلفة من (10) لاعبين ، إذ تم فيها إجراء جلسة تجريبية ، وكان الهدف منها ما يأتي :

- 1- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحثون في أثناء التطبيق الفعلي للبرنامج التدريبي النفسي.

2- الإجابة للاستفسارات والتساؤلات من قبل اللاعبين والأخذ بها عند التطبيق على العينة الرئيسية.

3- التعرف على مدى تقبل اللاعبين البرنامج التدريبي النفسي.

3- التعرف على ملاءمة مكان الجلسات و الأجواء المصاحبة و الاحتياجات المتاحة بالمناهج.

3-14 التجربة الرئيسية :

تم تطبيق المقياسين على مجتمع البحث كاملا لمعرفة أي الأندية لديهم طاقة نفسية متدنية وضغوط نفسية عالية إذ ظهر لدى لاعبي نادي شباب الدور الرياضي طاقة نفسية أقل من الأندية الأخرى وضغوط نفسية عالية مع ثلاثة أندية أخرى وقد تم اختيار عينة التطبيق من نادي شباب الدور الرياضي والبالغ عددهم (23) لاعباً لتطبيق البرنامج ، وبعد الاستمرار بالجلسات للبرنامج التدريبي ظهر عزوف (3) لاعبين من عينة التطبيق للبرنامج التدريبي النفسي ليصبح عددهم في النهاية (20) لاعباً .

3-14-1 الاختبار القبلي: بعد تحديد عينة البحث الأساسية المتمثلة بالمجموعة التجريبية ، قام الباحثون بالاختبار القبلي بتاريخ (20-7-2019) على المجموعة التجريبية ، من خلال توزيع مقياس (تعبئة الطاقة النفسية) على العينة في قاعة المحاضرات لنادي شباب الدور الرياضي .

3-14-2 تطبيق البرنامج التدريبي النفسي:

هياً الباحثون الظروف لتنفيذ البرنامج التدريبي النفسي ، على المجموعة التجريبية في قاعة المحاضرات لنادي شباب الدور الرياضي ، واستغرق تطبيق البرنامج (7) أسابيع ، وابتداءً من يوم 2020/1/29 الى يوم 2020/3/20 ، إذ تم خلال هذه المدة تطبيق البرنامج التدريبي النفسي بالاعتماد على الأسلوب الجماعي و طريقة المناقشة ، وبواقع جلستين في كل أسبوع ، ومدة كل جلسة (40-45) دقيقة ، وكان عدد الجلسات التدريبية النفسية (14) جلسة، وأقيمت الجلسات يومي (الاثنين والخميس) في الساعة (3) مساءً، وبأشر بتطبيقه بالتعاون مع السادة (الخبراء التدريسيين)*

3-14-3 الاختبار البعدي: قام الباحثون بالاختبار البعدي بتاريخ (2020/3/20) على المجموعة التجريبية ، من خلال توزيع مقياس (تعبئة الطاقة النفسية) على العينة في قاعة المحاضرات لنادي شباب الدور الرياضي .

1- 15 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استعمل الباحثون الحقيبة الإحصائية (spss) لاستخراج قيم المتغيرات للدراسة بالاعتماد على الوسائل الإحصائية الآتية :

- 1- الوسط الحسابي .
- 2- الانحراف المعياري .
- 3- معامل الارتباط بيرسون
- 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:-
- 4- الاختبار التائي للعينة الواحدة
- 5- معادلة سييرمان براون .
- 6- النسبة المئوية .

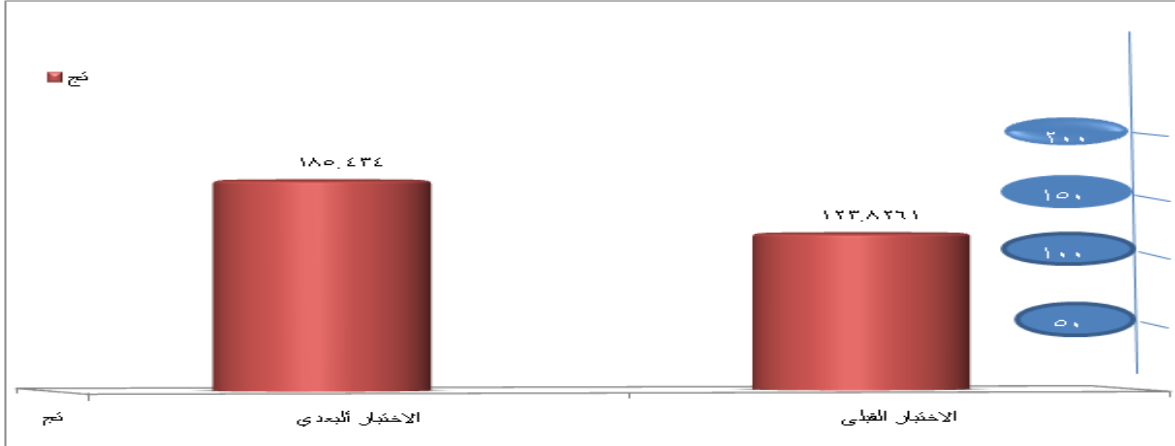
بعد الإجراءات التي قام الباحثون بها والمتمثلة بإعداد مقياس تعبئة الطاقة النفسية كرة القدم الشباب، وبعد استكمال جمع البيانات تم معالجتها إحصائياً بالوسائل المناسبة ، وسيتم في هذا الفصل عرض النتائج ومناقشتها وفق الجداول المبينة :

4-1- عرض وتحليل نتائج متغير تعبئة الطاقة النفسية للمجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدى ، وكما يبين الجدول (7) .

الجدول (7) يبين قيمة (t) للمجموعة التجريبية لمقياس تعبئة الطاقة النفسية

الاختبار	س	ع	قيمة (t)	ف	ف ع	Sig	الفروق
قبلي	123,8261	10,477	-29,233	10,107	2,107	0,000	معنوية
بعدي	185,434	7,328					

يتبين من الجدول (7) أنه يوضح نتائج الاختبار (t) والبالغ (-29.233) للاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية وكان الوسط الحسابي لمقياس تعبئة الطاقة النفسية (123.8261) والانحراف المعياري (10.477) ، وأن مستوى الدلالة (000.0) > (0.05) مما يدل على أنها درجة معنوية الفروق لصالح الاختبارات البعدية لأنها ظهرت بقيمة وسط حسابي (185.434) وانحراف معياري (7.328) لمجموعة البحث التجريبية ، ويعني أن هناك تأثيراً إيجابياً للبرنامج التدريبي النفسي على عينة البحث ، كما في الشكل رقم (9)



والشكل (9) يوضح ظهور تطور المجموعة التجريبية للبرنامج التدريبي لتعبئة الطاقة النفسية

والشكل رقم (9) يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاختبارات القبلي والبعدية للمجموعة التجريبية لمتغير تعبئة الطاقة النفسية ، وذلك يدل على انه هناك فروق معنوية من خلال البرنامج التدريبي النفسي ولمصلحة الاختبارات البعدية لمجموعة البحث التجريبية .

4-1-2 :- مناقشة نتائج متغير تعبئة الطاقة النفسية للمجموعة التجريبية للاختبارين القبلي والبعدى

بالرجوع للجدول (7) والشكل (9) يتبين أن الاختبارات التي أجريت على لاعبي المجموعة التجريبية قد تحسنت لديهم الطاقة النفسية ، وتظهر هذه النتائج إلى فاعلية الجلسات الإرشادية في

البرنامج التدريبي النفسي في زيادة مستوى الطاقة النفسية التي تعد ضروري في تطوير اللاعبين في البيئة التدريبية وعدم التأثر بالضغوط النفسية المحيطة بهم في المواقف المختلفة ، " إذ تساعد الطاقة النفسية في ذات الوقت على التحكم والسيطرة والأداء الصحيح وتوجيهه وتوجيه سليم يخدم اللاعب في توجيه طاقته نحو الأهداف المطلوبة في تخطيط الوحدة التدريبية ،وبذلك نرى ان للعامل النفسي دور لا يمكن إنكاره في مواصلة اللاعب الأداء وما يؤثر فيه داخل بيئة هذه الوحدة التدريبية من ضغوط متعددة من المحيطين به سواء كانت من المدرب أو اللاعبين من زملائه ، وهذه تتطلب في ان يكون في مستوى من السيطرة على الانفعالات والتوتر مما يساعده على تخطي العقبات من جهة وحسن التصرف لمواجهة من جهة اخرى ومن ثم ستعود إلى انطباعات ايجابية لتحقيق أهداف الوحدة التدريبية في حسن استثمار اللاعب لطاقته النفسية في ما يساعده على اتمام مهماته " ¹ .

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

1-5 : الاستنتاجات :-

بعد تحليل النتائج وتفسيرها ومعالجتها إحصائياً استنتج الباحثون ما يأتي :-

- 1- بعد تطبيق البرنامج التدريبي النفسي ساعد على تحسين فاعلية الطاقة النفسية .
- 2- إبتعاد اللاعبين من الضغوط المحيطة بهم مما يجعلهم يتقدمون بالمستوى الايجابي لرفع الطاقة النفسية وتحسين الأداء عن الذين لا يتدربون على هذا البرنامج .
- 3- ساعد تطبيق البرنامج التدريبي في رفع مستوى الطاقة النفسية في التمرينات والمنافسات لدى لاعبي كرة القدم ، ويفوقهم على الذين لا يتدربون من دونه .

5-2 : التوصيات :-

استناداً إلى الاستنتاجات التي توصلت إليها الدراسة يوصي الباحثون بما يأتي :-

- 1- يجب الاعتماد على نتائج هذه الدراسة عند السعي لتحسين ورفع مستوى الطاقة النفسية بالابتعاد عن الضغوط المحيطة لدى لاعبي كرة القدم والوصول إلى أفضل النتائج في الأداء .
- 2- من الضرورة أن تهتم أندية كرة القدم بتطوير خبرات المدربين في إعداد البرامج التدريبية النفسية لتغيير منحنى التطور في الأداء من خلال هذه البرامج استناداً إلى نتائج هذه الدراسة .
- 3- من الضروري تقنين وتوزيع الجلسات التدريبية بما يتناسب مع عمر وجنس ومستوى اللاعبين عند تدريبهم بالبرامج النفسية.

¹ عبدالودود احمد الزبيدي واخرون ؛ المتغيرات النفسية في المجال الرياضي ، (عمان ،دار الاكاديميون للنشر ، 2018) ، ص 211 .

4-الاهتمام بإجراء دراسات مشابهة على عينات من الإناث أو من مستويات أخرى بكرة القدم والألعاب الأخرى للوصول إلى نتائج إيجابية في الأداء.

المصادر :

- ساهرة عبد الله ؛ بناء مقياس مفهوم الذات لتلاميذ المرحلة الابتدائية: (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ابن رشد ، جامعة بغداد ، 1986 م) .
- عبدالودود احمد الزبيدي واخرون ؛ المتغيرات النفسية في المجال الرياضي ، (عمان ، دار الاكاديميون للنشر ، 2018) .
- مهند عبد الحسن الخزاعي ؛ بناء مقياس لتعبئة الطاقة النفسية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بكرة القدم في العراق (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2004) .
- نجاه سعيد علي؛ الطاقة النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي منتخب جامعة (الموصل بكرة اليد مجلد9 العدد2):(العراق ، الموصل ، كلية التربية الاساسية، بحث منشور، مجلة أبحاث التربية الاساسية،2009).
- Abdel-Wadoud Ahmed Al-Zubaidi and others; Psychological variables in the sports field, (Oman, Academics Publishing House, 2018).
- Allen.M.J&Yen,W.M:Introduction to measurement theory;(California ، book ، cole ، 1979) .
- Gay.L.R:Educational Evaluation Measurement، Ohio ،Charles Lse ،Merrill Publishing Company ،1986 ، P.168.
- Muhannad Abdul-Hassan Al-Khuzae; Building a scale to mobilize the psychological energy of the players of the Premier League football clubs in Iraq (Unpublished Master's Thesis, University of Baghdad, College of Physical Education, 2004).
- Najat Saeed Ali; Psychological energy and its relationship to the level of performance of some basic skills among university team players (Mosul handball, Volume 9, Issue 2: (Iraq, Mosul, College of Basic Education, published research, Journal of Basic Education Research, 2009).
- Sahra Abdullah; Building a self-concept scale for primary school students: (Master's thesis, Ibn Rushd College of Physical Education, University of Baghdad, 1986 AD).
- Tyler.L.E& Walsh,W.B.Test and measurement;(3rded ،Newjersy. Englewood، Cliffs ،Prentice -Hall .1979) .

ت	الفقرات	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ بشكل كبير	تنطبق عليّ إلى حد ما	لا تنطبق عليّ
1	إحساسي بالإثارة يجعلني أقدم أفضل مستوى في التدريب أو المنافسة				
2	أستطيع التحكم في انفعالاتي رغم المواقف العدوانية ضدي من الخصم				
3	المواقف الرياضية المفاجئة لا تؤثر في حماسي من أجل الفوز				
4	أتحلى بالروح الرياضية بالرغم من شدة المنافسة				
5	أشعر بالقدرة على تهدئة انفعالات زملائي سواءً بالتدريب أو المنافسة				
6	أفقد هدوني عندما تشتد المنافسة مع الخصم				
7	لا أستطيع التحكم في انفعالاتي عندما يستفزني الخصم				
8	أفقد السيطرة على هدوني قبل المنافسة عندما لعب مع خصوم أقوى				
9	أترفض بسرعة عندما يخطأ الحكم أثناء المنافسة				
10	أترفض بشكل كبير عند شعوري بالتعب				
11	أدرك جيداً عندما يهبط مستوى أدائي وأحاول تلافيه				
12	أعرف أسباب فقدانتي للكرة مباشرة ولا أسمح بتكرارها				
13	أفكر في أدائي المهاري أثناء التدريب أو المباراة وأعمل على تطويره بشكل مستمر				
14	أجيد التحليل السريع لتحركات خصمي وخصوصاً في المباريات الصعبة				
15	انظم جهدي لأداء نهاية جيدة للمباراة				
16	أحاول المحافظة على هدوني في المباريات الصعبة				
17	لا أتكلم أثناء المباراة مع الحكام لأركز على أدائي المهاري				
18	لا أستطيع أن أشعر بالصورة الواقعية لأدائي				
19	أشعر بالارتباك عن مواجهة الخصوم الأقوياء				
20	لا أستطيع توزيع جهدي على مجريات شوطي المباراة				
21	كثيراً ما أتفوه بكلمات غير لائقة لا تنسجم معي أثناء المباريات				
22	جل تفكيري ينصب في تحقيق أداء هجومي ودفاعي فعال في المنافسة				
23	أفكر كثيراً في توجيهات المدرب في التدريب والمنافسة				
24	أثناء المباراة أحاول أن أعزل تفكيري عما يدور خارج الساحة				
25	بعد انتهاء المنافسة أحاول استذكار النقاط السلبية في أدائي لكي أتلافها مستقبلاً				
26	أبذل كل جهدي واهتمامي لتعديل نتيجة المباراة التي نتاخر بها				
27	أتذكر باستمرار أثناء المباراة ما تعلمته في التدريب				
28	استحضر توجيهات المدرب وخطة اللعب التي سبق وان تعلمتها وأنا في داخل الساحة				
29	لا أتذكر كافة توجيهات المدرب أثناء المنافسة				
30	صراخ الجمهور يثيرني ويمنعني من التركيز على أدائي				
31	الخوف من الإصابة يشغل تفكيري ويجعلني أتأشى الاحتكاك مع الخصم				
32	إذا سجل الخصم هدفاً أول الأمر فإن ذلك يشعرنني باليأس				
33	إشراكي في التشكيلة الأساسية يزيد اندفاعي نحو الأداء الأفضل				
34	أفكر كثيراً بضرورة مجارات المنافس حتى وأن أرتقي بمستواه				
35	أفكر دائماً بضرورة الأداء الجيد حتى انقضاء وقت المباراة				

36	أشجع نفسي بين شوطي المباراة من أجل تحقيق شوط ثاني أفضل مستوى
37	اعتقد بأنه لدي الطاقة الكافية لأكمال المباراة والشوطين الإضافيين وبمستوى جيد
38	أفكر كثيراً بكيفية قطع الكرة من الخصم مهما كانت مهاراته في الخداع
39	في المباريات المهمة لا أتق بقدراتي على الأداء الجيد
40	لا لعب ضربة الجزاء لاني لا أجيدها بدقة
41	لا أعير اهتماماً للتشجيع الغير مجدي لزيادة اندفاعي في اللعب لتكملة المباراة
42	المباريات المهمة تحتوي على مواقف تزيد على إمكانياتي و قدرتي
43	ليس من السهل علي قطع الكرة من الخصم أثناء المنافسة
44	يزداد أدائي قوه كلما زادت أثارت المباراة
45	يهمني جداً الأداء بأقصى طاقتي إذا كان خصمي قوياً
46	عندما يبدأ الفريق الخصم بالتهديف أبذل جهداً مضاعفاً لتعديل النتيجة
47	اللعب في ملعب الخصم يزيد إصراري على بذل أقصى طاقتي
48	تشجيع المدرب يزيد كفاحي و اجتهادي لتحقيق المستوى الأمثل
49	معنوياتي لا تتأثر باقتراب موعد المنافسة
50	لا أستطيع بذل كل طاقتي حتى إذا كانت المباراة مهمة
51	أشعر بان حماسي باللعب يقل كثيراً بانتهاء الشوط الأول من المباراة
52	لا أستطيع اللعب بجديه في ملعب الخصم وأمام جمهوره
53	ليس من السهل علي مجارات الخصم لأنه أكثر مني خبرة
54	أحاول التفوق على خصمي على الرغم من مستواه الجيد
55	لا بد و أن أتألق في التدريب والمنافسات
56	أعمل بشكل مجد للتفوق على الخصوم الأقوياء
57	أواظب على التدريب بجدية لأنه طريق الشهرة الوحيد
58	أحاول الظهور بمستوى يؤهلني لتمثيل المنتخب الوطني
59	أشعر بالرضى كوني لاعباً أساسياً بالفريق
60	أدرب بشكل مكثف على ضربات الجزاء لكي أنفذها بنجاح في المباريات
61	أهتم بأدائي أكثر من اهتمامي بنتيجة فريقي
62	أتخلص من الكرة بأسرع وقت ممكن لان مهارتي غير جيدة
63	لا أهتم بالتدريب مثلما أهتم بالمنافسة
64	لا أهتم بين كوني أساسياً أو أجلس على مصطبة البدلاء



Sports culture in the city of Mosul (Methods of confrontation and response)

Imad Abdul Jabbar Murad ^{1*}

1- Ministry of Education, Directorate General of Education in Nineveh Governorate, Iraq

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.11>

Article info.

Article history:

-Received:21/9/2022

-Accepted: 13/12/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- Sports culture
- city of Mosul
- Methods
- confrontation
- response

© 2022 This is an open access article under the CC by licenses

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



Abstract

This study was conducted to determine the weakness of the sports culture in the city of Mosul and to develop a proposed vision to confront the weakness in proportion to each sector. The researcher built a measure of the weakness of the sports culture in the city of Mosul. The social, cognitive dimension) distributed by (46) phrases, where the total score for the scale is (230) degrees, and the small score is (46) degrees. The descriptive survey method was used on a cluster sample from different sectors, where it was divided as follows (25) individuals as a survey sample. During which the validity and stability of the scale were found, as the self-honesty coefficient of the scale was (0.932) and the scale stability coefficient was (0.862) And (250) individuals to apply the scale on which the scientific transactions used in building scientific standards were conducted. There are differences in the results of the scale in the city of Mosul between each of the different categories in favor of the female employee. -34 years old, there are no differences between males and females in the scale, and a proposal has been developed to confront the weakness of the sports culture and follow it up in a manner commensurate with all sectors of the state in the city of Mosul.

Corresponding Author: Imaad_abdaljbar@nan.epedu.gov.iq, Ministry of Education, Directorate General of Education in Nineveh Governorate, Iraq.

الثقافة الرياضية في مدينة الموصل (طرق المواجهة والتصدي)

م. د. عماد عبد الجبار مراد/ مديرة تربية نينوى

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

الخلاصة:

الكلمات المفتاحية

- الثقافة الرياضية
- مدينة الموصل
- الطرق
- المواجهة
- التصدي

أجريت هذه الدراسة لتحديد ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل ووضع تصور مقترح لمواجهة الضعف بما يتناسب مع كل قطاع، حيث قام الباحث ببناء مقياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل حيث اشتمل المقياس في صورته النهائية على اربعة ابعاد وهي (البعد النفسي، البعد الصحي، البعد الاجتماعي، البعد المعرفي) موزعة عليها (46) عبارة حيث تبلغ الدرجة الكلية للمقياس (230) درجة، والدرجة الصغرة (46) درجة وتم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة عنقودية من القطاعات المختلفة حيث قسمت كالاتي (25) فردا كعينة استطلاعية تم من خلالها إيجاد الصدق والثبات للمقياس حيث بلغ معامل الصدق الذاتي للمقياس (0.932) ومعامل ثبات المقياس (0.862) و (250) فردا لتطبيق المقياس الذي اجريت عليه المعاملات العلمية المتبعة في بناء المقاييس العلمية، توجد فروق في نتائج المقياس في مدينة الموصل بين كل فئة من الفئات المختلفة لصالح الموظفة، توجد فروق في نتائج المقياس بين الاناث للمراحل السنوية المختلفة وكانت افضل شريحة من 20-34 سنة، لا توجد فروق بين الذكور والاناث في المقياس، وقد تم التوصل الى وضع تصور مقترح لمواجهة ضعف الثقافة الرياضية ومتابعتها بما يتناسب مع كل قطاعات الدولة في مدينة الموصل .

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث واهميته:

إن الطاقات البشرية هي أساس المجتمعات الناهضة وهي الاساس المنشود لتشكيل حياته وتنظيم نفسه من وقت لآخر كلما استدعى الأمر وتوجيه تلك الطاقات نحو تحقيق الأهداف المنشودة، وتطوير تلك الطاقات أمر واجب من وقت لآخر باستخدام كل الوسائل والمؤسسات الهامة في تطوير طاقات وقدرات افراد المجتمع فهي تهدف في النهاية الى تربية الأفراد بأسلوب متكامل جسميا ونفسيا وعقليا واجتماعيا وصحياً وهي احد وسائل التنمية البشرية التي يكون عائدها تنمية في كل نواحي النشاطات المختلفة وعلى رأسها التنمية الاقتصادية بما يعود على الفرد والمجتمع كله بالخير والرفاهية . لذ كان من الضروري ان يشرف المجتمع من خلال المؤسسات

المختلفة المهتمة بشؤون التربية البدنية والرياضية على الافراد في قطاعاتهم المختلفة بهدف خلق مواطن سليم جسمانياً وعقلياً ، ومما لا شك فيه ان خلق ونشر الثقافة البدنية الرياضية بين قطاعات المجتمع المختلفة هو من الاعمدة التي يركز عليها حب وممارسة النشاطات الرياضية المختلفة . وتعتبر الثقافة هي " احدى المؤشرات التي تحدد مستوى التقدم الحضاري للمجتمعات الحديثة وتشتمل على كل النماذج السلوكية والبشرية التي تكتسب اجتماعياً وتنتقل الى اعضاء المجتمع البشري عن طريق الرموز" (عويس ، 2000 : 22) . وإذا طبقنا مفهوم الثقافة العام على الثقافة في مجال الرياضة لأمكن وضع تعريف للثقافة الرياضية بأنه مجموعة السلوكيات والقيم والمفاهيم وانماط الحياة التي يمارسها افراد المجتمع عند ممارسة النشاطات الرياضية وهي بلا شك ترتبط بالمواقع الاجتماعية والاقتصادية ولكل مجتمع ثقافته الخاصة التي تميزه عن بقية المجتمعات والتي تحكمها ضوابط متعددة محلية كانت مثل العوامل الاقتصادية والاجتماعية او غير محلية من خلال التأثير بثقافات الغير من خلال التبادل عبر وسائل الاتصال المختلفة ، وإيماناً بدور التربية الرياضية في احداث تطوير طاقات وقدرات الافراد وخبراتهم فهي تهدف الى تربية الفرد بأسلوب متكامل جسمياً وعقلياً ونفسياً وخلقياً واجتماعياً بحيث تكون تركيبة سهلة الفهم يكون واردها زيادة الانتاج والمزيد من العطاء والتقدم بما يعود بالخير على المجتمع كله . "ان ممارسة الرياضة في الاندية من اهم المؤسسات الاجتماعية التي تهدف من خلال برامجها التربوية والرياضية الى تنمية اعضائها من الجوانب المختلفة بدنياً ونفسياً واجتماعياً للاستمتاع بالرياضة المفيدة" (الحماحمي وعبدالعزيز ، 1998 : 210). لذا كان هنالك واجب هام يتمثل في استمرار اشرف المجتمع من خلال مؤسساته المختلفة المهتمة بشؤون التربية الرياضية على الافراد في القطاعات المختلفة لهذا المجتمع ، ومن هذا المنطق كان واجب على كليات التربية الرياضية الاهتمام بالثقافة البدنية الرياضية باعتبارها ركيزة هامة يجب ان تتوفر عناصرها لدى افراد المجتمع كله بجميع قطاعاته التعليمية ، قطاع الاعلام ، قطاع الصناعة ، قطاع الشباب والرياضة ، قطاع ربات البيوت حتى تتوفر عناصر زيادة الانتاج وتحسين اللياقة الصحية والارتقاء بمستوى الرفاهية لأفراد المجتمع كله .

1-2 مشكلة البحث :

يرى الباحث ان هنالك ضعف في الثقافة الرياضية في مدينة الموصل في القطاعات الدولية المختلفة واهمال كبير للجانب الرياضي وهذا بدوره قد انعكس على سلوكيات الفرد في المجتمع حيث يعتبر اختلاف انماط السلوك لدى افراد المجتمعات المختلفة المحيطة بالمجتمع الموصل من الامور المسلم بها ، وعليه فالأخذ بمعايير سلوك الافراد لمجتمع معين لا يعد صالحاً لتقويم

سلوك افراد تتبع مجتمع اخر لذ يكون من الضروري أن تكون لنا في مجتمعنا الموصل معايير خاصة بنا لتقويم تلك الانماط السلوكية وعائدها على مجتمعنا وهو ما يعتبر اهم عناصر المشكلة الحالية في البحث ، هذا وقد اظهرت بعض الدراسات عن معوقات اداء النشاط الرياضي عن نتائج كلها تخص قطاع التعليم (فرج، 1983)(السيار و السكري، 1987)(ابراهيم ، 1988) قصور في الثقافة الرياضية لدى اولياء الامور وايضاً وجود عديد من المدركات الخاطئة تسبب عدم اقبال الابناء على ممارسة الانشطة الرياضية ، وانخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة ،من ذلك يتبين انه لم يتطرق احد لمعرفة درجة الوعي والادراك الثقافي في مجال التربية الرياضية للقطاعات المختلفة في مدينة الموصل بصورة خاصة والعراق على وجه العموم ومن هذا المنطلق قام الباحث بهذه الدراسة لتحديد الثقافة الرياضية في مدينة الموصل ووضع تصور لمواجهة ضعف الثقافة الرياضية ومتابعتها بما يتناسب مع كل قطاع من قطاعات الدولة .

1-3 أهداف البحث :

1. بناء مقياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل .
2. التعرف على الفروق بين (الموظفين ، معلمة، الطالبة ، ربة بيت) في مقياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل .
3. وضع تصور مقترح لمواجهة ضعف الثقافة الرياضية ومتابعتها بما يتناسب مع كل قطاع من قطاعات الدولة .

1-4 فرض البحث : توجد فروق بين (الموظفين ، معلمة، الطالبة ، ربة بيت) في مقياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : اجريت هذه الدراسة على عينة عنقودية من الدوائر المختلفة بنسبة تحدد من حجم المجتمع في مدينة الموصل والبالغ (250) قسمت على النحو التالي : (موظف ، موظفة ، معلمة ، طالب ، طالبة ، ربة بيت جدول (6 ، 7 ، 8 ، 9) يوضح عينة البحث .

1-5-2 المجال الزمني : تم إجراء البحث في الفترة من 2020/4/5 الى 2020/11/15.

1-5-3 المجال المكاني : دوائر الدولة المختلفة في محافظة نينوى.

1-6 مصطلحات البحث :

الثقافة الرياضية : هي مجموعة المفاهيم والسلوكيات والقيم وانماط الحياة التي يمارسها افراد المجتمع عند ممارسة النشاطات الرياضية وهي بلا شك ترتبط بالمواقع الاجتماعية والاقتصادية

والمعرفي وضعف المستوى الثقافية الرياضية لدى الفرد يعني فقدان القدرة على اداء المهارات الحركية الأساسية والرياضية في مراحل الحياة المختلفة (تعريف اجرائي) .

طرق المواجهة : الوسائل والحلول المقترحة للتغلب على اسباب عدم ممارسة الانشطة الرياضية في مختلف قطاعات المجتمع الموصل (تعريف اجرائي) .

2-1 منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 **منهج البحث:** استخدمت الباحث المنهج التجريبي لملائمة مع مشكلة البحث.

2-3 مجتمع وعينة البحث:

اجريت هذه الدراسة على عينة عنقودية من الدوائر المختلفة بنسبة تحدد من حجم المجتمع في مدينة الموصل والبالغ (250) قسمت على النحو التالي : (موظف، موظفة، معلمة، طالب، طالبة، ربة بيت جدول (6)، 7، 8، 9) يوضح عينة البحث.

1- (25) فردا عينة استطلاعية لإيجاد الصدق والثبات لمقياس ضعف الثقافة الرياضية.

2- (250) فردا لتطبيق مقياس ضعف الثقافة الرياضية في صورته النهائية.

2-4 أدوات جمع البيانات:

مقياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل كأداة لجمع البيانات (اعداد الباحث).

2-5 خطوات بناء المقياس :

1- تحديد الهدف من المقياس وذلك للتعرف على مستوى الثقافة الرياضية في مدينة الموصل لدى بعض دوائر الدولة المختلفة .

2- تحديد الابعاد الاساسية للمقياس حيث قام الباحث بالاطلاع على العديد من المراجع العلمية التي تناولت الثقافة الرياضية والدراسات المرتبطة بالبحث ، (منصور ، 1988)، (عبدالرحمن، 1997) ، (زهرا، 1993) ، (محفوظ، 1995) ، وتم التوصل الى عدة ابعاد يمكن من خلالها قياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل .

3- قام الباحث بعرض الابعاد الاساسية على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ، وعلم الاجتماع ، وعلم الصحة ، وذلك للتحقق من صحة ومناسبة هذه الابعاد في بناء مقياس ضعف الثقافة الرياضية وقد اتفق الخبراء على الابعاد التالية وبنسبة 100% لكل بعد.

(1- البعد النفسي ، 2- البعد الصحي ، 3- البعد الاجتماعي ، 4- البعد المعرفي)

4- تم صياغة عبارات المقياس لكل بعد من ابعاد المقياس في صورته الاولى وعرضها على الخبراء للتأكد من صحة تمثيل العبارات للمقياس لعينة الدراسة ، وعلى ضوء الملاحظات التي أبدتها الخبراء تم تعديل العبارات ليصبح المقياس في صورته الاولى (57) عبارة موزعة على الابعاد

كألآتي : ((البعد النفسي (16) عبارة، البعد الصحي(14) عبارة، البعد الاجتماعي(14) عبارة، البعد المعرفي(13) عبارة .

5- تم تصميم المقياس على طريقة ميزان التقدير الخماسي (بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، بدرجة قليلة جدا) .

2-6 المعاملات العلمية للمقياس :

تم تطبيق المقياس في صورته الاولية على عينة قوامها (25) فردا من مدينة الموصل كعينة استطلاعية خارج العينة الاساسية للتعرف على مدى وضوح العبارات التي يتضمنها المقياس وايضا وضوح التعليمات الخاصة بالمقياس وطريقة رصد الدرجات ومعرفة الزمن الذي يستغرقه الفرد للإجابة عليه وحساب المعاملات العلمية للمقياس(الصدق والثبات) وقد اسفرت هذه الاجراءات على النتائج التالية :

2-6-1 صدق المقياس :

1- صدق المحتوى : ويقصد به مدى تمثيل وارتباط مكونات المقياس (الابعاد والعبارات) بالجانب التي تقيسه وقد اخذ بنظر الاعتبار المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرتبطة بالبحث لضمان تطبيق المقياس على عينة البحث ومعرفة البناء المنطقي لمحتوى ومضمون المقياس (باهي، 2000: 28) .

2- الصدق الذاتي : وهو صدق الدرجات التجريبية للمقياس بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من اخطاء القياس ويقاس الصدق الذاتي عن طريق الجذر التربيعي لمعامل الثبات حيث بلغ قيمته (0,933).

3- صدق التكوين الفرضي : وتم التحقق منه عن طريق حساب الاتساق الداخلي وهو احد اساليب حساب صدق التكوين الفرضي وذلك من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي لدرجات المحور الذي تنتمي إليه العبارة وذلك بهدف الوصول الى مدى صدق العبارات او الغرض الذي وضعت من اجله وذلك من خلال حساب معامل الارتباط التالية :

- حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والمحور الذي تنتمي اليه العبارة وهذا ما يوضحه جدول (1)، (2، 3، 4).

- حساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس وهذا ما يوضحه جدول (5) .

جدول (1) معامل الاتساق الداخلي-معامل ارتباط درجة العبارة بالمجموع الكلي (للبعد النفسي) الذي تنتمي اليه

البعد	رقم العبارة	العبارة	الاتساق الداخلي
1	1	ممارسة الرياضة يوميا تزيد من ثقة الشخص بنفسه	0.643**

**0.651	2	ممارسة الرياضة تساعد الفرد على الاعتماد على نفسه
**0.573	3	بذل الجهد أثناء ممارسة الرياضة يزيد من التوتر والانفعال
**0.603	4	ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد الفرد على الهدوء والراحة النفسية
0.315	5	ممارسة الأنشطة الرياضية تزيد من شعور الفرد بعدم الرضا عن الذات
**0.594	6	ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد الفرد بالتغلب على الأرق
**0.692	7	ممارسة الأنشطة الرياضية غير مؤثرة على الجهاز العصبي فهي تستخدم في علاج بعض الحالات النفسية
**0.706	8	الالتزام بممارسة الأنشطة الرياضية يكسب الفرد قوة الإرادة والقدرة على بذل الجهد
**0.595	9	ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد الفرد على التخلص من المسؤولية
**0.636	10	ممارسة الأنشطة الرياضية تكسب الفرد الاحساس بقيمته ومعرفة ذاته واهتماماته واحتياجاته
**0.652	11	اثناء ممارسة الرياضة تصاحب الفرد حالات انفعالية مختلفة تكسبه القدرة على السيطرة عليها في المواقف الحياتية
**0.586	12	الحالات الانفعالية التي تصاحب الفرد الممارس للأنشطة الرياضية من فرح وحزن تساعده على التحكم في انفعالاته
**0.657	13	التكيف النفسي الذي يكتسبه الفرد من خلال ممارسة الرياضة يعطي القدرة على التعامل نحو السلوك غير المتوقع من الآخرين
0.302	14	لممارسة الرياضة أهمية للعلاج النفسي وخصوصاً علاج بعض الأمراض العصبية
**0.641	15	الأعداد النفسية لممارسة الرياضة يعمل على عدم تنمية الإرادة لبذل أقصى جهد
**0.631	16	ممارسة الرياضة تعمل على زيادة العدوانية

(ن=25) ** معنوى عند مستوى 0.01 = 0.449 * معنوى عند مستوى 0.05 = 0.349

جدول (2) معامل الاتساق الداخلي-معامل ارتباط درجة العبارة بالمجموع الكلي (للبعد الصحي) الذي تنتمي اليه

البعد	رقم العبارة	العبارة	الاتساق الداخلي
البعد الصحي	17	يجب تطبيق ارشادات صحية قبل واثناء وبعد ممارسة الأنشطة الرياضية	**0.712
	18	ممارسة الأنشطة الرياضية تكسب الفرد خبرات صحية يعمل بها في حياته	**0.648
	19	عدم اتباع الارشادات الصحية اثناء ممارسة الرياضة تعرض الفرد الى امراض معدية	**0.715
	20	التغذية الجيدة قبل ممارسة الرياضي تعتبر مهمة جدا	**0.617
	21	من المهم النوم الكافي المبكر لاخذ قسط من الراحة	**0.645
	22	ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد الفرد على اكتساب الصحة الجيدة والحيوية	**0.561
	23	من الضروري عدم الاستحمام بعد ممارسة الرياضة	**0.580
	24	استخدام الحركات البدنية تساعد في علاج بعض الامراض العضوية والعظمية	**0.638
	25	تعتبر الرياضة من الارقان الاساسية في العلاج الطبيعي وخصوصا بعد إلتزام الكسور	**0.575
	26	تساعد الرياضة في علاج الضعف البدني للاجزاء المصابة لدى المعاقين بدنيا	**0.633
	27	ممارسة الأنشطة الرياضية تكسب الفرد فوائد بدنية نتيجة لتحرك العضلات	24430.
	28	تساعد الرياضة على عدم اكتساب القوام السليم للجسم	**0.667
	29	تزيد ممارسة الأنشطة الرياضية من اعاقه بعض الاجزاء المصابة للجسم	1130.
	30	ممارسة بعض الأنشطة الرياضية تسهم في بعض التشوهات	**0.467

(ن=25)** معنوى عند مستوى 0.01 = 0.449 * معنوى عند مستوى 0.05 = 0.349

جدول (3) معامل الاتساق الداخلي-معامل ارتباط درجة العبارة بالمجموع الكلي (للبعد الاجتماعي) الذي تنتمي اليه

البعد	رقم العبارة	العبارة	الاتساق الداخلي
البعد الاجتماعي	31	ممارسة الأنشطة الرياضية للجنسين تعمل على النمو الاجتماعي والعاطفي السليم	0.243
	32	التزام الفرد بواجباته الرياضية تقلل لديه الشعور بالمسؤولية	5120.
	33	إتقان الألعاب الرياضية يكسب الفرد الرياضي الشهامة والمروءة ومساعدة الآخرين	**0.573
	34	الانتظام في ممارسة الرياضة يوميا يساعد على عدم تكوين صداقات دائمة	0.303
	35	ممارسة الأنشطة الرياضية تنمي الشعور بالمسؤولية والولاء للجماعة	**0.755
	36	ممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية تولد القدرة على زيادة المشاكل	0.294
	37	ممارسة الأنشطة الرياضية تؤثر سلبيا على الإرادة والمثابرة في مواقف الحياة المختلفة	9220.
	38	ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد في تحقيق الاهداف الشخصية للفرد	**0.706
	39	الالتزام بأداء الأنشطة الرياضية الجماعية تنمي التعاون مع الغير	**0.595
	40	إتباع قوانين الرياضة تعمل على احترام الرياضيين للقوانين الحياتية الأخرى	**0.636
	41	الالتزام بمواعيد ممارسة الأنشطة الرياضية واحترامها يساعد الفرد على تكوين الشخصية القيادية	**0.652
	42	الأنشطة الرياضية تكسب ممارسيها سمات خلقية تنعكس على سلوكهم في المواقف المختلفة	0.286
	43	ممارسة الأنشطة الرياضية تؤدي الى تقبل مواقف عدم النجاح أحيانا	**0.657
	44	ممارسة الأنشطة الرياضية تتيح الفرص لاكتساب قيم إجتماعية سليمة مثل النظام والقدرة على تحمل اعباء الحياة	**0.702

(ن=25)** معنوى عند مستوى 0.01 = 0.449 * معنوى عند مستوى 0.05 = 0.349

جدول (4) معامل الاتساق الداخلي-معامل ارتباط درجة العبارة بالمجموع الكلي (للبعد المعرفي) الذي تنتمي اليه

الابتساق الداخلي	العبارة	رقم العبارة	البعد
1220.	إستغلال وقت الفراغ في ممارسة الانشطة الرياضية تكسب الفرد بعض المعلومات الرياضية الغير مفيدة	45	البعد المعرفي
**0.648	تختلف المعارف والمعلومات الرياضية التي يكتسبها الفرد تبعاً لنوع الرياضة	46	
**0.715	تختلف الملابس الرياضية والادوات المستخدمة طبقاً لنوع النشاط الرياضي الذي يمارسه الفرد	47	
**0.617	يكتسب الفرد بعض المعلومات والمعارف الصحيحة عن الانشطة الرياضية من خلال مشاهدة البرامج التلفزيونية	48	
**0.645	تسهل وسائل الاعلام من خلال نشر الوعي الرياضي لدى مختلف فئات المجتمع	49	
**0.561	قراءة الاخبار الرياضية من الانترنت يؤدي الى انخفاض مستوى الثقافة لدى الفرد بالقدر المناسب لبعض الانشطة الرياضية	50	
**0.580	الاهتمام بالنقد الرياضي في في وسائل التواصل الاجتماعي تجعل الفرد يتجنب بعض المعتقدات الخاطئة	51	
**0.638	تختلف درجة التأثير لمشاهدة بعض برامج التلفزيون من فرد الى فرد تبعاً للمستوى الثقافي	52	
**0.575	الانتظام في شراء المجلات والصحف الرياضية والتواصل الاجتماعي تكسب الفرد بعض الخبرات الخاصة بالانشطة الرياضية المحببة له	53	
**0.633	الحرص على سماع المناقشات والحوارات الرياضية التي تبثها الاذاعات المختلفة تقلل من مستوى الوعي الثقافي الرياضي	54	
**0.612	الاستفادة من بعض الشخصيات الرياضية الهامة من خلال البرامج الاعلامية يؤدي الى اكتساب بعض الحقائق الرياضية	55	
**0.566	اهتمام الدولة بالرياضة ضرورة بصورة جدية وفعلية يزيد وعي الفئات المختلفة	56	
**0.476	عدم كفاية البرامج الرياضية يؤثر سلباً على المستوى الثقافي للفرد	57	

(ن=25)** معنوي عند مستوى 0.01 = 0.449 * معنوي عند مستوى 0.05 = 0.349

وبحساب معامل الصدق الاتساق الداخلي لعبارة المقياس وجد أن هنالك (46) عبارة ذات معامل ارتباط معنوي ايجابي ، بينما كان هناك (11) عبارة أخرى لم يكن لها ارتباط معنوي بالابعاد التي تنتمي اليها وقد تم استبعادها وهي ارقامها (45، 42، 37، 36، 34، 32، 31، 29، 27، 14، 5) كما موضح في جدول (1، 2، 3، 4) .

وبناء على ذلك اشتمل المقياس قيد البحث في صورته النهائية على (46) عبارة حيث تبلغ الدرجة الكلية للمقياس (230) درجة ، والدرجة الصغرة (46) درجة .

جدول (5) معامل الاتساق الداخلي (معامل ارتباط درجة البعد بالمجموع الكلي للمقياس)

معامل الإبتساق الداخلي	البعد	م
**0.733	البعد النفسي	1
**0.725	البعد الصحي	2
**0.682	البعد الاجتماعي	3
**0.761	البعد المعرفي	4

** معنوي عند مستوى 0.01 = 0.449 * معنوي عند مستوى 0.05 = 0.349

يتضح من جدول (5) والخاص بمعامل الإبتساق الداخلي (معامل ارتباط درجة البعد بالمجموع الكلي للمقياس) لإبعاد المقياس ، ارتفاع قيم معامل الاتساق الداخلي والتي تراوحت ما بين (0.682 إلى 0.761)

وهذه القيم معنوية عند مستوى 0.01 ، مما يشير إلى صدق الابعاد وأن الابعاد تتسم بالصدق الذاتي وترتبط بالمجموع الكلي للمقياس ولذا فهي تجتمع لتقيس ما يقيسه المقياس ولذلك فالإبعاد تتسم بالصدق .

3-6-2 ثبات المقياس :

تم استخدام طريقة اعادة تطبيق المقياس لحساب معامل الثبات وكذلك طريقة الفا كرو نباخ حيث طبق المقياس على عينة قوماها 25 فردا من مدينة الموصل طبق عليهم المقياس مرتين ، وكان الفارق الزمني للمرتين (16) ستة عشر يوم حيث بلغ معامل الثبات للمقياس (0,862) (باهي، 2000: 20) .

3-7 تطبيق المقياس :

طبق المقياس في صورته النهائية بعد التأكد من ثباته وصدقه على عينة قوامها (250) فردا من مدينة الموصل على شرائح متعددة منها (قطاع التربية والتعليم ، طلبة ، طالبات ، موظفون ، موظفات ، ربات بيوت)

3-8 المعالجات الاحصائية :

تم معالجة البيانات والنتائج إحصائياً بالحاسب الالي لإيجاد مايلي : المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، تحليل التباين الاحادي ، اختبار توكي للمقارنات الثنائية ، معادلة الفا كرونباخ ، الصدق الذاتي ، صدق التكوين الفرضي (الاتساق الداخلي)، النسبة المئوية (السيد، 2006: 145-170)

3- عرض النتائج ومناقشتها :

3-1 عرض النتائج:

جدول (6) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ف) والدالة واختبار توكي لمقارنة الفئات في مقياس

ضعف الثقافة الرياضية

اختبار توكي	قيمة (ف) والدالة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة (ن)	الفئات	ضعف الثقافة الرياضية
	1,133 غير دال	7,23 6,18 6,45 7,55 6,96 6,69 6,87	82,89 83,44 83,95 82,23 82,76 80,51 82,59	49 54 21 38 46 42 250	موظف موظفة معلمة طالب طالبة ربة بيت المجموع	البعد النفسي
	0,737 غير دال	9,55 8,32 11,26 9,50 8,76 5,93 8,76	84,59 84,50 83,97 83,69 81,66 82,97 83,57	49 54 21 38 46 42 250	موظف موظفة معلمة طالب طالبة ربة بيت المجموع	البعد الصحي

موظفة مع طالب	2,922 دال 5%	10,01 7,05	83,21 86,16	49 54	موظف موظفة	البعد الاجتماعي
		6,32	86,90	21	معلمة	
		8,85	81,05	38	طالب	
		7,61	83,42	46	طالبة	
		7,65	81,85	42	ربة بيت	
		8,29	83,64	250	المجموع	
موظفة مع طالب	3,879 دال 1%	7,78 6,5	78,61 79,76	49 54	موظف موظفة	البعد المعرفي
موظفة مع طالب		5,55	80,39	21	معلمة	
		10,04	74,78	38	طالب	
		8,23	75,07	46	طالبة	
		4,59	77,22	42	ربة بيت	
		7,62	77,54	250	المجموع	
	2,561 غير دال	6,46 4,72	82,27 83,23	49 54	موظف موظفة	الدرجة الكلية للمقياس
		4,60	83,55	21	معلمة	
		6,65	80,49	38	طالب	
		5,20	80,59	46	طالبة	
		3,78	80,53	42	ربة بيت	
		5,46	81,71	250	المجموع	

جدول (7) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ف) والدلالة واختبار توكي لمقارنة الذكور حسب العمر في المقياس

اختبار توكي	قيمة (ف) والدلالة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة (ن)	عمر الذكور	ابعد المقياس
0,944 غير دال		7,94	80,47	24	19-15	البعد النفسي
		6,76	84,97	23	24-20	
		7,74	82,14	12	29-25	
		6,88	83,80	9	34-30	
		7,08	85,0	6	39-35	
		2,18	85,97	3	44-40	
		10,55	79,14	5	49-45	
		4,12	83,16	5	50+	
		7,33	82,64	87	المجموع	
		0,302 غير دال		9,76	83,90	
7,98	85,50			23	24-20	
12,16	81,11			12	29-25	
12,18	85,93			9	34-30	
8,92	84,45			6	39-35	
9,51	83,90			3	44-40	
8,62	82,66			5	49-45	
7,95	85,32			5	50+	
9,48	84,20			87	المجموع	
0,573 غير دال				8,96	80,83	24
		8,75	83,59	23	24-20	
		7,98	80,0	12	29-25	
		12,98	84,44	9	34-30	
		7,36	86,67	6	39-35	
		3,82	80,83	3	44-40	
		11,81	79,0	5	49-45	
		15,77	83,50	5	50+	
		9,53	82,27	87	المجموع	

	1,837 غير دال	9,66 8,81 7,67 8,72 6,28 6,02 5,17 11,03 8,99	72,50 80,0 74,31 78,89 77,78 81,67 79,66 80,32 76,94	24 23 12 9 6 3 5 5 87	19-15 24-20 29-25 34-30 39-35 44-40 49-45 50+ المجموع	البعد المعرفي
	1,088 غير دال	6,47 6,15 7,16 9,11 3,34 1,82 6,01 6,14 6,57	79,35 83,57 79,45 83,20 83,25 81,87 80,18 83,04 81,49	24 23 12 9 6 3 5 5 87	19-15 24-20 29-25 34-30 39-35 44-40 49-45 50+ المجموع	الدرجة الكلية للمقياس

جدول (8) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ف) والدلالة واختبار توكي لمقارنة الإناث حسب العمر في المقياس

اختبار توكي	قيمة ف والدلالة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة (ن)	عمر الإناث	ابعاد المقياس
44-40 مع كل من 24-20 29-25 34-30	3,413 دال 1%	6,85 6,85 6,39 5,62 5,82 7,18 3,86 4,71 6,64	82,27 84,53 85,78 84,14 80,86 77,90 81,25 84,43 82,56	27 30 19 19 30 21 8 9 163	19-15 24-20 29-25 34-30 39-35 44-40 49-45 50+ المجموع	البعد النفسي
	0,476 غير دال	8,11 8,70 10,07 5,60 10,21 7,87 6,32 5,50 8,36	82,53 82,49 85,53 83,77 82,16 84,28 81,44 81,29 83,23	27 30 19 19 30 21 8 9 163	19-15 24-20 29-25 34-30 39-35 44-40 49-45 50+ المجموع	البعد الصحي
	0,984 غير دال	6,16 9,25 6,78 8,07 6,08 7,44 9,25 5,86 7,48	83,33 83,33 85,39 84,34 86,42 82,38 83,44 87,50 84,37	27 30 19 19 30 21 8 9 163	19-15 24-20 29-25 34-30 39-35 44-40 49-45 50+ المجموع	البعد الاجتماعي
19-15 مع كل من 29-25 34-30 39-35	4,096 دال 1%	9,33 5,26 5,59 7,17 5,24 5,61 6,10 2,91 6,79	73,39 77,51 81,05 80,97 79,89 75,47 78,33 77,59 77,86	27 30 19 19 30 21 8 9 163	19-15 24-20 29-25 34-30 39-35 44-40 49-45 50+ المجموع	البعد المعرفي

29-25 مع 44-40	2,247 دال 5%	4,37 6,02 5,21 3,71 4,53 3,91 4,00 3,18 4,79	80,21 82,22 84,42 83,24 81,92 79,72 80,93 82,37 81,83	27 30 19 19 30 21 8 9 163	19-15 24-20 29-25 34-30 39-35 44-40 49-45 50+ المجموع	الدرجة الكلية للمقياس
----------------------	-----------------	--	---	---	---	-----------------------

جدول (9) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) لمقارنة الذكور بالاناث في ضعف الثقافة الرياضية

الرياضية	النوع	العينة (ن)	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ف) والدلالة اختبار توكي
البعد النفسي	ذكور	87	82,64	7.33	0.088
	اناث	163	82,56	6.64	غير دال
البعد الصحي	ذكور	87	82,20	9.48	0.826
	اناث	163	83,23	8.36	غير دال
البعد الاجتماعي	ذكور	87	82,27	9.53	1.919
	اناث	163	84,37	7.48	غير دال
البعد المعرفي	ذكور	87	76,94	8.99	0.916
	اناث	163	77,86	6.79	غير دال
الدرجة الكلية للمقياس	ذكور	87	81,49	6.57	0.461
	اناث	163	81,83	4.79	غير دال

3-1 مناقشة النتائج :

تشير نتائج جدول (6) الى عدم وجود فروق بين الفئات في كل من البعد النفسي والبعد الصحي للمقياس ولكن توجد فروق بين فئة الموظفة مع الطالب عند مستوى 5% لصالح الموظفة حيث بلغ المتوسط الحسابي 86.16 بمقارنة المتوسط الحسابي لفئة الطالب 81.05 في البعد الاجتماعي وكذلك توجد فروق بين فئة الموظفة مع كل من الطالب والطالبة عند مستوى 1% لصالح الموظفة حيث بلغ المتوسط الحسابي 79.86 بمقارنة فئة الطالب والطالبة مما يدل على تمتع فئة الموظفة بدرجة افضل في المقياس وهذا يوضح ان الموظفة وهي الام محور الاسرة لها دور ايجابي في نشر بعض المعارف والمعلومات المرتبطة بالرياضة من خلال قراءة المجالات ووسائل الاعلام ومواقع التواصل الاجتماعي والاحتكاك بمجال العمل مما ينعكس ذلك على الابناء من خلال التوجيه والارشاد وهذا يتفق مع دراسة (سيداروس، 1999) في "ان وعي الاسرة وثقافتها الرياضية ومستواها الاقتصادي يسهم بقدر مناسب بالتفوق للابناء" بالمقابل "ان انخفاض مستوى التعليم للاب والام باعتبار ان التعليم احد وسائل الثقافة يكون سبباً في عدم التفوق واظهار الصفات السلبية في الشخصية" (محمود، 1987) وكاوش (kawash، 1985: 35). ولم تظهر اي فروق بين الفئات الستة في المقياس ككل حيث كان المتوسط العام لنسبة للمقياس 81.71% اي ان نسبة الضعف في الثقافة الرياضية كانت 18.29% وتشير نتائج جدول (7) الى عدم وجود فروق دالة احصائياً في ابعاد المقياس بين الذكور حسب العمر من المرحلة السنية 15 سنة وحتى ما فوق 50 سنة .

وتشير نتائج جدول (8) الى وجود فروق بين الاناث حسب العمر في المراحل السنية من 40-44 مع كل من الفئة العمرية من 20-24 سنة وكذلك 25-29 سنة و30-34 سنة في البعد النفسي في المقياس عند مستوى 1% لصالح المرحلة العمرية ما بين 20 سنة الى 34 سنة "مما يدل على تمتع هذه المرحلة السنية باشباع ميولهم وحاجاتهم في اكتساب مهارات اجتماعية مما يسهم في رفع درجة الثقافة الرياضية" (السيد ، 2003 : 107) وتوجد فروق بين المرحلة السنية من 15-19 مع كل من المرحلة السنية 25-39 سنة عند مستوى 1% لصالح هذه الفئة من الاناث في البعد المعرفي حيث بلغ المتوسط الحسابي قيم اعلى من المرحلة السنية من 15-19 سنة مما يدل على قصور في مستوى الثقافة لدى مرحلة التعليم الاساسي وهي اساس التنشئة الاجتماعية وخاصة بالنسبة للإناث حيث اشارت نتائج دراسة (محمد، 1993) الى "انخفاض معدلات الممارسة الرياضية عامة في المراحل السنية السابقة للإلتحاق بالجامعة" وكذلك نتائج دراسة (عبد المنعم والسكري، 1998) "عن وجود عديد من المدركات الخاطئة لدى الوالدين تسبب في عدم اقبال الاناث على ممارسة الرياضة والتي سببها القصور في الثقافة الرياضية".

وتوجد ايضاً فروق بين الاناث حسب العمر في المقياس ككل في المرحلة السنية من 25-29 بنسبة اعلى من المرحلة السنية 40-44 عند مستوى 5% بينما لم تظهر فروق بين مختلف المراحل العمرية للإناث في كل من البعد الصحي والبعد الاجتماعي وكانت اعلى درجة في المقياس للفئة العمرية 20-24 سنة (83,5) واقل درجة للفئة العمرية من 15-19 سنة (79) مما يدل على وجود ضعف في الثقافة الرياضية بنسبة عالية .

ويوضح جدول (9) عدم وجود فروق دالة احصائياً بين الذكور والإناث في ابعاد المقياس وهذا يؤكد ان المرأة أصبحت تمارس حقها مثل الرجل في المجتمع ،حيث اشارة بيرني ان "توجيه الابناء الذكور والإناث اثناء الاداء خلال ممارسة الرياضة يجعلهم اكثر تفوقاً ونجاحاً باستغلال قدراتهم لتخطي الصعوبات" (Bernie:1998) ، وان "التوازن بين الاسرة والمدرسة وممارسة النشاط الرياضي الى جانب التوعية من الوالدين باهمية ممارسة الرياضة قد يسهم في بعض الحلول للارتقاء بالرياضة" (أبراهيم، 1995 : 301) (Daniel، 1966) . ويذكر (عويس وعبدالرحيم، 1998 : 22) وبينيت (Bennett، 1985) ان "الثقافة الرياضية يمكن ان تنتشر بين افراد المجتمع من خلال بعض وسائل الاعلام التي تجمع بين المؤثرات الصوتية الجذابة لكل من الاناث والذكور بدرجة متوازنة في الحصول على المعارف والحقائق الرياضية".

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

- 1- اظهرت الدراسة الى وجود فروق في نتائج مقياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل بين كل فئة من الفئات المختلفة لصالح الموظفة .
- 2- هنالك فروق في نتائج مقياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل بين الاناث للمراحل السنوية المختلفة وكانت افضل شريحة من 20 الى 34 سنة .
- 3- لم تظهر الدراسة الى وجود فروق بين الذكور والاناث في أبعاد مقياس ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل .

4- التوصيل الى وضع تصور مقترح لمواجهة ضعف الثقافة الرياضية في مدينة الموصل

4-2 التوصيات :

- 1- اعتماد المقياس لتحديد مستوى الثقافة الرياضية في مدينة الموصل .
- 2- اعتماد المشروع (طرق المواجهة) وذلك من خلال مواجهة ضعف الثقافة الرياضية في مؤسسات التعليم بمختلف مراحلها بواسطة اعتماد كتب منشورة بما يتناسب مع كل مرحلة سنوية من التعليم بدءاً من المدرسة ومروراً بالجامعة .
- 3- تهيئة المناخ التعليمي لإعطاء التلاميذ المعلومات والمعارف الرياضية الصحيحة من خلال الجدول الدراسي بالمدارس .

المصادر العربية والاجنبية :

- إبراهيم ، نعيمة منصور(1995) : دور المرأة في تنمية الانشطة الاجتماعية والرياضية ،المؤتمر الدولي للرياضة والمرأة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية.
- أبو عوف ، صفية عبدالرحمن (2007) : اللياقة البدنية للطفل وانعكاساتها على بناء المواطن الصالح وأثر ذلك على الإنتاج في المجتمع المصري والعربي، المؤتمر الدولي الثاني لرياضة المرأة ،(المرأة والطفل ، رؤية مستقبلية من منظور رياضي) ،كلية التربية الرياضية للبنات، الاسكندرية.
- إسحاق ثروت (1994) : علم الاجتماع والديمقراطية الاجتماعية ،القاهرة ، عين شمس.
- الجمعية المصرية للمناهج وطرائق التدريس (1990): مستويات التنوير لدى الطلاب المعلمين في مصر ، المؤتمر العلمي الثاني ، إعداد المعلم - التراكمات والتحديات ،الاسكندرية .
- ألحاحمي وعبدالعزيز (1998): الترويج بين النظرية والتطبيق ، ط2 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
- أسكري وعبدالمنعم ،(1998): عوامل اغتراب الفتيات لممارسة الجمباز وألعاب القوى وعلاقتها بالمدرجات الخاطئة للوالدين ،المؤتمر الاول للتربية الرياضية والبطولة ،المجلد الخامس ،كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة .
- السيد ، سميرة احمد(2003) : علم اجتماع التربية ، دار الفكر العربي ،القاهرة .

- أسيد ، فؤاد البهي (2006): علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ألعراقى ،سهام محمود (1997) : ثقافة الاميين ودراسة حالة لقرية مصرية ،مجلة كلية التربية ،العدد الثاني ، جامعة المنوفية .
- باهى ،مصطفى حسين(2006) : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، الثبات - الصدق - الموضوعي - المعايير ، مركز الكتاب للنشر القاهرة .
- حسين ، فاطمة حلمي (1993) : إدراك القبول والرفض لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الاساسي في الريف والحضر ، مجلة كلية التربية بالزقازيق .
- زهران ،نادية احمد(1993) : بناء مقياس الوعي الثقافي الرياضي لرياضة السباحة لسباحي العموم ، مجلة التربية البدنية والريضة ، العدد الرابع ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية.
- سعيد وشكري (2000) : القوى الثقافية بالمجتمع المصري في الفترة من بداية السبعينات وحتى الثمانينات وعلاقتها بمنهاج التربية الرياضية بالمرحلة الابتدائية ، المؤتمر الدولي للريضة والمرأة ،كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية.
- سيداروس ، ميراند صبحي (1999) : مدى إسهام بعض عوامل التنشئة الاجتماعية في التفوق الرياضي للمرحلة السنية من (15-18) بمحافظة الاسكندرية ، رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية الرياضية للبنات ،جامعة الاسكندرية .
- عبدالرحمن ، نبيلة احمد (1997) : نظرة مستقبلية لريضة المرأة في الدول العربية ، المؤتمرالعلمي الدولي الثاني لريضة المراه (المراه والطفل ، رؤية مستقبلية من منظور رياضي) كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية .
- عويس ، مسعد (2000) : الندوة العلمية (الريضة المدرسية ، واقع وطموحات) نقابة المهن الرياضية والتعليمية.
- عويس وعبدالرحيم ،(1998): الإعلام الرياضي الجزء الاول ،مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- فرج ، ألسن وديع (1983) فرج : دراسة العلاقة بين المقومات الثقافية وممارسة الريضة في الوقت الحر لطالبات الجامعة - المؤتمر العلمي الاول الريضة والمرأة ،كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية .
- محفوظ ،إيمان سالم (1995) : وضع مقياس لمستوى التنور الترويحي لدى طالبات الجامعة ،المؤتمر الدولي للريضة والمرأة ، كلية التربية الريضة للبنات جامعة الاسكندرية.
- محمد ، ماجدة علي(1993) : الوعي الثقافي نحو التمرينات الفنية لدى المتقدمات للالتحاق بكلية التربية الرياضية للبنات ، مجلة كلية التربية ، المجلد السادس ، العدد الاول ، الاسكندرية .
- محمود، نبيلة احمد (1992) : دراسة العلاقة بين المستوى الثقافي والتوافق النفسي لممارسات بعض الانشطة الطلابية بالمرحلة الجامعية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الاسكندرية.

- منصور، سامية فرغلي(2000): السوعي الثقافي حول رياضة الجمباز لدى المتقدمات في الالتحاق بكلية التربية الرياضية ،مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر .

- Aschock, Bernie(1998): Parents Kids And Sports Chicago Moody Press.
- Bruucel Bennette (1985): Comparative Physical Febiger, Philadelphil.
- Daniel, Ayorra Perez (1996) : Psychological, Social Structural And Performance Factors Of Physical And Sports Education In Adolescents, Valencis Spain .
- Kawash, G. Fand Kerr, En, And Clewes J.L.(1985):Self Esteem In Children As A Function Of perceived Parental Behaviour Journal Of Psychology.
- Lingling, Han(1994): Socialization Of School Aged Females Into Sport And Fitness Activity With In The Family Constellation (Gender Appropriateness) PH. D.Degree, University At Carbondale.

- References in foreign languages

- Ibrahim, Naima Mansour (1995): The role of women in the development of social and sports activities, International Conference on Sports and Women, Faculty of Physical Education for Girls, Alexandria University.
- Abu Auf, Safia Abdel-Rahman (2007): Child physical fitness and its implications for building a good citizen and its impact on production in Egyptian and Arab society, The Second International Conference on Women's Sports, (Women and Children, a future vision from a sports perspective), College of Physical Education for Girls, Alexandria.
- Isaac Tharwat (1994): Sociology and Social Demography, Cairo, Ain Shams.
- The Egyptian Association for Curricula and Teaching Methods (1990): Enlightenment Levels of Student Teachers in Egypt, Second Scientific Conference, Teacher Preparation - Accumulations and Challenges, Alexandria.
- Al-Hamamy and Abdel-Aziz (1998): Recreation between theory and practice, 2nd Edition, Al-Kitab Center for Publishing, Cairo.
- Al-Sukkary and Abdel-Moneim, (1998): Factors of alienation of girls to practice gymnastics and athletics and their relationship to the wrong perceptions of parents, the first conference on physical education and championship, Volume V, Faculty of Physical Education for Girls in Cairo.
- Al-Sayed, Samira Ahmed (2003): Sociology of Education, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- Al-Sayed, Fouad Al-Bahi (2006): Statistical Psychology and the Measurement of the Human Mind, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo.
- Al-Iraqi, Siham Mahmoud (1997): The Culture of the Illiterates and a Case Study of an Egyptian Village, Journal of the Faculty of Education, No. 2, Menoufia University.
- Bahi, Mustafa Hussein (2006): Scientific Transactions between Theory and Application, Consistency - Honesty - Objectivity - Standards, Al-Kitab Center for Publishing, Cairo.
- Hussein, Fatima Helmy (1993): Perception of acceptance and rejection among students of the second cycle of basic education in rural and urban areas, Journal of the Faculty of Education in Zagazig.
- Zahran, Nadia Ahmed (1993): Building a scale of cultural and sports awareness of the sport of swimming for general swimmers, Journal of Physical Education and Sports, Fourth Issue, College of Physical Education for Girls, Alexandria University.

- **Saeed and Shoukry (2000): The cultural forces in the Egyptian society in the period from the beginning of the seventies until the eighties and their relationship to the physical education curriculum in the primary stage, International Conference on Sports and Women, Faculty of Physical Education for Girls, Alexandria University.**
- **Sedaros, Mirand Sobhi (1999): The extent to which some factors of social upbringing contribute to the athletic excellence of the Sunni stage (15-18) in Alexandria Governorate, unpublished master's thesis - Faculty of Physical Education for Girls, University of Alexandria.**
- **Mansour, Samia Farghali (2000): Cultural awareness about gymnastics among female applicants to join the College of Physical Education, Educational Research Center, Qatar University.**
- **Aschock, Bernie(1998): Parents Kids And Sports Chicago Moody Press.**
- **Bruucel Bennette (1985): Comparative Physical Febiger, Philadelphil.**
- **Daniel, Ayorra Perez (1996) : Psychological, Social Structural And Performance Factors Of Physical And Sports Education In Adolescents, Valencis Spain .**
- **Kawash, G. Fand Kerr, En, And Clewes J.L.(1985):Self Esteem In Children As A Function Of perceived Parental Behaviour Journal Of Psychology.**
- **Lingling, Han(1994): Socialization Of School Aged Females Into Sport And Fitness Activity With In The Family Constellation (Gender Appropriateness) PH. D.Degree, University At Carbondale.**

بناء اختبار سرعة ودقة التمرير المتوسط بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية

وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية

أ.م.د. احمد مؤيد حسين / جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية

م.د. انمار عبد المنعم يونس / مديرية تربية نينوى

الخلاصة:

ويهدف البحث الحالي الى:

- بناء اختبار لقياس سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية الرياضية في كلية التربية الأساسية.

- وضع درجات ومستويات معيارية لاختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية في كلية التربية الأساسية.

واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته وطبيعة البحث الحالي.

وتمثلت عينة البحث بطلاب المرحلة الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية التربية الأساسية للعام الدراسي 2022/2021 والذين تم اختيارهم بالطريقة العمدية لتحقيق هدف البحث، والبالغ عددهم (93) طالباً وطالبة.

أما عينة البحث فقد اشتملت على (70) طالباً وذلك بعد استبعاد عينة الثبات والتجربة الاستطلاعية والطالبات، وبذلك بلغت نسبة عينة البحث (21.67%) من المجتمع الكلي للبحث.

واستنتج الباحثان ما يأتي:

- بناء اختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية.

- وضع درجات ومستويات معيارية لاختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للسرعة والدقة.

ويوصي الباحثان بما يأتي:

- اعتماد الاختبار الجديد (اختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد) من قبل المدرسين عند قياس مهارة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية الرياضية في كليات التربية الأساسية في العراق مستقبلاً.

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- بناء اختبار

- سرعة ودقة

- التمرير

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

شهدت الألعاب الرياضية في معظم دول العالم تطوراً وتقدماً واضحاً في المستويات كافة، وجاء هذا التقدم نتيجة التطور في استخدام أساليب الاختبارات والمقاييس، ولذي أدى إلى رفع مستوى أداء الرياضي وجعله يحقق أفضل الانجازات في مختلف الألعاب الرياضية ومسابقاتها بفضل استخدام الطرق والوسائل الحديثة التي تساعد في إعداد اللاعب اعداداً متكامللاً من جميع النواحي البدنية والمهارية والخطية والنفسية، وان كل ذلك لا يأتي من الفراغ إلا من خلال الاهتمام بالعلوم الرياضية المختلفة.

وتعد الاختبارات المهارية في مجال التربية الرياضية من الوسائل المهمة التي تستخدم في تقويم تحصيل الأفراد وأنها من أكثر الوسائل التقييمية شيوعاً وذلك لبساطة إعدادها وتصحيحها وتطبيقها مقارنة بالوسائل التقييمية الأخرى. (محمد، 2013، 37).

لذا تتوقف "دقة عملية التقويم وسلامتها على دقة الاختبارات والمقاييس المستخدمة، فإذا كانت الاختبارات المستخدمة غير دقيقة أي بمعنى غير صادقة وثابتة فإن عملية التقويم سوف تكون بالتالي عملية مضللة". (ابراهيم، 1999، 37 - 38)

وسواءً أكانت هذه الاختبارات مصممة أم مختارة فيجب أن تكون ذات ثقل علمي وتتمتع بمعدلات عالية من الصدق والثبات والموضوعية، وأن تكون لها القدرة على التمييز الدقيق بين الأفراد ، لذا أدخلت في اغلب الاختبارات البدنية والمهارية الأجهزة العلمية سواءً أكان ذلك يتعلق بالقياس المباشر أم غير المباشر، لأنها أصبحت أكثر الوسائل شيوعاً في مجالات التربية الرياضية كافة " وأثبت بالبحث العلمي أن الاختبارات تعد من أكثر أدوات التقويم استخداماً لأنها من الدعائم الأساسية التي تركز عليها التربية الرياضية في إرساء قواعدها ". (ابراهيم، 1999، 25).

وتشهد لعبة كرة اليد اهتماماً محدوداً في القطر العراقي نظراً لقلّة الإمكانيات والقدرات ومتطلبات تطور هذه اللعبة العالمية المهمة من مدربين ودورات تدريبية واختبارات خاصة مقننة تعمل على انتقاء اللاعبين في بداية عمرهم الرياضي، وعوامل أخرى لها علاقة مباشرة وغير مباشرة في تطور وتقدم فعالية كرة اليد في قطرنا الحبيب.

ان تحقيق المستويات العالية في أي نشاط رياضي يتطلب وجود التصنيف او الاختبار الجيد من اجل اختيار اللاعبين الذين يتمتعون بمقومات النجاح في النشاط الرياضي، "ومن هنا تبرز أهمية عملية التصنيف والاختبار كضرورة لتجميع من هم متجانسون مع بعضهم البعض عند التخطيط للبرامج التدريبية وذلك لضمان تحقيق الأهداف المرجوة".

(حسانين، 1995: 115)

وتعد الاختبارات جزءاً أساسياً في خطة تحسين المستوى البدني والمهاري والخططي لممارسي كرة اليد وان عملية بناء اختبارات جديدة لقياس المهارات الأساسية في لعبة كرة اليد باتت ضرورة قصوى لا بد من إجرائها والعمل عليها على طول العملية التعليمية، وان استخدام اختبارات ثبتت صلاحيتها عن طريق الدراسات والتجارب العلمية والميدانية تعد الدعامات الأساسية للعمل الجيد، كما ان وجود مستويات ومعايير لهذه الاختبارات يسهل من عملية إعطاء الدرجات والمقارنات وخاصة في الاختبارات على شكل بطارية (عبد الحميد وحسانين، 1980: 28)، والتي يمكن على أساسها اختصار الوقت والجهد لمدرسين والمدرسين في اختيار اللاعبين الأكثر كفاءة والأكثر شمولية من غيرهم في هذه الاختبارات.

ومن هنا تبرز أهمية البحث الحالي في بناء اختبار جديد في الشكل والمضمون في عملية قياس مهارة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة، حيث ان جميع الاختبارات الموجودة سابقاً والتي تستخدم في قياس مهارة التمرير بكرة اليد كانت تعتمد على الدقة فقط في قياس مستوى التمرير بكرة اليد دون الرجوع الى الوقت المستغرق في عملية تنفيذ التمرير خلال الاختبار، حيث إن أهمية البحث تتركز في بناء اختبار لمهارة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة يعتمد على درجة دقة التمرير وكذلك الوقت المستغرق في عملية تنفيذ اختبار التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية.

1-1 مشكلة البحث

تعد لعبة كرة اليد من الألعاب الرياضية العالمية العريقة والتي تواجه قصوراً واضحاً في قطرنا العراقي الحبيب لعدم وجود الاهتمام الكافي من قبل المسؤولين عن الرياضة العراقية وعدم وجود الإمكانيات الخاصة بتطوير اللعبة في المحافظات من ملاعب خاصة وكرات وتجهيزات ومدرسين ذو كفاءة متميزة ولاعبين. وحتى في المجال الأكاديمي الرياضي هنالك قصوراً واضحاً من قبل الباحثين والدارسين تجاه هذه اللعبة المهمة، حيث غالباً ما نجد ان اختبارات مهارات كرة اليد الخاصة بالطلاب هي ما تكون اختبارات قديمة وغير موضوعية، مما دفع الباحثان الى بناء اختبار جديد في هذه الفعالية من اجل سد بعض من هذا الشاغر في هذه الفعالية الرياضية المهمة، لقياس دقة وسرعة مهارة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية.

من هنا تتبلور مشكلة البحث لدى الباحثان والتي يمكن تلخيصها في عدم وجود اختبار موضوعي لقياس مهارة التمرير في كرة اليد يكون مشابه في أداءه نوعاً ما شكل المنافسة الحقيقية، حيث ان الاختبارات السابقة تعتمد على الدقة فقط ودرجة الدقة دون الرجوع الى سرعة اللاعب في التنفيذ، لذلك سيتم في هذا البحث بناء اختبار يعتمد على السرعة والزمن المستغرق في الأداء الى جانب درجة الدقة المستحصل عليها.

3-1 أهداف البحث

ويهدف البحث الحالي الى التعرف على:

1-3-1 بناء اختبار لقياس سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية الرياضية في كلية التربية الأساسية.

2-3-1 وضع درجات ومستويات معيارية لاختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية في كلية التربية الأساسية.

4-1 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري : طلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية للعام الدراسي 2022/2021.

2-4-1 المجال الزمني : الفترة من 2022/1/5 ولغاية 2022/4/25.

3-4-1 المجال المكاني: القاعة الداخلية لقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية.

2- إجراءات البحث**1-2 منهج البحث**

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته وطبيعة البحث الحالي.

2-2 مجتمع البحث وعينته

تمثل مجتمع البحث بطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة/ كلية التربية الأساسية للعام الدراسي 2022/2021 والذين تم اختيارهم بالطريقة العمدية لتحقيق هدف البحث، والبالغ عددهم (323) طالباً وطالبة.

أما عينة البحث فقد اشتملت على طلاب المرحلة الثانية والبالغ عددهم (93) طالباً وطالبة، وتم استبعاد عينة الثبات والتجربة الاستطلاعية والطالبات والبالغ عددهم (23) طالباً وطالبة، واشتملت عينة البحث على (70) طالباً، وبذلك بلغت نسبة عينة البحث (21.67%) من المجتمع الكلي للبحث، والجدول (1) يبين مجتمع البحث وعينته.

جدول (1) يبين مجتمع البحث وعينته

النسبة المئوية	العدد	العينة
21.67%	70	التجربة الرئيسية والثبات
1.54%	5	التجربة الاستطلاعية
5.57%	18	الطالبات
28.79%	93	العينة الكلية
71.21%	230	المستبعدون
100%	323	المجتمع الكلي

2-3 وسائل جمع البيانات

2-3-1 تحليل المحتوى

"تعد هذه الوسيلة خطوة ضرورية للتعرف على الاختبارات السابقة التي تستخدم لقياس المهارات الخاصة في الألعاب او لقياس الأداء الحركي في مجالاته المختلفة". (رضوان، 2006: 467)

ولغرض حصول الباحثان على معلومات دقيقة تم تحليل محتوى المصادر العلمية الخاصة بلعبة كرة اليد التي تناولت بناء الاختبارات في كرة اليد، وكذلك مراجعة الاختبارات الخاصة بقياس التمرير بكرة اليد.

2-3-2 استمارة الاستبيان

اعد الباحثان استمارة استبيان لعرضها على السادة الخبراء والمختصين في التربية البدنية وعلوم الرياضة¹ لكي يتم اختيار الصورة الأولية للاختبار، حيث تم عرض أربعة نماذج لاختبارات التمرير بكرة اليد، مع الازمنة الخاصة بالاختبار، والمسافات المطلوب ترشيح أحدها للاختبار النهائي.

وطلب الباحثان من السادة الخبراء في هذه الخطوة اختيار الاختبار الأنسب للعينة للبحث الحالي لإجراء الاختبار وكذلك الزمن المناسب للاختبار والمسافة المناسبة للاختبار.

وبعد تفرغ البيانات من استبيانات الخبراء اعتمد الباحثان الاختبار الذي حصل نسبة اتفاق (75%) فأكثر من نسبة السادة الخبراء، وكذلك نفس الحال بالنسبة الى الزمن المخصص للاختبار والمسافة المناسبة للاختبار، والجدول (2) يبين نسب اتفاق السادة الخبراء على مفردات الاختبار.

جدول (2) يبين نسب اتفاق السادة الخبراء على مفردات الاختبار

ت	مفردات الاختبار	نسبة الاتفاق
1.	4 دوائر حسب المسافات المحددة (الشكل 1)	100%
2.	المسافة الخاصة بالاختبار (7) م	88.88%
3.	الزمن المخصص لأداء الاختبار (30) ثانية	88.88%

وبالنظر لعدم حصول مفردة الوقت المخصص لأداء الاختبار على النسبة الملائمة من موافقة السادة الخبراء في اختيارهم لوقت محدد للاختبار، توجب على الباحثان إجراء وسيلة أخرى لغرض استكمال الاختبار من جميع الجوانب (دوائر الاختبار، والوقت المخصص، والمسافة الخاصة بالاختبار)، فقد قام الباحثان

¹ السادة الخبراء هم:

- أ.د. هاشم احمد سليمان
- أ.د. مكي محمود حسين
- أ.د. ضرغام جاسم محمد
- أ.د. سعد فاضل عبد القادر
- أ.د. سبهان محمود الزهيري
- أ.د. غيداء سالم عزيز
- أ.د. سعد باسم جميل
- أ.م.د. احمد هشام احمد
- م.د. بسام علي محمد
- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
- كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل
- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
- كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل
- كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل

بإجراء تجربة استطلاعية على (5) طلاب من مجتمع البحث لغرض منها تحديد الوقت الملائم للاختبار، وذلك بعد الاسترشاد بآراء مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص بعد إجراء المقابلة الشخصية¹، حيث اقر السادة الخبراء بان عدد المحاولات (الكرات) المناسب لقياس دقة التمرير في كرة اليد هو (15) محاولة كحد أدنى، ولذلك قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية لاستخراج الوقت المستغرق في أداء (15) محاولة تمرير نحو الأرقام على الحائط، وذلك كما أشار السادة الخبراء، وبعد استخراج الوسط الحسابي للوقت المستغرق في الاختبار للطلاب الخمسة وجد الباحثان ان الوقت الملائم للاختبار هو (30 ثانية)، وبانتهاء هذا الإجراء أصبح اختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد قد استكمل باستحصال آراء السادة الخبراء.

2-4 مواصفات الاختبار النهائية

اسم الاختبار: اختبار سرعة ودقة التمريرة المتوسطة بكرة اليد
الغرض من الاختبار: قياس سرعة التمريرة المتوسطة ودقتها بكرة اليد
الأدوات المستخدمة: حائط مرسوم عليه تقسيم الدرجات للاختبار، كرات يد قانونية عدد 10، ساعة إيقاف صافرة، شريط قياس، استمارة تسجيل النتائج.

طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف خط الاختبار الذي يبعد مسافة (7م) عن الحائط المرسوم عليه تقسيم درجات الاختبار المقترح، ويقوم عند سماع الصافرة بالتمرير السريع نحو الدرجات على الحائط محاولاً الحصول على اعلى الدرجات وكذلك تنفيذ اكبر عدد ممكن من التمريرات خلال الوقت المحدد للاختبار (30 ثانية).

شروط الاختبار: ان يكون الأداء بأسرع ما يمكن في التمرير وكذلك لتحقيق عدد تكرارات أكبر، وتعطى محاولة واحدة لكل لاعب، على ان يقوم الطالب بالأحماء على الاختبار.

التسجيل: في الاختبار اعلاه تسجل النتائج كالتالي:

- **سرعة التمرير:** تقاس عن طريق عدد التكرارات التي يحققها الطالب خلال الوقت المحدد للاختبار، وتعد التكرارات الأعلى هي الأفضل، والتي تدل على سرعة تنفيذ مهارة التمرير بكرة اليد.
- **دقة التمرير:** تقاس عن طريق عدد الدرجات التي يجمعها الطالب من التكرارات خلال الزمن المحدد للاختبار وتعد الدرجة الأعلى هي الأفضل، والتي تدل على الدقة في تنفيذ مهارة التمرير بكرة اليد.

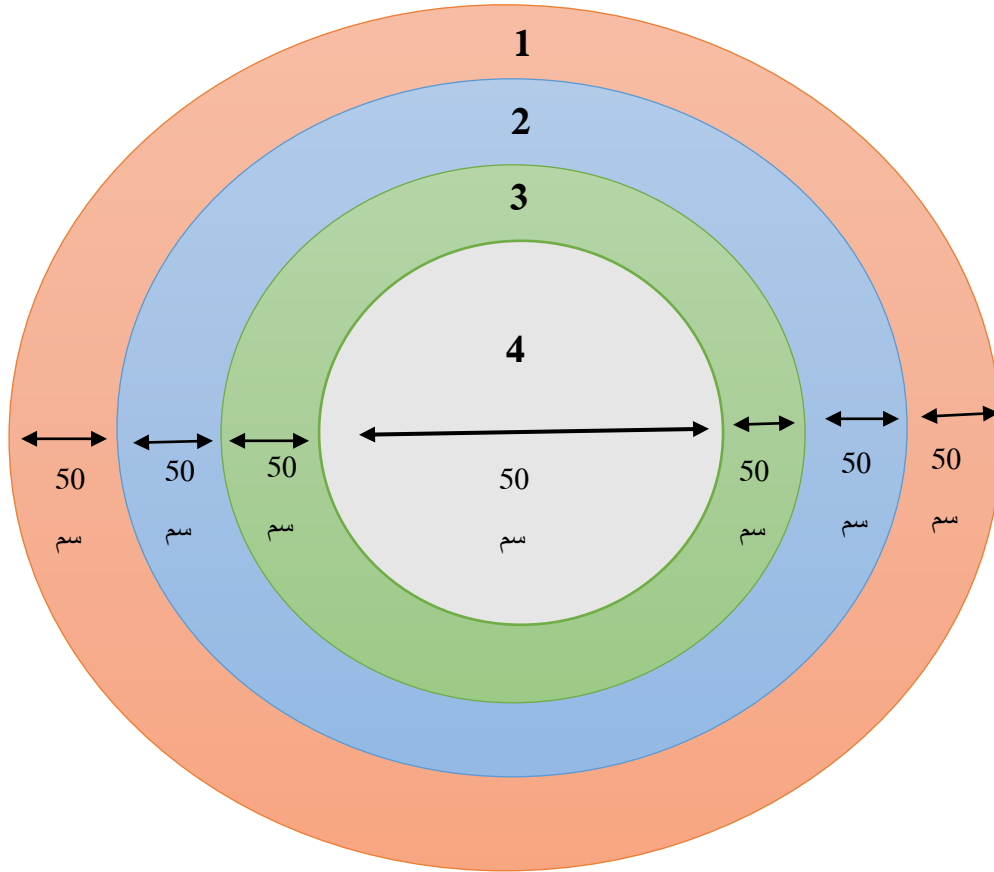
اذ تمنح الدرجات التالية للدقة:

- 4 درجات اذا دخلت الكرة في الدائرة الوسطية رقم 4.

¹ تم إجراء المقابلة الشخصية مع السادة:

- أ.م.د. سعد فاضل عبد القادر
 - أ.م.د. احمد هشام احمد
 - م.د. بسام علي محمد
 - م.د. محمد علي محمد
 كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل
 كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل
 كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل
 كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل

- 3 درجات اذا دخلت الكرة في الدائرة رقم 3.
- 2 درجة اذا دخلت الكرة في الدائرة 2.
- 1 درجة اذا دخلت الكرة في الدائرة 1.
- صفر اذا خرجت الكرة خارج الدوائر المحددة.
- بعد ذلك تستخرج الدرجات المعيارية للسرعة والدقة لتوحيد درجة كل طالب للتعرف على مهارة التمرير المتوسط. كما موضح في الشكل (1)



الشكل (1) يوضح درجات دقة التمرير لاختبار المصمم

5-2 المعاملات العلمية للاختبار

1-5-2 صدق الاختبار

1-1-5-2 صدق المحتوى (المضمون)

ويعد هذا النوع من الصدق من أكثر أنواع الصدق صلاحية للاستخدام "إذا ما حقق اختبار ما مستوى عالياً من صدق المحتوى فإن هذا يشير الى انه يمثل المحتوى الكلي الذي يدور حوله التقويم" (ملحم، 2000: 274)، إذ قام الباحثان بتحليل محتوى المصادر العلمية والاطلاع على البحوث والدراسات المشابهة

والسابقة في بناء وتصميم الاختبارات المهارية الخاصة بالألعاب الجماعية، وقام بعد ذلك بعرض الاختبار الجديد (المقترح) على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (السابق ذكرهم) وتم الاعتماد على نسبة موافقة (75%) فأكثر من آراء السادة المختصين.

2-1-5-2 الصدق التمييزي

ويعني الصدق التمييزي "قدرة الاختبار على إظهار الفروق بين الصفة التي يقيسها لدى جماعات متضادة أو متباعدة" (كوافحة، 2005: 116).

حيث قام الباحثان في هذا النوع من الصدق بطريقة المجموعات المتضادة أو المقارنة بين المجموعات مختلفة المستوى، حيث قام الباحثان بتقسيم أفراد العينة (70) طالب بعد ترتيب درجاتهم تنازلياً في الاختبار الجديد (المقترح) الى مجموعتين مجموعة عليا وتمثل نسبة (50%) من العدد الكلي للطلاب وكان عددهم (35) طالباً ومجموعة دنيا وتمثل نسبة (50%) من العدد الكلي للطلاب وكان عددهم (35) طالباً، ومن ثم تم استخراج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لكلا المجموعتين وتمت بعد ذلك إجراء المقارنة بين درجات المجموعتين لاستخراج الصدق التمييزي للاختبار، والجدول (3) و(4) يبينان ذلك. جدول (3) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين العليا والدنيا في اختبار سرعة التمرير بكرة اليد

المجموعة	العينة	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	المعنوية
المجموعة العليا	35	تكرار	29.51	2.07	11.99	0.001
المجموعة الدنيا	35		24.22	1.57		

جدول (4) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين العليا والدنيا في اختبار دقة التمرير بكرة اليد

المجموعة	العينة	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحسوبة	المعنوية
المجموعة العليا	35	درجة	68.40	2.34	20.25	0.001
المجموعة الدنيا	35		53.65	3.61		

ومن الجدولين (3) و(4) يتبين وجود فروقات بين المجموعتين العليا والدنيا، اذ بلغت قيمة ت لسرعة التمرير (11.99) ولدقة التمرير (20.25) وكانت قيمة sig (0.001) وهي اقل من (0.05) مما يدل ذلك على تمتع الاختبار بالصدق التمييزي.

2-1-5-2 الصدق الذاتي

يعرف الصدق الذاتي بأنه "صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس التي هي الميزان الذي ينسب إليه صدق الاختبار والثبات ويقوم على معامل الارتباط بين

الدرجات الحقيقية للاختبار بنفسها اذا أعيد إجراء الاختبار على مجموعة الأفراد نفسها مرة أخرى ويقاس الصدق الذاتي عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات" (كوافحة، 2005: 117).
اذ تم استخراج الصدق الذاتي للاختبار باستخراج الجذر التربيعي للثبات حيث بلغ الصدق الذاتي للاختبار (0.93) لسرعة التمرير، و(0.91) لدقة التمرير.

2-5-2 ثبات الاختبار

يشير مفهوم الثبات الى "اتساق درجات الاختبارات والمقاييس لمجموعة معينة من الأفراد أي الاتساق عبر الزمن" (علام، 2006: 89).

اذ قام الباحثان باستخراج معامل الثبات وذلك باستخدام طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه، وذلك بعد تطبيق الاختبار على عينة مؤلفة من (20) طالب بتاريخ 2022/12/13 ومن ثم إعادة تطبيقه بتاريخ 2022/12/20، واستخرج معامل الارتباط بين الاختبارين حيث بلغ (0.87) لسرعة التمرير و(0.84) لدقة التمرير، وهو يعد معامل ارتباط جيد يدل على ثبات الاختبار.

2-5-3 موضوعية الاختبار

بما ان الموضوعية تعني اتفاق الحكام او المقيمين في احتساب الدرجات الموضوعية من قبلهم، لذلك قام الباحثان باختبار اثنين من المحكمين¹ في اختصاص كرة اليد لتسجيل نتائج الاختبارات، مراعيًا ان يكون وقوفهم بعيد أحدهم عن الآخر بغية عدم تأثر احدهما بنتائج الآخر، وتم بعد ذلك حساب معامل الموضوعية بين الحكمين والذي بلغ (1) لسرعة التمرير و(0.97) لدقة التمرير، مما يدل على تمتع الاختبار بمعامل موضوعية عالي.

2-6 التجربة الاستطلاعية

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مؤلفة من (5) طلاب من مجتمع البحث وذلك في يوم الاثنين الموافق 2022/12/20 لغرض التأكد من:-

- مدى قدرة الطلاب على تطبيق الاختبار وتحديد مدى سهولة او صعوبة الاختبار.
- تحديد الوقت اللازم لتنفيذ الاختبار من اجل تحديد الوقت الملائم للاختبار من خلال إعطاء لكل طالب (15) محاولة نحو الهدف يقوم بإجرائها بأسرع ما يمكن واحتساب الأوقات الخاصة بالطلاب الخمسة واستخراج الوسط الحسابي للطلاب الخمسة، وأسفرت هذه العملية عن تحديد الوقت الملائم للاختبار بـ(30) ثانية.

1 السادة المحكمين هم:

كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل

- م.د. محمد خالد احمد
- م.د. ياسر بازل محمد

- تدريب فريق العمل المساعد¹ على كيفية إجراء الاختبار وعملية إجراء القياسات وتسجيل النتائج وتجهيز الكرات وعملية التوقيت واحتساب الدرجات.

7-2 التطبيق النهائي للاختبار

بعد التأكد من صلاحية الاختبار (صدق وثبات وموضوعية)، قام الباحثان بتطبيق الاختبار بصورته النهائية على أفراد عينة البحث الرئيسية والبالغ عددهم (70) طالباً وذلك للفترة من 2022/1/3 ولغاية 2022/1/10.

8-2 الوسائل الإحصائية

استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية التالية:

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- قانون (ت) للفروقات.
- الدرجة المعيارية 6 سكما
- معامل الالتواء. (التكريري والعبيدي، 1999: 72-190) (الكناني، 2009: 39-120)
- منحى كاوس: استخدمت طريقة منحى كاوس للتوزيع الطبيعي في تعيين المستويات المعيارية بعد ان تم تقسيم المدى الى ستة مستويات معيارية. (جرادات، ب.ت: 300)
- وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي والمعروف بالحقيبة الإحصائية (SPSS).

3- عرض النتائج

بعد أن أجرى الباحثان الاختبار بصورته النهائية على عينة البحث، قاما بإدخال البيانات الخام الى البرامج الإحصائية الخاصة لغرض إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لغرض التوصل الى النتائج المطلوبة من البحث.

جدول (5) يبين المعالم الإحصائية لاختبار سرعة التمرير بكرة اليد

النتيجة	معامل الالتواء	المنوال	±ع	س-	العينة	وحدة القياس	المهارة المقاسة	الاختبار
موجب طبيعي	0.22	24	3.22	26.87	70	تكرار	سرعة التمرير	اختبار سرعة التمرير بكرة اليد

¹ تكون فريق العمل من السادة:

مؤقت
تسجيل الدرجات
تجهيز الكرات
تجهيز الكرات

- أ.م.د. احمد مؤيد حسين
- م.د. محمد خالد احمد
- م.د. ياسر بازل محمد
- م. عمر محمد سامي

إذ يتبين من الجدول (5) ان معامل الالتواء بلغ (0.22) وهو (موجب طبيعي) مما يدل على صلاحية الاختبار وملائمته لعينة البحث المستخدمة، وان العينة تتوزع توزيعاً طبيعياً في هذا الاختبار وبالإمكان تعميم نتائجه.

بعد ذلك قام الباحثان باستخراج الدرجات والمستويات المعيارية الخاصة بالاختبار المقترح (اختبار سرعة التمرير بكرة اليد) لطلاب عينة البحث، وكما مبين في الجدولين (6) و (7).

جدول (6) يبين المستويات المعيارية وعدد الطلاب في كل مستوى والنسبة المئوية لاختبار سرعة التمرير بكرة اليد

الدرجات الخام	المستوى المعياري	عدد الطلاب	النسبة المئوية
33.31 – فما فوق	جيد جداً	صفر	صفر%
33.30 – 30.10	جيد	11	15.72%
30.09 – 26.88	متوسط	24	34.28%
26.87 – 23.66	مقبول	25	35.72%
23.65 – 20.42	ضعيف	9	12.85%
20.43 – فما دون	ضعيف جداً	1	1.43%
المجموع		70	100%

يتبين من الجدول (6) المستويات المعيارية وعدد الطلاب في كل مستوى معياري والنسبة المئوية لاختبار سرعة التمرير بكرة اليد اذ بلغ عدد الطلاب في المستوى المعياري ضعيف جداً (1) طالب واحد وبنسبة مئوية مقدارها (1.42%)، اما في المستوى المعياري ضعيف فقد بلغ عدد الطلاب (9) طالب وبنسبة مئوية مقدارها (12.85%)، وفي المستوى المعياري مقبول بلغ عدد الطلاب (25) طالب وبنسبة مئوية مقدارها (35.72%)، اما في المستوى المعياري متوسط فقد بلغ عدد الطلاب (24) طالب وبنسبة مئوية مقدارها (34.28%)، وفي المستوى المعياري جيد فقد بلغ عدد الطلاب (11) طالب وبنسبة مئوية مقدارها (15.72%)، فيما كان هناك في المستوى المعياري جيد جداً (صفر) وبنسبة مئوية مقدارها (صفر%).

جدول (7) يبين الدرجات الخام والدرجات المعيارية لاختبار سرعة التمرير بكرة اليد

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية
22	4	26	41	30	79
23	13	27	51	31	88
24	22	28	60	32	98
25	32	29	70		

جدول (8) يبين المعالم الإحصائية لاختبار دقة التمرير بكرة اليد

الاختبار	المهارة المقاسة	وحدة القياس	العينة	س-	±ع	المنوال	معامل الالتواء	النتيجة
اختبار دقة التمرير بكرة اليد	دقة التمرير	درجة	70	61.02	8.01	69	-0.18	سالبة طبيعي

إذ يتبين من الجدول (8) ان معامل الالتواء بلغ (-0.18) وهو (سالب طبيعي) مما يدل على صلاحية الاختبار وملائمته لعينة البحث المستخدمة، وان العينة تتوزع توزيعاً طبيعياً في هذا الاختبار وبالإمكان تعميم نتائجه.

بعد ذلك قام الباحثان باستخراج الدرجات والمستويات المعيارية الخاصة بالاختبار المقترح (اختبار دقة التمرير بكرة اليد) لطلاب عينة البحث، وكما مبين في الجدولين (9) و (10).

جدول (9) يبين المستويات المعيارية وعدد الطلاب في كل مستوى والنسبة المئوية لاختبار دقة التمرير بكرة اليد

النسبة المئوية	عدد الطلاب	المستوى المعياري	الدرجات الخام
صفر%	صفر	جيد جداً	77.05 – فما فوق
17.15%	12	جيد	77.04 – 69.03
34.28%	24	متوسط	69.02 – 61.02
28.57%	20	مقبول	61.01 – 53.01
20%	14	ضعيف	53 – 45
صفر%	صفر	ضعيف جداً	44.99 – فما دون
100%	70	المجموع	

يتبين من الجدول (9) المستويات المعيارية وعدد الطلاب في كل مستوى معياري والنسبة المئوية لاختبار دقة التمرير بكرة اليد ان بلغ عدد الطلاب في المستوى المعياري جيد جداً (صفر) وبنسبة مئوية مقدارها (صفر%)، اما في المستوى المعياري جيد فقد بلغ عدد الطلاب (12) طالب وبنسبة مئوية مقدارها (17.15%)، وفي المستوى المعياري متوسط بلغ عدد الطلاب (24) طالب وبنسبة مئوية مقدارها (34.28%)، اما في المستوى المعياري مقبول فقد بلغ عدد الطلاب (20) طالب وبنسبة مئوية مقدارها (28.57%)، وفي المستوى المعياري ضعيف فقد بلغ عدد الطلاب (14) طالب وبنسبة مئوية مقدارها (20%)، فيما كان هناك في المستوى المعياري ضعيف جداً (صفر) وبنسبة مئوية مقدارها (صفر%).

جدول (10) يبين الدرجات الخام والدرجات المعيارية لاختبار دقة التمرير بكرة اليد

الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية
77	66	38	59	1	52
82	67	44	60	6	53
88	68	49	61	11	54
93	69	55	62	17	55
98	70	60	63	22	56
100	71	66	64	28	57
---	----	71	65	33	58

4-الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

استنتج الباحثان ما يأتي:

4-1-1 بناء اختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية.

4-1-2 وضع درجات ومستويات معيارية لاختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة للسرعة والدقة.

4-2 التوصيات

ويوصي الباحثان بما يأتي:

4-2-1 اعتماد الاختبار الجديد (اختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد) من قبل المدرسين عند قياس مهارة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية الرياضية في كليات التربية الأساسية في العراق مستقبلاً.

4-2-2 الاعتماد على الدرجات والمستويات المعيارية المستخلصة من هذا البحث عند تقويم طلاب قسم التربية الرياضية في كليات التربية الأساسية في العراق في مهارة التمرير بكرة اليد.

المصادر

- ابراهيم ، مروان عبد المجيد،(1999): الاسس العلمية والطرق الاحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، دار الفكر للطباعة والنشر، الاردن.
- احمد، بسطويسي (ب.ت): تعريف بمادة الاختبارات والقياس في المجال الرياضي، مجلة التربية الرياضية، جامعة بغداد، بغداد، العراق.
- التكريتي ، وديع ياسين والعبدي ، حسن محمد عبد (1999) : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، ط2 ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، الموصل ، العراق .
- جرادات، عزت وآخرون، (ب.ت): مبادئ القياس والتقويم، المكتبة التربوية، القاهرة، مصر.
- حسانين، محمد صبحي (1995) التقويم والقياس في التربية البدنية والرياضية ، ج1، ط3، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر.
- خاطر، احمد محمد والبيك، علي فهمي (1976): القياس في المجال الرياضي، دار المعارف، القاهرة، مصر.
- الخياط ، ضياء قاسم وغزال ، عبد الكريم قاسم (1988) : كرة اليد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، الموصل ، العراق .
- رضوان، محمد نصر الدين (2006): المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضة، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.

- عبد الجبار، قيس ناجي واحمد، بسطويسي (1984): الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي، جامعة بغداد، بغداد، العراق.
- عبد الحميد ، كمال وحسانين ، محمد صبحي(1980): القياس في كرة اليد، دار الفكر العربي، القاهرة ،مصر .
- علام، صلاح الدين محمود (2000): القياس والتقويم التربوي والنفسي (أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة)، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- علاوي ، محمد حسن ورضوان ، محمد نصر الدين (1989): اختبارات الاداء الحركي، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين (2000): القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- العنزي، احمد مؤيد حسين (2011): تصميم اختبار سرعة ودقة التهديف بكرة اليد لطلاب قسم التربية الرياضية في كلية التربية الأساسية، بحث منشور في وقائع المؤتمر العلمي الدولي لعلوم التربية الرياضية، جامعة بابل، بابل، العراق
- الكناني، عايد كريم عبد عون (1999): مقدمة في الاحصاء وتطبيقات SPSS، مطبعة دار الضياء، النجف الاشرف، العراق.
- محمد ، جلال كمال ، (2013) : تحديد عدد محاولات الاداء لعدد من إختبارات الكفاءة البدنية والمهارية بكرة السلة على وفق الاسس العلمية لبعض المستويات ، سكول التربية الرياضية ، جامعة دهوك).
- ملحم، سامي محمد (2000): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
- ملحم، سامي محمد (2005): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط3، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الاردن.
- المندلوي، قاسم، وآخران،(1989): الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية ، بيت الحكمة، جامعة بغداد، بغداد، العراق.

Sources:

- Ibrahim, Marwan Abdel Majeed, (1999): Scientific foundations and statistical methods for tests and measurement in physical education, Dar Al-Fikr for printing and publishing, Jordan.

- Ahmad, Bastawisi (B.T): Introduction to Tests and Measurements in the Mathematical Field, Journal of Physical Education, University of Baghdad, Baghdad, Iraq.
- Al-Tikriti, Wadih Yassin and Al-Obaidi, Hassan Muhammad Abd (1999): Statistical Applications and Computer Uses in Physical Education Research, 2nd Edition, Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, University of Mosul, Mosul, Iraq.
- Jaradat, Ezzat et al., (B.T): Principles of Measurement and Evaluation, Educational Library, Cairo, Egypt.
- Hassanein, Mohamed Sobhi (1995) Evaluation and Measurement in Physical Education and Sports, Part 1, Edition 3, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
- Khater, Ahmed Mohamed, Walbeek, Ali Fahmy (1976): Measurement in the Mathematical Field, Dar Al-Ma'arif, Cairo, Egypt.
- Al-Khayyat, Diaan Qassem and Ghazal, Abdul Karim Qassem (1988): Handball, Directorate of Dar Al-Kutub for Printing and Publishing, University of Mosul, Mosul, Iraq.
- Radwan, Mohamed Nasr El-Din (2006): Introduction to Measurement in Physical Education and Sports, 1st edition, Al-Kitab Publishing Center, Cairo, Egypt.
- Abdul-Jabbar, Qais Naji and Ahmed, Bastawisi (1984): Tests, Measurement and Principles of Statistics in the Mathematical Field, University of Baghdad, Baghdad, Iraq.
- Abdel-Hamid, Kamal and Hassanein, Mohamed Sobhi (1980): Measurement in Handball, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
- Allam, Salah El-Din Mahmoud (2000): Educational and Psychological Measurement and Evaluation (Its Basics, Applications, and Contemporary Directions), 1st Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
- Allawi, Muhammad Hassan and Radwan, Muhammad Nasr al-Din (1989): Motor Performance Tests, 2nd Edition, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
- Allawi, Mohamed Hassan and Radwan, Mohamed Nasr El-Din (2000): Measurement in Physical Education and Sports Psychology, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.
- Al-Enezi, Ahmed Moayed Hussein (2011): Designing a test for speed and accuracy of handball scoring for students of the Department of Physical Education in the College of Basic Education, a research published in the proceedings of the International Scientific Conference for the Sciences of Physical Education, University of Babylon, Babylon, Iraq
- Al-Kinani, Ayed Karim Abd Aoun (1999): Introduction to Statistics and SPSS Applications, Dar Al-Diyaa Press, Al-Najaf Al-Ashraf, Iraq.
- Muhammad, Jalal Kamal, (2013): Determining the number of performance attempts for a number of physical and skill tests in basketball, according to the

scientific basis for some levels, School of Physical Education, University of Duhok).

• Melhem, Sami Muhammad (2000): Measurement and Evaluation in Education and Psychology, 1st Edition, Dar Al-Masirah for Publishing, Distribution and Printing, Amman, Jordan.

• Melhem, Sami Muhammad (2005): Measurement and Evaluation in Education and Psychology, 3rd Edition, Dar Al Masirah for Publishing, Distribution and Printing, Amman, Jordan.

• Al-Mandlawi, Qasim, and two others, (1989): Tests, Measurement and Evaluation in Physical Education, House of Wisdom, University of Baghdad, Baghdad, Iraq.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

السيد الخبير المحترم.

م/ استبيان اراء السادة الخبراء والمختصين

تحية طيبة

يروم الباحثان اجراء البحث الموسوم (بناء اختبار سرعة ودقة التمرير بكرة اليد لطلاب قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الاساسية)، ولكونكم من ذوي الخبرة والاختصاص يرجى من سيادتكم ابداء رأيكم حول صلاحية الاختبار المقترح المعروض على حضراتكم، وذلك من خلال تحديد المسافة المناسبة للاختبار وكذلك تحديد زمن الاختبار الملائم وتحديد صلاحية تقسيم الدرجات المقترح من قبل الباحثان، علماً ان عينة البحث هم طلاب المرحلة الثانية في قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة في كلية التربية الأساسية.

ولكم جزيل الشكر والامتنان

التوقيع:

اسم الخبير:

اللقب العلمي وتاريخ الحصول عليه:

الاختصاص الدقيق:

مكان العمل:

التاريخ:

الباحثان

الاختبار المقترح

اسم الاختبار: اختبار سرعة ودقة التمرير المتوسطة بكرة اليد

الغرض من الاختبار: قياس سرعة التمرير المتوسطة ودقتها بكرة اليد

الأدوات المستخدمة: حائط مرسوم عليه تقسيم الدرجات للاختبار، كرات يد قانونية عدد 10، ساعة إيقاف

صافرة، شريط قياس، استمارة تسجيل النتائج.

طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف خط الاختبار الذي يبعد مسافة (6م، او 7م، او 8م) عن الحائط المرسوم

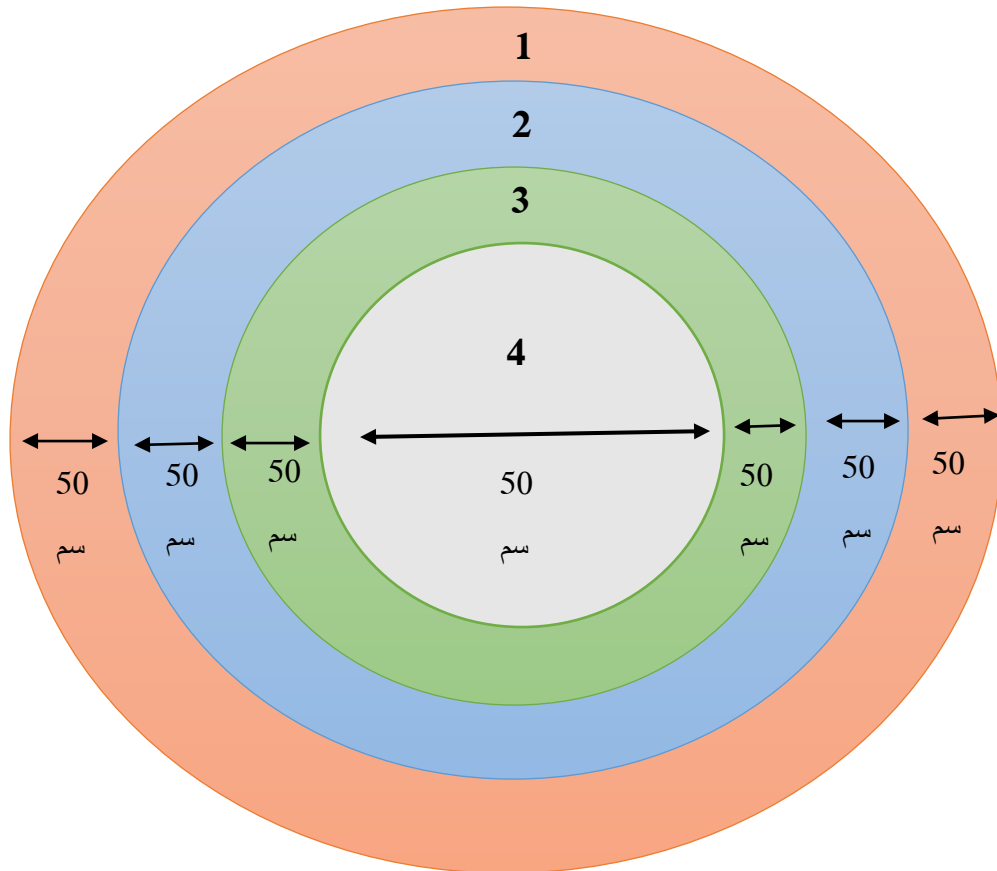
عليه تقسيم درجات الاختبار المقترح، ويقوم عند سماع الصافرة بالتمرير السريع نحو الدرجات على الحائط

محاوياً الحصول على أعلى الدرجات وكذلك تنفيذ أكبر عدد ممكن من التمريرات خلال الوقت المحدد

للاختبار.

شروط الاختبار: ان يكون الأداء بأسرع ما يمكن في التمرير وكذلك لتحقيق عدد تكرارات أكبر، وتعطى محاولة واحدة لكل لاعب، على ان يقوم الطالب بالأحماء على الاختبار.
التسجيل: في الاختبار اعلاه تسجل النتائج كالتالي:

- **سرعة التمرير:** تقاس عن طريق عدد التكرارات التي يحققها الطالب خلال الوقت المحدد للاختبار، وتعد التكرارات الأعلى هي الأفضل.
 - **دقة التمرير:** تقاس عن طريق عدد الدرجات التي يجمعها الطالب من التكرارات خلال الزمن المحدد للاختبار وتعد الدرجة الأعلى هي الأفضل.
 - بعد ذلك تستخرج الدرجات المعيارية للسرعة والدقة لتوحيد درجة كل طالب للتعرف على مهارة التمرير المتوسط.
- يرجى من سيادتكم اختيار الأنسب من المسافات والازمنة التالية:
- الأزمنة (30 ثانية، 45 ثانية، 60 ثانية)
 - المسافات (6م ، 7م ، 8م)
 - الدرجات كما في الشكل التالي:





The effect of extracurricular activities in the physical education lesson for the primary stage in improving psychological adjustment in the schools of the displaced

Ahmed Jassim Suleiman ^{1*}

Muhammad Muwaffaq Abdullah ²

1- Nineveh Education Directorate

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.13>

Article info.

Article history:

-Received:12/10/2022

-Accepted: 30/11/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- Extra-curricular activities
- psychological adjustment
- physical education
- primary stage
- schools for the displaced

© 2022 This is an open access article under the CC by licenses

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



Sports Culture - Session Scientific Specialist Journal

Abstract

The study aimed to identify the impact of extracurricular activities on the psychological adjustment of displaced students. The researchers used the experimental method for its suitability and the nature of the research, The research sample included (50) students from the fifth grade out of a total of (64) in the First Elementary School for Boys, In order to know the effect of the independent variable on the dependent variable, the independent variable (extracurricular activities) was tested on the experimental group, while the control group was left without a program as it is, The researchers conducted equivalence tests between the two research groups to control the variables that are related to the research, The program, in its final form, was applied to the experimental group to search in the school yard, and the activities were carried out according to the plan in a collective manner It took (10) lessons, two lessons per week, and was implemented on Tuesday and Thursday, and the duration of each lesson is (40) minutes The implementation of the program took five weeks, After collecting and unloading the data, they were statistically processed using the SPSS system, and the researchers reached the following:

- Extracurricular activities have a role in the development of all educational, health and psychological aspects of students.
- Extracurricular activities have a positive effect in improving the psychological adjustment of students.

1- Corresponding Author: dr.ahmedggs@gmail.com, Nineveh Education Directorate

تأثير الأنشطة اللاصفية في تحسين التوافق النفسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية في

مدارس النازحين

م.د احمد جاسم سليمان/ مديرة تربية نينوى

م.م محمد موفق عبدالله/ مديرة تربية نينوى

الخلاصة:

هدفت الدراسة الى التعرف على أثر الأنشطة اللاصفية على التوافق النفسي عند التلاميذ النازحين واستخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث، واشتملت عينة البحث على (50) تلميذاً من الصف الخامس من مجموع (64) في مدرسة الوحدة الاولى الابتدائية للبنين، ولمعرفة أثر المتغير المستقل على المتغير التابع، تم تجريب المتغير المستقل (الأنشطة اللاصفية) على المجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة فتركزت من دون برنامج كما هي، وأجرى الباحثان اختبارات التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات التي لها علاقة بالبحث، وتم تطبيق البرنامج بصيغته النهائية على المجموعة التجريبية للبحث في ساحة المدرسة ونفذت الأنشطة حسب الخطة الموضوعية بأسلوب جماعي واستغرقت (10) دروس بواقع درسين في كل أسبوع ونفذت يومي الثلاثاء، والخميس والمدة الزمنية لكل درس (40) دقيقة وقد استغرق تطبيق البرنامج خمسة أسابيع، وبعد جمع البيانات وتفرغها تمّت معالجتها إحصائياً بنظام SPSS وتوصل الباحثان الى ما يأتي:

- ان للأنشطة اللاصفية لها دور في تنمية كافة الجوانب التربوية والصحية

والنفسية لدى التلاميذ

- ان للأنشطة اللاصفية تأثير ايجابي في تحسين التوافق النفسي عند التلاميذ.

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- الأنشطة اللاصفية
- التوافق النفسي
- التربية الرياضية
- المرحلة الابتدائية
- مدارس النازحين

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث وأهميته:

ان للنشاطات اللاصفية اهمية كبيرة في تلبية حاجات التلاميذ التي لا يتم إشباعها من خلال حصص التدريس المنهجية وبتعزيز ما يتم في هذا التدريس، كما يجمع المربون على أهمية النشاط اللاصفي في رفد العملية التربوية والكشف عن ميول التلاميذ وتنمية مهاراتهم وتفجير قدراتهم حتى أصبح هذا النشاط جزءاً مهماً من المناهج الدراسية يخصص له ما يكفي من الوقت والإمكانات لتحقيق أهدافه التربوية والثقافية

والعلمية والاجتماعية. وان للتوافق النفسي أثر كبير في حياة الفرد والمجتمع بشكل عام وله صلة كبيرة في التنشئة الاجتماعية والعوامل المؤثرة فيها وكذلك الاضطرابات الانفعالية والسلوكية التي تؤثر سلباً على مسار التوافق النفسي والصحة النفسية ويعد مؤشراً على تكامل الشخصية بحيث تكون قادرة على التنسيق في حالة توازن بين حاجات الفرد وسلوكه الهادف وتفاعله مع البيئة كما ان ما يمر به الفرد من احداث ضاغطة كالحروب والتهجير والنزوح له اثر ومن الطبيعي أن تكون نسبة المتأثرين سلبياً بهذه الصدمة أكبر بكثير من نسبة الذين يستطيعون مواجهتها، خاصة في فئة الأطفال مما يستوجب المعالجة او الحد من هذه الظاهرة سواء عن طريق التوعية المجتمعية للمنظمات الانسانية او عن طريق المدارس، إن أهمية هذه الدراسة تبلورت من خلال عمل الباحثان في وحدة الاشراف التربوي وخلال زيارتهم للمدارس وتعاملهم مع الادارة والمعلمين ومعرفة ظروف والتلاميذ ومحاولة تعويضهم بما يمكن تعويضه عن طريق إشعارهم بأنهم في وضع طبيعي ناتج عن ظروف معينة يمكن التغلب عليه عن طريق المشاركة الفعالة في الانشطة اللاصفية حيث ان الأنشطة اللاصفية تُؤدى من خلال الجهود التي يقوم بها التلاميذ وفق برنامج معين ووفق ميولهم واستعداداتهم وقدراتهم داخل الصف أو خارجه تحت إشراف المعلمين، الأمر الذي يجعل النشاط اللاصفي جزءاً مهماً من عملية التوافق النفسي عند التلاميذ بما يخدم العملية التعليمية.

2-1 مشكلة البحث:

بالنظر لقلّة وجود اهتمام كبير من قبل بعض ادارات المدارس ومعلمي التربية الرياضية بإعداد وتنفيذ الأنشطة اللاصفية ومدى تأثيرها المباشر على الحالة النفسية للتلاميذ بشكل عام وعلى من يعانون من مشكلات نفسية بشكل خاص عمد الباحثان من خلال خبرتهم في مجال الاشراف التربوي على استخدام برنامج للأنشطة اللاصفية في درس التربية الرياضية لمعالجة مشكلات التوافق النفسي عند بعض التلاميذ الذين يعانون من هذه المشكلات وبما يخدم العملية التعليمية.

3-1 هدف البحث:

1- التعرف على أثر الأنشطة اللاصفية على التوافق النفسي عند التلاميذ النازحين.

2- التعرف على درجة التوافق النفسي عند التلاميذ في مدارس النازحين.

1-4 فرضية البحث : وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في درجة التوافق النفسي بين المجموعة (التجريبية) و (الضابطة) في الاختبار البعدي لصالح التجريبية.

5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: تلاميذ المرحلة الابتدائية في مدارس ممثلة وزارة التربية في اربيل.

1-5-2 المجال المكاني: ساحات المدارس الابتدائية في ممثلة وزارة التربية في اربيل.

1-5-3 المجال الزماني: للفترة من 2021 /12/19 لغاية 2022/3/27.

1-6 تحديد المصطلحات:

الانشطة اللاصفية عرفها موسى بأنها كل ما توفره المدرسة لتلاميذها من الانشطة المختلفة ويهدف إلى نمو التلميذ عقليا ووجدانيا وسلوكيا، ويساعد على إطلاق طاقات التلميذ الكامنة وتوجيهها إلى الأهداف المنشودة⁽¹⁾

ويعرف قاموس التربية الأنشطة اللاصفية: "بأنها ذلك الجزء من المنهج الكلي الذي يتضمن خبرات لا تقدم عادة في الفصل الدراسي أي ضمن البرنامج الدراسي العادي مثل التدريب على العمل في بعض الاماكن، المخيمات، التجمعات الطلابية.⁽²⁾

التوافق النفسي: هي " قدرة الفرد التي تؤثر على المشاعر والسلوك والأفكار والذاكرة والقدرة على التعلم والتصور والتفاهم ".⁽³⁾

ويعرفه صالح (2007): هو حالة من التلاؤم بين الشخص وذاته وبين الشخص وبين بيئته المحيطة به، ويضمن قدرة الفرد على تعديل سلوكه واتجاهاته إذا واجه مشكلات معينة".⁽⁴⁾

2- إجراءات البحث:

1-2 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث، إذ يعد هذا المنهج أفضل ما يمكن إتباعه للوصول إلى نتائج دقيقة فهو المنهج الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات بالسبب أو الأثر.⁽⁵⁾

2-2 مجتمع البحث وعينته: ويعرف المجتمع بأنه "مجموعة العناصر والأفراد الذين ينصب عليهم الاهتمام في دراسة معينة أو مجموعة المشاهدات أو القياسات التي تم جمعها عن تلك العناصر".⁽⁶⁾

واشتمل مجتمع البحث على تلاميذ المرحلة الابتدائية في ممثلة وزارة التربية في اربيل والبالغ عددهم 116 مدرسة موزعة على المركز والاقضية والنواحي. اما عينة البحث فقد اشتملت على (50) تلميذا من الصف الخامس من مجموع (64) في مدرسة الوحدة الاولى الابتدائية للبنين من شعبتين تم توزيعهم الى

(1) احمد موسى : تقويم النشاط غير الصففي في التربية الاسلامية على تلاميذ الحلقة الاولى من التعلّم الاساسي الدنيا، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، قسم المناهج وطرق التدريس جامعة القاهرة ، 2004 ، ص 18 .
(2) ابراهيم بسبوني عميرة : الأنشطة العلمية غير الصفية ونودي العلوم، مكتب التربية العربي الاول لدول الخليج، الرياض ، 1998 ، ص 55 .

(3) Betancourt, T., Borisova, I., Smith, J., Gingerich, T., Williams, T., (2008): Psychosocial Adjustment and Social reintegration of children associated with Armed forces and Arned Group , Harvard School of Public Health., 2008, 14 .

(4) محمد صبحي أبو صالح،: الطرق الإحصائية، ط1، دار المعارف للتوزيع والنشر، عمان، الاردن، 2000 ، ص 27 .
(5) علاوي، محمد حسن علاوي ، اسامة راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي القاهرة، 1999، ص 217 .

(6) محمد صبحي أبو صالح ، مصدر سابق ، 2000 ، ص 249 .

عينة تجريبية للشعبة (أ) وعينة ضابطة للشعبة (ب) وبواقع (25) تلميذ لكل مجموعة ، تم استبعاد (14) تلميذا لتسهيل العمليات الاحصائية .

الجدول (1) يبين عينة البحث

الصف	المجموعة	عدد التلاميذ	المستبعدين	عينة البحث
الخامس أ	التجريبية	33	8	25
الخامس ب	الضابطة	31	6	25
المجموع		64	14	50

2-3 التصميم التجريبي للبحث: يعد استخدام تصميم تجريبي مناسب أمراً مهماً في البحوث التجريبية إذ انه يساعد في الحصول على إجابات لفرضيات البحث، وانه يسهم في الضبط التجريبي للبحث.

ولمعرفة أثر المتغير المستقل على المتغير التابع، تم تجريب المتغير المستقل (الانشطة اللاصفية) على المجموعة التجريبية أما المجموعة الضابطة فترك من دون برنامج كما هي.

2-4 تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات: " صممت المجموعات المتكافئة للتغلب على الصعوبات التي تواجه الباحثان في التجربة الواحدة التي قد يرجع التغيير فيها إلى عوامل أخرى غير المتغير المستقل " (1) وعلى هذا الأساس أجرى الباحثان اختبارات التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات التي لها علاقة بالبحث والمتمثلة بالمتغيرات الآتية :

2-4-1 التكافؤ في العمر الزمني : مقاسا بالأشهر (تم حسابه لأقرب شهر).

2-4-2 التكافؤ في الطول : مقاسا بالسنتيمتر (تم حسابه لأقرب سنتيمتر).

2-4-3 التكافؤ في الوزن : مقاسا بالكيلوغرام (تم حسابه لأقرب نصف كيلو غرام).

جدول (2) المعالم الإحصائية وقيم (ت) المحسوبة لتكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في المتغيرات

Sig الاحتمالية	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
		الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط		
0.420	0.370	5.68	137.65	5.33	136.40	شهر	العمر
0.398	0.642	4.12	136.18	5.56	135.44	سم	الطول
0.570	0.867	4.89	33.98	3.34	35.45	كغم	الوزن

يبين الجدول قيمة (ت) المحتسبة لكل متغير مع الاحتمالية (sig) ويتضح بأن الفروق غير معنوية لأغلب المتغيرات حيث تبين بان قيمة الاحتمالية (sig) لجميع المتغيرات هي أكبر من مستوى الدلالة

(1) جودت عبدالهادي ، : نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية ، ط1، دار الثقافة للنشر عمان ، الأردن ، 2000، ص204 .

(0.05) لهذه الفقرات مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وهذا يعني ان العينتين متكافئتين .

4-4-4 التكافؤ في التوافق النفسي :

جدول (3) يبين نتيجة الاختبار القبلي للتوافق النفسي لمجموعتي البحث

المجموعة	عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت) المحسوبة	Sig الاحتمالية
التجريبية	25	30.12	3.18	48	0.73	0.55
الضابطة	25	29.28	2.44			

يتبين من الجدول (3) أن القيم الناتجة المحسوبة بلغت (0.73) أمام درجة حرية (24) وبمقارنة درجة الاحتمالية (Sig) البالغة (0.55) أمام مستوى معنوية (0.05) نجد انها اكبر وهذا يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية ومن ثم فان المجموعتين متكافئتان في درجة التوافق النفسي اذ بلغ الوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (57.04) والانحراف المعياري (3.18) وبلغ الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة (55.28) والانحراف المعياري (2.44) لدرجة للمقياس .

2-5 أداة البحث : استخدم الباحثان مقياس التوافق النفسي المعد من قبل (عبد الأمير ، 2018) ⁽¹⁾ والمطبق على عينة متقاربة الفئة العمرية لعينة البحث ملحق (1) تم توزيعه على عدد من السادة الخبراء في علم النفس الرياضي ملحق (2) ويحوي المقياس على (20) فقرة ، وقد وضع الباحث أمام كل فقرة اثنان من البدائل (نعم او لا) وذلك حسب رأي السادة الخبراء وكما تم اخذه من المصدر ، والإجابة عن الفقرات جميعها البالغة (20) فقرة ويتم تصحيح المقياس على وفق درجتان (2) درجة لاجابة كلمة نعم و(1) درجة للإجابة بكلمة لا و بذلك تكون الدرجة الكلية للمقياس (40) والدرجة الدنيا هي (20) درجة.

2-6 متغيرات البحث وكيفية ضبطها: "إن من خصائص العمل التجريبي أن يقوم الباحث متعمداً بمعالجة عوامل معينة تحت شروط مضبوطة ضبطاً دقيقاً لكي يتحقق من كيفية حدوث حالة أو حادث ويحدد أسباب حدوثها". ⁽²⁾

وحددت المتغيرات في هذه التجربة على وفق الآتي:

أ- المتغيرات المستقلة

" المتغير المستقل هو العامل أو السبب الذي يطبق لمعرفة أثره على النتيجة". ⁽¹⁾ ويتمثل المتغير

المستقل للبحث في

⁽¹⁾ سحر هاتف عبد الامير : استجابة الفقد والحزن وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الاطفال ، بحث منشور ، مجلة الفنون والآداب والعلوم والانسانية والاجتماع ، العدد 27، 2018 .

⁽²⁾ ديو بولديف فاندالين وآخرون : **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون، ط ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة ، مصر. 1985 ، ص348 .

(الانشطة اللاصفية)

ب- المتغيرات التابعة : وهو عبارة عن ناتج تأثير المتغير المستقل في الظاهرة المدروسة. (2)
ويتمثل المتغير التابع للبحث في (التوافق النفسي)

ج- المتغيرات غير التجريبية (الدخيلة) : ان ضبط المتغيرات الدخيلة واحداً من الإجراءات المهمة في البحث التجريبي لتوفير درجة مقبولة من صدق التصميم التجريبي. (3) ، وفيما يلي عرض لأهم المتغيرات التي تهدد السلامة الداخلية والخارجية للبحث.

- السلامة الداخلية للتصميم: ان السلامة الداخلية تتحقق عندما يتأكد الباحث من انه يمكن السيطرة على المتغيرات التي تؤثر في المتغير التابع لكي يعزو الباحث الفرق بين المجموعتين إلى المتغير المستقل وليس إلى متغيرات أو عوامل دخيلة كانت قد أثرت قبل إدخال المتغير المستقل أو في إثثائه. (4)
لذا قام الباحثان بضبط المتغيرات الآتية :

1- ظروف التجربة والعوامل المصاحبة لها: لم يحدث للبحث طوال فترة التجربة اي حادث أثر على التجربة.

2- النضج: يعتبر احد العوامل الوظيفية والتشريحية والنفسية التي تحدث للإنسان في فترة زمنية معينة. (5)

وتم ضبط هذا العامل بالتوزيع العشوائي للعينة وتحقيق التكافؤ في العمر الزمني فضلا عن تعرض أفراد العينة جميعهم إلى عمليات نمو واحدة.

3- أدوات القياس: تم السيطرة على هذا العامل باستخدام أداة قياس موحدة للمجموعتين في الاختبار القبلي والبعدي .

4- الاختيار: ان مصدر هذا العامل هو عدم التكافؤ في توزيع الأفراد على المجموعتين . ولتلافي هذا العامل استخدم الباحثان طريقة الاختيار العشوائي، إذ تم بهذه الطريقة اختيار العينة على وفق شروط محددة وليس على وفق الصدفة وتم إجراء التكافؤ بين المجموعتين.

(1) صالح بن حمد العساف : المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط1، مكتبة العبيكان، الرياض، السعودية ، 1995 ، ص306.

(2) ربحي مصطفى عليان، عثمان محمد غنيم، اساليب البحث العلمي الأسس النظرية والتطبيق العملي، دار الصفا للنشر والتوزيع، ط4، عمان، الأردن، 2010، ص75 .

(3) أحمد سليمان عودة و فتحي حسن ملكاوي : أساسيات البحث العلمي للتربية والعلوم الإنسانية، ط ، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، الزرقاء، الأردن، 1987، ص119 .

(4) ملحم، سامي محمد: مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس، دار المسيرة والنشر، ط6، عمان، الأردن ، 2010، ص424.

(5) سيد محمد عثمان : التعلم الحركي والتدريب الرياضي، ط ، دار العلم للنشر والتوزيع، الكويت 1987 ، ص126.

5- الاندثار التجريبي: ويقصد به الأثر الناتج عن انقطاع بعض أفراد العينة أو تركها من مجموعتي البحث في أثناء التجربة، ولم تحدث أية حالة تؤثر على سير تجربة البحث لعدم تغيب أي تلميذ.

- **السلامة الخارجية للتصميم** : " تتحقق السلامة الخارجية للتصميم عندما يتمكن الباحثان فيها من تقييم نتائج بحثه خارج نطاق عينة البحث، وفي موافق تجريبية ماثلة " (1)

وللتأكد من السلامة الخارجية تطلب أن تكون التجربة خالية من الأخطاء الآتية :

1- أثر الإجراءات التجريبية: لم يفهم التلاميذ عينة البحث الغرض الرئيسي من التجربة وقام الباحثان بالإشراف على تنفيذ الإجراءات التجريبية، لذا لم يحدث اختلاف فيها وبهذا زال تأثير هذا المتغير إلى حد كبير.

2- تضمن البحث متغيراً مستقلاً واحداً هو (الانشطة اللاصفية).

3- المدة الزمنية للتجربة: بدأت التجربة يوم الثلاثاء 2022/1/18 وانتهت يوم الثلاثاء بتاريخ 2/22/2022.

4- مدرسو المادة: نفذ البرنامج من الباحثان بمساعدة مدرسي المادة • للمجموعة التجريبية ، وكانت المجموعة الضابطة كما هي.

5- مكان البرنامج: تلقت المجموعة التجريبية الانشطة اللاصفية في ساحات المدرسة في حين كانت المجموعة الضابطة تركت على حالها بدون برنامج.

2-7 الأنشطة اللاصفية : ويعد النشاط اللاصفي مجالاً لتعبير التلاميذ عن ميولهم واشباع حاجاتهم التي اذا لم تشبع كال ذلك من عوامل جنوح التلاميذ وضيقتهم بالمدرسة. (2) قام الباحثان بالاطلاع على عدد من الدراسات التي تناولت الانشطة اللاصفية مثل دراسة (النصار ، 2008) (3) ودراسة (جيغني ، 2001) (4) ودراسة (O'Dea, 1994) (5) وغيرها من الدراسات توصل اليها الباحثان الى عدد من الخطوات التي وجب

(1) أحمد سليمان عودة و فتحي حسن ملكاوي ، مصدر سابق الذكر ، 1987 ، ص 172 .

• الاستاذ محمود جميل مجد ، الاستاذ عمار ايباد صديق .

(2) رضوان أبو الفتوح وآخرون: **المدرس في المدرسة والمجتمع**، الانجلو المصرية، القاهرة ، 1978 ، ص 193 .

(3) صالح بن عبدالعزيز النصار: **" دور النشاط المدرسي في التحصيل الدراسي ضمن أعمال القاء التربوي النشاط تربوية**

وتعليم" الذي نظمته الإدارة العامة لنشاط الطالبات في الفترة من 2008/10/08 أستاذ المناهج وتعميم المغة العربية

المشاركة، كمية التربية، جامعة الملك سعود، 2008 .

(4) جيغني نغم : **درجة تحقق النشاطات اللاصفية الموجهة لاهدافها التربوية ف المدارس الثانوية الرسمية في الاردن من**

وجهة نظر معلمها، مجلة جامعة دمشق المجلد، 2001 .

(5) O'Dea, James) : the effect, of extracurricular activities on academic achievement,

A thesis presented to school of education, Drackuniversity.1994.

اتباعها لتحقيق هدف البحث المتمثل في التعرف على تأثير الانشطة اللاصفية في تحسين التوافق النفسي لدى تلاميذ المجموعة التجريبية ومنها:

1. تحديد الحاجات والمشكلات

لقد تم تحديد الحاجات لدى التلاميذ والمشكلات التي يعانون منها من خلال الاستعانة بعدد من السادة المشرفين التربويين اختصاص التربية الرياضية في ممثلة وزارة التربية في اربيل ملحق (3) .

2. **تحديد الأهداف** : في ضوء الحاجات والمشكلات التي توصل إليها الباحثان قام بتحديد الأهداف العامة والخاصة المراد تحقيقها للبرنامج مع الأخذ بما يأتي:

مدى ارتباطها بتلبية الحاجات ومعالجة المشكلات لدى التلاميذ.

مدى قدرتها في تطوير التوافق النفسي وفق الانشطة اللاصفية.

3. **التنظيم والدقة في التطبيق**: قام الباحثان بتطبيق الانشطة اللاصفية بالاعتماد على الفنيات والأساليب المستخدمة في إدارة الجلسات النفسية ضمن البرنامج.

4. **إيجاد نشاطات وبرامج لتحقيق الأهداف**: تم الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ومناقشة عدد من المتخصصين للإفادة من خبراتهم والاستئناس برأيهم، وبعد تحديد النشاطات والجدول الزمني المطلوب لتنفيذها تم تحديد الأساليب المناسبة لها كما جاء في الفنيات والأساليب المستخدمة في بناء البرامج النفسية.

5. **التحكيم**: تم عرض الانشطة اللاصفية على عدد من المحكمين المختصين في مجال الاشراف التربوي لتحكيم البرنامج وإبداء الملاحظات حول البناء والتنفيذ والتقييم وقد أفادت آراء المحكمين على صلاحية البرنامج المستخدم من حيث الأهداف والأساليب والوقت، والذي اعتمدها الباحثان من خلال استبيان استفتاء آراء السادة الخبراء حول مفردات الانشطة ملحق(4) وزع على عدد من السادة الخبراء في الاشراف التربوي ملحق (3).

6. **تقويم البرنامج** : ويقصد به الحكم على نتائج البرنامج النفسي التي من خلالها تتحدد الفائدة التي يتم الحصول عليها بعد تطبيق البرنامج، ويرى كثير من المربين أن تقويم أي برنامج يجب ان يكون في ضوء أهداف ذلك البرنامج بحيث تظهر نتائج التقويم الإجابة عن مدة تحقيق أهدافه من خلال مقارنة نتائج الاختبارين القبلي والبعدي.

7. **التجربة الاستطلاعية** : تعد التجربة الاستطلاعية تجربة مصغرة للتجربة الأساسية ويجب أن تتوفر

فيها الشروط نفسها والظروف التي تكون فيها التجربة الرئيسية ما أمكن ذلك حتى يمكن الأخذ بنتائجها⁽¹⁾

(1) قيس ناجي و أحمد بسطويسي : الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد ، العراق ، 1987 ، ص95 .

قام الباحثان بالتجربة الاستطلاعية بتاريخ (2022/1/6) في تطبيق أدوات البحث وبعض جلسات الأنشطة اللاصفية باختيار عدد من تلاميذ الصف السادس، وقد أفادت التجربة الاستطلاعية بالتعرف على الجوانب الآتية:

- الوقوف على خبرة التعامل مع الأنشطة اللاصفية للمرة الأولى من الباحثان في درس التربية الرياضية.

- توزيع الوقت على الدرس وبيان مدى ملائمتها لها.

8. الإطار الزمني للبرنامج : استغرق تنفيذ البرنامج (5) أسابيع وبواقع 10 جلسة للفترة من

2022/1/18 ولغاية 2022 /2/22 على وفق المعطيات الآتية:

زمن الجلسة الواحدة = 40 دقيقة. عدد الجلسات في الأسبوع = 2 جلسة.

إجمال زمن الجلسات في الأسبوع = $2 \times 40 = 80$ دقيقة.

إجمال زمن الجلسات في سبع أسابيع = $5 \times 80 = 400$ دقيقة.

أقسام الجلسة: القسم الإعدادي : (الاجراءات التربوية ومراجعة الواجبات المنزلية) 5 دقيقة في الجلسة.

القسم الرئيس : (محتوى الجلسة وما تتضمنها) 30 دقيقة في الجلسة.

القسم الختامي : (الواجبات المنزلية) 5 دقيقة في الجلسة.

ويبين الجدول (4) التوزيع النسبي لأقسام الجلسات النفسية.

الجدول (4) التوزيع النسبي لأقسام الجلسات النفسية

النسبة المئوية	الزمن الكلي / د	في الأسبوع / د	في اليوم / د	أقسام الجلسة
12.5%	50	10	5	الإعدادي
75%	300	60	30	الرئيس
12.5%	50	10	5	الختامي
100%	400	80	40	المجموع

2- 8 أدوات البحث العلمي: الاستبيان ، المقابلة الشخصية ، الاختبارات والمقاييس .

2- 9 تطبيق البرنامج بصيغته النهائية : توضيح الأهداف وخطة التنفيذ من قبل الباحثان على أفراد عينة

البحث والمعلمين. نفذت الأنشطة حسب الخطة الموضوعية بأسلوب جماعي واستغرقت (10) دروس بواقع

درسين في كل أسبوع ونفذت يومي الثلاثاء، والخميس والمدة الزمنية لكل درس (40) دقيقة وقد استغرق

تطبيق البرنامج خمسة أسابيع ابتداءً من يوم الثلاثاء 2022/1/18 ولغاية يوم الثلاثاء 2022 /2/22 تم

إجراء الاختبار القبلي للمجموعتين الضابطة والتجريبية الاحد بتاريخ 2022 /1/16 بعد استكمال كافة

إجراءات تطبيق البرنامج تم إجراء الاختبارات البعدية النهائية للمجموعتين بتاريخ 2022/2/24.

2-10 الاختبار البعدي : بعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الرئيسة للبحث (الانشطة اللاصفية) أجري الاختبار البعدي لمقياس التوافق النفسي على التلاميذ المجموعتين التجريبية والضابطة (عينة التطبيق) في 24 / 2 / 2022 وبأسلوب المستخدم نفسه في الاختبار القبلي.

2-11 الوسائل الإحصائية : تم استخدام المعاملات الإحصائية الآتية :
الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، اختبار (ت) لعينتين مستقلتين ، الاختبار التائي لعينتين مترابطتين ، معامل الارتباط البسيط لبيرسون.

3- عرض النتائج ومناقشتها :

3-1 عرض نتائج الهدف الاول ومناقشتها: التعرف على أثر الأنشطة اللاصفية على التوافق النفسي عند التلاميذ.

ولغرض التعرف على اثر أثر الأنشطة اللاصفية على التوافق النفسي للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي بعد الانتهاء من البرنامج وجمع وتحليل البيانات وتحقيقاً لهدف البحث استخدم الباحثان اختبار " ت " للعينات المرتبطة للمقارنة بين متوسط درجات الاختبارات البعدية لمقياس التوافق النفسي والقيمة التائية المحسوبة للمجموعتين كلتيهما الذي يبلغ عددهم (50) طالباً وكما مبين في الجدول (5).

جدول (5) نتائج المجموعة التجريبية والضابطة في درجة التوافق النفسي في الاختبار البعدي

المجموعة	عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت) المحسوبة	Sig الاحتمالية
التجريبية قبلي	25	30.12	3.18	24	4.53	0.00
التجريبية بعدي	25	37.68	3.66			

يتبين من الجدول (5) إن الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية في الاختبار القبلي قد بلغ (30.12) بانحراف معياري (3.18) في حين بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي (37.68) بانحراف معياري (3.66) و يعد هذا مؤشراً واضحاً على الارتفاع في درجة التوافق النفسي لصالح المجموعة التجريبية اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة في الاختبار البعدي (4.53) أمام درجة حرية (24) وعند مقارنة قيمة الاحتمالية (Sig) وجد انها اقل من المعنوية (0.05) إذ بلغت (0.00) لذا كانت الفروق معنوية أي ان هناك ارتفاعاً في درجة التوافق النفسي ويعزو الباحثان سبب هذا الارتفاع في درجة التوافق النفسي عند التلاميذ الذين كانوا يمارسون الأنشطة اللاصفية. حيث ان هذه الأنشطة التي تم توظيفها في برنامج كان لها تأثيرها المباشر في العديد من سمات الشخصية لدى التلاميذ، وذلك نظراً لاستجابة تلك الأنشطة للعديد من ميولهم ورغباتهم وحاجاتهم وتأثيرها في اتجاهاتهم والتي تمت ترجمتها في نتائج الاختبار البعدي . مما تقدم يرى الباحثان ان البرنامج المعد للأنشطة اللاصفية يؤثر على التوافق النفسي بطريقة مباشرة او غير مباشرة لما يحويه من معالجات كثيرة لأغلب المشاكل التي يعانيتها التلاميذ، وبهذا يكون الهدف الاول قد تحقق.

3-2 عرض نتائج الهدف الثاني ومناقشتها: التعرف على درجة التوافق النفسي عند التلاميذ في مدارس النازحين.

لغرض التعرف على درجة التوافق النفسي للمجموعتين التجريبية والضابطة وتحقيقاً لأهداف البحث استخدم الباحثان اختبار " ت " للعينات غير المرتبطة متساوية العدد للمقارنة بين متوسط درجات الاختبارات القبلية لمقياس التوافق النفسي والقيمة التائية للمجموعتين كليهما الذي يبلغ عددهم (50) طالباً . وبين الجدول (3) ذلك والذي ورد ذكره سابقاً في تكافؤ عينة البحث .وبهذا نكون قد تعرفنا على درجة التوافق النفسي عند التلاميذ.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1. ان للأنشطة اللاصفية لها دور في تنمية كافة الجوانب التربوية والصحية والنفسية لدى التلاميذ.
2. ان للأنشطة اللاصفية تأثير ايجابي في تحسين التوافق النفسي عند التلاميذ.

4-2 التوصيات:

1. العمل على تفعيل الانشطة اللاصفية في المدارس الابتدائية.
2. العمل على توفير الحوافز المعنوية والمادية للتلاميذ المشاركين في الأنشطة اللاصفية.

المصادر العربية والاجنبية

- رضوان أبو الفتوح وآخرون: **المدرس في المدرسة والمجتمع**، الانجلو المصرية، القاهرة ، 1978.
- محمد صبحي أبو صالح : **الطرق الإحصائية**، ط1، دار المعارف للتوزيع والنشر، عمان، الاردن، 2000.
- أحمد حسن صالح : **الصحة النفسية وعلم النفس الإجتماعي**، الاسكندرية 2007.
- جيجني نعم : **درجة تحقق النشاطات اللاصفية الموجهة لاهدافها التربوية ف المدارس الثانوية الرسمية في الاردن من وجهة نظر معلمها**، مجلة جامعة دمشق المجلد، 2001.
- جودت عبدالهادي : **نظريات التعلم وتطبيقاتها التربوية** ، ط1، دار الثقافة للنشر عمان ، الأردن ، 2000.
- سحر هاتف عبد الامير : **استجابة الفقد والحزن وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الاطفال** ، بحث منشور ، مجلة الفنون والآداب والعلوم والانسانية والاجتماع ، العدد 27، 2018 .
- محمد سيد عثمان: **التعلم الحركي والتدريب الرياضي**، ط ، دار العلم للنشر والتوزيع، الكويت 1987.
- صالح بن حمد العساف: **المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية**، ط1، مكتبة العبيكان، الرياض، السعودية ، 1995 .

- محمد حسن علاوي واسامة راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي القاهرة ،1999.
 - ربحي مصطفى عليان و عثمان محمد غنيم: أساليب البحث العلمي الأسس النظرية والتطبيق العملي، دار الصفا للنشر والتوزيع، ط ، عمان، الأردن ، 2010.
 - ابراهيم بسيوني عميرة : الانشطة العلمية غير الصفية ونودي العلوم، مكتب التربية العربي الاول لدول الخليج، الرياض، 1998.
 - أحمد سليمان عودة، و فتحي حسن ملكاوي : أساسيات البحث العلمي للتربية والعلوم الإنسانية، ط ، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، الزرقاء، الأردن ، 1987.
 - ديو بولدب فاندالين وآخرون : مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ترجمة محمد نبيل نوفل وآخرون، ط ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، مصر ، 1985.
 - سامي محمد ملحم : مناهج البحث العلمي في التربية وعلم النفس، دار المسيرة والنشر، ط6، عمان، الأردن ، 2010.
 - احمد موسى : تقويم النشاط غير الصفية في التربية الاسلامية على تلاميذ الحلقة الاولى من التعلّم الاساسي الدنيا، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث التربوية، قسم المناهج وطرق التدريس جامعة القاهرة ، 2004.
 - قيس ناجي و أحمد بسطويسي : الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد ، العراق ، 1987 .
 - صالح بن عبدالعزيز النصار: "دور النشاط المدرسي في التحصيل الدراسي ضمن أعمال لقاء التربوي النشاط تربية وتعليم" الذي نظّمته الإدارة العامة لنشاط الطالبات في الفترة من 2008/10/08 أستاذ المناهج وتعميم المغة العربية المشاركة، كمية التربية، جامعة الملك سعود، 2008 .
 - .Betancourt,T., Borisova,I., Smith,J., Gingerich,T., Williams,T.,(2008): Psychosocial Adjustment and Social reintegration of children associated with Armed forces and Arned Group ،Harvard School of Public Health,, USA
 - O’Dea, James) :theeffect, of extracurricularactivities on academicachievement, Athesispresented to school of education, Drackuniversity.1994.
- REFRENCES**
- Radwan Aboul Fotouh and others: The teacher in the school and society, Anglo-Egyptian, Cairo, 1978.

- Muhammad Sobhi Abu Saleh: Statistical Methods, 1st Edition, Dar Al-Maarif for Distribution and Publishing, Amman, Jordan, 2000.
- Ahmed Hassan Saleh: Mental Health and Social Psychology, Alexandria 2007.
- Jighani Naim: The degree of achievement of extra-curricular activities aimed at their educational goals in public secondary schools in Jordan from the point of view of their teachers, Damascus University Journal, Vol. 2001.
- Jawdat Abdel-Hadi: Learning Theories and Their Educational Applications, 1st edition, Dar Al-Thaqafa for publishing, Amman, Jordan, 2000.
- The magic of Abdel-Amir's phone: response to loss and grief and its relationship to psychological adjustment in children, published research, Journal of Arts, Letters, Sciences, Humanities and Sociology, Issue 27, 2018.
- Muhammad Sayed Othman: Motor Learning and Sports Training, Dar Al-Ilm for Publishing and Distribution, Kuwait 1987.
- Saleh bin Hamad Al-Assaf: Introduction to Research in Behavioral Sciences, 1st edition, Obeikan Library, Riyadh, Saudi Arabia, 1995.
- Muhammad Hassan Allawi and Osama Ratib: Scientific Research in Physical Education and Sports Psychology, Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, 1999.
- Rebhi Mustafa Elyan and Othman Muhammad Ghoneim: Scientific Research Methods, Theoretical Foundations and Practical Application, Dar Al-Safa for Publishing and Distribution, Amman, Jordan, 2010.
- Ibrahim Bassiouni Amira: Extracurricular Scientific Activities and Science Clubs, First Arab Education Bureau for the Gulf States, Riyadh, 1998.
- Ahmed Suleiman Odeh, and Fathi Hasan Malkawi: Fundamentals of Scientific Research for Education and Humanities, ed., Al-Manar Library for Publishing and Distribution, Zarqa, Jordan, 1987.
- Dio Boldeb Vandalen and others: research methods in education and psychology, translated by Muhammad Nabil Nofal and others, ed., Anglo-Egyptian Bookshop, Cairo, Egypt, 1985.
- Sami Muhammad Melhem: Scientific Research Methods in Education and Psychology, Dar Al-Masirah and Publishing, 6th edition, Amman, Jordan, 2010.
- Ahmed Musa: Evaluation of extra-curricular activity in Islamic education for students in the first cycle of lower basic education, Master's thesis, Institute of Educational Studies and Research, Department of Curricula and Teaching Methods, Cairo University, 2004.
- Qais Naji and Ahmed Bastawisi: Tests, measurement and principles of statistics in the mathematical field, Baghdad University Press, Baghdad, Iraq, 1987.

- . Saleh bin Abdulaziz Al-Nassar: "The role of school activity in academic achievement within the work of educational recitation, the activity is education and teaching," which was organized by the General Administration for Female Students' Activity in the period from 10/08/2008 Professor of Curricula and Popularization of the Participating Arabic Language, Faculty of Education, King Saud University, 2008.

ملحق (1)

مقياس التوافق النفسي

اسم التلميذ : العمر : الوزن : الطول :

ت	الفقرات	نعم	لا
1	اصاب بنزلات البرد بسهولة		
2	اشعر بالقلق الشديد على صحتي		
3	اتغيب عن المدرسة كثيرا بسبب المرض		
4	افضل عدم الذهاب الى المدرسة		
5	اشعر بان اهلي لا يحبوني		
6	اتجنب مساعدة زملائي في المدرسة		
7	استيقظ من نومي بسبب الاحلام المزعجة		
8	اشعر معظم الاوقات بالحزن		
9	اشعر بانني غير محبوب عند زملائي		
10	علاقتي بزملائي سيئة جدا		
11	ارى اني لا امانع في مقابلة الغرباء		
12	يتوافر الحب والوفاق داخل اسرتي		
13	اشعر بالرضا والسعادة داخل اسرتي		
14	مشاجراتي قليلة مع افراد اسرتي		
15	انني سهل الاختلاط بالناس		
16	اشعر بالراحة النفسية		
17	اتوافق بسرعة مع من حولي في البيت والمدرسة		
18	علاقتي بزملائي جيدة		
19	انا سعيد في حياتي		
20	اشعر اني محبوب عند زملائي		

ملحق (2) اسماء السادة الخبراء الذين استعان بهم الباحثان اثناء اجراءات البحث

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	الجامعة	الكلية
1	ناظم شاكر الوتار	أ. د.	نفس رياضي	الموصل	التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	عامر سعيد الخيكاني	أ. د.	نفس رياضي	بابل	التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	عكلة سليمان الحوري	أ. د.	نفس رياضي	الموصل	التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	عبدالودود احمد خطاب	أ. د.	نفس رياضي	صلاح الدين	التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	غازي صالح محمود	أ. د.	نفس رياضي	المستنصرية	التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	مها صبري حسن	أ. د.	نفس رياضي	كركوك	التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	سعد عباس الجنابي	أ. د.	نفس رياضي	تكريت	التربية البدنية وعلوم الرياضة

8	رياض عكاب مرعي	م. د.	نفس رياضي	الموصل	مديرية تربية نينوى
9	ايهم عبدالحميد عبدالله	م. د.	نفس رياضي	الموصل	مديرية تربية نينوى

ملحق (3) اسماء السادة المشرفين التربويين الذين استعان بهم الباحثان اثناء اجراءات البحث

ت	اسم المشرف	الاختصاص	مكان العمل
1	فارس حسين خضر	تربية رياضية	ممثلية وزارة التربية في اربيل
2	هديل عبدالحكيم امين	تربية رياضية	ممثلية وزارة التربية في اربيل
3	عمار محمد سليم	تربية رياضية	ممثلية وزارة التربية في اربيل
4	عبدالله عبدالعزيز محمود	تربية رياضية	ممثلية وزارة التربية في اربيل
5	سالم ابراهيم علي	تربية رياضية	ممثلية وزارة التربية في اربيل
6	احمد جهاد جمعة	تربية رياضية	ممثلية وزارة التربية في اربيل
7	ورقاء عبدالقادر ابراهيم	تربية رياضية	ممثلية وزارة التربية في اربيل

ملحق (4)

استبيان استفتاء آراء السادة الخبراء من المشرفين التربويين حول مفردات الانشطة

السيدالمحترم.

تحية طيبة:

يروم الباحثان بإجراء البحث الموسوم (تأثير الأنشطة اللاصفية في درس التربية الرياضية للمرحلة الابتدائية في تحسين التوافق النفسي في مدارس النازحين) ونظر لما تتمتعون به من خبرة في مجال الاختصاص يرجى التفضل ببيان الرأي في مفردات الانشطة اللاصفية المرفق طيا راجين تسجيل ملاحظاتكم وتعليقكم بما يخدم أهداف البحث.

شاكرين تعاونكم خدمة للبحث العلمي

اقامة سفرات مدرسية داخل المدرسة.

زراعة النباتات داخل المدرسة (الاهتمام بالزراعة).

مسابقات علمية مع المدارس القريبة.

اقامة سباقات رياضية داخل المدرسة.

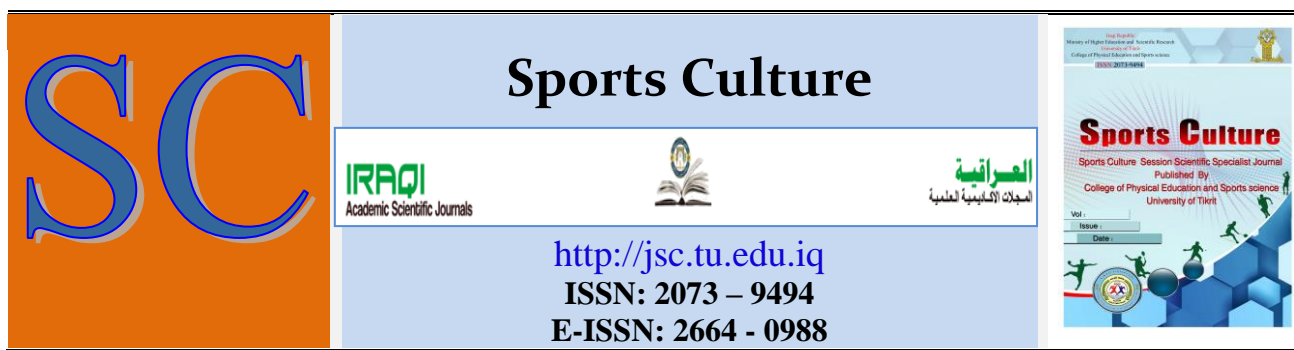
اقامة حملات تنظيف للمدرسة.

مشاركات رياضية مع المدارس المجاورة مثل دوريات رياضية.

مشاركات فنية مع المدارس المجاورة كمعارض الرسم وغيرها.

عمل فرق كشفية داخل المدرسة وتعليمهم كيفية التخيم الكشفي.

مسابقات شعرية ومحفوظات بين التلاميذ.



Construting the emotional suppression scale for handball players in Iraq

Jasim Muhammad Radi ^{1*}

1- Diyala Education Directorate

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.14>

Article info.

Article history:

-Received:6/11/2022

-Accepted: 11/12/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- Construting
- bscale
- emotional suppression
- handball

© 2022 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 aim of the current research is to construting a measure of emotional suppression for advanced handball players, and the researcher adopted the descriptive approach using the survey method as it is the closest to solving the research problem The researcher built the emotional suppression scale based on the theories that explained emotional suppression, as the scale Construting sample amounted to (190) players The scale was applied to the players and the scientific bases were extracted from the validity of the statistical analysis of the items, such as the validity of the content and the validity of the structure by adopting the method of discriminating power for the paragraphs, internal consistency, and the validity of the factor analysis, as well as verifying the stability in two ways Half-segmentation, and Alpha Cronbach's coefficient, after performing the factor analysis, the researcher reached to derive (5) factors with the number of paragraphs (30) paragraphs distributed over the five factors, and the researcher recommended using the scale built by the researcher to measure the emotional suppression of advanced handball players.

1- Corresponding Author: jasimradhi4@gmail.com, Diyala Education Directorate.

بناء مقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد في العراق

م.د. جاسم محمد راضي / مديرية تربية ديالى

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

الخلاصة:

الكلمات المفتاحية

- بناء

- مقياس

- القمع الانفعالي

- كرة اليد

هدف البحث الحالي لبناء مقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد المتقدمين، واعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كونه الأقرب لحل مشكلة البحث، وقام الباحث ببناء مقياس القمع الانفعالي معتمداً على النظريات التي فسرت القمع الانفعالي، إذ بلغت عينة بناء المقياس (190) لاعب إذ تم تطبيق المقياس على اللاعبين وأستخرج الأسس العلمية من صدق التحليل الاحصائي للفقرات كصدق المحتوى وصدق البناء بأعتماد طريقة القوة التمييزية للفقرات، والاتساق الداخلي، وصدق التحليل العاملي، وكذلك التحقق من الثبات بطريقتين، التجزئة النصفية، ومعامل ألفا كرونباخ، توصل الباحث بعد إجراء التحليل العاملي الى اشتقاق (5) عوامل بعدد فقرات (30) فقرة موزعة على العوامل الخمسة، و أوصى الباحث بأستخدام المقياس الذي بناه الباحث لقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد المتقدمين.

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث وأهميته:

يعد مفهوم "القمع الانفعالي من المواضيع المهمة جدا باعتباره صفة لأولئك الذين لا يتسمون بالقدرة والكفاءة على التعامل مع البيئة التي يعيشون بها وكذلك المادية منها ومدى استفادتهم من امكانياتهم العقلية ولديهم تخوف من التعبير عن مشاعرهم" (كفايفي 2014، 112)، والقمع الانفعالي هو استراتيجيات تخطي تنظيم الانفعالات السلبية والتي تقمع التعبيرات الخارجية للخبرات الانفعالية السلبية ويعرفها (ريتشارد و كروس) بأنها قمع أصدرها الإشارات التعبيرية للحالات الانفعالية الداخلية" (طلال، عبد المنعم: 2020: 144)، أن القمع الانفعالي لا ينبغي ان تكون استراتيجية دائمية يتبعها الفرد لتكون نمط لحياته ولا بد للإنسان ان يعبر عن انفعالاته بشكل إيجابي لهم "اما كروس يقول ان القمع الانفعالي يدفع الأفراد بالتصرف بحذر مع انفعالاتهم مما يؤدي بهم الى الشعور بالتوتر والشعور السلبي نحو انفسهم مما يؤدي بهم الى خبرة الشعور السلبي والى اعراض اكتئابية لاحقة"، (cross&levens, 1993:971)، "وللقمع الانفعالي دور مهم يعبر بها الفرد عن انفعالاته السلبية بشدة مما يتطلب كبح شدة الانفعال لذلك لتحسب عواقب غير مرغوبة فيها فالسماح للقمع بأداء دوره في تقليص حدة ظهور الانفعال السلبي ربما يسهل على الفرد المحافظة على طبيعة العلاقات الاجتماعية التي تربطه

بزملائه الآخرين فالقمع المعتدل يلعب دوره في إخفاء بعض المشاعر الخاصة التي ربما ظهورها يؤدي الى الحاق الضرر بالفرد وبالآخرين" , (Bonanno et.al,2003:2) , ويرى الباحث ان القمع الانفعالي هو عملية تنظيم الانفعالات والسيطرة عليها وضبطها للاعبين متمثلة بتفاعل المثير والاستجابة وما ترافق عملية الاستجابة من تغيرات سلوكية وعصبية للتعبير عن الانفعالات التي تحدث للاعب ومحاولة السيطرة والتعبير عن هذه الانفعالات بشكل إيجابي وممكن للقمع الانفعالي ان يساعد على تحقيق التقبل الاجتماعي للاعب من قبل مجتمعه ويساعد أيضا على الانفتاح والتجاوز وذلك من اجل الارتقاء والتسامي بالذات وبالتالي تحقيق النتائج الإيجابية التي يطمح في تحقيقها اللاعب.

1-2 مشكلة البحث:

ان اللاعبين يسعون جاهدين لأتباع استراتيجيات مختلفة وأساليب متنوعة لكبح جماح بعض الانفعالات السلبية وإظهار الانفعالات الإيجابية لكي يتمتع اللاعب بالصحة والسعادة النفسية ويعد هذا المتغير من المتغيرات الإيجابية في علم النفس الإيجابي والذي يساعد في تحفيز السلوك لمواجهة الأحداث الضاغطة على بعض اللاعبين , وتبرز مشكلة البحث من خلال ملاحظة الباحث أن متغير القمع الانفعالي من المتغيرات الحديثة نسبياً في علم النفس العام وفي علم النفس الرياضي ولعدم تطرق الباحثين لهذه الدراسات خصوصاً في المجال الرياضي لذا رأى الباحث الخوض في هذه المشكلة من خلال بناء أداة لقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد , وهذا المقياس على حد علم الباحث غير متوفر في مجال كرة اليد ولم يتطرق له الباحثين سابقاً مما دعا الباحث لبناء هذا المقياس , ويهدف البحث لبناء مقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد.

1-3 هدف البحث:

- يهدف البحث لبناء مقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد المتقدمين في العراق.

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري : لاعبو اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد في العراق

1-4-2 المجال الزمني: (2021/11/1) ولغاية (2022-2-4)

1-4-3 المجال المكاني: القاعات المغلقة في الأندية الرياضية

2- إجراءات البحث

2-1 منهج البحث

يعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لأنه يعد افضل المناهج ملائمة لطبيعة المشكلة التي درسها الباحث

2-2 مجتمع البحث والعينة:

يشتمل مجتمع البحث على لاعبي كرة اليد المتقدمين المشاركين في الدوري العراقي لسنة (2021-2022) والبالغ عددهم (280) لاعباً حسب كشوفات الاتحاد العراقي المركزي , إذ اختير العينة بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة إذ تكونت من (220) لاعباً مشاركين بالدوري العراقي , وقام البحث باستبعاد نادي السليمانية من عينة البحث لصعوبة ترجمة المقياس للغة الكردية و قام الباحث بتوزيع المقياس في يوم الجمعة (2021/11/19) ولغاية (2022-2-4) على الأندية وقد تم استبعاد (10) استمارة لعدم الأجابة عليها بشكل كامل , و(20) استمارة للعينة الاستطلاعية تم استبعادهم من

عينة البحث الرئيسية، فقد شملت عينة البحث الرئيسية (190) لاعباً حيث يمثلون نسبة مئوية مقدارها (67,86%) من المجتمع الأصلي للبحث والجدول (1) يبين ذلك.

جدول (1)

جدول يبين توزيع افراد مجتمع البحث والعينة المشمولة بالبحث

ت	النادي	العدد الكلي للاعبين	عدد أفراد عينة التجربة الاستطلاعية	عدد أفراد عينة التجربة الرئيسية	النسبة المئوية
1	ديالى	24	-	20	83,33%
2	الشرطة	23	-	18	78,26%
3	الجيش	24	-	20	83,33%
4	الكوت	20	20	-	100%
5	السليمانية	22	-	-	0%
6	الحشد	26	-	20	76,92%
7	بلدية البصرة	25	-	18	72%
8	الخليج	21	-	17	80,95%
9	المسيب	23	-	20	86,95%
10	التعاون	24	-	19	79,17%
11	الكوفة	24	-	20	83,33%
12	كربلاء	24	-	18	75%
	المجموع	280	20	190	

2-3 أدوات البحث:

"هي الوسيلة التي يجمع بها الباحث بياناته والأداة هي طريقة جمع البيانات من الأشخاص المرتبطين بموضوع البحث".
(البياتي:2018:242)

2-3-1 وسائل جمع البيانات:

المصادر العربية والأجنبية، الملاحظة، الاستبانة، شبكة الانترنت العالمية.

2-3-2 وسائل جمع البيانات وتحليله:

فريق العمل المساعد، ساعة توقيت، اقلام

2-4 إجراءات بناء المقياس:

"وتتضمن إجراءات بناء المقياس الخطوات التي اتبعت في البناء والتي تنطلق من أسس ومبادئ وتخضع لخطة عمل محكمة تتحدد بها مسبقاً جملة من المراحل والخطوات والإجراءات التنفيذية اللازمة ومن أسس بناء المقاييس"
(مخائيل:2016:56):

2-4-1 الغرض من بناء المقياس

2-4-2 تحديد الظاهرة المطلوب قياسها

2-4-3 تحديد مجالات (ابعاد) المقياس

2-4-4 اعداد الصيغة الأولية لفقرات المقياس

لأجل إعداد الصيغة الأولية لفقرات اتبع الباحث ما يأتي :

2-4-4-1 اعداد فقرات المقياس:

بعد تحديد ابعاد المقياس من قبل الباحث و وضع تعريف مناسب لكل بعد , قام بكتابة فقرات المقياس معتمداً على المصادر العربية و الاجنبية لغرض الافادة منها لكتابة فقرات المقياس.

2-4-4-2 صلاحية الفقرات:

بعد اكتمال المقياس بالصيغة الأولية والذي أشتمل على (42) فقرة متكونة من فقرات إيجابية وأخرى سلبية موزعة على (5) ابعاد وللتأكد من صياغة الفقرات من الجانب اللغوي, قام الباحث بعرضها على أستاذ مختص في اللغة العربية لغرض تقويمها لغوياً, وبعد إجراء التعديلات اللغوية عليها عرضت الفقرات على مجموعة من الخبراء لغرض الحكم على صلاحيتها من حيث ملاءمتها لقياس أبعاد القمع الانفعالي, واقترح السادة الخبراء جملة من الملاحظات حيث حذف بعض الفقرات وعدلت بعضها ونقل قسم منها إلى أبعاد أخرى أكثر قبولاً من البعد الذي وضعت بها.

والتحقق من ميزان التقدير الخماسي الذي أعطيت بدائل الإجابة الخمسة (تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً ,تنطبق علي بدرجة كبيرة ,تنطبق علي بدرجة متوسطة, تنطبق علي بدرجة قليلة, لاتنطبق علي اطلاقاً) الدرجات (1,2,3,4,5) للعبارة الإيجابية والدرجات (1,2,3,4,5) للعبارة السلبية , لذا فان أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (150) درجة وأدنى درجة هي (30) بعد نتائج التحليل العملي للمقياس كما سيأتي لاحقاً في البحث الحالي,ولتحليل آراء السادة الخبراء إحصائياً استخدم الباحث اختبار مربع كاي (كا) (2)

2-4-4-3 اعداد تعليمات المقياس:

لأجل الإجابة على فقرات المقياس بصورة صحيحة أكد الباحث على ضرورة الإجابة على جميع فقرات المقياس وإن أي فقرة تترك سوف تهمل الاستمارة ورفق أمثلة عن كيفية الإجابة عن فقرات المقياس بفقراته البالغة (42) فقرة التي كتبت بدون ذكر الأبعاد تمهيداً لأجراء التجربة الاستطلاعية

2-5 التجربة الاستطلاعية:

اجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على عينة من نادي الكوت بكرة اليد بعدد (20) لاعبا وتم اختيارهم بطريقة عشوائية بتاريخ(1-11-2021), والتجربة الاستطلاعية طريقة لاكتشاف الظروف المحيطة لعينة البحث ومدى فهمها لفقرات المقياس والأجابة عليها وكذلك لمعرفة الوقت المستغرق للإجابة على فقرات المقياس .

2-6- التجربة الرئيسية(تطبيق المقياس):

اصبح المقياس بتعليماته وفقراته الـ (42) فقرة جاهزاً للتطبيق على عينة البناء وهم لاعبو اندية دوري الدرجة الممتازة بكرة اليد في العراق البالغ عددهم (190) لاعباً , تم تطبيق المقياس على عينة البناء خلال المدة من(19-11-2021) لغاية (2022-2-4) .

2-7- الأسس العلمية لبناء المقياس :-

2-7-1 صدق المقياس:-

تحقق الباحث من صدق المقياس بمؤشرين للصدق :-

2-7-1-1 صدق المحتوى:-

يعتمد "صدق المحتوى أساساً على مدى تمثيل الاختبار للجوانب المعنى بقياسها" (سليمان:44:2010) وتحقق هذا الصدق بعد أن تم تحديد مفهوم القمع الانفعالي ,اذ قام الباحث بأعداد المقياس وتحديد أبعاده وفقراته بالاستعانة بمجموعة من الخبراء في علم النفس الرياضي لأقرار صلاحية الفقرات وبذلك حصل الباحث على صدق المحتوى.

2-1-7-2 صدق البناء :-

هذا النوع من الصدق " من أكثر أنواع الصدق ملائمة لبناء المقاييس لاعتماده التحقق التجريبي من مدى تطابق درجات الفقرات مع الخاصية أو المفهوم المراد قياسه وصدق البناء هو تحليل معنى درجات الاختبار في ضوء المفاهيم السايكلوجية" (الجلبي, 2005, 102).

وتحقق الباحث من الصدق من خلال ثلاثة مؤشرات هي :-

2-1-7-2 القوة التمييزية للفقرات :-

لغرض حساب معاملات تمييز الفقرات تم استخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين, إذ يعد أحد الأساليب المناسبة لحساب تمييز الفقرات, ويتطلب إيجاد معامل التمييز لفقرات المقياس بطريقة المجموعتين المتطرفتين الخطوات الآتية: (علام, 1986)

1-ترتب الدرجة التي حصل عليها اللاعبون على المقياس تنازلياً من أعلى درجة الى اوطأ درجة.

2-استقطاع نسبة (33%) من افراد العينة من الأعلى والذين حصلوا على اعلى الدرجات ليمثلوا أعلى الدرجات, واستقطاع نسبة (33%) من أفراد العينة من الأسفل الذين حصلوا على اوطأ الدرجات ليمثلوا افراد الدرجة الدنيا, إذ بلغ عدد اللاعبين في المجموعة العليا (62) لاعب, وبنفس العدد للمجموعة الدنيا.

والباحث استخدم طريقة اختبار (t) لإيجاد معامل تمييز الفقرات.

وبمقارنة نتائج التحليل الأحصائي لقيم t المحسوبة ومقارنتها بقيم الدلالة تم قبول جميع الفقرات ماعدا الفقرات التي أستبعدت وهي فقرة رقم (7) وفقرة رقم (12) وفقرة رقم (36) .

جدول(2)

يبين أقيام الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة للمجموعتين العليا والدنيا ودلالاتها المعنوية لفقرات المقياس

رقم الفقرة	المجموعات	س	ع	t	نسبة الخطأ	الدلالة الاحصائية
1	المجموعة العليا	4.55	.502	-7.088	.000	مميزة
	المجموعة الدنيا	5.00	0.000			
2	المجموعة العليا	3.94	1.226	-6.835	.000	مميزة
	المجموعة الدنيا	5.00	0.000			
3	المجموعة العليا	4.45	.761	-5.672	.000	مميزة
	المجموعة الدنيا	5.00	0.000			
4	المجموعة العليا	4.55	.823	-3.729	.000	مميزة
	المجموعة الدنيا	4.95	.216			
5	المجموعة العليا	4.29	.710	-5.945	.000	مميزة
	المجموعة الدنيا	4.90	.393			

مميّزة	.000	-5.544	.676	4.34	المجموعة العليا	6
			.338	4.87	المجموعة الدنيا	
غير مميّزة	.136	-1.500	.615	4.58	المجموعة العليا	7
			.450	4.73	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.492	.671	4.53	المجموعة العليا	8
			0.000	5.00	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-4.572	1.315	3.90	المجموعة العليا	9
			.599	4.74	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.122	.913	4.23	المجموعة العليا	10
			.447	4.89	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-4.274	.770	4.35	المجموعة العليا	11
			.558	4.87	المجموعة الدنيا	
غير مميّزة	.149	-1.454	.879	4.31	المجموعة العليا	12
			.718	4.52	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-3.938	.450	4.73	المجموعة العليا	13
			.178	4.97	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-6.925	1.360	3.71	المجموعة العليا	14
			.381	4.95	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-6.466	1.003	3.90	المجموعة العليا	15
			.497	4.82	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-6.851	.681	4.21	المجموعة العليا	16
			.338	4.87	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.698	.737	4.42	المجموعة العليا	17
			.178	4.97	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-4.974	.797	4.39	المجموعة العليا	18
			.275	4.92	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.796	.970	4.24	المجموعة العليا	19

			.178	4.97	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.386	.621	4.32	المجموعة العليا	20
			.385	4.82	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-6.480	.763	4.32	المجموعة العليا	21
			.178	4.97	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.001	-3.573	.651	4.66	المجموعة العليا	22
			.178	4.97	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-6.104	.770	4.35	المجموعة العليا	23
			.178	4.97	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-7.664	.696	4.32	المجموعة العليا	24
			0.000	5.00	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-6.490	1.226	3.94	المجموعة العليا	25
			.254	4.97	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.107	.834	4.37	المجموعة العليا	26
			.248	4.94	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.957	1.360	3.71	المجموعة العليا	27
			.713	4.87	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-6.230	1.226	3.94	المجموعة العليا	28
			.381	4.95	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.551	1.116	4.00	المجموعة العليا	29
			.474	4.85	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.007	-2.729	.613	4.40	المجموعة العليا	30
			.637	4.71	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-6.560	.813	4.27	المجموعة العليا	31
			.178	4.97	المجموعة الدنيا	
مميّزة	.000	-5.667	1.045	4.08	المجموعة العليا	32
			.338	4.87	المجموعة الدنيا	

مميزة	.000	-4.849	.737	4.31	المجموعة العليا	33
			.451	4.84	المجموعة الدنيا	
مميزة	.000	-7.088	.502	4.55	المجموعة العليا	34
			0.000	5.00	المجموعة الدنيا	
مميزة	.000	-6.490	1.226	3.94	المجموعة العليا	35
			.254	4.97	المجموعة الدنيا	
غير مميزة	.149	-1.454	.879	4.31	المجموعة العليا	36
			.718	4.52	المجموعة الدنيا	
مميزة	.000	-3.729	.823	4.55	المجموعة العليا	37
			.216	4.95	المجموعة الدنيا	
مميزة	.007	-2.729	.613	4.40	المجموعة العليا	38
			.637	4.71	المجموعة الدنيا	
مميزة	.000	-6.925	1.360	3.71	المجموعة العليا	39
			.381	4.95	المجموعة الدنيا	
مميزة	.000	-4.974	.797	4.39	المجموعة العليا	40
			.275	4.92	المجموعة الدنيا	
مميزة	.000	-6.104	.770	4.35	المجموعة العليا	41
			.178	4.97	المجموعة الدنيا	
مميزة	.000	-5.796	.970	4.24	المجموعة العليا	42
			.178	4.97	المجموعة الدنيا	

2-2-1-7-2 الأتساق الداخلي :-

"استخدم الباحث معامل الاتساق الداخلي في تحليل فقرات المقياس أذ تم استخدام قانون معامل الارتباط البسيط لبيرسون (Person) لأستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد العينة البالغة (190) لاعب بين كل فقرة وبين الدرجة الكلية للمقياس بأستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS), ولمعرفة دلالتها الإحصائية قورنت مع قيم الدلالة, وفي ضوء هذا المعيار أستبعدت فقرة رقم(13) وفقرة رقم(22), وفقرة رقم(30) وفقرة رقم (38), من فقرات المقياس"(الزاملي:2017,55)

الجدول (3)

يبين نتائج معامل الارتباط (بيرسون) بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس باستخدام طريقة الاتساق الداخلي

رقم الفقرة	معامل الارتباط	قيم الدلالة	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	قيم الدلالة	مستوى الدلالة
1	.338**	.000	دالة	23	.588**	.000	دالة
2	.730**	.000	دالة	24	.482**	.000	دالة
3	.611**	.000	دالة	25	.689**	.000	دالة
4	.176*	.015	دالة	26	.357**	.000	دالة
5	.385**	.000	دالة	27	.671**	.000	دالة
6	.348**	.000	دالة	28	.684**	.000	دالة
8	.381**	.000	دالة	29	.519**	.000	دالة
9	.487**	.000	دالة	30	.122	.094	غير دالة
10	.534**	.000	دالة	31	.502**	.000	دالة
11	.432**	.000	دالة	32	.294**	.000	دالة
13	.115	.114	غير دالة	33	.285**	.000	دالة
14	.768**	.000	دالة	34	.338**	.000	دالة
15	.566**	.000	دالة	35	.689**	.000	دالة
16	.639**	.000	دالة	37	.176*	.015	دالة
17	.494**	.000	دالة	38	.122	.094	غير دالة
18	.345**	.000	دالة	39	.768**	.000	دالة
19	.620**	.000	دالة	40	.345**	.000	دالة
20	.147*	.043	دالة	41	.588**	.000	دالة
21	.520**	.000	دالة	42	.620**	.000	دالة
22	.115	.116	غير دالة				

2-7-1-3-2 الصدق العاملي :-

"يعد التحليل العاملي شكلاً متطوراً ومعقداً من اشكال الصدق ففي هذا الأسلوب نستخدم التحليل العاملي للحصول على تقدير كمي لصدق الاختبار في شكل معامل احصائي وهو تشعب الاختبار على العامل الذي يقيس المجال المعين فنحن نبدأ من مصفوفة ارتباطية بين عدد من الاختبارات التي تقيس مجالاً متجانساً طبقت على عينة متجانسة من الأفراد وتخرج من تحليل هذه المصفوفة عاملياً بعدد من الفئات التصنيفية المختصرة هي العوامل التي تعبر عن التباين المشترك بين هذه المتغيرات" (إبراهيم:1998:21)، والتحليل العاملي يقوم على معرفة المكونات الرئيسية للظواهر التي تخضع للقياس . ومن أجل تحقيق أهداف البحث، أخضع الباحث (35) فقرة للتحليل العاملي.

2-7-2 ثبات المقياس:-

ثبات الاختبار يعني " دقة المقياس في الملاحظة وعدم تناقضه مع نفسه وإتساقه فيما يزودنا به من معلومات على سلوك الفرد " (تايلر , ليونا, 1989:56), وتحقق الباحث من ثبات المقياس من خلال طريقة التجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ .

2-7-2-1 طريقة التجزئة النصفية ؛

أستخدم الباحث في إيجاد الثبات على جميع الفقرات العلاقة بين الأسئلة الفردية والزوجية، البالغة(190) استمارة واستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS), وادخلت البيانات إليها ثم قسمت فقرات المقياس على نصفين وتم استخراج معامل الثبات بين مجموع درجات النصفين بطريقة (بيرسون), وبلغ معامل الارتباط بين النصفين (0.75) الا ان هذه القيم تمثل "معامل ثبات نصف الاختبار لذلك يتعين تعديل معامل الثبات وتصحيحه حتى نحصل على معامل ثبات الاختبار ككل وعليه استخدم معادلة سبيرمان براون لتصحيح معامل الارتباط". (عبد الرحمن:181:2008) وبعد التصحيح أصبح معامل الثبات (0,92) وهو معامل ثبات عال يمكن اعتماده لتقدير ثبات الاختبار.

2-7-2-2 معامل ألفا كرونباخ:-

ومن أجل حساب الثبات بهذه الطريقة للمقياس أتمد الباحث على عينة بناء المقياس الصالحة للعمل الاحصائي والبالغة (190) لاعب، وعند حساب قيمة معامل الثبات اتضح أنها تبلغ (0.870) وهي قيمة ممتازة في بحوث التربية الرياضية ومعامل ثبات عال وموثوق به ويمكن اعتماده. (صفوت فرج,334)

2-8 الوسائل الإحصائية:-

غولجت البيانات الإحصائية باستخدام برنامج (spss).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض النتائج والمؤشرات الإحصائية

3-1-1 التحليل العاملي:

أكدت نتائج التحليل العاملي عن (13) عامل قبل التدوير الا أن هذه العوامل غير قابلة للتفسير إلا بعد تدويرها ولهذا استخدم الباحث أسلوب التدوير المتعامد (الفاريماكس Varimax), لـ (كايزر Kaiser), لأنه يؤدي إلى أفضل الحلول التي تستوفي خصائص التركيب البسيط لثريستون

3-1-1-1 العوامل قبل التدوير:

من خلال إجراءات الحصول على العلاقة الارتباطية البنينة إذ تعد خطوة تمهد طريق الوصول الى صورة ملخصة عن أهم العوامل, وان استخدام التحليل العاملي هو لتفسير قيمة الارتباطات البنينة على وفق اقل عدد ممكن من العوامل, ومن

اجل الحصول على البناء العاملي البسيط استخدم الباحث طريقة المكونات الاساسية لهوتلنج (Hottelling Principle Components) في تحليل المصفوفة عاملياً وهي طريقة يفضلها طومسون, لانها تستخلص اقصى تباين ارتباطي للمصفوفة وكذلك يقبلها محك كايزر لتحديد العوامل واستخدامها الواحد الصحيح في الخلايا القطرية لمصفوفة الارتباط بدلاً من معامل ثبات الاختبار وتمخضت نتائج التحليل العاملي قبل التدوير عن (13) عامل وهذه العوامل تسمى العوامل المباشرة.

جدول(4) يبين قيم العوامل قبل التدوير

رقم الفقرة	العوامل قبل التدوير													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	التباين المفسر
1	.342	.125	.630	.180	.135	.519	.223	.050	.010	.052	.183	.128	.076	.960
2	.751	.061	.471	.058	.051	.351	.098	.012	.121	.079	.071	.005	.020	.956
3	.628	.318	.055	.122	.000	.279	.215	.040	.246	.284	.161	.107	.088	.824
4	.100	.218	.145	.569	.391	.176	.137	.460	.333	.007	.079	.194	.017	.972
5	.348	.025	.123	.426	.411	.077	.003	.292	.182	.181	.287	.122	.202	.782
6	.366	.519	.202	.169	.174	.227	.301	.103	.253	.073	.034	.023	.141	.746
8	.377	.402	.120	.174	.127	.007	.026	.160	.319	.114	.261	.294	.126	.676
9	.451	.021	.204	.239	.043	.072	.077	.069	.101	.291	.065	.130	.366	.570
10	.543	.153	.128	.011	.022	.264	.054	.033	.138	.248	.206	.223	.264	.651
11	.491	.185	.350	.233	.054	.047	.503	.011	.030	.034	.130	.182	.026	.763
14	.760	.243	.131	.154	.147	.208	.076	.179	.196	.120	.170	.199	.051	.905
15	.545	.125	.033	.085	.364	.275	.112	.091	.219	.087	.151	.191	.135	.683
16	.639	.018	.022	.080	.046	.044	.082	.241	.032	.101	.259	.189	.169	.627
17	.511	.131	.265	.085	.133	.279	.255	.024	.081	.348	.287	.146	.073	.753
18	.341	.517	.329	.220	.212	.362	.169	.044	.230	.226	.147	.128	.140	.908
19	.672	.099	.042	.442	.183	.073	.380	.071	.007	.031	.172	.188	.066	.918
20	.093	.100	.144	.085	.169	.208	.025	.317	.140	.676	.212	.066	.255	.810
21	.496	.175	.350	.131	.259	.478	.028	.280	.196	.112	.070	.188	.078	.888
23	.654	.200	.309	.155	.107	.049	.439	.167	.159	.032	.163	.056	.036	.879
24	.455	.014	.118	.383	.372	.102	.053	.211	.163	.130	.422	.048	.072	.793
25	.719	.060	.480	.034	.042	.373	.143	.012	.129	.073	.079	.010	.046	.944
26	.328	.397	.377	.201	.048	.070	.346	.099	.281	.268	.017	.103	.198	.785

.738	-	-	.197	-	-	.045	-	.208	-	.227	-	.648	27
.889	.028	.193	.049	.144	.126	.138	.035	.350	.138	.040	.464	.710	28
.824	.024	.014	.014	.069	.100	.050	.148	.398	.035	.040	.464	.045	29
.877	.071	.132	.014	.092	.047	.180	.398	.101	.214	.456	.076	.089	31
.877	.222	.170	.135	.031	.252	.286	.062	.438	.306	.109	.255	.173	32
.829	.463	.108	.023	.343	.168	.158	.277	.056	.371	.089	.096	.340	33
.649	.354	.319	.117	.287	.068	.061	.362	.154	.082	.122	.207	.173	34
.960	.076	.128	.183	.052	.010	.050	.223	.519	.135	.180	.630	.125	35
.944	.046	.010	.079	.073	.129	.012	.143	.373	.042	.034	.480	.060	37
.972	.017	.194	.079	.007	.333	.460	.137	.176	.391	.569	.145	.218	39
.905	.051	.199	.170	.120	.196	.179	.076	.208	.147	.154	.131	.243	40
.908	.140	.128	.147	.226	.230	.044	.169	.362	.212	.220	.329	.517	41
.879	.036	.056	.163	.032	.159	.167	.439	.049	.107	.155	.309	.200	42
.918	.066	.188	.172	.031	.007	.071	.380	.073	.183	.442	.042	.099	42

3-1-1-2 العوامل بعد التدوير

استعمل الباحث التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس (Varimax) لكاييزر (Kaiser) بغية الوصول إلى البناء العاملي البسيط (Simple Structure) لثرستون (فرج:122).

وأن محك كاييزر يتوقف عن التقبل للعوامل التي يقل جذرها الكامن (Latent Root) عن الواحد الصحيح (حسانين، 1983:247)، وبعد ان تم تدوير العوامل عمل الباحث على تحديد العوامل القابلة للتفسير بناءً على تشعب الفقرات والعوامل، "إذ يحق للباحث اختيار الاختبار الذي زاد أو تساوى تشعبه عن ($0.30 \pm$) فأكثر ويتم قبول العامل الذي تشعبت عليه ثلاثة اختبارات فأكثر بعد التدوير" (جون اسنازي، 1989:696)، وباعتماد نسبة تشعب ($0.30 \pm$) تم قبول (5) عوامل يتكون منها المقياس بعدد (30) فقرة موزعة على الأبعاد الخمسة، ونلاحظ إن التشعبات في العوامل قد تغيرت إذا ما قورنت بالقيم قبل التدوير.

جدول (5) يبين قيم العوامل بعد التدوير

رقم الفقرة	العوامل بعد التدوير												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	.021	.932	.015	.076	.011	-.058	.204	-.028	.101	-.002	.154	.073	-.016
2	.927	.105	.050	.204	.005	.067	.039	-.039	.068	.085	.134	.054	.024
3	.111	.277	.250	.403	.055	.528	-.011	.112	.165	-.026	.111	.285	-.308
4	.099	-.046	-.019	-.063	-.027	.041	.079	.082	.965	-.086	.019	.002	.036
5	.144	.085	.131	-.020	.072	.782	.164	.157	.017	.187	.009	.034	-.177
6	.099	.095	-.013	.450	-.444	.164	.435	.002	-.039	-.025	.052	.325	.020

.676	.220	.092	.437	-.163	.193	-.083	.256	.512	-.052	-.067	.028	.118	.096	8
.570	-.034	.343	.125	.087	.211	.112	-.131	-.086	.075	.108	.218	.019	.531	9
.651	.098	.501	.272	-.255	-.017	.014	-.042	.255	.209	.079	.200	.284	.119	10
.763	.042	-.011	.009	-.063	-.061	-.103	.064	.055	-.105	.108	.219	.811	.085	11
.905	.016	.161	-.116	-.145	.079	.083	.045	.138	.281	.048	.613	.146	.576	14
.683	.232	.085	.139	-.106	.260	.217	-.163	.077	.375	.434	.202	.244	.123	15
.627	.047	.232	-.062	.038	-.051	.269	.292	.196	.297	.152	.058	.277	.419	16
.753	.556	.030	.192	-.212	-.084	.007	-.004	.268	.090	.118	.202	.459	.092	17
.908	.031	.074	-.032	.168	.005	.058	-.098	.019	-.161	.157	.889	.074	.116	18
.918	.035	.057	.039	-.102	-.063	-.079	.074	.127	.110	.855	.127	.076	.324	19
.810	-.016	-.046	-.155	.037	.098	.024	.034	.001	.037	.037	.152	-.022	.863	20
.888	.127	.187	.209	.144	-.024	-.011	.052	.009	.014	.109	.848	.188	-.052	21
.879	-.065	.028	.106	-.137	-.036	-.006	.160	.147	.074	.136	.111	.841	.226	23
.793	-.001	.127	.800	.113	.007	.057	.142	-.018	.105	.003	.134	.109	.245	24
.944	.010	.019	.128	.061	.049	-.064	.021	.051	-.020	.182	.032	.114	.931	25
.785	.263	-.152	.022	.063	-.073	.103	-.151	.569	.214	.188	.445	-.188	.111	26
.738	-.044	.136	-.068	-.119	.065	.161	.007	.099	.335	-.052	.509	.182	.502	27
.889	-.003	.033	.122	.066	.047	-.034	.017	.068	.009	.171	.011	.144	.900	28
.824	.041	.151	-.117	-.088	-.109	.064	.202	.161	.058	.787	-.042	.179	.198	29
.877	.149	.047	.246	.152	-.084	-.036	.034	.047	-.078	.097	.851	.123	.046	31
.829	-.063	-.017	.032	.102	-.081	-.079	.198	.173	-.191	.088	.107	.822	.002	32
.649	.275	.133	.015	.308	.090	.112	.104	-.207	-.145	-.033	-.084	.583	.130	33
.960	-.016	.073	.154	-.002	.101	-.028	-.058	.932	.011	.076	.015	.204	.021	34
.944	.010	.019	.128	.061	.049	-.064	.021	.051	-.020	.182	.032	.114	.931	35
.972	.036	.002	.019	-.086	.965	.082	.079	.041	-.027	-.063	-.019	-.046	.099	37
.905	.016	.161	-.116	-.145	.079	.083	.045	.138	.281	.048	.613	.146	.576	39
.908	.031	.074	-.032	.168	.005	.058	-.098	.889	-.161	.157	.019	.074	.116	40
.879	-.065	.028	.106	-.137	-.036	-.006	.160	.147	.074	.136	.111	.841	.226	41
.918	.035	.057	.039	-.102	-.063	-.079	.074	.127	.110	.855	.127	.076	.324	42

3-2 تفسير العوامل المستخلصة (باهي واخرون, 44:2002)

"يجب أن يتم تفسير العوامل بعد تدوير المحاور إذ يتم توزيع التباين الكلي للمصفوفة من جديد في ضوء خصائص البناء البسيط وهي الخصائص التي تؤدي إلى تمييز المتغير الواحد بتشبع مرتفع على عامل واحد, ما لم يكن معبراً عن أشكال من التباين يتوزع بشكل بارز مع العديد من متغيرات المصفوفة".

❖ شروط قبول العامل :

1- يقبل العامل الذي يتشبع عليه ثلاث فقرات دالة على الأقل، ذلك طبقاً لمحك جيلفورد (± 0.30)

2- يتم تفسير العوامل في ضوء التشبعات الكبرى التي تساوي أو تزيد على (± 0.30).

3- العوامل الدالة التي يساوي جذرها الكامن الواحد الصحيح على الأقل وفقاً لمحك كايزر .

4- تفسير العوامل في ضوء النتائج بعد التدوير المتعامد .

5- اتباع تعليمات ثرستون التي تتضمن ((الاقتصاد في الوصف العاملي للنواحي الفريدة ، اختلاف تشبعات العوامل ، التفسيرات التي لها معنى)) .

إذ تم ترتيب الفقرات تنازلياً في كل عامل من العوامل وقد اختيرت الفقرات الحاصلة على التشبعات العالية والواقعة من ($+0.30$) فأكثر، إذ تعد هذه القيمة مؤشراً جيداً لقبول تشبعات العوامل، وباعتماد هذا المحك أمكن قبول (5) عوامل.

وسنستعرض العوامل التي يتكون منها المقياس على وفق تشبعات الفقرات على تلك العوامل، والعوامل هي :-

3-2-1 تفسير العامل الأول:

يتكون العامل الأول من الفقرات الحائزة على أعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة، والتي بلغ تشبعها (419). فأكثر وعددها (7) فقرات بقيم ذات دلالة ($+0.30$) فأكثر وبنسبة (20%) من العدد الكلي للفقرات.

ت	رقم الفقرة	الفقرات	درجة التشبع
1	Q25	اكبح دموعي في المواقف الحزينة	.931
2	Q35	اخفي مشاعر القلق بداخلي	.931
3	Q2	أجد صعوبة ولا أتمكن من البوح بشعوري	.927
4	Q28	اسمح لزملائي بمعرفة ما اشعر به	.900
5	Q20	اعبر عن انفعالاتي بطريقة غير حضارية	.863
6	Q9	ناقش الأمور مع اللاعبين بهدوء في كافة المواقف	.531
7	Q16	أجد صعوبة في مواجهة الآخرين بالكلام	.419

3-2-2 تفسير العامل الثاني

يتكون العامل الثاني من الفقرات الحائزة على أعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة والتي بلغ تشبعها (583). فأكثر وعددها (6) فقرات بقيم ذات دلالة ($+0.30$) فأكثر، وبنسبة (14, 17%) من العدد الكلي للفقرات.

ت	رقم الفقرة	الفقرات	درجة التشبع
1	Q1	أخفي شعوري عندما اتعرض لأذى	.932
2	Q23	اشعر بعدم قدرتي على التعبير عما يدور بداخلي	.841
3	Q41	اشعر بالاطمئنان في المواقف الصعبة	.841
4	Q32	اثناء النوم تراودني أحلام مزعجة	.822

5	Q11	ارفض التحدث عن نفسي امام زملائي	.811
6	Q33	يصعب علي تعبير عن مشاعري بشكل جيد	.583

3-2-3 تفسير العامل الثالث

يتكون العامل الثالث من الفقرات الحائزة على أعلى تشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة والتي بلغ تشبعتها (509). فأكثر وعددها (6) فقرات، بقيم ذات دلالة (+0.30) فأكثر، إذ بلغت النسبة المئوية (14, 17%) من المجموع الكلي لعدد الفقرات.

ت	رقم الفقرة	الفقرات	درجة التشبع
1	Q18	امنع نفسي من البكاء والتعبير عند مشاهدتي موقفاً محزناً.	.889
2	Q31	انزعج عندما لا يفهمني المدرب	.851
3	Q21	اشعر بصعوبة لقول الحقيقة تجنباً للرفض	.848
4	Q14	استطيع كبح جماح غضبي بالمواقف الصعبة	.613
5	Q39	استطيع كبح غضبي في المواقف الحرجة	.613
6	Q27	أتكلم ما أشعر به	.509

3-2-4 تفسير العامل الرابع

يتكون العامل الرابع من الفقرات الحائزة على أعلى التشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة والتي بلغ تشبعتها (434). فأكثر، وعددها (5) فقرات بقيم ذات دلالة (+0.30) فأكثر، إذ بلغت النسبة المئوية لفقرات العامل الرابع (14,28%).

ت	رقم الفقرة	الفقرات	درجة التشبع
1	Q19	اتحدث الي زملائي عن احزاني	.855
2	Q42	اعبر بحرية عن الغضب والحزن	.855
3	Q29	اخفي انزعاجي من اي شئ	.787
4	Q6	أحاول إخفاء شعوري خوفاً من الإخفاق	.450
5	Q15	أتألم عندما اخفي الألم	.434

3-2-5 تفسير العامل السادس

يتكون العامل السادس من الفقرات الحائزة على أعلى التشبعات على وفق شروط تفسير العوامل المعتمدة والتي بلغ تشبعتها (512). فأكثر، وعددها (6) فقرات بقيم ذات دلالة (+0.30) فأكثر، إذ بلغت النسبة المئوية لفقرات العامل السادس (14, 17%).

ت	رقم الفقرة	الفقرات	درجة التشبع
1	Q34	اشعر بتراكم مشاعر الخيبة بداخلي	.932
2	Q40	التزم بالصمت عند جلوسي مع الاخرين	.889
3	Q5	اتظاهر بخلاف ما اشعر به في المواقف الضاغطة	.782
4	Q26	اخفق شعوري عندما أقلق	.569
5	Q3	أطمئن من جراء المواقف الصعبة التي تواجهني	.528
6	Q8	اخبر أصدقائي بما يقلقتني	.512

3-3 العوامل المستبعدة:

أستبعدت العوامل التي لم تنطبق عليها شروط قبول العامل وهي كما يلي:
 العامل رقم (5) لم تتشبع عليه فقرة, العامل رقم (7) لم تتشبع عليه فقرة, العامل رقم (8) لم تتشبع عليه فقرة, العامل رقم (9) تشبعت عليه فقرتان فقط, العامل رقم (10) لم تتشبع عليه فقرة, العامل رقم (11) تشبعت عليه فقرة واحدة فقط, العامل رقم (12) تشبعت عليه فقرة واحدة فقط, العامل رقم (13) تشبعت عليه فقرة واحدة فقط.

4- الخاتمة

1-4 الاستنتاجات

1- على ضوء النتائج للتحليل العملي توصل الباحث الى, بناء مقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد دوري الدرجة الممتازة في العراق.

2- وفي ضوء نتائج التحليل العملي تم التوصل الى (5) عوامل لمقياس القمع الانفعالي , وبلغ عدد فقرات مقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد (30) فقرة.

2-4 التوصيات

1- أوصى الباحث باستخدام المقياس الذي بناه الباحث لقياس القمع الانفعالي للاعبين كرة اليد لدوري الدرجة الممتازة في العراق.

2- تقنين المقياس الذي بناه الباحث .

3- بناء مقياس القمع الانفعالي لمختلف الالعاب الفردية وباقي الالعاب الأخرى.

4- استخدام مقياس القمع الانفعالي الذي بناه الباحث على عينات مختلفة بعد اجراء التعديلات المناسبة عليه بما يتناسب مع نوع العينة التي يجري التطبيق عليها.

المصادر العربية والأجنبية

■ إبراهيم, مروان عبد المجيد: ط2, الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والمقياس في التربية الرياضية, الجامعة الهولندية, كلية التربية الرياضية, 1998.

■ البياتي, فارس رشيد؛ الحاوي في مناهج البحث العلمي, ط1, دار السواقي العلمية, عمان الأردن, 2018.

■ الجلي, سوسن شاكرا؛ اساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية, ط1, مؤسسة علاء الدين للطباعة, سوريا, 2005.

■ الزامل, علي حسين؛ بناء وتقنين المقاييس النفسية, جامعة القادسية, مطبعة دار الكتب والوثائق, 2017.

■ باهي واخرون, مصطفى حسين ؛ التحليل العملي ، النظرية – التطبيق، ط1: القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 2002.

■ تايلر, ليونا ؛ الاختبارات والمقاييس, ط3. (ترجمة) سعد عبد الرحمن , القاهرة, دار الشروق, 1989.

■ جون استازي, وانا خولي؛ سيكلوجية الفروق الفردية بين الافراد والجماعات. (ترجمة) السيد محمد خيرى واخرون, القاهرة, الشركة العربية للطباعة والنشر, 1989.

■ حسانين, محمد صبحي ؛ التحليل العملي للقدرات البدنية ، ط1 : القاهرة ، الجهاز المركزي للكتب الجامعية والمدرسية والوسائل التعليمية ، 1983 .

- سناء محمد سليمان؛ أدوات جمع البيانات في البحوث النفسية والتربوية، القاهرة عالم الكتب، 2010.
- طلال، صبا علي وعبد المنعم، عبير؛ القمع الانفعالي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى طلبة الإعدادية، بحث منشور، مؤتمر العلمي الافتراضي، الجامعة المستنصرية وجامعة ذي قار، 2020.
- عبد الرحمن، سعد؛ القياس النفسي النظرية والتطبيق، ط5، مصر، هبة النيل العربية للنشر والتوزيع، 2008.
- علام، صلاح الدين محمود؛ تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي، الكويت، جامعة الكويت، 1986.
- كفاي، علاء الدين وآخرون؛ الانفعالات، ط1، دار الفكر للطباعة، 2014.
- مخائيل، امطانيوس؛ بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية وتقنياتها: عمان الأردن، ط1، دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع، 2016.
- Bonanno , George A. et.al. (2003) : The Importance of Being Flexible : The Ability to Both Enhance and Suppress Emotional
- Gross , James & Levenson , Robert W. (1993) : Emotional Suppression : Physiology , Self –Report , and Expressive Behavior , Journal of Personality and Social Psychology , The American Psychological As
- Ibrahim, Marwan Abdel-Meguid: 2nd Edition, Scientific Foundations and Statistical Methods for Tests and Measurement in Physical Education, Dutch University, College of Physical Education, 1998
- . □ Al-Bayati, Faris Rashid, Al-Hawi in Scientific Research Methods, 1st Edition, Dar Al-Sawaqi Al-Alami, Amman, Jordan, 2018
- st 1Chalabi, Sawsan Shaker, The Basics of Constructing Psychological Tests and Measures, 2005Edition, Aladdin Printing Institute, Syria,
- Al-Zamili, Ali Hussein: Building and codifying psychological measures, University of Al-Qadisiyah, Dar Al-Kutub and Documentation Press, 2017.
- st edition: Cairo, Al-1 □ Bahi et al., Mustafa Hussain; Factor analysis, theory - application, 2002Kitab Publishing Center,
- rd Edition. (Translated by) Saad Abdel-3 □ Tyler, Leona: Tests and Measurements, 1989Rahman, Cairo, Dar Al-Shorouk,
- John Stasi, and I am Kholi; Psychology of individual differences between individuals and groups. (Translation) by Mr. Mohamed Khairy and others, Cairo, The Arab Company for 1989Printing and Publishing,
- st edition: Cairo, 1 □ Hassanein, Mohamed Sobhi; Factorial analysis of physical abilities, 1983Central Agency for University and School Books and Teaching Aids,
- Sana Mohamed Suleiman; Data collection tools in psychological and educational 2010research, Cairo, World of Books,
- Talal, Saba Ali and Abdel Moneim, Abeer; Emotional suppression and its relationship to some personality traits among preparatory students, published research, virtual scientific 2020conference, Al-Mustansiriya University and Dhi Qar University,
- th Edition, 5 □ Abdul Rahman, Saad: Psychological measurement theory and practice, 2008Egypt, Hebat Al-Nil Al-Arabiya for Publishing and Distribution,
- Allam, Salah El-Din Mahmoud; Contemporary Developments in Psychological and 1986Educational Measurement, Kuwait, Kuwait University,
- .2014st edition, Dar Al-Fikr for printing, 1 □ Kafafi, Aladdin and others: emotions,

□ Mikhael, Imtarios: Constructing and codifying psychological and educational tests and st edition, Dar Al-Easar Al-Alami for publication and lmeasures: Amman, Jordan, .2016distribution,

Bonanno , George A. et.al. (2003) : The Importance of Being Flexible : The Ability to Both Enhance and Suppress Emotional

Gross , James & Levenson , Robert W. (1993) : Emotional Suppression : Physiology , Self –Report , and Expressive Behavior , Journal of Personality and Social Psychology , The American Psychological As

ملحق (1) مقياس القمع الانفعالي بالصورة النهائية

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي اطلاقاً
1	أخفي شعوري عندما اتعرض لأذى					
2	أجد صعوبة ولا أتمكن من البوح بشعوري					
3	أطمئن من جراء المواقف الصعبة التي تواجهني					
4	اثناء النوم تراودني أحلام مزعجة					
5	اتظاهر بخلاف ما اشعر به في المواقف الضاغطة					
6	أحاول إخفاء شعوري خوفاً من الإخفاق					
7	يصعب علي تعبير عن مشاعري بشكل جيد					
8	اخبر أصدقائي بما يقلقني					
9	اناقش الأمور مع اللاعبين بهدوء في كافة المواقف					
10	اشعر بصعوبة لقول الحقيقة تجنباً للرفض					
11	ارفض التحدث عن نفسي امام زملائي					
12	انزعج عندما لا يفهمني المدرب					
13	اخفي مشاعر القلق بداخلي					
14	استطيع كبح جماح غضبي بالمواقف الصعبة					
15	أتألم عندما اخفي الألم					
16	اجد صعوبة في مواجهة الآخرين بالكلام					
17	اخفي انزعاجي من اي شئ					
18	امنع نفسي من البكاء والتعبير عند مشاهدتي موقفاً محزناً.					
19	اتحدث الى زملائي عن احزاني					
20	اعبر عن انفعالاتي بطريقة غير حضارية					
21	استطيع كبح غضبي في المواقف الحرجة					
22	التزم بالصمت عند جلوسي مع الآخرين					
23	اشعر بعدم قدرتي على التعبير عما يدور بداخلي					
24	اشعر بتراكم مشاعر الخيبة بداخلي					
25	اكبح دموعي في المواقف الحزينة					
26	اخفق شعوري عندما أقلق					
27	أتكلم ما اشعر به					
28	اسمح لزملائي بمعرفة ما اشعر به					
29	اشعر بالاطمئنان في المواقف الصعبة					
30	اعبر بحرية عن الغضب والحزن					



A Comparative Study of Occupational Pressures for Male and Female Teachers of Physical Education and Sports Sciences in Government Schools in Ramadi

Dureid Majeed Hameed ^{1*}

1- Ministry of education- Anbar
directorate

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.15>

Article info.

Article history:

-Received:7/11/2022

-Accepted: 11/12/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- Occupational Pressures
- Male and Female Teachers
- Physical Education
- Government Schools

© 2022 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 was applied on PE teachers study group samples in 2020-2021. the study aimed at identifying the of Job stress on the group. The researcher used the descriptive approach being suitable to the nature and problem of the study. The researcher used job stress measures made by Mohammed Allawi (36 items) distributed on the six sections.

The researcher has come up with conclusions, most notably, the of job stress, in governmental schools, is high. He recommends that intermediate schools principals should not assign PE teachers outside their field of expertise or against their will.

The researcher.

1- Corresponding Author ddrydaldhmdany@gmail.com, Ministry of education- Anbar directorate.

دراسة مقارنة للضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية وعلوم الرياضة
في المدارس الحكومية بمدينة الرمادي
م. د. دريد مجيد حميد /وزارة التربية-المديرية العامة لتربية الانبار

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية
- للضغوط المهنية
- لمدرسي ومدرسات
- التربية البدنية
- المدارس الحكومية

الخلاصة:

طبقت الدراسة على عينة من مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة للعام الدراسي (2020-2021) وكان الهدف من الدراسة التعرف على الضغوط المهنية لأفراد عينة البحث. وأستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته مشكلة وطبيعة البحث، وتم استخدام مقياس الضغوط المهنية لمدرسي التربية البدنية والرياضة والمعد من قبل (محمد علاوي) وبواقع (36) فقرة موزعة على محاور المقياس الستة. وتوصل الباحث الى عدة استنتاجات كان من أهمها أن الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة في المدارس الثانوية الحكومية كان مرتفعاً. لذا أوصى الباحث بالتأكيد على أدارات المدراس الثانوية بعدم تكليف مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة بمهام وظيفية خارج اختصاصهم وضد أراذتهم الشخصية.

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث وأهميته:

تنفق أغلب الأسس والمعايير العلمية على أن لمدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة الدور الكبير في أعداد وتهيئة الطلاب علمياً وبدنياً من خلال غرس روح المحبة وتقبل الآخر لأن تحديات الحياة المعاصرة تنعكس على نفسية الفرد وعطاءه وتعامله مع البيئة. ولكون عضو هيئة التدريس هو المحرك الفاعل في هذه الساحة، لذا من الطبيعي أن يتعرض الى توترات نفسية وأجهاداً بدنياً بسبب الضغوط المحيطة التي تتفاعل مع العوامل المتباينة وتأثيرها على مستوى الأداء. وهذا مؤشر للمهمة الوظيفية للمدرس أو المدرسة وكيفية الارتقاء بمسؤوليتهم المهنية نحو الأفضل من خلال وضع خطة ومنهاج عمل لتطوير الذات والكفاءة العلمية، أن خدمة المجتمع في الوقت الحاضر وبهكذا أجواء اقتصادية وأجتماعية وأمنية تجعله يواجه أزمات لا حصر لها مما يؤدي به الى التوتر والقلق وهذا بحد ذاته محطات ضاغطة تمنعه من التكيف وأجتياز الأزمة بسهولة وبوقت قصير. أن تأثير الحالة النفسية والشخصية تعتبر من العوامل المؤدية إلى أرباك النظام الرياضي المدرسي ويترجم ذلك برود أفعال غير محسوبة فيسبب نوع من الفجوة ومصدراً للمتاعب، ما يتعرض له مدرّس التربية البدنية جراء تعامله مع مواقف أدارية

أو ضغوط عمل معينة كتكليفه بمهام فوق طاقته البدنية تترك لديه حالات من الأحباط تعطي نتائج سلبية مما يؤثر على شخصيته وصحته وعطاؤه المهني وتخلق نوع من الفراغ الذي يسبب له مشكلات هو في غنى عنها، كذلك تنعكس على أداء الطلبة وسلوكهم وتدني مستوياتهم. أن عبء التدريس وقلة الأماكن المادية لها أثر بالغ في جهوزية مدرس ومدرسة التربية البدنية والرياضة في العطاء والأنجاز.

كما وأن التعليم والتدريس من المهن التربوية الرائدة في حياة الشعوب وأنعكس عملها على صحة الأفراد نفسياً وبدنياً وذلك للتعامل المباشر مع شريحة واسعة من الشباب والتي تحتل صدارة المجتمعات من الناحية العمرية لما تمتلكه من طاقات واعدة لبناء المستقبل، "أن السعي الحثيث لبناء وأحتضان الطاقات والمواهب ولكل حسب رغبته وتميزه في مجال الفعالية المحببة له وهذا يتطلب معايير خاصة للتدريسي الذي يتولى هذه المهمة أمام مشكلات اجتماعية ومعوقات أدارية وضغوطات مهنية في العمل الميداني"⁽¹⁾.

وهي كذلك من أشهر المهن التي تتعرض لضغوط مهنية مختلفة في العالم ولا سيما تدريس مادة التربية البدنية وخاصة عندما لا تتوفر وسائل النجاح في أتمام التمرين والدرس بالشكل الصحيح الذي يريده القائم بهذه المهمة، كذلك تهيئة الأجواء والظروف الملائمة لتحقيق منهاجه المنشود، لهذا تسمى مهنة تدريس التربية البدنية والرياضة بمهنة المتاعب كون أن من صلب عملها تزويد المتلقين بالمهارات والمعارف المتنوعة بالأنشطة الحركية والتي تتداخل مع بعض الفعاليات والدروس لتكون نسيجاً نافعاً ومنسجماً من النواحي النفسية والأدراكية والعلمية، لذلك قامت أغلب الدول المتقدمة بأصلاح وتطوير النظام التربوي والتعليمي ضمن برامجها التنموية كون جوهر تلك المؤسسات هم قادتها المربون والمعلون في مدارسها المختلفة القائمة على المنظور المستقبلي لحياة أفضل جراء التقدم العلمي، إذ اشارت بعض الدراسات التربوية والنفسية في تقويم الأداء المهني لمدرسي التربية الرياضية بوجود صعوبات وضغوط تواجه هذه الشريحة في عملها ولكن تختلف شدتها تبعاً لمستوياتها المتباينة من وجهة نظر وظيفية من واحد لآخر ومن بيئة دراسية لأخرى. وهنا تبرز أهمية الدراسة من خلال الوقوف على الضغوط المهنية وأنعكاساتها السلبية لما تحمله من ردود أفعال غير متزنة على مدرسي ومدرسات التربية البدنية وعلوم الرياضة في المدارس الحكومية بمدينة الرمادي كونهم القدوة الحسنة والخزين المعرفي لتحسين السلوك واللياقة البدنية.

1-2 مشكلة البحث :

يواجه الإنسان في حياته اليومية ضغوطاً متنوعة سواءً من بيئته أو من جراء ممارسة العمل المهني وسط مجموعة من الأفراد وهذا يؤثر على صحته النفسية والجسمية مما يسبب له بعض المشاكل الصحية

(1) سعد بن عميان الدوسري؛ ضغوط العمل وعلاقتها بالولاء التنظيمي: (دراسة ميدانية، رسالة ماجستير، جامعة نايف للعلوم الأمنية، المملكة العربية السعودية، 2005)، ص19.

كارتفاع ضغط الدم والصداع والغثيان وهذا ينعكس سلباً على علاقته بالآخرين ويشكل موقفاً ضاغطاً خصوصاً لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية لتعاملهم مع شريحة واسعة من الطلبة وهذا يفتح باباً لمشكلة تربوية مصدرها التأثيرات النفسية والأجهد البدني الذي يتعرضون له مما يترك أثراً على كل العاملين معهم. أن تحقيق المهام النبيلة والأهداف المنشودة في مهمتهم التربوية والرياضية تواجهها معوقات ضاغطة منها تكليفهم بمهام خارج أختصاصهم وتدريبهم مواد أخرى غير التربية الرياضية مما يؤدي ذلك حتماً إلى التعب والأرهاق "وهذا ليس بالأمر السهل والبسيط في التكيف مع هكذا مواقف ضاغطة ومربكة تسبب أستنزاف الطاقة والأجهد النفسي والبدني"⁽¹⁾. وهنا تبرز أهمية مشكلة البحث.

فمن خلال العمل الميداني ولقاء الباحث بالعديد من زملاء المهنة لاحظ بأن أغلب المدرسين والمدرسات يواجهون أشكالاً متعددة من الضغوط المهنية أثناء تأدية عملهم الوظيفي والتي منها نقص الأماكن المادية والتجهيزات والأدوات المساعدة في العمل، وأن أغلب الساحات لا تصلح للعب والتدريس إضافة إلى ضعف الدعم والأسناد الإداري، لذا أرتأى الباحث القيام بهذه الدراسة والتعرف على الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة وأساليب التعامل معها نظراً لأهمية الموضوع والدور الذي يقومون به في تحقيق أهدافهم التربوية والتعليمية.

1-3 أهداف البحث :

1- التعرف على الضغوط المهنية لدى مدرسي ومدرسات التربية البدنية وعلوم الرياضة في المدارس الثانوية الحكومية لمدينة الرمادي.

2- التعرف على الفروق في الضغوط المهنية بين مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة في المدارس الثانوية الحكومية بمدينة الرمادي.

1-4 فروض البحث :

1- يواجه مدرسي ومدرسات التربية البدنية وعلوم الرياضة ضغوطاً مهنية أثناء أدائهم للعمل الوظيفي في المدارس الثانوية الحكومية.

2- توجد فروق معنوية ذات دلالة إحصائية في الضغوط المهنية بين مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة في المدارس الثانوية الحكومية.

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري: مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة في المدارس الثانوية الحكومية بمدينة الرمادي.

(1) نسيمه عباس: الضغوط المهنية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في المرحلتين المتوسطة والأعدادية: (مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الثامن، العدد الأول، بغداد، 2015)، ص92.

1-5-2 المجال الزمني: 2021/1/20 ولغاية 2021/4/30..

1-5-3 المجال المكاني: المدارس الثانوية الحكومية في مدينة الرمادي.

3- منهجية البحث وأجراءاته الميدانية:

1-3 منهج البحث :

عند القيام بأي دراسة أو بحث علمي على الباحث أيجاد وسيلة ترشده لتحديد المنهج المناسب والملائم لمشكلته. وبما أن بحثنا يستهدف الوصف الكيفي والكمي لمشكلة الضغوط المهنية، لذا تم اختيار المنهج الوصفي لكونه "الأكثر ملائمة ويغطي جميع الجوانب التطبيقية"⁽¹⁾.

2-3 مجتمع البحث وُعَيْتته:

تكون مجتمع الدراسة الأصلي من مدرسي ومدرسات التربية البدنية لمدينة الرمادي للعام الدراسي (2020-2021) والبالغ عدد أفرادها حسب الأحصائيات لقسم التخطيط (342) مدرساً ومدرسة. وتم اختياره بالطريقة العمدية موزعين على المدارس الثانوية ضمن ملاك المديرية العامة لتربية الأنبار. لذا اختيرت العينة بالطريقة العشوائية "هي العينة التي لا تهتم بنظام معين وتكون غير مقصودة بحيث تتيح للأفراد فرصاً متساوية من التمثيل"⁽²⁾. وبواقع (40) مدرساً و(40) مدرسة وهم يمثلون نسبة (23.39) من مجتمع الأصل. كما في الجدول (1).

الجدول (1) يبين مجموع أفراد العينة (80) مدرس ومدرسة

اسم الثانوية	حجم العينة	اسم الثانوية	حجم العينة
1-الشفق للبنات	9	1-الاندلس للبنين	8
2-الرمادي للبنات	7	2-أبي تمام للبنين	5
3-الكواكب للبنات	5	3-الزيتون للبنين	4
4-الزوراء للبنات	8	4-غرناطة للبنين	9
5-اللوح المحفوظ للبنات	6	5-الحرث للبنين	7
6-قريش للبنات	5	6-الاماني للبنين	7
المجموع	40	المجموع	40

3-3 وسائل جمع المعلومات :

- المصادر العلمية العربية والأجنبية.
- أستبيان آراء السادة الخبراء حول مقياس الضغوط المهنية كما في الملحق رقم (1).
- المقابلات الشخصية كما في ملحق رقم (2).
- أستمارة جمع وتفرغ البيانات.
- حاسبة الكترونية يدوية نوع سوني.

(1)ناهدة عبدالكريم حافظ؛ مناهج البحث العلمي: (العراق، بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 2000)، ص21.
(2)عبدالجبار البياتي، زكريا زكي؛ الأحصاء الوصفي والأستدلالي في التربية: (بابل، دار الصادق للطباعة، 1977)، ص229.

• الوسائل الأحصائية.

3-4 أجراءات البحث:

3-4-1 وصف مقياس الضغوط المهنية لمدرّس ومدرسة التربية البدنية والرياضة:

تم الاستعانة باستخدام مقياس الضغوط المهنية لمدرّس التربية البدنية والرياضة الذي قام بأعداده (محمد علاوي)⁽¹⁾. والمتضمن (36) فقرة تم توزيعها على (6) محاور وهي: (عمل المدرس مع الطلبة، الوضع المادي للمدرسة، المدخول المعيشي الشهري للمدرس، المشرف الرياضي التربوي، علاقة المدرس مع الإدارة المدرسية، العلاقة مع المدرسين الآخرين). ويقوم المدرس (المدرّسة) بالأجابة على عبارات المقياس وفقاً لدرجة أنطباق الحالة عليه وذلك بأختيار واحد من البدائل الخمسة (تنطبق عليك بدرجة كبيرة جداً، تنطبق عليك بدرجة كبيرة، تنطبق عليك بدرجة متوسطة، تنطبق عليك بدرجة قليلة، لا تنطبق عليك) والمتكونة من (5) درجات وبذلك تشير الدرجة العالية الى الضغوط المهنية المرتفعة والدرجة المنخفضة تشير الى العكس من ذلك وبهذا الأجراء تكون أعلى درجة للمقياس (180) وأدنى درجة (36) ولأطلاع على المقياس كما في الملحق (4).

3-4-2 التجربة الأستطلاعية:

قام الباحث وفريق العمل المساعد بتاريخ 2021/3/3 الساعة العاشرة صباحاً بأجراء التجربة الأستطلاعية، وهي تجربة مشابهة للتجربة الرئيسية⁽²⁾. على عينة مكونة من (10) أشخاص وبواقع (5) مدرسين، (5 مدرسات) لمادة التربية البدنية والرياضة من خارج عينة البحث الرئيسية للتأكد من مدى وضوح فقرات وتعليمات المقياس ومعرفة الوقت اللازم للأجابة على عباراته، وكذلك التعرف على المعوقات المحتملة وأمكانية تلافياها أن حصلت في التجربة الرئيسية، وجرى تطبيق المقياس ولم يبد أي من المدرسين والمدرسات ملاحظة حول الأجابة عن عبارات المقياس وأبدوا أرتياحهم وتفاعلهم معه.

3-4-3 الخصائص السيكومترية للمقياس:

3-4-3-1 ثبات المقياس:

الثبات هو عملية يقصد بها "الأختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متشابهة"⁽³⁾. ويعتبر هذا الأجراء من الأسس المهمة للمقياس وطرق أحتساب درجة الثبات كما وهناك طرق عديدة أخرى مثل (التجزئة النصفية، الصورة المتكافئة، إعادة الأختبار، معادلة الفاكرونباخ) ومن أجل التأكد من المقياس وثبات درجته تم بتاريخ 2021/3/7 تطبيق طريقة إعادة الأختبار على نفس أفراد

(1) محمد حسن علاوي؛ موسوعة الأختبارات النفسية للرياضي: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998)، ص494.

(2) وجيه محجوب وأحمد بدري؛ البحث العلمي: (جامعة بابل، مطبعة التعليم العالي، 2002)، ص35.

(3) ريسان خريبط مجيد؛ مناهج البحث العلمي في التربية البدنية: (العراق، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987)، ص73.

عينة التجربة الأستطلاعية والبالغ عددها (10) مدرسين ومدرسات من مجتمع البحث الاصيلي وفي نفس ظرف الأختبار الأول وبعد أربعة عشر يوماً بين التطبيق الأول والثاني تم أحتساب معامل أرتباط (بيرسون) بعد معاملة النتائج أحصائياً أذ بلغت قيمة ر (0.88) "كون الفترة الزمنية بين التطبيقين تعد مناسبة في حساب الثبات بأسلوب أعادة الأختبار"⁽¹⁾. وهذه أشارة واضحة بأن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

3-4-3 صدق المقياس:

يعد صدق الأداة أحد الشروط الأساسية لعملية القياس ومن مؤشرات ذلك قياس كافة جوانب الظاهرة التي صمم المقياس من أجلها "وهو سيكومترياً يكشف عن مدى تأدية الأختبار للغرض الذي أعد من أجله"⁽²⁾.

ولبيان صدق المقياس أستخدمُ الصدق الظاهري بعد عرض المقياس على ذوي الخبرة والأختصاص في مجال علم النفس الرياضي كما في الملحق (1) السابق الذكر وطلب منهم بيان الرأي عن مدى ملائمة وصلاحيّة العبارات لقياس الضغوط المهنية لأفراد عينة البحث، وقد أجاب السادة ذوي الخبرة والأختصاص على ملائمة المقياس وصلاحيته بعد أجراء بعض التغيرات البسيطة، وبذلك يعتبر المقياس صادقاً منطقياً وهذا مؤشر "حين يقرر أصحاب الشأن وعلاقته بالموضوع أن المقياس مناسب للخاصية المراد قياسها"⁽³⁾.

3-4-3 التطبيق النهائي للمقياس:

بعد الأنتهاء من التجربة الأستطلاعية وتم التأكد من سلامة العملية بشكل سليم. تم إعطاء المقياس لعينة البحث الرئيسية بأستخدام الأسلوب المباشر بالأتصال وشرح أهمية وأهداف البحث على أن تتم الأجابة على جميع الأسئلة بشكل دقيق من قبل مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة "على الشخص المختبر أن يعلم بأن الباحث مهتم بعمل أجراءات البحث بتركيز ودقة"⁽⁴⁾.

والبالغ عددهم (80) فرداً وبمعاونة فريق العمل المساعد كما في الملحق (3). أذ يرى الباحث بأن هذا الأجراء أهم مفصل في إعطاء النتائج الحقيقية للبحث، وبعد الأنتهاء من هذه العملية تم جمع أستمارة الأجابات وجرى تفرغ البيانات في ضوء ما وضع على مفتاح تصحيح المقياس لأخراج الدرجات الخام لغرض أجراء المعالجة الأحصائية للحصول على النتائج النهائية المطلوبة.

3-4-4 الوسائل الأحصائية.

لمعالجة النتائج أحصائياً أستخدمت الحقيبة الأحصائية للعلوم الأجتماعية SPSS لأيجاد القوانين الأتية:

(1)Adams, Gerge, Sacks, Measurement and Evaluation in Education and Guidance Holt Rinenart and Winston inc. USA, 1964, P15.

(2)عودة أحمد سليمان؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط2: (عمان، دار الأمل للنشر والتوزيع، 1998)، ص407.

(3)Allen, M. J. & Yen. W. M., Introduction to Measurement Theory, California Brook Cole, 1979, P96.

(4)Alderman. R. B.; Behavior in Sport: (Philadelphia. WB. Saunders Company, 1974), P76.

- النسبة المئوية.
- الانحراف المعياري.
- الوسط الحسابي.
- الوسيط.
- معامل الالتواء.
- معامل الارتباط البسيط بيرسون.
- اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين.
- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-4 عرض وتحليل ومناقشة الوصف الأحصائي لتوزيع متغيرات مقياس الضغوط المهنية لأفراد عينة البحث.

الجدول (2)

يبين معامل الارتباط وقيم (ت) المحسوبة ودلالة الفروق بين محاور مقياس الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة

ت	محاور مقياس الضغوط المهنية	معامل الارتباط	قيمة ت المحسوبة	دلالة الفروق
1.	محور عمل المدرس مع الطلبة ومحور الوضع المادي للمدرسة.	0.698	10.314	معنوي
2.	محور عمل المدرس مع الطلبة ومحور المدخول المعيشي الشهري للمدرس.	0.678	8.318	معنوي
3.	محور عمل المدرس مع الطلبة ومحور المشرف الرياضي التربوي.	0.732	11.413	معنوي
4.	محور عمل المدرس مع الطلبة ومحور علاقة المدرس مع الإدارة المدرسية.	0.684	13.227	معنوي
5.	محور عمل المدرس مع الطلبة ومحور العلاقة مع المدرسين الآخرين.	0.624	17.348	معنوي
6.	محور الوضع المادي للمدرسة ومحور المدخول المعيشي الشهري للمدرس.	0.795	17.158	معنوي
7.	محور الوضع المادي للمدرسة ومحور المشرف الرياضي التربوي.	0.856	11.826	معنوي
8.	محور الوضع المادي للمدرسة ومحور علاقة المدرس مع الإدارة المدرسية.	0.813	10.338	معنوي
9.	محور الوضع المادي للمدرسة ومحور العلاقة مع المدرسين الآخرين.	0.658	9.563	معنوي
10.	محور المدخول المعيشي الشهري للمدرس ومحور المشرف الرياضي التربوي.	0.726	13.512	معنوي
11.	محور المدخول المعيشي الشهري للمدرس ومحور علاقة المدرس مع الإدارة المدرسية.	0.827	7.349	معنوي
12.	محور المدخول المعيشي الشهري للمدرس ومحور العلاقة مع المدرسين الآخرين.	0.798	15.138	معنوي
13.	محور المشرف الرياضي التربوي ومحور علاقة المدرس مع الإدارة المدرسية.	0.648	10.765	معنوي
14.	محور المشرف الرياضي التربوي ومحور العلاقة مع المدرسين الآخرين.	0.787	16.423	معنوي
15.	محور علاقة المدرس مع الإدارة المدرسية ومحور العلاقة مع المدرسين الآخرين.	0.764	11.367	معنوي

يتبين من الجدول (2) الخاص بمعامل الارتباط وقيمة (ت) المحسوبة ودلالة الفروق بين محاور مقياس الضغوط المهنية لأفراد عينة البحث في متغيرات البحث قيد الدراسة بأن قيم (ت) المحسوبة (10.314، 8.318، 11.413، 13.227، 17.348، 17.158، 11.826، 10.338، 9.563،

13.512، 7.349، 15.138، 10.765، 16.423، 11.367) على التوالي وقد تبين أن قيم (ت) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.992) تحت درجة حرية (78) ومستوى دلالة (0.05) وبذا فإن هناك علاقة ارتباط معنوية بين محاور المقياس أي كل منها يتأثر ويؤثر بالمحور الآخر مما يدل ذلك على صعوبة الفصل بين المحاور أعلاه والتعامل مع الدرجة الكلية للمقياس عند تطبيقه على أفراد عينة البحث.

4-2 عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الأولى ومناقشتها.

(يواجه مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة ضغوطاً مهنية أثناء أدائهم للعمل الوظيفي في المدارس الثانوية الحكومية).

الجدول (3)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الألتواء لأفراد عينة البحث

ت	العينة	الوسيط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الألتواء
1-	مدرسي التربية البدنية والرياضة	110.138	16.764	113	-0.154
2-	مدرسات التربية البدنية والرياضة	118.242	14.987	116	0.249

يتبين من الجدول (3) الخاص بالمعاملات الأحصائية لمتغيرات مقياس الضغوط المهنية لأفراد عينة البحث، أن قيم معامل الألتواء للمدرسين (-0.154) وللمدرسات (0.249) أذ دلت على أنها ضمن المنحنى الأعتدالي المحصور بين (3±) مما يدل على أن عدد أفراد عينة البحث كان مناسباً.

وبما أن قيمتي الوسيط الحسابيين كبيرتين وهذا يدل على أن عينة البحث لكلا الجنسين يواجهون ضغوطاً مهنية مرتفعة ويعزو الباحث ذلك إلى المواقف الضاغطة سواء كانت إدارية أو ضغوط عمل كأن يكلف مدرس ومدرسة التربية البدنية والرياضة بمهام وظيفية خارج أختصاصه أو فوق طاقته وإرادته الشخصية مما يجعله محبطاً وغير قادر على الأداء الوظيفي الأفضل. كما وأن الزيارات المفاجئة للمشرف التربوي وتوجيه اللوم والنقد القاسي بدلاً من التوجيه والثناء والأسناد "وهذا التصرف ينعكس سلباً على أداءه المهني ويضيف عبئاً نفسياً مؤلماً مما يزيد من درجة التوتر والقلق والأرهاق"⁽¹⁾.

أضافة إلى قلة الإمكانيات الفنية والمادية وأفتقار الساحات المدرسية للمواصفات المعروفة، ويضاف إلى ذلك أن وقت حصة درس التربية البدنية غالباً ما يكون في نهاية اليوم الدراسي وهذا ما يضع أصحاب الأختصاص في أجهاد تام وأستنفاد لطاقاتهم الحيوية والوظيفية.

4-3 عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية الثانية ومناقشتها.

(توجد فروق معنوية ذات دلالة أحصائية في الضغوط المهنية بين مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة في المدارس الثانوية الحكومية)

(1) توفيق مرعي وأحمد بلقيس؛ أخلاقيات مهنة التعليم: (عمان، دائرة اعداد وتوجيه المعلمين، 1990)، ص56.

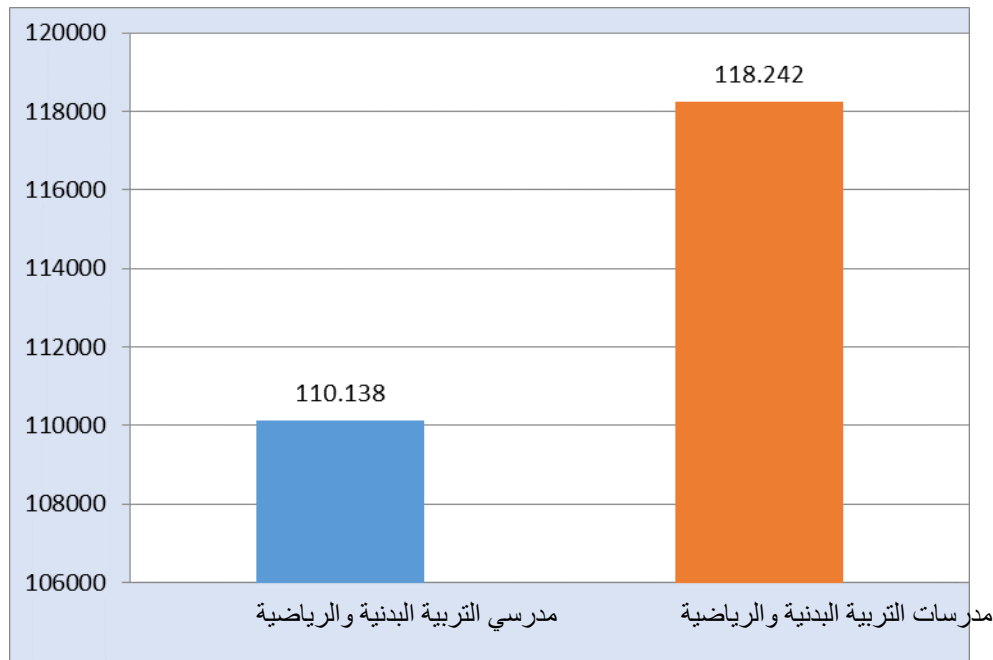
الجدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم ت المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق بين أفراد عينة البحث

ت	العينة	الوساط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت		دلالة الفروق
				المحسوبة	الجدولية	
1-	مدرسي التربية البدنية والرياضة	110.138	16.764	2.28	1.992	معنوي
2-	مدرسات التربية البدنية والرياضة	118.242	14.987			

دلّت نتائج الجدول (4) الخاص بالفروق بين مدرسي ومدرسات عينة البحث أن الوسط الحسابي للمدرسين والمدرسات كان (110.138، 118.242) على التوالي. فيما كانت الانحرافات المعيارية لكلا الجنسين (16.764، 14.987) على التوالي فيما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (2.28) وعند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية البالغة (1.992) وبدرجة حرية (78) عند مستوى دلالة (0.05) تبين أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية وهذا ما يؤكد على معنوية الفروق في الضغوط المهنية بين المدرسين والمدرسات ولصالح المدرسات، لكون قيمة الوسط الحسابي أكبر من الوسط الحسابي للمدرسين كما في الشكل (1).

ويعزى سبب ذلك إلى أن مدرسات التربية البدنية والرياضة في مدينة الرمادي لديهن خصوصية لكونهن يعشن في بيئة عشائرية محافظة لها تقاليدها وعاداتها المجتمعية لهذا يتعرضن للضغوط النفسية والمهنية أكثر من زملائهم المدرسين كونهم أكثر منهم حركتاً وتصرفاً لأن مساحة الحرية لديهم أوسع إضافة إلى ذلك أن "التركيبه البايولوجية للأنتى تتسم بالرقه والحنان نتيجة لطبيعتها المرهفة بالأحاساس وتأثرها بمواقف الأخراج المختلفة"⁽¹⁾.



الشكل (1) يوضح الأوساط الحسابية لأفراد عينة البحث

(1) هارون رشيد؛ الضغوط النفسية طبيعتها ونظرياتها: (القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، 2008)، ص 43.

5- الاستنتاجات والتوصيات:**5-1 الاستنتاجات:**

- 1- أثبت أن مقياس الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية يتم أعماده على أساس الدرجة الكلية للمقياس وليس على أساس درجة كل محور.
- 2- الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية وعلوم الرياضة في المدارس الثانوية الحكومية كانت مرتفعة.
- 3- وجود فروق معنوية ذات دلالة أحصائية في ضغوط المهنة بين مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضة ولصالح المدرسات.

5-2 التوصيات:

- 1- التأكيد على أدارات المدارس الثانوية بعدم تكليف مدرسي ومدرسات التربية البدنية والرياضية بمهام وظيفية خارج أختصاصهم وضد ارادتهم الشخصية.
- 2- تهيئة الأماكن الفنية والمادية وأنشاء الملاعب النموذجية في المدارس الحكومية.
- 3- ضرورة إجراء دراسات وبحوث تربوية ليتم من خلالها تقليل الضغوط المهنية للمدرسين والمدرسات.

المصادر العربية والاجنبية

- توفيق مرعي وأحمد بلقيس؛ أخلاقيات مهنة التعليم: (عمان، دائرة اعداد وتوجيه المعلمين، 1990).
- ريسان خريبط مجيد؛ مناهج البحث العلمي في التربية البدنية: (العراق، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1987).
- سعد بن عميان الدوسري؛ ضغوط العمل وعلاقتها بالولاء التنظيمي: (دراسة ميدانية، رسالة ماجستير، جامعة نايف للعلوم الأمنية، المملكة العربية السعودية، 2005).
- عبدالجبار البياتي وزكريا زكي؛ الأحصاء الوصفي والأستدلالي في التربية: (بابل، دار الصادق للطباعة، 1977).
- عودة أحمد سليمان؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط2: (عمان، دار الأمل للنشر والتوزيع، 1998).
- محمد حسن علاوي؛ موسوعة الأختبارات النفسية للرياضي: (القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998).
- نسيمه عباس: الضغوط المهنية لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في المرحلتين المتوسطة والأعدادية: (مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الثامن، العدد الأول، جامعة بغداد، 2015).
- ناهدة عبدالكريم حافظ؛ مناهج البحث العلمي: (العراق، بغداد، مطبعة جامعة بغداد، 2000).

- هارون رشيد؛ الضغوط النفسية طبيعتها ونظرياتها: (القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، 2008).
- وجيه محبوب وأحمد بدري؛ البحث العلمي: (جامعة بابل، مطبعة التعليم العالي، 2002).
- Adams, Geroge, Sacks, Measurement and Evaluation in Education and Guidance Holt Rinenart and Winston inc. USA, 1964.
- Alderman. R. B.; Behavior in Sport: (Philadelphia. WB. Saunders Company, 1974).
- Allen, M. J. & Yen. W. M., Introduction to Measurement Theory, California Brook Cole, 1979.

References

- Abdul-Jabbar Al-Bayati and Zakaria Zaki; Descriptive and inferential statistics in education: (Babel, Dar Al-Sadiq for printing, 1977).
- Adams, Geroge, Sacks, Measurement and Evaluation in Education and Guidance Holt Rinenart and Winston inc. USA, 1964)
- Alderman. R. B.; Behavior in Sport: (Philadelphia. WB. Saunders Company, 1974)
- Allen, M. J. & Yen. W. M., Introduction to Measurement Theory, California Brook Cole, 1979..
- Nassima Abbas; Occupational pressures for male and female physical education teachers in the intermediate and preparatory stages: (Journal of Physical Education Sciences, Volume Eight, Number One, University of Baghdad, 2015).
- Harun Rashid; Psychological stress; Its nature and theories: (Cairo, Anglo-Egyptian Library, 2008).
- Mohammed Hassan Allawi: Encyclopedia of Psychological Tests for Athletes :(cairo, Al-Kitabcenter for Publishing, 1998).
- Nahida Abdel Karim Hafez; Scientific Article Methods: (Iraq, Baghdad, Baghdad University Press, 2000)
- Odeh Ahmed Suleiman; Measurement and evaluation in the teaching process, 2nd floor: (Amman, Dar Al-Amal for Publishing and Distribution, 1998).
- Raysan Kharibeit Majeed; Scientific Article Methods in Physical Education: (Iraq, University of Mosul, Dar al-Kutub for Printing and Publishing, 1987).
- Saad bin Umyan Al-Dosari; Work stress and its relationship to organizational loyalty: (A field study, a master's thesis, Naif University for Security Sciences, Saudi Arabia, 2005)
- Tawfiq Merhi and Ahmed Belqis; Ethics of the teaching profession: Oman, Teachers Training and Guidance Department, 1990.
- Wajih Mahjoub and Ahmed Badri; Scientific Article: (Babylon University, Higher Education Press, 2002).

ملحق (1)

أسماء السادة الخبراء حول مقياس الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية وعلوم الرياضة

ت	الأسم	الأختصاص	المؤسسة التي يعمل بها
1-	أ.د. عبدالله هزاع الشافعي	علم النفس الرياضي	جامعة بغداد- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2-	أ.د. عكلة سليمان الحوري	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3-	أ.د. حامد سليمان حمد	علم النفس الرياضي	جامعة الانبار- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4-	أ.م.د. صفاء ذنون أسماعيل	طرائق التدريس	جامعة الموصل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (2) المقابلات الشخصية

ت	الاسم	الأختصاص	المؤسسة التي يعمل بها
1-	أ.د. ناظم شاكر الوتار	علم النفس الرياضي	جامعة الموصل- كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2-	أ.د. صالح شافي ساجت	الادارة والتنظيم	جامعة الانبار-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3-	أ.د. وعد عبدالرحيم فرحان	مناهج وطرق التدريس	جامعة الانبار-كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4-	أ.م.د. عبدالله بحر فياض	التدريب الرياضي	وزارة التربية-الكلية التربوية

ملحق (3) فريق العمل المساعد

ت	الاسم	المرتبة العلمية	المؤسسة التي يعمل بها
1-	ماجد علي حسين	مدرس مساعد	المديرية العامة لتربية الانبار
2-	عثمان أدهام	مدرس مساعد	المديرية العامة لتربية الانبار
3-	محمد صميم علي	مدرس مساعد	المديرية العامة لتربية الانبار

ملحق (4)

مقياس الضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية وعلوم الرياضة

زميلي مدرس (مدرسة) التربية البدنية والرياضة
تحية طيبة...

يروم الباحث اجراء بحث (دراسة مقارنة للضغوط المهنية لمدرسي ومدرسات التربية البدنية وعلوم الرياضة في المدارس الثانوية الحكومية بمدينة الرمادي). الذي يحتوي على عدد من الفقرات التي تعبر عن مواقف متعددة تمر بها في عمك الرياضي والتربوي. يرجى بيان رأيك في كل عبارة من عبارات المقياس وذلك بوضع اشارة (✓) تحت الاجابة التي تراها مناسبة ومنطقة عليك.

- لا تترك عبارة بدون جواب لطفاً.

-ان اجابتك سوف تكون لأغراض البحث العلمي ولن يطلع عليها سوى الباحث.

الباحث

م.د. دريد مجيد
حميد

ت	العبارات	لا تطبق عليك	تطبق عليك	بدرجة قليلة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة كبيرة جداً
1.	أشعر بأن الطلاب لديهم اهتمام ملموس بدرس التربية البدنية والرياضة						
2.	الملاعب الضرورية التي يجب أن تتوفر للقيام بعملية تكاد تكون غير موجودة او قليلة						
3.	مدخولي الشهري لا يتناسب مع واجباتي ومسؤولياتي						

				4. الزيارات المفاجئة للمشرف التربوي تسبب لي التوتر والقلق
				5. لاحظ أن مدير المدرسة يقدر المجهود الذي أبذله في عملي
				6. جو العمل في المدرسة يتميز بكثرة المشاكل بين المدرسين وهذا يسبب لي الكثير من الضيق
				7. الطلاب ليس لديهم الحافز للأشتراك في درس التربية البدنية
				8. المصروفات المالية اللازمة للنشاط الرياضي غير كافية
				9. مدخولي بمفرده يسد حاجاتي الضرورية
				10. يضايقني كثرة التركيز على الجوانب السلبية وأغفال الجوانب الإيجابية في العمل
				11. رأيي لا يهتم مدير المدرسة
				12. أشعر بأن علاقتي مع معظم المدرسين قوية جداً
				13. مشكلة انضباط الطلبة تأخذ مني وقتاً طويلاً وتجعلني عصبياً
				14. الوسائل والأدوات الرياضية بالمدرسة مناسبة للقيام بعملتي على أتم وجه
				15. وظيفتي لا توفر لي الضمان المادي المناسب
				16. توجيه المشرف لي لا يعتمد على أسس موضوعية
				17. مدير المدرسة لا يثمن عملي التثمين الكافي
				18. يوجد نوع من التعصب ضد مدرسي التربية البدنية في المدرسة
				19. ملابس الطلبة لا تساعد على الأداء الحركي والمهاري في درس التربية البدنية
				20. وضع الملاعب في المدرسة لا يشجع على التدريس
				21. أحصل على حوافز مادية لا بأس بها إضافة لمرتبي
				22. المشرف التربوي يعطيني الفرصة الكافية للمناقشة ويسعى دائماً لمساندتي
				23. أرى أن إدارة المدرسة ضعيفة بالنسبة لتقدير عملي
				24. أغلب المدرسين في المدرسة يثمنون جيداً قيمة عمل مدرس التربية البدنية والرياضة
				25. اعداد الطلبة في الكورس الواحد قليلة جداً مما يؤدي ذلك الى الاستفادة من دروس التربية البدنية
				26. الأدوات الرياضية بالمدرسة مناسبة لاعداد الطلاب
				27. أرى أنني أعمل بدخل غير مناسب
				28. أسلوب المشرف التربوي الحالي يشجعني على بذل المزيد من الجهد في عملي
				29. إدارة المدرسة تضع أغلب حصص التربية البدنية والرياضة في نهاية اليوم الدراسي
				30. وجهات النظر لبعض المدرسين لمدرس التربية البدنية غير عادلة
				31. يضايقني كثرة تغيب طلاب المراحل المنتهية لدرس التربية البدنية والرياضة
				32. أعداد الطلاب لا يتناسب مع الأدوات والأماكن الرياضية في المدرسة
				33. المرتب الذي أحصل عليه لا يتناسب مع ما أقوم به من جهد
				34. أصرار المشرف التربوي على تطبيق المنهاج الموضوع بصورة حرفية يسبب لي التعب والضيق
				35. مدير المدرسة يعطيني قدراً كبيراً من الحرية للقيام بعملتي
				36. أشعر بوجود فجوة بيني وبين عدد كبير من مدرسي المدارس المختلفة المدرسة



Social and occupational motivations of students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Anbar

Thabit Ibrahim Suleiman ^{1*}

1- Ministry of education- Anbar
directorate

<https://doi.org/10.25130/sc.22.2.16>

Article info.

Article history:

-Received:8/11/2022

-Accepted: 6/12/2022

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- motivation

- occupational motives

- social motives

© 2022 This is an open access
article under the CC by
licenses

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



Abstract

The study aimed to identify the most important motivations of students in the College of Physical Education and Sports Sciences at Anbar University (social and professional). And the professional from a scale prepared by Mohamed Ibrahim Al-Dhahabi, Mansoura University, 2010. The results were that the most important social motives are the assertion that the personality is able to modify the attitudes and behaviors of students, followed by the motive of achieving a better social position, while the most important professional motive is increasing the chances of obtaining external work, followed by the multiplicity and diversity of job opportunities for graduates of physical education and sports sciences. The researcher recommended the necessity of investing students' motives and directing them in the light of those motives in academic and vocational preparation, as well as adopting these measurements in identifying students' attitudes towards studying in physical education and sports sciences.

1- Corresponding Author Thabit5926@gmail.com, Ministry of education- Anbar directorate.

الدوافع الاجتماعية والمهنية للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الأنبار

م.د: ثابت ابراهيم سليمان/وزارة التربية-المديرية العامة لتربية الأنبار

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت
2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- الدافع

- الدوافع المهنية

- الدوافع الاجتماعية

الخلاصة:

هدفت الدراسة الى التعرف على اهم دوافع الطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الأنبار (الاجتماعية والمهنية)، استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح، اشتملت عينة البحث على (173) طالبا، وبنسبة مئوية 92.5 % من مجتمع البحث، وتم استخدام قائمة الدافعين الاجتماعيين والمهنيين من مقياس اعدده محمد ابراهيم الذهبي بجامعة المنصورة 2010. وقد كانت النتائج ان اهم الدوافع الاجتماعية هي التأكيد على ان الشخصية قادرة على تعديل اتجاهات وسلوكيات الطلاب، يليه دافع تحقيق مركز اجتماعي افضل، اما اهم الدوافع المهنية فهو زيادة فرص الحصول على عمل خارجي، يليه تعدد وتنوع فرص العمل لخريجي التربية البدنية وعلوم الرياضة، وقد اوصى الباحث بضرورة استثمار دوافع الطلاب وتوجيههم في ضوء تلك الدوافع في الاعداد الاكاديمي والمهني، وكذلك اعتماد هذه القياسات في التعرف على توجهات الطلاب نحو الدراسة في التربية البدنية وعلوم الرياضة.

1- التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث واهميته:

يعتبر الطالب الحجر الاساس في العملية التربوية، بل هو المحور الرئيس والهدف الاهم فيها والذي من اجله تبذل الجهود وتسخر كل الطاقات والامكانيات والوسائل لتحقيق ذلك الهدف، لذلك لا بد من الاهتمام بالتعليم الجامعي كونه الجزء الاساسي والرئيسي والمهم في عمليات التعلم والتعليم الذي يعني تعليم الطلبة وتوجيههم واعدادهم بالشكل السليم والصحيح، اذا ما علمنا ان الجامعات يقع على عاتقها العبء الاكبر في اعداد وتأهيل الطالب وتزويده بالخبرات التي تعد سلاحا فعالا للنجاح على المستويين العلمي والعملية. وتعد التربية البدنية والرياضية لاسيما في قرننا الحالي، اللاعب الاساس وذو التأثير الإيجابي في تحقيق هذه الأهداف وبناء مجتمع صحيح وسليم يمتاز افراده بصحة جيدة فضلا عن قدرته على بث القيم

الاجتماعية والخلفية، وهذا يتوقف على قدرة الطالب في اختيار مهنته للمستقبل التي تعد من عوامل نجاحه وتفوقه، لذا توجب على المعنيين هنا بضرورة التوجيه السليم والإرشاد الصحيح لمساعدة الطالب في اختيار مجاله المهني وبما يتوافق مع قدراته واستعداداته البدنية والنفسية والاجتماعية، وهذا يعني ((ان الاختيار والتوجيه يؤكد حتمية دراسة الدوافع لدى الطالب لكي يستطيع فهم نفسه وغيره من الطلاب))⁽¹⁾.

ونظرا للارتباط الوثيق بين الدافع والتعلم والتعليم وكذلك سلوك الطالب وشخصيته وما يترتب عليها من انفعالات وتوافقات فضلا عن التوجه المهني واختيار المهنة، من هنا جاءت أهمية البحث في اختيار الباحث لهذه الشريحة المهمة من المجتمع في تحديد مصير الطالب وبالتالي تحقيق أهدافه خاصة وأهداف مجتمعه عامة.

1-2 مشكلة البحث.

تعتبر كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من الكليات المهمة التي ترفد العملية التربوية بهذا الاختصاص المهم ولمختلف المراحل في التعليم مع اعداد الطالب اعدادا سليما ومتكاملا من جميع النواحي العلمية والعقلية والبدنية ليصبح عنصرا فاعلا ومؤثرا يستطيع ان يخدم مجتمعه واسرته اضافة الى تحقيق حاجاته واتجاهاته، وهذا لا يتحقق الا اذا كانت تلك الدوافع والرغبات حاضرة ومحفزة له عند اختياره القبول في الكلية التي يرغب ان يكون طالبا فيها والتي يرى من خلالها انها تحقق له اهدافه وغاياته ومستقبله، وتلعب تلك الدوافع دورا هاما ومهما في عملية التوجيه للعديد من الطلاب ومن مختلف الفروع العلمية والادبية والمهنية اضافة للذين يتحولون من كليات مختلفة في القبول في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بعد اجتيازهم شروط التقديم الخاصة بذلك.

ومن اجل الوقوف على اهمية تلك الدوافع تبلورت لدى الباحث فكرة اجراء دراسة يهدف من خلالها التعرف على دورها في العملية التربوية للوصول لأفضل النتائج ومدى اهميتها في المفاضلة بينهم لتحقيق ميولهم ورغباتهم، ومن هنا جاءت فكرة الدراسة في محاولة جادة لفهم اهم تلك الدوافع على المستويين الاجتماعي والمهني لدى الطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الانبار وهنا تكمن مشكلة البحث.

1-3 هدف البحث.

التعرف على اهم الدوافع الاجتماعية والمهنية لدى الطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الانبار.

1-4 مجالات البحث.

1-4-1 المجال البشري: طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الانبار.

(¹) اسامه راتب؛ علم نفس الرياضة. المفاهيم والتطبيقات (دار الفكر العربي، القاهرة، 1995) ص38.

1-4-2 المجال الزمني: المدة 20/12/2016 - 28/3/2017.

1-4-3 المجال المكاني: بغداد (ابو غريب /كلية الزراعة) الموقع البديل لجامعة الانبار/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية.

2-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي وبأسلوب المسح.

2 - 2 مجتمع البحث وعينته:

اختار الباحث مجتمع البحث بصورة عمدية، متمثلاً بطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة الانبار، والبالغ عددهم (187) طالبا الملتحقين بالدراسة للعام الدراسي 2016/2017 وللمراحل كافة، اما عينة البحث فقد بلغت (173) طالبا بعد استبعاد (14) طالبا لتغييبهم اثناء الاجابة على استمارة المقياس، وبذا بلغت النسبة المئوية للعينة (92.5%).

2-3 ادوات البحث ووسائل جمع المعلومات.

• المصادر العربية والاجنبية.

• استمارة استبانة لمقياس الدوافع الاجتماعية والمهنية.

• المقابلات الشخصية.

• الاختبارات والقياس.

2-4 المقياس المستخدم.

استخدم الباحث مقياس دوافع التحاق الطلبة بكلية التربية الرياضية_ جامعة المنصورة، المصمم من قبل " محمد ابراهيم الذهبي" * بصورته المعدلة، وقد اختار منه دافعين اثنين هما (الاجتماعي، 6 فقرات) و(المهني، 8 فقرات)، وهو مقياس خماسي التدرج، وقد استخرج الباحث الاسس العلمية للمقياس، اذ بلغت قيمة الثبات للدوافع الاجتماعية (0.891) وبصدق ذاتي (0.943)، فيما بلغت قيمة الثبات للدوافع المهنية (0.902) وبصدق ذاتي (0.949).

5 - 2 اجراءات البحث الميدانية.

بعد ان تحقق الباحث من ثبات الدوافع وصدقها، طبق الباحث المقياس على عينة البحث البالغ قوامها (173) طالبا، وخلال المدة من 20/12/2016 - 28/3/2017. بعدها تم جمع الاستمارات وتفرغها وجدولتها استعدادا للمعالجة والتحليل الاحصائي.

* مدرس بقسم الترويج الرياضي، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، جمهورية مصر العربية، 2010.

6-2 المعالجة الإحصائية.

الجزء

$$\text{النسبة المئوية} = \frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100$$

3-1 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

3-1-1 عرض نتائج الدوافع الاجتماعية وتحليلها ومناقشتها.

جدول (1)

التكرارات والنسبة المئوية للدوافع الاجتماعية للطلاب في كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية.

الترتيب	%	اوافق بشدة		اوافق		الى حد ما		ارفض		ارفض بشدة		العبارات	ت
		%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك		
الرابع	73.52	32.94	57	26.01	45	23.69	41	10.40	18	6.39	12	الاتجاهات الايجابية لافراد المجتمع نحو التربية الرياضية وعلوم رياضة.	1
الثاني	78.52	61.91	68	47.34	52	33.68	37	4.04	7	5.20	9	تحقيق مركز اجتماعي افضل.	2
السادس	64.73	15.60	27	25.43	44	36.41	63	12.13	21	10.40	18	تحقيق طموحات افراد اسري.	3
الثالث	78.72	45.08	78	20.23	35	23.69	41	5.20	9	5.78	10	زيادة احترام وتقدير المجتمع لي.	4
الخامس	71.90	32.36	56	21.38	37	28.32	49	9.24	16	8.67	15	الصورة المتميزة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بين الكليات.	5
الاول	78.95	34.68	60	32.36	56	27.47	48	3.46	6	1.73	3	التأكد على الشخصية قادرة على تعديل اتجاهات وسلوكيات الافراد.	6

يتضح من الجدول (1) الخاص بالتكرارات والنسبة المئوية للدوافع الاجتماعية لعينة البحث ولكل دافع من الدوافع الاجتماعية، حيث تبين ان دافع الشخصية الرياضية قادرة على تعديل اتجاهات وسلوكيات الافراد بالمرتبة الاولى وبنسبة مئوية (78.96%). ويعزو الباحث ذلك، الى ان الشخصية الرياضية تمتاز بصفات وسمات تجعل منه نموذجا يقتدى به، فضلا عن امكانية تواجده في اماكن متعددة وبمجالات مختلفة، فهو المدرس والمربي والمدرب واللاعب والاداري والقائد التربوي، مما يجعله مؤثرا في المجتمع اكثر من غيره باتجاه تعديل وتشذيب السلوك والتجاه نحو الافضل، كما ان نظرة المجتمع قد تحولت ايجابيا باتجاه الشخصية الرياضية، فهو الان مرشدا وموجها وقائدا مؤثرا في تعديل السلوكيات من خلال سلوكياته هو. كما تعد التربية

البدنية والرياضية وسطا تربويا للطالب من خلال تربية بدنه وتزويده بمعلومات خاصة عن جسمه وصحته، فضلا عن تزويده بمعلومات تنمي الاتجاه الايجابي نحو الممارسة والنشاط البدني.

اما الدافع الذي حل اخيرا في الترتيب فهو تحقيق طموحات افراد اسري، اذ بلغت نسبته المئوية (64.73%). وقد يعود السبب في ذلك، ان الطالب في هذه المرحلة يبحث عن الاستقلالية وتحقيق الذات لاسيما في مجال العمل المستقبلي له، مما يحقق اهدافه وطموحاته الخاصة، ومن دون تاثير او تدخل من احد على تحديد مصيره ورسم صورة مستقبلي، الامر الذي سيققق الهدف الذي يصبو اليه، فضلا عن امكانية التطور في هذا المجال، وقد جاءت النسب المئوية لبقية الدوافع الاجتماعية بين هاتين النسبتين المئويتين وبمقادير متقاربة تقريبا، اذ ((ان التربية البدنية والرياضية وما تلعبه من دور في تشكيل دوافعهم الاجتماعية وبالتالي الاهتمام بحياة افرادها ورعايتهم))⁽¹⁾. اضافة الى ((ان التربية البدنية تسهم وبشكل كبير وفعال في المستوى الاجتماعي بعد زيادة وعي الافراد بقيمتها الصحية والتربوية، واصبحت من الانشطة المتداخلة في وجدان الافراد جميعا على اختلاف ثقافتهم وطبقاتهم))⁽²⁾.

مما تقدم يرى الباحث ان الدوافع الاجتماعية هي مجموعة القيم والسلوكيات والصفات السلوكية التي تشكل مقدار بالرضا والارتياح لما حققه في حياته الاجتماعية من علاقات وفرت له الشعور بالانتماء لجماعته ومجتمعه، وهذا يؤكد ان هناك صلة وعلاقة وثيقة بين الرياضة وتطوير كل من الانشطة الاجتماعية والثقافية وعديد من الجوانب الاخرى الاساسية والمهمة وغيرها، مما زاد الاهتمام بالانشطة ذات العلاقة بالجانب الاجتماعي.

2 - 1 - 3 عرض نتائج الدوافع المهنية وتحليلها ومناقشتها.

جدول (2)

التكرارات والنسبة المئوية للدوافع المهنية للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة:

الترتيب	%	اوافق بشدة		اوافق		الى حد ما		ارفض		ارفض بشدة		العبارات	ت
		ك	%	ك	%	ك	%	ك	%	ك	%		
الرابع	80.11	42.19	73	28.32	49	19.65	34	7.51	13	2.31	4	الحصول على مهنة افضلها	1
الثالث	82.42	41.61	72	22.52	58	22.54	39	1.73	3	0.57	1	اكتساب المعلومات والخبرات والمهارات المختلفة في المجال الرياضي	2
الخامس	79.65	39.65	69	32.36	56	17.43	30	6.93	12	3.46	6	اتاحة الفرصة للحصول على عمل اضافي من خلال التخصص	3
الاول	87.39	26.42	10 8	20.23	35	11.56	20	3.46	6	2.31	4	زيادة فرصة الحصول على عمل في الخارج	4
السادس	78.03	32.94	57	34.10	59	24.85	43	6.35	11	1.73	3	زيادة فرص الترفيه في مجال العمل المستقبلي	5
السابع	77.22	36.41	63	30.05	25	21.96	38	6.35	11	5.20	9	الرغبة في تحقيق مكاسب	6

(1) محمد خميس؛ التربية الرياضية وطرق تدريسها، منشورات جامعة القدس المفتوحة (عمان، 2001) ص337.
(2) بهجت ابو طامع؛ دوافع التحاق الطلبة الى اقسام التربية الرياضية في كليات فلسطين الحكومية، مجلة الجامعة الاسلامية، سلسلة الدراسات الانسانية، مجلد 14، عدد 2، 2006، ص432.

												مالية	
الثامن	73.98	35.26	61	20.23	35	29.47	51	9.24	16	5.78	10	الشهرة العالمية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة	7
الثاني	82.89	49.71	86	22.54	39	22.54	39	2.89	5	2.31	4	تعدد وتنوع فرص العمل لخريجي التربية البدنية وعلوم الرياضة	8

يتضح من الجدول (2) الخاص بالتكرارات والنسبة المئوية للدوافع المهنية لافراد عينة البحث ولكل دافع من هذه الدوافع، ان دافع زيادة فرص الحصول على عمل في الخارج، جاء في المرتبة الاولى وبنسبة مئوية مقدارها (87.39%). ويعزو الباحث ذلك ان فرص العمل في المجال التربوي قليلة جدا، مما يجعله يركز على امل العمل في المؤسسات الاخرى الصحية والتدريبية والشبابية في الداخل والخارج، لان المجال الرياضي ذو علاقة بقطاعات ومجالات العمل الاخرى وفي اي مجتمع.

فيما جاءت النسبة المئوية المتدنية بين النسب هي نسبة دافع الشهرة العالمية لكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، اذ بلغت نسبتها المئوية (73.98). ويعزو الباحث ذلك الى التباين في بيئات الطلاب الامر الذي سترك ظلاله على التباين والاختلاف في اهداف ورؤى هذه الكليات ورسالتها فضلا عن الفهم غير المكتمل للكثير من الطلاب بسبب طبيعة المجتمعات التي ينتمي اليها هؤلاء الطلاب. اذ يشير (محمد ابو نبيل 1998) الى ضرورة ارشاد وتوجيه الطالب لاختيار المجال المهني الدقيق الذي يتلائم وقدراته وميوله واستعداداته، لان الاختيار العشوائي الذي ينشأ من رغبات طارئة او نصائح عارضة او رغبات الاسرة غالبا ما يؤدي الى الفشل وعدم الاستقرار في العمل⁽¹⁾. اضافة الى ان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة تحرص على تقديم برامج وخدمات مهنية وفنية متخصصة في مختلف قطاعات العمل الرياضي والشبابي وفق معايير المهارات الحرفية والاخلاقية⁽²⁾. اذ يؤكد (بهجت ابو طامع 2006) الى ان فرص العمل تتنامى وتزدهر امام خريجي كلية التربية البدنية والرياضية من خلال تقديم الخدمات المهنية للمؤهلين على اختلاف انواعها الى افراد المجتمع كالتدريب الرياضي، الادارة الرياضية، اللياقة والصحة، وما الى ذلك⁽³⁾.

4-الاستنتاجات والتوصيات.

4-1 الاستنتاجات.

- اهم الدوافع الاجتماعية للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الانبار، هي الشخصية الرياضية قادرة على تعديل اتجاهات وسلوكيات الطلاب، تحقيق مركز اجتماعي افضل، زيادة احترام وتقدير المجتمع لي، وهكذا حتى تحقيق طموحات افراد اسري، الذي حل اخيرا في الترتيب.

(1) محمد ابو نبيل: مدخل الى التربية البدنية. دار الفكر العربي، عمان، 1988، ص 61.

(2) Anderson.G.R.mangemant• Boston. Aliun. Ine (1988)•B (261).

(3) بهجت ابو طامع: مصدر سبق ذكره، ص 434.

- اهم الدوافع المهنية للطلاب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الانبار، هي اكتساب زيادة فرصة الحصول على عمل خارجي، الحصول على مهنة افضلها، فيما جاء دافع الشهرة العالمية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة اخيرا في الترتيب.

4-2 التوصيات.

- الاهتمام بالنشاطات الخاصة التي تتعلق بالجانب الاجتماعي لما لها من دور فعال في تنمية الشعور بالانتماء لجماعته ومجتمعه ومؤسسته التربوية.

- ضرورة استثمار دوافع الطلاب وتوجيههم في ضوءها التوجيه الصحيح في الاعداد المهني والاكاديمي.

- اهمية اجراء بحوث ودراسات مماثلة لكليات مختلفة غير كليات التربية الرياضية لمعرفة دوافع الطلاب واتجاهاتهم.

- ابراز الدور المهم لتلك الدوافع في عمليات التوجيه المستمرة للطلاب لاختيار المجال الملائم الذي يتناسب وميولهم واستعداداتهم من خلال التركيز والاهتمام بها في المنهج الدراسي في كلياتهم.

المصادر:

- اسامه راتب: علم نفس الرياضة. المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.
- بهجت ابو طامع: دوافع التحاق الطلبة الى اقسام التربية الرياضية في كليات فلسطين الحكومية، مجلة الجامعة الاسلامية، سلسلة الدراسات الانسانية، مجلد 14، عدد 2، 2006.
- محمد ابراهيم الذهبي: دوافع التحاق الطلاب بكلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ب ط، 2010.
- محمد ابو نبيل: مدخل الى التربية المهنية، دار الفكر العربي، عمان، 1998.
- محمد خميس: التربية الرياضية وطرق تدريسها. منشورات جامعة القدس المفتوحة، عمان، 2001.
- Boston. Aliun. Ine (1988). 'G.R.mangemant' Andrnson
- Osama Ratib: sports psycholgy conceps and Applications Dar Al-Fikr Al Arabi' Cairo,1995.#
- Bahjat Abu Tamaa: Motivations of Students joining physical edation of deparments Palest palestinian public colleges Journal of the Islamic Universiy Human Studies series Volume 14 Number 2 2006
- Muhammed Ibrahim Al Dhahabi: Motives for students Joining the Faculty of phsical Education Mansora University Cairo a,b 2010
- MUHAMMAD Abu Nabil: Aninutroduction to Vocatinul Education Dar Al Fiker Al- Alrabi Amman Jordan 1993
- Muhammad Khamis: Pysical Education and Teaching Methods Al-Quds open university Pubication Amman 2002