

الاستجابة الانفعالية واثرها بمستوى الاداء الحركي في الجمناستك الايقاعي

أ.س.دس محمد سعيد

أ.شيماء عبد مطر التميمي

Emotional response and its impact on the level of motor
performance in rhythmic gymnastics
a survey on students of the third phase in college of physical
education

the study aims to identify the most important attributes of the
emotional response that affect at the level of motor performance of
some motor skills in rhythmic gymnastics, as is the emotional response
of the important of the psychological factors, which must be studied by
researchers constantly to know how it is impact on the performance of
players and know how important it is, it is reflexive reaction may be
positive or negative depending on the type and intensity of exciting.

The researcher assumed that there are statistically significant
differences in the level of emotional response and its impact on the level
of motor performance in rhythmic gymnastics

The research was conducted at the college of physical
education, university of Al-Mustansiriya on a total sample of the 24
students and makes the period from 10\11\2009 to 25\2\2010.

The study found that there are significant differences between
the emotional response and motor performance in the following features
:- (insist – adjust tension – confidence – self control – personal
responsibility) also found to lack the moral differences between the
emotional response and and motor performance in the following
attributes :- (desire – sensitivity) .

The researcher recommended the emphasis on the development
on the psychological characteristics, especially the emotional response

to the athletes because of its great importance in the performance and achievements sports for all kinds of sports

ملخص البحث

تهدف الدراسة الى التعرف على اهم سمات الاستجابة الانفعالية التي تؤثر على مستوى الاداء الحركي لبعض المهارات الحركية في الجمناستك الايقاعي. اذ تعد الاستجابة الانفعالية من العوامل النفسية المهمة التي يجب ان تدرس من قبل الباحثين باستمرار لمعرفة مدى تاثيرها على اداء اللاعبين. فهي رد فعل انعكاس قد يكون موجب او سالب تبعا لنوع المثير وشدته . وافترض الباحث ان هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاستجابة الانفعالية واثرها بمستوى الاداء الحركي في الجمناستك الايقاعي.

وقد اجري البحث في كلية التربية الرياضية -الجامعة المستنصرية على عينة بلغ عددها (24) طالبة واجري للفترة من 2009/11/10 ولغاية 2010/2/25

وتوصلت الدراسة الى وجود فروق معنوية بين الاستجابة الانفعالية والاداء الحركي في السمات التالية(الاصرار-ضبط التوتر-الثقة-الضبط الذاتي-والسؤولية الشخصية)

كما توصلت الى انعدام الفروق المعنوية بين الاستجابة الانفعالية والاداء الحركي في السمات التالية(الرغبة-والحساسية)

وعلى اوصى الباحث على التأكيد على تطوير السمات النفسية وبالاخص الاستجابة الانفعالية للرياضيين لما لها من اهمية بالغة في الاداء الحركي والانجاز الرياضي

1-1 المقدمة واهمية البحث:

تلعب الانفعالات دورا بالغ الاثر في حياة الرياضي. اذ ترتبط بسمات شخصية ودوافعة وحاجاته وبانواع الانشطة التي يمارسها. اذ لا يوجد على الاطلاق نوع من الممارسة الرياضية لا ترتبط بالانفعال وتعتبر الخبرات الانفعالية من الاهمية بمكانة لانها تؤثر على مكونات شخصية اللاعب وعلى قدرته على التفاعل والتكيف مع البيئة كما انها تؤثر بصورة او باخرى على اداء اللاعب الرياضي وعلى مستوى قدرته ومهاراته وخاصة في المنافسات الرياضية

ذ تعد الانفعالات بمثابة استجابات لمثيرات معينة قد تكون انفعالات حاده تسمى(الحالات الانفعالية)وقد تكون معتدلة تسمى(الحالات الوجدانية) ولا يوجد حد فاصل بين الاثنين وغالبا ماتكتشف هاتين الحالتين لدى الفرد من خلال سلوكه او طائفة الفسيولوجية. (1)

¹ علي كمال. النفس الانفعالات وامراضها وعلاجها. 40. بغداد. مطبعة الدار العربية. 1983. 1210.

وتظهر الاستجابة الانفعالية في كل مراحل العمر وهذا ما اكده (المليجي) "عند الطفل تظهر الاستجابة بصورة شاملة حيث يستجيب لاي مثير كان. وتحدث استجابته وتؤثر فيه بشكل مباشر وويتقدم العمر يتسع نطاق خبراته وتزداد قدراته نضجا، وبذلك تتغير قابليته للتأثر بالمثيرا. حيث تاخذ الاستجابات الانفعالية عند تقدم العمر بالتنوع والتمايز ويدخل الانفعال بدرجات متفاوتة مع جميع مظاهر سلوك الفرد وتفكيره⁽¹⁾ .

فالاستجابة الانفعالية هو رد فعل انعكاسي قد يكون موجب او سالب تبعا لنوع المثير وشدته. وهنا يأتي دور المدرب من خلال ما يتمتع به من كفاعة في التدريب واحاطته بكل مفردات العملية التربوية والنفسية والتي تمكنه من مواجهة العقبات والمواقف والظروف المتغيرة اثناء المنافسات⁽²⁾ ، ولكون الاعداد النفسي للرياضيين يعتبر احد الاعمده المهمة التي تركز عليها العملية التدريبية اضافة الى بقية عناصر التدريب الاخرى لذا تكمن اهمية البحث في معرفة الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالاداء الحركي في الجمناستك الفني. اذ تعتبر الاستجابة الانفعالية من العوامل النفسية المهمة التي يجب ان تدرس باستمرار لمعرفة مدى تأثيرها بالاداء الحركي. اذ يعد النشاط الرياضي حالة اغناء لانواع متعددة من الانفعالات التي يجب على المدرب معرفتها وكيفية معالجتها.

1-2 مشكلة البحث

تعد الاستجابة الانفعالية احدى المهارات النفسية المهمة للاداء الناجح للمهارات الرياضية المختلفة. وعلية وجب ضمان المدرب لوجود لاعبين جيدين من خلال امتلاكهم لبعض الصفات الخاصه لذلك كالسرعة واللياقة البدنية العالية)بالاضافة الى الاعداد النفسي الجيد. ولعدم وجود اعتبار مسبق لسماات الاستجابة الانفعالية من قبل المدربين والتي تلعب دورا كبيرا وحاسما في حسم النتيجة. لكون هذه السماات لها تأثير على مستوى الاداء عند اللاعبين وعلياً أرتا الباحث دراسة هذه المشكلة لمعرفة تأثير الاستجابة الانفعالية بمستوى الاداء الحركي في الجمناستك الايقاعي .

1-3 اهداف البحث:

¹ حلمي المليجي. علم النفس المعاصر. بيروت. دار النهضة للطباعة. 1972. 1520.

² وفاق تركي مزعل. الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بفاعلية عدد من المهارات الاساسية بكرة السلة. رسالة ماجستير. بغداد. كلية التربية الرياضية 2001. 90

1- التعرف على مستوى الاستجابة الانفعالية لدى طالبات (المرحلة الثالثة) في كلية التربية الرياضية .

2- التعرف على مستوى الاستجابة الانفعالية واثرها بمستوى الاداء الحركي في الجمناستك الايقاعي لدى طالبات (المرحلة الثالثة) في كلية التربية الرياضية .

4-1 فروض البحث :

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاستجابة الانفعالية لدى طالبات (المرحلة الثالثة) في كلية التربية الرياضية.

2- هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاستجابة الانفعالية ومستوى الاداء الحركي في الجمناستك الايقاعي لدى طالبات (المرحلة الثالثة) في كلية التربية الرياضية.

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال الزمني: المدة من 10 / 11 / 2010 ولغاية 25 / 2 / 2010
2-5-1 المجال المكاني: القاعة الغلقة للجمناستك في كلية التربية الرياضية /الجامعة المستنصرية.

3-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية

6-1 تحديد المصطلحات او تعريفها :

YÂNŪ (راتب) الاستجابة "بانها نشاط يقوم به الفرد كاستجابة لموقف يواجهه او منبه ينبهه او مثير يثيره.ويمكن ان تكون هذه الاستجابة نشاطا حركيا او ذهنيا وقد تكون نشاطا انفعاليا او فسيولوجيا وغالبا ماتكون خليطا من اكثر من نوع من النشاط او السلوك"¹

اما عبد الخالق الخالقي ² "هي نوع من التغييرالذي يمكن ملاحظة على السلوك او هي تغيير مستتر او ظاهر يطرأ على الغدد او العضلات لدى الكائن الحي وينعكس على السلوك نتيجة لتنبية معين"²

اما الانفعال فيعرفه راجح "بانه حالة وجدانية عنيفة تصحبها اضطرابات فسيولوجية وتعبيرات حركية مختلفة كأنفعال الخوف والحزن والخجل والشعور بالذنب والضحك"³

ويعرف الالوسي الانفعال "هي حالة وجدانية تائرة تصاحبها عند شدتها تغيرات ظاهرية وتغيرات داخلية وقد اظهرت هذه المصاحبات الانفعالية المعتدلة"⁴

¹ اسامة كامل راتب. علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات. دار الفكر العربي. 1997. 3390

² احمد محمد عبد الخالق. اسس علم النفس الرياضي. الاسكندرية. دار المعرفة الجامعية. 1990. 230

³ احمد عزت راجح. اصول علم النفس. 120. مصر. دار المعارف. 1979. 1530

⁴ جمال الالوسي. علم النفس العام. بغداد. مطبعة التعليم العالي. 1987. 200

2-الدراسات النظرية:

2-1 نظريات الانفعال:¹

من اجل تفسير الانفعالات بصورة واضحة ينبغي التعرف على بعض النظريات التي وضحت العلاقة بين الانفعال ومصادرة واهم هذه النظريات هي:

*نظرية جيمس لانج :

لاتشعر بالانفعال ان لم تحس خفقان القلب والعرق البارد وتجمد الاطراف.اذ تفترض هذه النظرية ان مثير الانفعال ينتج عنه تغييرات جسيمة والتي تجعل الفرد يشعر بالانفعال

*نظرية الطواريء:

يرى علم النفس الفسيولوجي (لامريكي كانون)ان ادراك الموقف المثير للانفعال يؤدي الى تنبيه منطقة عصبية.توجد في وسط الدماغ تسمى(الهيبيوثالوس) تنبئها شديدا يؤدي الى الشعور الانفعالي والتغيرات الجسمية في أن واحد

*نظرية أسكاتر :

ان الحالة الانفعالية وظيفية للتفاعل بين العوامل المعرفية .وحالة الاثيرة الفسيولوجية .اذ يعتقد ان الانفعال يتوقف على الحالة الفسيولوجية المثار اولاً.وعلى المعرفة بطبيعة المثير ثانياً .يوصفها هي التي تحدد نمط الانفعال.²

2-2 سمات الاستجابة الانفعالية:⁽³⁾

1- الرغبة:

هي الدافع الشخصي لمزاولة النشاط الرياضي اوهي الدافع للنجاح والكفاح من اجل التفوق والامتياز وتعد مقياساً على مدى محاولة اللاعب ان يكون الافضل او يؤدي الى افضل ما عنده

2- الاصرار :

هو الشعور بان اللاعب يستطيع ان يفعل في مباراة شئاً ما يحدث تغيراً وتشير اليه المخاطرات العقواه التي يجازف بها اللاعب وعدم لجوئه الدائم الى الطرق السهلة والاصرار السليم يتضمن معرفة اللاعب لحدوده والخضوع عند الضرورة مع عدم السماح للاعبين وللصعوبة المنافسة بتحديد طريقة ادائه .

¹ احمد عزت راجح.مصدر سبق ذكره.1979. 1610

² محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان.الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي.1998. 3670

⁽³⁾ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان.الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي.1987. 485-4820

3- الحساسية :

هي القدرة على الحصول على المتعة من الاداء الرياضي من غير ان ينتاب اللاعب الاكتئاب الشديد عندما يخطئ او حتى عندما يرتكب سلسلة من الاخطاء .وهي المرح والنشاط والقدرة على التوافق مع الاخرين او التكيف مع الظروف المحيطة

4- ضبط التوتر :

هي القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعترض اللاعب من قلق ومعالجة الضغوط الانفعالية القوية بطريقة ايجابية

5- الثقة:

هي ايمان اللاعب بقدرته وثقته في مواجهة وتقبل التحديات التي تختبر حدوده وهي معرفة بنواحي قوته وضعفه واستخدامها جميعا في الوصول الى افضل النتائج وهي تعني ان هناك استعداد لمواجهة اي عقبات في حدود قدرات اللاعب

6- المسؤولية الشخصية:

وهي تحمل المسؤولية الشخصية من اداء اللاعب في المباراة وهي الارادة في مواجهة اللاعب بشجاعة لاخطائه وبذل الجهد في المحاولة الجادة لتصحيح هذه الاخطاء

7- الضبط الذاتي:

هي حالة الاستعداد لتطوير (خطة اللعب) التزام بها والاندماج فيها والوصول بها الى مستوى الاتقان طول الوقت بالمرونة الكافية لتغيرها والثبات الكافي الذي يعكس هذه القدرة وتمثل هذه السمة القدرة على الحفاظ على (خطة اللعب) طالما كانت صالحة والتخلي عنها فقط بعد ثبوت عدم صلاحيتها

3-مهج البحث واجراءة الميدانية

3-1 منهج البحث:

استخدم المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي.اذ يعد واحد من المناهج الاساسية في البحوث الوصفية ويعتمد على الحقائق الجارية عن موقف معين وعلى تجميع البيانات ولايهتم لصفات الافراد ولكنة يهتم بالاحصائيات العامة التي تنتج من بيانات عدد من الحالات الفردية.¹

3-2 مجتمع البحث:

اعتمده الباحثان على طلبة (المرحلة الثالثة)في كلية التربية الرياضية في لعبة الجمناستك

¹ احمد بدر. اصول البحث العلمي ومناهجه .40. الكويت. وكالة المطبوعات. 1978. 2790

3-3 عينة البحث :

بلغ عدد افراد عينة البحث (20) طالبة من طالبات المرحلة الثالثة في لعبة الجمناستيك

3-4 ادوات البحث :

استخدمت مجموعة من الوسائل المساعدة في اجراء البحث ومنها :

- المراجع العربية والاجنبية
- المقابلات الشخصية
- استمارة اختبار s.e.r.p لقياس الاستجابة الانفعالية (انظر ملحق 1)

3-4 مقياس الاستجابة الانفعالية

قام بتصميم مقياس الاستجابيه الانفعالية (توما س) واعد صورته العربية (محمد حسن علاوي ومحمد العربي شمعون 1978) اذ تكون المقياس (40) فقرة تقيس الاستجابة الانفعالية عند الطلبة من خلال اتاحة الفرصه امام كل اللاعب او لاعبة للتعبير عن اتجاهتهم في سبع سمات منفصلة ذات التأثير في المجال الرياضي وهي:¹

- الرغبة (5) $\hat{E} \hat{N} \hat{P} (5)$
- الاصرار (5) $\hat{E} \hat{N} \hat{P} (5)$
- الحساسية (6) $\hat{E} \hat{N} \hat{P} (6)$
- ضبط التوتر (6) $\hat{E} \hat{N} \hat{P} (6)$
- الثقة (6) $\hat{E} \hat{N} \hat{P} (6)$
- المسؤولية (6) $\hat{E} \hat{N} \hat{P} (6)$
- الضبط الذاتي (6) $\hat{E} \hat{N} \hat{P} (6)$

3-5 الاداء الحركي :

اعتمدت الباحثتان على الدرجة النهائية المعطاة للطلبات من قبل مدرسة المادة عند ادائهم لبعض المهارات الحركية في الجمناستيك الايقاعي والمقررة من ضمن المنهاج الدراسي للمرحلة الثالثة في مادة الجمناستيك .

3-6 مؤشرات الصدق والثبات وموضعية المقياس :

3-6-1 الصدق: من اجل التأكد من صدق المقياس قام الباحث باستخدام الصدق الذاتي B.C استخدم قانون معامل الصدق الذاتي وكان 0.91. وهذا يدل على ان معامل الصدق الذاتي عال جدا وان المقياس صدقا .

3-6-2 الثبات :

¹ محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضواة. مصدر سبق ذكره. 1978. 190

لحساب الثبات استخدمت الباحثان طريقة اعادة تطبيق الاختبار على عينة مكونة من (5) طلاب وذلك بعد مرور اسبوع من تطبيق الاختبار. وعن طريق حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات الاختبار الاول والثاني لمقياس الاستجابة الانفعالية. اذ بلغ معامل الارتباط (80 / .) وهو ارتباط عالي. اذ يشير مصطلح الثبات الى الاستقرار في نتائج اداة القياس فالمقياس الثابت هو الذي يعطي النتيجة نفسها اذا طبق على الافراد نفسهم تحت الشروط والظروف نفسها.¹

3-6-3 الموضوعية:

تم عرض استمارة مقياس الاستجابة الانفعالية على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس. اذ اجتمعت ارائهم على ان الاستجابة تقيس الهدف الذي وضعت من اجله بالاضافة الى ان المقياس استخدم (الميزان الخماسي) وهذا ما حقق شروط الموضوعية للمقياس.

3-7 التجربة الاستطلاعية:

تعد التجربة الاستطلاعية احد الشروط الاساسية في البحث العلمي. وكذلك لتلافي المعوقات التي تواجه الباحث عند تنفيذ تجربته الرئيسية. اذ انها (دراسة تجريبية اولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثة بهدف اختبار اساليب البحث وادواته)⁽²⁾ اذ قام الباحث بأجراء تجربة استطلاعية على عينة عشوائية مكونه من (5) طالبات من المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية.

3-8 الوسائل الاحصائية:⁽³⁾

من اجل تحقيق اهداف البحث وفرضياته استخدمت مجموعة من الوسائل الاحصائية المناسبة لهذا الغرض ومنها:

Intentional sounders. edition. halt second .psgchlogy .baron.a.r&otal -1
editons.jopon.1981.p 410

• اسماء الخبراء

- 1-Ã.د احمد عربي .علم النفس الرياضي.كلية التربية ارياضية .الجامعة المستنصرية
 - 2.ã.د غازي صالح محمود .علم النفس الرياضي .كلية التربية الرياضية .الجامعة المستنصرية
 - 3-ã.د فلاح محمود.علم النفس الرياضي.مديرية النشاط الرياضي .الجامعة المستنصرية
- (2) مجمع اللغة العربية .معجم علم النفس والتربية. الهيئة العامة لشؤون المطابع
الاجرية.1984. 690
- (3) نزار الطالب ومحمود السامرائي.مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية والرياضية.الموصل.مؤسسة دار الكتب
للطباعة والنشر.1980.

-الوسط الحسابي

- الانحراف المعياري

- معامل الارتباط (بيرسون)

- اختبار t

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

4-1 عرض نتائج اختبار الاستجابة الانفعالية لدى طالبات المرحلة الثالثة.

جدول (1)

يبين مجموع نتائج اختبارات الاستجابة الانفعالية والنسبة المئوية لعينة البحث

| النسبة المئوية | مجموع الاستجابات | الاستجابة الانفعالية |
|----------------|------------------|----------------------|
| ١٤,٩٠٨ | 376 | الرغبة |
| ١٢,٢٩ | 310 | الاصرار |
| ١٥,٠٦٧ | 380 | الحساسية |
| ٩,٥٥ | 241 | حفظ التوتر |
| ١٤,٩٨ | 376 | الثقة |
| ١٤,٩٨ | 378 | المسؤولية |
| ١٨,٢٧ | 461 | الضبط الذاتي |

يشير جدول (1) مجموع الاستجابات الانفعالية لجميع طالبات المرحلة الثالثة والنسبة المئوية

لكل سمه من سمات الاستجابة الانفعالية

4-2 عرض نتائج اختبار الاستجابة الانفعالية والاداء الحركي في الجمناستك الفني

جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى الاستجابة الانفعالية والاداء الحركي وقيمة

tالجدولية والحسوية لعينة البحث

| مستوى الدلالة | قيمة t | الاداء الحركي | | الاستجابة الانفعالية | | E |
|---------------|--------|---------------|-------|----------------------|-------|------------|
| | | U | O | U | O | |
| غير معنوي | ٠,٦٦٠ | ٣,٩٩ | ٩١,٣٠ | ١,٩٨ | ٩٠,٣٢ | الرغبة |
| معنوي | ٥,٠٤ | ١,٢٤ | 16 | ١,٣٧ | ١٢,٩ | الاصرار |
| غير معنوي | ٠,٢٨١ | ٤,٠٨ | ٩٣,٢٠ | ٣,٩٠ | ٩٢,٦٧ | الحساسية |
| معنوي | ١٠,١١ | ٠,٦٢ | ١٠,٨٣ | ٠,٤٤ | ١٣,٢٧ | ضبط التوتر |
| معنوي | ١١,٩٨ | ٠,٣١ | ٤,١٥ | ٠,١٨ | ٥,٥٣ | الثقة |

| | | | | | | |
|-------------------|-------|------|-------|------|-------|-------|
| الضبط الذاتي | ٥٤,٩٣ | ٩,٩١ | ٦٣,٦٨ | ٨,٢٦ | ٢٠,١٤ | معنوي |
| المسؤولية الشخصية | ٣٠,٥٠ | ٣,٥٣ | ٣٥,٨٠ | ٣,٤٢ | ٣,٤٠ | معنوي |

قيمة الجدولية (٢,١٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (18)

تشير بيانات جدول (2) الى انعدام فروق ذات احصائية في كل من (الرغبة والحساسية) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) اذ بلغت الدرجة الجدولية (٢,١٠) وهي اكبر من الدرجة المحسوبة 3-4 مناقشة النتائج:

يبين جدول (2) الى وجود فروق معنوية بين مستوى الاستجابة الانفعالية والاداء الحركي. اذ بلغت قيمة الحسوبة لسمة (الرغبة) (٠,٦٦٠) وعند مقارنتها بالجدولية (٢,١٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) كانت النتيجة غير معنوية وهذا يدل على وجود ضعف بين سمة الرغبة والاداء الحركي. ويعزو الباحث السبب في ذلك كون (الرغبة الرياضية لا تتشأ بصورة اوتوماتيكية وهي ليست طبيعة داخلية وانما تتكون بالتعامل مع البيئة فالانجذاب نحوها يتم عفويا احيانا)¹ في حين اظهرت فروق معنوية بين سمة (الاصرار) والاداء الحركي. اذ بلغت قيمة المحسوبة (٥,٠٤) وهي اكبر من القيمة الجدولية (٢,١٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥). وهذا يدل الى ان المنافسين يبدي كل منهم الحد الاقصى من الفاعلية والنشاط والاصرار والابداع والذكاء من اجل احراز النصر وتحقيق احسن النتائج²

كما ظهرت فروق غير معنوية بين سمة (الحساسية) والاداء الحركي. اذ بلغت قيمة الحسوبة (٠,٢٨١) وهي اصغر من الدرجة الجدولية (٢,١٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهذا يدل على ما اشار اليه (كامل طه لويس) الى وجود بحوث كثيرة تستند الى محاوله احصائية قام بها بعض العلماء الوثيق الصيحة بين النشاط الرياضي في انواع او العاب رياضية معينة وبين الخصال الخاصة عند الرياضيين المعنين³

اما السمات الاخرى (ضبط التوتر، الثقة، الضبط الذاتي، والمسؤولية الشخصية) PaM ENäUÇi Uا لم تظهر فروق معنوية بينها وبين الاداء الحركي في الجمناستك. اذ بلغت قيمة الحسوبة لهذه السمات على التوالي (١٠,١١-١١,٩٨-٢٠,١٤-٣,٤٠) وهي اكبر من الدرجة الجدولية (٢,١٠) اذ عند مستوى دلالة (٠,٠٥). ويعزو الباحث هذا الى ان الثقة بالنفس ترتبط بالشعور الكامل نحو شخصية الرياضي. وكذلك للتغلب على الموانع يحتاج الامر الى قدرة الانسان في ضبط التوتر والى التحكم

¹ كامل طه لويس. علم النفس الرياضي. بغداد. مطبعة جامعة بغداد. 1984. 700

² ريسان خريبط وناهدة رسن. علم النفس في التدريب والباقات الرياضية الحديثة. جامعة الموصل. مديرياً. 1988. 290

³ كامل طه لويس. نفس المصدر. 1988. 840

في افعاله وافكاره وانفعالاته وسلوكه اثناء الاداء. كما يشير (ريسان خريبط) ⁴äQä تتشبه الصفات النفسية لالمام بالمصاعب التي سوف يعثر عليها الرياضي اثناء اداء الحركات الرياضية او المسابقات في الطريق نحو تحقيق نتائج الرياضية العالية⁴

وهنا يمكن القول ان وجود فرق معنوي بين المسؤولية الشخصية والاداء الحركي يعود الى القابلية البدنية والحركية والعقلية التي يمتلكها الرياضي والتي تشكل بصورة مجتمعة ملأ المهارة عوامل لانجاز الرياضي

وان لاي ضرب اونوع من انواع الرياضة شروط او متطلبات خاصة فيما يخص بناء وتكوين شخصية الرياضي¹

ونستنتج من هذا بان التخصص في نوع معين من انواع الرياضة يتطلب تطورا معينا في سمات وصفات الشخصية لكل لاعب

5- الاستنتاجات والتوصيات:

5-1 الاستنتاجات:

1- وجود فروق معنوية بين الاستجابة الانفعالية والاداء الحركي في سمات التالية:

-الاصرار

- ضبط التوتر

- الثقة

- الضبط الذاتي

- المسؤولية الشخصية

2- عدم وجود فرق معنوي بين الاستجابة الانفعالية والاداء الحركي في سمات التالية:

- الرغبة

- الحساسية

5-2 التوصيات:

1- التأكيد على تطوير السمات النفسية وبالاخص الاستجابة الانفعالية للرياضيين لمالها من اهمية بالغة في الاداء الحركي والانجاز الرياضي

2- الاعتماد على الاختبارات المستخدمة في البحث من اجل معرفة مستوى اثر الاستجابة الانفعالية والاداء الحركي

⁴ريسان خريبط وناهدة رسن. نفس المصدر. 1984. 410

¹كامل طه لويس. مصدر سبق ذكره. 1984. 410

3- اجراء بحوث مكملة تتناول السمات النفسية الاخرى وعلاقتها بالانجاز الرياضي

المصادر:

- 1- اسامه كامل راتب. علم النفس الرياض المفاهيم والتطبيقات. 2000. دار المعارف. القاهرة. 4390. 1997. العربي.
- 2- احمد محمد عبد الخالق. اسس علم النفس الرياض. الاسكندرية. دار المعرفة الجامعية. 1990.
- 3- احمد عزت راجح. اصول علم النفس. 2000. مصر. دار المعارف. 1979.
- 4- مقدمة في علم النفس. 2000. دار الشروق للنشر والتوزيع. 1998.
- 5- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الين رضوي. الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي. 1000. دار الفكر العربي. 1987.
- 6- احمد بدر. اصول البحث العلمي ومناهجه. 400. الكويت. وكالة المطبوعات. 1978.
- 7- نزار الطالبو محمد السامرائي. مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية والرياضية. الموصل. مؤسسة دار الكتب للطباعة والنشر. 1981.
- 8- رسان خريبط وناهدة رسن. علم النفسي التدريب والسناقات الرياضية الحديثة. مديرية دار الكتب للطباعة والنشر. 1988.
- 9- كامل طه لويس. علم النفس الرياضي. بغداد. مطبعة جامعة بغداد. 1084.
- 10- Baron.a.r. psgchologg second edition. Halt sounders. Intetional editons.jopon .1981

ملحق رقم (1)

مقياس الاستجابة الانفعالية في المجال الرياضي

الاستاذ الفاضل-----

نظرا لمتعهدة الباحثتان فيكم من خبرة ودراية في هذا المجال نضع بين ايديكم فقرات مقياس الاستجاب الانفعالية في المجال الرياضي. اذ يروم الباحث دراسة (الاستجابة الانفعالية واثرها بمستوى الاداء الحركي في الجمناستك الايقاعي) لذا راجين منكم التأشير امام الفقرة المناسبة لهذا البحث .

مع التقدير

الباحثتان

مقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة

| ابدأ | نادرا | احيانا | غالبا | دائما | العبارات |
|------|-------|--------|-------|-------|---|
| | | | | | <p>1- لا اعتبر لعبي ذا قيمة مالم يقترب من احسن مستوى لي</p> <p>2- يمتلكني الخوف من المنافس العدواني</p> <p>3- المضايقات البسيطة يمكن ان تنشئت تركيزي اثناء المباراة</p> <p>4- استطيع الاحتفاظبتفكيري هادئا اثناء المباراة</p> <p>5- انا واثق كل الثقة في قدرتي على الاداء</p> <p>6- اعتذر عندما اخطي اوحينما اكون غير موفق في اللعب</p> <p>7- افكر في خطةاللعب قبل المباراة</p> <p>8- امارس اللعب اساسا بقصد الترويج</p> <p>9- ابدي راي بصراحة ان كان لي بعض الملاحظات على المباراة</p> <p>10- تكون اعابي قوية (من حديد)اثناء المباراة</p> <p>11- تكثر اخطائي في اثناء الوقت الحرج من المباراة</p> <p>12- افنقر الى الثقة في ادائي اثناء المباراة</p> <p>13- لاهتم بما ارتكبتهمن اخطاء</p> <p>14- اللعب ارتجالا دون ان يكون في ذهني خطه للعب</p> <p>15- اريد ان اكون احسن لاعب في الملعب</p> <p>16- افضل الابتسامه في مواجهة غضب المنافسين حرجا على عدم تماديهم في ذلك</p> <p>17- اتاثر باراء الاخرين في مستوى ادائي</p> <p>18- اتوقع الفوز قبل المباراة</p> <p>19- اخطائي في المباراة تجعلني في حالهسيئه لعدة ايام</p> <p>20- التزم بنظام ثابت سواء في التدريب اوفي المبارات</p> <p>21- افضلاللعب مع اللاعبين الذين لايجعلون من المباراة صراعا</p> <p>22- اتحمل المسؤولية كامله في اللعب</p> <p>23- يمتلكني الشعور بعدم المبالاة اثناء المباراة</p> <p>24- عصبيتي تؤثر على ادائي في المباراة</p> <p>25- اخشى الهزيمة حتى قبل ان تبدأالمباراة</p> |

