

## تحليل العلاقة بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية في ضوء مراكز اللعب المختلفة بكرة القدم

م.م منتصر معيوف حنتوش

م.د محمد خيرالدين صالح

م. محمد خالد محمد داؤد

جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية /

جامعة الموصل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

(قدم للنشر في ٢٠١٨/١/٧ ، قبل للنشر في ٢٠١٨/٢/٢٠)

**ملخص البحث:** تهدف هذه الدراسة التعرف إلى: - مستوى الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم).

- التعرف على العلاقة بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم).

- التعرف على الفروق بين مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) في الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين كرة القدم.

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمة لطبيعة البحث، وتكونت عينة البحث من لاعبي منتخبات جامعات العراق بكرة القدم للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨) والبالغ عددهم (٢٢٦) لاعباً، منهم (٧٣) لاعب لخط الهجوم و (٧٨) لاعب لخط الوسط و (٧٥) لاعب لخط الدفاع، وقد تم جمع البيانات باستخدام مقياسي الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين وتم معالجة البيانات التي حصل عليها الباحث باستخدام (النسبة المئوية والوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط واختبار (ت) لعينة واحدة)

## Analysis of the Relationship between Emotional Arousal and Skill Self in the light of Different Play Football Centers

### Abstract:

The aim of this study was to:

- The level of emotional arousal and Skill Self and football players according to different play centers (defense, midfield, attack).
- Understand the relationship between emotional arousal Skill Self and football players according to different play centers (defense, midfield, attack).
- Identify the differences between the different play centers (defense, midfield, attack) in emotional arousal and Skill Self for football players.

The researcher used the descriptive style survey of its relevance to the nature of the research, sample research from the Universities of Iraq football for the academic year (2017-2018) and numbered (226) as a player, Of them (73) offensive midfielder and (78) for a midfielder player and (75) Player of the defense line, has been collecting data using the A standard arousal emotional and Skill Self were processing data obtained by the researcher using (the percentage and the mean, standard deviation and coefficient of simple correlation and t-test for one sample).

م.م منتصر معيوف حنتوش وم.د محمد خير الدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستثارة . . .

## ١- التعريف بالبحث:

### ١-١ المقدمة وأهمية البحث:

يعد علم النفس الرياضي من أهم العلوم التي تساهم بالفرد الرياضي في الوصول إلى تحقيق أفضل النتائج من خلال ما يمتلك هذا العلم من جوانب نفسية تؤثر في مستوى أداء اللاعبين وقدراتهم عند تنفيذهم الواجبات الفنية والخططية وتعد لعبة كرة القدم من الفعاليات الرياضية التي يبذل فيها لاعبي خط (الدفاع، الوسط، الهجوم) مجهوداً بدنياً كبيراً جداً على مدى زمن المباراة الأمر الذي يؤدي إلى ضغط نفسي كبير على اللاعبين،

وان العامل النفسي له دور كبير على تقدم وتطور مستوى اللاعب والاستقرار على الأداء وذلك من خلال السيطرة على انفعالاته وضبط تصرفاته بما يساعد على زيادة ورفع كفاءة الأداء للمنافسات إذ يشير (عكاشة) "أن كل لاعب يحتاج إلى درجة معينة من الانفعال إذا زادت أثرت على سلوكه وتفكيره وإذا قلت إصابته بالملل" (عكاشة، ١٩٩٣، ١٧٤) و بالنسبة لمستوى الأداء المهاري للاعب فهذا الجانب يؤثر فيه عوامل عديدة ومن ضمنها الجانب النفسي فخلال المباريات نجد ان اللاعب يتعرض لمواقف مختلفة من زملائه او ظروف المباراة او الحكام وبالتالي سيولد نوع من الاستثارة التي تختلف درجتها وكما ان شدة هذه الاستثارة

ستحدد طبيعة مستوى الاداء المهاري للاعب اثناء المباراة وعليه يمكن القول بان الاهتمام بالاستثارة الانفعالية للاعب تعمل على تحسين الذات مهارية له والتي بدورها تساعد على حث اللاعب على أن يكون متقدماً ومتميزاً بين أقرانه في الفريق وتعمل على تحفيزه واستثارة الطاقة الكامنة لديه ومضاعفة وتوجيه جهوده وطاقاته نحو تحقيق الهدف المنشود وان الاختلاف في الواجبات الملقاة على عاتق اللاعبين يرجع لاختلاف مراكزهم، وعلى ما يتمتع به كل لاعب من جوانب بدنية ومهارية وخططية ونفسية تؤهله للعب في مركز دون الآخر، وكلما امتلك اللاعب لعناصر اللياقة البدنية المتعددة فضلاً عن النواحي المهاري والخططية والنفسية كلما امكنه ذلك من التحكم في سير المباراة، وعلى ذلك فإن اختلاف خطوط اللعب (خط الدفاع، وخط الوسط، وخط الهجوم) في الواجبات البدنية والمهارية والخططية والنفسية ادى إلى وجود التخصص والأفضلية وحسب خصوصية كل خط من هذه الخطوط ومن هنا تبرز أهمية البحث الحالي الذي يتناول معرفة مستوى كل من الاستثارة الانفعالية والذات المهاري للاعبي منتخبات جامعات العراق بكرة القدم، كدراسة تساهم في التعرف على بعض الجوانب النفسية التي في حال الاهتمام بها سوف تساعد في

الوصول للمستوى المتطور في أداء اللاعبين أثناء المنافسات الرياضية.

الاستثارة الانفعالية والذات المهارية حسب مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم)

### ٣-١ أهداف البحث:

يهدف البحث التعرف إلى:

- التعرف على مستوى الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم).
- التعرف على العلاقة بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم).
- التعرف على الفروق بين مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) في الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين كرة القدم.

### ١-٤ فرضا البحث:

- توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) . .

### ٢-١ مشكلة البحث:

إن الاهتمام بالمظاهر النفسية في المجال الرياضي له دوراً مهماً وبالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضية إذ أن طبيعة الأداء في لعبة كرة القدم وما يحتاجه اللاعبين وفق مراكز لعبهم من صفات بدنية كثيرة فضلاً عن التوافق العضلي العصبي وسرعة رد الفعل إذ تكثر الانفعالات عند اللاعبين وتحديداً أثناء المنافسات الرياضية حيث تعكس المواقف التنافسية في المباريات المهمة ردود أفعال اللاعبين مصحوبة بانفعالات وضغوط نفسية مختلفة قد تؤثر على أداء اللاعبين، وفي نفس الوقت يلاحظ حدوث تغيرات ملحوظة في مستوى ذواتهم المهارية، إذ يمكن القول بأن ارتفاع الاستثارة الانفعالية عن الحد المطلوب يمكن أن تؤدي إلى فقدان التركيز داخل الملعب مما يؤدي إلى كثرة الأخطاء وتدني في المستوى المهاري المثالي للاعبين أثناء المنافسة، هذا ما دعا الباحثون إلى معرفة مستوى الاستثارة الانفعالية والذات المهارية ونوع العلاقة بين

م.م منتصر معيوف حنتوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستثارة . . .

واضحة لمصطلح الاستثارة أو "التنشيط" لدى اللاعب قبل وفي أثناء المنافسات الرياضية ومدى العلاقة بين الاستثارة والأداء من خلال أجراء الدراسات والبحوث اذ تعرف بأنها عبارة عن حالة تمتاز بقوة الشعور ورغبة في عمل سلوك معين (عيسوي، ١٩٩١، ٥٩) وتعرف أيضاً بأنها استجابة الفرد للبيئة وتكون مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بشدة السلوك

والانفعالات هي استجابة وجدانية شعورية تصاحبها حركات تعبيرية وتغيرات جسمية تتوقف شدتها تبعاً لنوع المثير وشدته والانفعال بهذا الوصف يعبر عن حالة الاستثارة التي يكون عليها الفرد عندما يواجهه موقفاً تثير فيه حالات الخوف أو القلق أو الحزن أو قد تثير فيه حالات الفرح والسعادة والحماس (حمد، ٢٠١٢، ٣٢٥) كما أن الاستثارة الانفعالية تستخدم للتعبير عن الحالة الانفعالية للرياضي في المنافسة الرياضية وان تعرض الفرد للعديد من المواقف خلال المنافسة وما في هذه المواقف من مثيرات خارجية وداخلية تولد لدى الفرد حالات نفسية مصحوبة بأنفعالات نتيجة لتلك المثيرات حيث يعبر اللاعب عنها من خلال الشعور الذاتي، والانفعالات تشكل نقطة مهمة وفعالة في الحالة النفسية للاعب وخصوصاً أثناء المنافسة الرياضية وبالتالي سوف تؤثر هذه الانفعالات على شخصية اللاعب وسلوكه من خلال

- لا توجد فروق معنوية بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعب كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) . .

#### ١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبو منتخبات جامعات العراق بكرة القدم وهم كل من (ديالى، تكريت، الرافدين، التكنولوجيا، بغداد للعلوم الاقتصادية، ميسان، واسط، البصرة، النهرين، معارف الجامعة، الكوفة، الانبار، الجامعة الإسلامية النجف، ذي قار، بابل، القادسية) .

١-٥-٢ المجال الزمني: ابتداءً (١٥ / ١٢ / ٢٠١٧) ولغاية (٢ / ١ / ٢٠١٨) .

١-٥-٣ المجال المكاني: ملاعب جامعات الفرق قيد الدراسة .

#### ٢- الإطار النظري والدراسات السابقة:

##### ١-٢ الإطار النظري:

##### ١-١-٢ الاستثارة الانفعالية:

يستخدم مصطلح الاستثارة الانفعالية كثيراً وبشكل متبادل مع مصطلحي التنشيط (Activation) وتعبئة الطاقة النفسية (mubiligator Energy) وقد أهتم كثير من العلماء الباحثون في مجال علم النفس الرياضي بإيجاد مفاهيم

المواقف التي يتعرض لها بالمنافسة إذ يشير كل من (عرب وكاظم، ٢٠٠١) إلى أن "الانفعالات تلعب دوراً مهماً وبالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضية ، إذ ترتبط بسمات شخصيته وسلوكه ودوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة التي يمارسها ، إذ لا توجد على الإطلاق أنواع من الممارسات الرياضية دون أن تصطبغ بالانفعالات" (عرب وكاظم، ٢٠٠١، ٤١)

وفي المجال الرياضي تكثر الانفعالات وتلعب دوراً مهماً وبالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضية وتحديداً أثناء المنافسات الرياضية إذ تعكس المواقف التنافسية في المباريات المهمة ردود أفعال اللاعبين مصحوبة بانفعالات وضغوط نفسية مختلفة، وقد تناولت المصادر العلمية والأدبية العلاقة بين الاستثارة الانفعالية والأداء الرياضي من خلال نموذج (U) المقلوب وهي احد الفرضيات التي توضح العلاقة بين الإثارة والأداء إذ يبين أن العلاقة بين الإثارة والأداء هي علاقة ارتباط غير خطية إذ أن الأداء سيحسن مع زيادة الاستثارة إلى حد معين لان تجاوز ذلك يؤدي إلى تدهور في مستوى الأداء ويلاحظ أن الاستثارة الانفعالية لدى اللاعب عدة مستويات منها مرتفعة ومنخفضة ومعتدلة ومن خلال العلاقة المنحرفة (نموذج U المقلوب) (الازيرجاوي، ١٩٩١، ٦٢)

٢-١-٢ مفهوم الذات المهارية في المجال الرياضي:

إن مفهوم الذات في المجال الرياضي هو ما يكونه الرياضي من صورة عن نفسه من خلال ما يؤديه من مهارات رياضية مختلفة ويعدها مصدراً للتأثير في البيئة المحيطة ويعد مفهوم الذات من المفاهيم النفسية المهمة لكل شخص إذ يبذل كل شخص المزيد من الجهد من اجل حماية ذاته وتدعيم قيمة الذات لان قيمة الرياضي لذاته هي مفتاح الدافعية وتزداد هذه الدافعية نحو الانجاز . كما إن الخبرات الرياضية المبكرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس . والعكس من هذا للذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون اقل ثقة بأنفسهم ويشعرون بقيمة اقل لأنفسهم ، من هنا يجب التأكيد على نقطة مهمة هي أن يتعرف اللاعب على نواحي الخطأ في أدائه .

ولأهمية مفهوم الذات في النشاط الرياضي ونظراً لتعدد محددات الانجاز فقد ظهر العديد من الاختبارات : منها ما يؤكد على الناحية المهارية بوصفها عاملاً مستقلاً ، ومنها ما يؤكد على المهارة كونه يمثل الناحية المهارية والأداء المهاري كصفة متكاملة لمحددات الانجاز ومن هذه الاختبارات (الصفحة النفسية لإدراك الذات المهارية) ، الصفحة النفسية لإدراك أهمية أبعاد الذات المهارية ، واختبار وصف الذات المهارية ، واختبار وصف الحالة المهارية ، ومقياس تقدير الذات المهارية للاعبين كرة القدم ، فضلاً عن مفهوم

م.م مناصر معيوف حنوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستثارة . . .

ان الذات المهارية تعد من انواع الذات فهي تعني تعبير الفرد عما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة ما ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الاساس في تلك اللعبة وان امتلاك اللاعب لهذه الصفة تتولد من خلال الاستمرارية في التدريب واكتساب الخبرة من خلال المشاركات في البطولات وكما ان هناك عوامل تؤثر في مدى فاعلية الذات المهارية وهي ( علاوي ورضوان ١٩٨٧، ٦٢٤ )

### Performance إنجازات الأداء accomplishments

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

### Vicarious experience الخبرة البديلة

يقوم اللاعب في أثناء عملية التعلم بأداء مهارة حركية معينة لم يسبق له أدائها من قبل وكذلك في المنافسات الرياضية قد يتقابل اللاعب مع منافس أول مرة لم يسبق له مواجهته من قبل وفي هذه الحالة فإن فاعلية الذات لا تتأسس على الخبرة الذاتية السابقة

الذات للاعب الرياضي ، ولكون الباحثون تناولوا (الصفحة النفسية لقياس الذات المهارية للاعب كرة القدم) .

- الذات المهارية: إدراك مستوى الحالة للمهارات الأساسية والاستمرار في أداء التدريبات عليها بروح عالية  
- المظهر الخارجي للجسم (جاذبية الجسم): إدراك جاذبية التكوين الجسمي والقدرة على صيانة الجسم والثقة في المظهر الخارجي للجسم.  
- القدرة المهارية .

إدراك القدرة المهارية ونمو العضلات والثقة في المواقف التي تتطلب استخدام القدرة  
- الحالة المهارية:

إدراك مستوى الحالة أو القدرة الحركية والقدرة على الاستمرار في أداء تمارين لفترة طويلة نسبيا والثقة في النفس عند ممارسة تمارين المهارات الأساسية .

- الكفاءة الرياضية :

إدراك القدرة الرياضية ، والقدرة على تعلم المهارات الحركية والثقة في النفس في المواقف الرياضية . (علاوي ، ٢٠٠٢ ، ٣٣ )

### ١-٢-٣ الذات المهارية والعوامل المؤثرة فيها

التغيرات الفسيولوجية التي تحدث قبل لحظة الأداء أو قبل لحظة بداية الاشتراك في المنافسة . (علاوي، ٢٠٠٢ ، ٢٦٧ )

## ٢-٢ الدراسات السابقة:

٢-٢-١ دراسة (خميس، ٢٠٠٨):

## "الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة"

هدفت الدراسة التعرف إلى الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز لدى لاعبي فرق الرياضة الجامعية، والتعرف على نوع العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز لدى اللاعبين، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته وطبيعة البحث، وتم تطبيق البحث على فرق الرياضة الجامعية للجامعات الوسطى والجنوبية المشاركة في بطولات الجامعات للعام الدراسي ٢٠٠٧-٢٠٠٨ والبالغ عددهم (٤٣) لاعبا يمثلون جامعات (بابل، البصرة، الديوانية، المثنى) وتم استخدام قائمة دافعية الانجاز الرياضي و الاستثارة الانفعالية كأدوات للبحث واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل ارتباط T لعينة واحدة ، معامل ارتباط بيرسون) للحصول على نتائج البحث وتوصلت إلى الاستنتاجات الآتية.

، لكن يمكن عن طريق مراعاة المدرب لاداء نموذجي جيد للمهارة الجيدة وامكانية مشاهدة عرض مرئي تسجيلي لمباراة يشترك فيها المنافس الذي لم يسبق للاعب مواجهته أو قيام المدرب بشرح أهم نقاط القوة والضعف لهذا المنافس ولهذا يطلق الباحثون على الخبرة البديلة مصطلح التعلم بالنموذجية ( Modeling ) وهو الأثر الذي يؤدي الى الارتقاء بفاعلية الذات لدى اللاعبين .

## الإقناع اللفظي Verbal Persuasion

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

## الحالة الفسيولوجية Physiological State

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

م.م منتصر معيوف حنتوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

عدهم (٣٠٣) لاعباً من مجموع (١٦) جامعة وهم كل من (ديالى، تكريت، الرافدين، التكنولوجيا، بغداد للعلوم الاقتصادية، ميسان، واسط، البصرة، النهرين، معارف الجامعة، الكوفة، الانبار، الجامعة الإسلامية النجف، ذي قار، بابل، القادسية)، أما عينة البحث فقد تكونت من (٢٢٦) لاعبا يمثلون نسبة (٧٤.٥٨%) من مجتمع البحث الأصلي منهم (٧٣) لاعب خط الهجوم و (٧٨) لاعب لخط الوسط و(٧٥) لاعب لخط الدفاع، وتم استبعاد (٧٠) لاعب لعدم إكمالهم استمارات الاستبيان، فضلاً عن استبعاد (٧) لاعبين لمشاركتهم في التجربة الاستطلاعية والجدول (١) يبين بعض المعلومات عن أفراد عينة البحث.

١- امتلاك عينة البحث استشارة انفعالية مرتفعة ودافعية انجاز منخفضة .

٢- هناك علاقة عكسية بين دافعية الانجاز والاستشارة الانفعالية لعينة البحث .

### ٣-١ منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة البحث.

### ٣-٢ مجتمع البحث وعينه:

تكون مجتمع البحث من لاعبي منتخبات جامعات القطر بكرة القدم (Soccer) للعام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨ والبالغ



الجدول (١) يبين مجتمع البحث وعينته واللاعبين المستبعدين ونسبهم المئوية

الجامعة	عدد اللاعبين	المستبعدين	النسبة المئوية	الجامعة	عدد اللاعبين	المستبعدين	النسبة المئوية
ديالى	٢٢	٧	٦٨.١٨%	النهري	٢٠	٤	٨٠%
تكريت	١٨	٤	٧٧.٧٧%	معارف الجامعة	١٨	٥	٧٢.٢٢%
الرافدين	١٨	٤	٧٧.٧٧%	الكوفة	٢٠	٦	٧٠%
التكنولوجيا	١٦	٤	٧٥%	الانبار	١٨	٥	٧٢.٢٢%
بغداد للعلوم الاقتصادية	١٧	٤	٧٦.٤٧%	الجامعة الإسلامية النجف	٢٠	٥	٧٥%
ميسان	١٨	٥	٧٢.٢٢%	ذيقار	٢٠	٦	٧٠%
واسط	٢٠	٤	٨٠%	بابل	١٨	٤	٧٧.٧٧%
البصرة	٢٠	٥	٧٥%	القادسية	٢٠	٥	٧٥%
المجموع	عينة البحث		(٢٢٦)		٧٤.٥٨%		
	اللاعبين المستبعدين		(٧٠) لعدم اكتمال استبيانات البحث		٢٣.١٠%		
			(٧) عينة التجربة الاستطلاعية		٢.٣٢%		
	مجتمع البحث ككل		٣٠٣		١٠٠%		

م.م منتصر معيوف حنوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

### ٣-٣ وسائل جمع البيانات:

مقسمة إلى فقرات ايجابية وسلبية، وتكون الإجابة على فقرات المقياس وفق ثلاثة بدائل هي (غالباً، أحياناً، نادراً) وتعطى أوزان للدرجات (١، ٢، ٣) للفقرات الايجابية وتعطى أوزان الدرجات (١، ٢، ٣) على التوالي للفقرات السلبية، وبذلك تكون الدرجة العليا للمقياس (١٥٠) واقل درجة (٥٠) ، بمتوسط فرضي يبلغ (١٠٠) والجدول (٢) يبين الفقرات الايجابية والسلبية للمقياس. (محمود، ٢٠١١، ٢٦٥-٢٦٩)

نظراً لشمولية الدراسة لقياس الاستشارة الانفعالية، والذات المهارية فقد تطلب استخدام الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات.

### ٣-٣-١ مقياس الاستشارة الانفعالية (وصف المقياس وتصحيحه):

استخدم الباحثون مقياس الاستشارة الانفعالية (الملحق ١) التي أعدها (دورثي. ف. هاريس وبيت. ل. هاريس) والتي عربها أسامة كامل راتب ١٩٩١، إذ يتكون المقياس من (٥٠) فقرة

جدول (٢) يبين الفقرات الايجابية والسلبية لمقياس الاستثارة الانفعالية

المجموع	الأرقام	العبارات
٢٨	-٢٨-٢٤-٢٠-١٩-١٨-١٤-١٣-١٢-١١-١٠-٩-٨-٦-٥-٤-٣-٢-١ ٤٥-٤٧-٤٨-٤٣-٤٢-٤١-٤٠-٣٧-٣٦-٣٥	الإيجابية
٢٢	-٣٤-٣٣-٣٢-٣١-٣٠-٢٩-٢٧-٢٦-٢٥-٢٣-٢٢-٢١-١٧-١٦-١٥-٧ ٥٠-٤٩-٤٦-٤٤-٣٩-٣٨	السلبية

### ٣-٢-٢ مقياس تقدير الذات المهارية للاعبين كرة القدم

تم اعتماد مقياس (توماس اتيكو) لتقدير الذات المهارية المكون من (٤٠) فقرة، منها (٣٠) فقرة ايجابية (١٠) فقرات سلبية توزعت على (٧) فقرات لمهارة تمرير الكرة و(٦) فقرات لمهارة التصويب على المرمى و(٥) فقرات لكل من التحركات والهجوم والدفاع عن الملعب و(٣) فقرة لمهارات الدحرجة والطيران على الكرة و(٢) فقرة لمهارة الإخماد، والذي اعد من قبل (علاوي والهلالي وواصف ( والمعدل من قبل (صالح واخران ٢٠١٢ ) لكي يلائم لاعبي كرة القدم . وكما في الملحق (٢)

تقدير الذات المهارية لدى كل لاعب من أفراد عينة البحث وذلك بحساب المجموع الكلي للدرجات التي يحصل عليها كل لاعب من خلال أجابته على كل فقرة من فقرات المقياس، وبذلك تكون الدرجة القصوى النظرية (١٢٠) درجة وأقل درجة نظرية (٤٠) درجة .

٣-٤ المعاملات العلمية لمقياسي الاستثارة الانفعالية والذات  
المهارية:

على الرغم من أن المقاييس المستخدمة في البحث الحالي تتمتع بمعاملات صدق وثبات عاليين وتم تطبيقهم على البيئة العراقية في دراسات علمية سابقة، بعد إجراء المعاملات العلمية للمقياسين،

طريقة تصحيح المقياس : أعطيت بدائل الإجابة  
الثلاثية (نادرا"، أحيانا، دائما) الدرجات من (١، ٢، ٣) للفرقات  
الإيجابية و(٣، ٢، ١) للفرقات السلبية ومنها تحددت درجات مقياس

م.م منتصر معيوف حنتوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

وجود نسبة اتفاق (١٠٠%) وبهذا الإجراء تم التأكد من صدق المقاييسين المستخدمين في البحث الحالي.

### ٣-٤-٢ الثبات:

قام الباحثون ومن خلال تطبيق المقاييسين على العينة الاستطلاعية بالتحقق من ثباتها عن طريق استخدام طريقة (التجزئة النصفية) إذ قسمت عدد فقرات كل مقياس إلى فقرات فردية وأخرى زوجية وتم إيجاد معامل الارتباط بين درجات النصفين بطريقة بيرسون فكانت قيمة معامل الارتباط (٠.٨٠)، (٠.٧٨) على التوالي لمقياسي الاستشارة الانفعالية والذات المهارية، وبعد ذلك تم تصحيح معامل الارتباط باستخدام معادلة سبيرمان- براون (Sperman- Brown) إذ يشير (النبهان، ٢٠٠٤) بأنه "عند تقدير الثبات بطريقة التجزئة النصفية، يتم الحصول على درجة فرعية لكل من النصفين، ثم يتم حساب معامل الارتباط بين هذين النصفين. ويكون معامل الارتباط هذا تقديراً لثبات اختبار طوله نصف طول الاختبار الأصلي وتقدير ما سيكون عليه مستوى ثبات الاختبار كله، نحتاج إلى تطبيق معادلة سبيرمان - براون" (النبهان، ٢٠٠٤، ٢٤٤) وعند تطبيق هذه المعادلة بلغت قيمة معامل الثبات (٠.٨٩)، (٠.٨٧) على التوالي وهو ثبات عالي يمكن اعتماده في تطبيق الأداة إذ يذكر (عويس، ١٩٩٩) إلى أن

لذا عمد الباحثون إلى التحقق من مدى صدق وثبات المقاييسين لأجل التأكد من صلاحيتهما وعلى النحو الآتي.

### ٣-٤-١ الصدق:

يشير كلاً من (الزويد وعليان) إلى "انه يمكن أن يعد الاختبار صادقاً إذا تم عرضه على عدد من الخبراء وذو الاختصاص في المجال الذي يقيسه الاختبار وحكموا بأنه يقيس ما وضع لقياسه بكفاءة" (الزويد وعليان، ١٩٩٨، ١٨٤) وللحصول على صدق مقياسي الاستشارة الانفعالية والذات المهارية تم عرضهما على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص (\*) في مجال علم النفس الرياضي، وبعد جمع استمارات الاستبيان وتفرغها تبين

(\*) السادة الخبراء الذين تم عرض المقاييسين عليهم.

- أ.د. ناظم شاكر الوتار / علم النفس الرياضي / جامعة الموصل \_ كلية التربية الرياضية.
- ا.م.د. عكلة سليمان الحوري / علم النفس الرياضي / جامعة الموصل \_ كلية التربية الاساسية
- ا.م.د. نبراس يونس ال مراد / علم النفس الرياضي / جامعة الموصل \_ كلية التربية بنات.
- ا.م.د. نغم محمود / علم النفس الرياضي / جامعة الموصل \_ كلية التربية الرياضية.
- ا.م.د. عصام محمد عبد الرضا / علم النفس الرياضي / جامعة الموصل \_ كلية التربية الرياضية.
- ا.م.د. مؤيد عبد الرزاق حسو / علم النفس الرياضي / جامعة الموصل \_ كلية التربية الرياضية.

" قيمة معامل الثبات كلما كانت أعلى من نسبة (٠,٧١) كان ذلك أفضل". (عويس، ١٩٩٩، ٦٤)

### ٣-٥ التجربة الاستطلاعية:-

للقوف على السليبات التي ستواجه الباحثون ومن اجل تفاديها في التجربة الرئيسة، تم تنفيذ التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (٧) لاعبين من مجتمع البحث الأصلي، ولم يدخلوا ضمن التطبيق النهائي للمقياسين.  
وكان الهدف من الدراسة ما يأتي :

- مدى تفهم ووضوح واستيعاب اللاعبين لمفردات فقرات المقياسين.

- معوقات العمل التي تواجه الباحث.

- الإجابة عن الاستفسارات والتساؤلات إن وجدت واحتساب زمن الإجابة عن المقياسين.

وقد أظهرت نتيجة التجربة أنه لا يوجد أي غموض في الفقرات أو استفسار حول فقرات المقياسين وقد بلغ معدل الوقت المحدد (٢٢-٣٠) دقيقة للإجابة عن فقرات المقياسين.

### ٣-٦ التطبيق النهائي للمقياسين:

بعد التحقق من المواصفات العلمية المطلوبة من (الصدق والثبات) لأداتي البحث مقياس الاستثارة الانفعالية ومقياس الذات

المهارية، تم تطبيقها على عينة البحث بتاريخ -٢٥- ٢٠١٧/١٢/١٥ بالاستعانة بمدرربي منتخبات الجامعات ومساعدتهم.

٣-٧ الوسائل الإحصائية: تم استخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss في استخراج الوسائل الإحصائية الآتية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- قانون النسبة المئوية.
- قانون المتوسط الفرضي.
- اختبار (ت) لعينة واحدة.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- معادلة سيرمان - براون.

### ٤- عرض وتحليل النتائج:

بناءً على البيانات التي تم الحصول عليها عند تطبيق مقياسي الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للفرق الرياضية، وبعد إجراء التحليلات الإحصائية لها، سيتم عرض النتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي وعلى وفق أهدافه ومناقشة تلك النتائج من أجل تحقيق أهداف البحث.

م.م منتصر معيوف حنوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

١-٤ الهدف الأول: التعرف على مستوى الاستشارة الانفعالية (الهجوم، الوسط، الدفاع).

والذات المهارية للاعبين كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة

الجدول (٤) يبين الاستشارة الانفعالية والذات المهارية للاعبين كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة (الهجوم، الوسط، الدفاع).

المتغيرات	مراكز اللاعبين	عدد اللاعبين	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (ت)
الاستشارة الانفعالية	الهجوم	٧٣	٩٥.٤٦	١٢.٦٣٩	١٠٠	٣.٠٦٥
	الوسط	٧٨	٩٦.٨٥٩	١٠.٦٦٧		٢.٦٠١
	الدفاع	٧٥	٩٦.٨٢	١٢.٠٧٦		٢.٢٧٦
الذات المهارية	الهجوم	٧٣	١٠٩.١٥	٥.١٩٧	٨٠	٤٧.٩١
	الوسط	٧٨	١١٠.١٩	٥.٩١٧		٤٥.٠٦
	الدفاع	٧٥	١١٠	٦.٠٩٣		٤٢.٦٣

من خلال ملاحظتنا للجدول (٤) تبين لنا الآتي:

- إن المتوسط الحسابي للاستشارة الانفعالية للاعبين خط (الهجوم، الوسط، الدفاع) قد بلغ (٩٥.٤٦، ٩٦.٨٥، ٩٦.٨٢) على التوالي وبانحراف معياري بلغ (١٢.٦٣٩، ١٠.٦٦٧، ١٢.٠٧٦) وعند مقارنة الوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي البالغ (١٠٠) ظهرت قيمة (T) المحسوبة
- إن المتوسط الحسابي للذات المهارية للاعبين خط (الهجوم، الوسط، الدفاع) قد بلغ (١٠٩.١٥، ١١٠.١٩، ١١٠) على التوالي وبانحراف معياري بلغ (٥.١٩٧، ٥.٩١٧، ٦.٠٩٣) وعند مقارنة الوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي

البالغ (٨٠) ظهرت قيمة (T) المحسبة (٤٧.٩١، ٤٥.٠٦،  
٤٢.٦٣) على التوالي وهي أكبر من قيمة (T) الجدولية  
والذات المهارية للاعب كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة  
(البالغة (٢) .  
(الدفاع، الوسط، الهجوم) .

الجدول (٥) يبين العلاقة بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعب كرة القدم وحسب مراكز اللعب المختلفة

مراكز اللاعبين	المتغيرات	عدد اللاعبين	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسبة	قيمة (ر) الجدولية
الهجوم	الذات المهارية	٧٣	١٠٩.١٥	٥.١٩٧	٠.٣٩١	٠.٢٣٢
	الاستثارة الانفعالية	٧٣	٩٥.٤٦	١٢.٦٣٩		
الوسط	الذات المهارية	٧٨	١١٠.١٩	٥.٩١٧	٠.٣٤٨	
	الاستثارة الانفعالية	٧٨	٩٦.٨٥	١٠.٦٦٧		
الدفاع	الذات المهارية	٧٥	١١٠	٦.٠٩٣	٠.٤٠٥	
	الاستثارة الانفعالية	٧٥	٩٦.٨٢	١٢.٠٧٦		

يتبين من الجدول (٥) إن قيمة ( ر ) المحسوبة بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعب خط (الهجوم، الوسط، الدفاع) قد بلغت (٠,٣٩١)،(٣٤٨)،(٠.٤٠٥) على التوالي وهي أكبر من قيمة ( ر ) الجدولية والبالغة (٠.٢٣٢) أمام مستوى معنوية (٠,٠٥) وذلك يدل على وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين هذين المتغيرين حسب خطوط اللعب المختلفة.

٣-٤ الهدف الثالث: التعرف على الفروق بين مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) في الاستثارة الانفعالية والذات المهارية للاعب كرة القدم.

م.م منتصر معيوف حنوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

الجدول (٦) يبين تحليل التباين في الاستشارة الانفعالية لإفراد عينة البحث حسب مراكز لعبهم

النتيجة	قيمة (F)		متوسط المرعات	مجموع المرعات	درجة الحرية	مصدر التباين
	الجدولية	الحسبة				
غير معنوي	٢.٩٩٥	٨٣.٧٠	٤٦.٩٠	٩٣.٨٠	٢	بين المجموعات
			١٣٩.٢٦٦	٣١٠٥٦.٣٦	٢٢٣	داخل المجموعات
				٣١١٥٠.١٦	٢٢٥	المجموع الكلي

\*معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (٠,٠٥)$  ودرجة حرية (٢، ٢٢٣) قيمة (F) الجدولية = (٢.٩٩٥)

من خلال ملاحظتنا للجدول (٦) يتضح لنا

ان قيمة (F) الحسبة = (٠.٣٣٧) فيما كانت قيمة (F) الجدولية عند درجة حرية (٢، ٢٢٣) ونسبة خطأ  $\geq ٠.٠٥$  = (٢.٩٩٥)

وبما ان قيمة (F) الحسبة هي اقل من قيمة (F) الجدولية وبذلك تبين بعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الخطوط الثلاثة



الجدول (٧) يمثل تحليل التباين في الذات المهارية لإفراد عينة البحث حسب مراكز لعبهم

الناتجة	قيمة (F)		متوسط المرجات	مجموع المرجات	درجة الحرية	مصدر التباين
	الجدولية	الحاسبة				
غير معنوي	٢.٩٩٥	٠.٠٥	٢٢.٨٨٤	٤٥.٧٦٨	٢	بين المجموعات
			٣٣.١٣٧	٧٣٨٩.٤٥٨	٢٢٣	داخل المجموعات
				٧٤٣٥.٢٢٦	٢٢٥	المجموع الكلي

\*معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (٠,٠٥)$  ودرجة حرية (٢، ٢٢٣) قيمة (F) الجدولية = (٢.٩٩٥)

من خلال ملاحظتنا للجدول (٧) يتضح لنا

ان قيمة (F) الحاسبة = (٠.٦٩١) فيما كانت قيمة (F) الجدولية عند درجة حرية (٢، ٢٢٣) ونسبة خطأ  $\geq ٠.٠٥ = (٢.٩٩٥)$

وبما ان قيمة (F) الحاسبة هي اقل من قيمة (F) الجدولية وبذلك تبين بعدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي الخطوط الثلاثة

#### ٤-٤ مناقشة النتائج:

الذين يمتلكون درجة معتدلة من الاستثارة الانفعالية يكونوا أكثر

ايجابية في تفكيرهم نحو الأداء وينصب تركيزهم على أساس النجاح

والتوافق السليم، وإمكانية وصولهم لغاياتهم وتحقيق طموحاتهم

ولديهم فرص كبيرة في الوصول إلى أهدافهم، لأنها تعد متغيراً نفسياً

لها تأثير مباشر على النتائج والانجازات الرياضية، وتتفق هذه

النتيجة مع ما توصل إليه (خربيط، ١٩٩٨) إذ أن توفر استثارة

إذ نلاحظ من الجدول (٤) ومن خلال مقارنة قيمة

الوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي للمقياس نرى بأنها كانت اقل

من المتوسط الفرضي ولكنها كانت قريبة نجد أن أفراد عينة

البحث من اللاعبين الذين تم تطبيق المقياس عليهم يتمتعون بدرجة

معتدلة من الاستثارة الانفعالية منها وهذه نتيجة ايجابية فاللاعبين

انفعالية بمستوى معتدل يساعد على تحقيق الانجاز والتفوق في الأداء. (خريبط، ١٩٩٨، ١٧٩).

ومن خلال ملاحظتنا للجدول (٤) نجد أن أفراد عينة البحث من اللاعبين الذين تم تطبيق المقياس عليهم يتمتعون بدرجة جيدة من الذات المهارية وذلك من خلال مقارنة قيمة الوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي للمقياس، ويعزو الباحثون ذلك لعينة البحث الحالي إن أغلبية اللاعبين هم من يمثلون أندية القطر من الدرجة النخبة والممتازة والأولى ولديهم مشاركات كثيرة وقناعات ذاتية بأهمية الأهداف لهم وقد تحقق البعض منها عن طريق انجازاتهم الرياضية في البطولات الجامعية من خلال تواصلهم مع الفرق الرياضية الأخرى مما أدى إلى احتفاظهم بواقعية عند التعبير عن ذواتهم المهارية، إذ يذكر (علاوي ورضوان، ١٩٨٧) بأن " قدرة اللاعب على تقدير ذاته المهارية تتولد من خلال الاستمرارية في التدريب واكتساب الخبرة من خلال المشاركات في البطولات (علاوي ورضوان، ١٩٨٧، ٦٢٤) أما عن العلاقة بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية بين خطوط اللعب المختلفة (خط الدفاع، الوسط، الهجوم) والمبينة في الجدول (٥) فسوف يتبنى الباحثون نظرية نموذج (U) المقلوب في مناقشة النتائج والتي تعد واحدة من أكثر النظريات قبولا في الرياضة إذ تلعب الاستثارة الانفعالية الدور الأكبر في تطور الأداء الرياضي إذ أن ارتفاع مستوى الاستثارة الانفعالية للاعبين يؤدي إلى فقدان التركيز وهذا بالتالي يعوق التفكير في كثير من الأحيان، ومن جهة أخرى فإن انخفاض الاستثارة قد يؤدي إلى التقليل من كفاءة اللاعبين ومهارتهم وهذا بطبيعة الحال يؤثر على مستوى دافعيتهم إذ يشير (علاوي، ٢٠٠٩) إلى أن الاستثارة الانفعالية المعتدلة تعمل "كدافع للفرد وتوجهه وتثيره نحو الاداء

ومحاولة تحقيق الأهداف كما تساعده على المقاومة ومواجهة الأحداث ومجابهة الصعاب" (علاوي، ٢٠٠٩، ٣٧٠) وهذا ما أكدته (راتب، ١٩٩٥) "بأن توفر استثارة انفعالية بمستوى جيد يساعد على تحقيق اداء مهاري مميز . كما ان النصائح والتحفيز الناجح الذي يوفره المدرب للاعب والظروف المحيطة لها دور كبير في زيادة ادائه المهاري خلال المباراة لذا " فالدرب الناجح يعد ماهرة في تنظيم طاقات اللاعبين البدنية والنفسية وكيفية التحكم والسيطرة على أفكار ومشاعر لاعبيه في أثناء المنافسة مما يجعل الاداء يتطور بأنتاجة صحي . (راتب، ١٩٩٥، ١٢٥) ويرى الباحثون انه في الالونة الاخيرة وصلت لعبة كرة القدم الى التقارب الكبير في الجوانب البدنية والمهارية والخططية واصبح العامل النفسي والطرق الحديثة في عمليات الاعداد النفسي للاعبين في جميع خطوط اللعب احد العوامل المهمة في تهيئة اللاعب نفسيا من اجل تجاوز كل المعوقات والانفعالات التي تؤثر على اداء اللاعب ايا كان مركزه كما انه الفصيل الذي يحسم نتائج المنافسات ويشير (محمود، ٢٠١١) على اهمية الاعداد النفسي للاعب كرة القدم وذلك من خلال العديد من البحوث والدراسات والتجارب الميدانية اذ اصبح احد المكونات الاساسية للعبة ولجميع اللاعبين الى جانب الاعداد البدني والمهاري والخططي (محمود، ٢٠١١، ٩٩) فضلا عن ذلك فإن الاستثارة الانفعالية ومفهوم الذات بشكل عام والذات المهارية خصوصاً تعد احد اهم الجوانب النفسية للاعب كرة القدم في جميع المراكز وذلك لطبيعة اللعبة ومواقفها المتغيرة فضلا عن الضغوط الموجهة من قبل المنافس والجمهور اذا يشير (كشك، ٢٠٠٤) اذا كانت الصفات والسمات النفسية هامة وضرورية للاعب أي فعالية لتحقيق الاداء المؤثر والفعال ، فإن الصفات والسمات النفسية للاعب كرة القدم بالذات هي أكثر اهمية

- ضرورة التعرف على أساليب تنظيم الاستثارة الانفعالية للاعبين وذلك من خلال القيام بإجراء الاختبارات النفسية والفلسجية ضمن البرنامج التدريبي لكي يقف المدربون على حالات الاستثارة الايجابية.

- إجراء بحوث ودراسات علمية على الاستثارة الانفعالية مع متغيرات نفسية أخرى، وعلى الألعاب الفردية والفرقية ولكلا الجنسين.

#### المصادر:-

١- الازيرجاوي، فاضل محسن (١٩٩١): "أسس علم

النفس التربوي"، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل .

٢- حمد، حامد سليمان(٢٠١٢): "علم النفس الرياضي"،

دار العراب للدراسات والنشر والترجمة، سوريا .

٣- خريبط، ريسان (١٩٩٨): "النظريات المهمة في التدريب

الرياضي"، دار اشرف للطباعة والنشر، عمان .

٤- خميس، شيماء علي(٢٠٠٨): "الاستثارة الانفعالية

وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة،

بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية، العدد

التاسع، المجلد الأول، جامعة بابل.

وضرورية بل تحتل الاهمية القصوى وذلك لطبيعة اللعبة دون غيرها من الالعب الاخرى وهذه الصفات هي التي تفجر في اللاعب طاقاته وابداعاته الكاملة وتدفعه الى تحدي المواقف التي تواجهه والاخلاص في العملية التدريبية والحرص على الارتقاء باقاي الصفات والعناصر الاخرى لديه والتحرك الايجابي والمستمر خلال الاداء وطبقا لحاجة اللعب.(كشك، ٢٠٠٤، ٢١٩).

#### **٥- الاستنتاجات والتوصيات:**

##### **١-٥ الاستنتاجات:**

- يمتلك لاعبو خط(الدفاع، الوسط، الهجوم) بكرة القدم مستويات معتدلة من الاستثارة الانفعالية وذلك من خلال مقارنة قيم الأوساط الحسابية مع قيمة المتوسط الفرضي للمقياس .

- يمتلك لاعبو خط(الدفاع، الوسط، الهجوم) بكرة القدم مستويات جيدة من الذات المهارية وذلك من خلال مقارنة قيم الأوساط الحسابية مع قيمة المتوسط الفرضي للمقياس .

- ظهور علاقة ارتباط معنوية بين الاستثارة الانفعالية والذات المهارية وحسب مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) .

- لم تظهر فروق معنوية بين مراكز اللعب المختلفة (الدفاع، الوسط، الهجوم) في الاستثارة الانفعالية والذات المهارية .

##### **٢-٥ التوصيات:**

م.م منتصر معيوف حنتوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستثارة . . .

- ٥- الخيكاني، عامر سعيد جاسم (٢٠٠٨): "سيكولوجية كرة القدم"، ط١، دار الضياء للطباعة والتصميم، النجف، العراق.
- ٦- أسامة كامل راتب . علم النفس الرياضي ( المفاهيم وتطبيقات ) ( ١٩٩٥ ) : ، دار الفكر العربي ، ط١ ، القاهرة ، مصر .
- ٧- راتب، اسامة كامل ( ١٩٩٧ ) : الاعداد النفسي لتدريب الناشئين، دار الفكر، القاهرة.
- ٨- الزعبي، صالح عبدالله والخياط، ماجد محمد (٢٠١١): "علم النفس الرياضي"، ط١، دار الراية للنشر، عمان، الاردن.
- ٩- الزبود، نادر وعليان ، هاشم (١٩٩٨): "مبادئ القياس والتقويم في التربية"، ط٢، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان.
- ١٠- عرب، محمد جسام، موسى جواد كاظم (٢٠٠١): "مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة"، مجلة كلية التربية الرياضية، العدد (١)، مطبعة ديالى، بعقوبة.
- ١١- عكاشة، احمد (١٩٩٣): "علم النفس الفسيولوجي"، ط٨، مكتبة انجلوا المصرية، القاهرة.
- ١٢- علاوي، محمد حسن ، رضوان ، محمد نصر الدين (١٩٨٧): الاختبارات النفسية والمهارية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ١٣- علاوي، محمد حسن (١٩٩٨): "موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين"، ط١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٤- علاوي، محمد حسن (٢٠٠٢): "علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية"، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٥- علاوي، محمد حسن (٢٠٠٩): "مدخل في علم النفس الرياضي"، ط٧، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٦- عويس، خير الدين علي احمد (١٩٩٩): "دليل البحث العلمي"، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
- ١٧- عيسوي، عبد الرحمن محمد (١٩٩١): "علم النفس الفسيولوجي"، دراسة في تفسير السلوك الإنساني، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.

٢٢- الناهي، عصام محمد عبد الرضا(٢٠٠٢): "الامن

النفسي وعلاقته بمستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي

كرة السلة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية

الرياضية ، جامعة الموصل.

٢٣- النبهان، موسى (٢٠٠٤): "القياس والتقويم في العلوم

السلوكية"، دار الشروق للنشر والتوزيع، جامعة مؤتة،

الأردن.

١٩- كشك، هارون محمد (٢٠٠٤): "كرة

القدم"، ط١، مكتبة جزيرة الورد، المنصورة.

٢٠- محمود، غازي صالح (٢٠١١): "علم النفس

الرياضي- سيكولوجية التدريب والمنافسات في كرة

القدم"، ط١، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع،

عمان، الأردن.

٢١- محمود، غازي صالح (٢٠١١): "كرة القدم المفاهيم-

التدريب"، ط١، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع،

عمان.

م.م مناصر معيوف حنوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

## الملحق (١)

### مقياس الاستشارة الانفعالية

ت	الفقرات	غالبا	أحيانا	نادرا
(١)	ادائي اثناء التدريب افضل كثيرا من المنافسة			
(٢)	يضايقني ان يشاهد ادائي اشخاص مهمون			
(٣)	اشعر بصعوبة النوم قبل المنافسة			
(٤)	يقلقني تفكير الاخرين في مستوى ادائي			
(٥)	يصعب علي استعادة تركيز انتباهي اذا ارتكبت اخطاء اثناء المنافسة			
(٦)	يتشتت انتباهي اثناء المنافسة			
(٧)	اتبع نظاما معيننا عندما استعد للمنافسة			
(٨)	ارتكب المزيد من الازخطاء عندما تزداد المنافسة			
(٩)	اشعر بالخوف الشديد عند اقتراب مواقف المنافسة			
(١٠)	اعاقب نفسي عندما ارتكب اخطاء بسيطة اثناء المنافسة			

			(١١) نقد المدرب او الزملاء لي يعوق مقدرتي على تركيز الانتباه في المباراة
			(١٢) اعاني بعض اضطرابات في المعدة اثناء التدريب ، وتزداد اثناء المباراة
			(١٣) اشعر بالخوف من عدم اداء ما في استطاعتي في المنافسات المهمة
			(١٤) يهمني جدا الاداء باقصى طاقتي
			(١٥) انا لاعب متمكن في مواقف المنافسة الشديدة
			(١٦) استطيع اثناء الاحماء _ وانتظار بداية المباراة _ التركيز بشكل ايجابي في المنافسة القادمة
			(١٧) احتفظ في ذهني بخطة المباراة تفصيليا
			(١٨) اكون عصيبا ومهموما قبل المنافسات الهامة
			(١٩) افتقد السيطرة على افكاري قبل المنافسة
			(٢٠) يسهل ارتباكي واثارتي قبل المنافسة
			(٢١) احتاج بعض الوقت قبل المنافسة بغرض الاعداد الذهني
			(٢٢) احقق افضل اداء عندما اعرف بالتحديد المطلوب اداءه ، متى يتم ذلك، ومع من

م.م منتصر معيوف حنوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

			يتحسن ادائي كلما زادت صعوبة التحدي	(٢٣)
			احقق افضل اداء عندما اكون عصيبا وقلقا	(٢٤)
			احقق افضل اداء عندما اكون مسترخيا وهادئا	(٢٥)
			يمكنني التصور الذهني لجميع المواقف المرتبطة بالمنافسة قبل بدايتها	(٢٦)
			عندما اكون مركزا تماما في المباراة لا انتبه الى تعليمات ونداءات المدرب من خارج الملعب	(٢٧)
			اجد صعوبة في تركيز الانتباه عندما تسير المنافسة على النحو غير المخطط لها	(٢٨)
			استمتع بالمنافسة أكثر من التدريب	(٢٩)
			احقق افضل اداء عندما يشجعني مدربي وزملائي	(٣٠)
			استطيع تذكر جميع الاشياء التي حدثت في المنافسة بعد انتهائها	(٣١)
			استطيع التصور الذهني للمنافسة (ارى \ اشعر ) على النحو الذي احب ان يكون ادائي	(٣٢)
			اضع اهدافا لادائي لكل تدريب	(٣٣)
			اضع اهدافا لادائي لكل منافسة	(٣٤)



			اشعر بعد انتهاء المنافسة انه كان في امكاني الاداء بشكل افضل	(٣٥)
			احرص على اثاره منافسي كلما امكنت ذلك	(٣٦)
			اخشى اصابتي اثناء الاداء	(٣٧)
			افكر بعد المنافسة في كيف كان ادائي ، وماذا استطيع ان افعل لتطويره في الأداء التالي	(٣٨)
			اذا تعرضت لقرار خاطئ من الحكم، استطيع تركيز الانتباه مرة اخرى	(٣٩)
			اشعر بالحاجة الى دخول الحمام مرات عديدة قبل المنافسة	(٤٠)
			اشعر بالضعف والوهن قبل المباراة مباشرة	(٤١)
			احاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة ، لما يسببه ذلك لي من عصبية زائدة	(٤٢)
			اشعر انني لا استطيع تذكر أي شيء قبل المنافسة مباشرة	(٤٣)
			يكون ادائي باستمرار قريبا اوفي حدود قدراتي	(٤٤)
			استمتع بالممارسة أكثر من المنافسة نظرا لانها اقل ضغطا للاداء	(٤٥)
			اذا حدث ان تشتت انتباهي اثناء المنافسة ، فاني سرعان ما استطيع تركيز انتباهي مرة اخرى	(٤٦)

م.م منتصر معيوف حنتوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

			تزداد عصبيتي كلما زاد عدد جمهور المشاهدين	(٤٧)
			تزداد عصبيتي عن المعتاد اذا حضر احد الأشخاص المهمين لمشاهدة ادائي	(٤٨)
			افكر كثيرا في كيفية أدائي، والأداء الذي ارغب فيه عندما أكون بعيدا عن الممارسة والمنافسة	(٤٩)
			استطيع ان ارى واشعر بوضوح اداء المهارات التي اريد تصورها ذهنيا	(٥٠)

الملحق (٢)

مقياس الذات المهارية

ت	العبارات	أبداً	أحياناً	دائماً
١	أستطيع استقبال الكرات التي تلعب على الأرض بسهولة.			
٢	أستطيع تمرير الكرة بدقة إلى الزميل .			
٣	أتحرك بالسرعة المناسبة داخل الملعب .			
٤	أجد صعوبة في الحركة للخلف .			
٥	بعد الدفاع يمكنني إن أتحرك للمكان المناسب للتغطية أو الهجوم			
٦	يمكن إن أوجه ضربتي القوية على المنافس الذي يتصف دفاعه بالضعف			
٧	أتردد عند الدفاع عن الكرات القوية			
٨	يمكنني أن أنوع ركلاتي على المرمى			
٩	لا أجد الضرب القوي على مرمى المنافس .			
١٠	أجد صعوبة في عمل جدار صد جيد في تنفيذ الركلات الثابتة ضد فريقي			

م.م منتصر معيوف حنوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . . .

١١	أستطيع إن أسجل هدف في أي لحظة		
١٢	أجيد الدفاع في أي مركز بالمعب		
١٣	يمكنني إن امرر الكرة مباشرة إلى الزميل الخالي في ملعب المنافس .		
١٤	أجيد ضرب الكرة من المناطق البعيدة عن مرمى المنافس .		
١٥	أستطيع التحرك في أي اتجاه من الملعب بسهولة .		
١٦	يمكنني إن استقبل الكرة في أي مركز في الملعب .		
١٧	تعرف الفرق المنافسة مدى خطورتي داخل جزاء المنافس .		
١٨	أستطيع إن اعمل دفاع ناجح ضد أي كرة مضروبة تجاهي .		
١٩	يصعب على الفريق المنافس إن يصد ضربتي القوية على المرمى .		
٢٠	أستطيع إن امرر الكرة للمكان الذي أريده .		
٢١	أدافع في مركزي فقط ولا أجيد الدفاع في باقي المراكز في الملعب .		
٢٢	أستطيع توجيه ضربتي في منطقة جزاء المنافس بسهولة .		

٢٣	تحركاتي في الملعب دقيقة .		
٢٤	يمكنني إن أوجه ضربتي إلى الفريق المنافس بقوة.		
٢٥	لا أحب أداء المهارات التي فيها سقوط على الأرض.		
٢٦	أجيد ( إخماد ) الكرة من الأعلى .		
٢٧	أستطيع إن أدافع عن فريقي مهما كان المنافس صعباً .		
٢٨	تحركاتي في الملعب تمكنني من حسن أداء واجباتي الهجومية والدفاعية .		
٢٩	أستطيع خداع الفريق المنافس بتمرير الكرة مباشرة " إلى ملعبهم بدلاً " من الاحتفاظ بها .		
٣٠	أنا ماهر في عمل الهجمات المباشرة على المنافس .		
٣١	أجيد جميع أنواع الركلات .		
٣٢	أصعب مهارة هي الطيران على الكرة .		
٣٣	أجيد جميع أنواع التمرير .		
٣٤	أستطيع إن العب الكرة بقوة على هدف المنافس .		

م.م منتصر معيوف حنوش وم.د محمد خيرالدين صالح وم. محمد خالد محمد داؤد: تحليل العلاقة بين الاستشارة . .

٣٥	أنا ضارب ممتاز داخل منطقة جزاء المنافس .			
٣٦	دفاعي في المنطقة الدفاعية الامامية غير جيد .			
٣٧	أجد صعوبة في توجيه مناولاتي إلى اللاعب الزميل في منطقة المنافس .			
٣٨	دفاعي في منطقة الجزاء جيد			
٣٩	أجد صعوبة في توجيه ضرباتي إلى الزاوية البعيدة لمرمى المنافس			
٤٠	بعض تمريراتي لا تعجب زملائي في الملعب .			