

الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالذات

المهارة للاعبي الكرة الطائرة

بحث وصفي
على لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة
الطائرة للموسم ٢٠٠١ - ٢٠٠٢
رسالة مقدمة
الى مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة
بابل وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير
في التربية الرياضية

من قبل الطالب

حسين عبد الزهرة عبد الفتاوي

٢٦/١١/٢٠٠٢م

٢٠/رمضان/١٤٢٣هـ

The nervous response and
its relation with the personal
skill of the volley - ball players

MASTER

By

Hussein Abd Al Zahra Al . Fatlawe

Supervised by

PROF.DR. AHMED BADRI
ASSIST PROF.DR. YASSEEN ALWAN

٢٠٠٢

اقرار المشرفين

نشهد بأن إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ (الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالذات المهارية للاعبى الكرة الطائرة) والتي تقدم بها طالب الماجستير (حسين عبد الزهرة الفتلاوي) قد تمت تحت إشرافنا في كلية التربية الرياضية في جامعة بابل ، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية .

التوقيع :

التوقيع :

أ.م.د . ياسين علوان التميمي

أ.د . أحمد بدري حسين

بناءً على التعليمات والتوصيات المقررة نرشح هذه الرسالة للمناقشة

التوقيع :

أ.د محمود داود الربيعي

معاون العميد للدراسات العليا

اقرار المقوم اللغوي

أشهد اني قرأت هذه الرسالة الموسومة بـ

(الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالذات المهارية

للاعبي الكرة الطائرة)

وقد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية تحت إشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولاجله وقعت .

التوقيع :

د.قيس حمزة الخفاجي
كلية التربية - جامعة بابل
قسم اللغة العربية
٢٠٠٢ / /

اقرار لجنة المناقشة والتقييم

نحن اعضاء لجنة المناقشة والتقييم ، نشهد اننا قد اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ
(الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالذات المهارية للاعبى الكرة الطائرة) التي تقدم
بها الطالب (حسين عبد الزهرة عبد الفتلاوي) الى مجلس كلية التربية الرياضية –
جامعة بابل لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية ، وقد ناقشناه فيها وفيما له علاقة بها ،
ونعتقد بأنها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية .

التوقيع:

عضو اللجنة :

الاسم : نوري ابراهيم الشوك

الدرجة العلمية : أ.د.

التوقيع:

عضو اللجنة :

الاسم : حامد سليمان حمد

الدرجة العلمية : م.د.

التوقيع :

رئيس اللجنة :

الاسم : محمود داود الربيعي

الدرجة العلمية : أ.د.

صدق من قبل مجلس كلية التربية الرياضية – جامعة بابل بجلسته () بتاريخ

٢٠٠٢ / / .

التوقيع :

أ.د . أحمد بدري حسين

عميد كلية التربية الرياضية – جامعة بابل

٢٠٠٢ / /

قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع	ت
أ	العنوان.	
ب	الآية الكريمة.	
ج	أقرار المشرف.	
د	أقرار المقوم اللغوي.	
هـ	أقرار لجنة المناقشة والتقويم.	
و	الإهداء.	
ز-ح	شكر وتقدير.	
ط-ي-ك-ل-م	الملخص باللغة العربية.	
ن-س-ع	قائمة المحتويات.	
ف	قائمة الجداول.	
ص	قائمة الأشكال.	
ق	قائمة الملاحق.	
الباب الأول		
٢	التعريف بالبحث.	١
٢	المقدمة وأهمية البحث.	١-١
٣	مشكلة البحث.	٢-١
٤	أهداف البحث.	٣-١
٤	فرضيات البحث.	٤-١
٤	مجالات البحث.	٥-١
٤	المجال البشري.	١-٥-١
٤	المجال الزماني.	٢-٥-١
٤	المجال المكاني.	٣-٥-١
٥	تحديد المصطلحات.	٦-١
الباب الثاني		
٦	الدراسات النظرية والمثابفة.	٢
٧	الدراسات النظرية.	١-٢
٧	مفهوم الاستجابة.	١-١-٢

٩	الانفعال .	٢-١-٢
٨	خصائص الانفعالات	٣-١-٢
الصفحة	الموضوع	ت

١١	الصفات العامة للانفعالات.	٤-١-٢
١٢	كيف تتكون الانفعالات.	٥-١-٢
١٤	المظاهر الخارجية والداخلية المصاحبة لانفعالات لاعبي الكرة الطائرة.	٦-١-٢
١٦	السمات النفسية والانفعالية للاعبين الكرة الطائرة.	٧-١-٢
٢٠	مفهوم الذات.	٢-١-٢
٢٠	لمحة تاريخية عن مفهوم الذات.	١-٢-١-٢
٢٢	العوامل المؤثرة في تكوين مفهوم الذات .	٢-٢-١-٢
٢٣	ابعاد مفهوم الذات.	٣-٢-١-٢
٢٤	فاعلية الذات.	٤-٢-١-٢
٢٥	العوامل المؤثرة في مستوى فاعلية الذات.	٥-٢-١-٢
٢٧	المهارات الفنية الاساس للعبة الكرة الطائرة .	٣-١-٢
٣٥	الدراسات المشابهة.	٢-٢
٣٥	دراسة صوالحة (١٩٩٤).	١-٢-٢
٣٥	دراسة غازي صالح محمود (٢٠٠٠).	٢-٢-٢
٣٦	دراسة عمر فاضل يحيى البديري (٢٠٠٠)	٣-٢-٢
الباب الثالث		
٤٠	منهجية البحث واجراءاته الميدانية .	٣
٤٠	منهج البحث.	١-٣
٤٠	عينة البحث.	٢-٣
٤٢	أدوات البحث.	٣-٣
٤٣	مقياس الاستجابة الانفعالية.	١-٣-٣
٤٣	مقياس الذات المهارية.	٢-٣-٣
٤٤	التجربة الاستطلاعية.	٤-٣
٤٤	الاسس العلمية للاختبار.	٥-٣
٤٧	الاجراء الاساس للبحث.	٦-٣
٤٧	الوسائل الاحصائية.	٧-٣

الصفحة	الموضوع	ت
	الباب الرابع	
٥١	عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها .	٤

٥١	واقع الاستجابة الانفعالية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .	١-٤
٥٦	واقع الذات المهارية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .	٢-٤
٥٩	العلاقة بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة.	٣-٤
الباب الخامس		
٦٣	الاستنتاجات والتوصيات .	٥
٦٤	الاستنتاجات .	١-٥
٦٥	التوصيات .	٢-٥
٦٧	المصادر العربية والاجنبية	
٦٨	اولاً - المصادر العربية .	
٧١	ثانياً - المصادر الأجنبية .	
الملاحق		
٧٢		
A-B-C- D-E	ملخص الرسالة باللغة الإنكليزية .	

ف

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
٤١	يبين عينة الدراسة المتمثلة بلاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .	١

٤٥	يبين حساب معامل الثبات بأستخدام اسلوب اعادة الاختبارين (الاستجابة الانفعالية ، الذات المهارية) .	٢
٤٦	يبين حساب موضوعية الاختبارين (الاستجابة الانفعالية ، الذات المهارية) .	٣
٥٢	يبين توزيع افراد العينة الى مؤشرات حسب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستجابة الانفعالية .	٤
٥٦	يبين توزيع افراد العينة الى مؤشرات حسب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذات المهارية .	٥
٥٩	يبين العلاقة بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة .	٦
٦٠	يبين طبيعة العلاقة بين السمات الانفعالية والذات المهارية .	٧

ص

قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	الرقم
٢٧	العلاقة بين كل من المصادر الرئيسية للمعلومات وفاعلية الذات وسلوك الانجاز .	١
٥٣	حرف (U) المقلوب حسب مبدأ بيركس وددسون للاستجابة الانفعالية .	٢
٥٤	نموذج حرف (U) من حيث الاختلاف في مدى الاستجابة التي يحتاجها اللاعب في ضوء مستوى صعوبة أو سهولة الاداء .	٣
٥٥	واقع الاستجابة الانفعالية للاعبين حسب النسب المئوية .	٤

٥٧	واقع الذات المهارية للاعبين حسب النسب المئوية .	٥
----	---	---

ق

قائمة الملاحق

الصفحة	العنوان	الرقم
٧٧	استمارة استطلاع رأي .	١
٧٨	مقياس الاستجابة الانفعالية .	٢
٨١	مقياس الذات المهارية للاعبين الكرة الطائرة .	٣
٨٤	أسماء الخبراء والمختصون الذين تم عرض المقاييس عليهم من حيث ملاءمتها لعينة البحث والبيئة العراقية .	٤
٨٥	السمات الانفعالية في المجال الرياضي .	٥
٨٦	تمثيل الدرجات الخام الى درجات معيارية لكل من الاستجابة الانفعالية والذات المهارية .	٦
٨٧	مفتاح التصحيح للذات المهارية .	٧

--	--	--

ملخص الرسالة

(الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالذات المهارية للاعبي الكرة الطائرة)

الباحث

بأشراف

حسين عبد الزهرة

أ.د. أحمد بدري

أ.م.د. ياسين علوان

٢٠٠٢ م

اشتملت الرسالة على خمسة ابواب هي :

الباب الأول :- التعريف بالبحث .

اشتمل هذا الباب على المقدمة وأهمية البحث ، أذ تم التطرق الى دور الاستجابة الانفعالية وأهميتها في المجال الرياضي وكذلك المواقف الرياضية المتعددة التي يمر بها اللاعب خلال التدريب والمنافسة فضلاً الى ادراك اللاعب لمفهومه الذاتي أي مايمتلكه من قدرات مهارية ، وبدنية ومعرفية وخططية وهو كجزء من ادراكه العام نحو نفسه .

مشكلة البحث:-

تكمن مشكلة البحث في تأثير الاستجابة الانفعالية على مستوى اللاعبين وادراكهم لقدراتهم المهارية والفهم الايجابي لذاتهم وهذا يبدو واضحاً لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة

الطائرة وخاصة في المنافسات الرياضية القوية اذ نشاهد كثيراً من اللاعبين الجيدين عندما يفقدون اعصابهم وتثار انفعالاتهم يفقدون الكثير من مسؤولياتهم المهارية والخطئية وهذا يكون ناتجاً سلبياً كبيراً على المستوى الفني للاعب.

هدفت الدراسة الى :-

- 1- التعرف على واقع الاستجابة الانفعالية و الذات المهارية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .
- 2- التعرف على طبيعة العلاقة بين الاستجابة الانفعالية و الذات المهارية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .

ولتحقيق أهداف الدراسة أفترض الباحث مايلي :-

- 1- هناك فروق ذات دلالة احصائية في واقع الاستجابة الانفعالية و الذات المهارية للاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .
- 2- هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين الاستجابة الانفعالية و الذات المهارية .

واشتملت مجالات البحث على :-

- 1- المجال البشري :- لاعبو اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة للموسم (٢٠٠١ - ٢٠٠٢)
- 2- المجال الزمني :- من ٢٣/١/٢٠٠٢ - ١/٨/٢٠٠٢ . (الفترة الكلية للبحث)
- 3- المجال المكاني :- القاعات الرياضية المغلقة المشمولة بالبحث .

الباب الثاني:- الدراسات النظرية والمشابهة .

تمت الاستعانة بالعديد من المصادر العلمية ذات العلاقة بالموضوع وتم التطرق الى موضوعات متخصصة في الاستجابة الانفعالية متمثلة بـ (مفهوم الاستجابة ، خصائص الاستجابة ، كيف تتكون الانفعالات ، المظاهر الخارجية والداخلية المصاحبة لانفعالات لاعبي الكرة الطائرة) وكذلك الذات المهارية المتمثلة بـ (لمحة تاريخية عن مفهوم الذات ، أبعاد

مفهوم الذات) اضافة الى المهارات الفنية الاساس للعبة الكرة الطائرة المتمثلة بـ (الارسال ، الاستقبال ، الاعداد ، الهجوم الساحق ، حائط الصد ، الدفاع عن الملعب) وبعض الدراسات ذات الصلة بموضوع البحث .

الباب الثالث :- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية .

وقد اختار الباحث عينة الدراسة بالطريقة العشوائية والمتمثلة من لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة والبالغ عددها (٨) اندية والمتمثلة بـ (٨٠) لاعباً ، متمثلة بـ (الحدود ، الكرخ ، اربيل ، البحري ، الكوفة ، الصناعة ، المصافي ، الجيش) . وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة (الارتباطية) لملائمته طبيعة مشكلة البحث كما استخدم الباحث مقياسي مفهوم الذات المهارية للاعبى الكرة الطائرة ومقياس الاستجابة الانفعالية حيث قام بتوزيع استمارات المقياسين على عينة البحث الاساسية وبعد اجراء المعالجات الاحصائية الضرورية لغرض معالجة البيانات بالشكل الذي يخدم البحث.

الباب الرابع :- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .

تم في هذا الباب عرض واقع الاستجابة الانفعالية للاعبى الكرة الطائرة وتقسيمها الى ثلاثة مؤشرات (استجابة انفعالية واطئة ، استجابة انفعالية معتدلة ، استجابة انفعالية عالية) وكذلك عرض واقع الذات المهارية لديهم وتقسيمها الى ثلاثة مؤشرات (ذات مهارية واطئة ، ذات مهارية معتدلة ، ذات مهارية عالية) ومن ثم عرض ومناقشة وتحليل العلاقة بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية للاعبى اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .

الباب الخامس :- الاستنتاجات والتوصيات .

تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية :-

- ١- ظهور فروق معنوية بين لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في واقع الاستجابة الانفعالية وهذا يفسر اختلاف مستوياتهم المهارية والخططية والبدنية والمعرفية لمستوى الاستجابة الانفعالية للاعبى اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .
- ٢- ظهور الاستجابة الانفعالية على لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة بثلاثة مؤشرات (استجابة انفعالية عالية ، استجابة انفعالية معتدلة ، استجابة انفعالية واطئة) .
- ٣- تم التوصل الى ان اغلبية لاعبي الكرة الطائرة في الدوري الممتاز بدرجة فاعلية معتدلة من الاستجابة الانفعالية والبالغ نسبته (٨٢.٥ %) من مجموع اللاعبين .
- ٤- ظهور فروق معنوية في واقع الذات المهارية للاعبى الدوري الممتاز بالكرة الطائرة .
- ٥- وجود الذات المهارية بثلاثة مؤشرات لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة والمتمثلة (ذات مهارية عالية ، ذات مهارية معتدلة ، ذات مهارية واطئة) .
- ٦- امتاز لاعبو الدوري الممتاز بالكرة الطائرة بواقع معتدل من الذات المهارية بمعنى آخر ان اغلبية اللاعبين هم بمستوى معتدل من الذات المهارية .
- ٧- ظهور علاقة ارتباط معنوية بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة .

وعلى وفق النتائج التي توصل اليها الباحث يضع التوصيات التالية :-

- ١- استخدام وحدات تدريبية تتضمن تمرينات حديثة تطبيقية ونظرية لغرض تطوير القدرات النفسية والمهارية والمعرفية لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة .
- ٢- التأكيد على تدعيم قيمة تقدير الذات المهارية للرياضي من خلال وسائل التهيئة النفسية المتمثلة (الأحاديث الحيوية ، تأييد المشجعين ، التدريب قبل المنافسة) ، وضوح الهدف) .
- ٣- التأكيد على إشراك اللاعبين منافسات محلية الغرض منها تحسين استجاباتهم الانفعالية وكذلك تقدير ذاتهم المهارية .
- ٤- يجب على المدربين القيام بمحاولة استثارة اللاعبين وتعبئتهم نفسياً قبل بدء المباراة أو ما بين أشواط المباراة عن طريق تشجيعهم وبث الحماس في نفوسهم وزيادة درجة الدافعية لضمان

- وصول اللاعبين لأحسن المستويات في الأداء مع الأخذ بعين الاعتبار ان لا يكون مستوى الاستجابة عالياً جداً لأنه يؤدي إلى القلق والتوتر ويسبب إعاقة الأداء .
- ٥- التأكيد على اختيار اللاعبين على أساس رغبتهم وطموحاتهم في نوع النشاط الرياضي الذي سوف يمارسه .
- ٦- تدعيم الثقة والإرادة لدى اللاعبين أنفسهم من اجل تحقيق أهدافهم .
- ٧- عمل اختبارات بصورة مستمرة للتقويم الذاتي لأنه يساعد على تفهم الرياضيين لذاتهم إذ إن الفرد الذي لا يستطيع فهم أدائه في عمله لا يستطيع تحقيق أهدافه التي يضعها خدمة لنفسه ولمجتمعه .
- ٨- تعليم وتدريب اللاعبين السيطرة على الاستجابات الفسيولوجية الذاتية وذلك من خلال استخدام وسائل التحكم في استجابات الجهاز العصبي المستقل واستخدام أجهزة الرصد الإلكتروني لالتقاط وتضخيم تلك الاستجابات صوتياً بما يتيح المتابعة في شكل إيقاع مسموع أو مرئي .
- ٩- ضرورة قيام باحثين آخرين بدراسة تتضمن الاستجابة الانفعالية والذات المهارية ومقارنتها مع نتائج البحث الحالي لما لها من الأهمية الكبيرة في تحديد مستوى لاعبي الكرة الطائرة .



Abstract: -

“ The nervous response and its relation with the experience of the Volleyball players ”

Chapter one

The research definition :-

The chapter is consist of the introduction and the research importance through the study of the vale of the reactionary response and its importance of the sport field .

Then the different sport situation that the players could pass through training and competition in addition to the recognition of the individual conception of his ; skill , fitness , knowledge , and planning abilities as apart of his general recognition of his self .

The main point of the research lies in the recognition of the reactionary response of the valley – ball players and the division of levels and its importance at the sport field . Also the personal skilled individual of the players and its levels as an exposure of this skill abilities and its positive and negative effects through competition .

Chapter two

The theoretical and seemlier studies:

Referring to different scientific some subject about ; response conception response characteristics , how the reaction is erected , and the inner and external appearances which companions the valley – ball players reaction had been studied . Also the personal skilled as represented in ; short historical view ,effort factors in forming individual conception , and the exclusion of individual conception .

This chapter also studied the major technical skills of the valley – ball as ; Serve , Receiving , Preparation , the strike attack , Restraining block , and the defense . Then some studies about the same subject at last .

The aims:

١. Discover the level of nervous response and personal skilled to the players of preferential clubs .
٢. Discover the relation between the nervous response and the experience to the player of preferential clubs.

In order to do that the searcher consider: -

١. There are differences in the level of nervous response and personal skilled to the playerof preferential clubs.
٢. There is relation between the nervous response and the ego-experience.

Chapter Three

Style of the search: -

The searcher choose sample to study (the first rate rde) from the player of preferential club . Their number are (\wedge) clubs and the number of the players are ($\wedge \bullet$) players.

The clubs are : AL-Hudood , AL-Karck , Arbil , AL-Bahri , AL-Kofa , AL-Senah , AL-Masafi , and AL-Jeish.

The searcher uses the wrist way in his study to deal with the problem and he uses the test of personal skilled to the players with the test of response , He distributes the files of testing on the samples and after treated.

Chapter four

The results explanation and discussion: -

In this chapter there is an explanation for ; the reactionary response of the valley – ball players and its levels . There is another explanation for the personal skilled and. These had been studied a whole in order to find the relation ship between the reactionary response and the personal skilled.

Chapter five

he reaches the following results:

١. There are differences in the level of nervous response to the player of preferential clubs.
٢. There is a nervous response to the volleyball player in three levels: (high , middle , low).
٣. He gets that the level of response to the most of the players is middle and their rate is (٨٢.٥ %) .
٤. There are differences in the personal skilled between the player of preferential clubs.
٥. The level of experience are Three (high , middle , low).
٦. The level of experince to the players are middle and high. But the most is middle.
٧. There is a relation between the nervous response and the personal skilled .
٨. There is a relation between the nervous response and the personal skilled.



Depends on these results the searcher reaches to :

١. Uses a rehearsal units includes a modern rehearsals to develop the psychological abilities and the personal skilled of the Volleyball players.
٢. Insure the value of ego-experience by :(talking to the players training before games – make the aims clear).
٣. Plays local competition in order to give them a good personal skilled and best response.
٤. The coach should motivate the players before the competition and during the rest time in order to get best levels .
٥. Choose the players according to their desires and ambitions to the kind of sports that he will play .
٦. Give the player self-confidence to get their aims .
٧. Make acontinuous testing to evaluate the players.
٨. Teach the player the way to control their physiological responses by controlling on the nervous system and uses especial technique to do that.
٩. There should be another thesis dealt with this subject for its importance in limit the level of the Volleyball players.

١ - التعريف بالبحث

١ - ١ المقدمة وأهمية البحث

يتطلب من اللاعبين للوصول للمستويات الرياضية العالية من الفرد الرياضي الانتظام في التدريب المستمر والشاق في نوع النشاط الذي يختاره ، اللاعب يتفاعل مع بيئته الرياضية يؤثر فيها ويتأثر بها ، وهذا التفاعل لا يقتصر على مجرد الاستجابة للمواقف الرياضية المتعددة التي يمر بها في التدريب والمنافسات ، بل غالباً ما يكتسب اللاعب في هذا التفاعل خبرات وتصورات عن نفسه وعن الآخرين ، وذلك من خلال إدراكه المستمر لما يتمتع به من قدرات بدنية ومهارية وخطئية كجزء من ادراكه العام لنفسه ، وهناك شبه إجماع على ان مفهوم الذات (self Concept) مصطلح يطلق على ما يدركه الفرد عن نفسه .

وطبيعة المجال الرياضي التنافسي يكسب مفهوم الذات أهمية عامة والذات المهارية أهمية خاصة لما توفرانه للرياضي من مواقف مختلفة للعلاقة بين الرياضي وإدراكه لنفسه ، وهو يختلف من موقف لآخر ، فعندما يمارس الرياضي إحساساً سلبياً بالخبرة يعني ان هناك تصارعاً مع الذات وهو يخلق عدم الرضا الذي يؤثر بدوره في مستوى الأداء الرياضي .

ولعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي تتميز بكثرة فعاليتها ومهاراتها الأساس المتنوعة دفاعاً وهجوماً وتعتمد على ما يبذله اللاعب من قدرات بدنية ومهارية وخطئية ونفسية لتحقيق افضل النتائج والكرة الطائرة تتميز في حجم الانفعالات الكثيرة حيث تزداد بازدياد الأهمية وخصوصاً في المراحل الحاسمة من المنافسة حيث نعرف ما تسببه الانفعالات السلبية عند الرياضيين من أضرار وخيمة عندما لا يتحقق الفوز في إحراز النقاط وحيث ان الانفعالات النفسية تؤدي دوراً بالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضي لأنها ترتبط بسمات شخصيته وسلوكه ودوافعه وحاجاته وأنواع الأنشطة التي يمارسها إذ لا يوجد على الإطلاق أنواع من الممارسة الرياضية دون ان تصطبغ بالانفعال^(١) . وتكمن أهمية البحث بدراسة الاستجابة الانفعالية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة وكذلك التعرف على الذات المهارية لديهم فضلاً عن طبيعة العلاقة بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية للاعبين .

مشكلة البحث

١ - ٢

يعد العاملان النفسي والمهاري عنصران مهمان وأساسيان في مجالات التدريب الرياضي و الألعاب الرياضية والكرة الطائرة إحدى الألعاب الرياضية المهمة التي من خلال هاذين العاملين يتمكن لاعب الكرة الطائرة أن يرتقي بمستواه البدني والمهاري والخططي والنفسي أي العام بشكل دقيق أثناء المباراة ، ومن خلال الخبرة الميدانية للباحث وكذلك من خلال الملاحظة المستمرة للعمليات التدريبية اظهر إن عمليات الأعداد النفسي لم تأخذ البعد المتكامل في ذاكرة المدربين والعاملين في مجال التدريب أي إن هذه الجوانب لم تأخذ القدر الكافي من الأهمية إلى جانب الإعداد البدني والمهاري والخططي لغرض التحكم بانفعالات اللاعب السلبية التي يواجهها في أثناء المنافسة والتي تنعكس على مستوى أداء اللاعب نفسه وعلى نتائج الفريق ككل في لائحة الدوري وكذلك على المستوى العام لفنون اللعبة .

كما إن الانفعالات العالية للاعبين تترك آثارها السلبية والضارة بوظيفة القدرات العقلية والتي تؤدي إلى تشوه الإدراك والذكاء وتعطل التفكير المنتظم وعدم القدرة على حل المشكلات ، وضعف القدرة على التذكر وشل السيطرة والحكمة في تصرفات اللاعبين .

ويبدو هذا واضحاً لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة وخاصة في المنافسات الرياضية إذ نشاهد كثيراً من اللاعبين الجيدين عندما يفقدون أعصابهم وتثار انفعالاتهم يفقدون كثيراً من مسؤولياتهم مهارية والخططية وهذا يكون ناتجاً سلبياً كبيراً على المستوى الفني للاعب وبخاصة في المنافسات القوية والحاسمة فالانفعال الشديد هو العدو للدود للتفكير الهادئ والتصرف الموزون لأنه يبعد اللاعب عن رؤية كثير من الحقائق والتأمل في مجريات اللعب السريع .

ومما تقدم تبرز مشكلة البحث في تأثير الاستجابة الانفعالية على اللاعبين ومستواهم المهاري وكذلك الذات مهارية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة فضلاً عن العلاقة بين الاستجابة الانفعالية والذات مهارية .

أهداف البحث

١ - ٣

١. التعرف على واقع الاستجابة الانفعالية و الذات المهارية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .
٢. التعرف على العلاقة بين الاستجابة الانفعالية و الذات المهارية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .

فرضيات البحث

١ - ٤

١. هناك تباين في واقع الاستجابة الانفعالية و الذات المهارية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .
٢. وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاستجابة الانفعالية و الذات المهارية لدى لاعبي اندية الدوري الممتاز بالكرة الطائرة .

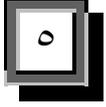
مجالات البحث

١ - ٥

- ١-٥-١ المجال البشري :- لاعبو أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة للموسم ٢٠٠١-٢٠٠٢ .
- ١-٥-٢ المجال الزمني :- من ٢٣/١/٢٠٠٢ - ١/٨/٢٠٠٢ . (الفترة الكلية للبحث) .
- ١-٥-٣ المجال المكاني :- القاعات الرياضية الداخلية في بغداد والمحافظات والتي اجريت عليها بطولة اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق .

تحديد المصطلحات

١ - ٦



١. الاستجابة الانفعالية : " هي استجابة الفرد لبيئته وتكون مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بشدة السلوك " .^(١)
٢. مفهوم الذات : " مدى رضا الفرد عما يتمتع به من خصائص وسمات شخصية كما يدركها هو مستنداً الى خبرته وتجربته الشخصية في المجال الجسدي والعقلي والتوافق الاجتماعي والاتزان الانفعالي والثقة بالنفس " .^(٢)
٣. المهارة : " هي صفة الحركة " ، " و معناها التوافق بين الجهاز العصبي وعمل العضلات الهيكلية " .^(٣)
٤. الذات المهارية : " هي تعبير الفرد عما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة ما ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الأساس في تلك اللعبة " .^(٤)

(١) اسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي . ط١ : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٧٢ .

(٢) غفوري عبد الجبار القيسي ؛ بناء مقياس تقبل الذات لدى معوقي الحرب . جامعة المستنصرية ، كلية الاداب ، رسالة ماجستير ، ١٩٨٨ ، ص ٣٤ .

(٣) وجيه محجوب ؛ موسوعة علم الحركة التعليم وجدولة التدريب . ط١ : بغداد ، ٢٠٠٠ ، ص ٣٥ .

(٤) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين ؛ المصدر السابق . القاهرة ، ١٩٨٧ ، ص ٦٢٤ .



الدراسات النظرية

٢ - ١

مفهوم الاستجابة

٢ - ١ - ١

الاستجابة (Response)

الاستجابة (Response) هي كل نشاط أو فعل يصدر عن الكائن العضوي* ويرد به على المنبه الذي مارس فعله عليه وأثر فيه ، أو هي نوع من التغيير الذي يمكن ملاحظته على السلوك كتحسن أداء لاعب الكرة الطائرة ، كما تعرف الاستجابة (Response) بأنها تغييراً مستتراً أو ظاهراً يطرأ على الغدد أو العضلات لدى الكائن الحي بالنسبة لوضع يجابه هذا الكائن وينعكس هذا السلوك نتيجة لتنبيه معين ، فالمنبه يؤثر في الكائن الحي ويدعوه الى التكيف من جديد وفقاً للموضع الجديد الناشئ عن فعل التنبيه والإثارة^(١) وهناك أنواع عديدة من الاستجابات التي تصدر عن الكائن الحي يمكن ملاحظتها على ناتج نشاط الفرد أو سلوكه .

أنواع الاستجابات^(٢)

١- استجابات حركية :

كتحريك اللاعب ذراعيه لإرسال الكرة أو إعدادها أو استقبالها أو للكبس أو غيرها من الحركات التي يقوم بها في أثناء أدائه للمهارات الهجومية والدفاعية أو انقباض حدقة العين إن تسلط عليها ضوء شديد .

*الكائن العضوي: هو الإنسان والحيوان ، والإنسان: هو الوسيط بين المنبه والاستجابة .

(١) احمد محمد عبد الخالق؛ أسس علم النفس الرياضي : الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ، ١٩٩٠ ، ص ٢٣ .

(٢) احمد محمد عبد الخالق ؛ نفس المصدر : ص ٢٤ .

٢ - استجابة لفظية :



كالرد على سؤال يوجه إليك .

٣- استجابات فسيولوجية:

كارتفاع ضغط الدم ، أو تقلص عضلات المعدة أو توتر عضلة الجبهة (Frontajis) .

٤- استجابات انفعالية :

كالفرح عند سماع خبر سار ، أو الحزن عند سماع خبر سيئ أو مؤلم .

٥- استجابات معرفية :

وهي مايراد بها كسب معارف أو افكار (كالتفكير والتذكر ، والتعلم)

٦- استجابات بالكف عن نشاط :

كالتوقف عن السير أو التفكير عند سماع خبر معين .

الانفعال (Emotion)

٢ - ١ - ٢

اختلف العلماء في تعريفهم للانفعال (Emotion) لاختلاف الزاوية التي ينظرون منها وتبعاً للناحية التي يؤكدونها فمنهم من يهتم بنشأة الانفعال وتطوره ومنهم من يهتم بمظاهره العضوية ومنهم من يحلل طبيعته إلى نظرية تكوينية وبيئية وفسولوجية وقد عد (عبد علي الجسماني) الانفعالات بأنها " أشبه بالتوابل بالنسبة للحياة حيث بدون الانفعالات تكون حياة الإنسان رتيبة ومملة لأنها تعد منشطة للحياة داعية إلى تنويعها وتلوينها والانفعالات هي استجابة الفرد إلى الموقف الذي يلقي فيه نفسه " (١).

ويتفق (أرنوف وبنج) على " ان الانفعالات حدث داخلي لان الحدث قد يثير بدوره مظهراً خارجياً يدل عليه واحياناً ينزع للظهور فجأة ويصعب التحكم به " (٢).

وهذا ما يلاحظ على لاعب الكرة الطائرة أو أي رياضي آخر أثناء ممارسة النشاط الرياضي أو في المنافسة الرياضية (المباريات) ، ومن النادر أن لا ينفعل الرياضي بمستوى معين بحسب

(١) عبد علي الجسماني ؛ علم النفس وتطبيقاته . بغداد : دار الفكر العربي ، ١٩٨٤ ، ص ٤١ .

(٢) أرنوف وبنج ترجمة عادل عز الدين وآخرون ؛ مقدمة في علم النفس . القاهرة : مطبعة الاهرام ، ١٩٨٣ ، ص ١٣٣ .

ظروف السباقات الرياضية الأخرى يسبب الحزن والإحباط والقلق والذي يعمل على زيادة حالة الانفعال عند الرياضي مما يؤثر في الإدراك وتغيير الأوضاع والمواقف وهذا

ينعكس سلبياً على استخدام تلك اللعبة ومتطلباتها ، " ويعد النشاط الرياضي حالة إغناء لموقف ومسار الانفعالات الشديدة لأنها تسبب الحالات المناسبة التي يمر بها اللاعب " (١)

ان قيام لاعبين الكرة الطائرة بتسجيل عدد من النقاط وتحقيق الفوز في مباراة مهمة يسبب البهجة والفرح والسرور والرضا وكذلك الفشل في حالات أخرى بسبب الخسارة في المباراة أو التصرف السليم وان هاتين الحالتين تعدان خبرات يومية يتمكن الرياضي من جمعها أثناء ممارسة النشاط الرياضي .

خصائص الانفعالات والصفات العامة لها

٢ - ١ - ٣

أجرى علماء وظائف الأعضاء العديد من التجارب لدراسة الانفعالات الرياضية ومعرفتها " وتوضح النتائج التي تم التوصل إليها من هذه الدراسات والتجارب الميدانية إمكانية الوصول إلى تحديد سلسلة كبيرة من الخصائص والصفات للانفعالات الرياضية وكذلك معرفة أثرها على القيام بالعمل والتصرف الرياضي ومن الخصائص العامة للرياضيين سرعة حركة الانفعالات وتغايرها والتغير السريع في الأحداث أو الحوادث التي تسببها " (٣) فعند تسجيل عدد من النقاط في الكرة الطائرة تظهر السعادة يصاحبها الفرح والسرور وبعد ثوان تأتي خيبة الأمل والغضب والحزن ثم يتبعها الأمل وهكذا تتراكم عند اللاعبين خبرات انفعالية تتميز بالخصائص الآتية:-

(١) جمال حسين الالوسي ؛ علم النفس العام . بغداد : وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، ١٩٨٨ ، ص ٢٠٩ .

(٢) محمود عبد الفتاح عنان ؛ سيكولوجية التربية البدنية والرياضية النظرية والتطبيق والتجريب . ط١ : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ ، ص ٩٩ .

(٣) محمد عادل رشدي ؛ علم النفس التجريبي الرياضي . بنغازي ، دار الجماهيرية للنشر والتوزيع ، ١٩٨٦ ، ص ١١٦ .

" تحمل الخبرات الانفعالية دائماً طابعاً ذاتياً وتختلف من فرد لأخر تبعاً لدرجة إدراكه للأشياء المادية المحيطة به وبالمواقف المختلفة التي يمر بها كذلك بالنسبة لعلاقته بالآخرين " (١).

فالفرد قد يغضب أو يحس بالضيق عندما يفشل في إحراز النقاط في الكرة الطائرة مثلاً أو قد يعلوه الفرح والسرور والبهجة عندما يفوز ناديه في دوري الكرة الطائرة ، وقد لا يستوجب الأمر لتلك الحالتين لشخص ثالث .

٢- التعدد :

تمتلى حياة الفرد بمختلف الحالات الانفعالية التي لا عد لها ولا حصر ، فهناك على سبيل المثال الفرح والحزن والخجل والندم " تكون هذه الحالات الانفعالية مختلفة الشدة فبعض الحالات تكون بسيطة (ضعيفة) وبعضها قوية أو مركبة " (٢).

٣- التباين (الاختلاف في الدرجة) :

قد يفرح الفرد لرؤية صديق أو لفوزه في منافسة رياضية ، أو نجاحه في الامتحان أو بمناسبة اشتراكه في عمل ما ، ولكن الفرح في كل من تلك الحالات يختلف ويتباين من حيث الشدة والدرجة وبذلك يمكن النظر إلى الانفعال على انه أحادي البعد يمتد على خط مستقيم من اقل درجة إلى أقصى درجة ، " قد يفرح لاعب بدعوته لتمثيل بلده في بطولة عالمية وفي بلد معين وتحت إشراف مدرب معين ولكن درجات الفرح تختلف في الشدة وتتباين من حيث الدرجة في كل حالة من تلك الحالات " (٣).

٤- الارتباطات بالتغيرات العضوية والتغيرات الخارجية :

ترتبط الانفعالات المختلفة بكثير من المظاهر والتغيرات الفسيولوجية الداخلية لأعضاء الجسم المختلفة وكذلك بأنواع متعددة من المظاهر والتغيرات الجسمية التي كثيراً ما تعبر عن نوع الانفعال مثل التغيرات العضوية كعمل القلب والدورة الدموية وأعضاء الجهاز التنفسي

(١) محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي . القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٨٧ ، ص ٢٤٧ .

(٢) Robinsteinsl : Allgemine Psyeuology – Brlin, ١٩٦٣ .

(٣) طلعت منصور وآخرون ؛ أسس علم النفس العام . القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٨٩ ، ص ١٥٠ .

والتغيرات الجسمية الخارجية التي كثيراً ما يتعرض لها اللاعب ونوع تأثيرها فيه مثل ظهور علامات التعرق أو اصفرار الوجه أو حالات ارتجاف الأطراف السفلى أو العليا أو بعض أجزاء الجسم الأخرى. (١)

الصفات العامة للانفعالات

٢ - ١ - ٤

"حياة الإنسان والرياضي بشكل خاص في حالة تقلب مستمر وتغيير دائم ... وهذا لاشك يضيف على الحياة جزءاً كبيراً مما له من قيمة ومالها من متعة فبدون هذه الاحساسات الوجدانية والانفعالات والعواطف المختلفة تصبح حياة الإنسان مملة لامتعة فيها وتصبح شبيهة بحياة الجماد الذي لا يحس ولا يشعر ولا يفعل". (٢)

وصيغة التلازم بين الإنسان وحالاته الوجدانية جميعاً لها صفات عامة نذكر منها

١- وجودها طيلة العمر

" أن الانفعالات مستمرة طيلة عمر الإنسان وكذلك موجودة في كل أدوار حياته ولكن قوتها تختلف من فرد لآخر حسب العمر وأساليب تنشئته وتربيته والخبرات التي تعرض لها". (٣)

٢- الاستمرارية

هي الفترة التي يستمر خلالها الانفعال لدى الشخص من جراء منبه معين يؤدي إلى إثارة ذلك الشخص لمدة معينة من الوقت حسب تأثير وقوة ذلك المنبه وكذلك خبرات ذلك الشخص الانفعالية ومن ثم يهدأ فيها جسمه ويعود إلى توازنه. (٤)

وعلى سبيل المثال عندما يحصل اللاعب المنافس على حيازة كرة في لعبة الكرة الطائرة فإن اللاعب المنافس لا يهدأ إلا بعد إداء اللاعب الآخر رمية الإرسال واستعادة الوضع إلى ما كان عليه في بادئ الأمر ، وهذه الحالة تتأثر بالخبرات الانفعالية المتراكمة عند ذلك

(١) لندال وافيدوف ؛ مدخل علم النفس . ترجمة سيد الطواب وآخرون ، ط٢ : القاهرة ، مطابع المكتب المصري الحديث ، ١٩٨٤ ، ص ٤٨٤ .

(٢) اميمة علي خان ؛ علم النفس . ط١ : بغداد ، مطبعة العاني ، ١٩٨٥ ، ص ١٢٠ .

(٣) محمود كاظم محمود ؛ خبرات الاسر المؤلمة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي . اطروحة دكتوراه ، كلية الاداب ، ١٩٩٩ ، ص ٩ .

(٤) بثينة منصور الحلو ؛ قوة تحمل الشخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة . أطروحة دكتوراه ، كلية الاداب ، جامعة بغداد ، ١٩٩٥ ، ص ١٣٧ .

الشخص حيث تتناسب طردياً مع الموقف المذكور وكذلك قوة المثير (المنبه) ومدى تأثيره في ذلك الشخص .

٣- سرعة الانفعال

ان لعبة الكرة الطائرة تتميز بديناميكية انفعالية عالية فالامر هنا يتعلق بالفشل والنجاح وتأكيد الذات في بداية المباراة تتداخل الانفعالات وتتلقى أحدها الآخر وتحل محلها وتتباين في الدرجة والحدة فمنها الفرح والسرور والابتهاج ومنها الانقباض والغضب والضجر وعدم الارتياح ... الخ من الانفعالات التي ترتبط بالمباراة ونتائجها .^(١)

٤- سهولة الاقتران

" ان الانفعال سهل الاقتران مع الأشخاص وهذا ما أظهرته تجارب السلوكيين ومثال على ذلك استطاع واطسن (Watsun) أن يجعل أحد الأطفال يخاف من أرنب ابيض جميل الشكل والسبب في ذلك ان رؤية الأرنب اقترنت بسماع صوت مرعب " .^(٢)

كيف تتكون الانفعالات

٢ - ١ - ٥

لابد من الإشارة الى حقيقة إن للجهاز الحاف (Limbic System) أهمية قصوى في السلوك الانفعالي لدى الأفراد وكلمة (Limbi) معناها (حافة أو حاشية أو حد) وقد سميت بهذا الاسم لأن أجزاءه حدود أو حلقة حول محور اعرق جزء في مقدم المخ ، " ويتكون الجهاز من شبكة من تراكيب منحنية وممرات ويتلقى الجهاز اللمبي الرسائل التي تساعدنا على إصدار العمليات الجسمية المصاحبة للانفعال والأحاسيس العضلية التي تمر بنا بوصفها خبرات وتجارب متراكمة وهي جانب آخر من الوعي الإنساني والمسؤول عنها لحاء المخ وتعد منطقة تحت المهده أو الهايبوثلاموس جزءاً مهماً من الجهاز اللمبي وهي الرابطة المباشرة بين المخ وغدد الجسم المختلفة التي تنشط اثناء عمليات الخوف والغضب والانفعالات الاخرى " .^(٣)

(١) محمود بسيوني ، باسم فاضل ؛ الإعداد النفسي بكره القدم . القاهرة ، ١٩٩٥ ، ص ١٣٧ .

(٢) غازي صالح محمود وآخرون ؛ الانفعالات ، بحث مقدم ضمن متطلبات مادة علم النفس الرياضي . لطلبة الدكتوراه ، ١٩٩٨ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ص ٥ .

(٣) احمد محمد عبد الخالق ؛ ١٩٩٠ ، المصدر السابق . ص ١٨٠ .

ولابد لنا هنا من توضيح استعمال مصطلح الانفعال (Emotion) بمعناه الواسع بحيث يشمل " جميع الحالات الوجدانية والانفعال أو الاستعداد الانفعالي يدخل في تكوين كثير

من الدوافع الإنسانية المركبة بتكوين الاتجاه والعاطفة والانحياز والعقدة النفسية والحالة المزاجية" (١) ، وتؤدي الانفعالات المختلفة دوراً مهماً بالغ الأثر في حياة الفرد إذ ترتبط بدوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة المتعددة التي يمارسها" (٢) " إن تحسس الفرد أو اللاعب بأعراض الانفعال هو خاصية حياتية وضرورة لبني الإنسان وبأنها تكون إحدى المقومات الأساسية في تعامل الإنسان مع محيطه والتحفز لتجنب الخطر ودرئه" (٣) وإن معنى الانفعال يتحدد بنوع الموقف نفسه ويمكن تقسيم هذه الانفعالات :-

-
- (١) احمد عزت راجح؛ ١٩٧٩، المصدر السابق . ص ١٥٣ .
 - (٢) محمد حسن علاوي؛ ١٩٨٧، المصدر السابق . ص ٢٤٥ .
 - (٣) علي كمال؛ ١٩٨٣، المصدر السابق . ص ١٥٤ .

١- انفعالات إيجابية :

(انفعالات سارة) كالفرح والسرور والحب والنجاح والفوز ... الخ .

٣- انفعالات سلبية :

(انفعالات غير سارة) كالحزن والخوف والغضب والفشل والهزيمة .. الخ .

" وقد أكد روبرت سنكر (Robert Singer) ان كلتا الحالتين من الانفعال حالة ممكن ملاحظتها في سلوكنا اليومي أو حتى قياسها عن طريق بعض المتغيرات الفسيولوجية (الوظيفية) أو بعض الطرق المباشرة " .^(١)

المظاهر الخارجية والداخلية

٢ - ١ - ٦

المصاحبة لانفعالات**لاعبي الكرة الطائرة**

ترتبط خبرات لاعبي الكرة الطائرة الانفعالية المختلفة بتغييرات داخلية عضوية وكذلك ببعض المظاهر الخارجية التي تظهر على أجزاء مختلفة من جسم اللاعب وكما يأتي:-

أولاً - المظاهر الخارجية^(٢)**أ- الحركات التعبيرية للوجه**

تعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الرياضية التي تتميز بالانفعالات المختلفة نظراً لتفاعل اللاعبين مع بيئة المباراة من حيث الجو وشدة المنافسة وأهميتها وتشجيع الجماهير... الخ فترسم ملامح ذلك الحدث على تلك الحركات التعبيرية لوجه اللاعب سواء كانت ملامح الفرح أو الحزن أو الألم ... الخ .

ب- الحركات التعبيرية لكل أجزاء الجسم

ترتبط الانفعالات المختلفة بالكثير من الحركات التعبيرية المختلفة لكل أجزاء الجسم فكثيراً ما نلاحظ في حالات الفرح والسرور ان الفرد يبدو مرفوع القامة متسع الصدر وكثيراً

(١) Robert Singer ؛ motor learning and human prefer mane , New York , ١٩٨٠ , P.٢٢٤-٢٦٣ .

(٢) محمد حسن علاوي؛ ١٩٨٧ ، المصدر السابق . ص ٢٥٢ - ٢٥٤ .

ما نشاهد تلك الحركات التعبيرية في أثناء المنافسات الرياضية كما هو الحال عند تسجيل النقاط في لعبة الكرة الطائرة .

ج - التعبيرات الصوتية

ان التعبير الانفعالي الناجم عن رفع الصوت أو خفضه وكذلك سرعة الكلام وحدته لبعض النواحي المعبرة للحالات المختلفة التي يمر بها اللاعب ، ومدى أو كيفية ادراج النغمة الصوتية للكلام والضغط على بعض الكلمات المعينة ومخارج الحروف ، كل ذلك يمكن الفرد من التعبير عن الكثير من الحالات الانفعالية .

ثانياً - المظاهر الداخلية (العضوية) (١)

أ - ضغط الدم وتوزيعه

غالباً ما يحدث ارتفاع ضغط الدم في حالة انفعال اللاعب مما يؤدي إلى تغيير في توزيعه بين سطح الجسم وداخله وكذلك تعرض اللاعب في تلك الحالة إلى احمرار الوجه في أثناء حالات الخجل والغضب والى الشحوب في حالة الخوف .

ب - اتساع حدقة العين

هناك حركة ديناميكية غير إرادية في شكل حدقة العين حيث تضعف وتصغر في حالات الألم والاضطراب وتتسع وتكبر في حالة الفرح والسرور .

ج - جفاف الحلق والبلعوم

إن عملية التوتر والاضطراب التي تنتاب اللاعب تؤدي إلى زيادة تعرقه وسيل اللعاب مما يؤدي إلى جفاف الفم والبلعوم في حالات الفرح والغضب والفرح .

(١) نزار الطالب ؛ محاضرة علمية في مادة علم النفس الرياضي. جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، لطلبة الدكتوراه ، ١٩٩٩ ، ص ١٥ .

د- عملية الهضم ونشاط الغدد

يتأثر جهاز الهضم في حالة الانفعال والخوف والقلق لدى الإنسان وتظهر علامات ذلك عن طريق تقلبات داخلية وعدم استقرار عمل المعدة والإحساس بالضغط على جدار المعدة وفي بعض الأحيان يصاب اللاعب بالإسهال أو الإمساك والآلام المعوية المفاجئة نتيجة لذلك .

هـ- زيادة النبض وعملية التنفس

إن حالات الانفعال الزائد التي يتعرض إليها اللاعب كالخوف والغضب يؤدي إلى زيادة عدد ضربات القلب وكذلك زيادة غير طبيعية في عدد مرات التنفس لتعويض نقص الأوكسجين الذي يحترق بسرعة في التفاعلات التي تحدث داخل الجسم نتيجة عدم الاستقرار النفسي والعضوي الذي يمر به اللاعب ، ووجد انه في هذه الحالة تزداد نسبة السكر وكمية الأدرينالين لزيادة نشاط عمل الغدد الكظرية والغدد النخامية مما يؤدي إلى شحوب الوجه وارتجاف العضلات .

السمات النفسية والانفعالية

٢ - ١ - ٧

يحتاج لاعب الكرة الطائرة إلى عدد من السمات التي لا يمكن أن يصبح بدونها لاعباً بارزاً في هذه اللعبة وهي صفات عقلية ، جسمية ، انفعالية ، اجتماعية سواء كانت نظرية أو مكتسبة يتميز بها اللاعب وتعبر عن استعداد ثابت نسبياً لنوع معين من السلوك .

أ- السمات حسب وجهة نظر هول ولندزي هي^(١):

١- **سمات مشتركة** : حيث يتسم بها الأفراد جميعاً .

٢- **سمات فريدة** : تتوفر لدى أفراد معينين .

٣- **سمات سطحية** : تكون ظاهرية وواضحة .

٤- **سمات مصدرية** : وهي السمات الكامنة التي تعد أساس السمات السطحية.

(١) صبحي عبد اللطيف ؛ نظريات الارث النفسي والتوجيه التربوي . بغداد ، مطبعة القادسية ، ١٩٨٦ ، ١٢٥ .

٥- سمات مكتسبة : وهي سمات تعليمية .

٦- سمات وراثية : وهي سمات لا تحتاج إلى تعليم بل تنتج عن عوامل وراثية .

٧- سمات ديناميكية : وهي التي تهيج الفرد وتدفعه نحو الأهداف .

٨- سمات قادرة : وتبحث عن قدرة الفرد على تحقيق الأهداف .

وهناك نقطة غاية في الأهمية وهي إن اشتراك اللاعبين في سمة معينة لا يعني إطلاقاً مقدار هذه السمة ودرجتها موجودان بشكل متساوٍ عند اللاعبين كلهم مثلاً ... إن سمة الصبر لا تعني إن لاعبي الفريق الواحد كلهم متساوون بهذه السمة ولكن نرى إن هناك اختلافاً واضحاً في هذه الصفة بين لاعب وآخر وهذا يمكن مشاهدته بوضوح في أثناء المباراة وبخاصة عندما تشتد ظروف اللعب صعوبة وتعقيداً فترى إن صمود اللاعبين وبروز صفة الصبر لديهم تختلف بينهم من فرد لآخر .

ب- السمات الانفعالية

١- الرغبة (Desire)

" هي الدافع الشخصي لمزاولة النشاط الرياضي ، أو هي الدافع للنجاح والكفاح من أجل التفوق والامتياز ، وتعد مقياساً على مدى محاولة اللاعب وان يكون الأفضل أو يؤدي أفضل ما عنده " (١).

فمثلاً لاعب الكرة الطائرة الذي يمتلك رغبة عالية في ممارستها نجده أكثر تميزاً وتفوقاً في أدائه ومهارته الفنية والخططية وإحراز النجاح والسيطرة على النفس والمرح وظهور الرغبة لديه في بذل المزيد من الجهود (٢).

(١) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ، ١٩٨٧ ، المصدر السابق . ص ٤٨٣ .

(٢) ريسان خريبط ، ناهدة رسن سكر ؛ علم النفس في التدريب والمسابقات الرياضية الحديثة . الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر

، ١٩٨٨ ، ص ٩٥ .

٣- الإصرار (Assertiveness)

" هو الشعور بأن اللاعب يستطيع أن يفعل في مبارياته شيئاً ما يحدث تغيراً ، وتشير إليه المخاطر المعقولة التي يجازف بها اللاعب مع عدم لجوئه الدائم إلى الطرق السهلة ، والإصرار السليم يتضمن معرفة اللاعب لحدوده ، والخضوع عند الضرورة مع عدم السماح للاعبين ، ولا لصعوبة المنافسة لتحديد طريقة أدائه"^(١) وكثيراً ما يحدث إن لاعبا يقوم بكبس الكرة إلا إن المدافع أي اللاعب المضاد يقوم بصددها فيما يقوم اللاعب نفسه بكبسها مرة أخرى وبقوة وهذا دليل على إصرار اللاعب الكابس على تسجيل النقاط .

٣- الحساسية (Sensitivity)

" هي القدرة على الحصول على المتعة من الأداء الرياضي من غير ان ينتاب اللاعب الاكتئاب الشديد عندما يخطئ أو حتى عندما يرتكب سلسلة من الأخطاء ، وهي المرح والنشاط والقدرة على التوافق مع الآخرين ، أو التكيف مع الظروف المحيطة"^(٢).

٤- ضبط التوتر (Tension Control)

" هو القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعترى اللاعب من قلق ومعالجة الضغوط الانفعالية القوية بطريقة إيجابية"^(٣) وهذه السمة موجودة عند أكثر اللاعبين قبل بدء المسابقات ولكن بدرجة متفاوتة ، منها ما يؤثر على الأداء ومنها ما يزيد من نجاح الأداء .

٥- الثقة (Confidence)

" هي إيمان اللاعب بقدرته وثقته في مواهبه وتقبل التحديات التي تختبر حدوده ، وهي معرفته بنواحي قوته ، واستخدامها جميعاً في الوصول إلى أفضل النتائج أي إن هناك استعداداً لمواجهة أي عقبات في حدود قدرات اللاعب"^(٤) فاللاعب الرياضي الذي يتسم بهذه السمة يتصف بالثقة الواضحة في نفسه وفي قدراته ومهارته ويكون لديه مفهوم إيجابي عن ذاته ويتصف بالصدق والواقعية ولا يبدو عليه القلق أو الخوف أو التردد ، وقد أكد (ري كمان) إن اللاعبين الذين تعوزهم الثقة في النفس يقعون فريسة للفشل ، والخوف وأسرى

(١) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ ١٩٨٧ ، المصدر السابق . ص ٤٨٢ .

(٢) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ ١٩٨٧ ، نفس المصدر . ص ٤٨٣ .

(٣) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ ١٩٨٧ ، نفس المصدر . ص ٤٨٣ .

لتصوراتهم السلبية أثناء المباراة ، مما يؤدي إلى الاضطراب النفسي بسبب النقص العضوي والإهمال والرفض والإحباط في أعماله محاولاً التعويض " (١).

٦- المسؤولية الشخصية (Personal Accountability)

" وهي تحمل المسؤولية الشخصية عن أداء اللاعب في المباراة وهي الإرادة في مواجهة اللاعب بشجاعة لأخطائه ، وبذل الجهد في المحاولة الجادة لتصحيح هذه الأخطاء" (٢).

٧- الضبط الذاتي (Discipline – Self)

وهي حالة الاستعداد لتطوير خطة اللعب والالتزام بها والاندماج فيها ، والوصول بها إلى مستوى الإتقان طول الوقت بالمرونة الكافية لتغييرها ، والثبات الكافي الذي يعكس هذه القدرة وتمثل هذه السمة القدرة على الحفاظ على خطة اللعب طالما كانت صالحة أو التخلي عنها فقط بعد ثبات عدم صلاحيتها .

(١) Rycman , Theories of Personality, D-van nostrandcom , Ney ١٩٨٧ , P٤٨ .

(٢) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ ١٩٨٧ ، المصدر السابق . ص ٤٨٣ .

مفهوم الذات

٢ - ١ - ٢

لمحة تاريخية عن مفهوم الذات

١-٢-١-٢

يواجه الأفراد في هذه الحياة الكثير من المتغيرات ولاسيما تلك التي تتضمن تغييرات مفاجئة في الوضع الاقتصادي والاجتماعي والسياسي أو حتى في العلاقات مع الآخرين مما يؤدي إلى حدوث توترات كثيرة للفرد فتؤدي إلى حدوث ضغوط نفسية ويلاحظ إن هناك تبايناً بين الأفراد في حدة الشعور بالضغط والتوتر الذي يرافق التعرض لمشكلة أو موقف ما ويعود هذا التباين إلى التقييم الذاتي للموقف وإلى مصادر دعم الفرد لذاته وإلى أساليب التكيف التي يستخدمها الفرد إزاء الموقف^(١) . كما تختلف شدة المواقف الضاغطة باختلاف التركيب النفسي للفرد فبعضهم لديه القدرة على مواجهة اعنف المواقف والتعامل معها بكفاءة واتزان نفسي في حين نجد آخرين يصابون بانهيار تام أمام مواقف بسيطة ويتعرضون للإصابة بالأمراض الجسمية والاضطرابات الانفعالية^(٢) .

لقد أكد الباحثون بأن مفهوم الذات يتكون ويتطور عبر مراحل الحياة التي يعيشها الفرد ويمارس خبراته فيها وإن الوعي بالذات يبدأ بطيئاً عند تفاعل الفرد مع بيئته^(٣) . وإنه يصبح على درجة من الاستقرار والثبات منذ الطفولة المتأخرة وإن التقدم في النمو يؤدي إلى زيادة في الاستقرار ويصبح مفهوم الفرد عن نفسه أكثر مقاومة للتغير^(٤) .

(١) داود نسيمه علي ، نزيه حمدي ؛ العلاقة بين مصادر الضغوط التي يعاني منها الطلبة ومفهوم الذات لديهم . المجلد ٤٢ ، العدد ٢ : دراسات العلوم التربوية ، ١٩٩٧ ، ص ٢٥٥ .

(٢) يعقوب ابراهيم ؛ مفهوم الذات في مرحلة المراهقة ، أبعاده وفروق الجنس والمستوى الدراسي . المجلد ٨ ، العدد ٤ : مجلة أبحاث اليرموك (سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية) ، ١٩٩٢ ، ص ١٨٨ .

(٣) صالحة ، محمد وأحمد يوسف قواسمة ؛ الفروق في مفهوم الذات لدى عينة من أبناء الامهات العاملات وغير العاملات في الاردن . ج ١ العدد ٦ : مجلة البحوث التربوية ، ١٩٩٤ ، ص ٨٠ .

(٤) سوين ، م ريتشارد ؛ علم الأمراض النفسية والعقلية . ترجمة أحمد عبد العزيز ، القاهرة : دار النهضة العربية ، ١٩٧٩ ، ص ٣٦٥ .

كما أشارت (هورين كاربن) إلى أهمية تحقيق الذات في وصول الفرد إلى مستوى مناسب من الصحة النفسية إذ يتمثل ذلك في تحقيق الذات بإمكانات الفرد وعمق أحاسيسه وعلاقاته مع الآخرين^(١) .

يعد مفهوم الذات بناء متعدد الأبعاد يتألف من عناصر إيجابية وسلبية اعتمادا على نوع المعاملة التي يتلقاها الفرد من الآخرين داخل البيت وخارجه^(٢) .

ويشير (داود نسيمية ، نزيه حمدي) عن (رايس Rice) إلى وجود أربعة عوامل رئيسية تؤثر في مفهوم الذات لدى الفرد وهي^(٣) :-

- ١- نوع العلاقات العاطفية .
- ٢- الكفاءة الاجتماعية في التعامل مع الآخرين .
- ٣- الأداء التحصيلي في التدريب .
- ٤- اتجاهات الأقارب وأفراد المجتمع نحوهم .

كما تحدث أدلر عن مفهوم (الذات) وحدد الذات المبتكرة وهي " العنصر الديناميكي النشط في دورة حياة الإنسان وتبحث عن الخبرات التي تنتهي بتحديد نمط حياة الفرد ، وفي حالة عدم تواجد هذه الخبرات في حياة الفرد الواقعية فإن الذات المبتكرة تحاول ابتداعها واكتشافها"^(٤) .

وتوصلت (كارن هورني) إلى مفهوم الذات الديناميكي وترى ان الفرد يكافح في الحياة من أجل تحقيق الذات وقدمت تصورا ثلاثيا لمفهوم الذات فهناك الذات المثالية التي تعد العامل الأساس في إحداث التوافق والاضطراب النفسي فهي تعمل من اجل الاستقلالية ، والذات الواقعية فهي الفرد وحصيلة خبراته وحاجاته وأنواع سلوكه ، والذات الحقيقية عبارة عن القوى الداخلية وهي منبع التطور واتخاذ القرارات^(٥) ، ويؤكد (لوفنكر-جون) " إن تطور الفرد يتم من خلال ثلاثة أدوار هي : دور الشخص العادي وهو الذي يحاول إحداث التوافق بين ذاته والبيئة

(١) هورين ، كاربن ؛ صراعاتنا الباطنية . ترجمة عبد الودود محمود العلي ، بغداد ، دار الثقافة ، ١٩٨٨ ، ص ٦٨ .

(٢) داود نسيمية علي ، نزيه حمدي ؛ ١٩٩٧ ، المصدر السابق . ص ٢٥٣ .

(٣) داود نسيمية علي ، نزيه حمدي ؛ ١٩٩٧ ، نفس المصدر. ص ٢٥٤ ،

(٤) Adler ,A: (Individual Psychology) , ib Murchision C.Ed. (Psychologies) Clark Univ , U.S.A

(٥) Horney . K.(١٩٣٩) : New ways in Psychoanalysis , New York , Norton .

التي يعيش فيها والشخص العصابي هو الذي يبني سلوكيات جديدة حول ذاته وعالمه ودور الشخص المتوافق ظهور أرفع المستويات في تطور الشخصية حيث يتوافق الفرد ذاتياً وبيئياً وبذلك تنمو الإرادة في ذاته " (١) .

ويأتي (روجرز) بنظريته " حول الذات التي تتكون من مفهوم الذات المدركة ومفهوم الذات الاجتماعية ومفهوم الذات المثالية فمفهوم الذات عند روجرز هو جزء من وعي الإنسان بذاته باستخدام كل وسائل الإدراك المتاحة لديه كما يعد هذا الوعي بمثابة الإطار المرجعي الذي يعتمد عليه الفرد في إصدار أحكامه المتعلقة برأيه البدينية والاجتماعية لتحقيق ذاته " (٢) .

كما واستطاع (فيليب فرنون) ان يدخل تطورات جديدة في نظرية الذات فهو يؤكد على وجود اربع طبقات في الوجود النفسي للذات هي : المستوى الاعلى ، الذات الشعورية الخاصة والذات البصيرة والذات المكبوتة أو العميقة (٣) .

ويؤدي مفهوم الذات دوراً مهماً في عملية التربية كما اثار اهتمام العديد من دراسات علم النفس الاجتماعي ، ويتشكل مفهوم الذات بناء على التعرض للعديد من المؤثرات المتنوعة التي يواجهها الفرد ، ولكن يكون للوالدين التأثير الأكبر سواء بمثيرات الطفل لعديد من السمات الفطرية مثل (يقظة الضمير ، الصمود ، الاكتفاء الذاتي) مما يهيئ الفرد ليحدد موقفه من الأحداث ويفسرها ويستجيب لها أما عن طريق المؤثرات الخارجية التي يواجهها الطفل في أثناء عملية التنشئة الاجتماعية فالأطفال يلاحظون ويتمثلون الأساليب التي يستخدمها والدهم في علاج المشكلات اليومية التي تواجههم (بنظام ، بهدوء ، باستعجال) هذه الأساليب تساعد على تكوين ابنية لعمليات تقويم مفهوم الذات.

العوامل المؤثرة في تكوين

٢ - ١ - ٢ - ٢

مفهوم الذات لدى الفرد

يعد مفهوم الذات من اقدم المفاهيم التي حددت معرفة الطبيعة الإنسانية ، وكان مركز الاهتمام في بداية دراسة الذات ينصب على العمليات السلوكية التي بواسطتها يكتسب الأفراد

(١)Loevinger , Jane (١٩٣٩) : Ego development , Washington P.٣٦٠ .

(٢)G. Rogers .A theory of Therapy personality and interpersonal relation ships , As developed in the Client –ceted framework , in S. koch (ED) , Psychology : A study of Science , Vol .٣,Mco Graw-Hill New York (١٩٥٩) .

(٣)Vernon, P.E. (١٩٦٤): Personality Assessment, London: Methuen.

المعرفة بخصوص أنفسهم . وطبيعة وعي ومعرفة الفرد لذاته لها تأثير كبير في سلوكه وشخصيته وهذا يعني إن سلوك الفرد وشخصيته يتأثران بما يحمله من مفهوم لذاته ، إن أهم العوامل المؤثرة في تكوين مفهوم الذات لدى الفرد هي (١) :-

١- العامل العائلي .

٢- العامل المهاري .

٣- عامل الخصائص الجسمية .

إن الإنسان يتفاعل مع البيئة التي يعيش فيها وبشكل خاص مع المهمين في حياته كالوالدين والأخوان والأقارب والأصدقاء ويبدأ بتطوير مفهوم الذات والذي يبنى على تقييمات الآخرين بشكل كبير ، فاذا كانت هذه التقييمات غير مناسبة هنا تحدث حالة من التنافر والتي تولد حالة من القلق النفسي ، ويعتقد فرويد إن الشخصية تتكون من ثلاثة مكونات هي الذات الدنيا (Id) والانا أو الذات (ego) والذات العليا (Super ego) وبين دور كل من المكونات الثلاثة وتفاعلها مما يحدث الصراع ومن ثم المرض النفسي (٢) .

أبعاد مفهوم الذات

٢ - ١ - ٢ - ٣

يتكون مفهوم الذات من أبعاد ومجالات مختلفة، وندرج في أدناه أبعاد مفهوم الذات كما حددها مقياس تنسي لمفهوم الذات (٣) .

١- الذات الواقعية – Actual Self

وهي التي يصف فيها الفرد ذاته الواقعية ، ماذا يكون كما يرى نفسه ؟

٢- تقبل الذات – Self Satisfaction

وهي التي يصف فيها الفرد شعوره عن ذاته التي يدركها ، وبصفة عامة يعكس هذا البعد مستوى الرضا الذاتي .

٣- الذات الإدراكية – Self Perception

إدراك الفرد لسلوكه الخاص أو الطريقة التي يسلكها .

- (١) مصطفى عبد السلام؛ عالم الشخصية . ط١١ : بغداد، مطبعة منير ، ١٩٨٥ ، ص ٨٠.
- (٢) مصطفى عبد السلام؛ نفس المصدر . ص ٨٣ .
- (٣) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان؛ المصدر السابق . القاهرة ، ١٩٨٧ ، ص ٦٣٣ .

٤- الذات البدنية – Physical Self

وهي التي يقوم فيها الفرد وجهة نظره عن جسمه أو حالته الصحية أو مظهره البدني الخارجي أو مهارته أو جنسه .

٥- الذات الأخلاقية Moral – Ethical Self

وصف الذات من وجهة نظر الإطار المرجعي الأخلاقي أو القيم الأخلاقية أو العلاقة مع الله أو إحساس الفرد بوجوده من حيث انه شخص رديء أو جيد أو رضا الفرد عن دينه أو الافتقار إليه .

٦- الذات الشخصية Personal Self

يعكس هذا البعد إحساس الشخص بقيمته الشخصية (قيمة الذات) ومدى إحساسه بكفاءته أو صلاحيته بوضعه كفرد ، وتقييمه لشخصيته بعيدا عن جسمه أو علاقته بالآخرين .

٧- الذات الأسرية Family Self

يعكس هذا البعد إحساس الفرد بصلاحيته ، وقيمه وقدرته بوصفه عضواً في أسرة وهذا انعكاس لإدراك الفرد لذاته بالرجوع إلى المقربين إليه والمحيطين به .

٨- الذات الاجتماعية Social Self

وهي بعد آخر للذات وعلاقتها بالآخرين ولكن بطريقة أكثر عمومية وتعكس الشعور بالصلاحية وقيمة الفرد في تفاعلاته مع الآخرين بشكل عام .

٩- نقد الذات Self- Criticism

يعكس هذا البعد قدرة الفرد على إدراك مواطن الضعف في نفسه .

فاعلية الذات

٤-٢-١-٢

وقد اشار(محمد حسن علاوي) عن (بانديورا) فاعلية الذات بأنها اعتقاد الفرد في قدراته واستطاعته على اداء نوعين معينين أي اعتقاد أو إدراك الفرد بأنه فاعل وكفاء ويستطيع النجاح في اداء سلوك نوعي معين . فكانت فاعلية الذات عملية معرفة وفيها يشكل الفرد حكماً أو

(١) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ ١٩٨٧ ، المصدر السابق . ص ٥٧ .
 ادراكا ذاتيا بالنسبة لقدراته لمواجهة متطلبات معينة ، كما انها تؤثر في كل من دافعية الانجاز
 للفرد وكذلك في مستوى ادائه الفعلي .
 " واثبتت العديد من الدراسات ان هناك علاقة عالية بين تصور الانسان لنفسه وتحصيله
 في حياته سواء في التحصيل الاكاديمي أو التحصيل الرياضي " (١)
 ومن ناحية اخرى اشار (بانديورا) الى انه لكي يمكن أداء سلوك ما فإنه لا يكفي ان
 يكون هذا السلوك متعلما – أي سبق تعلمه فحسب بل انه من المهم ان تكون هناك واقعية لدى
 الفرد لاداء هذا السلوك ومن المهم توافر حافز والذي يتاسس على توقع نتائج الاداء أي اعتقاد
 الفرد ان سلوكه سوف يؤدي الى نتيجة معينة (٢) .

العوامل المؤثرة في مستوى

٥ - ٢ - ١ - ٢

فاعلية الذات :- (٣)

هناك اربعة عوامل تؤثر في فاعلية الذات هي :-

- ١- إنجازات الأداء Performance accomplishments
- ٢- الخبرة البديلة Vicarious experience
- ٣- الإقناع اللفظي Verbal Persuasion
- ٤- الحالة الفسيولوجية Physiological State

١- إنجازات الأداء

تعد إنجازات الأداء من اكثر العوامل أهمية بالنسبة لفاعلية الذات ففي حالة مرور
 اللاعب في خبرة نجاح في أداء معين فإن ذلك يعطي مؤشرات واضحة عن مستوى قدراته وانه
 قادر وفاعل في هذا النوع من الأداء وعلى العكس من ذلك في حالة فشله فإن ذلك سوف يثير
 الشكوك حول قدرته وفاعليته .

إن قدرة اللاعب على تحقيق النجاح في أداء منفرد يؤدي إلى المزيد من فاعلية الذات
 عن نجاحه في تحقيق النجاح في أداء يشترك فيه مع الآخرين .

- (١) محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي . ط ٧ : ١٩٩٢ ، ص ٣١٧ .
(٢) محمد حسن علاوي ؛ مدخل علم النفس الرياضي . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ ، ص ٢٧٦ .
(٣) محمد حسن علاوي ؛ ١٩٩٨ ، نفس المصدر . ص ٢٦٧ .

٣- الخبرة البديلة

يقوم اللاعب في أثناء عملية التعلم بأداء مهارة حركية معينة لم يسبق له أدائها من قبل وكذلك في المنافسات الرياضية قد يتقابل اللاعب مع منافس أول مرة لم يسبق له مواجهته من قبل وفي هذه الحالة فإن فاعلية الذات لا تتأسس على الخبرة الذاتية السابقة ، لكن يمكن عن طريق مراعاة المدرب لأداء نموذجي جيد للمهارة الجيدة وامكانية مشاهدة عرض مرئي تسجيلي لمباراة يشترك فيها المنافس الذي لم يسبق للاعب مواجهته أو قيام المدرب بشرح أهم نقاط القوة والضعف لهذا المنافس ولهذا يطلق الباحثون على الخبرة البديلة مصطلح التعلم بالتمودجية (Modeling) وهو الأثر الذي يؤدي الى الارتقاء بفاعلية الذات لدى اللاعبين .

٣- الإقناع اللفظي

يقوم المدرب أو بعض الزملاء باستجابات لفظية شفوية مع لاعب في الفريق بغية إقناعه بأنه يمتلك قدرات واستطاعات يمكنها مواجهة أداء معين بنجاح مثل إقناعه بقدرته على الفوز على منافس معين أو قدرته على تخطي ارتفاع معين في الوثب العالي مثلا ، ومثل هذه المحاولات سواء من جانب المدرب الرياضي أو بعض الزملاء يطلق عليها مصطلح (الإقناع اللفظي) .

وقد اشار محمد حسن علاوي عن فلتز (Feltz ١٩٩٨) الى وجود طرائق متعددة في الإقناع اللفظي منها^(١).

أ- كلام اللاعب مع نفسه

الكلام الذاتي (Self - talk) حيث يحاول اللاعب إقناع نفسه بفاعليته وكفاءته وهناك العديد من لاعبي المستويات العليا يستخدمون مثل هذه الطريقة قبل قيامهم بأداء ما في المنافسات الرياضية للعمل على زيادة فاعلية الذات لديهم .

ب- التصور العقلي

يقصد بالتصور العقلي انعكاس الأشياء أو المظاهر أو الأحداث التي سبق للاعب إدراكها في خبراته السابقة ، وأهمية التصور تكمن في مدى إقناع اللاعب بأهميته وفائدته في

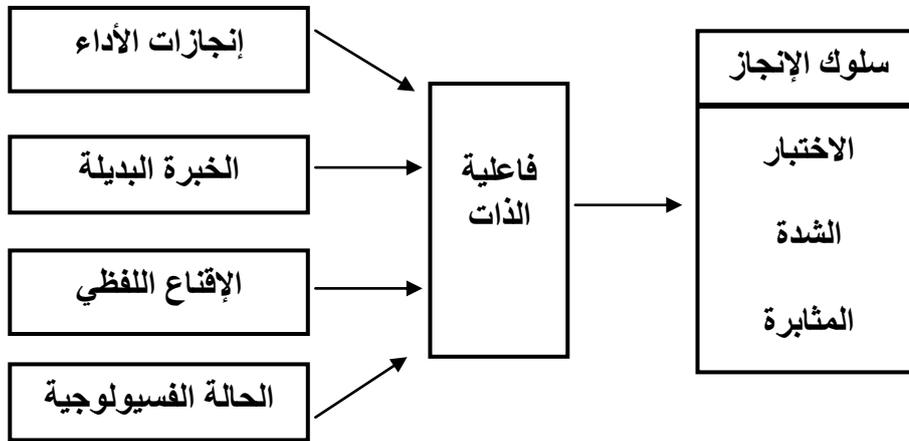
تطوير مستواه أو إعداده للمنافسات الأمر الذي يسهم إلى حد كبير في زيادة فاعلية الذات ، واستخدامات التصور العقلي متعددة ومن بينها المساعدة على سرعة التعلم للمهارات الحركية (١) محمد حسن علاوي ١٩٩٨ ، المصدر السابق . ص ٢٧٩ .

والقدرات الخطئية وحل مشكلات الأداء والمران على المهارات النفسية ... الخ وهو الأمر الذي يؤدي إلى الارتقاء بمستوى قدرات اللاعب وبالتالي إمكانية إقناع الفرد بفاعلية ذاته .

٤- الحالة الفسيولوجية

هناك حالات وظيفية مثل ارتفاع مستوى الاستثارة الفسيولوجية المرتبطة بحالة ما قبل بداية المنافسات الرياضية أوفي أثنائها أو بعدها وكذلك اللياقة البدنية أو التعب أو الاجهاد أو الألم أو تميز اللاعب بحالة وظيفية عالية يمكن أن تؤثر في تقدير اللاعب لمستوى فاعلية الذات لديه حيث ترتبط فاعلية الذات بنوع التغيرات الفسيولوجية التي تحدث قبل لحظة الأداء أو قبل لحظة بداية الاشتراك في المنافسة .

" إن هذه العوامل الأربعة تؤثر في مستوى فاعلية الذات والتي بدورها تؤثر في سلوك الإنجاز "(١) كما هو موضح في الشكل (٢) .



شكل رقم (٢)

يوضح العلاقة بين كل من المصادر الرئيسة للمعلومات وفاعلية الذات وسلوك الانجاز

المهارات الفنية للعبة الكرة

٢ - ١ - ٣

الطائرة

" المهارات الفنية هي الحركات التي ينبغي على اللاعب تنفيذها وحسب الظروف التي تتطلبها لعبة الكرة الطائرة بهدف الوصول إلى نتائج إيجابية والاقتصاد في المجهود البدني ،

(١) محمد حسن علاوي، ١٩٩٨، المصدر السابق، ص ٢٧٧ .

وتأخر ظهور حالة التعب على اللاعبين ، لذلك يجب إتقانها اتقاناً تاماً (١) .

ويجب على اللاعبين جميعهم ان يؤدوا المهارات الأساس جميعها بمستوى متكافئ لكي يتمكن كل لاعب من تنفيذ واجبه أثناء اللعب ، وعليه يتحتم تحليل المهارات الفنية إلى مراحلها حتى يسهل تعلمها بصورة دقيقة وصحيحة ومع مراعاة مطابقتها لقانون اللعبة ، وعلى الرغم من ان المهارات تبدو سهلة الأداء إلا إنها تتطلب بذل جهد كبير في دقة إتقانها وذلك لما يفرضه قانون اللعبة من حيث قصر مدة لمس الكرة وتحديد لمس الكرة بأطراف الأصابع وصغر حجم الملعب وسرعة طيران الكرة وغيرها من النواحي القانونية الأخرى .

ولعبة الكرة الطائرة تتكون من مجموعة من الحركات يطلق عليها المهارات الفنية

الأساس أو المبادئ الأساس وهي :-

١-٣-٢ مهارة الإرسال

٢-٣-٢ مهارة الاستقبال

٣-٣-٢ مهارة الإعداد

٤-٣-٢ مهارة الهجوم الساحق

٥-٣-٢ مهارة حائط الصد

٦-٣-٢ مهارة الدفاع عن الملعب

وتنقسم على مجموعتين :-

أ- المهارات الهجومية : الإرسال و الإعداد و الهجوم الساحق و حائط الصد .

ب- المهارات الدفاعية : الاستقبال و حائط الصد و الدفاع عن الملعب .

أولاً - الإرسال : (Serve)

الإرسال هو إحدى المهارات الأساس الفنية بالكرة الطائرة وينفذ بواسطة اللاعب الذي يشغل مركز رقم (١) من الخط الخلفي بعد إشارة الحكم (الصافرة) وإدخال الكرة في اللعب، وتضرب الكرة بذراع واحدة بيد (مضمومة أو مفتوحة) حتى يتم عبورها إلى

(١) سعد حماد الجميلي ؛ تعليم وتدريب وتحكيم الكرة الطائرة . ط ١ : ٧ ابريل - ليبيا ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٩ .

ملعب (المنافس) ^(١) .

والإرسال هو إحدى المهارات التي لها طابع هجومي في الكرة الطائرة وله تأثير فاعل وإيجابي لفريق المرسل وسلبى للفريق المنافس إذا تم تنفيذه بالطريقة المطلوبة وهي :-

- ١- الحصول على نقطة بدون إجهاد فريقه .
- ٢- إعطاء فرصة راحة لفريقه .
- ٣- كسب الثقة لأعضاء فريقه من الناحية النفسية .
- ٤- إجهاد الفريق المنافس بدنيا ونفسيا عند نجاحه .
- ٥- زعزعة الثقة عند الفريق المنافس .

وتشمل حصة الإرسال ١٣% من المهارات من حيث تكرار استعماله في اللعب حسب تقويم المهارات في بطولة العالم التي أقيمت في براغ عام ١٩٦٦^(٢) .

ونلاحظ في الأونة الأخيرة إن التدريب عليه أصبح يحتل جزءا كبيرا من الوحدة التدريبية في الدقة والتركيز على مستوى الإنجاز العالي في الكرة الطائرة ويتكون فن مهارة الإرسال من :-

- ١- الإرسال من الأسفل .
- ٢- الإرسال الجانبي من الأعلى .
- ٣- إرسال التنس .
- ٤- الإرسال المتموج .
- ٥- الإرسال الخطاف .
- ٦- الإرسال الكابس .

ثانياً - مهارة استقبال الإرسال

تعد مهارة استقبال الإرسال من المهارات الدفاعية المهمة في لعبة الكرة الطائرة وهي الأساس في بناء الهجوم ، فكلما نفذت عملية استقبال الإرسال بشكل دقيق ومتقن كانت إمكانية نجاح الإعداد للهجوم كبيرة والدفاع عن الإرسال هو عملية استقبال الكرة المرسله من اللاعب المرسل للفريق المنافس لتهيئتها للاعب المعد أو للزميل في الملعب وذلك بامتصاص سرعة وقوة الكرة وتمريرها لاعلى بالساعدين.

(١) اكرم زكي خطابية ؛ موسوعة الكرة الطائرة الحديثة . ط١ : عمان ، دار الفكر العربي ، ١٩٦٩ ، ص ٦٧ .

(٢) اكرم زكي خطابية ؛ ١٩٦٩ ، نفس المصدر . ص ٦٨ .

لقد تطور الأداء المهاري لهذه المهارة نتيجة لتنوع الإرسال وزيادة فاعليته فمنذ أن نشأت الكرة الطائرة حتى الوقت الحاضر تنوعت وتتابع الطرائق المستعملة في استقبال الكرة سواء بالكفين أو بالذراعين بعد أن كانت تؤدي من أعلى (فاليوغسلاف الماهرون في لعب حائط الصد يقدمون للعبة الكرة الطائرة قاعدة دفاعية رئيسة اسمها (Bagger) وتم استعمالها لأول مرة في بطولات أوربا في براغ عام ١٩٥٨^(١) . والتي تؤدي باستعمال السطح الداخلي للساعدين وبصورة متلاصقة لضمان تسلم الكرة وحسن توصيلها الى اللاعب إذ إن (القدرة على التحكم في استقبال الكرة ترجع الى كبر مساحة المنطقة التي تلامسها على الساعدين عند لعبها)^(٢) .

تتطلب مهارة استقبال الإرسال صفات بدنية وخطبية ومهارية ونفسية متنوعة كغيرها من المهارات الأساس الأخرى .

ثالثاً - مهارة الإعداد (Set)

" يعد الإعداد (تمرير الكرة من الأعلى) من المهارات الأساسية والمهمة في لعبة الكرة الطائرة حيث يأخذ نسبة ٢٠% من مجموع المهارات الست وتسلسلها المهارة الثالثة ، إلا إنها تعد أول مهارة في تعلم اللعبة ، لأنها أول مهارة عرفها الإنسان ومارسها قبل غيرها من المهارات"^(٣) . " تعد مهارة الإعداد من المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة من ناحية استعمالها وتكرارها من قبل اللاعبين خلال مجريات اللعب تمهيدا لإيصال الكرة الى المكان المناسب لاداء عملية الهجوم"^(٤) .

ويعد الإعداد محرك الفريق واللاعب الذي يتولى الإعداد لابد أن يمتلك مواصفات خاصة تميزه عن غيره من بقية اللاعبين ويشترط أن يكون ممتازا في الإعداد من الوقوف ومن

الحركة ومتحكماً في جميع الكرات السهلة والصعبة جميعاً وللاتجاهات وبطرائق مختلفة ويمتلك التوقيت السليم في الجري للإعداد ثم الرجوع للخلف في الوقت المناسب للاشتراك في الدفاع والانتباه التام والتعاون وسرعة الحركة خلال مدة المباراة ، ويتقن الهجوم الجيد من خط الهجوم ، ويعرف مميزات زملائه المهاجمين بتسهيل عملية الهجوم لهم ، وكذلك الخبرة والتدريب مع

(١) : Federation Intemational de Vlleyball , Volleyball World , Official Magazine Revue Bimonthly JAN ,FEB , ١٩٩٧ /١.P.٢ .

(٢) حمدي عبد المنعم ؛ الكرة الطائرة مهارات خطط قانون . القاهرة ، مؤسسة كيلو باترا ، ١٩٨٤ ، ص ٩١ .

(٣) سعد حماد الجميلي ؛ ٢٠٠٠ ، المصدر السابق . ص ٥٩ .

(٤) : Keith Nicholls , Modern Volleyball , prined in great Briation , ١٩٧٨ , P.٢٦ .

حسن التصرف من خلال ممارسته للعبة ، وغالبا ما يكون المعد رئيسا للفريق وموجها لهم .

أما أنواع الإعداد فهي :-

١- الإعداد الأمامي .

٢- الإعداد الخلفي من فوق الرأس .

٣- الإعداد بالدرجة خلفا .

٤- الإعداد الجانبي .

٥- الإعداد بالوثب .

رابعاً - مهارة الهجوم الساحق (Attack)

" الهجوم الساحق ويسمى أحيانا الضربة الساحقة يعني ضرب الكرة بطرائق مختلفة من فوق الشبكة نحو ملعب المنافس وإحدى الذراعين وبطريقة قانونية ، ويعد الهجوم الساحق " السلاح الأول في تحقيق نقطة للفريق ويحتل نسبة ٢١% من بقية المهارات " (١).

فلو ظلت لعبة الكرة الطائرة تلعب بدون الضربات الساحقة واقتصرت على مجرد تمرير الكرة بين اللاعبين ووضعها في المكان الخالي من ارض ملعب الفريق المنافس لاستمرت مباراة الكرة الطائرة يوما كاملا بسبب ارتفاع مستوى الفرق الرياضية في تكتيكات الدفاع الحديثة لهذا " ظهرت مهارة الضرب الساحق في الكرة الطائرة التي تعد المهارة الأساسية التي تعمل على تفوق الفرق المنافسة " (٢)، لذا فإن الضرب الساحق يحتاج في أدائه إلى أعلى درجات القوة الانفجارية والدقة العالية لأن هذه المهارة واحدة من اصعب المهارات التي تحتاج إلى تنسيق والتي لا توجد في رياضات أخرى حيث يجب على اللاعب أن يكون قادرا على الركض والقفز عاليا وموقتا لحركة الكرة وضربها بصلاية وفي الوقت نفسه يحاول أن يضعها في موقع معين ، وطبقا للدراسات التي قام بها اليابانيون فإن الحركة البسيطة للذراع من

الركبة إلى الرأس تستغرق وقتاً طويلاً قدره من ٣٠-٤٤ ٪ من الثانية فإذا كنت واقفاً في المكان الصحيح وكان المهاجم يضرب الكرة في جهتك وكانت الضربة سريعة تأخذ وقتاً قليلاً يقدر بـ ٠.٢٥ من الثانية فأنت في هذا الوقت لن تكون قادراً على رفع يديك وسوف تضرب الكرة وجهك ، والهجوم الساحق من المهارات المهمة في الكرة الطائرة حيث إن قوة ارتفاع القفز العمودي يصل أحياناً من (١١٠ – ١٢٠ سم) عن مستوى سطح الأرض وأحياناً أكثر

(١) سعد حماد الجميلي ، ٢٠٠٠ ، المصدر السابق . ص ٧٢ .

من هذا ويعني إن مركز كتلة ثقل الجسم قد ارتفع إلى هذا المستوى وقد تصل أطراف أصابع يد بعض اللاعبين في بعض الأحيان إلى ارتفاع ٣٧٠ سم عن مستوى سطح الأرض وهناك فروق بين عدد القفزات للاعبين الفريق الواحد حيث إن اللاعب في مركز رقم (٣) تتراوح عدد قفزاته من (١٨٠-٢٠٠) قفزة في كل مباراة تستغرق (ثلاثة - خمسة) أشواط ويمكن أن هذا اللاعب سيقفز إلى نفس القفزة الأولى والقفزة الثانية والقفزة الأخيرة وهذا يحتاج إلى قابلية وتدريب عاليين حتى يحافظ على هذا المستوى^(١) .

إن الضربة الساحقة لها الأثر البالغ في إثارة حماس المشاهدين لأنها مليئة بالإثارة والحماسة في اكتساب نقاط مضمونة إذا كان أداؤها صحيحاً ، ولكن في الوقت نفسه لها خطورتها إذا لم يستطع اللاعب إتقانها إذ تكون نتائجها عكسية في مثل هذه الحالة^(٢) . وتنقسم مهارة الضرب الساحق إلى الأنواع الآتية :-

- ١- الضرب الساحق المواجه .
- ٢- الضرب الساحق بالدوران .
- ٣- الضرب الساحق الخفاف بالرسغ .
- ٤- الضرب الساحق بالخداع .
- ٥- الضرب الساحق السريع أو الخاطف .
- ٦- الضرب الساحق من المنطقة الخلفية .

خامساً - مهارة حائط الصد (Blocking)

هذه المهارة هي إحدى المهارات الأساس بالكرة الطائرة وتعد دفاعية وهجومية في وقت واحد ، وعرضت هذه المهارة سنة ١٩٢٠ م واستعملت في بداية الأمر بلاعب واحد ثم تطورت بعدها بلاعبين حتى أصبحت بثلاثة لاعبين .

إن مهارة حائط الصد لها متطلبات بدنية ومهارية وخطوية وغيرها شأنها شأن بقية المهارات الأساس الأخرى (فلاعبو الصد ينبغي تمتعهم بقدر كاف من عنصر القوة وسرعة رد الفعل والرشاقة)^(٣) .

(١) سعد حماد الجميلي ؛ ٢٠٠٠ ، المصدر السابق . ص ٧٣ .

(٢) مختار سالم ؛ اصول الكرة الطائرة . بيروت ، مؤسسة دار المعارف ، ١٩٧٩ ، ص ١٣٥ .

(٣) Keith Nicholls , OP . cit , p . ٨٩ .

لقد بدأ الاهتمام المتزايد في تلك المهارة منذ عام ١٩٦٤ وبعد التعديل الذي اعتمده الاتحاد الدولي في قواعد جديدة للاعبين (الحائط) الذي ينص على " منع الاقتحام الجوي لملاعب الفريق المنافس ، ويسمح باللمسة الثانية بعد (الحائط)"^(١) . فضلا عن السماح للاعبين حائط الصد باعتراض مسار كرة إرسال الفريق المنافس وأصبح ساري المفعول لغاية عام ١٩٨٤ في الدورة الأولمبية في لوس أنجلوس بعد تعديل القاعدة بعدم السماح بصد إرسال الفريق المنافس .

أنواع مهارة حائط الصد^(٢) :

- ١- حائط الصد بلاعب واحد استعماله في اللعب بنسبة ٢٤% .
- ٢- حائط الصد بلاعبين استعماله في اللعب بنسبة ٧٢% .
- ٣- حائط الصد بثلاثة لاعبين استعماله في اللعب بنسبة ٤% .

سادساً - مهارة الدفاع عن الملعب (التغطية)

يقصد بالدفاع عن الملعب إنقاذ الكرة المضروبة من الفريق المنافس أو المرتدة من حائط الصد وتميرها بالذراعين أو بذراع واحدة سواء كانت التميرية من الأسفل أو من الأعلى .

وتعد هذه المهارة من المهارات المهمة في لعبة الكرة الطائرة ومن المهارات الدفاعية للدفاع ضد الهجوم الساحق من فريق الخصم وحماية الملعب خلف حائط الصد لفريقه وخلف المهاجمين من فريقه ، وتسمى أحيانا بالتغطية وتنفيذها يتكرر بنسبة ١٤% تقريبا وإهمالها يؤدي إلى نسبة ٤١% من حالات الفشل مما يرجح كفة الخصم من اكتساب نقاط غير متوقعة ويستطيع الفريق المهتم بها كسب نقاط تعادل ٢٣% من مجموع النقاط.

وحالات التحرك فيها تكون للكرات المنخفضة والسريعة والبعيدة جدا ، وتعد من المهارات الصعبة في الكرة الطائرة لدقة متطلباتها من المكونات البدنية في القوة العضلية وتقدير القدرات

وقدرات رد الفعل والتركيز في التوقيت والتوازن والسرعة الحركية (الرشاقة) وسرعة رد الفعل والقدرة على التحكم والشجاعة في السقوط الأمامي (الغطس) .

(١) Federation International de Volley ball ,Volley ball Offical Magazine , Revue Bimonthly Jan , FFB , ١٩٩٧ ,P.٢.

(٢) مصطفى علي ؛ الكرة الطائرة (تاريخ ، تعليم ، تدريب ، تحليل ، قانون) . ط ١ : جامعة حلوان ، ١٩٩٩ ، ص ١٣٩ .

أنواع الدفاع عن الملعب

- ١- الدفاع عن الملعب باليدين من الأسفل ومن الوقوف .
 - ٢- الدفاع عن الملعب باليدين من الأسفل ومن السقوط الأمامي .
 - ٣- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة ومن الدرجة الجانبية .
 - ٤- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بالسقوط الأمامي (الغطس) .
- كما إن هناك أوضاعاً مختلفة للدفاع عن الملعب وهي ^(١):
- ١- الدفاع عن الملعب بالذراعين من الوقوف ومن الحركة .
 - ٢- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة من الوقوف .
 - ٣- الدفاع عن الملعب بالذراعين من اسفل ومن السقوط .
 - ٤- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة من اسفل ومن السقوط الجانبي أو الطيران .
 - ٥- الدفاع عن الملعب بذراع واحدة بسقوط الكرة على وجه الكف .
 - ٦- الدفاع عن الملعب بضرب الكرة بالرجلين .

ويعتمد استعمال هذه الأوضاع من الدفاع على نوعية هجوم الفريق المنافس ومعرفة اتجاهاته ، فضلا عن معرفة قدرة حائط الصد للفريق المدافع لأخذ المواقع الدفاعية الجيدة بعد ذلك .

(١) سعد محمد قطب ، لؤي غانم ؛ الكرة الطائفة بين النظرية والتطبيق . الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٨٥ ، ص ٧١ .

الدراسات المثابفة

٢ - ٢

١-٢-٢ دراسة صوالفة ١٩٩٤ (١)

" الفروق في مفهوم الذات لدى عينة من ابناء الامهات العاملات وغير العاملات في الأردن "

استهدفت الدراسة معرفة تأثير عمل الام وبنس الاباء والتفاعل بينهما في مفهوم الذات لدى الأبناء ، استخدمت الدراسة قائمة (الكيلاني وعباس ، ١٩٨١) لمفهوم الذات المتكونة من (١١٢) فقرة موزعة على (٨) ابعاد بالتساوي وتم تطبيق القائمة على (١٢٠) تلميذاً وتلميذة من صفوف السنة الاولى من المرحلة الأساس (٦٠) من ابناء غير العاملات و (٦٠) من ابناء العاملات ، ومن نتائج البحث تبين عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين ابناء العاملات وغير العاملات على المقياس كله أو على أبعاده ، وايضا عدم وجود فروق بينهما لمتغيرات الجنس .

٢-٢-٢ دراسة غازي صالح محمود ٢٠٠٠ (٢)

" الاستجابة الانفعالية وبعض القدرات العقلية وعلاقتها بالمعرفة الخطية "

اجريت الدراسة على اندية الدرجة الاولى بكرة القدم في العراق ، وهدفت الدراسة الى بناء مقياس للتذكر والتعرف على العلاقة بين القدرات العقلية وابعاد الاستجابة الانفعالية ، تألفت عينة البحث من (١٠٠) لاعباً من بغداد وشمال العراق وجنوبه واستعمل الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي وكان من نتائج البحث ما يأتي :-

(١) صوالحة ؛ الفروق في مفهوم الذات لدى عينة من ابناء الامهات العاملات وغير العاملات في الاردن . رسالة ماجستير ، ١٩٩٤ .

(٢) غازي صالح محمود ؛ الاستجابة الانفعالية وبعض القدرات العقلية وعلاقتها بالمعرفة الخطئية . أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٠ .

- ١- ظهرت علاقات ارتباط معنوية بين القدرات العقلية وابعاد الاستجابة الانفعالية .
- ٢- ظهرت علاقات ارتباط معنوية بين ابعاد الاستجابة الانفعالية وبين المعرفة الخطئية .
- ٣- ظهرت علاقات ارتباط معنوية بين القدرات العقلية والاستجابة الانفعالية والمعرفة الخطئية.

٣-٢-٢ دراسة عمر فاضل يحيى البدرى (١) ٢٠٠٠

" مفهوم الذات وعلاقته بسرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي المبارزة "

هدفت الدراسة معرفة أبعاد مفهوم الذات لدى لاعبي المبارزة بالأسلحة الثلاثة (الشيش ، السيف ، سيف المبارزة) وكذلك التعرف على الفروقات في أبعاد مفهوم الذات بين لاعبي الأسلحة الثلاثة واخيرا معرفة العلاقة بين مفهوم الذات وسرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي كل سلاح وبلغت عينة الدراسة (١٦) لاعبا يمثلون المنتخب الوطني العراقي للمبارزة وقد استخدم الباحث مقياس تني- لمفهوم الذات الذي أعد صورته العربية محمد حسن علاوي ومحمد العربي سمفون (١٩٧٨) ، ويشمل المقياس تسعة أبعاد هي الذات الواقعية ، والشخصية الادراكية ، نقد الذات وتقبل الذات ، والذات الجسمية والأخلاقية والأسرية والذات الاجتماعية ، كما استخدم الباحث جهاز قياس سرعة الاستجابة الحركية بوصفها أداتين لإنجاز البحث ومن نتائج البحث إن نظرة لاعبي المبارزة بالأسلحة الثلاثة لانفسهم هي نظرة ايجابية عالية في معظم ابعاد مفهوم الذات ويمتاز لاعبو المبارزة ايضا (بالاسلحة الثلاثة) بسرعة استجابة حركية (بصرية ، لمسية)

(١) عمر فاضل يحيى البديري ؛ مفهوم الذات وعلاقته بسرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي المبارزة . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٠ .

مناقشة الدراسات المشابهة

بعد عرض الدراسات السابقة والمتعلقة بمتغيري البحث (الاستجابة الانفعالية و الذات) فإنه بالإمكان مناقشة تلك الدراسات على وفق ما يأتي :-

١- الأهداف

فيما يتعلق بالدراسات التي تناولت الاستجابة الانفعالية نجد انها قد تشابهت من حيث الاهداف أي التعرف على نوع الاستجابة الانفعالية لعينة الدراسة كونها استجابة عالية أو واطئة اما بالنسبة لمفهوم الذات فنجد انها تناولت الفروق في ابعاد الذات بالنسبة لعينة الدراسة وكذلك كونها تمثل ذات ايجابية أو ذات سلبية ، في حين نجد ان دراسة الباحث الحالية تختلف من حيث التعرف على نوع واقع الاستجابة الانفعالية لعينة البحث وكذلك واقع الذات مهارية لعينة البحث أي تقسيمها الى مؤشرات ومن ثم ايجاد العلاقة بين كل من الاستجابة الانفعالية والذات مهارية لعينة البحث .

٢- العينة

تباينت الدراسة في طبيعة وحجوم عيناتها اذ بلغت (١٦) (١٠٠) (١٢٠) على التوالي تناولت بعض منها لاعبي المبارزة بالاسلحة الثلاثة وكذلك لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم و ابناء الامهات العاملات وغير العاملات اما بالنسبة للدراسة الحالية فقد اختلفت من حيث احتوائها على لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة كعينة للبحث .

٣- أدوات البحث

يمكن القول ان الدراسات جميعها التي تناولت موضوع الاستجابة الانفعالية قد استخدمت مقياس توماس . أ . تتكو وهو مقياس مقنن اعد صورته محمد حسن علاوي ، محمد العربي والمكون من (٤٢) فقرة ، أما بالنسبة للذات فقد تباينت أذ استخدم البعض منها قائمة

الكيلائي المكونة من (١١٢) فقرة كما في دراسة صوالحة والبعض منها مقياس تنسي ويتمثل بـ (٩) ابعاد كما في دراسة عمر فاضل يحيى .
وبهذا فان الدراسة الحالية تشابهت مع الدراسات السابقة في أدواتها المستخدمة لقياس الاستجابة الانفعالية للاعبين حيث استخدم الباحث مقياس توماس . أ . انتكو الذي عربيه محمد حسن علاوي ومحمد العربي أما للذات المهارية فقد استخدم مقياس تيمور و انتكو لمحمد حسن علاوي والمكون من (٤٢) فقرة .

٤- الوسائل الإحصائية

تباينت الدراسات من حيث وسائلها الإحصائية ولكنها تماثلت من حيث استخدامها بعضاً من تلك الوسائل ومنها معامل الارتباط والاختبار التائي وتحليل التباين .
أما الدراسة الحالية فقد اختلفت من حيث تقسيم عينة البحث الى مؤشرات في كل من متغيري البحث اعتماداً على التوزيع الطبيعي واختلفت عن الدراسات السابقة من حيث تقسيمها الى ثلاثة مؤشرات (عالية ، معتدلة ، واطئة) للاستجابة الانفعالية ومؤشرات ثلاثة للذات المهارية (عالية ، معتدلة ، واطئة) وكذلك استخدام معامل الارتباط (Person) والنسب المئوية بما يتناسب مع أهداف البحث .

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

٣ -

منهج البحث

٣ - ١

استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لكونه من أكثر المناهج ملائمة لطبيعة مشكلة البحث ، إذ إن اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث يعد من الأمور الأساس التي ينبغي على الباحث مراعاتها ، " حيث ان المنهج الوصفي يمثل التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع ، والاتجاهات والميول ، والرغبات والتطور ، بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية" (١) .

عينة البحث

٣ - ٢

يعد اختبار الباحث للعينة من الخطوات والمراحل المهمة في البحث إذ ان " العينة الجيدة لا بد لها من أن تمثل المجتمع الأصلي تمثيلا حقيقيا ينسجم وطبيعة المشكلة والمعلومات المطلوبة ويسمح بتعميم نتائجها" (٢) .

تم اختيار عينة البحث من لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة للموسم (٢٠٠٢/٢٠٠١) م بالطريقة العشوائية ، حيث بلغ عدد الأندية المشاركة في (دوري النخبة) (٨) أندية وبهذا بلغ عدد أفراد العينة (٨٠) لاعبا من اصل (٩٠) لاعبا وبهذا تكون النسبة المئوية (٨٨.٨٩ %) كما مبين في جدول (١) .

(١) وجيه محجوب ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه . الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٨ ، ص ٢١٩ .

(٢) وجيه محجوب ، احمد بدري ؛ البحث العلمي . جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، ٢٠٠٢ ، ص ١٥ .

يبين فيه عينة الدراسة المتمثلة بلاعبي أندية الدرجة الممتازة

بالكرة الطائرة في العراق .

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين المختبرين	المستبعدون	العدد النهائي
١	الحدود	١٢	٢	١٠
٢	الكرخ	١٢	٢	١٠
٣	اربيل	١١	١	١٠
٤	البحري	١٢	٢	١٠
٥	الكوفة	١٠	-	١٠
٦	الصناعة	١٠	-	١٠
٧	المصافي	١١	١	١٠
٨	الجيش	١٢	٢	١٠
المجموع ع	(٨) أندية	٩٠	١٠	٨٠

يتبين من الجدول (١) ما يأتي :-

- ١- شملت عينة الدراسة ثمانية أندية من الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق للموسم (٢٠٠٢/٢٠٠١) .
- ٢- كان عدد اللاعبين المختبرين من كل نادي (١٢ ، ١١ ، ١٠) لاعبا وكما مبين في الجدول (١) على وفق اللاعبين الأساس والاحتياط معا .
- ٣- تم استبعاد بعض اللاعبين الذين لم تكن إجاباتهم متكاملة عند ملئ استمارات الاختبار .
- ٤- في ضوء عدد اللاعبين المستبعدون من الدراسة ولوجود عشرة لاعبين من كل ناد فقد عد العدد (١٠) معياراً لعدد اللاعبين .

أدوات البحث والأجهزة المستخدمة

٣ - ٣

" وهي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات ، بيانات ، أو عينات أو أجهزة ... الخ،" (١) وقد استخدم الباحث الأدوات الآتية :-

١- المصادر والمراجع العلمية

لقد استعان الباحث بعدد من المصادر والمراجع العلمية والبحوث والدراسات العربية والأجنبية التي تم الاطلاع عليها في مجالات علم النفس والاختبارات والقياس والتدريب ولعبة الكرة الطائرة .

إذ يؤكد (فان دالين) انه " لكي تقوم بأي دراسة يجب أن تكون قادرا على حصر افضل المراجع الموجودة والمتعلقة بالمشكلة واستخلاص المعلومات الأساسية منها " (٢).

٢- استمارة استطلاع آراء الخبراء *

٣- استمارة المباراة الرسمية

٤- استمارة تفريغ البيانات

٥- أجهزة الحاسب الآلي

٦- فريق العمل المساعد * *

(١) وجيه محجوب؛ ١٩٨٨ ، المصدر السابق . ص ٨٥ .

(٢) فان دالين (١٩٨٤) اقتبسه علاء الدين حسين عبد الرزاق ؛ علاقة سرعة رد الفعل بسمات الشخصية . رسالة ماجستير ، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ١٩٨٦ ، ص ٥٨ .

* كما موضح في ملحق (١) .

** ١- د. ناهدة عبد زيد . م.د . كلية التربية الرياضية / بابل .

٢- سهيل جاسم . م . كلية التربية الرياضية / بابل .

٣- حيدر عبد الرضا . م . كلية التربية الرياضية / بابل .

٤- مسلم حسب الله . طالب كلية التربية الرياضية / بابل .

مقياس الاستجابة الانفعالية *

٣ - ٣ - ١

استخدم الباحث مقياس الاستجابة الانفعالية وهو مقياس مقنن وضعه في الاصل توماس. أتتكو (Thomas .A. Tutko) في عام (١٩٧٦) وأعد صورته العربية (محمد حسن علاوي) و (محمد العربي شمعون) في عام (١٩٧٨) ويتكون المقياس من (٤٢) فقرة ولكل فقرة (٥) بدائل للإجابة هي (دائما ، غالبا ، أحيانا ، نادرا ، أبدا) .

و درجات هذه البدائل اقل درجة (١) و اعلى درجة (٥) تتيح الفرصة للاعب التعبير عن اتجاهاته في (٧) سمات منفصلة ذات تأثير في مجال التربية الرياضية وهي (الرغبة ، الاصرار ، الحساسية ، ضبط التوتر ، الثقة ، المسؤولية الشخصية ، الضبط الذاتي) .

مقياس الذات المهارية **

٣ - ٣ - ٢

استخدم الباحث مقياس الذات المهارية الذي أعده (محمد حسن علاوي و مسلم الهلالي و تيدور واصف) . للوقوف على تقدير لاعب الكرة الطائرة بما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة الكرة الطائرة ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الاساسية في لعبة الكرة الطائرة ، ويتكون المقياس من (٤٠) فقرة ولكل فقرة (٥) بدائل للإجابة هي (أبدا ، نادرا ، أحيانا ، غالبا ، دائما) و درجات هذه البدائل اقل درجة (١) أعلى درجة (٥) تتيح الفرصة للاعب بالتعبير عما يتمتع به من مهارات حركية في لعبة الكرة الطائرة وأعد أساسا للاعب المستويات العالية .

* كما موضح في الملحق (٢) .

** كما موضح في الملحق (٣) .

التجربة الاستطلاعية

٣ - ٤

" إن التجربة الاستطلاعية عبارة عن " دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختبار أساليب البحث وادواته "(١) ، حيث استعمل الباحث التجربة الاستطلاعية لغرض التعرف على السلبيات التي قد ترافق تطبيق كل من مقياسي الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لعينة البحث وفيما إذا كانت عبارات كل من المقياسين مفهومة من قبل أفراد عينة البحث إذ من خلال إجراء التجربة الاستطلاعية يمكن للباحث معرفة السلبيات التي مر بها اللاعبون المختبرون وتجاوزها بالاختبار القادم (٢) .

لقد قام الباحث بتوزيع استمارات الاختبارين على عينة من لاعبي أندية الدرجة الممتازة والمتمثلة بنادي (الطلبة) وبواقع (٩) لاعبين وبعد استطلاع آراء اللاعبين حول طبيعة المقياسين ومدى استيعابهم لعباراته فيما إذا كانت مفهومة ام لا وان كانت لديهم أية ملاحظات حول صياغة عباراته او فيما إذا كانت هناك صعوبات تذكر في الاجابة عن كل من المقياسين المذكورين وقد تبين انه ليس هناك أية صعوبة عند الاجابة ولكلا المقياسين وان من الاهمية ايجاد الشروط العلمية للاختبارين من حيث الثبات والصدق والموضوعية .

الأسس العلمية للاختبار

٣ - ٥

١- معامل ثبات الاختبار

المقصود بثبات الاختبار هو " ان يعطينا الاختبار النتائج نفسها عند اعادة تطبيقه على الافراد انفسهم "(٣) ولغرض التأكد من حصول المقياسين على درجة ثبات عالية قام الباحث بتطبيق الاختبار على عينة مكونة من (٩) لاعبين من نادي الطلبة بتاريخ ٣ / ٢ / ٢٠٠٢ م وأعيد تطبيق الاختبار بعد أسبوع تحت ظروف الاختبار الأول نفسها وعلى العينة ذاتها ثم تم حساب معامل الارتباط البسيط بين نتائج الاختبارين الأول والثاني لمعرفة معامل الثبات بينهما

(١) مجمع اللغة العربية ؛ معجم علم النفس والتربية . ج ١ : القاهرة ، الهيئة العامة لشؤون المطابع الاميرية ، ١٩٨٤ ، ص ٧٩ .

(٢) قاسم حسن المنديلاوي وآخرون ؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية . الموصل ، مطابع التعليم العالي في

الموصل ، ١٩٨٩ ، ص ١٠٨ .

(٣) عبد الجليل الزوبعي واخرون ؛ الاختبارات والمقاييس النفسية . الموصل ، مطابع التعليم العالي في الموصل ، ١٩٨٧ ، ص ٣٠ .

جدول (٢)

يبين حساب معامل الثبات باستخدام أسلوب إعادة الاختبار للاستجابة الانفعالية

والذات المهارية

المعالم الاحصائية	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
الاستجابة الانفعالية	٠.٧٣	٠.٦٦	٠.٠٥	٧
الذات المهارية	٠.٨٨			

وقد تبين من خلال جدول (٢) ان هنالك علاقة ارتباط عالية دالة احصائيا بين الاختبارين الأول والثاني ولكل من الاستجابة الانفعالية والذات المهارية اذ بلغت قيمة معامل الارتباط للاستجابة الانفعالية والذات المهارية (٠.٧٣) (٠.٨٨) على التوالي وهما أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠.٦٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٧) .

٣- معامل الصدق

لقد تم التحقق من صدق كل من المقياسين (الاستجابة الانفعالية ، الذات المهارية) من خلال ايجاد صدق المحتوى وذلك بعرض المقياسين على مجموعة من الخبراء و المختصين* في العلوم التربوية والنفسية والتربية الرياضية وبعد الاطلاع على إجابات الخبراء عن فقرات المقياسين ومدى ملائمتها لعينة البحث والبيئة العراقية تبين ان هناك اتفاقا تاما وبنسبة (١٠٠%) حول الفقرات جميعها وعلى هذا الأساس تم التأكد من صدق الاختبار

واعتماد المقياسين في البحث .

* انظر ملحق (٤) .

٣- موضوعية الاختبارين

يقصد بالموضوعية " التحرر من التحيز والتعصب ، وعدم ادخال العوامل الشخصية فيما يصدر الباحث من احكام"^(١).

ولغرض استخراج موضوعية الاختبارات قام الباحث بتطبيق الاختبارات على عينة التجربة الاستطلاعية نفسها والمكونة من (٩) لاعبين من فريق (الطلبة) حيث قام الباحث بتكليف (محكمين) * لتأشير نتائج الاختبارين وكما موضح في جدول (٣) .

جدول (٣)

يبين حساب موضوعية الاختبار للاستجابة الانفعالية والذات المهارية .

المعالم الإحصائية	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية
الاستجابة الانفعالية	٠.٩٢	٠.٦٦	٠.٠٥	٧
الذات المهارية	٠.٨٦			

(١) قيس ناجي ، بسطويسي احمد ؛ الاختبارات والقياس ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي . بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٧ ، ص ١٧٢ .

* المحكمين : ١- د . ناهدة عبد زيد /كلية التربية الرياضية / جامعة بابل .

٢- م.م. سهيل جاسم /كلية التربية الرياضية / جامعة بابل .

من خلال جدول (٣) يتبين لنا ان قيم معاملي الارتباط للاستجابة الانفعالية والذات المهارية وباللغة قيمتهما (٠.٩٢) (٠.٨٦) على التوالي ذات دلالة احصائية وهما أكبر من القيمة الجدولية البالغة قيمتها (٠.٦٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٧) .

الإجراء الأساس للبحث

٣ - ٦

بعد ان تم التأكد من صدق المقياسين وثباتهما وموضوعيتهما قام الباحث بتوزيع الاستمارات على افراد عينة البحث الأساسية باتباع أسلوب الاتصال المباشر مع افراد العينة شرح أهداف البحث لهم واهميته وضرورة الاجابة عن الاسئلة جميعها بعناية وصدق عاليين ويرى الباحث ان ذلك مهما جدا لكي يعطي المختبر اجابات بدقة اكبر .

وبعد جمع إجابات العينة قام الباحث بتفريغ البيانات اعتمادا على مفتاح حل الأسئلة وبذلك حصل على الدرجات الخام بوصفها نتائج لهذا الاختبار ثم قام الباحث باعتماد جدول تقويم ثابت لإجابات الاختبار بتحويل هذه الدرجات إلى الدرجات النهائية حيث كان الوسط الحسابي (٦٢.٥) وانحراف معياري (١٠) للاستجابة الانفعالية وبعدها تمثيلها الى درجات معيارية وحصل بعد ذلك على درجات تمثل نتائج كل من الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة .

ومن ثم تم اجراء المعالجات الاحصائية الضرورية الخاصة بشأن الارتباط بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية للحصول على النتائج المطلوبة .

الوسائل الإحصائية

٣ - ٧

لأجل معالجة النتائج بالشكل الذي يخدم البحث فقد استعمل الباحث الوسائل الاحصائية المطلوبة التي تساعده في معالجة نتائج البحث واختبار فرضياته وكما يوضح (هوبكنز و كلاس) (Hopkins & Glass) فان " الوسائل الاحصائية تساعد الباحثين في وصف البيانات واستخلاص الاستنتاجات لكميات كبيرة من البيانات وكذلك في دراسة العلاقات السببية"^(١).

(١) Hopkins ,Kenneth D.andclass , Genev.

Basic Statistics for the Behavioral Siences , Englewoodcliffs , New Jersey :

Prentice-Hall Inc , ١٩٧٨ , p٣ .

وأهم هذه الوسائل الاحصائية هي :-

١- الوسط الحسابي (١)

$$\bar{س} = \frac{\text{مجم س}}{n}$$

٢- الانحراف المعياري

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مجم س}^2 - (\text{مجم س})^2}{n-1}}$$

٣- النسبة المئوية

$$\frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100$$

(١) وديع ياسين محمد ، حسين محمد عبد ؛ التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية . الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩ ، ص ١٠٢ .

٤- الارتباط البسيط (بيرسون)^(١)

(مج س) (مج ص)

$$r = \frac{\text{مج س ص} - \frac{\text{مج س} \times \text{مج ص}}{n}}{\sqrt{\left[\frac{\text{مج س}^2 - \frac{(\text{مج س})^2}{n}}{n} \right] \left[\frac{\text{مج ص}^2 - \frac{(\text{مج ص})^2}{n}}{n} \right]}}$$

٥- الدرجة المعيارية المئوية

$$\text{الدرجة المعيارية} = \frac{\text{س-س}^-}{\text{ع}} \times ١٠ + ٥٠ \times \frac{١٠}{٨٠}$$

٥- اختبار مربع كأي

$$\chi^2 = \frac{(ل-ق)^2}{ق}$$

(١) مصطفى حسين ناجي ؛ المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق . القاهرة ، مركز الكتب للنشر ، ١٩٩٩ ، ص ٣٧ .



عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤ -

تحقيقاً لأهداف البحث وفروضه قام الباحث بعرض ومناقشة وتحليل النتائج التي توصل إليها طبقاً للمحاور الآتية :-

عرض وتحليل ومناقشة واقم الاستجابة

٤ - ١

الانفعالية

للاعببي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة

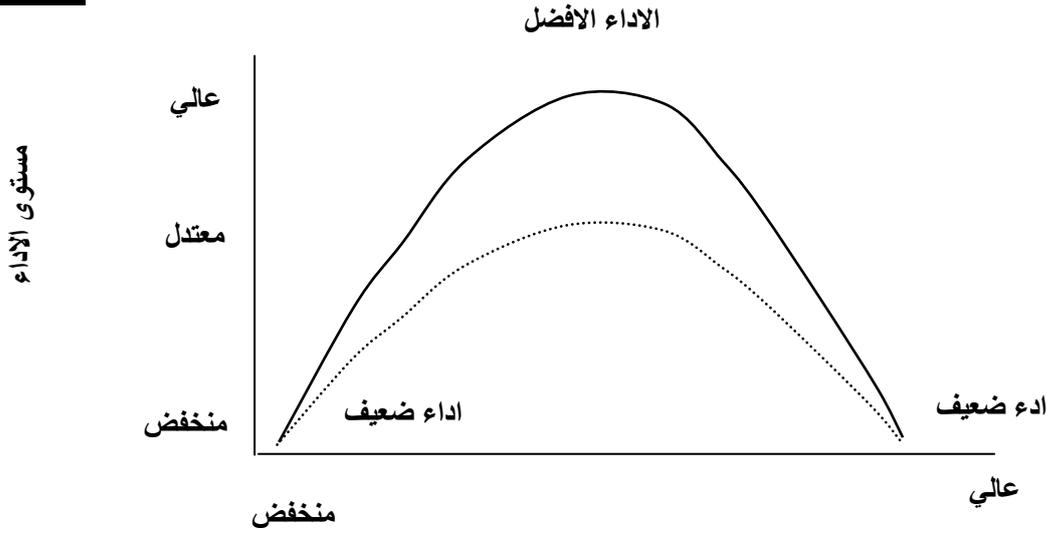
بعد ان تم جمع الدرجات الخام وتحويلها الى درجات معيارية اعتماداً على مفتاح التصحيح ولكلا المقياسين (الاستجابة الانفعالية ، الذات المهارية) قام الباحث بتمثيل تلك الدرجات الخام الى درجات معيارية مئوية * حيث ان الدرجات الخام لا تكون ذات فائدة لانه لا توجد طريقة معروفة لمقارنتها بأي شيء حيث تم تقسيم واقع الاستجابة الانفعالية الى ثلاثة من المؤشرات كما مبين في جدول (٣).

جدول (٣)

يبين توزيع عينة البحث إلى مؤشرات معيارية حسب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للاستجابة الانفعالية .

ع±	س-	النسبة المئوية	التكرار	المدى	واقع الاستجابة الانفعالية
١٠	٦٢.٥	% ١١.٢٥	٩	٥٢.٥ - ٣٢.٥	استجابة انفعالية واطئة
		% ٨٢.٥	٦٦	٧٢.٥ - ٥٢.٥	استجابة انفعالية معتدلة
		% ٦.٢٥	٥	٩٢.٥ - ٧٢.٥	استجابة انفعالية عالية
		% ١٠٠	٨٠		المجموع

من الجدول (٣) يتبين لنا تمثيل واقع الاستجابة الانفعالية للاعبين الدوري الممتاز بالكرة الطائرة بثلاثة مؤشرات مختلفة (واطئة ، معتدلة ، عالية) اعتماداً على حساب الوسط الحسابي البالغ قيمته (٦٢.٥) وانحراف معياري (١٠) أذ يتبين لنا ان الاستجابة الانفعالية لعينة البحث هي من الواقع المعتدل والتي تمثل اغلبية اللاعبين حيث بلغ عدد تكرار لاعيها (٦٦) لاعباً وهي أكثر نسبة من بين التكرارات التي تمثل المؤشر الامثل للاستجابة التي تؤدي الى الأداء الأفضل ، فالاستجابة الانفعالية العالية جدا تؤدي باللاعبين إلى القلق والتوتر والنرفزة في حين تؤدي الاستجابة الانفعالية الواطئة جدا إلى الخمول والكسل والتراخي ومن ثم فان كلا الحالتين تؤدي الى ضعف في الأداء وهذا ما أثبتته نظرية حرف اليو (U) المقلوب مبدأ " يركس وددسون " حيث إن العلاقة بين الأداء ودرجة الاستجابة تكون على افضل حالاتها عندما يكون اللاعب في واقع معتدل من الاستجابة ويهبط الأداء عندما يكون واقع الاستثارة أعلى أو اقل مما يجب وكما موضح في شكل (٢).



شكل (٢)

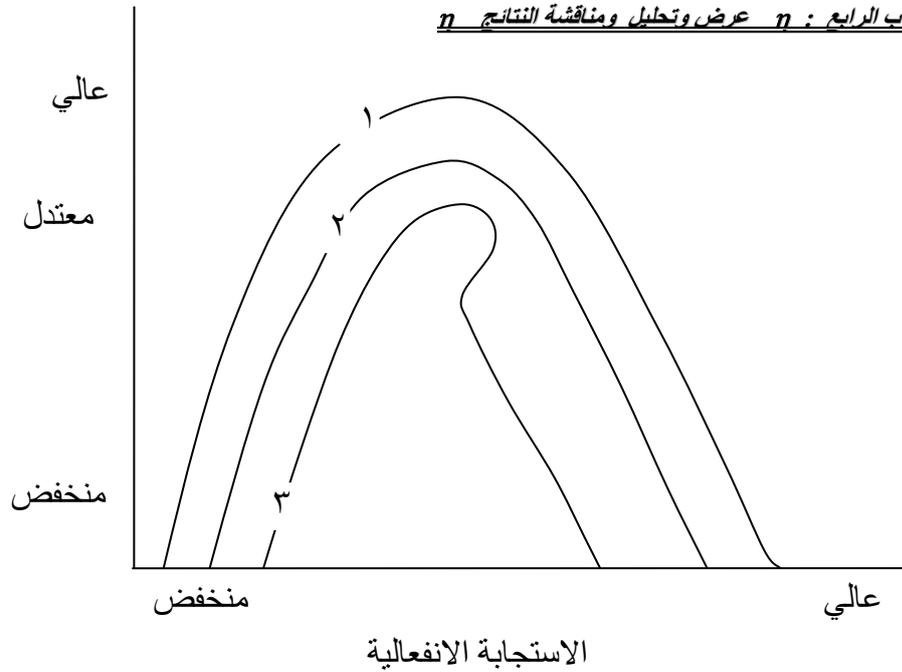
يوضح حرف (U) المقلوب مبدأ بيركس وددسون

ويشير هذا النموذج بصفة أساس إلى انه كلما ارتفعت مؤشرات الاستجابة الانفعالية في بادئ الأمر إلى أن تصل إلى الواقع المعتدل كلما ازدادت درجة جودة الأداء وتسمى بنقطة يطلق عليها مصطلح الأداء الأفضل وبعد هذه النقطة فان الزيادة في مؤشر الاستجابة الانفعالية تؤدي إلى النقص في جودة الأداء تدريجياً .

وقد دعمت العديد من الدراسات في مجال علم النفس الرياضي صلاحية هذا النموذج للتطبيق في المجال الرياضي من حيث المبدأ مع إضافة بعض التعديلات لكي تناسب العديد من المواقف المتغيرة والمتعددة في مجال الأداء الحركي^(١).

في حين أشار بعض الباحثين إلى إن مفهوم مدى الاستجابة الانفعالية الذي يمكن أن يحقق أفضل أداء قد يختلف في إطار احتمال اتساع درجة الاستجابة إذ قد يتطلب الأمر درجة أكبر من اتساع الاستجابة في حالة الأداء جيداً أو الأداء السهل ، أما في حالة الأداء الذي يتميز بدرجة متوسطة من الصعوبة فان مدى اتساع الاستجابة يقل ، في حين حالة الأداء الصعب أو المعقد أو تعلم مهارة حديثة فان الأمر يتطلب مدى ضيقاً من الاستجابة كما موضح في شكل (٣) .

(١) نزار الطالب ؛ المصدر السابق الذكر . جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٠ .

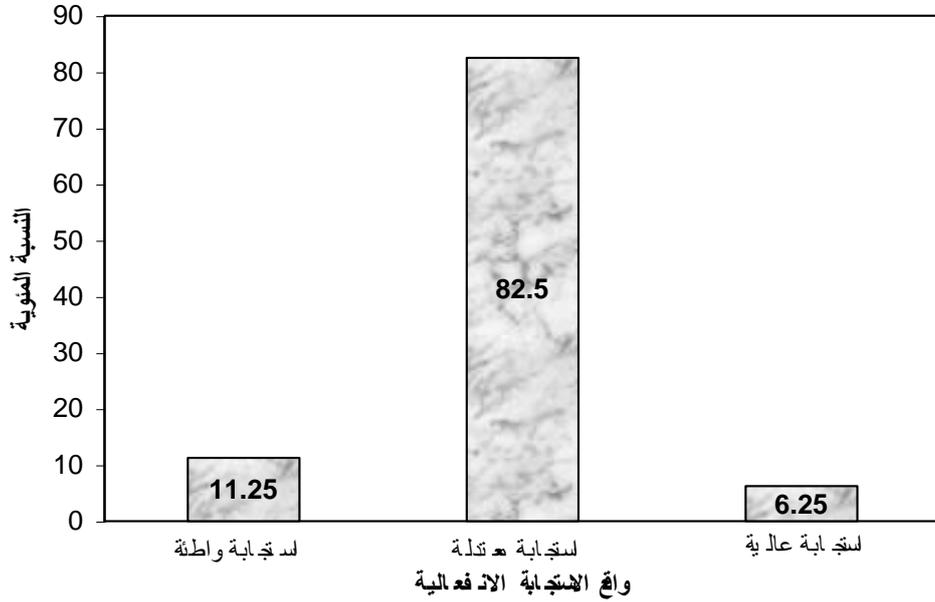


شكل (٣)

يوضح نموذج حرف (U) البو المقلوب من حيث الاختلاف في مدى الاستجابة التي يحتاجها اللاعب في ضوء مستوى صعوبة أو سهولة الأداء.

كما إن الاستجابة الانفعالية تختلف من لاعب لآخر بدرجات معينة وترجع تلك الاختلافات لعدة أسباب منها اختلاف في كل من النضج والوراثة وتأثير البيئة والتغذية والنوم والراحة ومستوى اللياقة البدنية والإصابة بالأمراض والدوافع^(١) وبذلك نجد ان واقع الاستجابة الانفعالية للاعب الكرة الطائرة قد اختلف تكرارها من مؤشر لآخر وبذلك فقد تباينت نسبتها المئوية تبعاً لاختلاف تلك التكرارات كما موضح في الشكل البياني (٤) .

(١) مفتي ابراهيم حمادي ؛ التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط وتطبيق وقيادة . ط ١ : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨ ، ص ٨٢ .



شكل (٤)

يوضح واقم الاستجابة الانفعالية للاعبى الكرة الطائرة حسب النسبة المئوية

وهذا يفسر اختلاف مستوياتهم المهارية اثناء المنافسة الرياضية حيث ان درجة الاستجابة الانفعالية للفرد تتحدد نحو موقف المنافسة تبعاً لادراكه الذاتى لموقف المنافسة ويمكن عندئذ ان يستجيب اللاعب وفقاً لمؤشرات مختلفة وبذلك فقد تم تحقيق الشرط الاول من الهدف الاول والشرط الاول من الفرض الاول .

عرض ومناقشة واقم الذات المهارية لدى

٤ - ٢

اللاعبى

الدوري الممتاز بالكرة الطائرة

تحقيقاً للشطر الثاني من الهدف الاول والشطر الثاني من الفرض الاول قام الباحث بجمع الدرجات الخام للذات المهارية وتحويلها الى درجات معيارية عن طريق قانون (ثورن دايك) حيث تم تقسيم واقع الذات المهارية الى ثلاثة مؤشرات مختلفة كما مبين في جدول (٥).

جدول (٥)

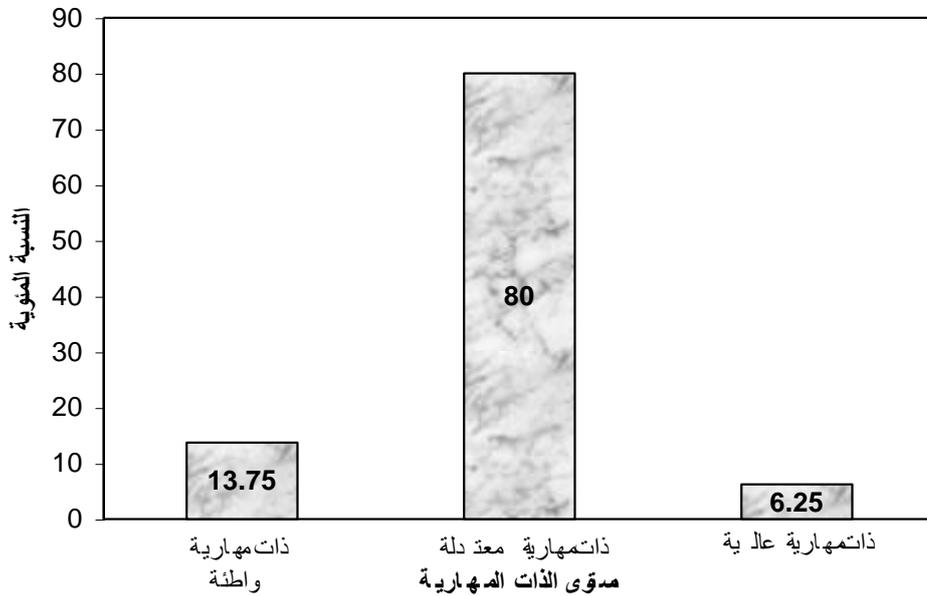
يبين توزيع عينة البحث إلى مؤشرات معيارية حسب الوسط الحسابي والانحراف المعياري للذات المهارية .

المستوي	الذات المهارية	المدى	التكرار	النسبة المئوية	س-	ع±
المستوى الأول	ذات مهارة واطنة	٣٢.٥ – ٥٢.٥	١١	١٣.٧٥%	٦٢.٥	١٠
المستوى الثاني	ذات مهارة معتدلة	٥٢.٥ – ٧٢.٥	٦٤	٨٠%		
المستوى الثالث	ذات مهارة عالية	٧٢.٥ – ٩٢.٥	٥	٦.٢٥%		
المجموع			٨٠	١٠٠%		

من الجدول (٥) يتبين لنا تمثيل واقع الذات المهارية للاعبين بثلاثة مؤشرات مختلفة (ذات مهارة واطنة ، ذات مهارة معتدلة ، ذات مهارة عالية) اعتماداً على حساب الوسط الحسابي البالغ قيمته (٦٢.٥) وانحراف معياري البالغ قيمته (١٠) اذ ان واقع الذات المهارية لعينة البحث هي من المستوى المعتدل حيث بلغ عدد تكرار لاعبيها (٦٤) لاعبا وهي اكبر نسبة من بين التكرارات للعينة والتي تمثل المؤشر الجيد للاعبين اذ ان الذات المهارية ذات المؤشر الجيد لدى اللاعبين يتوقف على :-

- ١- مستوى القدرات الخاصة بالمهارة سواء كانت قدرات بدنية أو نفسية أو معرفية .
- ٢- التقدم التكنولوجي في المجتمع الخاص بالمهارة .
- ٣- الموهبة والاستعداد للفرد المتعلم للمهارة .
- ٤- مستوى المعرفة والثقافة والوقت الكافي للتعليم والتدريب والتقدم بالمهارة .

حيث يتبين ان المؤشر الثاني والثالث والبالغ تكرارهما (٦٤ - ٥) لاعبا على التوالي يمكن ان يعبر عنهما بالمؤشر الإيجابي للذات المهارية أي امتلاكهم الفهم الإيجابي لقدراتهم وامكانياتهم وهذا ماينعكس على مستواه في المباراة ، في حين نجد ان المؤشر الأول وهو المؤشر الواطئ والبالغ تكراره (١١) لاعبا يمثل نوعا ما شعورا سلبيا بتقدير اللاعب لذاته المهارية وبذلك نجد ان النسب المئوية قد تباينت نتيجة لاختلاف تلك التكرارات كما موضح في الشكل البياني (٥) .



شكل (٥)

يوضح مستوى الذات المهارية للاعبين حسب النسب المئوية

حيث إن التقويم الذاتي للمهارات الحركية يساعد اللاعب في تحقيق المزيد من الفهم لطبيعة أداء المهارات ، ولاشك ان ذلك يساعد في ان يصبح اكثر ألفة بمتطلبات نجاح أداء المهارات الحركية في مواقف اللعب والمنافسة ، فعلى سبيل المثال عندما يقوم اللاعب بتقدير ذاته لموقف تنافسي معين فان ذلك يحقق له فرصة التفكير في الأسلوب الملائم للتغلب على منافسيه أو ربما اقتراح البدائل المناسبة ومن ثم اتخاذ القرارات والاستجابات الصحيحة وفي

ضوء الدور الإيجابي الذي يسهم به التقويم الذاتي في تطوير الأداء الرياضي الأمر الذي يساعد على أداء المهارات بشكل أكثر آلية وانسيابية.

كما انه كلما زاد تقبل الفرد لذاته زاد مستوى توافقه النفسي . وتقدير الذات ذو أهمية كبيرة في المجال الرياضي ونجاحه في الأنشطة التنافسية ويبدو ذلك واضحاً عندما يمارس الفرد خبرة سلبية وينتج عنها صراعات مع الذات تؤدي إلى عدم الرضا وبالتالي تؤثر في مستوى الأداء المهاري ، والفرد الذي يتمتع بالذات الإيجابية يشعر بان لديه ذات قوية وينتج عنها الأداء الجيد .

وهذا يتفق مع ما أشار إليه (احمد عزت راجح) الى " إن الحاجة إلى التعبير عن الذات هي التي تدفع الفرد إلى ان ينمو ويتحسن ويعبر عن نفسه بالقول والفعل والإنتاج والابتكار" (١).

كما يتفق مع ما ذكره (محمد حسن علاوي) " إن التصور الجيد للذات يجعل الفرد أكثر ثقة في معاملاته مع الآخرين وفي أدائه ويؤثر في مدى نجاحه ويمكن الاستفادة من تقدير الفرد لنفسه حيث تعتبر هذه التقادير ذات قيمة حقيقية لانها انعكاس ذاتي للفرد وعن طريقها يستطيع الفرد مواجهة الظروف المحيطة به" (٢) ، وبهذا نجد ان مؤشرات الذات مهارية للاعب الكرة الطائرة قد اختلفت من مؤشر لآخر مما يدل على وجود فروق معنوية فيما بينها وبهذا فقد تم تحقيق الشرط الثاني من الهدف الاول والشرط الثاني من الفرض الاول .

(٢) احمد عزت راجح ؛ اصول علم النفس . الإسكندرية ، دار المعارف ، ١٩٩٤ ، ص ١١٨ .
(٢) محمد حسن علاوي ؛ ١٩٨٧ ، المصدر السابق . ص ٣١٦ .

عرض وتحليل ومناقشة العلاقة بين الاستجابة الانفعالية

٣-٤

والذات مهارية لدى لاعبي أندية الدرجة

المتازة بالكرة الطائرة

تحقيقاً لهدف وفرض البحث الثالث فقد قام الباحث بإيجاد العلاقة بين كل من البعدين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية من خلال معامل الارتباط البسيط كما مبين في جدول (٦) .

جدول (٦)

يبين العلاقة بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة .

المعالم الإحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحتسبة	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الاستجابة الانفعالية	١٦١.٣١	٢٩.٤٩	٠.٧٧	٠.٢١	٧٨	٠.٠٥
الذات المهارية	١٧١.٦٦	٢٢.٧٥				

ظهر من خلال جدول (٦) إن هنالك علاقة ارتباط عالية بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة وهذا مايفسر العلاقة الخطية بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية أي انه في حالة اتقان اللاعب الرياضي للمهارات الحركية فان واقع الاستجابة الانفعالية المعتدلة تؤدي الى تحسن الاداء وهذا ما يدل عليه امتياز اللاعبين بدرجات متوسطة من الاستجابة الانفعالية ويكون لديهم مفهوماً جيداً لذاتهم أي امتلاكهم الثقة العالية بقدراتهم وإمكانياتهم حيث تعد الحاجة الى الشعور بقيمة الذات (الكفاءة والنجاح) من أهم الحاجات التي تحرك الدوافع نحو الممارسة الرياضية ، والواقع ان الرياضي سرعان ما يجد إن قيمة ذاته تتوقف إلى حد كبير على مقدرته على تحقيق الفوز والتألق والنجاح والشهرة بمعنى آخر عندما يواجه الرياضي خبرات عديدة أثناء الممارسة تنسم بالفشل فانه يلوم نفسه ويعزو سبب فشله الى ضعف ذاته (مقدرته) ، كما ان الاعتقاد أو درجة التأكد التي يمتلكها الأفراد حول قدراتهم وإمكانياتهم على ان يكونوا ناجحين في الرياضة أو ما تسمى بالثقة الرياضية (Sport Confidence) .

ويقدم الرياضي على موضوع الموقف الرياضي التنافسي متأثراً بسمة الثقة بالنفس (Sc-Trait) والتوجهات التنافسية الخاصة ، وهذان العاملان يتنبأان بالمستوى الموقفي لحالة

الثقة بالنفس الرياضية التي يظهرها الرياضي أثناء المنافسة فكان الموقف النوعي للثقة بالنفس وتقديره لذاته بمثابة التنبؤ بالأداء الجيد أو الأمل أو الاستجابات السلوكية الظاهرة وهذه الاستجابات السلوكية تعود الى ادراكات ذاتية للنتائج ومن أمثلة النتائج الذاتية تتضمن (الرضا ، التفوق ، النجاح ، التألق)^(١) ولا بد لنا من معرفة العلاقة بين السمات السبعة للاستجابة الانفعالية والذات المهارية كما مبين في جدول (٧) .

جدول (٧)

يوضح طبيعة العلاقة بين سمات الاستجابة الانفعالية والذات المهارية.

سمات الاستجابة الانفعالية							المتغيرات
الحساسية	المسؤولية الشخصية	الرغبة	ضبط التوتر	الضبط الذاتي	الثقة	الإصرار	
٠.٥٠	٠.٥٤	٠.٧٤	٠.٧٠	٠.٦٩	٠.٩٨	٠.٨٧	الذات المهارية

من خلال جدول (٧) اظهرت النتائج ان العلاقة بين السمات السبعة للاستجابة الانفعالية والذات المهارية علاقة ذات دلالة معنوية حيث تبين ان اعلى الدرجات سجلت للسمات (الثقة ، الإصرار ، الرغبة ، ضبط التوتر) والتي بلغت قيمها (٠.٩٨ ، ٠.٨٧ ، ٠.٧٤ ، ٠.٧٠) على التوالي في حين كانت العلاقة بين السمات الاخرى اقل معنوية من سابقتها والمتمثلة بـ (الضبط الذاتي ، المسؤولية الشخصية ، الحساسية) .

وهذا ما يفسر مساهمة السمات الانفعالية المتمثلة بـ (الثقة ، الإصرار ، المسؤولية الشخصية ، ضبط التوتر ، الرغبة ، الحساسية ، الضبط الذاتي) بالمزيد من الدافعية نحو

تحسين مستوى الأداء ، وهذا يظهر واضحاً بين ثقة اللاعب بنفسه وبين ذاته المهارية " فلاعبي الفريق الذين يستطيعون ان يضبطوا أعصابهم ولهم ثقة كبيرة بأنفسهم و ارادة قوية لتخطي المراحل الصعبة الحاسمة ليكون نصيبهم الفوز ، أما لاعبي الفريق الذين يفقدون السيطرة على أنفسهم وتشتتت قوة إرادتهم يكون نصيبهم الفشل والخسارة" (٢) .

وقد يخطأ الكثير من اللاعبين في عملية التعامل الأمثل والصحيح مع درجة الثقة التي يحملها ذلك الرياضي ومدى علاقتها في تحقيق المكسب أو الخسارة في المنافسات الرياضية حيث في كلتا الحالتين لا بد من اللاعب أن لا يفقد شعوره بالثقة لان تحقيق الفوز (المكسب) في عدة مناسبات رياضية ينبغي ان لا يصل الى حالة المبالغة بشعورهم نحو الثقة الزائدة والتي تسمى بحالة (Over of Confidence) حيث يعتقدون انهم افضل من إمكاناتهم الحقيقية وآخرون يتظاهرون بالثقة ولكنهم داخلياً تستحوذ عليهم مشاعر الفشل والخوف وفي حالة أخرى واثناء المنافسات الرياضية يصل بعض اللاعبين الى حالة عدم الوثوق بانفسهم وقدراتهم مما يكون لها التأثير المباشر على أداء اللاعب سلبياً وسمي (Lackofcomdefence) ، ولكن من الأفضل والأفضل ان يكون هنالك توازناً بين تلك الحالتين المذكورتين لدى اللاعبين وهذا يصل باللاعب الى المستوى المرغوب فيه من الثقة بالنفس المثلى (Optimal Self Confedence) وغالباً ما يصل الى هذه الحالة عند اللاعبين ذات المستويات العليا حين يفهمون قدراتهم البدنية والمهارية ويضعون أهدافا واقعية يضمن لهم تحقيق الأداء الأفضل وتزيد اللاعبين خبرة

(١) محمد حسن علاوي ، نصر الدين رضوان ؛ ١٩٨٧ ، المصدر السابق . ص ٤٤٠ .

(٢) محمد حسن علاوي ، نصر الدين رضوان ؛ ١٩٨٧ ، المصدر نفسه . ص ٤٥٤ .

ومناعاة ضد حدوث الأخطاء ومدى كفاءتهم بالتعامل معها وليس من السهل دخول سمة الخوف الى قلوبهم أثناء المباراة المهمة وهذا ينعكس على سلوكهم وادائهم وبالتالي تحقيق افضل الإنجازات .

كما ان لاعب الكرة الطائرة بحاجة الى ضبط التوتر لغرض السيطرة على أدائه الحركي لان ضبط التوتر يعني " القدرة على التغلب بفاعلية على مايعتري اللاعب من قلق ومعالجة الضغوط والانفعالات القوية بطريقة ايجابية "(1) كما ان تقديره الايجابي لذاته يبعده عن التوترات ويصبح اكثر سيطرة في ادائه ، كما ان لصفة الرغبة دوراً كبيراً وفعالاً لدى لاعبي الكرة الطائرة في تقوية الدوافع الشخصية والذاتية لمزاولة اللعب والتفاني من خلالها في التدريب من اجل النجاح والتفوق والظهور بمستوى افضل وتقديم أعلى مستوى فني وخططي اثناء المنافسة ويشير (نزار الطالب) الى " ان اللاعبين أصحاب الدرجة العالية لهذا العامل يسعون لتحقيق الفوز والانجاز العالي والاستمتاع بالعروض الأفضل ومدى الالتزام والدقة في تنفيذ واجباتهم الخططية اثناء المباراة " (2) .

كما ان عملية تطبيق الأداء المهاري والمعرفي والخططي والبدني يتطلب جهداً وتصميماً كبيرين وكذلك لابد للاعب الكرة الطائرة أن يمتلك أعلى درجات التصميم والإصرار في تجاوز كل الصعوبات من اجل تنفيذ المهام الخططية والمهارية اثناء المباراة ومعرفة اللاعبين إلى إمكانياتهم العالية وعدم شعورهم بالضعف أمام المنافس أو تغيير طريقة أدائهم اثناء المنافسة ، وهذا ما أكده (محمد حسن علاوي) على إن إصرار اللاعب بالكرة الطائرة على أدائه وواجبه المهاري والنفسي والخططي في الهجوم والدفاع وفي كل لحظة من لحظات المباراة وعدم التأثير بالصعوبات التي تقابله اثناء المباراة وبخاصة إذا لم تكن نتيجة المباراة في صالحه ففي هذه الحالة يلعب الإصرار دوراً في رفع الروح المعنوية وكثيراً ما تتحول نتيجة المباراة لصالحه نتيجة لإصراره العالي(3) .

إضافة الى مساهمة كل من المسؤولية الشخصية والحساسية في زيادة دافعيه وتحسين مستوى أداء اللاعبين نحو تحقيق افضل المستويات .

(1) اسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي ، المفاهيم ، التطبيقات . ط ٢ : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ ، ص ٣٤٢ .

(2) نزار الطالب ؛ المصدر السابق . جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٠ .

(3) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ المصدر السابق . ١٩٨٧ ، ص ٤٢٣ .

الاستنتاجات والتوصيات

٥ -

الاستنتاجات

٥ - ١

- من خلال المعالجات الإحصائية والنتائج التي حصل عليها الباحث تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية :-
- ١- ظهور فروق معنوية في واقع الاستجابة الانفعالية للاعبين اندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة مما يدل على اختلاف مستوياتهم المهارية والبدنية والخطية والمعرفية .
 - ٢- ظهور الاستجابة الانفعالية على لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة بثلاثة مؤشرات (استجابة انفعالية عالية ، استجابة انفعالية معتدلة ، استجابة انفعالية واطئة) .
 - ٣- إن أغلبية لاعبي الكرة الطائرة في الدوري الممتاز بدرجة فاعلية معتدلة من الاستجابة الانفعالية بنسبة (٨٢ %) من مجموع اللاعبين .
 - ٤- ظهور فروق معنوية في واقع الذات المهارية للاعبين الدوري الممتاز بالكرة الطائرة .
 - ٥- وجود الذات المهارية بثلاثة مؤشرات لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة والمتمثلة (ذات مهارية واطئة ، ذات مهارية معتدلة ، ذات مهارية عالية) .
 - ٦- امتياز لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة بواقع معتدل من الذات المهارية وهو الواقع الامثل للاعبين وهذا يبعدهم عن القلق والتوتر ان كان الواقع عال وكذلك ابتعادهم عن الخمول والكسل والتراخي ان كان واقعهم أي واقع الذات المهارية منخفضاً .
 - ٧- ظهور علاقة ارتباط معنوية بين الاستجابة الانفعالية والذات المهارية لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة .
 - ٨- ظهور علاقات ذات ارتباطات معنوية بين سمات الاستجابة الانفعالية والذات المهارية بسبب اختلاف اللاعبين من حيث درجات (النضج ، الوراثة ، تأثير البيئة ، التغذية) ومستوى القدرات المختلفة .

وعلى ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث يضع التوصيات الآتية :-

- ١- استعمال وحدات تدريبية تتضمن تمرينات حديثة تطبيقية ونظرية لغرض تطوير القدرات النفسية والمهارية والمعرفية لدى لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة .
- ٢- التأكيد على تدعيم قيمة تقدير الذات المهارية للرياضي من خلال وسائل التهيئة النفسية المتمثلة (الأحاديث الحوية ، تأييد المشجعين ، التدريب قبل المنافسة) ، وضوح الهدف .
- ٣- التأكيد على إشراك اللاعبين منافسات محلية الغرض منها تحسين استجاباتهم الانفعالية وكذلك تقدير ذاتهم المهارية .
- ٤- على المدربين القيام بمحاولة استثارة اللاعبين وتعبئتهم نفسياً قبل بدء المباراة أو ما بين أشواط المباراة عن طريق تشجيعهم وبث الحماس في نفوسهم وزيادة درجة الدافعية لضمان وصول اللاعبين لأحسن المستويات في الأداء مع الأخذ بعين الاعتبار ان لا يكون مستوى الاستجابة عالياً جداً لأنه يؤدي إلى القلق والتوتر ويسبب إعاقة الأداء .
- ٥- التأكيد على اختيار اللاعبين على أساس رغباتهم وطموحاتهم في نوع النشاط الرياضي الذي سوف يمارسه .
- ٦- تدعيم الثقة والإرادة لدى اللاعبين أنفسهم من اجل تحقيق أهدافهم .
- ٧- عمل اختبارات بصورة مستمرة للتقييم الذاتي لأنه يساعد على تفهم الرياضيين لذاتهم إذ إن الفرد الذي لا يستطيع فهم أدائه في عمله لا يستطيع تحقيق أهدافه التي يضعها خدمة لنفسه ولمجتمعه .

٨- تعليم وتدريب اللاعبين السيطرة على الاستجابات الفسيولوجية الذاتية وذلك من خلال استخدام وسائل التحكم في استجابات الجهاز العصبي المستقل واستخدام أجهزة الرصد الإلكتروني لالتقاط وتضخيم تلك الاستجابات صوتياً بما يتيح المتابعة في شكل إيقاع مسموع أو مرئي .

٩- أهمية قيام باحثين آخرين بدراسة تتضمن الاستجابة الانفعالية والذات المهارية ومقارنتها مع نتائج البحث الحالي لما لها من الأهمية الكبيرة في تحديد مستوى لاعبي الكرة الطائرة .

المصادر العربية

أولاً

* القرآن الكريم .

- ١- احمد عزت راجح ؛ اصول علم النفس . القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٤ .
- ٢- أحمد عزت راجح ؛ أصول علم النفس . ط٢ : القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٧٩ .
- ٣- احمد محمد عبد الخالق ؛ أسس علم النفس الرياضي . الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ، ١٩٩٠ .
- ٤- ارنوف وينج ؛ مقدمة في علم النفس . ترجمة عادل عز الدين وآخرون ، القاهرة ، مطبعة الأهرام ، ١٩٨٣ .
- ٥- اسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي . ، ط١ : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ .
- ٦- اسامة الكاتب ؛ علم النفس الرياضي ، المفاهيم والتطبيقات . ط٢ : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ .
- ٧- أكرم زكي خطابية ؛ موسوعة الكرة الطائرة الحديثة . ط١ : عمان ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٦ .
- ٨- آلين وديع فرج ؛ الكرة الطائرة ، دليل المعلم والمدرّب واللاعب . ١٩٦٨ ، ص ٧٧ .
- ٩- اميمة علي خان ؛ علم النفس . ط١ : بغداد ، مطبعة العاني ، ١٩٨٥ .
- ١٠- بثينة منصور الحلو ؛ قوة تحمل الشخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة . أطروحة دكتوراه ، كلية الآداب ، جامعة بغداد ، ١٩٩٥ .
- ١١- جمال حسين الألوسي ؛ علم النفس العام . بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، ١٩٨٨ .
- ١٢- حمدي عبد المنعم ؛ الكرة الطائرة مهارات خطط قانون . ط٢ : القاهرة ، مؤسسة كيلو باترا ، ١٩٨٤ .
- ١٣- داود نسيمه علي ، نزيه حمدي ؛ العلاقة بين مصادر الضغوط التي يعاني منها الطلبة ومفهوم الذات لديهم ، دراسات العلوم التربوية . المجلد (٤٢) ، العدد (٢) ، ١٩٩٧ .
- ١٤- راضي الموقفي ؛ مقدمة في علم النفس . ط٣ : عمان ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، ١٩٩٨ .
- ١٥- ريسان خريبط ، ناهدة رسن ؛ علم النفس في التدريب والمسابقات الرياضية الحديثة . الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٨ .
- ١٦- ريسان خريبط ؛ موسوعة بحوث التربية البدنية والرياضية . ج٢ ، ط١ : جامعة بغداد ، ٢٠٠١ .
- ١٧- سعد حماد الجميلي ؛ تعليم وتدريب وتحكيم الكرة الطائرة . ط١ : ٧- ابريل ليبيا ، ٢٠٠٠ .
- ١٨- سعد محمد قطب ، لؤي غانم ؛ الكرة الطائرة بين النظرية والتطبيق . الموصل ، مطبعة جامعة الموصل ، ١٩٨٥ .
- ١٩- سوين ، م. ريتشارد ؛ علم الامراض النفسية والعقلية . ترجمة احمد عبد العزيز ، القاهرة ، دار النهضة العربية ، ١٩٧٩ .
- ٢٠- صبحي عبد اللطيف ؛ نظريات الارث النفسي والتوجيه التربوي . بغداد ، مطبعة القادسية ، ١٩٨٦ .

- ٢١- صوالحة ، محمد واحمد يوسف قواسمة ؛ الفروق في مفهوم الذات لدى عينة من ابناء
الأمهات العاملات وغير العاملات في الأردن مجلة البحوث التربوية . العدد (٦) ،
١٩٩٤ .
- ٢٢- طلعت منصور و(آخرون) أسس علم النفس العام . القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ،
١٩٨٩ .
- ٢٣- عبد الجليل الزوبعي و(آخرون)؛ الاختبارات والمقاييس النفسية . الموصل ، منشورات
جامعة الموصل ، ١٩٨٧ .
- ٢٤- عبد علي الجسماني ؛ علم النفس وتطبيقاته . بغداد ، ١٩٨٤ .
- ٢٥- عقيل عبد الله الكاتب وآخرون؛ الكرة الطائرة التكنيك والتكتيك الفردي . بغداد ، مطبعة
جامعة بغداد ، ١٩٨٧ .
- ٢٦- عمر فاضل يحيى البدري ؛ مفهوم الذات وعلاقته بسرعة الاستجابة الحركية لدى لاعبي
المبارزة . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٠ .
- ٢٧- علي كمال ؛ النفس انفعالاتها وامراضها وعلاجها . ط٤ : بغداد ، مطبعة الدار العربية ،
١٩٨٣ .
- ٢٨- غفوري عبد الجبار القيسي ؛ بناء مقياس تقبل الذات لدى معوقى الحرب . رسالة ماجستير
، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية ، ١٩٨٨ .
- ٢٩- غازي صالح محمود وآخرون ؛ الانفعالات . بحث مقدم ضمن متطلبات مادة علم النفس
الرياضي لطلبة الدكتوراه ، بغداد ، ١٩٩٨ .
- ٣٠- فاضل محسن الايزرجاوي ؛ دور الجنس والموقع التدريسي والخلفية الدراسية ، التكيف
الاكاديمي لكليات المعلمين . كلية المعلمين ، جامعة البصرة ، ١٩٩٦ .
- ٣١- فان دالين (١٩٨٤) اقتبسه علاء الدين عبد الرزاق ؛ علاقة سرعة رد الفعل بسمات
الشخصية . رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، ١٩٨٦ .
- ٣٢- قاسم حسن حسين ؛ علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقه في مجال التدريب . جامعة بغداد ،
مطابع التعليم العالي ، ١٩٩٠ .
- ٣٣- قاسم حسن المندلأوي وآخرون ؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية .
الموصل ، مطابع التعليم العالي والبحث العلمي في الموصل ، ١٩٨٩ .
- ٣٤- قيس ناجي عبد الجبار ، بسطويسي احمد ؛ الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المحال
الرياضي . بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٨٧ .
- ٣٥- لندال وافيدوف ، ؛ مدخل علم النفس . ترجمة السيد الطواب وآخرون ، ط٣ : القاهرة ،
١٩٨٨ .
- ٣٦- لندال وافيدوف؛ مدخل علم النفس . ترجمة السيد الطواب وآخرون ، ط٢ : القاهرة ، مطابع
المكتب المصري الحديث ، ١٩٨٤ .
- ٣٧- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ الاختبارات النفسية والمهارية . القاهرة
، دار الفكر العربي ، ١٩٨٧ .
- ٣٨- محمد حسن علاوي؛ علم النفس الرياضي القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٨٧ .
- ٣٩- محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب ؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس
الرياضي . القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ .
- ٤٠- محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ،
١٩٩٨ .
- ٤١- محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي . ط٧ : القاهرة ، ١٩٩٢ .
- ٤٢- محمد عادل رشدي ؛ علم النفس التجريبي الرياضي . بنغازي ، دار الجماهيرية للنشر
والتوزيع ، ١٩٨٦ .

- ٤٣- محمد جاسم الياسري ؛ محاضرة علمية في الاحصاء الرياضي . جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٢ .
- ٤٤- محمود بسيوني ، باسم فاضل ؛ الاعداد النفسي بكرة القدم . القاهرة ، دار المناهل للطباعة ، ١٩٩٤ .
- ٥٤- محمود عبد الفتاح عنان ؛ سيكولوجية التربية البدنية والرياضية النظرية والتطبيقية والتجريب . ط١ : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ .
- ٤٦- محمود كاظم محمود ؛ خبرات الاسر المؤلمة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي . أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، كلية الاداب ، ١٩٩٩ .
- ٤٧- مختار سالم ؛ أصول الكرة الطائرة . بيروت ، مؤسسة دار المعارف ، ١٩٧٩ .
- ٤٨- مصطفى حسين ناجي ؛ المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق . القاهرة ، مركز الكتب للنشر ، ١٩٩٩ .
- ٤٩- مصطفى عبد السلام ؛ عالم الشخصية . ط١ : بغداد ، مطبعة منير ، ١٩٨٥ .
- ٥٠- مفتي ابراهيم حمادي ؛ التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط وتطبيق وقيادة . ط١ : القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨ .
- ٥١- منذر اسماعيل الراوي ؛ الانفعالات النفسية المصاحبة للمنافسة وتوزيعها مع مجاميع الرمي . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩١ .
- ٥٢- نزار الطالب ؛ محاضرات علم النفس الرياضي . لطلبة الماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، ٢٠٠٠ .
- ٥٣- نزار الطالب ؛ محاضرة علمية في مادة علم النفس الرياضي . لطلبة الدكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٩ .
- ٥٤- هورين ، كارين ؛ صراعاتنا الباطنية . ترجمة عبد الودود محمود العلي ، بغداد ، دار الثقافة ، ١٩٨٨ .
- ٥٥- وجيه محجوب ؛ طرائق البحث العلمي ومناهجه . الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٨ .
- ٥٦- وجيه محجوب ؛ موسوعة علم الحركة وجدولة التدريب . ط١ : بغداد ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي ، ٢٠٠٠ .
- ٥٧- وجيه محجوب ، احمد بدري ؛ البحث العلمي . جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي . ٢٠٠٢ .
- ٥٨- وديع ياسين محمد ، حسين محمد عبد ؛ التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية . الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٩٩ .
- ٥٩- يعقوب ابراهيم ؛ مفهوم الذات في مرحلة المراهقة ، أبعاده وفروق الجنس والمستوى الدراسي . مجلة أبحاث اليرموك (سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية) ، المجلد (٨) ، العدد (٤) ، ١٩٢٢ .

المصادر الأجنبية

ثانياً

- ١- Adler,A: “Individual Psychology ”.in Murchison C.Ed.” Psychology”
Clark Univ,U.S.A. ١٩٣٠ .
- ٢- Federation intemational de Volleyball, Volleyball World, official Magazine Revue Bimonthly JAN, FEB, ١٩٩٧ / ١.p.٢.
- ٣- G.Rogers .A Theory of Therapy, Personality and Interpersonal Relationships, S Developed in the Client-Cetred Framework, in S.koch (ED). Psychology: A study of Science, Vol. ٣ McGraw-Hillm New York (١٩٥٩).
- ٤- Hopkins, kenneth D.and class, Geneva. Basic-Statistics for the Behavioral Sciences, Engle Wood Cliffs, New Jersey: prentice – Hall inc,١٩٧٨ , p٣ .
- ٥- Horney,K.(١٩٣٩) : New Ways in psycoanalysis, New York ,Norton .
- ٦- Keith Nicholls , Modern Volleyball , prined in great Briation , ١٩٧٨ ,p.٢٦ .
- ٧- Keith Nicholls , op.cit,p.٨٩.
- ٨- Loevinger,Jone .(١٩٣٩) :Ego Development Washington .p.٣٦٠ .
- ٩- Mation Y-L Alecander: Akinesiological Analysis of the spik in volleyball, Volley ball technical Journal No ٣. November ١٩٨٠ .
- ١٠- Robert – Singer. Motorlearning and Human perfor Mance , New York , ١٩٨٠ , p. ٢٢٤-٢٦٣ .
- ١١- Robinsteinsl: Allgemeine psyeuoiogy-Berlin, ١٩٦٣.
- ١٢- Rycman, theories of personality, D-Van nostrandcom ,Ney ,١٩٧٨ ,p.٤٨ .
- ١٣- Vernon,P.E. (١٩٦٤) : Personality Assessment .London : Methuen .



ملحق (1)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة بابل - كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا

استمارة استطلاع رأي

الأستاذ الفاضل المحترم

تحية طيبة،

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم بـ (الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالذات المهارية لدى لاعبي الكرة الطائرة) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة في هذا المجال يرجى بيان رأيكم حول ملائمة المقياسين لعينة البحث وكذلك ملاءمته للبيئة العراقية علماً ان عينة البحث يمثلون المستويات العليا من (لاعبي الدوري الممتاز بالكرة الطائرة) ، علماً ان المقياسين قد وضعهما كل من أ : اتتكو وتيمور حيث يتكون مقياس الاستجابة الانفعالية من (٤٢) عبارة والتي تتمثل بـ (٧) سمات كذلك مقياس الذات المهارية المكون من (٤٠) عبارة والتي تتمثل بـ (٦) مهارات أساسية للكرة الطائرة وقد عربها للعربية محمد حسن علاوي .

... مع جزيل الشكر والتقدير ...

الباحث

حسين عبد الزهرة الفللاوي

ملحق (2)

مقياس الاستجابة الانفعالية

اعداد: توماس أ. تـكو
تعريب: محمد حسن علاوي

اسم اللاعب:
اسم النادي:

عمر اللاعب:
التاريخ:

العمر التدريبي:
رقم اللاعب:

التعليمات: ضع علامة (؟) امام الفقرة التي تصف حالتك بدقة ، أجب عن كل عبارة بصدق وفي ضوء ما تشعر به عامة وينطبق عليك .

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١-	لا اعتبر لعيبي ذا قيمة مالم يقترب من احسن مستوى لي .					
٢-	يمتلكني الخوف من المنافس العدواني .					
٣-	المضايقات البسيطة يمكن ان تشتت تركيزي اثناء المباراة .					
٤-	استطيع الاحتفاظ بتفكيري دائماً اثناء المباراة .					
٥-	انا واثق كل الثقة في قدرتي على الاداء .					
٦-	اعتذر عندما أخطئ أو حينما أكون غير موفق في اللعب .					
٧-	افكر في خطة اللعب قبل المباراة .					

٨-	امارس اللعب أساسا بقصد الترويح .					
----	----------------------------------	--	--	--	--	--

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
٩-	ابدي رأيي بصراحة اذا كان لي بعض الملاحظات على المباراة .					
١٠-	تكون اعصابي قوية (من حديد) اثناء المباراة.					
١١-	تكثر اخطائي في اثناء الوقت الحرج من المباراة.					
١٢-	افتقر الى الثقة في ادائي اثناء المباراة .					
١٣-	لا اهتم بما ارتكبته من اخطاء .					
١٤-	العب ارتجالاً دون ان يكون في ذهني خطة للعب.					
١٥-	اريد ان اكون احسن لاعب في الملعب .					
١٦-	افضل الابتسامه في مواجهة غضب المنافسين حرصاً على عدم تماديهم في ذلك .					
١٧-	أتأثر بأراء الاخرين في مستوى ادائي الرياضي.					
١٨-	استطيع ان اتحكم في اعصابي اثناء المباراة .					
١٩-	أتوقع الفوز قبل المباراة .					
٢٠-	أخطائي في المباراة تجعلني في حالة سيئة لعدة ايام .					
٢١-	التزم بنظام ثابت سواء في التدريب أو في المباريات .					
٢٢-	افضل اللعب مع اللاعبين اللذين لا يجعلون من المباراة صراعاً .					
٢٣-	اتحمل المسؤولية كاملة في اللعب .					
٢٤-	يملكني الشعور بعدم المبالاة اثناء المباراة .					
٢٥-	عصبيتي (نرفزتي) تؤثر على ادائي في المباراة .					
٢٦-	اخشى الهزيمة حتى قبل ان تبدأ المباراة .					
٢٧-	افكر في الاخطاء التي قد يقع فيها المنافس اكثر من تفكيري في اللعب .					
٢٨-	اتعجل الانتقال من طريقة الى اخرى محاولاً تحسين مستواي .					
٢٩-	لا اشعر بالميل للعب الا في حالة وجود التحدي .					

--	--	--	--	--	--

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
٣٠-	عندما يظهر الغضب على المنافسين أحاول تجاهلهم خشية زيادة غضبهم .					
٣١-	أي تعليق جارح يمكن ان يؤثر على ادائي اثناء المباراة .					
٣٢-	استمتع بالوقت الحرج في المباراة لانني احسن التصرف فيه .					
٣٣-	اميل الى تحدي المنافسين الاقوياء .					
٣٤-	اشعر بالضيق عند الفشل اكثر من شعوري بالفرح عند النجاح .					
٣٥-	احاول البحث عن طرق متعددة لكي اكون اكثر كفاءة في لعبي .					
٣٦-	استمتع باللعب في المباراة على الرغم من ارتكابي العديد من الاخطاء .					
٣٧-	اتصف بالاصرار في اللعب .					
٣٨-	اثناء المباراة احاول عزل تفكيري كلياً عن مايدور حولي .					
٣٩-	اخشى الوقوع في المواقف الحرجة قبل حدوثها بوقت طويل .					
٤٠-	يضايقني ان المنافس سوف يهزمني .					
٤١-	احاول ان اتجنب التفكير فيما وقعت فيه من اخطاء .					
٤٢-	لا اعرف ماينبغي علي عمله حتى تبدأ المباراة .					

ملحق (3)

مقياس الذات المهارية للاعبى الكرة الطائرة

- اعداد: توماس أ. تكو
تعريب: محمد حسن علاوي
- اسم اللاعب:
اسم النادي:
- عمر اللاعب:
التاريخ:
- العمر التدريبي:
رقم اللاعب:
- التعليمات: ضع علامة (؟) امام الفقرة التي تصف حالتك بدقة ، أجب عن كل عبارة بصدق وفي ضوء ما تشعر به عامة وينطبق عليك .

ت	العبارات	أبدأ	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
١-	استطيع اداء الارسلات التي تلعب من اسفل بسهولة .					
٢-	اتميز بالدقة في تمرير الكرة .					
٣-	اتحرك بالسرعة المناسبة .					
٤-	يصعب علي الحركة للخلف .					
٥-	بعد الدفاع يمكنني ان اتحرك للمكان المناسب للتغطية أو الهجوم .					
٦-	يمكن ان أوجه ضربتي الساحقة الى اللاعب الذي يتصف دفاعه بالضعف .					
٧-	أتردد عند استقبال الارسال .					
٨-	يمكنني ان انواع ارسلاتي .					
٩-	لااجيد الضرب الساحق السريع .					
١٠-	يصعب عليه عمل حائط صد جيد للضرب في الساحة .					
١١-	استطيع ان اسجل نقطة من ضربة الارسال .					

ت	العبارات	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
١٢-	اجيد الدفاع في أي مركز بالملعب .				
١٣-	يمكنني ان امرر الكرة مباشرة الى المكان الخالي في ملعب المنافس .				
١٤-	اجيد ضربة الكرة من المنطقة الخلفية .				
١٥-	من السهل علي ان اتحرك في أي اتجاه في الملعب .				
١٦-	يمكنني ان استقبل الارسال في أي مركز في الملعب .				
١٧-	استطيع ان اتحرك بسهولة بعد الاستقبال مباشرة للقيام بواجبات الهجوم .				
١٨-	تعرف الفرق المنافسة مدى خطورتني على الشبكة .				
١٩-	استطيع ان اعمل دفاع ناجح ضد أي كرة مضروبة تجاهي .				
٢٠-	يصعب على الفريق المنافس ان يصد ضربتي الساحقة .				
٢١-	استطيع ان امرر الكرة للمكان الذي اريده .				
٢٢-	ادافع في مركزي فقط ولا اجيد الدفاع في باقي المراكز في الملعب .				
٢٣-	لو كنت في موقف حرج اثناء اللعب يمكنني التصرف .				
٢٤-	استطيع توجيه ارسالي الى اللاعب البديل .				
٢٥-	تحركاتي في الملعب دقيقة .				
٢٦-	يمكنني ان اوجه ارسالي الى اللاعب ضعيف الاستقبال .				
٢٧-	لا احب اداء المهارات التي فيها سقوط على الارض .				
٢٨-	اجيد اعداد (رفع) الكرة من اسفل (بجر)				
٢٩-	استطيع ان استقبل أي ارسال مهما كان صعباً .				
٣٠-	تحركاتي في الملعب تمكنني من حسن اداء واجباتي الهجومية والدفاعية .				
٣١-	يمكنني خداع الفريق المنافس بتمرير الكرة مباشرة الى ملعبهم بدلا من اعدادها .				
٣٢-	عندما اعمل حائط صد للضارب الذي امامي اصد الكرة منه .				

ت	العبارات	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
٣٣-	أجيد جميع أنواع الارسال .				
٣٤-	اصعب مهارة هي الطيران للامام .				
٣٥-	اجيد جميع انواع التميرير .				
٣٦-	استطيع ان العب الارسال بقوة اعلى الشبكة مباشرة .				
٣٧-	انا ضارب ممتاز على الشبكة .				
٣٨-	دفاعي في المنطقة الخلفية غير جيد .				
٣٩-	يصعب علي ان اوجه استقبالي الى المعد في المكان المناسب له .				
٤٠-	بعض تمريراتي لاتعجب زملائي في الملعب .				

تعليمات :-

يتكون المقياس من ٤٠ عبارة، ٣٠ عبارة إيجابية، ١٠ عبارات سلبية علماً ان هناك

٧- عبارات لكل من مهارات التميرير والإرسال .

٦- عبارات للمهارة الضرب الساحق .

٥- عبارات لكل من التحركات والاستقبال والدفاع عن الملعب .

٣- عبارات لمهارة الدحرجة والطيران .

٢- عبارة لمهارة حائط الصد .

ملحق (4)

أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض المقياسين عليهم من حيث ملاءمتها لعينة البحث
والبيئة العراقية .

مكان العمل	الاختصاص الدقيق	اللقب العلمي	اسماء الخبراء	ت
جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية	علم النفس الرياضي	أ.د	د. نزار مجيد الطالب	١-
جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية	الكرة الطائرة	أ.د	د. عقيل عبد الله	٢-
جامعة بابل/كلية التربية الرياضية	الاختبار والقياس	أ.د	د. محمد جاسم الياسري	٣-
جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية	علم النفس الرياضي	أ.د	د. محمد جاسم عرب	٤-
جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية للبنات	الكرة الطائرة	أ.د	د. ثريا نجم	٥-
جامعة بابل/كلية التربية الرياضية	قسم العلوم التربوية والنفسية	أ.م.د	د. حسين ربيع	٦-
جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية	الكرة الطائرة	أ.م.د	د. عامر جبار	٧-
جامعة القادسية/كلية التربية الرياضية	التدريب الرياضي	أ.م.د	د. عادل تركي	٨-
جامعة بابل/كلية التربية الرياضية	علم النفس	أ.م.د	د. فاهم حسين الطريحي	٩-
جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية/مديرية الانشطة الطلابية	الكرة الطائرة	أ.م.د	د. علي يوسف	١٠-
جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية	علم النفس الرياضي	م.د	د. اميرة حنا	١١-
جامعة بابل/كلية التربية الرياضية	الكرة الطائرة	م.د	د. ناهدة عبد زيد	١٢-

ملحق (5)

السمات الانفعالية في المجال الرياضي

مفتاح التصحيح:

رقم العبارة						السمات
٣٦	٢٩	٢٢	١٥	٨	١	الرغبة
٣٧	٣٠	٢٣	١٦	٩	٢	الاصرار
٣٨	٣١	٢٤	١٧	١٠	٣	الحساسية
٣٩	٣٢	٢٥	١٨	١١	٤	ضبط التوتر
٤٠	٣٣	٢٦	١٩	١٢	٥	الثقة
٤١	٣٤	٢٧	٢٠	١٣	٦	المسؤولية الشخصية
٤٢	٣٥	٢٨	٢١	١٤	٧	الضبط الذاتي

ملحق (6)

تمثيل الدرجات الخام للذات المهنية الى درجات معيارية			
الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
٧١.٤٤٠٦ ٦	١٩٢	٦٦.١٦٥٩٣	١٨٠
٦١.٧٧٠٣ ٣	١٧٠	٥١.٦٦٠٤٤	١٤٧
٦٠.٠١٢٠ ٩	١٦٦	٦٣.٥٢٨٥٧	١٧٤
٧١.٠٠١١	١٩١	٧١.٨٨٠٢٢	١٩٣
٧١.٤٤٠٦ ٦	١٩٢	٢١.٣٣٠٧٧	٧٨
٧٢.٣١٩٧ ٨	١٩٤	٧٢.٧٥٩٣٤	١٩٥
٦٦.١٦٥٩ ٣	١٨٠	٥٥.١٧٦٩٢	١٥٥
٦٥.٢٨٦٨ ١	١٧٨	٥٩.٥٧٢٥٣	١٦٥
٣٧.٥٩٤٥ ١	١١٥	٦٣.٠٨٩٠١	١٧٣
٦٦.١٦٥٩ ٣	١٨٠	٥٥.١٧٦٩٢	١٥٥
٧٣.١٩٨٩	١٩٦	٦٣.٩٦٨١٣	١٧٥
٦٩.٦٨٢٤ ٢	١٨٨	٥٨.٢٥٣٨٥	١٦٢
٣٩.٧٩٢٣ ١	١٢٠	٥٦.٠٥٦٠٤	١٥٧
٥٧.٣٧٤٧ ٣	١٦٠	٧٢.٣١٩٧٨	١٩٤
٧٠.٥٦١٥ ٤	١٩٠	٦٦.١٦٥٩٣	١٨٠
٤٦.٣٨٥٧ ١	١٣٥	٥٥.١٧٦٩٢	١٥٥
٦٤.٨٤٧٢ ٥	١٧٧	٧٠.١٢١٩٨	١٨٩
٦٣.٠٨٩٠ ١	١٧٣	٦٠.٤٥١٦٥	١٦٧
٦٣.٠٨٩٠ ١	١٧٣	٦٧.٤٨٤٦٢	١٨٣
٧٠.١٢١٩ ٨	١٨٩	٦٩.٢٤٢٨٦	١٨٧
٦٨.٨٠٣٣	١٨٦	٧٢.٧٥٩٣٤	١٩٥
٦٤.٨٤٧٢ ٥	١٧٧	٥٦.٤٩٥٦	١٥٨
٧٢.٣١٩٧	١٩٤	٦٤.٤٠٧٦٩	١٧٦

تمثيل الدرجات الخام للاستجابة الانفعالية الى درجات معيارية			
الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام
٦٧.٨٢٠٤٥	١٧٧	٦٦.٤٦٤٠٦	١٧٣
٥٦.٢٩١١٢	١٤٣	٥١.٨٨٢٨٤	١٣٠
٦٨.٨٣٧٧٤	١٨٠	٦٣.٧٥١٢٧	١٦٥
٦٥.١٠٧٦٦	١٦٩	٦٩.٥١٥٩٤	١٨٢
٦٥.٧٨٥٨٦	١٧١	٣٨.٣١٨٩٢	٩٠
٧٠.١٩٤١٣	١٨٤	٧١.٨٨٩٦٢	١٨٩
٦٠.٠٢١١٩	١٥٤	٥٤.٢٥٦٥٣	١٣٧
٧٣.٥٨٥١١	١٩٤	٦٨.١٥٩٥٥	١٧٨
٣٨.٩٩٧١٢	٩٢	٦٣.٠٧٣٠٨	١٦٣
٦٤.٧٦٨٥٧	١٦٨	٦٤.٠٩٠٣٧	١٦٦
٧١.٥٥٠٥٣	١٨٨	٦٤.٧٦٨٥٧	١٦٨
٦٠.٣٦٠٢٩	١٥٥	٦٦.١٢٤٩٦	١٧٢
٣٤.٢٤٩٧٥	٧٨	٥٥.٦١٢٩٢	١٤١
٦٦.٤٦٤٠٦	١٧٣	٧٠.١٩٤١٣	١٨٤
٦٧.٤٨١٣٥	١٧٦	٧٢.٥٦٧٨٢	١٩١
٣٦.٢٨٤٣٣	٨٤	٦٢.٧٣٣٩٨	١٦٢
٦٤.٧٦٨٥٧	١٦٨	٦٥.٤٤٦٧٦	١٧٠
٧٢.٢٢٨٧٢	١٩٠	٥٨.٦٦٤٤٨	١٥٠
٦١.٧١٦٦٨	١٥٩	٧٣.٢٤٦٠٢	١٩٣
٦٧.١٤٢٢٥	١٧٥	٦٧.١٤٢٢٥	١٧٥
٦٤.٧٦٨٥٧	١٦٨	٦٩.١٧٦٨٤	١٨١
٥٥.٢٧٣٨٢	١٤٠	٦٦.٨٠٣١٥	١٧٤
٦٥.٤٤٦٧٦	١٧٠	٧١.٢١١٤٣	١٨٧

٨			
٧٣.٦٣٨٤	١٩٧	٤٩.٤٦٢٦٤	١٤٢
٦			
٦٨.٣٦٣٧	١٨٥	٥٨.٦٩٣٤١	١٦٣
٤			
٦٠.٠١٢٠	١٦٦	٦٣.٩٦٨١٣	١٧٥
٩			
٦٣.٠٨٩٠	١٧٣	٣٥.٣٩٦٧	١١٠
١			
٤٨.٥٨٣٥	١٤٠	٦٨.٨٠٣٣	١٨٦
٢			
٧٠.٥٦١٥	١٩٠	٤٥.٠٦٧٠٣	١٣٢
٤			
٦٩.٦٨٢٤	١٨٨	٦٢.٦٤٩٤٥	١٧٢
٢			
٧١.٤٤٠٦	١٩٢	٦٧.٠٤٥٠٥	١٨٢
٦			
٧٤.٠٧٨٠	١٩٨	٥٥.١٧٦٩٢	١٥٥
٢			
٦٧.٠٤٥٠	١٨٢	٦٣.٠٨٩٠١	١٧٣
٥			
٦٨.٣٦٣٧	١٨٥	٦٨.٣٦٣٧٤	١٨٥
٤			
٦٠.٨٩١٢	١٦٨	٧٠.٥٦١٥٤	١٩٠
١			
٤٦.٣٨٥٧	١٣٥	٦٦.١٦٥٩٣	١٨٠
١			
٦٥.٢٨٦٨	١٧٨	٧١.٠٠١١	١٩١
١			
٦٠.٠١٢٠	١٦٦	٤٠.٦٧١٤٣	١٢٢
٩			
٦٧.٩٢٤١	١٨٤	٦١.٧٧٠٣٣	١٧٠
٨			
٧١.٤٤٠٦	١٩٢	٦٤.٨٤٧٢٥	١٧٧
٦			

٦٨.٤٩٨٦٤	١٧٩	٦٤.٧٦٨٥٧	١٦٨
٦٣.٧٥١٢٧	١٦٥	٥٧.٦٤٧٥١	١٤٧
٦٨.٨٣٧٧٤	١٨٠	٧٢.٢٢٨٧٢	١٩٠
٥٧.٦٤٧٥١	١٤٧	٣٧.٦٤٠٧٣	٨٨
٣٣.٢٣٢٤٥	٧٥	٦٦.٤٦٤٠٦	١٧٣
٦٥.٤٤٦٧٦	١٧٠	٦٠.٣٦٠٢٩	١٥٥
٦٥.١٠٧٦٦	١٦٩	٧١.٥٥٠٥٣	١٨٨
٦٨.٤٩٨٦٤	١٧٩	٦٤.٤٢٩٤٧	١٦٧
٦٨.٨٣٧٧٤	١٨٠	٦٥.٤٤٦٧٦	١٧٠
٦٤.٤٢٩٤٧	١٦٧	٦١.٠٣٨٤٩	١٥٧
٦٥.٤٤٦٧٦	١٧٠	٦٤.٤٢٩٤٧	١٦٧
٦٩.٨٥٥٠٤	١٨٣	٦٦.٤٦٤٠٦	١٧٣
٣٦.٦٢٣٤٣	٨٥	٧٣.٢٤٦٠٢	١٩٣
٧٣.٥٨٥١١	١٩٤	٦٧.١٤٢٢٥	١٧٥
٥٢.٥٦١٠٤	١٣٢	٣٤.٩٢٧٩٤	٨٠
٦٥.١٠٧٦٦	١٦٩	٦٨.٨٣٧٧٤	١٨٠
٦٣.٧٥١٢٧	١٦٥	٥٧.٩٨٦٦١	١٤٨

علماً ان الوسط الحسابي للدرجات الخام للاستجابة الانفعالية هو (١٦١.٣١) وانحراف (٢٩.٤٩) اما الوسط الحسابي للدرجات الخام للذات المهارية (١٧١.٦٦) وانحراف معياري (٢٢.٧٥) ومن ثم تحويلها الى درجات معيارية ليكن الوسط الحسابي لكل منهما (٦٢.٥) وانحراف معياري قدره (١٠) .

ملحق (٧)

مفتاح التصحيح للذات المهارية للاعبين الكرة الطائرة .

يتكون المقياس من (٣٠) عبارة ايجابية ، (١٠) عبارات سلبية وارقام العبارات الايجابية والسلبية كما يأتي :

<u>أولاً : العبارات الايجابية</u>											
١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	٨	٦	٥	٣	٢	١
٣٠	٢٩	٢٨	٢٦	٢٥	٢٤	٢٣	٢١	٢٠	١٩	١٨	١٧
						٣٧	٣٦	٣٥	٣٣	٣٢	٣١
<u>ثانياً : العبارات السلبية</u>											
		٤٠	٣٩	٣٨	٣٤	٢٧	٢٢	١٠	٩	٧	٤

واوزان العبارات الايجابية .

- ٥ درجات عند الإجابة :- دائماً
- ٤ درجات عند الإجابة :- غالباً
- ٣ درجات عند الإجابة :- أحياناً
- ٢ درجة عند الإجابة :- نادراً
- ١ درجة عند الإجابة :- أبداً

اما اوزان العبارات السلبية .

- ٥ درجات عند الإجابة :- أبداً
- ٤ درجات عند الإجابة :- نادراً
- ٣ درجات عند الإجابة :- أحياناً
- ٢ درجة عند الإجابة :- غالباً
- ١ درجة عند الإجابة :- دائماً