

## الحرج الموقفي وعلاقتها بأداء بعض المهارات الأساسية في درس الجمناستك الإيقاعي للطالبات

م.م محمد ياسين الزهاوي / جامعة كرميان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة mohammed.yaseen@garmian.edu.krd  
 م.م شنيار برهان نعمت / جامعة سلیمانیه / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة shnaburhan@yahoo.com

قبول البحث : ٢٠٢٠/١/٢٠

استلام البحث : ٢٠٢٠/١/١٤

## المستخلص باللغة العربية

الحرج الموقفي كونه أحد ظواهر النفسية التي تؤثر على أداء المهارات في كافة الأنشطة الرياضية فهدفت الدراسة الى معرفة حالات الحرج الموقفي و علاقته أداء بعض المهارات الأساسية في درس الجمناستك الإيقاعي ، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته مع مشكلة البحث ، فقد اشتمل مجتمع البحث طالبات مرحلة الثانية من كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية / خانقين وتم اختيار عينة عشوائياً من طالبات مرحلة ثانية وبالغ عددهن (٧) طالبة ، واستنتج الباحثان أن طالبات لديهم درجة عالية من مستوى الحرج الموقفي و يؤدي ارتفاع مستوى حالة الحرج الى انخفاض مستوى أداء المهارات .  
**الكلمات المفتاحية** ( الحرج الموقفي , المهارات الأساسية , الجمناستك الإيقاعي ) .

## Abstract

***Situational embarrassment cases and their relationship to the performance of some basic skills in the rhythmic gymnastics lesson for female students***

2019

*Situational embarrassment as one of the psychological phenomena that affect the performance of skills in all sports activities. The study aimed to know the situations of situational embarrassment and its relationship to the performance of some basic skills in studying rhythmic gymnastics, and the researchers used the descriptive approach to its suitability with the research problem, the research community included students of the second stage of The College of Physical Education and Sports Science / Khanaqin, a sample was randomly selected from (2) female students of a second stage, and the researchers concluded that students have a high degree of attitudinal critical level and the high level of critical condition leads to a low level of skill performance .*

**Key words** (situational embarrassment, basic skills, rhythmic gymnastics).

## ١- المقدمة

العامل النفسي لها تأثير مباشر في أداء الفرد الرياضي لهذا نلاحظ الاهتمام بالاعداد النفسي من قبل التدريسين و المدرسين بشكل أكبر لنجاح عملية التعلم والتدريب ، ونجد بعض من طالبات يواجهون مواقف محرجة عند تعلمهم كثير من المهارات الجمناستك الإيقاعي التي يتطلب أداء بشكل متكامل ومنها الحرج التي يؤثر على أداء ويعرفه (الأنصاري) باعتباره خبرة أو استجابة ذاتية تنصب على الشعور بعدم الارتياح والاستثارة الداخلية والقلق للذات والتردد والحياء في حضور الآخرين، ويظهر مع هذه الحالة بعض التغيرات الفسيولوجية مثل، إفراز العرق، وارتعاش الأطراف ونتيجة هذه التغيرات يحدث خلل من تعلم المهارة بشكل جيد ويؤدي الى انخفاض مستوى الطالبة ويتسم الحرج بإحساسات تحول دون إشباع الفرد لحاجاته وسلوك تعبيرية معين ، كمقاومة أو تجنب مواقف الاقتراب، والتفاعل مع الآخرين إذ لا يمكنه الابتعاد عن مراقبة الآخرين له، وينزع الحرج إلى الظهور فجأة ويصعب التحكم فيه إلى حد معين ، ومن هنا تبرز أهمية الدراسة لتعرف على الحرج الموقفي وعلاقته بأداء بعض مهارات لتجنب هذه المشكلة لدى طالبات .

اما مشكلة البحث من خلال متابعة الباحثان لدرس الجمناستك الإيقاعي لاحظوا أن الطالبات يتعرضون الى بعض المواقف القلق وتردد وخوف يولد الحرج لديهن مما يجبرن على أداء أمام زملاء الدراسة و المدرسات وهذا يؤثر سلباً على مهارات

في قاعة الدراسة لذا ارتأ الباحثان قياس حرج لدى طالبات لتجنب حالات الحرج أثناء قيامهن بأداء المهارات لغرض نجاح عملية التدريس .

ويذكر (بان عدنان, ٢٠١٢) في دراسته التي استخدمت المنهج الوصفي لملائمته مشكلة البحث وعلى عينة من طالبات مرحلة الثانية جامعة بغداد كلية التربية الرياضية و أظهرت النتائج، إن ارتفاع مستوى حرج الموقف، يؤدي إلى انخفاض نتائج الطالبات في الدرجة الخلفية على عارضة التوازن، ومهارة نصف دورة أمامية على العارضة العليا للمتوازي، والهبوط إلى العارضة السفلى .

اما في دراسة (محمود كاظم التميمي ٢٠٠٩) التي استخدمت منهج الوصفي لملائمة طبيعة مشكلة البحث على عينة من طلاب كلية التربية جامعة المستنصرية وأظهرت النتائج معاناة طلبة كلية التربية بدرجة عالية من إحراج الموقف .

### ٢- الغرض من الدراسة:

هو التعرف على حالات الحرج الموقفي في درس الجمناستيك الايقاعي لدى طالبات , التعرف على نوع العلاقة بين حالات الحرج الموقفي وأداء بعض المهارات الاساسية لدى عينة البحث .

واما فرض البحث هو هناك علاقة ذات الدلالة الاحصائية بين حالات الحرج الموقفي وأداء بعض المهارات الاساسية في درس الجمناستيك الايقاعي لدى طالبات .

### ٣- الطريقة والإجراءات:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمة طبيعة البحث . و اشتملت مجتمع البحث طالبات المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية والعلوم الرياضية /خانقين للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) وبالمعنى عدد (٩) طالبة ، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وتكونت من (٧) طالبة ونسبتهم ( ٧٧ % ) من عدد كلي لمجتمع البحث .

### ٣-١ استمارة الحرج الموقفي (شنيار , ١٤٤) :-

تم استخدام المقياس الحرج الموقفي التي قامت بينائه ( شنيار برهان نعمت ) ، تتكون المقياس من (٤٢) فقرة ، منها (١٧) فقرة الايجابية و(٢٥) فقرة السلبية ، وكانت الاجابة عليه وفق أربع بدائل هي( تنطبق علي تماما، تنطبق علي بشكل كبير، تنطبق علي الى حد ما، لا تنطبق علي ) وتعطى أوزان الدرجات ( ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١ ) لل فقرات الايجابية و ( ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ) لل فقرات السلبية ، وأعلى درجة للمقياس يكون (١٦٨) وأدنى درجة يكون (٤٢) وكلما درجة أكثر يدل على حرج موقفي عالي والعكس صحيح .

### ٣-٢ مهارات الأساسية بالجمناستيك الإيقاعي قيد الدراسة

تم إختيار المهارات المدروسة من قبل الطالبات ، وهي :

- مهارة القطة

- مهارة المقص

- مهارة لمس القدم أمامي

- التقاطع

- مشي فالس

بعد تصوير المهارات تم تقييم أداء من قبل المدرسين على (١٠) درجات ملحق (١) .

### ٣-٣ التجربة الاستطلاعية

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على (٢) طالبة من طالبات المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية والعلوم الرياضية بتاريخ ٢٠١٩/١٢/٢ في تمام ساعة (١٠) صباحاً وتم استبعادهن من التجربة الرئيسية ، والهدف من هذه التجربة :

- وضوح استمارة لدى الطالبات .

- وقت المستغرق لإجابة استمارة من قبل الطالبات .

### ٣-٤ التجربة الرئيسية

تم إجراء التجربة الرئيسية على (٧) طالبة من طالبات المرحلة الثانية بكلية التربية البدنية والعلوم الرياضية بتاريخ ٢٠١٩/١٢/٩ في تمام ساعة (١٠:٣٠) صباحاً ، استخدم الباحثون برنامج الألكتروني ( spss ) لإستخراج نتائج البحث .

### ٤- عرض ومناقشة النتائج:

#### ٤-١ عرض النتائج:

جدول (١) يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري للحرج الموقفي لدى طالبات

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الحرج الموقفي	١٢٠,٤٢	١٠,٤٣

جدول (٢) يبين الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ( ر ) المحسوبة للخرج الموقفي مع مهارة القطة

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	( ر ) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع العلاقة
الخرج الموقفي	١٢٠,٤٢	١٠,٤٣	٠,٧٤٨	٠,٠٥٣	معنوي
مهارة القطة	٥,٢٨	١,١١			

جدول (٣) يبين الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ( ر ) المحسوبة للخرج الموقفي مع مهارة المقص

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	( ر ) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع العلاقة
الخرج الموقفي	١٢٠,٤٢	١٠,٤٣	٠,٩٠٧	٠,٠٠٥	معنوي
مهارة المقص	٦,٤٢	٠,٧٨			

جدول (٤) يبين الوسط الحسابي و انحراف المعياري و ( ر ) المحسوبة للخرج الموقفي مع مهارة لمس القدم

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	( ر ) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع العلاقة
الخرج الموقفي	١٢٠,٤٢	١٠,٤٣	٠,٧٨٥	٠,٠٣٦	معنوي
مهارة لمس القدم	٦,١٤	١,٠٦			

جدول (٥) يبين الوسط الحسابي و انحراف المعياري و ( ر ) المحسوبة للخرج الموقفي مع مهارة التقاطع

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	( ر ) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع العلاقة
الخرج الموقفي	١٢٠,٤٢	١٠,٤٣	٠,٧٧٧	٠,٠٤٠	معنوي
مهارة التقاطع	٥,٥٧	٠,٧٨			

جدول (٦) يبين الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و ( ر ) المحسوبة للخرج الموقفي مع مهارة مشي فالس

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	( ر ) المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع العلاقة
الخرج الموقفي	١٢٠,٤٢	١٠,٤٣	٠,٧٧٩	٠,٠٣٩	معنوي
مهارة مشي فالس	٦,٤٢	١,٥١			

## ٤-٢ مناقشة النتائج

من خلال عرض وتحليل النتائج وحسب ما هو موضوع في الجدول رقم (١) فقد ظهرت النتائج للباحثان ان ارتفاع المستوى الوسط الحسابي لحالة (الخرج الموقفي) يرجع الى قلة ثقة بالنفس لدى طالبة أي أنه " عندما تقل الثقة في النفس لدى الإنسان نجده مترددا وغير شجاع ويعاني الخوف " (اسماعيل, ١٦٠) ، وان رغبة مستوى جيد لطالبة ولكن ليس لديها إمكانية أداء بشكل مطلوب بسبب قلة الثقة ويظهر حالة الخرج لديها وتؤثر على أدائها للمهارة .

وبالنسبة للارتباط بين الخرج والمهارات قيد البحث ظهر النتائج أن وجود علاقة معنوية عكسية بين الخرج الموقفي وكافة المهارات قيد الدراسة ونعزو سبب ذلك الى ان يشعرون بالخجل اكثر اذا فشلن امام المدرسين و زميلاتهن في اداء الحركة وهذا ما يجعلهن اكثر قلقا و مترددات عن اداء الحركات وبالأخير يشعرون بالإحراج وتشير (بان عدنان) " بأن الخرج مرتبط بالمواقف التي تعوق الفرد عن إبراز الصورة التي يرغب في الظهور بها أمام الآخرين ويعد الخرج أحد ظواهر الخجل التي تتدرج تحت القلق الاجتماعي ، إذ إن الأفراد أصحاب القلق الاجتماعي المرتفع غالباً ما يشعرون بالخرج أو الارتباك، والذي يؤثر بدوره في كيفية إدراكهم ومستوى تقديرهم للإحداث ولردود أفعال الآخرين مما يؤدي إلى شكوك كثيرة لديهم عند تعاملهم مع الآخرين" (بان , ٤٧) .

## ٥- الاستنتاجات والتوصيات

## ١-٥ الاستنتاجات

- الأرتفاع مستوى الخرج الموقفي لدى عينة البحث .
- تمتع طالبات بمستوى متوسط وفوق المتوسط في أداء المهارات قيد الدراسة .
- أظهرت النتائج أن ارتفاع الخرج الموقفي يؤثر سلباً في أداء المهارات وينخفض مستوى الطالبات .

## - المصادر

١. إسماعيل عبدالفتاح عبدالكافي ؛ اختبارات الذكاء والشخصية، (مركز الاسكندرية للكتاب ، مصر، ٢٠٠٥) .
  ٢. بان عدنان محمد أمين ؛ حرج الموقف، وعلاقته بأداء بعض المهارات الأساس في الجمناستك الفني للنساء ، بحث منشور ( مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، المجلد ٢٦ ، عدد ٢ ، ٢٠١٢ ) .
  ٣. بان عدنان محمد: الأسلوبان الامري والتدريبي لذوي الحرج الموقفي وتأثيرهما في تعلم بعض المهارات الاساسية بعارضة التوازن والاحتفاظ بها في الجمناستك الفني، (اطروحة دكتوراه منشورة ،كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٧) .
  ٤. بدر محمد الأنصاري ؛ المرجع في مقاييس الشخصية : ( دار الكتاب الحديث ، مصر العربية ، القاهرة ، ٢٠٠٢) .
  ٥. شنيار برهان نعمت ؛ تأثير استخدام أسلوبى التعلم التعاوني والمدمج في الحرج الموقفي وتعلم أداء بعض المهارات والاحتفاظ بهما في درس الجمناستك الإيقاعي ، (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة السليمانية ، ٢٠١٧) .
  ٦. محمود كاظم محمود ؛ الإحراج الموقفي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة كلية التربية الرياضية الجامعة المستنصرية ، ( مجلة العلوم النفسية ، عدد ١٤ ، ٢٠٠٩ ) .
- 7-Capuche, w.r.metts. S. & Hazleton. V. (1999) coping with embarrassing predicaments, Remedial strategies and their perceived utility. (journal of language and social psychology5).
- 8-Mary,c, lamina, (2011); intense emotion and strong feeling, (desember,19,2011).
- 9-http.en.benessere.com.

## ملحق (١) اسماء سادة المقيمتات

ت	الاسم	الجامعة
١	أ.د اميرة عبدالواحد منير	كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية/ جامعة بغداد
٢	ا.م.د فيان عبدالكريم	كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية/ جامعة السليمانية
٣	م.د كاني حميد محمد	كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية/ جامعة السليمانية
٤	م.م شارا نوري بهاالدين	كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية/ جامعة السليمانية
٥	م.م شاليا ريبوار محمد امين	كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية/ جامعة السليمانية