

التنبؤ بالإنجاز بدلالة الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) والتحكم الانفعالي للاعبين بعض فعاليات الساحة والميدان

أ.د. عامر سعيد

ج. اسم /العراق. جامعة بابل. كلية التربية الرياضية

م.د. محمد حاتم عبد الزهرة/ العراق. جامعة القادسية . كلية التربية الرياضية

Mohammed_72@yahoo.com

الملخص

قام الباحثان بإجراء هذا البحث للتعرف على واقع الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) لدى لاعبي الساحة والميدان والفروقات بين اللاعبين من حيث الأسلوب المعرفي حسب نوع الفعالية، فضلاً عن التنبؤ بالإنجاز الرياضي من خلال الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) للاعبين لتحقيق ذلك أفترض الباحثان، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي الساحة والميدان من حيث (الاركاظ - القفز - الرمي) بالأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) ووجود علاقة ارتباط بين الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) والإنجاز لدى لاعبي الساحة والميدان وكذلك معرفة علاقة الأسلوب المفضل بعملية التحكم الانفعالي للاعب وتحقيق الانجاز المطلوب في الفعالية. ولتحقيق اهداف البحث اجري البحث على عينة مكونة من لاعبي أندية الساحة والميدان فئة المتقدمين المشاركين في بطولة أندية العراق للموسم 2014 باستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي (بأساليب المسح والعلاقات الارتباطية) ولأجل ذلك قام الباحثان ببناء مقياس التحكم الانفعالي وإعداد الاختبار والمقياس الخاص بالأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) لدى لاعبي الساحة والميدان متبعا الخطوات العلمية الضرورية لبناء المقاييس وبانتهاء هذه الاجراءات كان لدينا مقياس لكل من (التحكم الانفعالي) بمقدار (43) فقرة ومقياس للأسلوب المعرفي

(التحليلي - الشمولي) بمقدار (15) فقرة وبعد ان اصبح المقياسان جاهزان تم تطبيقهما على عينة البحث وعولجت البيانات احصائيا، وبذلك وصل الباحثان الى الاستنتاجات التالية :

1- أن هناك تباين في الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) الذي يفضله لاعبي الساحة والميدان في مختلف الفعاليات.

أما أهم التوصيات فكانت:

1- اجراء دورات إرشادية لزيادة القدرة على التحكم الانفعالي لدى بعض اللاعبين الذين يمتازون بالضعف في هذا الجانب.

الكلمات المفتاحية : التنبؤ بالإنجاز ، الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) ، التحكم الانفعالي

Prediction of accomplishment in terms of cognitive method (analytical - comprehensive) and the emotional control among the players
of some arena and playground events

Prof. Amer Saeed Jasim / Iraq. University of Babylon. Faculty of Physical Education

MD Mohammed Hatem Abdul-Zahra / Iraq. University of Qadisiyah. Faculty of Physical Education

Mohammed_72@yahoo.com

Abstract

The researchers conducted this research to get to know the reality of cognitive method (analytical - comprehensive) among the players of some arena and playground events and the differences between the players in terms of cognitive method according to the type of effectiveness, as well as the prediction of accomplishment sport through cognitive method (analytical - comprehensive) for the players. In order to do that, the researchers supposed that there were significant statistical differences between the players of the arena and playground in terms of (running - jump - throwing) with cognitive method (analytical - comprehensive) and there was a correlation between the cognitive method (analytical - comprehensive) and the achievement of the players of the arena and playground. Additionally, it was known the relationship between the preferred method of emotional control of the player process and to achieve the required achievement in efficiency. To achieve the research objectives, the researcher examined a sample of players from the arena clubs and the playground clubs, who were participating in Iraq Clubs Championship season in 2014 using descriptive approach with survey method (questionnaire method and correlations) and for that, the researchers built the emotional control scale and prepare special test your style cognitive measure (analytical - comprehensive) for the players of arena and playground by following the standards necessary scientific steps and by the end of these procedures, the researchers had a scale for each of the (emotional control) by (43) items and scales for the cognitive method (Analytical - comprehensive) by (15) items after the two scales were ready, they were applied to the sample and the data were analyzed statistically, so the researchers came to the following conclusions:

1. There was a variation in the cognitive method (analytical - comprehensive) favored by players of arena and playground in the various events .

The most important recommendations were:

1. Establishing guidance courses to increase the ability of emotional control among some players who are characterized by weakness in this aspect.

Keywords: prediction of accomplishment, cognitive method (Althalila - comprehensive), emotional control.

1- المقدمة

"تعد الأساليب المعرفية من المفاهيم المهمة في علم النفس وذلك لارتباطها بمشاعر الأفراد وسلوكهم في المواقف المختلفة، وعن طريق هذه الأساليب المعرفية يمكننا التنبؤ بدرجة معقولة الدقة بنوع السلوك الذي يمكن أن يقوم به الأفراد الذين يختلفون في أساليبهم المعرفية في أثناء مواجهتهم لمواقف الحياة المحتفلة" (مسلم، 2007، ص14)

ولأن كل فرد منظومة من العمليات المعرفية التي تعد بمثابة أنشطة أو وظائف للمخ، فإن لكل عملية معرفية أسلوباً معرفياً خاصاً بها وهو أسلوب الاستجابة الذي يتصف به سلوك الفرد في تناوله للعمليات المعرفية وفعاليات الساحة والميدان واحدة من التي تعتمد على العمليات المعرفية والنفسية والعقلية، وتعد ألعاب القوى الرياضة الطبيعية المتميزة، لما تتضمنه من أنظمة متكاملة للإعداد البدني، وإشباع الرغبات الحركية الأساسية عند الفرد المتعلم والمتدرب بصورة موضوعية تنظمها مجموعة من القوانين الطبيعية. كما تعد ألعاب القوى نشاطاً بدنياً تنافسياً يتضمن مسابقات منفصلة عدة تتأسس على الحركات الطبيعية يؤديها الإنسان (كالركض - الوثب - الرمي). ومن المعروف أن فعاليات الساحة والميدان يتعامل فيها اللاعبون مع زمن ومسافة والتي تعد مشكله يعمل على حلها كل لاعب وفقاً للمعلومات التي حصل عليها من عمليات التدريب وطريقة المنافسة وهذه الحلول قد تكون ملائمة أو غير ملائمة للموقف ، وهذه الحلول تتأثر بالأسلوب المعرفي المفضل للاعب وهذا ما أكدته العديد من الدراسات بأن الأساليب المعرفية لها علاقة معنوية بحل المشكلات ، وهنا تكمن أهمية البحث في التعرف على الأسلوب المفضل للاعب الساحة والميدان في العراق في تفضيل أي من الأساليب المعرفية قيد الدراسة وكذلك معرفة علاقة الأسلوب المفضل بعملية التحكم الانفعالي للاعب وتحقيق الانجاز المطلوب في الفعالية .

وأشارت الدراسات والبحوث إلى أن الجانب المعرفي يؤثر في سلوك وبناء شخصية الأفراد وفي تفكيرهم وفي قدراتهم على مواجهة المواقف أو المتغيرات التي تفرزها البيئة المحيطة بهم.

وأثناء الاشتراك في المنافسة يحتاج الفرد الرياضي لإعادة أترانه النفسي وتكيفه لتخلق لديه الوسيلة لاستيعاب المواقف والتفاعل معها بنجاح فيأخذ أسلوباً لحل تلك المواقف التي يواجهها أثناء المنافسة وهذا الأسلوب يختلف من شخص الى اخر بما ينعكس على تصرف اللاعب وقراراته في المنافسة. وعليه فإن تحديد الأساليب المعرفية لدى لاعبي الساحة والميدان قد

تمكننا من معرفة الكثير من خصائصهم الشخصية من حيث الأسلوب المعرفي لدى اللاعب وفق كل فعالية وهذا يساعد المعنيين في مجال التدريب على توفير ظروف تدريبية أفضل لهم، فضلاً عن أن معرفة الأسلوب الذي يتبعه الأفراد ومميزات كل أسلوب تساعد على التنبؤ في أثناء تفاعلهم مع مواقف الحياة المتشابهة والقدرة على دراسة التنبؤ بالإنجاز الرياضي من خلال الأسلوب المعرفي للاعبين والتحكم الانفعالي. ويهدف البحث الى

1- بناء مقياس التحكم الانفعالي لدى لاعبي الساحة والميدان وإعداد المقياس الخاص بالأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) لدى لاعبي الساحة والميدان.

2- التعرف على الفعاليات التي يمتاز لاعبوها بالأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي).

3- التنبؤ بالإنجاز بدلالة الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) والتحكم الانفعالي لدى لاعبي الساحة والميدان.

2- اجراءات البحث :

1-2 منهج البحث :

المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي (بأساليب المسح والعلاقات الارتباطية والدراسات التنبؤية) لملائمته وطبيعة البحث.

2-2 مجتمع وعينة البحث :

1-2-2 مجتمع البحث :

بمساعدة الاتحاد المركزي لألعاب القوى، تم تحديد مجتمع البحث متمثلاً بلاعبي أندية الساحة والميدان فئة (المتقدمين) المشاركين في بطولة أندية العراق والمقامة على ملاعب كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد للفترة من 27-28-29/3/2014 وكان منهاج البطولة لمدة ثلاث أيام، وكان عدد الأندية المشاركة (85) نادياً وعدد الأفراد الذين يمثلون المجتمع (217) لاعب.

2-2-2 عينة البحث :

اشتملت عينة البحث على الاتي:

1-2-2-2 عينة التجربة الاستطلاعية:

وبلغ عدد أفرادها (10) لاعبين تم اختيارهم بصورة عشوائية من الأندية التي اشتمل عليها مجتمع البحث وبواقع (5) لاعبين كل من ناديي (النجم - السماوة).

2-2-2-2 عينة البناء والتقنين:

وبلغ عددها (100) لاعباً وبنسبة (46%) من المجتمع الأصل لاعباً يتوزعون على الأندية التي تضمنها مجتمع البحث وبواقع (30) لاعباً من كل من نادي النجم وندية البصرة

و(15) لاعباً من نادي الكوت و(8) لاعب من نادي السماوة والشرطة و(9) لاعباً من نادي الجيش وكما مبين في الجدول (1) أدناه.

جدول (1)

يبين توزيع عينة البناء والتقنين

ت	النادي	العينة الاستطلاعية	نسبتها	عينة البناء	نسبتها	العينة الأساسية	نسبتها
1	اندية البصرة	-	%4.6	30	%46	138	%63
2	اندية النجف	5		30			
3	الكوت	-		15			
4	السماوة	5		8			
5	الجيش	-		9			
6	الشرطة	-		8			

2-2-3 مجتمع وعينة التطبيق :

تحدد بلاعبي الأندية المشاركين ببطولة أندية العراق لفعاليات الساحة والميدان وقد اشتملت عينة البحث التطبيق على (138) لاعباً يتوزعون وفق الفعاليات التالية والتي توزعت بين فعاليات الوثب والقفز والاركاظ (القصيرة - الطويلة) وقد تم استبعاد الفعاليات التالية (100×4م و400×4م تتابع - رمي النقل - 5000م - رمي القرص - العشاري - العالي) من قبل الباحثان لعدم تقديم الاستثمارات على اللاعبين في بعضها وبذلك أصبح عدد اللاعبين (138) الذين يمثلون عينة التطبيق مع استبعاد اللاعبين في الفعاليات التي تم الإشارة إليها لعدم توزيع الاستثمارات.

2-3 الأدوات والأجهزة والوسائل المساعدة:

- المقابلة.
- الاستبيان.
- قرطاسية.
- لابتوب نوع Dell

- فريق العمل المساعد.

2-4 إجراءات البحث الميدانية للمقياس: -

لغرض تحقيق الهدف الأول من البحث وهو أعداد مقياس الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) ومقياس التحكم الانفعالي لدى لاعبي الساحة والميدان اتبع الباحثان الخطوات التالية :-

2-4-1 تحديد الظاهرة المدروسة:

أن الظاهرة التي يهدف البحث لقياسها هي اعداد مقياس الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) لدى لاعبي الساحة والميدان.

2-4-2 إجراءات اعداد مقياس الأسلوب المعرفي (المجازفة - الحذر) قيد الدراسة :

لجأ الباحثان الى أعداد فقرات المقياس من خلال الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة ومنها دراسة (نورس كريم عبيد) أذ اعد الباحثان فقرات عددها (20 فقرة) وقام الباحثان بتعديل المقياس بشكل يجعله ملائم ومشكلة البحث وذلك عن طريق إعادة كتابة بعض فقراته بشكل يتلائم مع طبيعة الفعالية المدروسة.

2-4-3 صلاحية الفقرات :

بعد أعداد فقرات مقياس الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) لجأ الباحثان إلى وضعها في استمارة استبيان وعرضها على الخبراء والمختصين في مجال (علم النفس - علم النفس الرياضي - علم النفس المعرفي)، وبعد تحليل استجابات المختصين (الملحق 1) ومعالجتها إحصائياً باستخدام (كا²) تم استبعاد (4) فقرة لأن قيمتها المحسوبة كانت أقل من القيمة الجدولية البالغة (3,84) عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0,05) وتجدر الإشارة إلى أنه قد تم الأخذ بجميع الملاحظات التي أبدتها المختصون والمتعلقة بصياغة بعض الفقرات.

من أجل أن تكتمل صورة المقياس بغية التمكن من تطبيقه على عينة البحث تم إعداد تعليمات المقياس وقد حددت التعليمات طريقة الإجابة عن فقرات المقياس حيث أصبح المقياس بصيغته الأولية يتكون من (16) فقرة بعد أن تم استبعاد الفقرات التي لم تحصل على موافقة الخبراء.

2-4-4 التجربة الاستطلاعية :

وبلغ عدد أفرادها (20) لاعبين تم اختيارهم بصورة عشوائية من الأندية التي اشتمل عليها مجتمع البحث وبواقع (10) لاعبين من أندية (البصرة-النجف) وكان الهدف من هذه التجربة

هو معرفة مدى وضوح فقرات الاختبار لدى اللاعبين وكذلك وضوح التعليمات ومعرفة الوقت المستغرق للإجابة على الاختبار.

2-4-5 التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الأساليب المعرفية :

قام الباحثان بالتحليل الإحصائي للفقرات إذ تم حساب القوة التمييزية والاتساق الداخلي وتم ذلك من خلال:

أ- إيجاد المجموعتان الطرفيتان.

بعد استخراج القيمة التمييزية لمقياس الأسلوب المعرفي كانت جميعها متميزة.

ب- الاتساق الداخلي:

لغرض تحديد مدى التجانس بين الفقرات لقياس ما وضعت من اجله استخدم الباحثان معامل الاتساق الداخلي من خلال إيجاد علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وأستبعد الباحثان فقرة (1) وبالتالي تكون المقياس من (15) فقرة.

2-4-6 إعداد تعليمات مقياس الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي)

تم اعداد التعليمات الخاصة بالمقياس التي توضح للمختبر كيفية الإجابة عن فقراته، وقد روعي في اعداد هذه التعليمات ان تكون واضحة وسهلة الفهم ولزيادة الوضوح فقد تضمنت التعليمات مثال خاص عن كيفية الإجابة عن فقرات المقياس، وأشار في التعليمات الى انه ليس هناك إجابة صحيحة وإجابة خاطئة بقدر ما تعبر عن رأيهم، كما طلب من المستجيبين ضرورة الإجابة عن جميع فقرات المقياس بكل صراحة ودقة وان إجاباتهم لأغراض البحث العلمي فقط وأن ذكر الاسم للاعب والنادي يكون من أجل الحصول على الانجاز فقط وقد وضعت تعليمات الإجابة على المقياس من دون الإشارة الى اسم المقياس صراحة (ينظر الملحق 2)، اذ يشير كرونباخ الى ان التسمية الصريحة لمثل هذه المقاييس قد تدفع المستجيب الى تزييف الإجابة او الامتناع عن الإجابة الدقيقة (Cronbach & Gleser , 1970 : 40)

2-4-7 نتائج التصحيح :

أعتمد الباحثان صياغة الفقرات بطريقة الاختيار الاجباري ذات البديلين بحيث تتكون كل فقرة من سؤال يحتوي على إجابتين مثلاً إجابة تختص بالبعد (التحليلي) وتأخذ الرقم (1) وأخرى بالبعد (الشمولي) وتأخذ الرقم (0) حيث أوضح باسك "على أن أعداد الفقرات على شكل مواقف ذات اختيار إجباري تجبر المستجيب على إظهار بعدي الأسلوب المعرفي المطلوب

قياسه من ناحية ولأن المفحوص إذا أستخدم بعدا معرفي معيناً، فإنه سوف يستثني البعد الآخر من ذلك الأسلوب من ناحية أخرى " (الكناني، 1979، ص75)

2-5 الاسس العلمية للمقياس:

تم أجراء الأسس العلمية للمقياس من خلال الاجراءات التالية:

- 1- صدق المقياس.
- 2- الصدق الظاهري.
- 3- صدق البناء وتم ذلك من خلال (أسلوب المجموعات المتطرفة-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس-علاقة المجال بالدرجة الكلية للمقياس).
- 4- الثبات وقد استخرج الباحثان ثبات المقياس بطريقتين هما (كبودر 20- طريقة التجزئة النصفية)

3-6 التجربة الرئيسية :

بعد إنهاء خطوات إعداد فقرات المقياس المعرفي (التحليلي- الشمولي) وأجراء التجربة الاستطلاعية قام الباحثان بأجراء التجربة الرئيسية من خلال توزيع الاستمارات الخاصة بالمقاييس على لاعبي أندية الساحة والميدان المشاركين في بطولة أندية العراق.

2-7 بناء مقياس التحكم الانفعالي :

2-7-1 تحديد الظاهرة المدروسة :

أن الظاهرة التي يهدف البحث لقياسها هي التحكم الانفعالي لدى لاعبي الساحة والميدان.

2-7-2 تحديد الغرض من الدراسة :

فأن الغرض من البحث الحالي يتطلب بناء مقياس نفسي للتحكم الانفعالي لدى لاعبي الساحة والميدان يمكن الباحثان من خلاله معرفة هذه الظاهرة لديهم للتنبؤ بإنجازهم.

2-7-3 تحديد مجالات المقياس:

لبناء المقياس لابد من تحديد المجالات التي لابد أن يتكون منها المقياس لذا قام الباحثان بتصميم استمارة استبيان للتعرف أهم المجالات المؤثرة في التحكم الانفعالي لدى لاعبي

الساحة والميدان وتم عرضها على الخبراء والمختصين مع تعريف لكل مجال، إذ تضمن الاستبيان خمسة مجالات وهي الآتي:

1- الاتزان الانفعالي.

2- قابلية للاستثارة

3- الثقة بالنفس.

4- الدافعية.

5- التحكم بالتوتر.

مع ملاحظة للخبير فيما إذا كان يترأى إضافة مجال آخر يعتقد انه مهم، وبعد جمع الاستبيان تبين بان المجالات المعروضة في الاستبيان هي المجالات التي تسهم في أبرز التحكم الانفعالي لدى لاعبي الساحة والميدان.

وقد أخذ الباحثان بالملاحظات المهمة التي أبداهما السادة الخبراء والمختصين في صلاحية او عدم صلاحية تلك المجالات ولتحليل آراء السادة الخبراء والمختصين إحصائياً استعمل الباحثان اختيار (كا²) لبيان اتفاقهم حول مجالات المقياس وبعد جمع استمارات الاستبيان وتحديد المجالات فقد عمل الباحثان على تحديد الفقرات لكل مجال من مجالات المقياس بالاعتماد على التعريف النظري لكل مجال من مجالات المقياس وعرضها على الخبراء والمختصين وذلك لغرض تحديد أي الفقرات تصلح أو لا تصلح وبذلك فقد اعد الباحثان فقرات المقياس بشكل أولي وكان عددها (43) فقرة وذلك من خلال اعتماد الباحثان على مقاييس سابقة منها دراسة

(سلمان عكاب) بالنسبة لفقرات مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس الدكتور (محمد حسن علاوي) وهي على شقين باتجاه البعد وعكس اتجاه البعد لبعض المجالات.

2-7-4 صلاحية فقرات المقياس:

لمعرفة صلاحية فقرات كل مجال من مجالات الدراسة، أعد الباحثان استمارة استبيان تضمنت تعريف اجرائي لكل مجال من مجالات الدراسة والفقرات الخاصة به مع بيان ميزان تقدير خماسي من البدائل (تنطبق علي تماماً- تنطبق علي كثيراً- تنطبق علي أحياناً - تنطبق علي قليلاً- لا تنطبق علي إطلاقاً) للإجابة عن الفقرات واعطيت الدرجات (1، 2، 3، 4، 5) لهذه البدائل على التوالي للفقرات الايجابية والدرجات (1.2.3.4.5) للفقرات السلبية.

وتم عرضها على (12) خبير ومختص (ملحق 3). في اختصاص علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي إذ تعد صلاحية الفقرات من المتطلبات الأساسية لبناء المقاييس، وتقدر هذه الصلاحية بآراء مجموعة من الخبراء والمتخصصين (فان دالين, 1985, 447)، وبعد جمع آراء الخبراء على فقرات المقياس فقد تم استخدام اختبار كا² لعينة واحدة، وعدت كل فقرة صالحة عندما تكون قيمة (كا²) المحسوبة أعلى من الجدولية (3,84) عند درجة حرية (1) مستوى (0,05)، وبذلك تبين بان الفقرات (43) فقرة وبدائلها المعروضة في صيغتها الأولية صالحة لقياس التحكم الانفعالي وحقت دلالة معنوية نتيجة كبر قيمتها المحسوبة عن القيمة الجدولية لـ (كا²) ، وبعد إتباع آراء الخبراء والمختصين حول الفقرات المقترحة، أعتمد الباحثان ما اتفق عليه أغلب الخبراء في إعادة صياغة بعض الفقرات.

2-7-5 إعداد تعليمات مقياس التحكم الانفعالي :

تم اعداد التعليمات الخاصة بالمقياس التي توضح للاعب كيفية الإجابة عن فقراته، وقد روعي في اعداد هذه التعليمات ان تكون واضحة وسهلة الفهم ولزيادة الوضوح فقد تضمنت التعليمات مثال خاص عن كيفية الإجابة عن فقرات المقياس، وأشار في التعليمات الى انه ليس هناك إجابة صحيحة وإجابة خاطئة بل المهم هو اختيار الإجابة التي تنطبق على اللاعب، كما طلب من اللاعبين ضرورة الإجابة عن جميع فقرات المقياس بكل صراحة ودقة وان إجاباتهم لأغراض البحث العلمي فقط وأن ذكر الاسم والفعالية هو لغرض الحصول على الإنجاز فقط، وقد وضعت تعليمات الإجابة على المقياس من دون الإشارة الى اسم المقياس صراحة، اذ يشير كرونباخ الى ان التسمية الصريحة لمثل هذه المقاييس قد تدفع المستجيب الى تزييف الإجابة او الامتناع عن الإجابة الدقيقة (Cronbach & Gleser , 1970 : 40)

2-7-6 التجربة الاستطلاعية لمقياس التحكم الانفعالي :

من اجل التأكد من وضوح تعليمات المقياس المقترح ووضوح فقراته للمستجيبين والتعرف على الوقت المستغرق للإجابة، قام الباحثان بتطبيق المقياس المقترح على عينة استطلاعية مؤلفة من (10) لاعبين اختيروا بالطريقة العشوائية من ناديي السماوة والنجف، وقد اتضح من هذه التجربة ان تعليمات المقياس وفقراته واضحة وان الوقت الذي استغرقته الإجابة عن فقرات المقياس تراوح بين (10 - 15) دقيقة، بمتوسط مقداره (12,5) دقيقة. وبذلك أصبح المقياس بتعليماته وفقراته جاهز للتطبيق على عينة البناء (ملحق 4) وتم توزيع الفقرات كما مبين في (ملحق 5).

2-6-7 التجربة الرئيسية لمقياس التحكم الانفعالي :

تمت التجربة الرئيسة من خلال تطبيق المقياس على عينة البناء بهدف إجراء عملية تحليل إحصائي لفقراته وذلك لاختيار الفقرات الصالحة واستبعاد الفقرات غير الصالحة استناداً إلى قوتها التمييزية واتساقها الداخلي، وكذلك لاستخراج مؤشرات الصدق والثبات للمقياس، وقد طبق المقياس على عينة البناء البالغ عددها (100) لاعب وكما تم توضيحه في الجدول (1)، علماً أن مقياس الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) والتحكم الانفعالي تم توزيعهما معاً.

2-6-8 التحليل الإحصائي لفقرات مقياس التحكم الانفعالي :

قد اتبع الباحثان أسلوبين في تحليل فقرات المقياس إحصائياً وهذين الأسلوبين هما:

أولاً: المجموعتان الطرفيتان:

قد وجد أن جميع الفقرات كانت مميزة.

ثانياً: الاتساق الداخلي :

لغرض تحديد مدى التجانس بين الفقرات لمقياس ما وضعت من أجله استخدم الباحثان معامل

الاتساق الداخلي وقد تم ذلك على مرحلتين هما :

1- الاتساق الداخلي بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية.

2- علاقة المجال بالدرجة الكلية للمقياس.

وقد وجد أن المقياس حافظ على فقراته الـ (43) لقوة تمييزها ولم تحذف أية فقرة منه.

2-7-7 الخصائص السيكومترية للمقياس :-

2-7-1 صدق المقياس.

2-7-2 صدق الظاهري.

2-7-3 صدق البناء (التكوين الفرضي)

أولاً: المجموعتان الطرفيتان.

ثانيا: الاتساق الداخلي.

2-7-4 ثبات المقياس

وتم حساب الثبات كما يلي: -

2-7-4-1 التجزئة النصفية.

2-7-4-2 معامل الفا كرونباخ.

2-8 التجربة الرئيسية :

بعد إنهاء خطوات إعداد فقرات مقياس الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) والتحكم الانفعالي وأجراء التجربة الاستطلاعية قام الباحثان بأجراء التجربة الرئيسية من خلال توزيع الاستثمارات الخاصة بالمقاييس على لاعبي أندية الساحة والميدان المشاركين في بطولة أندية العراق وكان عددهم (138) وذلك خلال أقامه بطولة الأندية لفعاليات الساحة والميدان والتي أقيمت في العاصمة بغداد وعلى ملاعب كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد للفترة من

27 / 3 / 2013 ولغاية 29 / 3 / 2013.

2-9 قياس الانجاز الرياضي :

لتحويل الانجاز الرقمي إلى معيار موحد في كل فعالية من فعاليات (الاركاظ - الرمي - القفز - الوثب) قام الباحثان بتحويل درجات بعض الفعاليات التي كان الإنجاز فيها يحسب بالساعة والدقيقة والثانية الى ثواني ومن ثم تم توحيد قيم الإنجاز من خلال تحويل قيم الإنجاز لدرجات زائية وبعدها الى درجات معدلة في كل فعالية لتوحيد النتائج في فعاليات (الاركاظ، الرمي، القفز، الوثب). لعينة التطبيق في بطولة أندية العراق (فئة المتقدمين) والتي أقيمت في بغداد في ملاعب كلية التربية الرياضية من تاريخ 27 إلى 28/3/2014.

2-10 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

1- الوسط الحسابي.

2- الانحراف المعياري.

- 3- النسبة المئوية
 - 4- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
 - 5- معامل الارتباط المتعدد.
 - 6- اختبار (ت) للعينات المستقلة.
 - 7- اختبار (كا²).
 - 8- معادلة التصحيح لمعمل الارتباط بالتجزئة النصفية لـ (سبيرمان براون)
 - 9- معادلة الفا كرونباخ.
 - 10- معادلة كيودر ريتشاردسون 20
 - 11- الدرجة المعيارية الزائفة.
 - 12- الدرجة المعيارية المعدلة.
 - 13- معادلات الانحدار المتعدد.
 - 3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:
- لتحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحثان بأعداد المقياس الخاص بالأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) ومقياس التحكم الانفعالي وبذلك حقق هدف البحث الأول.
- 3-1 عرض وتحليل نتائج واقع الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) والتحكم الانفعالي لدى بعض لاعبي الساحة والميدان
- لتحقيق هدف البحث الثاني قام الباحثان بعمل بعض المعالجات الإحصائية لنتائج تطبيق اختبار مقياس الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) التي تمت على لاعبي الساحة والميدان فئة المتقدمين ضمن بطولة أندية العراق بفعاليتهم المختلفة وقد ظهرت البيانات المثبتة في الجدول (2) الآتي:

جدول (2)

يبين الأوساط والانحرافات المعيارية للأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي)

الفعاليات		(التحليلي - الشمولي)		التحكم الانفعالي	
س-	ع±	س-	ع±	س-	ع±
100م	10,87	1,35	165,00	11,96	
3000م موانع	10,20	1,39	147,40	17,80	
الفعاليات		(التحليلي - الشمولي)		(التحكم الانفعالي)	
س-	ع±	س-	ع±	س-	ع±
200م	10,00	1,30	161,25	16,07	
نصف مارثون	10,00	1,30	149,50	6,41	
1500م	9,87	1,95	152,12	13,48	
الوثبة الثلاثية	9,77	1,20	172,55	17,21	
الوثب الطويل	9,64	1,44	158,92	17,71	
800م	9,50	1,41	139,75	6,40	
المطرقة	9,50	1,77	147,50	6,78	
110م حواجز	9,33	0,81	157,16	15,87	

الزانة	9,33	1,21	162,83	11,80
400م حواجز	9,00	1,41	169,57	22,81
400م	8,62	1,92	153,00	10,33
مشي 10 كم	7,25	1,16	149,62	9,00
10000م	7,12	0,64	151,25	13,64
الرمح	6,00	2,41	155,69	9,40

حيث يبين جدول(2) أن كل من لاعبي فعاليات الـ (100م -3000م موانع - 200م -نصف مارثون - 1500م - الوثبة الثلاثية - الوثب الطويل - 800 م - المطرقة - 110م حواجز - الزانة - 400م حواجز - 400م) يمتازون بالأسلوب المعرفي التحليلي ويعزو الباحثان كون ان اللاعبين من حيث الأسلوب المعرفي (التحليلي) يفضلون العمل في البيئة الهادئة والمرتبطة والتي تمنحهم القدرة على التركيز والانقطاع عن البيئة الخارجية مما يساعد على إعطاء أنجاز أفضل وهذا ما يحتاجه الأفراد التحليليون.

وآخرون، 2002، ص511-517)

ويتفق كذلك مع دراسة هوفر (Hoover.1988) في ان هؤلاء اللاعبين يكون لديهم مستوى عالٍ من الطموح ودرجة الدافعية للإنجاز بالإضافة الى سمات الشخصية كسمة الاتزان الانفعالي وضبط الذات (Hoover.1988.P.3307)

في حين أن اللاعبين لفعاليات الـ (مشي 10كم - 10000م - الرمح) يمتازون بالأسلوب المعرفي (الشمولي) ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال تأكيد كاكان Kagan على أن الفرد عندما يتم وصفه بالبعد الشمولي(الاندفاعي) فإنه يميل إلى السرعة في الاستجابة ويعيش في بيئة مليئة بالمشغلات التي فيها حركة

(517

في حين أن جميع لاعبي فعاليات الساحة والميدان يمتازون بدرجة متفاوتة من التحكم الانفعالي وأن أعلى قيمة للوسط الحسابي في مقياس التحكم الانفعالي كانت للاعبي فعالية الـ

(الوثبة الثلاثية) وهذا يدل على أنهم يمتازون بأعلى درجات التحكم الانفعالي في حين أن أقل قيمة كانت للاعبين فعالية الـ (800 م) ويعزو الباحثان ذلك "أنه من خلال الاسترخاء يتمكن الفرد من توجيه انتباهه للعمل الذي سيقوم به أي يكون في حالة انتباه مسترخٍ Relaxed Attention" (عنان، 1995، ص315)

3-2 عرض قيم الارتباط المحسوبة والجدولية للأسلوب المعرفي (التحليلي-الشمولي) والتحكم الانفعالي بالإنجاز وتحليلها ومناقشتها.

لغرض تحقيق هدفنا البحث الثالث قام الباحثان بإيجاد علاقة الارتباط بين الأسلوب المعرفي (التحليلي-الشمولي) والانجاز وذلك من خلال استخراج قيمة (ر) المحسوبة والجدولية وكما مبين في الجدول (3)

جدول (3) يبين قيمتي (ر) المحسوبة والجدولية لمتغير الدراسة الأسلوب المعرفي (التحليلي-الشمولي) بالإنجاز لبعض فعاليات الساحة والميدان.

الفعاليات	المتغيرات	قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية	دلالة الارتباط
100 م	التحليلي - الشمولي	0,167	0,70	ضعيف
	التحكم الانفعالي	0,436		ضعيف
200م	التحليلي - الشمولي	0,245	0,70	ضعيف
	التحكم الانفعالي	0,1		ضعيف
400 م	التحليلي - الشمولي	0,105	0,70	ضعيف
	التحكم الانفعالي	0,765		قوي
800م	التحليلي - الشمولي	0,418	0,70	ضعيف
	التحكم الانفعالي	0,188		ضعيف
1500 م	التحليلي - الشمولي	0,350	0,70	ضعيف
	التحكم الانفعالي	0,420		ضعيف
10000	التحليلي - الشمولي	0,188	0,70	ضعيف
	التحكم الانفعالي	0,702		ضعيف
نصف مارثون	التحليلي - الشمولي	0,636	0,70	ضعيف
	التحكم الانفعالي	0,728		قوي
مشي	التحليلي - الشمولي	0,196	0,70	ضعيف
	التحكم الانفعالي	0,200		ضعيف

ضعيف	0,70	0,329	الانجاز	التحليلي - الشمولي	حواجز 110م
قوي		0,883		التحكم الانفعالي	
ضعيف	0,75	0,246	الانجاز	التحليلي - الشمولي	400 م حواجز
ضعيف		0,097		التحكم الانفعالي	
ضعيف	0,70	0,201	الانجاز	التحليلي - الشمولي	3000 موانع
ضعيف		0,205		التحكم الانفعالي	
ضعيف	0,53	0,058	الانجاز	التحليلي - الشمولي	الوثب الطويل
ضعيف		0,113		التحكم الانفعالي	
ضعيف	0,66	0,217	الانجاز	التحليلي - الشمولي	الوثبة الثلاثية
ضعيف		0,095		التحكم الانفعالي	
ضعيف	0,811	0,166	الانجاز	التحليلي - الشمولي	الزانة
قوي		0,935		التحكم الانفعالي	
ضعيف	0,55	0,118	الانجاز	التحليلي - الشمولي	الرمح
ضعيف		0,10		التحكم الانفعالي	
ضعيف	0,70	0,030	الانجاز	التحليلي - الشمولي	المطرقة
ضعيف		0,012		التحكم الانفعالي	

ومن خلال الجدول (3) حيث أظهرت النتائج لمعاملات الارتباط بين المتغير الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) والانجاز، عند مقارنة قيمة (ر) المحسوبة مع القيمة الجدولية هذه المتغيرات أظهرت علاقة ارتباط ضعيفة لجميع الفعاليات وبذلك لا يمكن الاستدلال من هذه الفعاليات على التنبؤ بالإنجاز.

في حين أن متغير التحكم الانفعالي كانت العلاقة ضعيفة لجميع الفعاليات عدا الفعاليات التالية (400م - نصف مارثون - الزانة) كانت علاقة الارتباط قوية بالإنجاز مع متغير التحكم الانفعالي ويمكن من خلال علاقة الارتباط هذه التنبؤ بالإنجاز من خلال متغير التحكم الانفعالي لهذه الفعاليات حيث يتطلب الأداء لهذه الفعاليات قدر من الاسترخاء والانتباه وهذا يتفق مع ما أكدته دراسات سابقة قد أظهرت علاقة إيجابية بين القدرة على الاسترخاء وسمة (التحكم الانفعالي) ويؤكد هذه العلاقة الإيجابية ما أشار إليه العديد من العلماء من أنه من خلال الاسترخاء يتمكن الفرد من توجيه انتباهه للعمل الذي سيقوم به أي يكون في حالة انتباه مسترخٍ Relaxed Attention ويضيف محمود عن ان نقلاً عن كوكس Cox (1994) أنه لا يمكن أن يوجد العقل القلق في جسم مسترخٍ حيث أن هي صعب أن يكون الفرد عصبياً ومتوتراً في حال استرخاء جزء من أجزاء جسمه استرخاء تاماً بمعنى أن العصبية وتوتر العضلات والأعضاء غير الإرادية يمكن تخفيضها إذا أصبحت العضلات الهيكلية في حالة استرخاء (عنان، 1990، ص 310)

كما يجب على المدربين واللاعبين الاهتمام بتطوير التحكم الانفعالي لدى اللاعب للوصول إلى قدرة الرياضي في التحكم بتصرفاته الحركية والانفعالية ، وهذا ما اشار إليه (محمد شمعون وماجدة محمد إسماعيل 2001) "لكي يتمكن الرياضي من تطوير التحكم بالانفعال يجب أن يكون لديه القدرة على الاسترخاء العقلي والعضلي وتطوير التحكم في الانتباه ، بغض النظر عن الرموز المرتبطة بالواجب الحركي وتتضمن مهارات التحكم في الانتباه والتصور العقلي والتصور البصري والاسترجاع العقلي بطريقة فعالية كذلك تطور استراتيجيات ما قبل المنافسة وإثاء المنافسة" (العربي، 1999، ص99)

وأن "عدم تحكم اللاعب بانفعالاته في المواقف المختلفة يؤدي إلى ما يسمى بمصطلح (الإنهاك الانفعالي) وهو الإحساس بزيادة التوتر والاستثارة والقلق وضعف القدرة على التحكم في العديد من المواقف والإحداث والمروور بحالات انفعالية سلبية، وتميز اللاعب بالعصبية الواضحة والانفعال لأقل مثير والإرهاق الانفعالي" (علاوي، 2005، ص34)

3-3 عرض نتائج ومناقشة نسبة المساهمة والتنبؤ للإنجاز عند بعض لاعبي الساحة والميدان لغرض تحقيق هدف التنبؤ لجأ الباحثان إلى نموذج الانحدار وكذلك نسبة المساهمة وكما مبين في الجدول (4)

جدول (4)

يبين معاملات الارتباط المتعدد ونسبة المساهمة لبعض فعاليات الساحة والميدان

الفعاليات	الارتباط	نسبة المساهمة	درجة الحرية	قيمة F	مستوى الدلالة
400م	0,765	0,568	6-1	8,480	0,027
نصف مارثون	0,728	0,530	6-1	6,779	0,040
الزانة	0,935	0,875	4-1	27,892	0,006

يتبين من خلال جدول (4) معامل الارتباط المتعدد في فعاليات الساحة والميدان قيد الدراسة ونسبة المساهمة المعدلة فقط مع حذف الفعاليات التي كانت نسبة المساهمة غير دالة احصائياً. وفي ضوء الجدول السابق أستخرج الباحثان وكما يبين جدول (5) قيم المعلمة والقيمة الثابتة وقيمة (t) المحتسبة والتي تظهر القدرة على التنبؤ في الإنجاز لدى لاعبي بعض فعاليات

الساحة والميدان ويدل على أن المتغيرات المستقلة وأكثرها مساهمة في الفعاليات (التحكم انفعالي) والتي تسهم بشكل فعال في التنبؤ في قيم الإنجاز لبعض فعاليات الساحة والميدان. جدول (5) يبين معلمات الانحدار والمعادلة التنبؤية لمقياس التحكم الانفعالي والإنجاز لبعض فعاليات الساحة والميدان

الفعاليات	المعلمة	القيمة الثابتة	قيمة T المحتسبة	مستوى الدلالة
الزانة	التحكم انفعالي	0,024	36,095	5,281
400م	التحكم انفعالي	0,077	51,046	2,912
نصف مارثون	التحكم انفعالي	-0,299	103,628	2,604
معادلة التنبؤ	الإنجاز = 36,095 + (0,024*160) = 39,93 - الزانة			

وعمد الباحثان الى ترتيب الفعاليات من اعلى الى أقل قيمة معنوية للدلالة والتي تسهم بشكل فعال في التنبؤ في قيم الإنجاز لبعض فعاليات الساحة والميدان. ومن خلال ما سبق يتضح لنا أنه يمكن للباحث التنبؤ بالإنجاز وذلك من خلال (التحكم الانفعالي) ويعزو الباحثان ذلك الى أن " التحكم الانفعالي من أهم مميزات اللاعب الرياضي التي تمكنه من تحقيق الانجاز في مختلف المواقف وعلى جميع المستويات، وهذا ما اشار له ريسان خريبط وناهدة رسن " يجب إن يتحكم الرياضي في نفسه وإعماله وأفكاره وانفعالاته ولا يعد اشتراك الرياضي في المسابقات قضية شخصية له فقط، بل هي قضية لفريقه والنادي الذي ينتمي له والبلد كله " (خريبط، 1988، ص30)

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

- 1- أن هناك تباين في الأسلوب المعرفي (التحليلي - الشمولي) الذي يفضله لاعبي الساحة والميدان في مختلف الفعاليات.
- 2- أن لاعبي فعاليات الـ (100م - 3000م موانع - 200م - نصف مارثون - 1500م - الوثبة الثلاثية - الوثب الطويل - 800م - المطرقة - 110م حواجز - الزانة - 400م حواجز - 400م) يمتازون بالأسلوب المعرفي التحليلي، في حين بقية الفعاليات الـ (مشي 10كم - 10000م - الرمح) يمتازون بالأسلوب المعرفي (الشمولي).
- 3- ان غالبية لاعبي الساحة والميدان يمتازون بقدر متباين من التحكم الانفعالي وفق متطلبات الأداء لكل فعالية.
- 4- إمكانية التنبؤ بالإنجاز بدلالة التحكم الانفعالي للفعاليات التالية (الزانة - 400م - نصف مارثون).

4-1 التوصيات

- 1- استخدام أساليب معرفية أخرى في فعاليات رياضية فرقية أو فردية سواء في العملية التعليمية أو اتجاهات أخرى.
- 2- تطوير اللاعبين من الناحية التدريبية من خلال الأسلوب المعرفي الذي يمتاز به اللاعب لغرض الحصول على الإنجاز الأفضل.
- 3- اجراء دورات إرشادية لزيادة القدرة على التحكم الانفعالي لدى بعض اللاعبين الذين يمتازون بالضعف في هذا الجانب.

المصادر

- ريسان خريط، ناهدة رسن: علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية الحديثة، الموصل، مطبعة جامعة الموصل، 1988.
- العربي، محمد شمعون: علم النفس الرياضي والقياس النفسي، مصر، مركز الكتاب للنشر، 1999.
- علاوي، محمد حسن: سيكولوجية القيادة الرياضية، ط2، مصر، مركز الكتاب للنشر، 2005.
- عنان، محمود عبد الفتاح: سيكولوجية التربية البدنية والرياضة "النظرية والتطبيق والتجريب"، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995.
- قطامي، أ.د. يوسف، أبو جابر، أ.د. ماجد، قطامي، د. نايفة، (2002): تصميم التدريس، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، الاردن، الطبعة الثانية، 2002.

- الكناني، أبراهيم عبد الحسن: بناء مقياس الإنجاز الدراسي لدى طلبة المدارس الإعدادية، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية، جامعة بغداد ، 1979.

- مسلم، زهرة ما هود، الأسلوب المعرفي (المنظم- الحدسي) وعلاقته ببعض المظاهر النفسية للتحديث لدى طلبة الجامعة. أطروحة دكتوراه، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد، ٢٠٠٧.

- نورس كريم، أسلوب حل المشكلات والسرعة الإدراكية لدى طلبة الصف الخامس الإعدادي على وفق الأسلوب المعرفي (التحليلي-الشمولي) رسالة ماجستير، كلية التربية /صفي الدين الحلي، جامعة بابل 2011

- Cronbach&Gleser: Essentials of psychological Testing 3rd Ed. New York. Harper and Row publisher, 1970.

- Hoover, S. M. (1988): An Exploratory Study of the Scientific Problem Finding Ability of Highly Intelligent Student.Diss.Abs.Int.Vol.49,No. 11 -A.

- Kagan, J. Moss, H. &Sigle, I. (1963): Psychological Significance of Styles of Conceptualization, Monographs of the Society for Research, child develop, Vol. (28), No. (2)

ملحق (1)

أسماء الخبراء والمختصين

ت	اللقب العلمي	الاسم الثلاثي	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د.	حسين ربيع حمادي	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الإنسانية
2	أ.د.	فاهم حسين الطريحي	علم النفس التربوي	جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الإنسانية
3	أ.د.	عبد العزيز حيدر الموسوي	علم النفس التربوي	جامعة القادسية - قسم العلوم التربوية والنفسية
4	أ.د.	علي حسين هاشم	علم النفس الرياضي	جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية
5	أ.د.	ياسين علوان التميمي	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية - جامعة بابل
6	أ.م.د.	شيماء علي خميس	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - مديرية التربية الرياضية

والفنية				
جامعة بابل - كلية التربية الرياضية	علم النفس الرياضي	حيدر عبد الرضا الخفاجي	أ.م.د.	7
جامعة القادسية - كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي	كريم فخري هلال	أ.م.د.	8
جامعة بابل - قسم علم النفس	علم النفس التربوي	علي محمد الجبوري	أ.م.د.	9
جامعة بابل - كلية التربية الرياضية	علم النفس الرياضي	هيثم حسين عبد	أ.م.د.	10
جامعة القادسية - كلية الآداب	علم النفس التربوي	علي حسين عايد	م.د.	11
جامعة القادسية - كلية التربية - قسم الارشاد	علم النفس التربوي	خالد أبو جاسم عبد	م.د.	12
جامعة القادسية - كلية التربية - قسم الارشاد	علم النفس التربوي	راضي حسن عبيد الجبوري	م.د.	13
جامعة القادسية - كلية الآداب	علم النفس التربوي	طارق محمد بدر	م.د.	14
جامعة القادسية - قسم العلوم التربوية والنفسية	علم النفس التربوي	مصطفى نعيم الياسري	م.د.	15
جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية	علم النفس الرياضي	رأفت عبد الهادي	م.د.	16

ملحق (2)

جامعة القادسية

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا / الدكتوراه

الصورة النهائية لمقاييس الأساليب المعرفية

(التحليلي - الشمولي)

م/ استبانة

عزيزي اللاعب

يرجى قراءة فقرات المقياس التي بين يديك وهي تمثل مجموعة من المواقف ذات البديلين تتطلب اختيار بديل واحد لكل موقف، وذلك بوضع (✓) حول الحرف الذي يمثل اجابتكم إزاءها، علماً بأن إجابتك لن يطلع عليها أحد سوى الباحثان، ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي، وأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ما تعبر عن آرائك نحوها، ويأمل الباحثان تعاونكم معه في الإجابة عن جميع المواقف بما ينسجم مع رأيكم الشخصي .

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي.

في هذه الفقرة مثال توضيحي

ت	الفقرات
1	أفضل التدريب الذي يعتمد على: ✓أ-الحقائق العلمية للتدريب. ب- الخبرة الميدانية للمدرب.

تعليمات الإجابة:

- الإجابة عن المقياس بصورة كاملة.
- أن ذكر الاسم والنادي هو لغرض الحصول على الانجاز الخاص بالفعالية، علماً أن الإجابة ستحفظ بسرية تامة وتستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.
- لا توضع أكثر من علامة واحدة أمام كل فقرة.

أسم اللاعب:

الفعالية:

النادي:

طالب الدكتوراه

محمد حاتم عبد الزهرة

ت	فقرات المقياس
1	حينما أشعر بالإحراج من أداء معين فأني : أ- اكتفي بتبرير ذلك الموقف. (ت) ب- أنسحب من ذلك الموقف. (ش)
2	يتسم استنتاجي عن الأداء الناجح بالاعتماد على : أ - الحدس والتخمين لها. (ت) ب- البحث عن أسبابه. (ش)
3	إذا كلفت بإنجاز مهمة ما لخدمة النادي فأني أرغب بالعمل :

أ- بصورة منفردة ومستقلة. (ت) ب - الجماعي مع الآخرين. (ش)	
إذا شاهدت بطولة في إحدى سفراتي، فأني أركز على : أ - أداء لاعبين محددين. (ت) ب- البطولة كلها. (ش)	4
الظروف الصعبة التي يمر بها النادي في الوقت الحاضر فإنها: أ- تؤثر في أدائي تأثيراً شديداً. (ت) ب- لا تعني تلك الظروف وأدع الأمور لأهلها. (ش)	5
يسعدني أن يكون حديث المدرب حول بطولة ما أ - بالدخول مباشرة في صلب الموضوع. (ت) ب- مقترباً بتقديم مقدمة عامة حول الموضوع. (ش)	6
إذا تعرضت لضغوط نفسية من قبل أفراد أسرتي فأني: أ - لا أجد تأثيراً لتلك الضغوط في مجال المنافسة. (ت) ب- أجد صعوبة في مجال المنافسة. (ش)	7
أفضل التدريب في جو: أ - الهدوء التام. (ت) ب- يتخلله صوت الجمهور. (ش)	8
عندما أشاهد مجموعة من التمارين الرياضية التي تهمني فأني أفضل. أ- التركيز على التمارين المهمة ذات العلاقة. (ت) ب- التركيز على التمارين بصورة عامة. (ش)	9
أفضل تعلم المهارات الرياضية بأسلوب: أ- خطوة بخطوة. (ت) ب- شامل ومترابط. (ش)	10
عندما تطرح خطط تدريبية جديدة فأني أفضل مناقشتها: أ- لوحدي أو مع لاعب زميل انسجم معه. (ت) ب- مع مجموعة من اللاعبين ضمن الوحدة التدريبية. (ش)	11
عندما أختار زميلاً لي في التدريب فأني اعتمد على: أ- قراري الشخصي. (ت) ب- آراء الزملاء أو آراء المدربين. (ش)	12
إذا اختلفت طريقة تدريبي عن طريقة تدريب الآخرين في شيء ما فأني: أ - استمع لوجهة نظرهم وأناقشها. (ت) ب- أتجنب الدخول معهم في الأمور التفصيلية. (ش)	13

14	حينما أشاهد بطل رياضي في الساحة والميدان فأني: أ - أرغب بمعرفة تفاصيل تفوقه. (ت) ب- اكتفي بالتعرف إليه وألتقط صورة معه. (ش)
15	عندما أخلد إلى النوم فأني: أ - أحاول مراجعة أحداث اليوم الذي مررت به. (ت) ب- استرخي لنوم هادئ دون الخوض بمراجعة تلك الأحداث. (ش)

ملحق (3)

أسماء الخبراء والمختصين

ت	اللقب العلمي	الاسم الثلاثي	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د.	عبد العزيز حيدر الموسوي	علم النفس التربوي	جامعة القادسية - قسم العلوم التربوية والنفسية
2	أ.د.	ياسين علوان التميمي	علم النفس	جامعة بابل - كلية التربية الرياضية

		الرياضي		
3	أ.د.	أروى محمد ربيع	علم النفس التربوي	جامعة بغداد - قسم العلوم التربوية والنفسية
4	أ.د.	بثينة منصور الحلو	علم النفس التربوي	جامعة بغداد-كلية الآداب - قسم علم النفس
5	أ.د.	أنعام لفته موسى	علم النفس التربوي	جامعة بغداد-كلية الآداب - قسم علم النفس
6	أ.د.	علي حسين هاشم	علم النفس الرياضي	جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية
7	أ.م.د.	أبراهيم مرتضى الأعرجي	علم النفس التربوي	جامعة بغداد-كلية الآداب - قسم علم النفس
8	أ.م.د.	هيثم حسين عبد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية الرياضية
9	م.د.	سوسن عبد علي كاظم	علم النفس التربوي	جامعة بغداد-كلية الآداب - قسم علم النفس
10	م.د.	عبد الحليم رحيم	علم النفس التربوي	جامعة بغداد - قسم علم النفس
11	م.د.	مصطفى نعيم الياسري	علم النفس التربوي	كلية التربية - قسم العلوم التربوية والنفسية
12	م.د.	رأفت عبد الهادي كاظم	علم النفس الرياضي	جامعة القادسية - كلية التربية الرياضية

ملحق(4)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية الرياضية

عزيزي اللاعب ..

تحية طيبة

نضع بين يديك مجموعة من العبارات التي تعكس بعض المحاور التي يستهدف الباحثان من خلال أجابتكم عنها تحقيق هدف بحثه ، لما لذلك من أهمية كبيرة للبحث العلمي بشكل عام والجانب الرياضي بشكل خاص وكونكم تمثلون نخبة لاعبي الأندية المتقدمة ، لذا يأمل الباحثان تعاونكم في الإجابة عن جميع الفقرات بما يعكس آراءكم الحقيقة اتجاهها ، وذلك من خلال وضع أشاره (✓) أمام كل فقرة من الفقرات واسفل احد البدائل ضمن ميزان التقدير الخماسي علماً أن الإجابة لن يطلع عليها سوى الباحثان وتستخدم لغرض البحث العلمي ، مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة ، وأن ذكر الاسم والفعالية هو لغرض الحصول على الانجاز الخاص بكم فقط ..

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي.

في هذه الفقرة مثال توضيحي

ت	الفقرات	تنطبق علي تماماً	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي قليلاً	لا تنطبق علي أطلاقاً
1	اشك في الاخرين بسهولة			✓		

أسم اللاعب:

الفعالية:

الانجاز:

النادي:

الباحثان

محمد حاتم عبد الزهرة

ت	الفقرات	تنطبق علي تماماً	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي قليلاً	لا تنطبق علي أطلاقاً
1	أكون منتبهاً وذهني مركز عندما يتحدث معي المدرب قبل المنافسة.					

2	أفقد السيطرة على أعصابي بسرعة ولكني أستطيع التحكم فيها بسرعة أيضاً.				
3	أنا واثق كل الثقة من قدرتي على الأداء في المنافسة.				
4	يعجنني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه.				
5	أستطيع الاحتفاظ بتفكيري هادئاً أثناء المنافسة.				
6	أفقد تركيزي ولا أستطيع العودة لجو المنافسة عندما أرتكب خطأ ما.				
7	الامتنياز في الرياضة لا يعتبر من أهدافي الأساسية.				
8	أمارس اللعب أساساً بقصد الترويح.				
9	أشعر بالغيرة عند تتمين جهود زملائي.				
10	عندما أغضب أو أثور فأنتي لا أهتم بذلك.				
11	أستمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين أنها مهمة صعبة.				
12	أستمتع بالوقت الحرج من المنافسة لأنني أحسن التصرف فيه.				
13	أتوقع الفوز قبل المنافسة.				
14	أبذل قصارى جهدي حتى وأن كانت المنافسة غير مهمة.				
15	لا أستطيع غالباً التحكم في ضيقي وغضبي.				
16	الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد.				
17	أستطيع أن أحبس دموعي والسيطرة على مشاعري في المواقف الحزينة.				
18	أقلق كثيراً قبل أي منافسة أشترك بها.				
19	أحاول بكل جهدي أن أكون أفضل لاعب.				
20	أنا لسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة.				
21	لدي استعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي أنجح في رياضتي.				
22	تكثر أخطائي في أثناء الوقت الحرج من المنافسة.				

23	أميل إلى تحدي المنافسين الأقوياء.				
24	أستطيع أن أبذل قصارى جهدي بالمنافسة حتى وأن كان الجمهور ضدي.				
25	أقول غالباً أشياء بدون التفكير وأندم عليها في ما بعد.				
26	أنفعل وأغضب من قرارات لجنة التحكيم التي تشعرني بالظلم.				
27	الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا.				
28	عصبيتي "تفرزتي" تؤثر على أدائي في المباراة.				
29	أدائي يكون أفضل عند حضور شخصيات مهمة للمنافسة.				
30	كثيراً ما أستثار بسرعة من البعض.				
31	اشعر بضيق عندما يكون أدائي ضعيفاً.				
32	أفضل أن أستريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية.				
33	أفتقر إلى الثقة في أدائي أثناء المنافسة.				
34	ينتابني القلق ويصعب على العودة لحالتي الطبيعية عند حدوث أشياء غير متوقعة.				
35	كثيراً ما أغضب بسرعة من الآخرين.				
36	أستطيع أن أحتفظ بهدوئي رغم مضايقة الآخرين لي.				
37	لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في رياضتي.				
38	لا أستطيع التحكم في انفعالاتي عندما يرتكب البعض خطأ ضدي.				
39	أخشى الهزيمة حتى قبل أن تبدأ المنافسة.				
40	أستطيع التحكم في انفعالاتي في الاوقات الحرجة من المنافسة.				
41	أخشى الوقوع في المواقف الحرجة قبل حدوثها أثناء المنافسة.				
42	هدفي هو أن أكون مميزاً في رياضتي.				
43	يضايقني أن المنافس يمكن أن يهزمي.				

ملحق (5) توزيع فقرات مقياس التحكم الانفعالي

المجالات	أرقام الفقرات
الاتزان الانفعالي	40-38-36-34-31-29-26-24-18-17-14-9-6-1
قابلية للاستشارة	35-30-25-20-15-10-2
الثقة بالنفس	43-39-33-23-13-3
الدافعية	19-42-37-32-27-21-16-11-7-4
التحكم بالتوتر	8-41-28-22-12-5