بناء مقياس مركز التحكم للإعبام كرة اليد فم اقليم كوردستان العراق

ملخص البحث

بناء مقياس مركز التحكم للاعبى كرة اليد في اقليم كوردستان العراق

تعد الرياضة نوع من أنواع الفعاليات البشرية اذي يهتم بها علم النفس ويعالج مشكلاتها من خلال (علم النفس الرياضي) الذي يعتني عناية تامة بالرياضي من الناحية النفسية ومحاولة تهيئته نفسياً لتحقيق أفضل الإنجازات الرياضية, حيث يختلف كل لاعب عن الاخر وذلك من خلال وجود فروق فردية وللتعرف على هذه الفروق تستخدم اختبارات النفسية في المجال الرياضي وهو لمعرفة اللاعب او اللاعبين الذين يمارسون فعالية معينة, وكذلك التعرف على نقاط الضعف و نقاط القوة اللاعب أو اللاعبين وهذا مفيد للمحدب لكي يتعرف على اللاعب وكيفية التعامل معه على ضوء ما يتأثر به الرياضي وهذا يكون عامل مساعد في تطوير مستواه والوصول إلى افضل الانجازات.

هدف البحث إلى بناء مقياس مركز التحكم للاعبي كرة اليد في اقليم كردستان العراق، وتم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لتحقيق هدف البحث ، وتكونت عينة البحث من لاعبي كرة اليد في الدوري الممتاز في اقليم كوردستان العراق والبالغ عددهم (94) لاعبا، وقد تم بناء المقياس باتباع الخطوات العمتاز في اقليم كوردستان العراق والبالغ عددهم (44) لاعبا، وقد تم بناء المقياس باتباع الخطوات العلمية والتوصل إلى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، (21) منها البعد الداخلي و(20) منها العلمية والتوصل إلى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، (21) منها البعد الداخلي و(20) منها العلمية والتوصل إلى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، (21) منها البعد الداخلي و(20) منها العلمية والتوصل الى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، الاعا منها البعد الداخلي ور20) منها والعامية والتوصل الى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، والتالغ عديهم البعد الداخلي ور20) منها العلمية والتوصل الى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، والتالغ منها البعد الداخلي ور20) منها والعامية والتوصل الى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، والتالغ منها البعد الداخلي ور20) منها والعامية والتوصل الى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، والتالغ منها البعد الداخلي ور20) منها والعد الموصل إلى الصيغة النهائية له والذي شمل (41) فقرة ، والتال منها البعد الداخلي ور20) منها والعد الخارجي تقيس مركز التحكم. ويتمتع المقياس بمعاملات علمية (صدق وثبات وموضوعية) عالية . ويوصى الباحث باستخدام المقياس في التعرف على مركز التحكم للاعبي كرة اليد في اقليم كردستان العراق. Abstract

Restraint and address their problems through (sports psychology), which takes care of Bread full attention from the psychological point of view and try to prepare them psychologically To achieve the best sporting achievements, where each player is different from the other, and that Through the presence of individual differences and to identify these differences are used Psychological tests in the sports field to see a player or player Who have a certain effectiveness, as well as to identify weaknesses and Strengths of the player or players and this is useful for the coach to recognize the player and how to deal with him in the light of what is affected by the sport and this Be a catalyst in the development level and access to the best achievements The research aims to build a measure of the control center of the handball players in the province of Iraqi Kurdistan, was the use of the descriptive survey method To achieve the objective of this research, the research sample consisted of players in handball Premier League in the province of Kurdistan and Iraq's (94)Player, has been building measure following the steps to reach the scientific and The final version of him, which included (41) paragraph, (21), of which dimension Procedure and (20), including the external dimension measure the control center. And enjoy Scale scientific transactions (validity and reliability and objectivity) high.

It is recommended that the researcher using the scale to identify the control center for the players Handball in the Kurdistan region of Iraq.

1–1 المقدمة واهمية البحث:–

إن التطور الذي حصل في مجلات العلم كافة ادت الى تقدم في شتى مجالات الحياة المختلفة, وبما ان علم النفس تعد من المجالات الحديثة الى حد ما وذلك بسبب اكتشافات والتطور الذي حصل في القرن الماضي وهذا مايدل على ان هذا العلم في تطور مستمر من قبل العلماء والمختصين في هذا المجال, وعلى هذا الاساس لكي نصل إلى المستويات الرياضية العالية يتطلب من المدرب بأن يعد اللاعب أعداداً متكاملاً في النواحى البدنية والمهارية والخططية والنفسية .

ويعد الحالة النفسية من احد العوامل المهمة في جميع الألعاب الرياضية و للوصول الى الحالة النفسية لــدى اللاعب, حيث يختلف كل لاعب عن الاخر وذلك من خلال وجود فروق فردية وللتعرف على هـذه الفـروق تستخدم اختبارات النفسية في المجال الرياضي وهو لمعرفة اللاعب او اللاعبين الذين يمارسون فعالية معينة, وكذلك التعرف على نقاط الضعف و نقاط القوة اللاعب أو اللاعبين وهذا مفيد للمدرب لكي يتعـرف علـى اللاعب وكيفية التعامل معه على ضوء ما يتأثر به الرياضي وهذا يكون عامل مساعد في تطـوره والوصول الى افضل الانجازات.

1-2 مشكلة البحث:-

من خلال اطلاع الباحث على المصادر والمراجع والبحوث والدراسات العلمية العربية والاجنية وفي حدود علمه تبين ان هناك اختبارات عامة مثل اختبار (روتر) و ذلك لقياس مركز التحكم على عينات مختلفة اي يمكن استخدامه على فئات المجتمع, وهناك مقاييس يقيس فعالية الساحة والميدان (لمحمد نعمة) وهنا عينمت بعدم وجود مقياس لقياس مركز التحكم في فعالية (كرة اليد) في البيئة العراقية بشكل عام واقليم يتضح بعدم وجود مقياس لقياس مركز التحكم في فعالية (كرة اليد) في البيئة العراقية بشكل عام واقليم ومن هنا ظهرت المكل خاص وذلك للتعرف على اللاعبين الذين يمتازون بالتحكم الداخلي أو التحكم الخارجي. ومن هنا ظهرت الحاجة الى بناء مقياس لمركز التحكم لدى لاعبي كرة اليد, وذلك لتوفير اداة قياس علمية ومن هنا ظهرت الحاجة الى بناء مقياس لمركز التحكم لدى لاعبي كرة اليد, وذلك لتوفير اداة قياس علمية العرابي ومن هنا ظهرت الحاجة الى بناء مقياس لمركز التحكم لدى لاعبي كرة اليد, وذلك لتوفير اداة قياس علمية العرابية ومن هنا ظهرت الحاجة الى بناء مقياس لمركز التحكم لدى لاعبي كرة اليد, وذلك لتوفير اداة قياس علمية العالي ومن هنا ظهرت الحاجة الى بناء مقياس لمركز التحكم لدى لاعبي كرة اليه واليه، وذلك لتوفير اداة قياس علمية العربية ومن هنا ظهرت الحاجة الى بناء مقياس لمركز التحكم لدى لاعبي كرة اليه وذلك لتوفير اداة قياس علمية ومن هنا ظهرت الحاجة الى بناء مقياس لمركز التحكم لدى لاعبي مرة هذا المتغير النفسي الهام لمساعدة القياس مركز التحكم لدى اللاعبين للماهمة في التعرف على دقة وسلامة هذا المتغير النفسي الهام لمساعدة العبين في الوصول الى افضل مستوى وتحديد نقاط الضعف لديهم.

- بناء مقياس مركز التحكم للاعبي كرة اليد في اقليم كردستان العراق.
 1-4 مجالات البحث: مجال البشري: لاعبي كرة اليد في الدوري الممتاز في اقليم كوردستان العراق.
 المجال الزماني: 2010/1/25 2010/4/18
 - المجال المكاني: قاعات و ساحات الاندية الممتازة.
 - 2–1 الإطار النظرى:
 - 2-1-1 مفهوم مركز التحكم:-

ظهر مفهوم مركز التحكم كنظرية التعلم الاجتماعى لروتر Rotter ، إلا أنه لا يُعتبر كما يرى البعض المفهوم الرئيسى أو المركزى لهذه النظرية⁽¹⁾ وقد ظهر هذا المفهوم من الملاحظات المستمرة حول الزيادة أو النقصان فى التوقعات التى تتبع التدعيم ، حيث ظهر أنها تختلف بانتظام وذلك اعتماداً على طبيعة الموقـف

⁽¹⁾Rotter, J (1975) Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. Journal of Consulting and Clinical Psychology ,p.56 .

وأيضاً على صفة أو سمة ثابتة نسبياً للشخص المعين الذى يتم تدعيمه. وكان اهتمام رونر مُركزاً على متغير ربما يصحح أو يساعد فى تنقية refine توقعاتنا عن كيف أن التدعيم يُغير من التوقعات , أن طبيعة التدعيم نفسه سواء كان إيجابياً أو سلبياً ، والتاريخ السابق، والتتابع وتنميط مثل هذا التدعيم ؛ والقيمة التـــى تُضـفى على التدعيم ، من الواضــــح أنهــا مهمــة ، بل ربما تُعتبر أكثر محددات السلوك أهمية.

ولقد كان روتر أول من نتاول الآثار الثقافية لمتغير مركز التحكم (الضبط الداخلى – الخارجى) فـى مقاله 1966. وقد قال أن الاعتقاد فى القدر والصدفة أو الحظ – بوصفها عناصر للضبط الخارجى – قد تم نتاوله من جانب العديد من العلماء فى المجال الاجتماعى ؛ وكان أغلب اهتمامهم مـع ذلـك بـالفروق بـين الجماعات أو المجتمعات وليـس بين الأفـراد⁽¹⁾ ؛ فقد شعر فبلين (, Veblen) بأن الاعتقاد فى الحـظ أو الصدفة يُعبر عن مدخل بربرى barbarian للحياة، وكان يصف على وجه العموم المجتمع غيـر الكـف، الصدفة يُعبر عن مدخل بربرى الاعتقاد فى المجال الايتان (, veblen) بأن الاعتقاد فى الحـظ أو المحمعات أو المجتمعات وليـس بين الأفـراد⁽¹⁾ ؛ فقد شعر فبلين (, بصف على وجه العموم المجتمع غيـر الكـف، الصدفة يُعبر عن مدخل بربرى barbarian للحياة، وكان يصف على وجه العموم المجتمع غيـر الكـف، الصدفة يُعبر عن مدخل بربرى المعتقاد أو كان يصف على وجه العموم المجتمع فيـر الكـف، الصدفة يُعبر عن مدخل بربرى المعتقاد وكان يصف على وجه العموم المجتمع غيـر الكـف، الصدفة يُعبر عن مدخل بربرى المعتفية للحياة، وكان يصف على وجه العموم المجتمع غيـر الكـف، الصدفة أو الصدفة أو المن الاحياة، وكان يصف على وجه العموم المجتمع عيـر الكـف، المعدفة أو المن أن فبلين لم يكن يهتم بالفروق الفردية إلا أن مناقشته تُعبر عن أن الاعتقاد فى الفرصة أو الصدفة أو الحظ فى حل مشاكل الفرد يتصف بالإنتاجية والفعالية الأقل وبالتـالى يحمـل بعـض الفرصة أو التوازى المعامات الفرض الـذى يذهب إلى أن الاعتقاد فى التسبط الخارجى الخارجى التربي.

ويرى روتر⁽²⁾ أن من المشكلات المرتبطة بنفسير درجات مركز التحكم(الضبط الداخلى – الخارجى) لها علاقة بالضبط الخارجى على مقياس I-E ، إذ يبدو أن الشخص لو شعر بأن ما يحدث له هو نتيجة لقوى خارج ضبطه وتحكمه ، إذن فهو يتجه لأن يكون سلبياً ولو بطريقة نسبية وغير طموح، غير منتافس . وقـد ظهر كل هذا فى الدراسات الأولى عن المفهوم والتى تناولت التوقع . ويرى روتر فـى ذلــك ، أن بعـض النفسيين ينظرون إلى اختيار العبارات التى توضح الضبط الخارجى بطريقة حرفية ويرى روتر فـى ذلــك ، أن بعـض أن السلبية هـى العائد الوحيد المنطقى للتوجهات الخارجية للضبط . ويعلق روتر بالقول .. أن مثـل هـذه الاتحايات الهندوسية والإسلامية ويؤكد روتر ، بأن هذه الملحوظة قد تم تجسيدها فى دراسات عديدة وبمعنــى الاتجاهات السلبية – الخارجية ربما تكون هى المعيار أو القاعدة فى الثقافات الأكثر قدرية fatalistic مثـل المتحافات الهندوسية والإسلامية ويؤكد روتر ، بأن هذه الملحوظة قد تم تجسيدها فى دراسات عديدة وبمعنــى أساساً بدرجة المسئولية التى يدرك الفرد أنه يمتلكها على الأحداث فى حياته . فإن الفـرد ذو الاعتقـاد فــى المناساً بدرجة المسئولية التى يدرك الفرد أنه يمتلكها على الأحداث فى حياته . فإن الفـرد ذو الاعتقـاد فــى المنبط الداخلى يدرك أن أحداث الحياة ونتائجها أو عواقبها تتوقف أو تعتمد مباشرة على سـلوكياته ، بينمــا أساساً بدرجة المسئولية التى يدرك الفرد أنه يمتلكها على الأحداث فى حياته . فإن الفـرد ذو الاعتقـاد فــى على أنها محددة دلاً من ذلك بعوامل خارجى أحداث الحياة على الموكياته ، بينمــا

⁽¹⁾Rotter, J (1966) Generalized expectencies for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs.p3.

⁽²⁾Rotter, J (1975) Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. Journal of Consulting and Clinical Psychology. P64.

⁽³⁾ O'Leary, M., Donovan, D., Freeman, C., & Chaney, E. (1976) Relationship between psychopathology, experienced control and perceived locus of control : In search of alcoholic subtypes. Journal of Clinical Psychology.p899.

2-2-2 مركز التحكم في المجال الرياضي:

وفي المجال الرياضي فان مركز التحكم من الصعب التعامل معه على انه متغير متعدد الابعاد (التحكم الداخلي, التحكم الخارجي) بعامليه وهما الاعتقاد في قوى الاخرين والاعتقاد في الحظ والفرصة, وذلك لتداخل مفهوم كل من عاملي التحكم الخارجي في ذهن اللاعبين وخاصة ذوي التحكم الخارجي, اذ يرون ان الحـظ يتدخل في العديد من المواقف والمتمثلة في تحديد واختيار قوي الاخرين.

وهناك العديد من الامثلة في المجال النتافسي توضح لنا مدى تداخل الاعتقاد في قوى اخرين , والاعتقاد في الحظ والصدفة كعاملي او بعدي التحكم الخارجي في اذهان اللاعبين الذين يعتقدون فيه, وفي المجال الالعاب التنافسية يؤيد ان البعض الاخر من الاراء والتي تفضل ان يكون التعامل مع مركز المتحكم على انه متغير احادي البعد ذو طبقين التحكم الداخلي مقابل التحكم الخارجي.

حيث يعتبر الفرد من ذوي التحكم الداخلي اذا كان بمقدوره السيطرة على ما يحدث له والتحكم فيـــه, كما يعتبر الفرد من ذوي التحكم الخارجي اذا كان لا يستطيع السيطرة على ما يحدث له وكذلك عدم مقدرتـــه على التحكم فيها⁽¹⁾.

2-2 الدراسات المشابهة :

در اسة: محمد نعمة حسن 2004م:-

(موقع الضبط وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبى الساحة والميدان المتقدمين)⁽²⁾

إن مشكلة البحث تتمحور حول التساؤل عن طبيعة موقع الضبط لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين ؟ وما هي دافعية الانجاز لديهم ؟ وفيما اذا كان هنالك علاقة بين موقع الضبط ودافعيه الإنجاز؟ و من اهم الاهداف لهذه الدراسة كانت :

- 1 موقع الضبط لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين وتبعا للفعاليات (القصيرة ، المتوسطة ، الطويلة ،
 الرمى ، الوثب) .
- 2 الفروق ذات الدلالة الاحصائية في موقع الضبط لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين تبعــا للفعاليــات الخمس .
- 5 العلاقة الارتباطية بين موقع الضبط ودافعية الانجاز لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين وتبعا للفعاليات الخمس.
 - وقد شملت عينة الدراسة : 1 – عينة الاعداد : وقد شملت على (100) لاعب يمثلون عشرة اندية .
 - 2 عينة التطبيق الرئيسي :. وقد شملت(80)لاعباً يمثلون افضل ثمانية اندية في لعبة الساحة والميدان .
- 3 عينة التجربة الاستطلاعية : ضمت عينة التجربة الاستطلاعية (15) لاعباً في فعاليات الساحة والميدان من نادي السدة الرياضي
 - اما منهج البحث واجراءاته الميدانية :

⁽¹⁾ زكى محمد محمد حسن, عماد ابو القاسم محمد على: مركز التحكم في الالعاب الجماعية, الاسكندرية, المكتبة المصرية,2004,ص36-38.

⁽²⁾ محمد نعمة حسن ؛ موقع الضبط وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين (اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية،جامعة بابل،2004).

فقد استخدم المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي وذلك لملائمته طبيعة مشكلة البحث ، ومن اجل تحقيق اهداف البحث تم استخدام اداتين احدهما مقياس (علي صكر) لموقع الضبط والاخر مقياس (محمد حسن علاوي) لدافعية الانجاز حيث تم تعديل فقرات المقياس الاول بما يتلائم وطبيعة الدراسة بعدها تم عرض كلا المقياسين على الخبراء والمختصصين لبيان صلاحية فقرات كل منهما ومن ثم اخضعت فقرات المقياس الى التحليل الاحصائي باست خدام (المجموعتان الطرفيتان ، والاتساق الداخلي) وفي ضوء ذلك تم استبعاد بعض الفقرات وبهذا اصبح المقياس الاول يحتوي على (34) فقرة اما المقياس الثاني فيحتوي على (17) فقرة.وبعدها تم تطبيق المقاييس على العينة المقصودة من لاعبي الساحة و الميدان المتقدمين ومن خلال استخدام الوسائل الاحصائية تم معالجة البيانات والوصول للنتائج) فقرة اما المقياس الثاني فيحتوي على (17) فقرة.وبعدها تم تطبيق المقاييس على العينة المقصودة من ومناقستها حيث تم التوصل الى الاستنتاجات بان لاعبي الساحة و الميدان المتقدمين هم من ذوي موقع الضبط ومناقستها حيث تم التوصل الى الاستنتاجات بان لاعبي الساحة و الميدان المتقدمين هم من ذوي موقع الضبط بان هنالك علاقة ايجابية بين موقع الضبط ودافعية الانجاز تبعا للفعاليات الخمس بان هنالك علاقة ايجابية بين موقع الضبط ودافعية الانجاز تبعا للفعاليات الخمس

وفي ضوء الاستنتاجات تم التوصل الى صياغة بعض التوصيات من اهمها اجراء در اســة مماثاــة على فئة الشباب والناشئين وكذلك على الفرق النسوية .

اجراءات البحث:-

1-3 منهج البحث:-

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملائمته لطبيعة البحث. " يهدف الاسلوب المسحي الوصفي الى جمع البيانات من افراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة في متغيرات عديدة"⁽¹⁾ 2-3 مجتمع البحث وعينته:

تمثل مجتمع البحث بلاعبي كرة اليد الممتازة باقليم كوردستان العراق و البالغ عددهم (108) لاعبا, تم اختيار عينة بناء مقياس مركز التحكم للاعبي كرة اليد بالطريقة العمدية متمثلة بلاعبي أندية الدرجة الممتازة بأقليم كوردستان العراق والبالغ عددهم (94) لاعباً من(6) اندية وهم نادي(اربيل, سيروان, سليمانية,سولاف, كةيوان, ئاكرى) و بذالي بلغت نسبة(87.037%) و للتجربة الاستطلاعية (5)لاعبين من المجتمع و البالغ (4.62%) .

3-3-1"مقياس مركز التحكم للاعبى كرة اليد " بناء "

يتضمن هذا الجزء الإجراءات العلمية التي قام بها الباحث في أثناء بناء مقياس مركز التحكم للاعبي كرة اليد والتي شملت :

3-3-1-1 أعداد العبارات وصياغتها :

من الخطوات الأساسية لبناء المقاييس النفسية تهيئة العبارات اللازمة والمناسبة , وقام الباحث بإعادة صياغتها مضيفاً عليها من خبراته الشخصية ومن المصادر والأدبيات العلمية المختلفة ذات العلاقـــة بمجـــال البحث وقد روعي في صياغة العبارات آلاتية :

- ان لا تكون طويلة تودي إلى الملل
 - ان لا تكون كاشفة عن نفسها
- ان تكون واضحة ومفهومة المعنى والهدف
 - تعبر عن حالة معينة واحدة .

⁽¹⁾ محمد حسن علاوي و اسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية و علم النفس الرياضي, القاهرة, دار الفكر العربي, 1999, ص139.

هذا وقد تم مناقشة مضامين العبارات التي توصل إليها الباحث مع عدد من المتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية والرياضية^(*). من خلال المقابلات الشخصية معهم تمخضت هذه المناقشة عن تعديل منطوق بعض العبارات مما يجعلها اكثر وضوحاً وايسر فهماً.

3-3-1-2 صدق العبارة وصلاحيتها :

لغرض التعرف على صدق العبارات التي حصل عليها الباحث والبالغة (71) فقرة بواقع (35) فقرة لبعد (التحكم الداخلي) و(36) فقرة لبعد (التحكم الخارجي) بشكلها الأولي عرض على لجنة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال التدريب الرياضي بكرة اليد والعلوم والتربوية والنفسية والرياضية(1) لمعرفة آرائهم في كل عبارة إذ تم وضع أمام كل عبارة بديلين (تصلح –لا تصلح) وطلب منهم وضع علامة () أمام في كل عبارة إذ تم وضع أمام كل عبارة بديلين (تصلح –لا تصلح) وطلب منهم وضع علامة () أمام الديل المناسب مع تدوين أية تعديل يرونه مناسباً الملحق (1) فضلاً عن بيان مدى صلاحية بدائل المقياس وهي (موافق تماما, موافق, ارفض, ارفض تماما) بعد اتفاق المحكمين على صدق المقياس (الصدق وهي (موافق تماما, موافق, ارفض, الفض تماما) بعد اتفاق المحكمين على صدق المقياس (المصدق الظاهري) ،تم استخدام قانون النسبة المئوية كمعيار لاختبار العبارات الصالحة للمقياس ،وكان عدد المحكمين الظاهري) معام أي منام على الغبارات التي أي معاما، موافق, ارفض, ارفض تماما) بعد اتفاق المحكمين على صدق المقياس (المصدق (1) معرفي على معلمي المناسب مع تدوين أية تعديل يرونه مناما) بعد اتفاق المحكميين على صدق المقياس (المصدق (1) المعلمي) ،تم استخدام قانون النسبة المئوية كمعيار لاختبار العبارات الصالحة للمقياس ،وكان عدد المحكمين الظاهري) ،تم استخدام قانون النسبة المئوية كمعيار لاختبار العبارات الصالحة المقياس ،وكان عدد المحكمين (10) حكماً، فقد تم الاعتماد على العبارات التي أيد صلاحيتها (8) حكماً أي نسبة (75%) ف أكثر بينما الطاهري) ،تم استخدام قانون النسبة المئوية كمعيار لاختبار العبارات الصالحة للمقياس ،وكان عدد المحكمين (10) حكماً، فقد تم الاعتماد على العبارات التي أيد صلاحيتها (8) حكماً أي نسبة (75%) ف أكثر بينما المتبعدت العبارات التي لم تحصل على هذا التأييد. وكانت فقرات التي حذفت في التحكم الداخرجي المواحي والمواحي على المقياس ،وكان المعاد (20) مرام المواح التعليمات والعبارات التي حذفت في التحكم الحارجي كانت (6, 15, 17) ، ما فقرات التي حذفت في التحكم الخارجي كانت (6, 15, 19, 20, 20) ، مام حال على مواح التعليمات والعبارات (التجربة الاستطلاعية) .

بتاريخ 2010/2/10 قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من اللاعبين وبلغ عددهم (5) لاعبين طلب منهم تدوين ملاحظاتهم تحريراً على عبارات المقياس وكان الهدف من الدراسة للكشف عما يأتي :

- مدى وضوح العبارات .
- معوقات العمل التي تواجه الباحث.
 - الوقت المستغرق للإجابة .

وقد ظهرت نتائج الدراسة بان افضل معدل (19-23) دقيقة فضلا عن وضوح العبارات وتعليمات مله المقياس.

*) انظر الملحق (1)

^{*}أ.د. ثيلام يونس علاوي (القياس والتقويم)(كلية التربية الرياضية–جامعة الموصل).

أ.د. عامر سعيد جاسم (علم النفس الرياضي)(كلية التربية الرياضية–جامعة البابل).

أ.د. فاهم الطريحي (علم النفس التربوي)(كلية التربية —جامعة البابل).

أ.د. ياسين علوان اسماعيل (علم النفس الرياضي)(كلية التربية الرياضية–جامعة البابل).

أ.م.د. محمد نعمة حسن (علم النفس الرياضي)(كلية التربية الرياضية–جامعة البابل).

أ.م.د. حامد مصطفى حمد (طرق تدريس – كرة اليد)(كلية التربية الاساس-جامعة صلاح الدين).

أ.م.د. فداء اكرم سليم (طرق التدريس)(كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين).

أ.م.د. عظيمة عباس علي (علم النفس الرياضي)(كلية التربية الرياضية–جامعة صلاح الدين).

أ.م.د. سامر يوسف متعب (تعلم حركي – كرة اليد)(كلية التربية الرياضية–جامعة البابل).

أ.م.د. احمد يوسف متعب (علم التدريب – كرة اليد)(كلية التربية الرياضية–جامعة البابل).

تم استخدام الاختبار التائي (T.Tast.Tow Sampls) لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات درجات اجابة المجموعتين (العليا والدنيا) ولكل فقرة من فقرات المقياس وقد ظهرت النتائج بان جميع العبارات مميزة باستثناء (5, 7, 18, 22, 26, 28, 32, 32, 48, 44, 45, 49, 53, 49)عبارات تم الاستدلال عليها من خلال مقارنة قيمة (ت) المحسوبة مع قيمتها الجدولية فإذا كانت قيمتها المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية تعد العبارة مميزة وعليه تبقى بالقياس و الجدول(1) يوضح ذلك.

P.value	قيمة (ت)	رقم	P.value	قَيمَة (ت)	رقم	P.value	قيمة (ت)	رقم
Sig	المحسوبة	الفقرة	Sig	المحسوبة	الفقرة	Sig	المحسوبة	الفقرة
.050	-1.984	41	.000	4.421	21	.000	5.768	1
.033	2.159	42	*.206	*-1.273	22	.000	5.825	2
*.059	*1.909	43	.000	6.481	23	.001	3.315	3
*.827	*.220	44	.000	-4.681	24	.000	5.085	4
*.149	*-1.455	45	.003	3.096	25	*.910	*114	5
.000	6.499	46	*.805	*248	26	.000	5.825	6
.000	3.960	47	.000	11.747	27	*.060	*1.907	7
.000	7.577	48	*.116	*1.585	28	.000	5.085	8
*.080	*-1.772	49	.000	5.803	29	.000	4.316	9
.000	5.600	50	.033	2.159	30	.000	-4.681	10
.001	3.315	51	.000	5.840	31	.013	2.545	11
.000	3.649	52	*1.000	*.000	32	.009	6.932	12
*.059	*1.113	53	.000	6.959	33	.000	6.810	13
.047	-2.012	54	.000	3.812	34	.000	4.676	14
.000	6.016	55	.000	5.701	35	.000	9.384	15
.001	3.442	56	.000	9.395	36	.038	2.664	16
.000	6.005	57	*.084	*1.748	37	.000	6.998	17
*.523	*.640	58	.000	6.302	38	*.602	*6.725	18
.000	8.095	59	*.531	*.628	39	.000	5.291	19
			.000	3.186	40	.009	6.932	20

الجدول (1) القيمة التمييزية(T)

*غير معنوى عند نسبة خطأ 0.05

3–4–2 التحليل الإحصائي بأسلوب الاتساق الداخلي : (Internal Consistency Coefficient) تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول إلى القوة التميزية للعبارات ، إذ ان هذه الطريقة "تقدم لانا مقياس متجادساً من عبار ته فضلاً عن قدر ته على إبراز الترابط بين عبارات المقياس " (كاظم 1990) . [10] . [

تبين بان جميع عبارات المقياس ذات ارتباط معنوي باستثناء الفقرات رقم (6, 41, 54) وذلك مــن خــلال مقارنة قيم (R) المحتسبة مع قيمتها الجدولية والجدول(2) آلاتي يوضح ذلك .

P .value Sig	قيمة R	رقم الفقر ة	P .value Sig	قيمة R	رقم الفقر ة	P .value Sig	قيمة R	رقم الفقرة
*.263	*.117	41	.000	.555	21	.001	.324	1
.030	.223	42			22	.000	.667	2
		43	.000	.718	23	.000	.395	3
		44	.000	.564	24	.000	.549	4
		45	.000	.355	25			5
.000	.545	46			26	*.215	*129	6
.000	.502	47	.000	.772	27			7
.000	.629	48			28	.000	.698	8
		49	.000	.565	29	.000	.413	9
.000	.635	50	.030	.223	30	.000	.564	10
.000	.395	51	.000	.455	31	.000	.417	11
.000	.519	52			32	.000	.381	12
		53	.000	.531	33	.000	.569	13
*.808	*025	54	.000	.502	34	.000	.714	14
.000	.520	55	.000	.651	35	.000	.639	15
.014	.253	56	.000	.629	36	.002	.319	16
.000	.654	57			37	.000	.533	17
		58	.000	.546	38			18
.000	.580	59			39	.000	.412	19
			.029	.225	40	.000	.381	20

الجدول (2) الاتساق (R)

*غير معنوي

3-4-3 اسلوب تصحيح المقياس:

(إن عملية تصحيح المقياس تتم بوضع درجة مناسبة لكل فقرة وحسب اجابة المستجيب مــن خــلال مفتــاح التصحيح الذي هو عبارة عن الاداء التي يكشف بها الفاحص عن الاجابات التي تدل على وجود النتيجة التي تقاس)⁽¹⁾.

حيث تكون المقياس من (41) فقرة و يمثل البعد الداخلي الفقرات التالية (1, 3, 6, 8, 10, 12, 14, 51, 17, 18, 20, 18, 20, 14) وفقرات الاخرى تمثل البعد الخارجي وتتمثل بعد الفقرات (2, 4, 5, 7, 9, 11, 16, 16, 19, 20, 28, 29, 20, 11, 30, 25, 35, 36), والجدول (4) يوضح بدائل الاجابة لكل من البعدين.

لجدول (4)	١
-----------	---

			() 3	
ارفض تماماً	ارفض	مو افق	موافق تماماً	بدائل الاجابة و وزن الفقرة
1	2	3	4	البعد الداخلي
4	3	2	1	البعد الخارجي

⁽¹⁾ محمد عبدالسلام : القياس النفسي والتربوي, ط1 , القاهرة, مكتبة النهضة المصرية, 1981, ص114.

3-4-4 حساب الدرجة الكلية لمقياس موقع الضبط: بعد أن تم التأكد من الفقرات الصالحة والملائمة والتي يمكن من خلالها معرفة موقع الضبط لدي لاعبر المتقدمين بكرة اليد, اصبح المقياس بصورته النهائية متكوناً من (41)فقرة لذا فأن اعلى درجة محتملة يحصل عليها اللاعب هو (164)درجة والدرجة الادني (41) لأن تقدير الاجابة رباعي وبهذا يكون الوسط النظري(*) للمقياس هو (103) درجة حيث كلما كانت درجة المستجيب اعلى من الوسط النظرى كان ذلك مؤشرا على انه من ذوي موقع الضبط الداخلي اما اذا كانت درجته اقل او تساوي من الوسط النظري فيكون من ذوي موقع الضبط الخارجي. 3-4-5 الخصائص السيكومترية (للمقياس): للوصول إلى الأسس العلمية الخاص بالمقياس فقد قام الباحث بايجاد صدق و ثبات المقياس. -1-5-4-3 الصدق:-يعد الصدق من الشروط التي ينبغي توفر ها في اداة القياس ويعرفه (ابيل) بأنه (الدقة التي يقيس فيها الاختبار الغرض الذي وضع من اجله وعندما نريد ان نصل بالمقياس الى اعلى درجة من الثقة فيه هو عندما تتــوافر فيه أدلة على صدقه)⁽¹⁾. ولمقياس موقع الضبط عدة مؤشرات للصدق تم ايجادها نوجزها قيما يأتى: 3-4-5-1-1الصدق الظاهري: (يكون الاختبار صادقاً اذا كان مظهره يشير الي انه اختبار صادق كأن يكون شكله معقو لا وان تشير فقراتــه الى ارتباط بالسلوك المقاس)⁽²⁾, وقد تم التحقق من الصدق المقياس الحالي من خلال عرض فقر اتـــه علـــي مجموعة من الخبراء و المختصين وذلك للتأكد من صلاحية فقراته وملاءمتها لقياس موقع الضبط.. 3-4-5-1-2 الصدق التكوين الفرضي: (ويعد صدق البناء من اكثر أنواع الصدق أهمية في مراحل بناء المقياس لانه بشكل الاطار النظري للمقياس)⁽³⁾, لذلك فقد تم اخضـاع المقياس المعد بهذه الدر اسة لصدق من هذا النوع او لا باستخدام المجموعتين ا الطرفيتين حيث تم استبعاد الفقرات غير المميزة من المقياس وثانياً معامل الاتساق الـــداخلي الـــذي يحســب ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للبعد.

3-1-5-4-3 الثبات:

*) مجموع البدائل المتوسط النظري= ______xعدد الفقرات عددها

⁽¹⁾ رجاء محمود ابو علام: مدخل الى مناهج البحث التربوي, الكويت , مكتبة الفلاح, 1989, ص174.

⁽²⁾ ذوقان عبيدات واخرون: البحث العلمي (مفهومه, ادواته, اساليبه) ط4 , عمان , دار الفكر للنشر والتوزيع, 1992, ص164. ⁽³⁾ احمد سلمان عودة , خليل يوسف خليلي: الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الانسانية, ط1, دار الفكر العربي 1993, ص34.

ويقصد بالثبات مدى خلوه من الاخطاء غير المنتظمة التي تشوب القياس اي مدى قياس الاختبار للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف القياس)⁽¹⁾. تم حساب ثبات المقياس بمعادلة كرونباخ في الفا وقد استخدمت لهذا الغرض نفس عينة الصدق والمكونة من (94) لاعباً , وتم حساب الثبات بمعادلة كرونباخ الفا حسب معامل ثبات الاتساق الداخلي بتطبيق المعادلة على نتائج المفحوصين من خلال حساب درجاتهم على المقياس بصورته النهائية, حيث بلغت قيمة بعد الداخلي الفا(0,843)واما قيمة البعد الخارجي الفا(0,804)واعتبرت قيم كرونباخ الفا للاتساق الداخلي مؤشرات مقبولة للثبات. 4- نتائج البحث: توصل الباحث إلى بناء مقياس جديد لمركز التحكم للاعبى كرة اليد بصورته النهائية ليتكون من (41) فقرة، الملحق (3). 5 - الاستنتاجات والتوصيات: 1-5 الاستنتاجات: في ضوء نتائج البحث استنتج ما يأتي:-1- بناء مقياس جديد لمركز التحكم للاعبى كرة اليد. 2- المقياس يتكون من (41) فقرة الامر الذي لا يتطلب الاجابة عليه فترة طويلة. 3- يتمتع المقياس بصدق وثبات عالى على لاعبى الاندية الممتازة بكرة اليد في اقليم كوردستان العراق.

المصادر و المراجع:-- احمد سلمان عودة , خليل يوسف خليلي : <u>الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الانسانية</u>, ط1, دار الفكر العربي 1993. - ذوقان عبيدات واخرون: <u>البحث العلمي (مفهومه, ادواته, اساليبه</u>) ط4 , عمان , دار الفكر للنشر والتوزيع, 1992. - رجاء محمود ابو علام: <u>مدخل الى مناهج البحث التربوي</u>, الكويت , مكتبة الفلاح, 1989. - زكي محمد محمد حسن, عماد ابو القاسم محمد علي: <u>مركز التحكم في الالعاب الجماعية</u>, الاسكندرية, المكتبة المصرية,2004.

⁽¹⁾ صلاح الدين محمد علام: القياس والتقويم التربوي و النفسي, ط1, القاهرة, الفكر العربي,2000, ص131.

محمد حسن علاوي و اسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية و علم الفس الرياضي,
 القاهرة, دار الفكر العربي, 1999.
 محمد عبدالسلام : <u>القياس النفسي والتربوي</u>, ط1 , القاهرة, مكتبة النهضة المصرية, 1981.
 محمد نعمة حسن ؛ موقع الضبط وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي الساحة والميدان المتقدمين (اطروحة دكتوراه ،كلية التربية الرياضية، جامعة بابل،2004).

⁻O'Leary, M., Donovan, D., Freeman, C., & Chaney, E. (1976) Relationship between psychopathology, experienced control and perceived locus of control : In search of alcoholic subtypes. Journal of Clinical Psychology.

Rotter, J (1975) Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. Journal of Consulting and Clinical Psychology.

⁻ Rotter, J (1966) Generalized expectencies for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs.

Rotter, J (1975) Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. Journal of Consulting and Clinical Psychology.

ملحق (1)

جامعة صلاح الدين كلية التربية الرياضية الاستاذ الفاضل...... المحترم

في نيتي اجراء بحثي الموسوم (بناء اختبار مركز التحكم للاعبي كرة اليد في اقليم كوردستان العراق). ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال, لذا يرجى التفضل بقراءة الفقرات بانه يقيس أو لايقيس البعد واضافة اي فقرات ترونه مناسبة.

اللقب العلمي: التوقيع: التاريخ:

تحبة طبية..

الباحث د. سعید نزار سعید

رقم عبرات عبرات 1 غلبا ما لشعر بالدجل من مزيب عينما اقصر فيما يكلفني به اثناء المباراة 2 عندما لصبل على درجة تقدير به منخصته من مزربي في عبارات ما فاني لشعر 3 عادة ان السبب هذ قلة الجهد الذي ايذله 4 عندما اطهر بمستوى القل معال اتوقعه فان ذلك برجع الى عدم بنل جهود كافية 4 عندما اطهر بمستوى القل مما اتوقعه فان ذلك برجع الى عدم بنل جهود كافية 5 عندما الوفن هي مبارات ما فمن المحتمل ان يكون نقص قدراتي مسبا في ذلك 6 استطيع ان انفذ الخطة التي يضعها لى مدربي بجدية 7 الرعة في تعذير الم عبدان القصارى جهدى الثاء المباراة 8 احسين في من التي يعندي المعاري الرعا محطوطا 9 استطيع أن المثل منتحب العراق وان واظيت على التكريب 10 العترف مو جود الحظ مطلقا 11 لا عترف مو حود الحظ مطلقا 12 المعارين المل منتحي معاري المعارين القلم المستعرفي في التها لمباراة 13 المعرفي في الماذي علي التريبي في التها لمباري معاري المعاري المعاريبي المعاري التها معاري المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاري المعاريبي المعاريبي الما المعاري المعاري المعاري المعاري المعاريبي المعاريبي المعاري المعاري المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاري المعاري المعاري المعاري المعاري المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاريبي المعاري المعاريبي المعاري المعاريبي المعاري المعاري المعاريبي المعاري المعاريبي المعاري المعاري المعاريبي الم			عبارات التعلم التاحلي	
 2 عندم المصل على درجة تقديرية منغضة من مدربي في مباراة ما فاني اشعر عادة أن السبب هذا الجهد الذي ابذله 3 عندم تلوني مع زملائي في الملعب يعطي دلالة على عدم بذل جهود كافية 4 عندم الظهر بمستوى اقل مما اتوقعه فان ذلك يرجع الى عدم انتظامي في 4 عندما الظهر بمستوى اقل مما اتوقعه فان ذلك يرجع الى عدم انتظامي في 5 عندما لا أوفق في مياراة ما فمن المحتمل ان يكون نفص قدراتي سببا في ذلك 6 استطيع ان انفذ الخطة التي يضمعا لي مدربي يجدية 7 الرحية في تحقيق القوز تجطني الذا قصارى جهدي اثناء المباراة 8 الصابي نفسي عند اداء مناولة خاطئة 9 استطيع ان المل منتخب العراق وان وان واظبت علي التدريب 10 استطيع ان المل منتخب العراق وان والمبت علي التدريب 11 لا اعترف بوجود المجاراة انحين تقديم موحدها 12 اعتدا يكر نظام عند الما مناولة خاطئة 13 اعتدا يكر وعد المياراة المني الني النجاح دائما 14 اعترف بوجود المعاراة المنعي التي تي معالي الي النجاح دائما 15 نكر أت الذات و التصريع المي أي المحمدا القالم بواجيي 16 اعترضي التكر مو عد المياراة المعر التي علي التجاح دائما 17 التقن بوجود المعرد التي علي الميارا و في المعار إلي المعاد التوام بواجيي 17 التقي بقدراتي تجعلني اظهر المنهداد القام بواجيي 18 المعرار أن في الملعب ارى الناد و المعورات الطورات 19 الميار الا أن في المعار إلي المي العي الميارا و في المحاد التوام بواجي 19 الميار التي وخبراتي هي مي التي العدارا في الميان العوامل الخارجية 10 التقريع و يعند على الميارا في الميارا في المي العي العي التي و علي في المي العربي 10 التقريع و يعرد في هي الميارا في الميارا العوامل الخارجية 11 لا تري في في في في الميارا المي العي العي العي التي العي العي العي الي المي العي العي العي العي العي العي العي الع	لا يقيس	يقيس		رقم
عادة ان السبب هة قلة الجيد آلذي ابذله من حراي من من التي عن من التي من حراي من التي الذي المحمد التي من التي من زماتي في الملعب يعطي دلالة على عدم بذل جهود كلفية				1
عادة أن السبب هذة الجهد الذي ابذله لا تتحفيق الفور: لا تتحفيق الغير بمستوى اقل مما اتوقعه فان ذلك يرجع الى عدم انتظامي في التريب 7 الشريب (بيب 7 الرغية في تحقيق الفور تجعلني ابذل فصارى جهدي التي سببا في ذلك 7 الرغية في تحقيق الفور تجعلني ابذل فصارى جهدي التاء المباراة 8 الحاسي نفسي عند اداء مناولة خاطئة 10 افضل ان اكون لاعبا جيدا بدلا من لكون لاعبا محفوظا 11 لا اعترف بوجود الحط مالقا 12 الشريب (المثل منتخب العراق وان واطبت على التريب 13 الخسلي ان القذ الحط مالقا 14 العترف في بوجيد الحط مالقا 15 الرغيق في مبارات المالي والق وان واطبت على التريب 16 افضل ان اكون لاعبا جيدا بدلا من لكون لاعبا محفوظا 17 الشريب (المثل منتخب العراق وان والعليب على التريب 18 الحاسي نفسي عند العبار ات تعنى تقديم مو عدها 19 العند التكر موعد العبار ات تعنى تقديم موعدها 10 افضل ان اكون لاعبا جيدا بدلا من لكون لاعبا محفوظا 11 اعترف بوجود الحط مطلقا 13 التركير موعد العبار ات تعنى تقديم موعدها 14 ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة المتجابتي والتخاذ القرار الت 14 اعترف بوجود الحظ مطلقا 15 اعتد النجاح فريقي يعتمد علي الميارا النجريب (الط لات 17 التقتي يقدرافي تجعلني اظهر بمستوى عالي مهما كانت العوامل الخارجية 16 استطبع ان انخذ القرار في الملعب ارى النه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 17 اعتريبي وفق خطط طويلة المدى مهم لأحرز الطولات 17 اعتد ان بواح فريقي يعتمد على الميار المن المالة العار المالة 17 اعتريبي وفق خطط طويلة المدى القرار في الملعب ارى المالي العوامل الخارجية 18 استطبع ان انخذ القرار في الملعب ارى النه في الميار او 19 اعتد ان بواح فريقي يعتمد على الموبد القرار الماليب العوامل الخارجية 20 النا شعرت بنيبيد ولين كعند على الميار المن المناقية العرار التي العد القرار الماليب العبار التي وفيها عندي المنار القام الماليب الماليب التربيب الماليب المنار التي المعد الماليب المعار القار الماليب العوامل الغار بيبيب الماليب التعربي في في الميار القاليب الماليب التريب الالت التريب الماليب العربيب الماليب التيب وعربي في في الميار القاليب الماليب القاليب العليب التيب وعرب التي في الميار القاليب التيب العور وليس كما يريد القاليب التاليب التيب العام التي التعربي القاليب القاليب العليب القوم وير التقاليب التاليب التقريي التاليب ا			عندما احصل على درجة تقديرية منخفضة من مدربي في مباراة ما فاني اشعر	2
3 عدر تعاوني مع زملائي في الملعب يعطي دلالة على عدم بذل جهود كافية 4 عندما الفير بمستوى القل مما اتوقعه فان ذلك يرجع الى عدم انتظامي في 5 عندما لا لوفق في مباراة ما فمن المحتمل ان يكون نفص قدر اتى سببا في ذلك 6 استطيع ان انفذ الخطة التى يصمعها لى مدربي بجدية 7 الرغة في تحقيق التي تصمعها لى مدربي بجدية 8 احاسي نفسي عند اداء مناولة خاطئة 9 استطيع ان المثل منتخب العراق وان واظبت على التدريب 10 الفضل ان كون لاعبا جيدا بدلا من اكون لاعبا محظوظا 11 لا عترف يوجود الحط مطقا 11 العترف يوجود الحظ مطقا 11 العترف يوجود الحظ مطقا 11 العترف ني يحقين التوار الحيا جيدا بدلا من اكون لاعبا محظوظا 12 حينما انذا المباراة المنى تنعي مو عداها 13 القضل ان كون لاعبا خلي الحيار التوار لاعبا محظوظا 14 العترف في تحقيل المباراة المناو الخلي والي الخلي والي الخلي والي التواري والتي المباراة العربي المبارع والتواري العربي المبارع التواري والتي عدي المباراة العربي المبارع والتواري المبارع العربي العربي العربي المبارع التواري والتي والتعربي المباري والتي والتي عواما الخاري والتواري والتعربي عالي المباري والتي والتواري المباري والتواري والتواري والي المبارع التواري والتي والتي والتي المباراة والتعربي والتي المباري المباري المباراة والما الخاري العربي مباري والتواري والتواري والتواري والتواري والتواري والتواري والتواري والمباراة المباراة المباراة المبارة والتواري والتواري والت			عادة ان السبب هة قلة الجهد الذي ابذله	
لتحقيق للفوز 4 عندما لظهر بمستوى اقل مما لتوقعه فان ذلك يرجع الى عدم انتظامى في 5 عندما لا أوفق في مباراة ما فمن المحتمل ان يكون نقص قدر اتى سببا فى ذلك 6 استطيع ان انفذ الخط التى يشعبها لى مدربي بجدية 7 الرغبة في تحقيق الفوز تجعلنى ابذل قصارى جهدي اثناء المباراة 8 الحسي نفسى عند أداء متاولة خاطئة 9 استطيع ان امثل منتخب العراق وان واظبت على التدريب 10 الفضل ان لكون لاعا يجدا بدلا من أكون لاعا محطوطا 11 لا عنزف برجود الحظ مطلقا 12 جينا ما تذكر موعد المباراة اتمنى تقديم موعدها 13 حينا انذكر موعد المباراة اتمني تقديم موعدها 14 ممارستي لكرة اليد تحصن مرعة التجابقي واتخاذ القرارات 15 تفكر الت الذات والتضحية توصلني إلى النجاح دائما 16 العضل ان كون لاعا يحصن مرعة المباراة المناع 17 تقتي يقدر التي تجدلني القرار عام موعدها 10 العضد ان تخذ القرار في الملعب إلى النجام واجبى 14 ممارستي لكرة اليد تحصن مرعة الميام النجام واجبى 15 عندما تبدا المباراة المدى مهم لأحراز البطو لات 16 استطيع ان اتخذ القرار في الملعب إلى النجام واجبى 17 تقتي يقدر التي تجدلني القير الميام واتخاذ القام بواجبى 19 اعتد ان نجام قرار في الملعب إلى النجام والي الى النجام واجبى 10 النظريع مان تخذ القرار في الملعب إلى النه والذات العوامل الخارجية 10 النظريع التي نتخالق إلى الملعب إلى النه والذات العزامي الخريبية 11 المطيع ال المباراة المعر الذي في المليراة والذات العوامل الخارجية 12 يكونين التي نجوز ألى في المياراة المعالي الى النه والذات العزامي الخارجية 13 المطيع على التخار قرار في الملعب إلى المفارية العزام الخريبية 14 المليع من اليولي التي تحدث الثاء المنافسة 15 قدر التي وظبي اعترار في المليران ولي المليز إلى المغار إلى المعار الق 17 تقد يقدر التي تجليبا إلى المشاكل التي تحدث الثاء المنافسة 21 يمكني تحد من الزار السي كانيرين من القضائيا المهمة 22 يمكني الحد من تنائج أخطائي في المياراة المنافسة 23 يلكني تعلي فرقي في المباراة سيار إلى المنافسة 24 الملي المشاكل في المياراة المياراة المنافسة 25 عليا ما استكيل في المياراة المياراة المنافسة 27 تحصل لى المشاكل في المياراة إلى إلى المنافسة 28 الأطما التي المفاكل في المياراة سيابي القاري العالي المية 28 الأطما التي الميابي الميان التي معود إلى وقابليال المهمة 29 المحان علي ا			عدم تعاوني مع زملائي في الملعب يعطي دلالة على عدم بذل جهود كافية	3
التتريب التدريب 5 عندما لا أوفق فى مباراة ما فمن المحتمل ان يكون نقص قدر اتى سببا فى ذلك 6 استطيم ان انذ الخطة التى يضعها لى مدريب يجدية 7 الرغبة فى تحقيق الفوز تجعلنى ابذل قصارى جهدى اثناء المباراة 8 لحاسي نفسى عند ادا مناولة خاطئة 9 استطيم ان امثل منتخب البرق و ان واظبت على التكريب 10 افضل ان اكون لاعبا يجدا ولا و ان واظبت على التكريب 11 لا اعتراد مباراة انمنى تقديم مو عدها 12 عينما التكرم مو عد المباراة انمنى تقديم مو عدها 13 لحرف بوجود الحط مطلقا 14 مارستي لكرة اليد تصن سرعة استجابتى و اتخاذ القرار الت 15 عينما تكرا المباراة انمي الني على اند الاستعداد القرار اندى مهم لأحراز البطو لات 16 التكريبي وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطو لات 17 تقتى بقدر اتي تجعنى اظهر بمستوى على مهما كانت العوامال الخارجية 17 تقتى بقدر اتي تجعنى اظهر بمستوى على مهما كمانت العوامال الخارجية 18 استطيع ان الخذا المبارا انعرافي عند على الجهد الذى النها مباراة 19 المنا عدا ربي النه عنها كرفي المباراة 10 تحربي ي فق عائم المنا المباراة 11 الما سنطيع تغيير وفي المعجد ارى النه ما كرفي معارا الما الخارجية 11 ا			لتحقيق الفوز	
التتريب التنظيم إن انفذ الخطأة التي يضعها لي مدرجي بجدية - 6 استظيم إن انفذ الخطأة التي يضعها لي مدرجي بجدية - 7 الرغة في تحقيق الفوز تجعلني ابذل قصاري جهدي اثناء المباراة - 8 لحاسي نفسي عند أداء مناولة خاطئة - 9 استطيم إن أمثل منتخب البحر إلى وإن واظبت على التتريب - 10 افضل إن أكون لاعبا يجدا إيد لا من أكون لاعبا محظوظ - 11 لا اعترز في جود الخط مطلقا - 12 حينما التذكر مو عد المباراة المني تقديم مو عدها - 13 مارستي أكرة اليد تصن سرعة المنجابي و اتخاذ القرار إلى التجاح دائما - 14 مارستي أكرة اليد تصن سرعة المنجابي و اتخاذ القرار إن الصر مع معال الحرار البطو لائت - 15 عندما تبدا المبارا أنسر انني على المرالاستحرار البطو لائت - 16 المندا المبارا أنشي بسمتو على المهم محرار إلى المبطو لائا - 17 تقدي بقد المبار أن المعر بسمتو على المهم معها كار الخلي المع بسمتو على المهم محمد المعهما كار المبطو الن المع بسمتو على المبطر القرار أو المبطو الن الخلي المعربي معهم معهما كار السولي المبطو الن الما أستطب على المبطو الفي المبطو النها أسمار الخلي المبطو الفي المبطو الفي المبطو الفي المبطو الفي المبطو الفي المعود على المبطو الفي المب			عندما اظهر بمستوى اقل مما اتوقعه فان ذلك يرجع الى عدم انتظامي في	4
 أ استطيع أن أنفذ الخطة التي يضعها لى مدربي بجنية أ الرغبة في تحقيق الفوز تجطني ابذل قصارى جهدي الثاء المباراة أ الرغبة في تحقيق الفوز تجطني ابذل قصارى جهدي الثاء المباراة أ السطيي قلمي عند أداء مناولة خاطئة أ الفضل أن لكون لأعبا جيدا بدلا من كون لأعبا محظوظا أ الأصل أن لكون لأعبا جيدا بدلا من كون لأعبا محظوظا أ الماتي منتخب العراق وإن واطبت على التدريب أ الماتي في جود الحظ مطلقا أ الماتي الذات المناي القيام على التاريب أ الماتي في وجود الحظ مطلقا أ الماتي التي النجاح دائما أ عدما تبدأ المبرازة المني علي التوارات أ عدما تبدأ المبرازة المني علي التوارات أ عدما تبدأ المبرازة المني التي النجاح دائما أ عدما تبدأ المبرازة المر الني علي المولات أ عدما تبدأ المبرازة المعر الني علي المولات أ عدما تبدأ لمبرازة المعر الني علي المولات أ عدما تبدأ المبرازة المعر الني علي المولات أ عدما تبدأ المبرازة المعر الني عالم والم الخارجية أ عدما تبدأ المبرازة المعر الني علي مهما كانت العوامل الخارجية أ عدما تبدأ لمبرازة المعر الني عامدي مهما كانت العوامل الخارجية أ عدما تبدأ المبرازة المعر الني علي مهما كانت العوامل الخارجية أ عدما تعدراتي مي التي عند عالى المبرازة وكان مخالفا أ عدما تبدأتي مع المبرازة المبور الني وكان مخالفا أ عدما تبدراتي هي التي تحدث قالمباراة أ عدما تبدراتي وغيراتي اعتذر عن الاستمرار في المباراة وكان مخالفية أ عدما ني نجاح فريقي يعتمد على الجود الفي مالمبرازة أ عدما أ عاصل المبرازة ولالمبن المبرازة وكان محلول المبرازة من المباراة أ عدما تبدراتي مع المبرازة المبالما أ عدما تبدراتي وغيراتي وليات المباراة أ منا معاد علي المبراز عن الألمي المباراة أ عدما المبراز علي مي المبرازة المباراة أ مالمات المبراني علي فريقي المبراتي وليالمبل المبالما أ من المبي المبرا علي فريقي المباراة من ال			التدريب	
7 الرغبة فى تحقيق الفوز تجعلنى ابذل قصارى جهدي اثناء المباراة 8 الحاسبى نفسي عند آداء متناولة خاطئة 9 استطيع ان امثل منتخب العراق و ان واظبت على التدريب 10 الفضل ان اكون لاعبا جيدا بدلا من اكون لاعبا محظوظا 11 لا اعترف بوجود الحط مطلقا 12 حينما انذكر مو عد المباراة التمنى تقديم موعدها 13 الغذي لرم عد المباراة التمنى تقديم موعدها 14 ممارستي لكرة الذ تصن سرع لستجابتي وائتاذ القرارات 15 عندما تبدا المباراة التمني على التجاح دائما 16 تقدم ني على تعليم مهما كذر البطولات 17 تقنى بغراقي فعرفي الني على على تم الستعداد للقيام بواجبى 18 المندما تبدا المباراة المدى مهم لأحراز البطولات 19 تعذما تبدا المباراة الخي عسنوى عالى معها كانت العوامل الخارجية 10 التقد القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 11 تعذي المباراة المنافسة 11 تعذي القرار في المباراة 11 تعذي رفيقي يعتد على البغذي البناء المنافسة 12 يمكنى زريق يعتد على المندي بي في المباراة 13 تعذي بي حياي بعد من ي المنذي القرار السي حياي المباراة 14 المعزمي بي المباراة الخيام العزي الفي الغذي القرار المالغذي الغذي الفرار البغذي المبارازة 15 تعد القر			عندما لا أوفق في مباراة ما فمن المحتمل ان يكون نقص قدراتي سببا في ذلك	
 8 الحاسبي نفسي عند اداء مناولة خاطئة تحت التريب 9 استطيع ان امثل منتخب العراق وان واظبت على التدريب 10 افضل ان كون لاعبا جيدا بدلا من كون لاعبا محطوظا 11 لا اعترف بوجود الحظ مطلقا 12 حينما اتذكر موعد المباراة اتمنى تقديم موعدها 13 ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات 14 ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات 15 تنذل المباراة المعني الي النجاح دائما 16 ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات 17 اعتدما تبدأ المباراة المعر التي علي اتم الاستعداد للقيام بواجبي 18 المنارستي لكرة اليد تحسن سرعة المتحابتي واتخاذ القرارات 19 تعدما تبدأ المباراة الشعر الني علي اتم الاستعداد للقيام بواجبي 10 تندريبي وفق خطط طويلة الدى مهما كانت العوامل الخارجية 11 اعتد القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 12 قدراتي تجملني الفير بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 13 تندريبي وفق نظمر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 14 قدراتي معراني التي الجهد الذي ابذله وكذلك زملائي 15 تقدي بقدراتي مع التي المباراة 15 قدراتي مع التي تحدد ما سابزله في المباراة 21 قدراتي مع التي تحدث انتاء المنافسة 22 لمكني الحدم من نتائج أخطائي في المباراة 23 عليكاني الحدمن من نتائج المباراة 24 مع أن أريد وليس كما يريد الأخرين 25 عامكاني المشاكل التي تحدث انتاء المنافسة 26 عابكاني تجنب المشاكل التي تحدث انتاء المباراة 27 تحصر في ما أميل وجهيا نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 28 بامكاني التثير وحية نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 29 بامكاني تلتثير حقيق لفوز المباراة المباراة بعدر الي وقابلياتي 20 تعرف علي ألما ألمباراة السبر جي وقابلياتي ألمنا المهمة 21 ألما علي المبارة المباراة المباراة بعدر المراد مال الخارجية في التهديف والمباراة بقدراتي وقابلياتي 21 ألما علي ألومي الخراة المن ألما ألمب			استطيع ان انفذ الخطة التي يضعها لي مدربي بجدية	
 9 استطيع أن أمثل منتخب العراق وان واظبت على التدريب 10 افضل أن أكون لأعبا جيدا بدلا من أكون لأعبا محظوظا 11 لا اعترف بوجود الحظ مطاقا 12 حينما التذكر موعد المباراة آلمنى تقديم موعدها 13 أخرات الذات والتضحية توصلنى إلى النجاح دائما 14 ممارستي لكرة البد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرار الت 15 أخرات الذات والتضحية توصلنى إلى النجاح دائما 16 ممارستي لكرة البد تحسن سرعة الستجابتي واتخاذ القرار الت 17 لقد مناب التضحير الني على اتم الأستعداد للقيام بواجبي 18 أسلمار أة أشعر الني على اتم الأستعداد للقيام بواجبي 19 أعذ ما تبدر التي تجعلنى اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 10 المتطيع إن أتذا الفرر المستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 10 التقدين يعني على التي الاستعداد للقيام بواجبي 10 التقدين القرار أفي الملعب أرى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 10 النظيع إن أتذا لقرار في الملعب أرى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 11 التعريبي وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطولات 12 قدر أتي نجاح فريقي يعتد على الجهد الذي ابذاء وكذلك زملائي 13 أنشريبي أو في المعب أرى الاستمرار في المباراة 14 أستطيع من نتائج أخطائي في المباراة 21 قدر أن نجاح فريقي اعتد على الجهد الذي الذاء وكثلي زملائي 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائي في المباراة 23 علما ما المشاكل التي تحدث الثاء المنافسة 24 إما ما ستطيع تغيير وجه القرارة السبب جهلي بيعض المواد الجديدة في القانون 25 عالما ما المنطيع تغيير وجه المباراة المباراة 26 إمكاني فريقي الثارة المباراة 27 ألم ما أستطيع تغيير وجه المباراة بسبب جهلي بيعض المواد الجديدة في القانون 28 الأخطاء التي أردي القصيا المواد الجديدة في القانون 29 أمرص على أن أمؤن ألما المباراة التي أركثيها و لا أكون دفيقا في التهديف 21 ألم ما ألما ألمباراة المباراة بسبب جهلي بيعض المواد الجديدة في القانون 21 ألمواء التي ألمباراة بسبب جهلي بيع			الرغبة في تحقيق الفوز تجعلني ابذل قصاري جهدي اثناء المباراة	
9 استطيع إن امثل منتخب العراق وإن واظبت على التدريب 10 أفضل أن لكون لأعبا جيدا بدلا من أكون لأعبا محظوظا 11 لا اعترف بوجود الحظ مطلقا 12 حينما انذكر موعد المبار أة اتمنى تقديم موعدها 13 اكرات الذات والتضحية توصلنى إلى النجاح دائما 14 مارستى لكرة البد تحسن سرعة استجابتى واتخاذ القرار ات 15 تعدما تبدأ المبار أة أشعر اننى على أتم الاستعداد للقيام بواجبى 16 تدريبي وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطو لات 17 تقدى بقدراتى تجعلنى اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 17 تقدى بقدراتى تجعلنى اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 17 تقد بقد القرار في المعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 18 استطيع أن تخذ القرار في المعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 19 اعتد ما نتائج انضا المنى مهما كانت العوامل الخارجية 20 الأ معرب راى على فريقي العند عن الأسترار في المباراة 21 استطيع أن نجام فريقي اعتد حما سابذانه في المنافسة 22 معكنى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 23 ملي مالمناله المنافسة 24 المعار الوس كما يرد الأخرين 25 علما منائي المناكي في المباراة المباراة 26 الممال المنا			أحاسبي نفسى عند أداء مناولة خاطئة	
 11 لا اعترف بوجود لحظ مطلقا 12 حينما اتذكر موعد المباراة اتمنى تقديم موعدها 13 ذكرات الذات والتضحية توصلنى الى النجاح دائما 14 ممارستى لكرة اليد تحسن سرعة استجابنى واتخاذ القرارات 15 عندما تبدأ المباراة اشعر اننى عالى المباحداد للقيلم بواجبى 16 تدريبى وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطولات 17 اتقتى بقدراتى تجعلنى اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 18 استطيع ان اتخذ القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 19 اعتد النباراة الشعر اننى على مهما كانت العوامل الخارجية 10 تدريبى وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطولات 10 تدريبى وفق خطط طويلة المدى مهم لأمراز اليواملات 11 القديم ان انخذ القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 12 قدراتى وخبراتى هى التي تحدث الناء المباراة 21 قدراتى وخبراتى هى التي تحدث اثناء المباراة 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائى فى المباراة 23 يمكنى الحد من نتائج أخطائى فى المباراة 24 يمكنى الحد من نتائج أخطائى فى المباراة 25 يمكنى الحد من نتائج أخطائى فى المباراة 26 إمكاني تجير التي تحدث أثناء المنافسة 27 تحصل لى المشاكل التى تحدث أثناء المنافسة 28 الأخطاء التى يوجبي المباراة بسبب جهلى بيعض المواد الجديدة فى القانون 29 أمكانى التائير على فريقي اثناء المباراة 20 أحرص على المشاكل التي تحدث أثناء المباراة 20 أحرص على المشاكل التي تحدث أثناء المباراة المبارية 28 الأخطاء التى ألمباراة بسبب جهلى بيعض المواد الجديدة فى القانون 29 أمكانى التائير على فريقي اثناء المباراة بقدراتى أولا المباراة المباراة العربي العالي الفسلاما 20 أحط لى المشاكل فى المباراة بقدراتى أولا المولي المواد الجديدة فى القانون 21 أحط عالى اليولي العاراة بقدراتى أولا المباراة القدي أولا المولي العالي المعالي المباراة المباراة المباراة المباراة المباراة المباراة المباراة المباراة المباراة المبارالمول الماليالي المبالي المباراة المبالي المباراة المبالي				9
12 حينما آتذكر موعد المباراة اتمنى تقديم موعدها 13 نكرات الذات والتضمية توصلنى إلى النجاح دائما 14 ممارستى لكرة اليد تحسن سرعة استجابتى واتخاذ القرارات 15 عندما تبدا المباراة اشعر لننى على اتم الاستعداد للقيام بواجبى 16 تعدما تبدا المباراة اشعر لننى على اتم الاستعداد للقيام بواجبى 17 قتى يفدرانى على اتم الاستعداد للقيام بواجبى 17 تقتى يقدراتى تجعانى اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 17 القدر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 18 استطيع ان اتخذ القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 18 التوجيهات مدربى 19 اعتد من ينانج اغيرين عالمهد ارى انه في الحار إذ البطو لات 20 اذا شعرت باجهاد فاننى اعتذر عن الاستمرار في المباراة 21 قدراتى وخبراتى هى التى تحدث الثاء المنافسة 22 يمكنى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 23 يمكنى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 24 المكانى التاثير على فريقى الثاء المنافسة 25 غاليا ما استطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 إلى ما نتائج أخطائى في المباراة 27 تحصل لى المثاكر التى تحق المباراة يقدر الى وقابلياتى 28 الأخطاء التى أفق المباراة بقدر الى وقابلياتى			افضل ان اكون لاعبا جيدا بدلا من اكون لاعبا محظوظا	10
 13 نكرات الذات والتضحية توصلنى إلى النجاح دائما 14 ممارستى لكرة اليد تحسن سرعة استجابتى واتخاذ القرارات 15 عندما تبدأ المباراة اشعر اننى على اتم الاستعداد للقيام بواجبى 16 تدريبى وفق خطط طويلة المدى مهم لأحر إز البطو لات 17 ثقتى بقدراتى تجعلنى اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 18 استطبع أن اتخذ القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 19 اعتقد أن نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى 10 تنظيع أن نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى 19 اعتقد أن نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى 10 اذا شعرت باجهاد فائنى اعتذر عن الاستمرار في المباراة 21 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 23 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 24 عالى محمائل التي تحدث أنثاء المنافسة 25 عالبا ما استطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصر لي المباراة 28 الأحطاء التى قداراتى وقبراتى هي التي تحدث أنثاء المنافسة 29 إلى على فريقى الناء المباراة 20 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 20 تحصر على أن أحقق الفوز في المباراة المباراة 21 تحصر على أن أحقق الفوز في المباراة المباراة 22 عمل لى المشاكل في المباراة المبار وقابلياتى 23 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 24 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 25 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصر لي المائياتي المباراة بسبب جهلى ببعض المواد الجديذة في القانون 28 الأخطاء التى إلى الأخطاء التي ألكبها ولا كون دقيقا في التهديف 29 أمر من على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتى اولا كون دقيا في التهديف 20 ألنا عليه اليوم يرجع إلى مالمار المن من جون من جود بالعان اليوم ألفاء التي أنهان من ألغان من ألفا عليه اليو			لا اعترف بوجود الحظ مطلقا	11
 13 نكرات الذات والتضحية توصلنى إلى النجاح دائما 14 ممارستى لكرة اليد تحسن سرعة استجابتى واتخاذ القرارات 15 عندما تبدأ المباراة اشعر اننى على اتم الاستعداد للقيام بواجبى 16 تدريبى وفق خطط طويلة المدى مهم لأحر إز البطو لات 17 ثقتى بقدراتى تجعلنى اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 18 استطبع أن اتخذ القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 19 اعتقد أن نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى 10 تنظيع أن نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى 19 اعتقد أن نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى 10 اذا شعرت باجهاد فائنى اعتذر عن الاستمرار في المباراة 21 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 23 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 24 عالى محمائل التي تحدث أنثاء المنافسة 25 عالبا ما استطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصر لي المباراة 28 الأحطاء التى قداراتى وقبراتى هي التي تحدث أنثاء المنافسة 29 إلى على فريقى الناء المباراة 20 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 20 تحصر على أن أحقق الفوز في المباراة المباراة 21 تحصر على أن أحقق الفوز في المباراة المباراة 22 عمل لى المشاكل في المباراة المبار وقابلياتى 23 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 24 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 25 عالبا ما أستطبع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصر لي المائياتي المباراة بسبب جهلى ببعض المواد الجديذة في القانون 28 الأخطاء التى إلى الأخطاء التي ألكبها ولا كون دقيقا في التهديف 29 أمر من على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتى اولا كون دقيا في التهديف 20 ألنا عليه اليوم يرجع إلى مالمار المن من جون من جود بالعان اليوم ألفاء التي أنهان من ألغان من ألفا عليه اليو			حينما اتذكر موعد المباراة اتمنى تقديم موعدها	12
14 ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات 15 عندما تبدا المباراة اشعر اننى على اتم الاستعداد للقيام بواجبي 16 تدريبي وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطو لات 17 ثقتى بقدراتي تجعلني اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 17 ثقتى بقدراتي تجعلني اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 18 استطيع ان اتخذ القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 19 أعتقد ان نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائي 10 اذا شعرت باجهاد فانني اعتذر عن الاستمرارفي المباراة 10 اذا شعرت باجهاد فانني اعتذر عن الاستمرارفي المباراة 11 قدراتي وخبراتي هي التي احدد ما سابذله في المباراة 12 يمكننى الحد من نتائج أخطائي في المباراة 13 قدراتي وخبراتي هي لي الشعراراة 14 استطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 15 يمكنى الحد من نتائج أخطائي في المباراة 14 المتطيع تغيير وجهي الظر المدرب حيال الكثير من القضاية 15 يمكنى الحد من نتائج أخطائي في المباراة 15 يمكنى الحد من نتائج المباراة 16 يمكنى الحد من نتائج أخطائي في المباراة 17 تحصل في المشاكل التي المباراة 17 ت				13
 15 عندما تبدا المباراة اشعر اننى على اتم الاستعداد للقيام بواجبى. 16 تدريبى وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطولات 17 ثقتى بقدراتى تجعلنى اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية 18 استطيع ان اتخذ القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 19 أعتقد ان نجاح فريقى يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى. 10 أعتقد ان نجاح فريقى يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى. 10 أعتقد ان نجاح فريقى يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى. 12 قدراتى وخبراتى هى التى اعتذر عن الاستمرارفى المباراة 12 قدراتى وخبراتى هى التى تحدد ما سابذله في المناداة 13 قدراتى وخبراتى هى لتى تحدد ما سابذله في المناداة 14 قدراتى وخبراتى في لقد تحدد ما سابذله في المناداة 15 قدراتى وخبراتى في لقد تحدد ما سابذله في المناداة 15 قدراتى وخبراتى في لقد تحدد ما سابذله في المناداة 15 قدراتى وخبراتى في لقد تحدد أنتاء المنافسة 15 قدراتى وخبراتى في قد التى في الماداة 16 أعتقد ان نجاح فريقى التاء المنافسة 17 قدراتى وخبراتى في قد التى في المناداة 18 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 19 أعتمد في التي المباراة المباراة 19 أمكانى التناير وليقى الثناء المباراة 19 أمكانى التناير وجبة نظر المررب حيال الكثير من القضايا المهمة 19 أمكانى التائير على فريقى الثناء المباراة 19 أمكانى الما أستطيع تغيير وجبة نظر المرب حيال الكثير من القضايا المهمة 10 أما أستطيع تغيير وجبة نظر المرب حيال الكثير من القضايا المهمة 10 أدخل القراراة المباراة بسبب جهلى بيعض المواد الجديدة في القانون 10 ألفطاء التى أقع فيها نتيجة ضعف قدراتى والياباتى العوامل الخادون 10 أدطن الهوافي إلى الأخطاء التى أردقق الفوز في المباراة بقدراتى الولا الحود يذفي القانون 10 أدط عليه اليور في المباراة بقدراتى الولا الحود يقيا في التهديف 11 أدط عليه اليوم برجم إلى ما بذلته من جهد بالأمس 12 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتى الولا ولا الحود خوباليا الحود خوباع الأماني الخراماء التى أرتكبها و لا أكون دقيقا في التهديف<!--</td--><td></td><td></td><td>ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات</td><td>14</td>			ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات	14
 17 ثقتى بقدراتى تجعلنى أظهر بمستوى عالى مهما كأنت العوامل الخارجية 18 استطيع أن اتخذ القرار في الملعب إرى أنه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا 19 أعتقد إن نجاح فريقى يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائى 20 اذا شعرت باجهاد فاننى اعتذر عن الاستمرار في المباراة 21 قدراتى وخبراتى هى التى تحدد ما سابذله في المنافسة 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 23 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 24 إن مكانى تجنب المشاكل التى تحدث أثناء المنافسة 25 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 26 إمكانى تجنب المشاكل التى تحدث أثناء المنافسة 27 عمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 28 إمكانى تجنب المشاكل التى تحدث أثناء المنافسة 29 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 20 بامكانى التاثير على فريقى الناء المباراة 27 تحصل لى المشاكل التى تحدث أثناء المنافسة 28 الأخطاء التى أقم في المباراة 29 ألخطاء التى أقم في المباراة 20 يعتمد على المباراة 20 بامكانى التاثير على فريقى المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 20 إلى المشاكل في المباراة بسبب جهلى ببعض المواد الجديدة في القانون 20 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتى او لا إلى الحينة في التاثيري المباراة بقدراتى او لا إلى أرحرس على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتى او لا إلى أما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 31 أن عود ضياع الأهداف إلى الأخطاء التى أرتكبها و لا أكون دقيقا في التهديف 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أن أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 34 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 35 ما أنا عليه اليوم بيرجع إلى ما أذل أكون محظوظاً إلى المباراة من أن أكون محظوطاً أن أكون مظار الاما ألى ألى مابران ما أحاول تخطى ذلك بنفسى 34 ما أنا عليه مابراة ما أحاول تخطى ذلك بنفسى 				15
 الستطيع أن أتخذ القرار في الملعب أرى أنه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا لنتوجيهات مدريي 19 اعتقد ان نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذي ابذله وكذلك زملائي 20 اذا شعرت باجهاد فانني اعتذر عن الاستمرارفي المباراة 21 قدراتي وخبراتي هي التي تحدد ما سابذله في المنافسة 22 يمكنني الحد من نتائج أخطائي في المباراة 23 يمكنني الحد من نتائج أخطائي في المباراة 24 أيكني تجنب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 25 يامكاني تجنب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 26 بامكاني تجنب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 27 يمكنني الحد من نتائج أخطائي في المباراة 28 بامكاني تجنب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 29 أيكاني تجنب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 20 أن أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصل لي المشاكل في المباراة 28 الأخطاء التي أقم فرية المباراة 29 ألحكاني التأثير على فريقي اثناء المباراة 20 ألحكاني التأثير على فريقي اثناء المباراة 20 ألخطاء التي أقم فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي 20 ألحوص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا أكون دقيقا في القانون 29 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا عن ولا ألمون الجديدة في القانون 20 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا عن دقيقا في التهديف 21 ألح عنها نتيجة ضعف قدراتي او لا أكون دقيقا في التهديف 22 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا أكون دقيقا في التهديف 20 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا أكون دقيقا في التهديف 21 ألح عنها بليجة من جهد بالأمس 22 ألح علي المالي ألمان ألماني ألماني 23 ألم ألمان عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 24 ألما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 25 ألمن أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً ألما ألماني ألماني المالي إلماني ألماني ألماني ألمباراة من ألماني ألماني ألماني إلماني ألماني ألماني ألماني إلماني ألماني ألمن ألماني ألماني ألماني ألم			تدريبي وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطولات	16
لتوجيهات مدربى 19 أعتقد ان نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذى ابذله وكذلك زملائي 20 اذا شعرت باجهاد فانني اعتذر عن الاستمرار في المباراة 21 فدراتي وخبراتي هي التي تحدد ما سابذله في المنافسة 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائي في المباراة 23 بامكاني تجنب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 24 بامكاني تجنب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 25 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 بامكاني التاثير على فريقي اثناء المباراة 27 تحصل لي المشاكل في المباراة 28 الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي 29 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بيب جهلى ببعض المواد الجديدة في القانون 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أو لا 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أو لا 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 31 عتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس			ثقتي بقدراتي تجعلني اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية	
20 إذا شعرت باجهاد فاننى اعتذر عن الاستمرار في المباراة 21 قدراتي وخبراتي هي التي تحدد ما سابذله في المنافسة 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 23 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 24 أصلحانى تجذب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 25 بامكانى تجذب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 24 أصرف كما أريد وليس كما يريد الآخرين 25 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصل لى المشاكل في المباراة 28 الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي 29 أحصل لي المشاكل في المباراة بعدراتي وقابلياتي 20 تعود ضياع الأهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 30 تعود ضياع الأهداف إلى الأخطاء التي أو لا 31 يعتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جمل وكون محقوظ ألى الحق الخلوا من أن أكون محظوطأ 33 قضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوطأ 34 عندما يخسر فريقي مباراة من أن أكون محظوطأ			استطيع ان اتخذ القرار في الملعب ارى انه في صالح فريقي حتى لو كان مخالفا	18
20 إذا شعرت باجهاد فاننى اعتذر عن الاستمرار في المباراة 21 قدراتي وخبراتي هي التي تحدد ما سابذله في المنافسة 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 23 يمكننى الحد من نتائج أخطائى في المباراة 24 أصرف كما أريد وليس كما يريد الآخرين 25 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصل لي المشاكل في المباراة 28 الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي 29 أحصل لي المشاكل في المباراة بعدراتي وقابلياتي 20 أما أنا عليه اليور في المباراة بعدراتي او لا 29 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 31 يعتمد مستقبلي كلاعب على الندريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 34 أنا عليه أليون ميار أن أكون متأبر في ألمو مال أل أكون			لتوجيهات مدربي	
21 قدراتى وخبراتى هى التى تحدد ما سابذله فى المنافسة 22 يمكننى الحد من نتائج أخطائى فى المباراة 23 بامكانى تجنب المشاكل التى تحدث أثناء المنافسة 24 أتصرف كما أريد وليس كما بريد الآخرين 25 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 25 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصل لى المشاكل فى المباراة بسبب جهلى ببعض المواد الجديدة فى القانون 28 الأخطاء التى أقع فيها نتيجة ضعف قدراتى وقابلياتى 29 أحرص على أن أحقق الفوز فى المباراة بقدراتى او لا 20 أحرص على أن أحقق الفوز فى المباراة بقدراتى او لا 20 أحرص على أن أحقق الفوز فى المباراة بقدراتى او لا 20 أحرص على أن أحقق الفوز فى المباراة بقدراتى او لا 21 عار أن عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 22 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 31 أخطاء الذى أكون مثابر فى المباراة من أخطاء الذى أكون محظوا 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أضل أن أكون مثابر فى المباراة من أكون محظوا 34 أضل أن أكون مثابرة ما أحاول تخطى ذلك بنفسى			أعتقد ان نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذي ابذله وكذلك زملائي	
22 يمكننى الحد من نتائج أخطائى فى المباراة 23 بامكانى تجنب المشاكل التى تحدث أثناء المنافسة 24 أتصرف كما أريد وليس كما يريد الأخرين 25 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 بامكانى التاثير على فريقى اثناء المباراة 27 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 عالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 27 تحصل لى المشاكل فى المباراة بسبب جهلى ببعض المواد الجديدة فى القانون 28 الأخطاء التى أقع فيها نتيجة ضعف قدراتى وقابلياتى 29 أحرص على أن أحقق الفوز فى المباراة بقدراتى او لا 30 يعتمد مستقبلى كلاعب على الخطاء التى أرتكبها و لا اكون دقيقا فى التهديف 31 يعتمد مستقبلى كلاعب على التدريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أفضل أن أكون مثابر فى المباراة من أن أكون محظوظاً 34 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 35 أفضل أن أكون مثابر فى المباراة من أن أكون محظوظاً 36 أفضل أن أكون مثابر فى المباراة من أن أكون محظوظاً 37 عندما يخس فريقى مباراة ما أحوال تخطى ذلك بنفسى				-
 23 بامكاني تجنب المشاكل التي تحدث أثناء المنافسة 24 أتصرف كما أريد وليس كما يريد الآخرين 25 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 بامكاني التاثير على فريقي اثناء المباراة 27 تحصل لي المشاكل في المباراة بسبب جهلي ببعض المواد الجديدة في القانون 28 الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي 29 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بعدراتي او لا 20 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أو لا اكون دقيقا في التهديف 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أو لا اكون دقيقا في التهديف 31 أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً 34 أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 35 أخرص على أن أحول إلى الخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 36 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 37 عندما يخسر فريقي مباراة ما أحول ما كون محظوظاً 38 إنه ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 39 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 30 أخط أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً 31 أخط أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من خلو ما كون يقبع أن أكون محظوظاً 				
 أتصرف كما أريد وليس كما يريد الأخرين غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة بامكاني التاثير على فريقي اثناء المباراة بامكاني التاثير على فريقي اثناء المباراة تحصل لى المشاكل في المباراة بسبب جهلي ببعض المواد الجديدة في القانون تحصل لي المشاكل في المباراة بسبب جهلي ببعض المواد الجديدة في القانون الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي الأخطاء التي أند أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا يعتمد مستقبلي كلاعب على المتريب المستمر يعتمد مستقبلي كلاعب على الندريب المستمر عندما نيا ليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس عندما يخسر فريقي مباراة ما أداول تخطي ذلك بنفسي عندما يخسر فريقي مباراة ما أداول تخطي ذلك بنفسي 				
 25 غالباً ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة 26 بامكاني التاثير على فريقي اثناء المباراة 27 تحصل لى المشاكل في المباراة بسبب جهلى ببعض المواد الجديدة في القانون 28 الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي 29 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا 20 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أو لا 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 31 يعتمد مستقبلي كلاعب على الندريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً 34 عندما يخسر فريقي مباراة ما أحلى ذلك بنفسي 				
 26 بامكاني التاثير على فريقى اثناء المباراة 27 27 27 28 28 29 29 20 29 20 20 20 20 20 20 20 20 20 21 22 23 24 25 26 27 27 28 29 29 29 20 20 20 20 20 20 20 20 20 21 22 22 23 24 24 25 25 26 27 27 27 27 28 27 27 28 29 20 20 21 22 23 24 24 25 26 27 27 27 28 29 20 20 21 22 23 24 24 24 24 24 25 24 25 26 27 27 28 29 20 20 21 21 22 23 24 24				
27 تحصل لى المشاكل فى المباراة بسبب جهلى ببعض المواد الجديدة فى القانون 28 الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتى وقابلياتى 29 أحرص على أن أحقق الفوز فى المباراة بقدراتى اولا 30 تعود ضياع الأهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا أكون دقيقا فى التهديف 30 يعتد مستقبلى كلاعب على الندريب المستمر 31 يعتمد مستقبلى كلاعب على الندريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 المناراة ما أدارات ما ينفسى 34 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 35 أفضل أن أكون مثابر فى المباراة من أن أكون محظوظاً 36 عندما يخسر فريقى مباراة ما أداول تخطى ذلك بنفسى				
 28 الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي 29 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 31 يعتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً 34 عندما يخسر فريقي مباراة ما أحول تخطي ذلك بنفسي 				
 29 أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي أولا 30 تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 31 يعتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً 34 عندما يخسر فريقي مباراة ما أحاول تخطى ذلك بنفسي 				
 30 تعود ضياع الأهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف 31 يعتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر 32 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً 34 عندما يخسر فريقي مباراة ما أحاول تخطى ذلك بنفسي 			الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي	
 11 يعتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر 22 ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس 33 أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً 34 عندما يخسر فريقي مباراة ما أحاول تخطى ذلك بنفسي 			أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي او لا	
32 مَا أَنَا عَلَيهُ الَيُوم يرجع إلى ما بذَلَتَهُ من جهد بالأمس 33 أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظاً 34 عندما يخسر فريقي مباراة ما أحاول تخطي ذلك بنفسي				
33 أفضل أنَّ أكون مَثْآبَر فَى المباراة من أن أكون محظّوظاً 34 عندما يخسر فريقى مباراة ما أحاول تخطى ذلك بنفسى				
34 عندما يخسر فريقي مباراة ما أحاول تخطى ذلك بنفسي				
35 اذا احسنت الاستفادة من قدر اتي فسوف اصل الي مستوى عال من الاداء	ļļ			
			اذا احسنت الاستفادة من قدراتي فسوف اصل الي مستوى عال من الاداء	35

عبارات التحكم الداخلي

		فقرات النكتم الكارجي	
لا يقيس	يقيس	فقرات	رقم
		مجريات المباراة تؤثر على قدراتي وكفاءتي في كسب زملائي	1
		لااستطيع التحكم بما يحدث في المباراة	2
		لا أتمكن من تحقيق أي إنجاز دون مساعدة الآخرين	4
		من المستحيل معرفة ما سيو أجهني في المباراة	5
		النَّجاح في كسب ود المدرب يعتمد عليه أكثر مما يعتمد على تعاملي معه	6
		من الصعب أن تكون لدى السيطرة الكافية على مستقبلي الرياضي	7
		لا أستطيع منع أحد من أخذ دوري في المباراة	8
		فوزنا في كثير من الاحيان يرجع الي الحظ	9
		قوة المنافس يحدد نتيجة المباراة	10
		لا فائدة من التحسب لأحداث المباراة	11
		الاحداث التي قد ترجع الى الصدفة تلعب دورا هاما في تحديد نتيجة المباراة	12
		لا استطيع مهما حاولت من جهد ان اغير نتيجة المباراة من هزيمة الى فوز	13
		قائد فريقى هو الذي يسيرنى في المباراة	14
		اعتقد ان مستوى السيء الذي اظهر به انا وزملائي احيانا يرجع الى سوء	15
		التحكيم	
		اعتقد ان تشجيع الجمهور من اهم عوامل الفوز في المباريات	16
		لا احاول ان اعرف مسبقا قدرات منافس لان المباراة تحكمها كثير من الظروف	17
		مصروف مدربي هو الذي يوجهني لحل مشكلاتي	18
		اري آن جب مدربي لي يعتمد على مهارتي وليس على سلوكي معه	19
		اعتقد أن من احسن الطرق لحل مشاكلي مع زُمَلائي هو عدم التفكير فيها	20
		اشعر احياناً بالخوف من المنافس	21
		اشعر دائما بالخوف من الهزيمة حينما اتذكر موعد المباراة	22
		اشعر احيانا عندما يهزم فريقي انني في حاجة ماسة للعزلة	23
		احيانا اشعر بانخفاض في سرعة التنفس وفي سرعة دقات القلب قبل المباراة	24
		يرجع ہبوط مستوای الی عدم اہتمام مدربی بی	25
		يرجع هبوط مستواي الى عدم دراية مدربي باساليب التدريب الحديثة	26
		دائما اكون حريصا على تتبع توجيهات مدربي من خارج الملعب	27
		حينما اقترب من مرمى الفريق المنافس افضل مناولة الكرة الى اقرب زميل	28
		خشية من ضياعها	
		كثيراما يوجه لي مدربي اللوم على اخطاء لم ارتكبها	29
		لا اتوقع تقدم مستواى مهما بذلت من جهد اثناء التدريب	30
		انخفاض مستواى في المباريات الهامة يجعلني افكر احيانا انني لاعب سيء الحظ	31
		اری انه من الافضل ان انفذ تعلیمات مدربی بکل دقة حتی ولو کانت علی	32
		حساب فريقي اعتقد ان الدعم المادي له دور كبير على مستوى و تقدم الفريق اعتقد ان عدم توفر الملاعب المعلقة الجيدة له دور كبير على عدم تطور	
		اعتقد أن الدعم المادي له دور كبير على مستوى و تقدم الفريق	33
		ا اعتقد ان عدم توفر الملاعب المغلقة الجيدة له دور كبير على عدم تطور الفريق	34
		الفريق اعتقد ان عدم المشاركة او اقامة بطولات دولية له دور كبير على عدم تطور	35
		وتقدم الفريق ترجع هزيمة فريقي في وجهة نظري الى بعض الاخطاء التي يرتكبها	36
		الرجع هريمه تريغي في وجهه نظري ألى بعض الإحصاء التي يربعبها	50
		حارس المرمى	

فقرات التحكم الخارجي

ار فض تماما	ارفض	موافق	مو افق تماما	الفقر ات	ت
				غالبا ما اشعر بالخجل من مدربي حينما اقصر فيما يكلفني به اثناء الميار اة	1
				مجريات المباراة تؤثر على قدراتي وكفاءتي في كسب زملائي	2
				عدم تعاوني مع زملائي في الملعب يعطي دلالة على عدم بذل جهود كافية لتحقيق الفوز	2 3
				لااستطيع التحكم بما يحدث في المباراة	4
				عندما أظهر بمستوى أقل مما أتوقعه فان ذلك يرجع الى عدم انتظامي في التدريب	5
				لا أتمكن من تحقيق أي إنجاز دون مساعدة الآخرين	6
				عندما لا أوفق في مباراة ما فمن المحتمل ان يكون نقص قدراتي سببا في ذلك	7
				من المستحيل معرفة ما سيو اجهني في المبار اة	8
				استطيع ان انفذ الخطة التي يضعها لي مدربي بجدية	9
				من الصعب أن تكون لدي السيطرة الكافية على مستقبلي الرياضي	10
				الرغبة في تحقيق الفوز تجعلني ابذل قصاري جهدي اثناء المباراة	11
				لإ أستطيع منع أحدٍ من أخذ دوري في المباراة	12
				أحاسب نفسي عند أداء مناولة خاطئة	13
				فوزنا في كثير من الاحيان يرجع الي الحظ	14
				استطيع إن إمثل منتخب العراق أن وأظبت على التدريب	15
				قوة فريق المنافس يحدد نتيجة المباراة	16
				افضل ان اكون لاعبا جيدا بدلا من اكون لاعبا محظوظا الأخلي مسيدات	17
				لا فائدة من التحسب لأحداث المباراة الألبة في منالبة المالة المباراة	18
				لا اعترف بوجود الحظ مطلقا الإيدان التي قد ترجيه الساليدينة تأسير مبا دارا في ترييدينتية	19 20
				الاحداث التي قد ترجع الى الصدفة تلعب دورا هاما في تحديد نتيجة المباراة	
				نكرات الذات والتضحية توصلني الي النجاح دائما	21
				لا أستطيع مهما حاولت من جهد أن أغير نتيجة المباراة من الخسارة الى فوز	22
				ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات	23
				قائد فريقي هو الذي يسيرني في المباراة	24
				عندما تبدا المباراة اشعر اننى على اتم الاستعداد للقيام بواجبي	25
				اعتقد ان تشجيع الجمهور من اهم عوامل الفوز في المباريات	26
				تدريبي وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطولات	27
				لا احاول ان اعرف مسبقا قدرات منافس لان المباراة تحكمها كثير من الظروف	28
				ثقتي بقدراتي تجعلني اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية	29

ملحق (2)

· · • • • 1	ارف	zál.	rål.	الفقرار تر	<i></i> .
ارفض تماما	ارفض	موافق	موافق تماما	الفقرات	ت
368			884		
				مدربي هو الذي يوجهني لحل مشكلاتي	30
				أعتقد ان نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذي ابذله وكذلك زملائي	31
				اعتقد ان من احسن الطرق لحل مشاكلي مع زملائي هو عدم التفكير فيها	32
				اذا شعرت باجهاد فاننى اعتذر عن الاستمرارفي المباراة	33
				اشعر احيانا بالخوف من المنافس	34
				يمكنني الحد من نتائج أخطائي في المباراة	35
				اشعر دائما بالخوف من الهزيمة حينما اتذكر موعد المباراة	36
				بامكانى تجنب المشاكل التى تحدث أثناء المنافسة	37
				يرجع هبوط مستواي الى عدم اهتمام مدربي بي	38
				أتصرف كما أريد وليس كما يريد الآخرين	39
				يرجع هبوط مستواي الى عدم دراية مدربي باساليب التدريب الحديثة	40
				غالبا ما أستطيع تغيير وجهة نظر المدرب حيال الكثير من القضايا المهمة	41
				دائما اكون حربصا على تتبع توجيهات مدربي من خارج الملعب	42
				بامكاني التاثير على فريقي اثناء المباراة	43
				حينما اقترب من مرمى الفريق المنافس افضل مناولة الكرة الى اقرب زميل خشية	44
				من ضیاعها	
				الأخطاء التي أقع فيها نتيجة ضعف قدراتي وقابلياتي	45
				کثیرا ما یوجه لی مدربی اللوم علی اخطاء لم ارتکبها	46
				أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي اولا	47
				لا اتوقع تقدم مستواى مهما بذلت من جهد اثناء التدريب	48
				تعود ضياع الاهداف إلى الأخطاء التي أرتكبها و لا اكون دقيقا في التهديف	49
				انخفاض مستواى في المباريات الهامة يجعلني افكر احيانا اننى لاعب سيء	50
				الحظ	
				يعتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر	51
				ارى انه من الافضل ان انفذ تعليمات مدربي بكل دقة حتى ولو كانت على	52
				حساب فریقی	
				ما أنا عليه اليوم يرجع إلى ما بذلته من جهد بالأمس	53
				اعتقد ان الدعم المادي له دور كبير على مستوى و تقدم الفريق	54
				أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظا	55
				اعتقد ان عدم توفر الملاعب المغلقة الجيدة له دور كبير على عدم تطور الفريق	56
				عندما يخسر فربقى مباراة ما أحاول تخطى ذلك بنفسى	57
				اعتقد ان عدم المشاركة او اقامة بطولات دولية له دور كبير على عدم تطور	58
				وتقدم الفريق	
				اذا احسنت الاستفادة من قدراتي فسوف اصل الي مستوى عال من الاداء	59

ملحق (3)

ارفض تماما	ارفض	موافق	موافق تماما	الفقرات	ت
تماما			تماما		
				غالبا ما اشعر بالخجل من مدربي حينما اقصر فيما يكلفني به اثناء المباراة	1
				مجريات المباراة تؤثر على قدراتي وكفاءتي في كسب زملائي	2
				عدم تعاوني مع زملائي في الملعب يعطي دلالة على عدم بذل جهود كافية لتحقيق الفوز	3
				لااستطيع التحكم بما يحدث في المباراة	4
				من المستحيل معرفة ما سيواجهني في المباراة	5
				استطيع ان انفذ الخطة التي يضعها لي مدربي بجدية	6
				من الصعب أن تكون لدى السيطرة الكافية على مستقبلي الرياضي	7
				الرغبة في تحقيق الفوز تجعلني ابذل قصاري جهدي اثناء المباراة	8
				لا أستطيع منع أحدٍ من أخذ دوري في المباراة	9
				أحاسب نفسي عند أداء مناولة خاطئة	10
				فوزنا في كثير من الاحيان يرجع الى الحظ	11
				استطيع ان امثل منتخب العراق ان واظبت على التدريب	12
				قوة فريق المنافس يحدد نتيجة المباراة	13
				افضل ان اكون لاعبا جيدا بدلا من اكون لاعبا محظوظا	14
				لا اعترف بوجود الحظ مطلقا	15
				الاحداث التي قد ترجع الى الصدفة تلعب دورا هاما في تحديد نتيجة المباراة	16
				نكرات الذات والتضحية توصلني الى النجاح دائما	17
				ممارستي لكرة اليد تحسن سرعة استجابتي واتخاذ القرارات	18
				قائد فريقي هو الذي يسيرني في المباراة	19
				عندما تبدا المباراة اشعر انني على اتم الاستعداد للقيام بواجبي	20
				تدريبي وفق خطط طويلة المدى مهم لأحراز البطولات	21
				ثقتي بقدراتي تجعلني اظهر بمستوى عالى مهما كانت العوامل الخارجية	22
				مدربي هو الذي يوجهني لحل مشكلاتي	23
				أعتقد ان نجاح فريقي يعتمد على الجهد الذي ابذله وكذلك زملائي	24
				اذا شعرت باجهاد فاننى اعتذر عن الاستمرارفي المباراة	25
				اشعر احيانا بالخوف من المنافس	26
				يمكنني الحد من نتائج أخطائي في المباراة	27
				اشعر دائما بالخوف من الهزيمة حينما اتذكر موعد المباراة	28
				يرجع ہبوط مستواي الي عدم اہتمام مدربي بي	29
				يرجع هبوط مستواي الى عدم دراية مدربي باساليب التدريب الحديثة	30
				دائما اكون حريصا على تتبع توجيهات مدربي من خارج الملعب	31
				کثیرا ما یوجه لي مدربي اللوم علي اخطاء لم ارتکبها	32
				أحرص على أن أحقق الفوز في المباراة بقدراتي اولا	33
				لا اتوقع تقدم مستواى مهما بذلت من جهد اثناء التدريب	34
				انخفاض مستواي في المباريات الهامة يجعلني افكر احيانا انني لاعب سيء الحظ	35
				يعتمد مستقبلي كلاعب على التدريب المستمر	36
				ارى انه من الافضل ان انفذ تعليمات مدربي بكل دقة حتى ولو كانت على حساب فريقي	37
				أفضل أن أكون مثابر في المباراة من أن أكون محظوظا	38
				اعتقد ان عدم توفر الملاعب المغلقة الجيدة له دور كبير على عدم تطور الفريق	39
				عندما يخسر فريقي مباراة ما أحاول تخطى ذلك بنفسي	40
				اذا احسنت الاستفادة من قدراتي فسوف اصل الي مستوى عال من الاداء	41