علاقة تقدير الذات بأداء بعض المهارات الأساسية لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد

م.م. لقاء عبد الزهرة عبيد

Liqaa_1976 @yahoo.com

مستخلص البحث

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى تقدير الذات ، ومستوى آداء بعض المهارات الأساسية لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد، والتعرف على علاقة تقدير الذات بأداء بعض المهارات الأساسية لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد ، واستخدمت الباحثة منهج البحث الوصفي بالاسلوب الارتباطي على عينة اللاعبين الشباب بكرة اليد البالغ عددهم (24) لاعب بنسبة (32.432%) من المجتمع الأصل البالغ (74) تم أختيارهم عشوائياً ، كما تم اختيار (20) لاعب لاجراء الأسس والمعاملات العلمية لمقياس تقدير الذات ، وتم تحديد نوع المقياس الملائم للعينة المستهدفة وإجراء الأسس والمعاملات العلمية لهوتحديد مهارات المناولة والإستلام والتصويب وحائط الصد الدفاعي بكرة اليد ، وبعد تطبيق المقياس وإجراء الاختبارات المهارية في المدة الممتدة من 2016/2/29 ولغاية 2016/3/10 ، وتمت معالجة النتائج بنظام الحقيبة الإحصائية (SPSS) ، وأستنتجت الباحثةأن اللاعبين الشباب بكرة اليد تقدير الذات لديهم واضح ، ويرتبط تقدير الذات إيجابياً بآداء المهارات الأساسية الثلاثة لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد ، وكلما زاد تقديرالذات كلما تحسن آداء المهارات الأساسية الثلاثة لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد.

الكلمات المفتاحية : علم النفس / كرة اليد

The relationship of appreciation of Self – Esteem and the performance of some of the basic skills to young players for Handball

Abstract

The aim of the study to identify the level of appreciation of self-esteem, and the level of performance of some of the basic skills to young players for handball, identify the relationship of Self – Esteem the performance of some of the basic skills to young players for handball, and used the researcher research approach descriptive relationship style on a sample young players for handball of (24) a player with (32.432%) of community of (74) randomly selected, was also selected (20), the player for the foundations of scientific transactions of the standard self-esteem, and identify the type of the appropriate measure of target sample and foundations scientific transactions him and handling skills, receipt and corrigendum and deterrence, defense for handball, after the application of the gauge and skill tests in the time period from 29/2/2016 to 10/3/2016, and was addressing the results pouch system Statistical Commission (SPSS), The researcher concluded that the young players for handball have clear appreciation of their self-esteem, is linked to the Self – Esteem of the

positive performance of the basic skills and three young players for handball, the greater the Self – Esteem whenever the improved performance of the basic skills and three young players for handball.

Key Word : Self – Esteem:handball,

1 : التعريف بالبحث :-

1-1: مقدمة البحث وأهميته :-

تدخل البيئة الأسرية والتنشئة الإجتماعية في تكوين صورة تقدير الذات وعليه فأنه تقييم ذاتي للشخص تجاه نفسه لابد أن يتسم بالرضا أو عدمه عن خصائصه ، وأكثر ما يسهم في ذلك التقييم هو المواقف الإجتماعية المختلفة التي يتعرض لها في حياته ، والتي تكون خبرات تتداخل مع أستجاباته والتي تتغير بتغير المواقف لتعطي مدلولاً لتقييم الشخص لذاته ، وفي المجال الرياضي سيما في الألعاب الجماعية فأن الرياضي على أحتكاك مباشر بالجماعة في مختلف المواقف التدريبية أو التنافسية ، وواحدة من هذهِ الألعاب هي كرة اليد التي تتميز بأنها ذات أكثر عدد لاعبين في ألعاب الصالات المغلقة من كرة الطائرة والسلة وخماسي القدم ... وغيرها ، وزيادة عدد الجماعة يعني زيادة الأختلاط معهم وهذا يتطلب أن يبني أو يأخذ تصور عن ثقته بنفسه بما يؤهله من الإندماج على أتم وجه وليتمكن من التفاعل معهم ، وأهتمت العديد من الدراسات في المجال التربوي والإجتماعي بتقدير الذات على أعتبارها من الحاجات النفسية التي تتصدر حاجات الأنسان في التعايش مع البيئة المحيطة ، كما أن جو البيئة الرياضة له خصوصية التنافس وتشجيع الجمهور الرياضي وهو بذلك دافعاً للاعبين للظهور بأفضل صورة بالآداء فضلاً عن النواحي السلوكية الظاهرة التي تساعد على زيادة مقبوليته في الوسط الرياضي وكل ذلك يتطلب حُكم أيجابي للرياضي عن ذاته عند تقييمه لها ، ومن هنا تكمن أهمية الدراسة بأهمية تقدير الذات وحاجة اللاعبين لها من جوانب إجتماعية من جهة ومن جوانب تتعلق بالبيئة الرياضية من جهة أخرى لزيادة تمكينه من الآداء والمنافسة بأفضل ما يُمكن .

إذ يُقدم مصطفى فهمي تعريفاً لتقدير الذات بأنه عبارة عن" مدرك أو اتجاه يعبر عن إدراك الفرد لنفسه وعن قدرته على كل ما يقوم به من أعمال وتصرفات، ويتكون هذا المدرك في إطار حاجات الطفولة ، وخاصة الحاجة إلى الاستقلال والحرية والقبول والنجاح ". (10 : 245)

ويذكر أحمد ومجدي " أن من أشهر من بحثوا فيتقدير الذات (Self – Esteem) هو "ماسلو" حيث وضعه في سلم الحاجات النفسية ، وباعتقاده أن تقدير الذات يتضمن: احترام الذات والذي يحتوي على الجدارة والكفاءة والثقة بالنفس والإنجاز والاستقلالية، كذلك يتضمن تقدير الذات التقدير من الآخرين، والذي يحتوي على المكانة، والتقبل، والانتباه، والمركز، والشهرة " . (1 : 86)

ويذكر شاكر خلف بأن " كوبر سميث أجرى دراسته لتقدير الذات ، وقد ميّز بين نوعين من تقدير الذات هما : تقدير الذات الحقيقي ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون بالفعل أنهم ذوي قيمة، وتقدير الذات الدفاعي ويوجد عند الأفراد الذين يشعرون أنهم ليسوا ذوي قيمة، ولكنهم لا يستطيعون الاعتراف بمثل هذا الشعور والتعامل على أساسه مع أنفسهم ومع الآخرين. ويفترض كوبر سميث أن هناك أربع محددات لتقدير الذات وهي: النجاحات، والقيم، والطموحات، والدفاعات" . (5 : 42)

وتشير مشكلة الدراسة إلى أن على الرغم من أنه لا يُمكن التنبؤ بالمستويات الرياضية أو نتائج المنافسات بالأعتماد على درجات المقاييس النفسية إلا أنه لا يخفى بأنها قياسات مهمة للتعبير عن الحالة أو الخصائص النفسية للاعبين ، وبدأت الدراسات العلمية في علم النفس الرياضي تهتم بنواحٍ عديدة للوصول بالرياضيين حالة نفسية مستقرة تضمن أستمرارهم بالتدريب واللعب ، ولعبة كرة اليد من الألعاب الكروية الجماعية ذات الأحتكاك المباشر مع

المنافس وتتطلب من اللاعبين قدرات مهارية وبدنية خاصة كما هو معروف للإيفاء بتلك المتطلبات وذلك لا يعني بأنه يمكن الأستغناء عن دراسة الحالة النفسية التي تعمل على تمكينهم من القيام بذلك على أتم وجه ، ومن ملاحظة الباحثة لدوري أندية الدرجة الأولى للشباب بكرة اليد في بغداد لاحظت قلة الأهتمام ببعض النواحي النفسية للاعبين ، وكمحاولة منها لأستكمال الجهود العلمية المتواصلة بهذا الصدد سعت لدراسة تقدير الذات للإجابة عن التساؤول التالي :-

هل يرتبط مستوى تقدير الذات لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد بمستوى آداءهم لبعض المهارات الأساسية ؟ .

وهدفت الباحثة إلى ما لي :-

1- التعرف على مستوى تقدير الذات لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد.

2- التعرف على مستوى آداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لدى اللاعبين الشباب .

3- التعرف على علاقة تقدير الذات بأداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لدى اللاعبين الشباب .

وأفترضت الباحثة الآتي :-

1- توجد علاقة ارتباط معنوية بين درجات تقدير الذاتوأداء بعض المهارات الأساسية بكرة اليد لدى اللاعبين الشباب .

وتمثلت حدود الدراسة في المجال البشري :- عينة من اللاعبين الشباب بكرة اليدفي دوري أندية الدرجة الأولى في بغداد للموسوم الرياضي 2016، والمجال الزمني :-المدة الممتدة من 2016/2/29 ولغاية 2016/3/10، والمجال المكاني :-قاعة نادي السيدية المغلقة/وزارة الشباب والرياضة/ في بغداد /الكرخ/ السيدية.

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

2-1 : منهج البحث :-

أستخدمت الباحثة المنهج الوصفي (Descriptive Research) والذي يُعّرف بأنه "أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمّاً بوساطة جمع البيانات والمعلومات المقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة". (7 : 278)

وقد حددت مشكلة البحث نوع المنهج الوصفي بأستخدام الأسلوب الإرتباطي والذي يُعّرف بأنه "المنهج يهتم بدراسة العلاقات بين المتغيرات التي يتناولها الباحث وهو أحد انواع الدراسات التي حالة تلك المتغيرات كما هي بدون أثر التجريب " . (3 : 25)

2-2 :مجتمع البحث وعينتهِ :-

بما يحقق أغراض الدراسة ويتلائم مع خصوصية المشكلة المدروسة وإطارها المرجعي ، تحدد مجتمع البحث بلاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة اليد للموسم الرياضي (2016) (الكرخ ، الخالدون ، النصر والسلام ، الجيش ، الصناعة)فئة الشباب في بغداد المسجلين رسمياً في سجلات الأتحاد المركزي بكرة اليد ، والبالغ عددهم (74) لاعب ، تم اختيار ثلاثة أندية عشوائياً ليكونوا عينة البحث والتي بلغت (42) لاعب في كل من نادي الجيش ، والكرخ ، والخالدون ، تم تقسيمهم حسب معطيات خصوصية الدراسة إلى عينة رئيسة (24) لاعب بنسبة (32.432 %) من المجتمع الأصل ، وعينة الأسس والمعاملات العلمية للمقياس والبالغة (20) لاعب والتي منها تم اختيار (10) لاعبين للتجربة الإستطلاعية ، وللتحقق من سلامة النتائج من المتغيرات الدخيلة التي تؤثر بنتائج الأختبارات ، تم إجراء التجانس لعينة الدراسة في بعض المتغيرات كما مُبين في الجدول (1) .

جدول (1)
يُبين تجانس عينة البحث فيمؤشر كتلة الجسموالعمرين الزمني والتدريبي

المتغيرات ووحدة القياس	ن	الوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	معامل الإلتواء
مؤشر كتلة الجسم	24	21.58	21	1.283	0.743
العمر الزمني (سنة)	24	16.38	17	0.770	0.790-
العمر التدريبي (سنة)	24	3.88	4	0.797	0.237

مؤشر كتلة الجسم = الوزن (الكتلة بالكيلو غرام) \ (مربع الطول بالمتر) .

يُلاحظمن الجدول (1) أن قيم معاملات الإلتواء كانت محددة فيما بين (+ 3) مما يدل على تجانس نتائج المتغيرات الواردة في الجدول ، وأن نتائج عينة البحث توزعت طبيعاً فيها .

3-2: أدوات البحث العلمي والوسائل المستخدمة بالبحث :-

تذكر فؤاد وآمال " أن هذهِ جميعها وغيرها ليست إلا أدوات يستخدمها الباحثون في الحصول على بياناتهم والتي تؤلف مكوناً أساسياً من مكونات المنهج " (9 : 131)

وبذلك أستعانت الباحثة منها بما يلي :

- المصادر العربية والأجنبية.
- مقياس كوبر سميث لتقدير الذات .
- المقابلات الشخصية.
- أستبانة لإستطلاع الرآي .
- اختبارات المهارات الأساسية بكرة اليد الثلاثة .
- شبكة المعلومات الدولية (الأنترنيت) .
- أستمارات لتفريغ بيانات نتائج الاختبارات والمقياس .
- ملعب كرة يد قانوني .
- كرات يد قانونية للرجال .
- شريط لاصق ملون بعرض (5) سم .
- قائم بأرتفاع (260) سم .
- مربعات حديدية بقياس (50×50) سم عدد (2) .
- ساعة توقيت رياضية (Sport timer) نوع (SAKO) بوحدة قياس (الثانية وأجزاءها) عدد (1) .
- ميزان ألكتروني لقياس الطول والوزن كوري الصنع نوع (HHK) عدد (1) .

2-4: إجراءات البحث الميدانية :-

2-4-1: تحديد الظاهرة المدروسة ومتغيرات الدراسة والمقياس والاختبارات:-

من أولويات البحث العلمي هو تحديد الظاهرة المدروسة للعينة المستهدفة لتتمكن الباحثة من بناء الخطوات اللاحقة من الدراسة وقد تمثلت هذهِ الظاهرة بتقدير الذات لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد ، كما تم تحديد المهارات (المناولة والإستلام ، التصويب ، حائط الصد الدفاعي) ، وبعد الإستدلال بوساطة طريقة تحليل المحتوى لبعض المصادر العلمية المتوافرة في مجالات القياس النفسي وكرة اليد تم تحديد المقياس واختبارات المهارات التالية :-

1- تقدير الذات :- مقياس كوبر سميث(ملحق 1).
2- مهارة المناولة والأستلام :- اختبار المناولة والإستلام على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة
3- مهارة التصويب :- اختبار التصويب من مسافة (9)أمتار بخطوة واحدة .
4- مهارة حائط الصد الدفاعي :- اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد خلال 10 / ثا.

(ملحق 2)

2-4-2: مواصفات مقياس تقدير الذات والأسس والمعاملات العلمية له :-

مقياس (كوبر سميث) مقياس خاص بالكبار يستخدم مع الأفراد الذين تبلغ أعمارهم من (16) سنة إلى ما فوق ويتكون هذا المقياس من (25) عبارة ، ويحتوي على عبارات سالبة وأخرى موجبة ، ويطلب من الشخص الذي يطبق عليه أن يضع علامة(×) داخل المربع الذي يحمل كلمة (تنطبق)إذا كانت العبارة تصف من يشعر به، أما إذا كانت لا تصف ما يشعر به فيضع العلامة (×) داخل المربع الذي يحمل كلمة (لاينطبق) ، ولا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة إنما الإجابة الصحيحة التي يعبر بها الشخص عن شعوره الحقيقي والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (1-50) إذ تعطى درجتين لتصحيح البديل (تنطبق) ، ودرجة واحدة لتصحيح البديل (لا ينطبق) .

وبغية أن يلائم المقياس خصوصية لاعبي عينة البحث من الشباب بكرة اليد عمدت الباحثة إلى إجراء الأُسس والمعاملات العلمية له وعلى وفق ما يلي :-

أولاً : إيجاد صدق مقياس تقدير الذات:-

بعد أن تمت مقابلة مجموعة من الخبراء والمتخصصين العراقيين (ملحق 3) لتحديد مقياس (كوبر سميث) لقياس الظاهرة المدروسة تم تضمين المقياس وعرض فقراته عليهم بإستمارة إستبانه أُعدت لهذا الغرض ، لإيجاد الصدق الظاهري (Face Validity)للمقياس ولم يجرِ اي تعديل على مضمون محتوى الفقرات أو بديلها أو الحذف أو الدمج لأيٍ منهاأو تعليمات المقياس، إذ أتفقوا عليه بنسبة (100%) وبهذا الإجراء تم قبول المقياس كما هو بدون أي تغيير.

ثانياً : إيجاد ثبات مقياس تقدير الذات:-

يذكر سبع محمد " يتصف المقياس الجيد بالثبات عندما يعطي النتائج نفسها تقريباً في كل مرة على المجموعة نفسها " . (4 : 277)

أعتمدت الباحثة إلى أستخدام طريقة التجزئة النصفية (Split Half Method)للمقياس المُتفق عليها بالصدق الظاهري ، بعد تطبيق صورة على العينة المحددة للأسس والمعاملات العلمية البالغة (20) لاعب

كرة يد ،وكان عدد الفقرات في جزئيالمقياس غير متساوٍ ، وقد بلغ عدد الفقرات الفردية (13) فقرة ، والفقرات الزوجية (12) فقرة ، إذ تم حساب معامل الإرتباط فيما بين درجات نتائججزئيالمقياسبعد تجزئته باستخدام معامل ارتباط (Horst) الخاصة بهذا النوع من عدم تساوي الجزئينوقد بلغت قيمته (0.878) وهي قيمة عالية ومقبولة .

إذ يذكر نبيل جمعة في تفسير معامل الإرتباط "من (0.00- أقل من 0.30) يكون منخفضاً جداً ومن (0.70- أقل من 0.90) يكون عالياً" . (12 : 183)

ثالثاً : موضوعية مقياس تقدير الذات:-

يذكر مصطفى محمود وآخرون " يقصد بالموضوعية التحرر من التحيز أو التعصب ، وعدم أدخال العوامل الشخصية من أحكام مهما أختلف المقومون ، والمقاييس التي تتطلب إستجابة واحدة من المفحوص تسمى بالمقاييس الموضوعية " . (11 : 171)

ومن مراجعة فقرات مقياس تقدير الذات فهي فقرات ذات بدلين ولا يوجد فيها من الفقرات ما يتطلب الشرح عن العبارة وبذلك لا تخضع لتحيز المصحح عن تصحيحها وهي بذلك موضوعية .

2-4-3 : التجربة الإستطلاعية :-

تم إجراءها في يوم الاثنين الموافق 2016/2/29بمساعدة فريق العمل المساعد *، على العينة الإستطلاعية البالغة (10) لاعبمن عينة الأسس والمعاملات العلمية كان الهدف منها التعرف على المعوقات التي ستواجه الباحثة عند تنفيذ الدراسة المسحية في تطبيق المقياس والاختبارات المهارية بكرة اليد ، وهي إجراء منهجي لتسلسل الإجراءات ولم تواجه الباحثة أية معوقات تُذكر .

2-4-4 :تنفيذ الدراسة المسحية :-

تم تنفيذها فيأربعة أيام في المدة المحصورة بين (يوم الأثنينالموافق 2016/3/7 لغاية يوم الخميس الموافق2016/3/10) على لاعبي العينة الرئيسه البالغة (24) لاعب في ملعب نادي الكرخ الرياضي إذ تم تطبيق المقياس من ثمَّ الاختبارات المهارية بالتسلسل .

2-5 : الوسائل الإحصائية :-

تم أستخدامنظام الحقيبة الإحصائية الأجتماعية (SPSS) الإصدار (V_{24}) ، (statistical package for social sciences) وتم ألياً حساب كل من قيم النسبة المئوية ، والوسط الحسابي ، والانحراف المعياري، والوسيط ، ومعامل إرتباط هورست (Hurst) ، ومعامل الإلتواء ، ومعامل الإرتباط البسيط (person) .

ـ الدرجة الكلية للمقياس = عدد الفقرات في المقياس × أعلى وزن في بدائل الفقرات

الوسـط الفرضـي = مجموع أوزان البدائل / عـدد الفقرات ..... (13 : 45)

عدد البدائل

* 1- المدرب علي ناصـــر / نادي الكرخ
2 – المدرب صلاح راجي / نادي الجيش

3: عرض النتائج وتحليلها :-

جدول (2)
يبين المعالم الإحصائية للمقياس تقدير الذات واختبارات المهارات الأساسية الثلاثة بكرة اليد

القياس والاختبارات	ن	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	الألتواء
تقدير الذات	24	الدرجة	41.88	42	2.383	0.091-
المناولة والاستلام	24	الثانية	4.399	4.32	0.315	0.996
التصويب	24	الدرجة	6.75	7	1.152	0.210-
حائط الصد الدفاعي	24	الدرجة	6.17	6	1.274	0.212

الوسط الفرضي لمقياس تقدير الذات = (37.5)

يتبين من الجدول (2) أن الوسط الحسابي لعينة البحث في مقياس تقدير الذات كان (41.88) ، والوسيط (42) ، والإنحراف المعياري (2.383) ، وبلغت قيمة معامل الألتواء (0.091-) وهي محددة بين (±3) مما يدل على التوزيع الطبيعي وعدم وجود قيم متطرفة ، وبمقارنة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي للمقياس البالغ (37.5) يتبين أنهم تعدوا مستوى الوسط الفرضي .

أما الوسط الحسابي لعينة البحث في اختبار مهارة المناولة الإستلام كان (4.399) ، والوسيط (4.32) ، والإنحراف المعياري (0.315) ، وبلغ معامل الألتواء (0.996) ، أما الوسط الحسابي لعينة البحث في اختبارمهارة التصويب كان (6.75) ، والوسيط (7) ، والإنحراف المعياري (1.152) ، وبلغ معامل الألتواء (0.210-) ، أما الوسط الحسابي لعينة البحث في اختبارمهارة حائط الصد الدفاعي كان (6.17) ، والوسيط (6) ، والإنحراف المعياري (1.274) ، وبلغ معامل الألتواء (0.212) ،كما ويلاحظ أن قيم معاملات الألتواء في الاختبارات المهارية الثلاثة كانت محصورة بين (±3) مما يدل على التوزيع الطبيعي لنتائج عينة البحث وعدم وجود قيم متطرفة .

وبهدف معرفة إستجابات عينة البحث على فقرات مقياس تقدير الذات بأكثر دقة تعرض الباحثة ذلك في الجدول (3) :-

جدول (3)
يبين إستجابات لاعبي كرة اليد الشباب عن فقرات مقياس تقدير الذات

ت	تنطبق		لا تنطبق		ت	تنطبق		لا تنطبق	
	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية		التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية
1	3	% 12.5	21	% 87.5	14	14	% 58.3	10	% 41.7
2	21	% 87.5	3	% 12.5	15	22	% 91.7	2	% 8.3
3	15	% 62.5	9	% 37.5	16	11	45.83 %	13	54.17 %
4	13	% 54.17	11	45.83 %	17	4	% 16.7	20	% 83.3
5	20	% 83.3	4	% 16.7	18	5	20.83 %	19	79.17 %
6	12	% 50	12	% 50	19	15	% 62.5	9	% 37.5
7	15	% 62.5	9	% 37.5	20	20	% 83.3	4	% 16.7
8	23	% 95.83	2	% 4.17	21	4	% 16.7	20	% 83.3
9	10	% 41.7	14	% 58.3	22	3	% 12.5	21	% 87.5
10	21	% 87.5	3	% 12.5	23	19	79.17 %	5	20.83 %
11	22	% 91.7	2	% 8.3	24	11	45.83 %	13	54.17 %
12	15	% 62.5	9	% 37.5	25	20	% 83.3	4	% 16.7
13	11	% 45.83	13	54.17 %					

عدد اللاعبون= 24

يُلاحظ من الجدول (3) أن الفقرة (8) (أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني) حققت أعلى تكرار في البديل (تنطبق) بنسبة مئوية (95.83 %) .

((وبذلك يتحقق للباحثة هدفي البحث الأول والثاني)) .

وبهدفمعرفة علاقة مستوى تقدير الذاتبأداء بعض المهارات الأساسية لدى اللاعبين الشبابكرة اليد تعرض الباحثة النتائج في الجدول (4) :-

الجدول (4)
يبين معاملات الارتباط البسيط بين متغيرات البحث

الاختبارات	وحدة القياس	مقياس تقدير الذات			
		معامل الأرتباط البسيط (Person)	درجة (Sig)	الدلالة الإحصائية	أتجاه العلاقة
المناولة والإستلام	الدرجة	0.661	0.002	معنوية	طردية
التصويب		0.710	0.000	معنوية	طردية
حائط الصد الدفاعي		0.595	0.004	معنوية	طردية

ن = 24 .مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (ن-2= 22) الإرتباط دال إذا كانت درجة (Sig)≤ (0.05) .

يلاحظ من الجدول (4) أن قيمة معامل الإرتباط البسيط بين نتائج مقياس تقدير الذات ونتائج اختبار مهارة المناولة والإستلام بلغت (0.661) وهي علاقة طردية ودالة إحصائياً بالمقارنة مع درجة (Sig) البالغة (0.002) ، أن قيمة معامل الارتباط البسيط بين نتائج مقياس تقدير الذات ونتائج اختبار مهارة التصويب بلغت (0.710) وهي علاقة طردية ودالة إحصائياً بالمقارنة مع درجة (Sig) البالغة (0.000) ، أن قيمة معامل الارتباط البسيط بين نتائج مقياس تقدير الذات ونتائج اختبار مهارة حائط الصد الدفاعي بلغت (0.595) وهي علاقة طردية ودالة إحصائياً بالمقارنة مع درجة (Sig) البالغة (0.004) .

((وبذلك يتحقق للباحثة هدف البحث الثالث والفرض الأول)) .

مناقشة النتائج :-

يتبين من نتائج البحث الواردة في الجدول (2) أن اللاعبين الشباب لديهم تقدير ذات تعدت نتائج قياسه الوسط الفرضي للمقياس وآداء جيد للمهارات الثلاثة مبحوثة وعند التعرف على نتائج فقرات المقياس في الجدول (3) يتبين ثقة اللاعبين بقبولهم الاجتماعي من قبل الأقران من اللاعبين من أكثر الفقرات أنجذاباً لإستجاباتهم وبعد أستخراج قيم معاملات الإرتباط في الجدول (4) يتبين أنه كلما زاد تقدير اللاعب لذاته كلما تحسن آدائه المهاري ، وتعزو الباحثة ظهور هذهِ النتائج إلى أن تقدير الذات هو نوع من المساندة النفسية والأجتماعية للاعبين التي تفعل من زيادة الثقة بالنفس وتمكنهم من تحسين مستوى الاداء ، وكما ذكرت الباحثة أن تقدير الذات هو مساهم وليس الاساس في تحقيق أفضل آداء مهاري لكون الأداء المهاري يحتاج إلى قدرات بدنية ... وغيرها ، ونتائج هذهِ الدراسات تؤكد الإرتباطات بأن لتقدير الذات أرتباط إيجابي أو طردي مع الآداء المهاري ، ويأتي دور البيئة المحيطة والعوامل النفسية التي تحيط بالبيئة الأسرية للاعبين بحسب نتائج الفقرات هو من آدى إلى أمتلاكهم حسن التقدير لذاتهم ، وعند شعور اللاعب بالرضا عن ذاته فأنه سوف يؤدي الواجب الحركي بأفضل ما يُمكن من حالة عدم رضاه ، ولا يُمكن إغفال دور ممارسة الرياضة في المساعدة على تحقيق الصحة النفسية للاعبين .

إذ يذكر عطا شفقة " أن تقدير الذات بوصفه تقييماً، ويعني ذلك إصدار الحكم من الفرد وأحكام الآخرين لمعاني الذات المتمثلة في: الذات الجسمية، وهوية الذات، ونطاق الذات، وتصور الذات، وهذه القيم المدركة يمكن أن يعبر عنها الفرد من خلال سلوك الفرد أثناء المحادثه" . (14 : 16)

وترى (مارى كوميرفورد ورينزكوف.Commerford,M.&Reznikof,M)" أن المساندة الاجتماعية المدركة ترتبط ارتباطا موجبا بتقدير الذات وما ينتج عن ذلك من الإحساس بقيمة الذات التى قد تنبئ بالشعور بالسعادة " . (15 : 35-50)

الخاتمة

الأستنتاجات :-

1- أن اللاعبين الشباب بكرة اليد لديهم تقدير واضح لذاتهم .
2- يرتبط تقدير الذات إيجابياً بآداء المهارات الأساسية الثلاثة لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد.
3- كلما زاد تقدير الذات كلما تحسن آداءالمهارات الأساسية بكرة لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد.

التوصيات والمقترحات :-

1- ضرورة الأهتمام بتطوير تقدير الذات لدى اللاعبين الشباب بكرة اليد لما فيه من أهمية بالآداء المهاري .
2- إجراء دراسات مشابهة على عينات أكبر من المتقدمين بكرة اليد .
3- إجراء دراسات مشابهة على لاعبات كرة اليد .

المصادر العربية والاجنبية :-

(1) أحمد حافظ ومجدي محمود ؛ أثر العلاج النفسي الجماعي في ازدياد تأكيد الذات وتقديرها وانخفاض الشعور بالذنب وانعدام الطمأنينة الانفعالية لدى جماعة عصابية : مجلة علم النفس، مجلة فصلية تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد (14)، السنة (4) ، 1995.

(2) أحمد عريبي عودة ؛ التحليل والاختبار في كرة اليد : بغداد ، مكتب سناريا ، 2004 .

(3) أحمد فرحان التميمي ؛ أساسيات البحث العلمي والإحصاء في التربية البدنية : النجف الأشرف ، دار الضياء للطباعة ،2015 .

(4)سبع محمد أبو لبده ؛ مبادئ القياس النفسي والتقييم التربوي : عمان ، دار الفكر ناشرون وموزعون ، 2008.

(5) شاكر خلف ؛ الاعتمادية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في الأردن: أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية ، 2000 .

(6) علي سلوم جواد الحكيم ؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي : النجف الاشرف ، دار الغامدي ، 2004 .

(7) كاظم كريم رضا الجابري ؛مناهج البحث في التربية وعلم النفس: بغداد ، مكتب النعيمي، 2011.

(8) كمال الدين عبد الرحمن درويش وعماد الدين عباس أبو زيد ؛ القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد نظريات وتطبيقات : القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 2002 .

(9) فؤاد أبو حطب وآمال صادق ؛ مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي : القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 2010.

(10) مصطفى فهمي ؛ الصحة النفسية – دراسة في سيكولوجية التكيف،القاهرة، المطبعة العربية الحديثة،1987.

(11) مصطفى محمود الإمام وآخرون ؛ التقويم والقياس ، ط4 : بغداد ، دار الحكمة للطباعة والنشر، 2012 .

(12) نبيل جمعة صالح النجار ؛ الإحصاء في التربية والعلوم الإنسانية مع تطبيقات برمجية : عمان ، دار الحامد للنشر والتوزيع .

(13) وهيب مجيد الكبيسي ؛ القياس النفسي بين التنظير والتطبيق : لبنان ، العالمية المتحدة ، 2010 .

(14) عطا شقفة ؛ تقدير الذات وعلاقته بالمشاركة السياسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة بغزة : رسالة ماجستير غير منشورة، المنظمة العربية للتربية والعلوم والعلوم، قسم الدراسات التربوية، القاهرة ، 2009 .

(15) Commerford,C.Marg&Reznikoff,M.(1996).Relation ship of religion and perceived social support to self-esteem and depression in nursing home residents.The Journal of Psychology,vol.130(1).

ملحق (1)

يوضح مقياس تقدير الذات

ت	الفقرات	تنطبق	لا تنطبق
1	تضايقني الأشياء عادة		
2	أجد من الصعب عليا أن أتحدث أمام مجموعة من الناس		
3	أود لو أستطيع أن أغير أشياء في نفسي		
4	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي		
5	يسعد الآخرون بوجودهم معي		
6	أتضايق بسرعة في المنزل		
7	أحتاج وقتا طويلا كي أعتاد على الأشياء الجديدة		
8	أنا محبوب بين الأشخاص من نفس سني		
9	تراعي عائلتي مشاعري عادة		
10	استسلم بسهولة		
11	تتوقع عائلتي من الكثير		
12	من الصعب جدا أن أضل كما أنا		
13	تختلط الأشياء كلها في حياتي		
14	يتبع الناس أفكاري عادة		

15	أقدر نفسي حق قدرها		
16	أود كثيرا لو أترك المنزل		
17	أشعر بالضيق من عملي غالبا		
18	مظهري ليس وجيها مثل معظم الناس		
19	إذا كان لدي شيء أريد أن أقوله فإنني أقوله عادة		
20	تفهمني عائلتي		
21	معظم الناس محبوبون أكثر مني		
22	أشعر عادة كما لو كانت عائلتي تدفعني لعمل الأشياء		
23	ألقى التشجيع عادة فيما أقوم به من الأعمال		
24	أرغب كثيرا أن أكون شخصا آخر		
25	يمكن للآخرين الاعتماد عليا		

ملحق (2)

يوضح الاختبارات المهارية الثلاثة بكرة اليد

أولاً : اختبار المناولة والإستلام على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة: (2 : 157)

الهدف من الأختبار :

قياس سرعة التمرير والأستلام .

الأدوات :

ملعب كرة يد قانوني ، كرة يد ، ساعة إيقاف .

طريقة الأداء :

يقف اللاعبون موزعين أبتداء من أحد خطي الجانب إلى خط الجانب الآخر على الحدود الخارجية لخط الرمية الحرة ، يتم تبادل تمرير الكرة من لاعب إلى آخر (ذهاباً وعودة) إلى أن يتم اللاعبون عشرين دورة ذهاباً وإياباً بالكرة .

التسجيل :

يُحسب الزمن المسجل للعشرين دورة.

ثانياً :اختبار التصويب من مسافة (9)أمتار بخطوة واحدة: - (6 : 225)

تم تعديل الاختبار بتوجيه خمس كرات لكل مربع من قبل الخبراء بإجراءات الصدق الظاهري بإتفاقهم مع بقاء مواصفات وشروط الاختبار نفسها وتم إجراء الاسس العلميه له.

الهدف من الاختبار :

قياس دقة التصويب البعيد .
الأدوات :ملعب داخلي لكرة اليد ، مرمى ، كرة يد عدد (5) ، مربعات حديدية بقياس (50×50) سم عدد (2) معلقتان بزاويتي المرمى .
الأداء :
تصويب الكرة من منطقة الـ (9) م بأخذ خطوة واحدة محاولاً إدخال الكرة في المربع الأيمن مرة والمربع الأيسر مرة أخرى .
التسجيل :
تُحسب درجة واحدة لكل كرة تدخل المربع الأيمن والأيسر ويعطى له خمس محاولات لكل مربع.
ثالثاً : اختبار حائط الصد الدفاعي في اتجاه واحد خلال 10 / ثا:- (8 : 140)
الغرض من الأختبار :
قياس قدرة اللاعب على الأداء المتكرر بنفس المعدل لمهارة حائط الصد الدفاعي .
الأداوات :
ملعب كرة يد ، كرة يد معلقة في القائم بأرتفاع (260) سم ، شريط لاصق ، شريط قياس ، ساعة إيقاف .
مواصفات الأداء :
توضع علامة بالشريط اللاصق على خط الـ (6) أمتار ، يقف المختبر فوق العلامة على خط الـ (6) أمتار ، إذ يكون مواجهاً للكرة المعلقة والتي تكون مثبتة في القائم على خط الـ (9) أمتار ، عند إعطاء اللاعب المختبر إشارة البدء (بصرية) يعمد إلى التحرك للأمام ليثب لأعلى ، وأداء مهارة حائط الصد إذ يلامس الكرة المعلقة بكلتا يديه ثم يهبط على الأرض ، ويعوم للخلف بالظهر للعلامة المرسومة على خط الـ (6) أمتار ، ليكرر الأداء أكبر عدد ممكن لمدة (10) ثوانٍ .
شروط الأداء :

1- في كل مرة يثبت فيها المختبر لأداء حائط الصد الدفاعي يلزم ملامسة الكرة بكلتا يديه .
2- في كل مرة يجب على المختبر ضرورة البدء من العلامة المرسومة فوق خط الـ (6) أمتار .
3- على المختبر تكرار الأداء إلى أن يعطي له إشارة أنتهاء الوقت المحدد للأختبار .
4- حركة المختبر تكون مماثلة تماماً لحركة الدفاع لصد الكرات المصوبه – على المرمى – من الوثب ، خاصة شكل الذراعين والمسافة بينهما واليدين ، وأتجاه كفي اليدين للأمام لمواجهة الكرة .
5- أي أداء يخالف الشروط السابقة لا تحسب المحاولة ضمن العدد الذي عمد به المختبر خلال الوقت المحدد للأختبار .

تسجيل الدرجات :
يسجل للمختبر عدد المحاولات الصحيحة التي عمد بها خلال (10) ثوانٍ المحددة للاختبار .

ملحق (3)

يوضح أسماء الخبراء والمتخصصين الذين أعتمدتهم الباحثة في الصدق الظاهري لمقياس تقدير الذات

ت	الأسم	اللقب العلمي	التخصص	مكان العمل
1	محجوب إبراهيم المشهداني	أ.د	اختبار وقياس	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
2	رحيم عطية شاني	أ.د	اختبار وقياس	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	محمد جواد كاظم	أ.د	اختبار	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم

			وقياس	الرياضة
4	أحمد فرحان التميمي	أ.د	منهج بحث	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	عائد صباح النصيري	أ.م.د	بناء مقاييس	جامعة بغداد/ قسم النشاط الرياضي
6	مصطفى حسن الخالصي	أ.م.د	تدريب	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
7	أحمد خميس راضي	أ.م.د	اختبار وقياس	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
8	محمد صبيح حسن	أ.م.د	اختبار وقياس	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
9	رحيم حلو مويح	أ.م.د	علم النفس	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
10	علي عبد الهادي	م.د	علم نفس يد	مديرية تربية الرصافة الأولى / قسم النشاط الرياضي
11	علاء جاسم مخيلف	م.د	تدريب يد	الجامعة المستنصرية / كلية التربية العلوم