

**الثقة بالنفس والتردد النفسي وعلاقتها بدقة  
مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة  
للطلاب**

م.د نجم ربح نجم

جامعة واسط

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د غيث محمد كريم

جامعة الكوفة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.د رياض أموري شعلان

مديرية تربية النجف الاشرف



## الثقة بالنفس والتردد النفسي وعلاقتها بدقة مهارتي

### الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب

م.د نجم ربح نجم م.د غيث محمد كريم م.د رياض أموري شعلان  
مستخلص البحث :

اشتمل البحث على المقدمة والاهمية حيث برزت اهمية البحث من خلال الاهتمام بالناحية النفسية ومعرفة واقع سمة الثقة بالنفس والتردد النفسي لدى طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة عند اداء المهارات أثناء اللعب والمنافسة والتي تعد صعبة الاداء من الناحية النفسية ، وبذلك فان هذا البحث هو محاولة للإرتقاء بمستوى التعلم لدى الطلاب وتطويره وزيادة الاقبال على أداء مهارات الكرة الطائرة وبالخصوص مهارتي الإرسال والضرب الساحق ودقتهما، كما تتلخص مشكلة البحث بأن هناك الكثر من الطلاب يقع تحت تأثير المشاكل النفسية اثناء اللعب وتطبيق التشكيلات الهجومية والدفاعية بالكرة الطائرة والتي تعد من ضمن منهاج كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في المرحلة الرابعة ومنها سمي الثقة بالنفس والتردد النفسي وهما من العوامل النفسية المؤثرة اثناء الاداء اما فروض البحث تمثلت بأن هناك علاقة عكسية بين الثقة بالنفس والتردد النفسي بالكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الرابعة ايضا" هناك علاقة ايجابية بين الثقة بالنفس ودقة مهارتي الإرسال و الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الرابعة ، اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوفة والبالغ عددهم ( 44 ) حيث تم اختيار (10 طلاب للتجربة الاستطلاعية ) ( 34 طالب للتجربة الرئيسية ) للتعرف على نوع العلاقة بين العوامل النفسية قيد البحث ودقة مهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة من خلال استخدام المنهجي الوصفي في البحث ، إذ تم تطبيق

مقياسي الثقة بالنفس والتردد النفسي للتعرف على نوع العلاقة بين العوامل النفسية وتأثيرهما لدى عينة البحث ، ومن خلال النتائج التي ظهرت تبين ان هناك علاقة عكسية بين المتغيرين قيد الدراسة والبحث إذ كلما زادت قيمة ودرجة عامل الثقة بالنفس لدى الطلاب انخفضت درجة وقيمة عامل التردد النفسي وبالعكس ، كما أن للعاملين معا" علاقة مباشرة بدقة مهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب ، ويعزو الباحثين ذلك الى أن للعوامل النفسية تأثير مباشر في الأداء ودقته لدى عينة البحث وبالخصوص الثقة بالنفس والتردد النفسي وكانت اهم الاستنتاجات إنّ لمتغير الثقة بالنفس علاقة ارتباطية وتأثير إيجابي عالي في دقة أداء مهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب. وكانت اهم التوصيات ضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي للطلاب من قبل التدريسين أثناء إعطاء الوحدات التعليمية جنبا الى جنب بالإعداد البدني والمهاري .

#### 1- التعريف بالبحث :

#### 1-1 المقدمة واهمية البحث :

الثقة بالنفس هي احد الاركان المهمة المكونة لشخصية الرياضي والتي يتوقف عليها الكثير من القرارات الحاسمة في المباريات ويتضح ضعفها في التردد اثناء تنفيذ المهام ، للثقة بالنفس اهمية كبيره لأي انسان ولا سيما اذا كان رياضيا اذ هو ينافس عدد غير قليل من المنافسين الذين لهم امكانية لا تقل عنه وحاجته الى التصرف السليم والمنتج اثناء المباراة ، واللاعب الواثق من نفسه يكون اقتصاديا في حركته فهو يعرف ما يريد ويستطيع حسم الموقف لصالحه ، تربية وتنمية الثقة بالنفس تجري من خلال التدريب المستمر والمباريات التجريبية ، لكن تصادف ظروف يمكن ان تؤثر على ثقة الرياضي بنفسه وتخفيضها ولهذا من المهم خلال عملية الاعداد النفسي تهيئة الظروف والطرائق المناسبة لإعادة وتقوية ثقة اللاعب بنفسه وامكانياته والتردد النفسي هو حالة نفسية يتصف بها الفرد عندما يحاول

اتخاذ قرار وخاصة اذا كان هذا القرار مصيري فيتردد في اتخاذ القرار لأسباب مختلفة كالخوف أو عدم الثقة بالنفس أو الملل، و تعد لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي تتميز بكثرة فعاليتها ومهاراتها الأساس المتنوعة دفاعاً وهجوماً وتعتمد على ما يبذله اللاعب من قدرات بدنية ومهارية و خطية ونفسية لتحقيق افضل النتائج ، وهناك الانفعالات السلبية عند الرياضيين والتي تسبب أضرار جسيمة خصوصا عندما لا يتحقق الفوز في إحراز النقاط وحيث ان الانفعالات النفسية لها دوراً بالغ الأثر في حياة الرياضي لأنها ترتبط بسمات شخصيته وسلوكه ودوافعه وحاجاته وأنواع الأنشطة التي يمارسها إذ لا يوجد على الإطلاق أنواع من الممارسة الرياضية تخلو منها.

ومن هنا برزت اهمية البحث من خلال الاهتمام بالناحية النفسية ومعرفة واقع سمة الثقة بالنفس والتردد النفسي لدى طلاب المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة عند اداء المهارات أثناء اللعب والمنافسة والتي تعد صعبة الاداء من الناحية النفسية ، وبذلك فان هذا البحث هو محاولة للإرتقاء بمستوى التعلم لدى الطلاب وتطويره وزيادة الاقبال على أداء مهارات الكرة الطائرة وبالخصوص مهارتي الإرسال والضرب الساحق ودقتهما .

## 1-2 مشكلة البحث :

يقع العديد من الطلاب تحت تأثير المشاكل النفسية اثناء اللعب وتطبيق التشكيلات الهجومية والدفاعية بالكرة الطائرة والتي تعد من ضمن مناهج كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في المرحلة الرابعة ومنها سمي الثقة بالنفس والتردد النفسي وهما من العوامل النفسية المؤثرة اثناء الاداء ، وهنا يقع على عاتق القائم بعملية التدريس وضع الحلول والمعالجات المناسبة للحد من التردد النفسي وزيادة الثقة بالنفس لكي يكون الاداء مثالي بشكل عام وبالخصوص مهارتي الإرسال والضرب الساحق للوصول الى دقة ادائهم لذا قام الباحثين بدراسة هذه

المشكلة والتعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس والتردد النفسي ودقة مهارتي الارسال والضرب الساحق .

1-3 اهداف البحث :

1- تطبيق مقياسي الثقة بالنفس والتردد النفسي بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الرابعة .

2- التعرف على العلاقة بين مقياسي الثقة بالنفس والتردد النفسي بالكرة الطائرة لطلاب المرحلة الرابعة .

3- التعرف على العلاقة بين مقياسي الثقة بالنفس والتردد النفسي ودقة مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب .

1-4 فروض البحث :

1- هناك علاقة عكسية بين الثقة بالنفس والتردد النفسي بالكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الرابعة .

2- هناك علاقة ايجابية بين الثقة بالنفس ودقة مهارتي الارسال و الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الرابعة .

3- هناك علاقة سلبية بين التردد النفسي ودقة مهارتي الارسال و الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى طلاب المرحلة الرابعة .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال الزمني : من 2022/10/17 لغاية 2022/12/18

1-5-2 المجال المكاني : القاعة الرياضية المغلقة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الكوفة .

1-5-3 المجال البشري : طلاب المرحلة الرابعة - كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضة / جامعة الكوفة للعام الدراسي 2022-2023.

1-6 تحديد المصطلحات :

1- الثقة بالنفس : من اهم الظواهر النفسية التي تؤثر على اداء اللاعبين بصورة ايجابية تدفعهم لبذل المزيد من الجهد لمواجهة المواقف التنافسية في مجال نشاطهم الرياضي ، إذ تدعم وتؤكد قدرتهم على تحقيق النجاح ، أو بصورة سلبية تسهم في اعاقه الاداء لعدم تأكد الفرد من قدرته على تحقيق النجاح في مجال نشاطه الرياضي .<sup>(1)</sup>

2- التردد النفسي : هو حالة نفسية يتصف بها الفرد عندما يحاول اتخاذ قرار وخاصة اذا كان هذا القرار مصيري فيتردد في اتخاذ القرار لأسباب مختلفة كالخوف أو عدم الثقة بالنفس أو الملل.... الخ.<sup>(2)</sup>

## 2- منهج البحث واجراءاته الميدانية

### 2-1 منهج البحث :-

المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية هو الأقرب لمعالجة طبيعة مشكلة البحث ، هذا المنهج يعد وسيلة للاستعلام والاستقصاء المنظم والدقيق الذي يقوم به الباحثين من اجل الكشف عن معلومات او علاقات جديدة فضلا عن تطور أو تحقيق للمعلومات الموجودة فعلا، والعلاقة هنا تبنى على استيعاب الحقائق في جوانب كثيرة وتعطي معلومات وصفية تلقي الضوء على مشكلة البحث ومعالجتها .

### 2-2 المجتمع وعينة البحث

ان اختيار عينة البحث مرتبط ارتباطا وثيقا بالأهداف التي يضعها الباحث لبحثه لذا فان "الاهداف التي يضعها الباحث لبحثه والاجراءات التي يستخدمها سوف تحدد طبيعة العينة التي سيختارها".<sup>(1)</sup>

(1) نشوان عبدالله نشوان ومحمد جسام عرب : علم النفس الرياضي ، ط1 ، الاردن ، عمان ، دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع ، 2017 ، ص 221 .  
(2) نزار الطالب ، كامل طه لويس : علم النفس الرياضي، دار الحكمة للطباعة والنشرة ، بغداد ، 1993 ، ص68.

ان اختيار العينة يجب ان تكون ممثلة للمجتمع الاصلي ويجب ان يتوافر في هذه العينة شرط رئيسي هو امكانية تعميم نتائجها على المجموعة التي اخذت منها<sup>(2)</sup> إذ اشتمل مجتمع البحث على طلاب المرحلة الرابعة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوفة والبالغ عددهم ( 44 ) للموسم الدراسي 2022-2023 حيث تم اختيارهم بالطريقة العمدية و بأسلوب الحصر الشامل وتم اختيار (10 طلاب للتجربة الاستطلاعية ) ( 34 طالب للتجربة الرئيسية ) وكما موضح بالجدول رقم (1) .

جدول رقم (1) مجتمع البحث وعينته

ت	المجتمع	النسبة المئوية
1-	التجربة الرئيسية	77,3
2-	التجربة الاستطلاعية	22,7
3-	المجموع	44
		%100

## 2-3 ادوات والاجهزة ووسائل جمع معلومات البحوث:-

### 1- الوسائل البحثية وتتضمن:-

- الاستبانة.

- الاختبارات المهارية

- مقابلات شخصية.

- المصادر والمراجع العربية والاجنبية.

- مقياسي الثقة بالنفس والتردد النفسي .

### 2- الاجهزة والادوات المستخدمة:-

- حاسبة الالكترونية نوع (Castor).

(<sup>1</sup>) ريسان خريبيب مجيد. منهاج البحث في التربية البدنية ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل،

1988 ، ص41

(<sup>2</sup>) محمد لبيب النجحي ومحمد منير مرسى . البحث التربوي -اصوله -مناهجه ، القاهرة : عالم الكتب ، 1983

ص102 .

- حاسبة شخصية نوع (acer) عدد(1).

- ادوات مكتبية (اوراق، اقلام).

- ملعب كرة طائرة قانوني .

- كرات طائرة عدد (5).

- شريط ملون لاصق ( 30 ) متر

2-4 اجراءات البحث الميدانية :

2-4-1 اجراءات تطبيق المقياسين (الثقة بالنفس و التردد النفسي ) :-

2-4-2 مقياس الثقة بالنفس

قام الباحثين بإعتماد مقياس الثقة بالنفس المعد والمقنن من قبل ( محمد حسن علاوي ) والبالغ عدد فقراته (13) فقرة والذي تكون استجابات المختبرين فيه مكونة من (9) استجابات موزعة من الأدنى الى الأعلى وكما مبين في الجدول (2) :-

جدول (2) يبين العبارات والدرجات لمقياس الثقة بالنفس

الدرجات									العبارات
9	8	7	6	5	4	3	2	1	1. عند أداء المهارات الحركية الضرورية لإحراز التفوق خلال المنافسة الرياضية
9	8	7	6	5	4	3	2	1	2. في القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة خلال المنافسة الرياضية.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	3.في القدرة على الأداء في المنافسة تحت الضغوط العصبية.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	4.في القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	5. في القدرة على التركيز بصورة جيدة لكي أحقق النجاح.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	6.في القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي أحقق الفوز في المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	7.في القدرة على انجاز أهدافي المرتبطة بالمنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	8.في القدرة على إن أكون ناجحاً" في المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	9.في القدرة على التفكير والاستجابة بنجاح إثناء المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	10.في القدرة على مواجهة التحدي إثناء المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	11.في القدرة على إن أكون ناجحاً" على أساس إعدادي

										لهذه المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1		12. في القدرة على استمرار أدائي الجيد لكي أكون ناجحاً في المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1		13. في القدرة على محاولة النجاح حتى ولو كان المنافس أقوى مني.

**2-4-3 مقياس التردد النفسي** . قام الباحثين بإعتماد مقياس التردد النفسي المعد والمقنن من قبل (علي جبار مرهج ) دراسة ماجستير عام 2020م والبالغ عدد فقراته (47) فقرة والذي تكون استجابات المختبرين فيه مكونة من (5) استجابات موزعة من الأدنى الى الأعلى وكما مبين في الجدول (3) :-

جدول (3) يبين الفقرات وعبارات الاستجابة عليها لمقياس التردد النفسي

ت	الفقرات	تطبق علي تماما	تطبق علي	تطبق علي أحياناً	لا تطبق علي	لا تطبق علي تماما
1	أتردد عندما اشعر بضغفي في أداء المهارة المراد ادائها					
2	قوة الإرادة تدفعني للأداء الجيد .					
3	أتردد عندما أزاول نشاطا رياضيا لا أحبه ولا ارغب فيه					
4	أتردد في أداء المهارة إذا كان بها احتمال حدوث إصابة .					
5	امتلك خبره وتجارب سابقة تجعلني لا أتردد في أداء التمارين وممارسة كرة الطائرة .					
6	إحساسي بالإرهاق والتعب يجعلني أتردد في ممارسة كرة الطائرة .					
7	ثقتي بنفسي تجعلني لا أتردد في ممارسة كرة الطائرة .					
8	أتردد في الأداء عندما يسخر البعض مني .					
9	ضعف علاقتي بالمدرّب تجعلني أتردد في ممارسة اللعبة .					
10	امتلك حيوية ونشاط يساعدي في ممارسة كرة الطائرة .					
11	بسبب امتلاكي إعدادا نفسيا عاليا أؤدي بدون تردد .					
12	شجاعتني تجعلني غير متردد في أداء مهارات كرة الطائرة					
13	درجة تعقيد بعض المهارات تجعلني متردد في أدائها .					
14	عندما اعرف الغاية من اللعبة فأنتني لا أتردد في ممارستها					
15	أتردد في المنافسة عندما اشعر بانني غير مواظب على التدريب .					
16	لا أتردد عندما أكون هادئ ومستقر نفسيا .					
17	تعتريني حالات اشعر فيها بعدم الرغبة في ممارسة اللعب					
18	اشعر بالتردد في ممارسة اللعبة عندما لا احصل على جوائز معنوية .					
19	شعوري بالخوف من الفعالية أو الأدوات يسبب لي ترددا في الأداء .					

20	إحساسي في الملل يبعثني عن مزاوله كرة الطائرة .
21	اشعر بالقلق عنده المشاركة في المباراة .
22	لا أباي بنتيجة المباراة .
23	أتردد بالمشاركة عندما يرتفع نبضي قبيل المباراة.
24	شخصيتي هي السبب في ترددي .
25	عندما يطلب مني اتخاذ قرار معين فأنتني بطيء في اتخاذه
26	أهمية المنافسة تجعلني أتردد في المشارك فيها.
27	التغيرات المفاجئة في العادات اليومية تجعلني أتردد بالأداء
28	أتردد عندما يطلب مني ملازمة لاعب (لاعبين) ذي شهرة
29	أتردد عندما يطلب مني المشاركة في بطولات عالية المستوى .
30	عدم ارتياحي لبعض الحكام يجعلني أتردد في أداء الواجب المكلف به في المنافسة .
31	الفشل المتكرر يسبب لي التردد في ممارسة كرة الطائرة .
32	شعوري بالارتباك وعدم الاستقرار يجعلني مترددا في ممارسة اللعبة .
33	لا استطيع السيطرة على أعصابي في المواقف الحرجة .
34	نمطي الجسمي يجعلني أتردد في ممارسة اللعبة أو أداء التمارين .
35	عندما لا يكون إحمائي جيدا فاني أتردد بالأداء .
36	امتلاك روحا معنوية عالية تجعلني غير متردد .
37	أتردد عند سماعي كلمات توبيخ .
38	خجلي سبب ترددي في ممارسة كرة الطائرة .
39	أنا متفائل بطبيعتي .
40	رداءة التجهيزات الرياضية التي اظهر بها في المنافسات تجعلني أتردد بأدائي .
41	الظروف المناخية تجعلني مترددا .
42	لا اشعر بالتردد من المشاركة بالمنافسة عندما امتلك روح الأمل في الفوز .
43	كفاحي لا يجعلني متردد في الأداء .
44	اشعر بالتوتر والارتباك في أدائي عندما أشاهد جمهورا غفيرا .
45	ممارسة كرة الطائرة تنمي ثقتي بنفسي .
46	يصفني أفراد فريق بعدم الاهتمام بنتيجة المباراة.
47	عندما يوبخ المدرب لاعبي الفريق فاني أتردد في النزول الى ارض الملعب.

## 2-4-4 تحديد الاختبارات المهارية :

تم تحديد الاختبارات المهارية لمهارتي دقة الارسال ودقة الضرب الساق بالاعتماد على المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء والمختصين والخبرة الشخصية للباحثين.

### 2-4-4-1 توصيف اختبارات دقة مهارتي الإرسال والضرب الساق .

#### 1- اختبار تقييم الدقة لمهارة الارسال من الاعلى (التنس):<sup>(1)</sup>

- الغرض من الاختبار : قياس الدقة لمهارة الارسال من الاعلى (التنس) لمناطق محدودة.

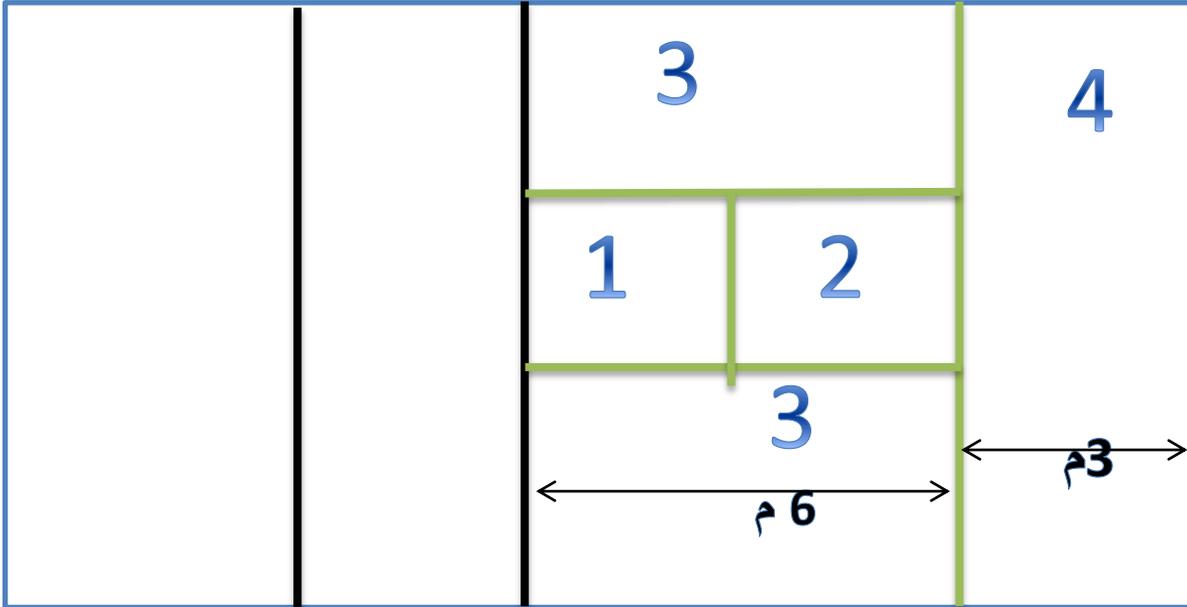
الأدوات المستعملة : ملعب كرة طائرة قانوني وكرات طائرة ، الملعب مخطط كما موضح بالشكل (3)، كرات طائرة

- طريقة الاداء : يقف الطالب خلف خط نهاية الملعب وهو ماسك بالكرة، ويقوم بأداء مهارة الارسال لتعبير الكرة الشبكة الى نصف الملعب المخطط.

- الشروط الأداء : لكل طالب خمس محاولات

-التسجيل:- يأخذ الطالب درجة كل منطقة تقع بها الكرة مع دقة الاداء الصحيح وكما موضح في الشكل(1).

<sup>1</sup> ريسان خريبط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج1 ، بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1989 ، ص 407 .



### يوضح تقويم الدقة لمهارة الإرسال من الاعلى(التنس)

#### 2- اختبار دقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة : (1)

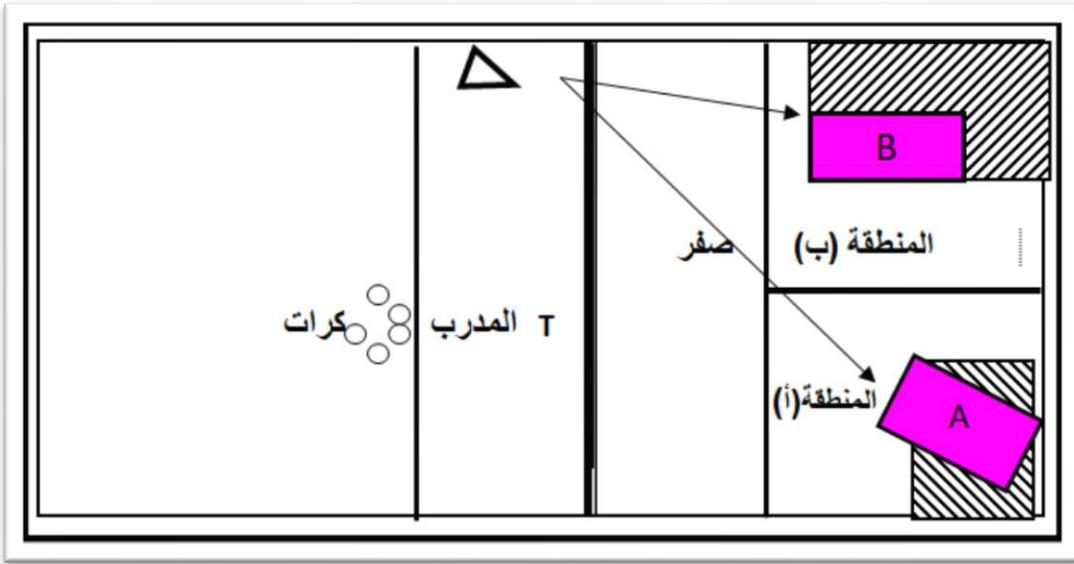
- الهدف من الاختبار :قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة .
- الأدوات المستخدمة :ملعب الكرة الطائرة قانوني وكرات طائرة قانونية عدد (5) وشريط ملون لتقسيم الملعب المقابل وكما في الشكل (2).
- مواصفات الأداء :يقوم اللاعب المختبر بأداء مهارة الضرب الساحق من مركز (4) إذ يقوم المدرب بإعداد الكرات له من مركز (3) ويقوم اللاعب المختبر بأداء المهارة .
- شروط الأداء :
- لكل لاعب مختبر (5) محاولات متتالية على المنطقة (A).
- لكل لاعب مختبر (5)محاولات متتالية على المنطقة (B).

(1) علي مصطفى طه : الكرة الطائرة - تاريخ - تعليم - تدريب - تحليل - قانون ، القاهرة ، جامعة حلوان ، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص184.

- يجب أن يكون الإعداد جيداً في كل محاولة و يعطى المختبر درجة المنطقة التي تقع بها الكرة.

- التسجيل :

- (4) نقاط لكل ضربة ساحقة تسقط فيها الكرة على المنطقة (A) أو (B).
- (3) نقاط لكل ضربة ساحقة تسقط فيها الكرة على المنطقة المخططة.
- (2) نقاط لكل ضربة ساحقة تسقط فيها الكرة على المنطقة (أ) و (ب).
- (صفر) لكل ضربة ساحقة تسقط خارج الملعب.
- الدرجة الكلية لكل منطقة هي (20) درجة حيث تكون الدرجة العظمى للمنطقتين (A) و (B) هي (40) درجة.



الشكل (2) يوضح اختبار دقة الضرب الساحق

2-5 التجربة الإستطلاعية .

التجربة الاستطلاعية عبارة عن دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحثين على عينة صغيرة قبل قيامهم ببحثهم ، بهدف اختبار أساليب البحث وأدواته، وعليه قام الباحثين باستطلاع المقياسين معا" في يوم الأربعاء الموافق 2022/11/16 في

الساعة العاشرة صباحا على عينة من مجتمع البحث طلاب المرحلة الرابعة والبالغ عددهم (10) طلاب وكانت أهداف الاستطلاع على النحو الآتي:

1- مدى ملائمة المقياس لعينة البحث واستعدادهم لأدائها والتأكد من صلاحية الادوات والأجهزة المستخدمة.

2- معرفة الوقت المستغرق لتطبيق المقياس.

3- معرفة مدى استعداد عينة البحث للإجابة عن فقرات المقياس .

4- معرفة الصعوبات والمعوقات التي تواجه فريق العمل .

5- التأكد من تفهم فريق العمل المساعد ( ملحق رقم 2) .

2-6 الخصائص السيكومترية للمقياسين .

2-6-1 صدق المقياس :

يمثل الصدق جودة المقياس بوصفه اداة لقياس السمة المراد قياسها ، والاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس ما وضع الاختبار لقياسه ومن المهم ان يكون الاختبار صادقا لأننا نريد ان نقيس ظاهرة معينة وليس ظاهرة اخرى .

• الصدق الظاهري :

ان افضل وسيلة للتأكد من الصدق الظاهري للمقياس هو عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين لتقدير مدى تحقيق فقرات المقياس للصفة او الصفات المراد قياسها لذلك تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والبالغ عددهم (17) خبير ملحق رقم (1) وبنسبة اتقاق (100%) وفي ضوء اراء الخبراء والمختصين حصل المقياس على مؤشر الصدق و المتمثل بالصدق الظاهري .

2-6-2 الثبات

طريقة التجزئة النصفية

يعني ثبات المقياس " مدى الدقة التي يقيس بها الاختبار الظاهرة موضوع القياس " وقد استعمل الباحثين طريقة التجزئة النصفية لاستخراج معامل الثبات ، اذ تعتمد

هذه الطريقة تجزئة المقياس بعد تطبيقه الى جزئين (نصفين) متساويين واعتماد اسلوب الارقام الفردية والزوجية في تقسيم فقرات المقياس وبما أن مقياس الثقة بالنفس مكون من (13) فقرة فقط تم إضافة فقرة للمقياس ليصبح (14) فقرة وللتأكد من تجانس النصفين ، فقد احتوى النصف الأول الفقرات ذات الارقام الفردية والنصف الثاني الفقرات ذات الارقام الزوجية ، ثم تم التعرف على تجانس هذين النصفين عن طريق استعمال اختبار ( F ) ، وعند تطبيق معادلة النسب الثابتة بلغت قيمة (F) المحسوبة (1.64) وهي أقل من قيمتها الجدولية البالغة ( 2,616) تحت مستوى دلالة ( 0.05) ، وعند درجة حرية (12) ، بعدها حسب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نصفي الاختبار اذ بلغت (0.78) وبما أن هذا المعامل لقياس نصف الثبات لذا توجب استعمال معادلة ( سبيرمان براون المعدلة ) لقياس الثبات كاملاً وبذلك بلغ معامل الثبات لمقياس الثقة بالنفس (0.76) وهو مؤشر لوجود ثبات جيد للمقياس ، أما بالنسبة لمقياس التردد النفسي كذلك تم اضافة فقرة أخرى للمقياس لتصبح فقراته زوجية وبلغت (48) فقرة وللتأكد من تجانس النصفين ، فقد احتوى النصف الأول الفقرات ذات الارقام الفردية والنصف الثاني الفقرات ذات الارقام الزوجية ، ثم تم التعرف على تجانس هذين النصفين عن طريق استعمال اختبار ( F ) ، وعند تطبيق معادلة النسب الثابتة بلغت قيمة (F) المحسوبة (1.48) وهي أقل من قيمتها الجدولية البالغة ( 1,692) تحت مستوى دلالة ( 0.05) ، وعند درجة حرية (46) ، بعدها تم حساب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نصفي الاختبار اذ بلغت (0.72) وبما أن هذا المعامل لقياس نصف الثبات لذا توجب استعمال معادلة ( سبيرمان براون المعدلة ) لقياس الثبات كاملاً وبذلك بلغ معامل الثبات لمقياس التردد النفسي (0.88) وهو مؤشر لوجود ثبات جيد للمقياس الثاني .

### 3-7 التجربة الرئيسية

قام الباحثين في يوم الأربعاء الموافق 7 / 12 / 2022 وفي تمام الساعة العاشرة صباحا وبعد اكمال جميع المستلزمات الضرورية وبمساعدة فريق العمل المساعد والتأكد من صلاحية المقاييس والإختبارات المعنية بقياس دقة مهاتري الإرسال والضرب الساحق بتوزيع استمارتين أحدهما لمقياس الثقة بالنفس أولاً" وبعد الانتهاء يتم إعطاء الطالب الإستمارة الثانية لمقياس التردد النفسي لجميع أفراد عينة البحث والمتمثلة بطلاب المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الكوفة . مع مراعاة ما يأتي:

1. توزيع الاستمارة الخاصة بالمقياس مع قلم لكل مختبر .
2. شرح تعليمات المقياس بشكل واضح وبيان طريقة الإجابة عن فقراته ، مع التأكيد على إن من حق المختبر إن يختار إجابة واحد لكل فقرة من فقراته .
3. توجيه المختبر بكتابة بياناته المطلوبة في الحقل المخصص لها .
4. التأكد قبل البدء بالإجابة من فهم جميع أفراد العينة للمقياس وطريقة الإجابة عليه .

وبعد انتهاء الإجابة من قبل عينة البحث على المقاييسين معا" تم الشروع باختبارات دقة الإرسال والضرب الساحق من قبل فريق العمل المساعد وبإشراف مباشر من قبل الباحثين وحسب ما ذكر آنفا" في توصيف الإختبارات أعلاه .

### 2-8 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

استخدم الباحثون الحقيقية الإحصائية للعلوم الاجتماعي (spss) في تحليل نتائج البحث .

## 3- عرض النتائج ومناقشتها:

## 3-1 عرض نتائج الارتباط بين متغيرات البحث: من خلال مصفوفة الارتباط

## البيئية بين متغيرات البحث

## الجدول (2) يبين مصفوفة الارتباط البيئية بين متغيرات البحث

المتغيرات	الارتباط	الثقة بالنفس	التردد النفسي	الارسال	الضرب الساحق
الثقة بالنفس	Pearson Correlation	1	-.838**	-.640-	-.773-
التردد النفسي	Pearson Correlation	-.838**	1	.653	.741
الارسال	Pearson Correlation	-.640-	.653	1	.622
الضرب الساحق	Pearson Correlation	-.773-	.741	.622	1

## مناقشة النتائج :

من خلال ما تم عرضه من نتائج في الجدول (2) تبين وجود علاقة ارتباط معنوية الثقة بالنفس والتردد النفسي اذ يعزو الباحثين هذه العلاقة التي تكون عكسية حيث كلما كان الطالب لديه ثقة بالنفس يصبح قادر على التغلب على التردد النفسي وهذا احد فروض البحث التي تم تحقيقها ، اما بخصوص العلاقة بين الثقة بالنفس ودقة اداء مهارتي الارسال والضرب الساحق فأظهرت النتائج اعلاه علاقة ارتباط معنوية بين المتغيرين ويعزو الباحثين هذه العلاقة الارتباطية ان العامل النفسي الثقة بالنفس دور فعال في دقة اداء مهارتي الارسال والتنسي والضرب الساحق تعد الثقة بالنفس من السمات الهامة في المجال الرياضي ، نظراً لتأثيرها المباشر على اداء اللاعبين ، وان الاداء الرياضي يتاثر بالعديد من العوامل والتي منها العامل النفسي ، وتعد الثقة الرياضية بوصفها حالة من اهم الظواهر النفسية التي تؤثر على اداء اللاعبين بصورة ايجابية تدفعهم لبذل المزيد من الجهد لمواجهة المواقف

التنافسية في مجال نشاطهم الرياضي ، تؤكد لهم قدرتهم على تحقيق النتائج ، او بصورة سلبية تسهم في اعاقه الاداء لعدم تاكيدهم من قدرتهم على تحقيق النجاح في مجال نشاطهم الرياضي .<sup>(1)</sup>

اذ يؤكد (احمد عريبي عوده وغازي صالح محمود) الثقة بالنفس هي احد الاركان المهمة المكونه لشخصية الرياضي والتي يتوقف عليها الكثير من القرارات الحاسمه في المباريات ويتضح ضعفها في التردد اثناء تنفيذ المهام والتهرب من التصويب نحو المرمى وتحويل المسؤولية الى لاعب اخر ، للثقة بالنفس اهميه كبيره لأي انسان ولا سيما اذا كان رياضيا اذ هو ينافس عدد غير قليل من اللاعبين الذين لهم امكانية لاتقل عنه وحاجته الى التصرف السليم والمنتج اثناء المباراة ، واللاعب الواثق من نفسه يكون اقتصاديا في حركته فهو يعرف ما يريد ويستطيع حسم الموقف لصالحه ، تربية وتنمية الثقة بالنفس تجري من خلال التدريب المستمر والمباريات التجريبية ، لكن تصادف ظروف يمكن ان تؤثر على ثقة الرياضي بنفسه وتخفيضها ولهذا من المهم خلال عملية الاعداد النفسي تهيئة الظروف والطرائق المناسبة لإعادة وتقوية ثقة اللاعب بنفسه وامكانياته.<sup>(2)</sup>

اما بالنسبة لمتغير التردد النفسي فأظهرت النتائج من الجدول اعلاه وجود علاقة ارتباطية عكسية تؤثر في دقة اداء مهارتي الارسال التنسي والضرب الساحق حيث كلما كان التردد النفسي عالي كلما اصبح تأثيره سلبي في دقة اداء المهارتين حيث اظهرت النتائج ان التردد النفسي لدى عينة البحث منخفض التي اظهرته النتائج وهذا يدل على ان العينة تتمتع بتردد نفسي منخفض حيث ان التردد النفسي احد اهم العوامل النفسية التي يعمل المدرس والمدرّب على تخفيضها والتخلص منها

<sup>1</sup> نشوان عبدالله نشوان ومحمد جسام عرب : مصدر سيق ذكره ، ص 221 .

<sup>2</sup> احمد عريبي عوده وغازي صالح محمود: اتجاهات معاصره في علم النفس الرياضي ، ط1 ، بغداد ، مطبعة النبراس ، 2009 ، ص57.

خوفا من الفشل في اداء المهارات بدقة عالية وبالتالي عدم تحقيق نتائج ملبية للطموح وهذا ما يفعله اغلب المدرسي التربية الرياضية بشكل عام ومدرسي لعبة الكرة الطائرة في الجامعات بشكل خاص حيث ان اغلب المدرسين لا يعطون وحدات تعليمية خاصة بأعداد الطلاب من الجانب النفسي والتركيز عليها يكاد يكون محصور على الاعداد البدني والمهاري فقط دون اعطاء اهمية واضحة للاعداد النفسي بكافة سماته للاهمية التي يستحقها وفي كثير من الاحيان هو الذي يكون سيد الموقف في حسم العديد من نتائج المباريات وفي هذا الاطار يؤكد علماء النفس على ان الطالب لا بد من اعداده اعدادا نفسيا جنبا الى جنب حيث يؤكد ( نزار الطالب وكامل لويس 2000 )<sup>(1)</sup> ان المشكلات النفسية التي يواجهها الرياضي في حالة التوتر النفسي قبل البدء بالمباراة والتي ترافقه اثناء المباراة في بعض الاحيان مما يؤدي الى التأثير على مستوى ذلك الرياضي.

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :- في ضوء النتائج التي حصل عليها الباحثين من خلال المسح الميدانية واستخدامهم الاحصائية الملائمة في الوصف والاستدلال عنها توصلوا الى الاستنتاجات الاتية .:

- 1- لمتغير الثقة بالنفس علاقة ارتباطية وتأثير إيجابي عالي في دقة أداء مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب.
- 2- لمتغير التردد النفسي علاقة ارتباطية عكسية في دقة أداء مهارتي الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب.
- 3- المتغير النفسي (الثقة بالنفس) يعمل بصورة عكسية مع المتغير الثاني (التردد النفسي) في التأثير على عينة البحث إذ كلما ارتفع متغير الثقة بالنفس لدى الطلاب قل متغير التردد النفسي وبالعكس .

<sup>1</sup> ( نزار الطالب وكامل طه لويس : علم النفس الرياضي ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 2000 ، ص133

- 4- ظهور التردد النفسي على كافة افراد عينة البحث وبدرجات متفاوتة .
- 5- عدم اهتمام المدرسين اثناء الوحدات التعليمية على تعزيز الجانب النفسي لدى عينة البحث وبصورة خاصة سمة التردد النفسي وما يرتبط بها.
- 6- لسمة التردد النفسي الأثر البالغ في دقة أداء المهارات قيد الدراسة .
- 4-2 **التوصيات :** على ضوء الاستنتاجات التي توصل لها الباحثين التي أكدت العلاقة بين متغيرات البحث ودقة اداء المهارتين يوصي الباحثين بعدة توصيات :-

- 1- إجراء بحوث مشابهة بالمتغيرين (الثقة بالنفس - التردد النفسي) لباقي مهارات الكرة الطائرة والألعاب المنظمة الأخرى .
- 2- ضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي للطلاب من قبل التدريسين أثناء إعطاء الوحدات التعليمية جنباً الى جنب بالإعداد البدني والمهاري .
- 3- تعزيز الثقة بالنفس لدى جميع افراد المجتمع لما له من الأثر الكبير في تعلم الأداء ودقته لجميع المهارات وبالخصوص مهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب .
- 4- العمل الجاد للحد من متغير التردد النفسي لدى الطلاب لما له من تأثير كبير بعدم تحقق دقة الأداء لمهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب .

### المصادر

- احمد عريبي عوده وغازي صالح محمود: اتجاهات معاصره في علم النفس الرياضي ، ط1 ، بغداد ، مطبعة النبراس ، 2009 .
- ريسان خربط مجيد: موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج1 ، بغداد ، مطابع التعليم العالي ، 1989 ، .

- ريسان خريبيط مجيد. منهاج البحث في التربية البدنية ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1988 .
- علي مصطفى طه : الكرة الطائرة - تاريخ - تعليم - تدريب - تحليل - قانون ، القاهرة ، جامعة حلوان ، دار الفكر العربي ، 1999.
- محمد لبيب النجحي ومحمد منير مرسى . البحث التربوي - اصوله - مناهجه ، القاهرة : عالم الكتب ، 1983 .
- نزار الطالب ، كامل طه لويس : علم النفس الرياضي ، دار الحكمة للطباعة والنشرة ، بغداد ، 1993.
- نزار الطالب وكامل طه لويس : علم النفس الرياضي ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 2000 .
- نشوان عبدالله نشوان ومحمد جسام عرب : علم النفس الرياضي ، ط1 ، الاردن ، عمان ، دار ومكتبة الحامد للنشر والتوزيع ، 2017.

## الملاحق

## ملحق (1)

يوضح أسماء الخبراء والمتخصصين لتحديد صلاحية مقياسي الثقة بالنفس والتردد النفسي

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1	أ.د حسين عبد الزهرة	علم نفس / الكرة الطائرة	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	أ.د فاضل كردي شلاكة	علم نفس / كرة يد	جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	أ.د اياد ناصر حسين	علم نفس / الكرة الطائرة	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	أ.د علي حسين الجاسم	علم نفس / كرة يد	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	أ.د محسن محمد حسن	علم نفس / كرة القدم	جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	أ.د عزيز وناس	علم نفس / كرة القدم	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
7	أ.د حسن هادي	علم نفس / كرة القدم	جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	أ.د عامر سعيد الخيكاني	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	أ.د ياسين علوان	علم النفس الرياضي	كلية الحلة الجامعة الاهلية
10	أ.د سلمان عكاب	علم النفس الرياضي	جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	أ.د نزار حسين النفاخ	علم النفس الرياضي	جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات
12	أ.د علي حسين هاشم	علم النفس الرياضي	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
13	أ.م.د ايمن هاني	اختبارات وقياس	جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
14	أ.م.د حيدر مهدي	علم النفس الرياضي	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
15	أ.م.د علي بخيت حسن	علم النفس الرياضي	جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
16	أ.م.د حلا رزاق	اختبارات وقياس	جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
17	م.د محمود ناصر راضي	الكرة الطائرة	جامعة الكوفة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## ملحق (2)

## يبين فريق العمل المساعد

ت	الاسم	اللقب	مكان
1-	باسم حسن غازي	استاذ	جامعة الكوفة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2-	حاتم فليح حافظ	استاذ	جامعة الكوفة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3-	محمود ناصر راضي	مدرس	جامعة الكوفة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4-	افراح باقر عبد الجليل	محاضر	جامعة الكوفة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5-	علي احمد محمد صالح	محاضر	جامعة الكوفة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة