

بناء وتقنين مقياس الثقة بالنفس وعلاقته بمهارة التصويب الامامي للاعبي
كرة السلة الشباب في المنطقة الجنوبية

أ. د محمد عيسى جوي

نداء يوسف مهنا

أ.د عبد الكاظم جليل حسان

كلية التربية الهدنية وعلوم الرياضة

جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

: هدفت الدراسة الى :

- 1- بناء وتقنين مقياس الثقة بالنفس لدى لاعبين كرة السلة الشباب في المنطقة الجنوبية.
 - 2- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الثقة بالنفس بالأداء المهاري للاعبي كرة السلة الشباب في المنطقة الجنوبية.
- اما منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات المعيارية.
- أما مجتمع البحث وعينته: هم لاعبو كرة السلة الشباب بأعمار (16- 18 سنة) لأندية محافظات المنطقة الجنوبية (البصرة وميسان وذي قار والمثنى)، قامت الباحثة باختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية أما عينة البحث فاخترت بالطريقة العشوائية البسيطة والبالغ عددها (110) لاعب انقسمت الى عينة بناء عددها (60) لاعب وعينة تطبيق عددها (50) لاعب.

أهم الاستنتاجات:

- 1 - توصلت الباحثة الى بناء وتقنين مقياس للثقة بالنفس يكون بمثابة وسائل قياس غير مباشرة تعتمد من قبل المختصين في مجال كرة السلة لتقييم لاعبيهم.
- 2 - أيجاد المعايير (الدرجات والمستويات المعيارية) لمقياس الثقة بالنفس تعتمد لمقارنة الفرد ضمن المجموعة التي ينتمي إليها.
- 3- وجود علاقة ارتباط عالية المعنوية بين الثقة بالنفس ومهارة التصويب الامامي .

أما أهم التوصيات فتضمنت الدراسة ما يلي :

- 1 - إمكانية اعتماد المقياس في تقييم التأثير النفسي للاعب اثناء المباراة وأهمية الثقة بالنفس بالنسبة له.
- 2 - التأكيد على الاهتمام بمعرفة العوامل التي تؤثر على الجانب النفسي وتقاديتها والعمل على زيادة ثقة اللاعب بنفسه وصولاً منه لتحقيق الهدف المطلوب.

Abstract

Building and codifying a measure of self-confidence and its relationship to the forward shooting skill of young basketball players in the southern region

Researchers

Nadaa Youssef Muhanna's

Prof. Abdul-Kadhim Jalil Hassan,

Prof. Mohamed Ansi Joy

Research abstract: The study aimed to:

1- Building and codifying the measure of self-confidence among young basketball players in the southern region.

2- Knowing the correlation between self-confidence in the skillful performance of young basketball players in the southern region.

As for the research method: The researcher used the descriptive method in the survey method and the standard studies.

As for the sample of the youth basketball players ages (16-18 years) for the clubs in the governorates of the southern region (Basra, Maysan, Dhi Qar and Muthanna), the researcher selected the research community in an intentional way. As for the sample of the research in a simple random way, the number (110) player was divided into A sample of (60) players and an application sample of (50) players.

The most important conclusions:

1 - The researcher has come to construct and codify a measure of self-confidence that will serve as indirect measurement methods adopted by specialists in the field of basketball to assess their players.

2 - Finding criteria (scores and standard levels) for a measure of self-confidence depends on comparing the individual within the group to which he belongs.

3- The existence of a highly significant correlation between self-confidence and frontal correction skill, and this is considered an indication of the psychological side effect on the scoring process.

, the study included the following:

As for the most important recommendations

1 - The possibility of adopting the scale in assessing the psychological impact of the player during the game and the importance of self-confidence for him.

2 - Emphasizing the interest in knowing the factors that affect the psychological side and avoiding

them, and working to increase the player's confidence in himself, through him, to achieve the desired goal.

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

تمثل المتغيرات النفسية المختلفة أحد الامور الرئيسية التي تؤثر في الرياضي بالاتجاه الايجابي أو

السلبى والتي تتمثل في الكثير من هذه المتغيرات ومنها الثقة بالنفس.

كما ان الثقة بالنفس تمثل احد العوامل النفسية المهمة التي يجب ان يمتلكها اللاعب لكونها تؤدي دوراً

مهماً وجوهرياً في امكانية اللاعب في التعامل مع المواقف والظروف التي تحيط باللاعب

(لاعب كرة السلة) والتي يحتاج منه القدرة على تجاوز هذه المواقف بأكبر قدر ممكن من الطاقة والعزيمة

والدافع لتحقيق افضل اداء ممكن من الناحية البدنية والمهارية والخطوية، وتعد لعبة كرة السلة من الالعاب الرياضية الجماعية التي تحتاج الكثير من المتطلبات ذات الطبيعة البدنية والمهارية والنفسية نظراً لما يدور في اثناء الوحدات التدريبية والمنافسات الرياضية من احداث تنمي طبيعة ما تحتاجه هذه اللعبة من قدرات مختلفة ومنها الثقة بالنفس دوراً بارزاً منها في زيادة امكانية لاعب كرة السلة الشباب على تقديم افضل المستويات من ناحية الاداء المهاري ويمكن ملاحظة ذلك من خلال ما يقوم به اللاعب من مهارات اللعبة المختلفة وما يتميز به من قدرة على الاداء الجيد نتيجة لامتلاكه لعامل الثقة بالنفس، ومن هنا **تكمن أهمية البحث** في ان قدرة اللاعب على استيعاب مدى ما يمتلكه من الثقة بالنفس وذلك طبقاً لمدى علاقة ذلك بالأداء المهاري للاعبين الامر الذي يفيد اللاعب والمدرّب على تحقيق نتائج أفضل والوصول للأهداف المرجوة.

1-2 مشكلة البحث :

تعد لعبة كرة السلة أحد الالعاب الرياضية الجماعية التي تحتاج مختلف المتطلبات البدنية والمهارية والنفسية، وتشكل العوامل النفسية احد العوامل الهامة في عمليات اعداد اللاعبين الشباب في مجال كرة السلة، كما وان الثقة بالنفس لها اثر كبير ومهم في امكانية اظهار اللاعب لإمكانياته وقدراته التي يمتلكها على المستوى البدني والمهاري، لذا فإن ذلك دفع الباحثة الى العمل على دراسة مدى ما تقوم به الثقة بالنفس من دور في طبيعة الاداء المهاري للاعبين كرة السلة الشباب وذلك من خلال العمل على فهم طبيعة العلاقة بين الثقة بالنفس ومدى علاقة ذلك بأداء المهارات الاساسية للاعبين كرة السلة الشباب.

1-3 أهداف البحث :

- 1- بناء وتقنين مقياس الثقة بالنفس لدى لاعبين كرة السلة الشباب في المنطقة الجنوبية.
- 2- التعرف على العلاقة الارتباطية بين الثقة بالنفس بالأداء المهاري للاعبين كرة السلة الشباب في المنطقة الجنوبية.

1-4 فروض البحث:

- 1- وجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين الثقة بالنفس وفقاً لطول القامة واليد المستخدمة بالأداء المهاري للاعبين كرة السلة الشباب في المنطقة الجنوبية.

1-5 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبو فرق اندية المنطقة الجنوبية بكرة السلة الشباب .
- 1-5-2 المجال المكاني : ملاعب اندية المنطقة الجنوبية بكرة السلة عينة البحث.
- 1-5-3 المجال الزمني : للفترة من 2019/3/24 لغاية 2019 / 7 / 24

3 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

- 3-1 منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات المعيارية وذلك لحل مشكلة البحث.

2-3 مجتمع وعينة البحث

قامت الباحثة بتحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية وهم لاعبو كرة السلة الشباب بأعمار (16-18 سنة) لأندية محافظات المنطقة الجنوبية (البصرة وميسان وذي قار والمثنى) حيث بلغ عدد مجتمع البحث (130) لاعب حيث قامت الباحثة باختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة والبالغ عددها (110) لاعب شكلت نسبة مئوية مقدارها (84.61%) حيث انقسمت الى عينة البناء البالغ عددها (60) لاعب شكلوا نسبة مئوية (54.54%) وعينة التطبيق فقد بلغ عددها (50) لاعب شكلت نسبة مئوية مقدارها (45.45%) من المجتمع الأصلي.

3-3 الأجهزة والأدوات المستخدمة ووسائل جمع المعلومات

3-3-1 الأجهزة والأدوات المستخدمة

كرات سلة عدد (20) كرة. - ساعة توقيت العدد (2). - صافرة. - شريط قياس. - أقلام جاف العدد (120) قلم. - حاسبة الكترونية. - لابتوب نوع (DELL). - كاميرا نوع كانون العدد (1). - شواخص العدد (6).

3-3-2 وسائل جمع المعلومات

- المصادر و المراجع العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- المقابلات الشخصية مع ذوي الاختصاص.
- استمارات مقياسي الثقة بالنفس (ملحق 1).

3-4-3 خطوات بناء مقياس الثقة بالنفس

تعاملت الباحثة مع مقياس الثقة بالنفس بدون مجالات وكما موضح، حيث قامت الباحثة بتوزيع استمارات لاستطلاع رأي الخبراء والمختصين وكان عددهم (16) خبيراً ومختصاً لتحديد صلاحية الفقرات وتحديد الصالحة منها وغير الصالحة التي من شأنها تدعيم عمل الباحثة وبعد التحليل الإحصائي لإجابات الخبراء والمختصين باستخدام قانون مربع كا² لاتفاق رأي الخبراء تم تحديد مجالات مقياس الضغوط النفسية ومقياس الثقة بالنفس من خلال احتساب قيمة (كا²) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) وبقيمة جدولية (3.841) وبنسبة قبول (75%) اي بواقع (12) خبيراً من أصل (16) خبيراً.

3-4-3-2 أعداد فقرات المقياس بصيغته الأولية

3-4-3-3 صلاحية فقرات المقياس وتحليله

جدول (1)

يبين قيمة كا² والنسبة المئوية لاتفاق آراء الخبراء على صلاحية فقرات مقياس الثقة بالنفس

النسبة المئوية	قيمة كا ²	ت	النسبة المئوية	قيمة كا ²	ت	النسبة المئوية	قيمة كا ²	ت
%75	4	53	%100	16	28	% 100	16	1
*% 68.25	2.25	54	%87.50	9	29	%87.50	9	2
% 87.5	9	55	*%62.5	1.2	30	%75	4	3
%81.25	6.25	56	%93.75	12.25	31	%93.75	12.25	4
%75	4	57	%87.50	9	32	%81.25	6.25	5
%87.50	9	58	%100	16	33	%81.25	6.25	6
%100	16	59	%75	4	34	%93.75	12.25	7
%93.75	12.25	60	*% 63.77	1.8	35	%75	4	8
%75	4	61	%87.50	9	36	*%56.25	0.25	9
%87.50	9	62	%100	16	37	%87.50	9	10
%81.25	6.25	63	%93.75	12.25	38	%75	4	11
%75	4	64	%100	16	39	%100	16	12
81.25	6.25	65	%81.25	6.25	40	% 87.5	9	13
%100	16	66	%75	4	41	%93.75	12.25	14
%93.75	12.25	67	% 100	16	42	%100	16	15
%100	16	68	%87.50	9	43	%81.25	6.25	16
%87.50	9	69	%93.75	12.25	44	%93.75	12.25	17
%81.25	6.25	70	% 75	4	45	%87.50	9	18
%100	16	71	%100	16	46	%75	4	19
%87.50	9	72	%93.75	12.25	47	%93.75	12.25	20
%75	4	73	%87.50	9	48	%100	16	21
*%68.75	2.25	74	%81.25	6.25	49	%81.25	6.25	22
%93.75	12.25	75	%93.75	12.25	50	%87.50	9	23
%87.25	9	76	%81.25	6.25	51	%93.75	12.25	26
%100	16	77	%93.75	12.25	52	%81.25	6.25	27
% 81.25	6.25	78						
% 93.75	12.25	79						

4-4-3 اختيار سلم التقدير للمقياس

اختارت الباحثة سلم التقدير الخماسي لمقياس الثقة بالنفس ومن خلال عرضها على الخبراء والمختصين لبيان رأيهم في سلم التقدير الخماسي وإعطاء بدائل لهذا السلم المقترح.

اتفق دائماً اتفق غالباً اتفق أحياناً اتفق لا أتفق

وقد كانت إجابة الخبراء والمختصين مؤيدة لهذا النوع من سلم التقدير وكان نسبة اتفاق رأي الخبراء (93 %) وهذا يؤكد صلاحية سلم التقدير في المقياس.

5-4-3 أسلوب تصحيح فقرات المقياس

صححت فقرات المقياس بإعطاء الفقرة الوزن المناسب على ضوء تأشير المستجيب على سلم التقدير وبما أن الفقرات ضيفت باتجاهين ايجابي وسلبي حيث وضعت خمس استجابات متدرجة للوصول الى الدرجة النهائية من خلال تحديد الأوزان من (1 - 5) لكل فقرة من فقرات المقياس :

5-3 التطبيق الاستطلاعي للمقياس (التجربة الاستطلاعية)

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية مع الفريق العمل المساعد على عينة من اللاعبين الشباب في محافظة البصرة والبالغ عددهم (10) لاعبين ، وقد تم ذلك لمدة يوم واحد (8 / 1 / 2019) وبعد مرور أسبوعين أي بتاريخ (15 / 1 / 2019) قامت الباحثة بإعادة التطبيق الاستطلاعي على نفس عينة البحث وتبين من خلال النتائج أن الفقرات كانت مفهومة وواضحة ولا تحتاج الى تعديل وأن متوسط الزمن المستغرق للإجابة على المقياسين بلغ (50 - 60) دقيقة تقريبا .

6-3 التطبيق الأولي للمقياس (التجربة الرئيسية)

طبقت الباحثة المقياس على عينة البناء البالغة (60) لاعبا من اللاعبين الشباب في محافظة ميسان وذي قار البصرة للموسم 2018 - 2019 وبعد الانتهاء من الإجابات دققتها الباحثة للتأكد من اتباع التعليمات والتأكد من فقرات المقياس جميعها قد أجيب عليها ، وبذلك أصبحت عدد الاستمارات (60) استمارة يمثلون عينة البناء وتم ذلك بتاريخ (24 - 27 / 2 / 2019) .

7-3 التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الثقة بالنفس

1-7-3 القوة التمييزية لفقرات المقياس

جدول (2)

يبين القوة التمييزية لفقرات مقياس الثقة بالنفس

الفقرة	قيمة ت						
1	5.119	24	5.98	47	7.15	70	5.42
2	6.422	25	4.81	48	8.36	71	4.43
3	4.05	26	* 1.02	49	4.65	72	3.89
4	5.261	27	5.76	50	5.22	73	6.19
5	* 1.03	28	6.12	51	6.19	74	5.41
6	5.363	29	7.03	52	5.32		
7	4.89	30	8.55	53	4.77		
8	6.42	31	4.91	54	4.21		
9	4.71	32	5.22	55	4.79		
10	6.02	33	* 0.87	56	3.99		
11	5.39	34	6.36	57	5.02		
12	8.24	35	5.44	58	5.11		
13	7.66	36	7.29	59	6.26		
14	7.06	37	4.85	60	5.46		
15	5.54	38	7.05	61	* 0.59		
16	6.21	39	* 0.94	62	4.66		
17	6.73	40	5.76	63	5.16		
18	5.88	41	4.49	64	4.19		
19	* 0.99	42	3.73	65	4.55		
20	5.06	43	* 1.13	66	5.03		
21	6.11	44	8.32	67	5.15		
22	* 0.98	45	7.11	68	6.24		
23	4.77	46	6.24	69	5.73		

(* تعني غير معنوية)

3-7-3 الاتساق الداخلي لفقرات المقياس

الجدول (3)

يبين معامل الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمقياس الثقة بالنفس للاعبين كرة السلة الشباب

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
0.61	45	0.72	23	0.60	1
0.57	46	0.69	24	0.59	2
0.71	47	0.66	25	0.62	3
0.70	48	0.71	26	0.58	4
* 0.127	49	0.58	27	0.66	5
0.56	50	0.71	28	0.71	6
0.55	51	0.77	29	0.53	7
0.75	52	0.68	30	0.74	8
0.73	53	*0.029	31	0.68	9
0.64	54	0.57	32	0.66	10
0.72	55	0.66	33	0.75	11
0.68	56	0.74	34	0.62	12
0.58	57	0.66	35	0.55	13
0.69	58	0.75	36	0.64	14
0.67	59	0.68	37	0.56	15
0.74	60	*0.093	38	0.71	16
0.60	61	0.56	39	0.73	17
0.65	62	0.66	40	0.66	18
0.62	63	0.72	41	0.69	19
0.56	64	0.73	42	0.75	20
* 0.037	65	0.55	43	0.58	21
0.67	66	0.59	44	0.56	22

(*) تعني غير معنوية

3-8 المعاملات العلمية للمقياس

3-8-1 الثبات

جدول (4)

يبين معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لمقياس الثقة بالنفس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار

النتيجة	مستوى الدلالة	Sig	قيمة R المحسوبة	المقياس
معنوي	0.05	0.000	0.73	الثقة بالنفس

3-8-2 معامل الصدق

يعرف الصدق بأنه "الدقة التي يقيس بها الاختبار الغرض الذي وضع من أجله (3: 133)، وللصدق أنواع عديدة وأنواع الصدق، ما هي إلا وسائل أو طريقة تستعمل في جمع القيم الرقمية التي تعطي مؤشر الدلالة للتمتع بالاختبار أو المقياس بالصدق ، وكلما زادت طرق جمع الأدلة زادت الثقة في استخدامه (2: 147).

1- الصدق الظاهري : يعتبر هذا النوع من أنواع الصدق من الإجراءات المهمة في بناء المقاييس حيث من خلاله يمكن الإشارة الى مدى ملائمة المقياس للصفة أو السمة المراد قياسها وذلك عن طريق المعرفة التحصيلية لنوع الفقرات ومدى ملائمتها ونسبة وضوحها مع ضبط ووضع التعليمات التي تعنى باستخراج الإجابات التي تناسب استجابات عينة البحث وذلك من خلال ما يقره الخبراء والمختصون في هذا المجال حيث أتفق الخبراء على أن هذه الفقرات وطبيعتها صياغتها كانت سهلة وواضحة وأن زمن الإجابة عليها يتلائم مع قدرة المختبر حيث أنها كانت غير مطولة وذلك من خلال نسب اتفاهم والتي كانت (75 % فأكثر) والتي تدل على أن المقياس بجميع فقراتها يتمتعان بعلاقة مقبولة في قياس السمة المراد قياسها.

3-8-3 الموضوعية

عند تحديد اختيار البدائل التي من خلالها يمكن إعطاء الدرجة لكل فقرة بشكل لا يقبل التأويل من خلال المحكمين حيث قام الباحث باستخدام مفتاح تصحيح كان بمثابة دليل موضوعي لإعطاء الدرجة لذا يعد الاختبار موضوعي. "موضوعية الاختبار تعني عدم تأثر الاختبار بتغير المحكمين أو أن الاختبار يعطي نفس النتائج مهما كان القائم بالتحكيم" (6: 152).

3-9 الاختبار دقة التصويب الامامي (7: 171-202).

اسم الاختبار : اختبار التصويب الامامي .

الغرض من الاختبار : قياس المهارة الخاصة للاعب في التصويب الامامي على الهدف . .

الادوات المستخدمة : ملعب كرة سلة، هدف كرة سلة، كرة سلة.

طريقة الاداء : يقوم المختبر بالتهديف على السلة من مكان خارج منطقة الرمية الحرة ومن المنطقة التي تقع على امتداد خط الرمية الحرة وعند تقاطعه مع الدائرة، ويجب تثبيت اشارة في المنطقة المحددة للتهديف.

شروط الاداء:

- من الممكن ان يقوم المختبر بالهدف باليد الواحدة او اليدين معاً بأية طريقة من طرق لتصويب.
- يجب ان يكون التهديف مباشراً الى الهدف دون ان تلمس لوحة الهدف.
- للمختبر (15) محاولة يتم اداؤها في ثلاث مجموعات كل مجموعة خمس رميات .
- يجب ان يتم التصويب من المكان المحدد لذلك.
- يسمح للمختبر قبل بدء الاختبار بأداء بعض الرميات على سبيل التجربة .

التسجيل:

- تحسب درجة واحدة لكل تصويبه يتم فيها لمس الحلقة فقط ولا تدخل الكرة السلة.
- تحسب درجتان لكل تصويبه ناجحة تدخل فيه الكرة السلة.
- لا تحسب درجات عندما تلمس الكرة اللوحة.
- ملاحظة/ يستخدم هذا الاختبار لكلا الجنسين.

3- 10 الدرجات المعيارية للمقياس

1- مقياس الثقة بالنفس : استخراج معامل الالتواء لمعرفة مدى تجانس محتوى المقياس

(الفقرات) لعينة البحث لأن جميع الإجابات وقعت ضمن منحني التوزيع الطبيعي وكما مبين في جدول (5)

الجدول (5)

يبين معامل الالتواء لمقياس الثقة بالنفس للاعبين كرة السلة الشباب

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
الثقة بالنفس	173.4	70.2	172.7	0.029

3 - 11 المستويات المعيارية للمقياس : أن تحديد المستويات المعيارية لمقياسي الثقة بالنفس يحصل من خلال الدرجات المعيارية للمقياس والاعتماد عليها والمستويات، ومن أجل تحديد هذه المستويات فقد استخدمت الباحثة منحني التوزيع الطبيعي لأن هذه التوزيعات قريبة الى مجال التربية الرياضية ولأن هذه السمات أو الصفات تقاس في هذه المجالات لأنها قريبة الى التوزيع الطبيعي ، وقد اختارت الباحثة أن تكون هنالك خمس مستويات لمقياسي الثقة بالنفس .

3- 12 التطبيق النهائي للمقياس : بعد أكمل إجراءات ومتطلبات البناء والتصميم فقد أصبح المقياس جاهز للتطبيق على عينة التطبيق البالغة (50) لاعب، حيث بلغت فقرات مقياس الثقة بالنفس بصورتها النهائية (62) فقرة كما موضح في ملحق (2).

3- 13 التجربة الاستطلاعية : قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية على عينة تكونت من (10) لاعبين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث الاصلي وهم لاعبي الشباب بكرة السلة في محافظة

البصرة الموافق 5 / 3 / 2019 على قاعة البصرة الاولمبية ، وقد حرصت الباحثة على توفير جميع الاجهزة والأدوات التي يحتاجها في التجربة الرئيسية هذا بالإضافة الى توثيق الاختبارات المهارية.

3-14 التجربة الرئيسية

بعد أن تم أعداد الاختبارات المهارية وتهيئتها لتطبيقها على عينة البناء البالغة (60) لاعب للمدة

من 2019/3/24 لغاية 24 / 7 / 2019 ، وقد راعت الباحثة خلال أعداده للاختبارات المهارية الزمن المستغرق لكل اختبار وحساب عدد مرات التهديف الصائبة والخاطئة سعياً لتحقيق الأهداف الأساسية للبحث.

3-15 الوسائل الإحصائية: استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية البرنامج الإحصائي (SPSS – V 21)

4- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

4-1 عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياسي الثقة بالنفس.

جدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياسي الثقة بالنفس وأعلى قيمة وأدنى قيمة

ت	المقياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أعلى قيمة	أدنى قيمة
1	مقياس الثقة بالنفس	173.4	70.2	244	105

4-2 عرض الدرجات الخام والدرجات المعيارية لمقياس الثقة بالنفس.

جدول (7)

يبين الدرجات المعيارية المعدلة لمقياس الثقة بالنفس

ت	الدرجة			ت	الدرجة		
	الخام	الزائفة	التائية		الخام	الزائفة	التائية
1	105	102.529	1.075	26	169	166.529	1.715
2	108	105.529	1.105	27	172	169.529	1.745
3	110	107.529	1.125	28	175	172.529	1.775
4	113	11.529	1.155	29	178	175.529	1.805
5	115	112.529	1.175	30	181	178.529	1.835
6	118	115.529	1.205	31	184	181.529	1.865
7	120	117.529	1.225	32	187	184.529	1.895
8	123	120.529	1.255	33	190	187.529	1.925
9	125	122.529	1.275	34	193	190.529	1.955
10	128	125.529	1.305	35	196	193.529	1.985
11	130	127.529	1.325	36	199	196.529	2.015
12	133	130.529	1.355	37	201	198.529	2.035

2.065	201.529	204	38	1.375	132.529	135	13
2.085	203.529	206	39	1.405	135.529	138	14
2.115	206.529	209	40	1.425	137.529	140	15
2.145	209.529	212	41	1.445	139.529	142	16
2.175	212.529	215	42	1.475	142.529	145	17
2.205	215.529	218	43	1.505	145.529	148	18
2.235	218.529	221	44	1.535	148.529	151	19
2.275	222.529	225	45	1.555	150.529	153	20
2.315	226.529	229	46	1.585	153.529	156	21
2.345	229.529	232	47	1.605	155.529	158	22
2.385	233.529	236	48	1.635	158.529	161	23
2.425	237.529	240	49	1.665	161.529	164	24
2.465	241.529	244	50	1.685	163.529	166	25

4-5 المستويات المعيارية لمقياس الثقة بالنفس.

جدول (8)

يبين المستويات المعيارية والنسب المقررة لها في منحى التوزيع الطبيعي ، والدرجات الخام والدرجات المعيارية المعدلة ، وعدد اللاعبين والنسب المئوية لمقياس الثقة بالنفس

النسب المئوية	عدد اللاعبين	الدرجة المعيارية المعدلة	الدرجات الخام	المستويات
6%	3	2.465 - 2.145	244 - 212	جيد جدا (4.86)
12%	6	2.115 - 1.865	209 - 184	جيد (24.52)
66%	33	1.835 - 1.585	181 - 156	متوسط (40.96)
10%	5	1.555 - 1.325	153 - 130	مقبول (24.52)
6%	3	1.305 - 1.075	128 - 105	ضعيف (4.86)

وتعزو الباحثة سبب ذلك الاختلاف والتباين في حصول أفراد العينة على مستويات مختلفة الى أن

طبيعة فقرات المقياس كانت شاملة بشكل كبير جدا الى جميع الحالات والظروف والمتغيرات التي تلازم اللاعب للاعتناء بثقته بنفسه وهذا يرجع الى أن اللاعبين مختلفين في استخداماتهم اليومية وكيفية التعامل مع الحالات التي يمكن أن ترتقي بالثقة بالنفس الى أعلى المستويات حيث نلاحظ أن الاهتمام والحرص على أحداث عملية توازن وتكيف عالي لطبيعة شخصية اللاعب والتي تلعب دورا كبيرا في عملية الثقة بالنفس. كذلك تعد الثقة بالنفس إحدى العوامل المهمة في نمو بعض سمات الشخصية للاعبين، إذ أن اللاعب الواثق بنفسه يستطيع تحقيق أهدافه بسهولة، وينظر إلى نفسه نظرة إيجابية ويكون مستوى طموحه مرتفعاً في

إنجاز أي هدف يريد تحقيقه، أما بالنسبة إلى اتخاذ القرار، فإن اللاعب الواثق بنفسه يكون مؤمناً بقدراته ويكون قد اتخذ القرار المناسب في الوقت المناسب والمرحلة المناسبة، لقدراته الفعلية والنفسية والجسمية، وبيد الميز من الجهد والمثابرة من أجل تنفيذها وإنجاحها، مما ينعكس عليه بشكل إيجابي وعلى تعزيز ثقته بنفسه، بينما اللاعب غير الواثق من نفسه لا يستطيع اتخاذ القرار بالاعتماد على نفسه إنما يكون متردداً خائفاً مما ينعكس سلباً على أدائه (5: 155-156).

وتتفق الباحثة مع ما أشار إليه خالد محمد الحشوش (2013) بأنه يجب " جمع معلومات كافية ومتنوعة عن الرياضيين تشمل رغباتهم وميولهم واهتماماتهم وذلك من خلال المناقشة معهم ، وملاحظة ودراسة سلوكهم في المواقف المتنوعة ، واستخدام الاختبارات والمقاييس النفسية المناسبة ... ، وأيضاً يهتم المدرب بتنمية ثقة الرياضيين بأنفسهم ومفهومهم لذاتهم ، ويحاول أن يوفر التعزيز المناسب لأداء الرياضيين ويتيح المجال للرياضيين لتحقيق خبرات النجاح التي تزيد من هذه الثقة وتطورها " (1: 50-51).

كما وترى الباحثة بأنه على المدرب أن يتفهم ما يمر به اللاعب ولا يقابل ضعف مستوى اللاعب وإخفاقه بالتأنيب والعتب عليه بل على العكس يجب أن يغرس روح الفريق داخله ومحاولة تخليص اللاعب الذي يميل إلى الانطواء على نفسه من خلال إقامة علاقات اجتماعية مع زملائه والاهتمام بهم وتقوية الثقة معهم محاولاً جعل هذه العلاقات تتسم بالثقة المتبادلة وتقدير بقية اللاعبين اللاعب الذي يشعر دائماً بالتشاؤم والعزلة، وهذا ما يؤكدده عامر سعيد الخيكاني وآخرين (2015) بأن " العلاقات الاجتماعية شرط أساسي لوجود أي نشاط اجتماعي ومن أي نوع ، وهي مهمة في إنجاز الأهداف التي يطمح إليها الأفراد (حتى على المستوى الشخصي) وفي تحقيق الثقة النفسية عن طريق المجالات التي تدعم التفاعل الاجتماعي وتشجع حاجات الانتماء وتأكيد الذات بما يحقق التعاون والترابط داخل الجماعة " (4: 192).

هذا بالإضافة إلى جعل اللاعب يسترخي ذهنياً ونفسياً وان يبعد نفسه عن المثيرات الخارجية لأن التدريب والمنافسة يتطلبان مزيداً من العبء العصبي وزيادة التفكير وقد يستجيب اللاعب مع هذا العبء أما من ناحية إيجابية في تعديل صرف الطاقة التي يبذلها وقدرته على الأداء أو من ناحية سلبية تؤدي إلى خفض مستواه وطاقته البدنية وهذا يؤثر في ظهور السلوك العدواني مع زملائه في الفريق أو الجمهور أو اللاعب المنافس ويكون سبب هذا العدوان وحدثه هو الرغبة الملحة على الفوز أضعافاً لرغبات الإداريين أو المدربين أو الجمهور مما يؤثر على سلوكه وبالتالي يتحول هذا العدوان داخل ساحة الملعب وأصبح السلوك العدواني منتشراً بحيث نجده يحدث في أغلب مباريات كرة السلة. حيث يأتي دور المدرب في السيطرة على الأمر ومحاولة تهدئة لاعبيه وإشاعة السمات المحببة وحث اللاعب على احترام الآخرين وإعطاء درس بالأخلاق الحميدة وضرب الأمثلة بالشخصيات المحترمة في الوسط الرياضي ومالهم من قبول واستحسان من الجميع وزرع ثقة اللاعب بنفسه، وبذلك ساهم المدرب في بناء شخصية اللاعب وأصبح ذو شخصية اجتماعية بالإضافة إلى أن هذا الأسلوب أعطى أمان أكثر وحماية للاعب وجعل اللاعب يفهم تعليمات المدرب بشكلها

الصحيح وأن يفهم اللاعب نفسه ومشاكله وتوضيب إمكانياته ومهاراته لكي يحقق الكمال في شخصيته وعلى اللاعب عدم توجيه الانتقادات الساخرة ومحاولة التقليل من دور المدرب في حال تنفيذ الخطط التي وضعها المدرب والفشل في أتباعها بالشكل المطلوب .

وتتفق الباحثة مع ما أشار إليه عامر سعيد الخيكاني (2015) بأنه " عند تركيز المسؤولين على الفوز فقط وحث اللاعبين عليه وتحميلهم المسؤولية في حالة الفشل يصبح اللاعبون في وضعية متوترة ، فالغاية الوحيدة للعبهم ستكون الفوز وليس الترويح والاستمتاع والمخالطة والثقة بالنفس من خلال إمكانيات اللاعبين المهارية وما الى ذلك من القيم الرائعة وهذا التوتر الذي يسيطر على اللاعبين يمكن بسهولة أن يتحول الى عدوان في ساحة اللعب ليستفز الجماهير المحتشدة ولهذا اصبح السلوك العدواني يحدث في كل مباراة تقريبا "(4:288).

جدول (9)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة R المحسوبة بين الثقة بالنفس ومهارة التصويب الامامي للاعبين كرة الشلة الشباب في المنطقة الجنوبية

المتغيرات	الوسط حسابي	انحراف معياري	قيمة R المحسوبة	Sig	النتيجة
الثقة بالنفس	173.4	70.2	0.73	0.021	معنوي
التصويب الامامي	23.6	2.7			

أما أهم الاستنتاجات فكانت :-

- 1 - توصلت الباحثة الى بناء وتقنين مقياس للثقة بالنفس يكون بمثابة وسائل قياس غير مباشرة تعتمد من قبل المختصين في مجال كرة السلة لتقييم لاعبيهم .
- 2 - أيجاد المعايير (الدرجات والمستويات المعيارية) لمقياس الثقة بالنفس تعتمد لمقارنة الفرد ضمن المجموعة التي ينتمي إليها .
- 3- وجود علاقة ارتباط عالية المعنوية بين الثقة بالنفس ومهارة التصويب الامامي وهذا يعتبر مؤشر لتأثير الجانب النفسي على عملية التهديف.

أما أهم التوصيات فتضمنت الدراسة ما يلي :

- 1 - إمكانية اعتماد المقياس في تقييم التأثير النفسي للاعب اثناء المباراة وأهمية الثقة بالنفس بالنسبة له.
- 2 - التأكيد على الاهتمام بمعرفة العوامل التي تؤثر على الجانب النفسي وتفايدها والعمل على زيادة ثقة اللاعب بنفسه وصولاً منه لتحقيق الهدف المطلوب.
- 3 - إمكانية اعتماد النتائج التي توصلت إليها الباحثة في هذه الدراسة كقاعدة بيانات يمكن استخدامها لتقييم حالة اللاعب النفسية ومعرفة مستوى التقدم الحاصل.

المصادر العربية والأجنبية :

- 1- خالد محمد الحشوش : القلق عند الرياضيين ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، ط 1 ، 2013 ، ص 50- 51 .
 - 2- رجاء محمد أبو العلا : مدخل البحث التربوي ، القاهرة ، مطبعة الأنجلو المصرية ، 1989 ، ص 147.
 - 3- زكريا محمد الظاهر وآخرون : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط 1 ، عمان ، مطابع الأرز ، 1991 ، ص.133 ،
 - 4- عامر سعيد الخيكاني وآخرين : علم النفس الرياضي كتاب منهجي للمرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، ط 1 ، العراق ، النجف الأشرف ، 2015 ، ص192 .
 - 5- كاظم علي هادي الدفاعي : بناء برنامج إرشادي نفسي لتنمية الذات الأكاديمي المهني لدى طلاب كلية التمريض، أطروحة دكتوراه مقدمة إلى جامعة بغداد / كلية الآداب/1993م، ص155-156.
 - 7- محمد صبحي حساتين : القياس والتقويم في التربية الرياضية ، ج 1 ، ط 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2004 ، ص 152 .
 - 6- مؤيد عبد الله جاسم وفائز بشير حموات : كرة السلة، ط2، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1999، ص171-202.
 - 7- وجيه محبوب : التعلم وجدولة التدريب الرياضي، عمان ، دار وائل للنشر، 2001، ص181.
- 8- westermeyer , R,W. : The cognitive model of depression , 1995 , p 1 – 2 .
[http : // .w.w.habitsmart . com / dep.html .](http://.w.w.habitsmart . com / dep.html)

المقياس بالصيغة النهائية

م/ استطلاع رأي الخبراء حول مدى صلاحية الفقرات لمقياس الثقة بالنفس

ت	الفقرات	غالبا	دائما	احيانا	ابدا
1	امتلك القدرة على التكيف مع مواقف اللعب لتحقيق الفوز في المنافسات				
2	ثقتي بنفسي تجعلني افكر بشكل ايجابي				
3	اتمكن من السيطرة على المواقف الصعبة لاني واثق من نفسي				
4	افكر بشكل سلبي لعدم ثقتي بقدراتي				
5	طول قامتي يمثل عامل لدعم ثقتي نفسي				
6	ثقتي بنفسي تزيد من صفة التركيز لدي				
7	اشعر بانني اكثر سيطرة على الكرة كوني استعمل اليد اليسرى				
8	اخشى المباراة مع فريق منافس لديهم لاعبون طويلي القامة				
9	امتلك مهارات تمكني من تحقيق نتائج مرضية				

				بخشى لاعبو الفريق المنافس المحاورة معي كوني استعمل اليد اليسرى باللعب مما يجعلني اكثر ثقة بالنفس	10
				اشعر بعدم الثقة عند مواجهة منافس على درجة عالية من الاستعداد	11
				اشعر بانني مختلف عن اقراني بالأداء لأنني استعمل اليد اليسرى	12
				امتلك قدرة على تنفيذ الخطط بنجاح	13
				اشعر بالتوتر حين اقابل منافس اعسر	14
				لدي ثقة عالية بالنفس في مواجهة اي منافس	15
				استعمالي لليد اليسرى احد اهم الاسباب لتفوقي	16
				طول قامتي يجعلني اكثر نجاح وثقة بالنفس	17
				اشعر بالقلق عندما اصوب الكرة نحو السلة خلال المباراة	18
				تقل قدرتي على التصويب امام منافسين اطول مني قامه	19
				مهاراتي في اللعب تجعلني اكثر سيطرة اثناء المباريات لذلك لا أتأثر ببنيتي الجسدية	20
				استعمالي لليد اليسرى يمنحني قدرة السيطرة على الكرة امام المنافس	21
				استخدامي لكلتا اليدين وبمهارة عالية يجعلني اكثر ثقة بالنفس	22
				اشعر بالهدوء اذا لعبت مع منافس اطول مني قامه	23
				اشعر بالحرج والتوتر حين اشتراكي ببطولة او منافسة لطول قامتي	24
				اشعر بانني عنصر مميز بالفريق لطول قامتي	25
				اخفاقي في السيطرة على اللعب يعود الى طول قامتي	26
				انظر الى المستقبل بمنتهى الثقة	27
				اشعر بانظار المتفرجين تنصب نحوي اثناء المنافسات كوني استعمل اليد اليسرى	28
				اتميز بطول قامه تجعلني اكثر مسؤوليه لتحقيق اكبر عدد من نقاط التصويب	29
				اشعر بانفعال من سخريه الجمهور	30
				احدد اهدافي قبل يوم من المباريات	31
				اشعر بانني الاخطر على الفريق المنافس كوني استعمل اليد الغير السائده في اللعب	32
				اشعر بانني الاخطر على الفريق المنافس لطول قامتي	33
				ابالغ في التفكير بمعوقات طول قامتي مقارنة بزملائي	34
				اشعر بخطأ انضمامي لفريق كرة السلة ولم املك طول مناسب لهذه اللعب	35
				اشعر بالملل من كثرة التدريب لا عوض قصر القامة بإجادة المهارات الاساسية لكرة السلة	36
				اسعى الى الفوز وان كان الفريق المنافس اقوى مني	37
				تكرار الخسارة يجعلني افقد الثقة حتى بفريقي	38
				تشجيع الجمهور للفريق المنافس لا يؤثر على ادائي	39

				لدي القدرة ان اصحح ادائي بعد كل اداء فاشل	40
				اسعى للحصول على لقب البطولات التي اشترك فيها	41
				امتلك شخصية محبوبة بين زملائي	42
				اسعى للحصول على مركز اجتماعي بين الاخرين	43
				اشعر بمسؤولية كبيرة اتجاه فريقي	44
				اترك التدريب بمجرد حدوث سخرية	45
				اتوتر عند الحديث عن طول القامة	46
				يغضبني مزاح زملائي او المنافسين بخصوص كوني استعمل اليد الغير السائدة باللعبة	47
				اهتم بأموري ولا اكثرث لكلام الناقدین	48
				اضخم الاحداث وأبالغ فيها	49
				احاول ان اقنع المدرب ان لا يشركني بالمنافسات	50
				اشعر بالإحراج في حالة عدم نجاح محاولات في التصويب اثناء المنافسات	51
				توتري وعدم سيطرتي على انفعالاتي يخسرني بعض اصدقائي	52
				التصويب لايهمني اكثر من اعتنائي بالأداء المهاري وتنفيذ الخطط بنجاح	53
				اعاني من عدم تعاون زملائي اثناء المنافسات كوني اقصرهم قامة	54
				يتردد زملائي بمناولتي الكرة اثناء المنافسات كوني اقصرهم قامة	55
				غالبا مايقع اللوم علي في اخطاء تطبيق الخطة كوني اعسر	56
				تزداد رغبتني بالفوز حين يسخر البعض من طول قامتي	57
				استسلم بسهولة ولن اكرر التصويب حين الفشل بعد محاولتي اثناء المنافسات	58
				احافظ على تركيزي وهدوئي رغم قلق المدرب وزملائي احيانا	59
				يقلقني وجود اكثر من لاعب قصير القامة بفريقي	60
				اتوتر حين اواجه منافس اعسر	61
				عدم ثقة الفريق بقدراتي يحبط ثقتي بنفسي	62