

القلق وعلاقته بدقّة أداء التّهدف لدى متعلّمي التّربية البدنيّة بكرة القدم
*Anxiety and its relation with the accuracy in the performance of
handling speed and scoring among physical education students*

عبّاس حسين جبار التّميمي
Abbas Hussein Al-Tamimi

أ.د رولا ناصر الجمل

Dr. Rola Al Jamal

المُلخَص

هدفت الدّراسة إلى التّعرّف على العلاقة بين القلق المتعدّد الأبعاد ودقّة أداء التّهدف لدى متعلّمي التّربية البدنيّة في المدرسة التّخصّصيّة لرعاية الموهبة بكرة القدم للموسم الرّياضي 2022/2021 في محافظة بغداد. إتّبعَت الدّراسة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الإرتباطيّة، وتحدّد مجتمع الدّراسة بالطّريقة العمدية، وشمل متعلّمي التّربية البدنيّة في المدرسة التّخصّصيّة لرعاية الموهبة بكرة القدم بأعمار (15 - 18 سنة)، وعددهم (70) متعلّمًا. وبلغت عيّنة الدّراسة المختارة بالطّريقة العشوائيّة (24) متعلّمًا وبنسبة مئويّة (34.28%) من المجتمع الأصلي، أمّا بالنّسبة لأدوات الدّراسة، فقد تمّ اعتماد مقياس القلق المتعدّد الأبعاد المعدّ من قبل "مرتضى كاظم عبادي" (2016) والمطبّق على البيئة العراقيّة، وتكوّن من (76) عبارة موزعة على خمسة أبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بُعد سرعة وسهولة الإنفعال - بُعد الثّقة بالنّفس - البعد الاجتماعي)، كذلك إختباري التّهدف، وتحقّق لأدوات الدّراسة الصّدق والثّبات، كما حدّدت الوسائل الإحصائيّة (SPSS) لتطبيق القوانين الملائمة للدّراسة. وقد أظهرت النّتائج، تميّز متعلّمي التّربية البدنيّة لكرة القدم بمستوى شديد من القلق المتعدّد الأبعاد، وإلى وجود فروق في مستويات القلق بين أفراد عيّنة الدّراسة عند مستويين (متوسّط-شديد)، وكذلك وجود علاقة إرتباطيّة عكسيّة بين القلق المتعدّد الأبعاد ودقّة أداء التّهدف بكرة القدم لدى أفراد عيّنة الدّراسة. وفي ضوء هذه النّتائج، أوصى الباحث بجملة من التّوصيات منها: ضرورة الإهتمام بالإعداد النفسي لدى متعلّمي التّربية البدنيّة بكرة القدم و عدم إعطائه أهميّة أقلّ من جوانب التّدريب الأخرى، والتّأكيد على المدربين باستخدام الأساليب الحديثة في التّعلّب على زيادة القلق مثل التّدريب على الإسترخاء والتّدريب العقلي.

الكلمات المفاتيح: القلق - التّهدف.

Abstract

This study aims to find the correlation between multidimensional anxiety and the accuracy in the performance of handling speed and scoring among physical education students of the Specialized School for the Care of Talent in Football for the sports season 2021/2022 in Baghdad Governorate.

The study followed the descriptive analytical approach. The study population was chosen in a deliberate way, and it included the physical education students of the Specialized School for the Care of Talent in Football with ages ranging between (15 and 18 years), and their number is (70 players). The study sample was chosen in an arbitrary way, and it included (24) players, representing 34.28% of the original population.

The study methods comprise a multidimensional anxiety scale prepared by "Mourtada Kadem Ibady", which is applied within the Iraqi environment, and encompasses (76) phrases distributed over 5 dimensions (cognitive – physical – quickness and easiness of reaction - self-confidence – social), also scoring tests, which give honesty and constancy for the study methods. Statistical software (SPSS) was used to apply the appropriate study regulations.

The study results showed high levels of multi-dimensional anxiety among soccer physical education students, as well as the presence of differences in the anxiety levels between the members of the study sample between (moderate - high), also the presence of an inverse correlation between multidimensional anxiety and the accuracy in the performance of handling speed and scoring in soccer.

In light of these results, the researcher recommends, taking care of the psychological preparation of physical education soccer trainees, and giving it no less importance than the other aspects of training. Also, emphasizing for coaches the importance of using modern methods to overcome anxiety, like training on relaxation and mental training.

Keywords: Anxiety- Scoring

1-المقدمة

يُعدُّ الإعداد النفسي، أحد الأجزاء الرئيسة التي يتركزُ عليها مجمل عمليات التدريب فضلاً عن العناصر الأخرى، لذا توجَّب على المدربين والخبراء في هذا المجال، الإهتمام بالعامل النفسي الذي يهدف إلى الإعداد النفسي للرياضي، وهو الرغبة في تحقيق النجاح والفوز من خلال الثقة العالية للفريق بشكلٍ عام واللاعب بشكلٍ خاص، إذ إنَّ الفوز لا يتحقق إلا بتتمة الإرادة والدافعية والضبط الذاتي والحالة المعنوية. وفي

ظلَّ التطوُّرات الكبيرة التي أُدخلت في مجال التَّدريب والتَّعلُّم، ولتقارب مستويات اللاعبين البدنيَّة والفنيَّة والخططيَّة في شتَّى المسابقات الرِّياضيَّة وخاصةً لعبة كرة القدم، بدأ الإهتمام بعلم النَّفس الرِّياضي، بوصفه علمًا مهمًّا لتحقيق الإنجاز الرِّياضي للاعبين.

إنَّ الوصول باللاعبين للمستويات الرِّياضيَّة العُليا، يعدُّ أحد أهم أهداف التَّدريب الرِّياضي المخطَّط طبقًا للأسس والمبادئ العلميَّة. إذ يتوقَّف مستوى الأداء في كرة القدم بجوانبه المختلفة على ركائز العمليَّة التَّدريبية والمتمثِّلة بالإعداد البدني والمهاري والخططي والنَّفسي والتَّربوي. ولقد تطوَّر مفهوم التَّدريب في مجال رياضة كرة القدم من مفهوم عام وشامل إلى مفهوم خاص ودقيق في ظلَّ الاندماج بين العلوم المختلفة مثل، علم القياس وعلم الفلسفة وعلم الحركة وعلم النَّفس وعلم التَّربية الرِّياضيَّة، فعلم النَّفس هو أحد تلك العلوم الأساس الحديثة التي تعتمد عليها العمليَّة التَّدريبية من خلال الدِّراسة العلميَّة لسلوك الأفراد المتمثِّل بكلِّ فعلٍ أو نشاط رياضي يقوم به الفرد ويمكن للإنسان أن يشاهده، ودراسة الخبرة الداخليَّة التي تنتمي إلى عالمه الخاص ولا يدركها إلَّا صاحبها مثل، الإنفعالات التي تؤدِّي دورًا هامًّا وبالغ الأثر في حياة اللاعب الرِّياضي، إذ ترتبط بسمات شخصيَّته وسلوكه ودوافعه وتؤثِّر على قدرته في التَّفاعل والتَّكيف مع البيئَة.

والقلق أحد أهم هذه الإنفعالات، إذ يحتل "مركزًا رئيسًا في علم النَّفس عامَّة وعلم النَّفس الرِّياضي خاصَّة، لما له من آثار واضحة ومباشرة على اختلاف السِّمات النَّفسيَّة أو الوظائف الجسميَّة أو كليهما" (علاوي، 1998:379). وتختلف مستويات القلق عند اللاعبين باختلاف (سمة القلق) لديهم و المتمثِّلة بالإستعداد السلوكي الذي يدفع الرِّياضي إلى إدراك مواقف غير خطيرة موضوعيًّا مثل مواقف التَّدريب والمباريات على إنَّها مهدِّدة له، لذلك تكون الإستجابات الحركيَّة مختلفة حسب إدراك حقيقة الموقف.

إنَّ لدقَّة أداء المهارات الأساس بكرة القدم، أساس ودعامة قويَّة يتوقَّف عليها نجاح تفوُّق اللاعب ومن ثمَّ الفريق. إذ إنَّ لهذه المهارات في كرة القدم أهميَّة كبيرة تجعل المدربين يقضون معظم الوقت في التَّدريب على دقَّة وأداء المهارات وتعلِّمها بالشَّكل الصَّحيح، وإعطاء حصَّة كبيرة لها في المناهج التَّدريبية.

والقلق من الإنفعالات المهمَّة ، ويُنظر إليه على أساس أنَّه من أهمِّ الظواهر النَّفسيَّة التي تؤثر في أداء الرِّياضيين ، وإنَّ هذا التأثير قد يكون إيجابيًا يدفعهم لبذل المزيد من الجهد ، أو بصورة سلبية تعوق أدائهم (راتب، 2000:157). وشهدت الخمسينات من

القرن الماضي محاولات العديد من الباحثين لقياس القلق، وكانت الصّفة الغالبة لهذا النوع من المقياس هي قياس القلق العام ، ولم تنجح هذه المحاولات في التّوصّل إلى تنبؤات مفيدة في مجال السّلوّك الإنساني. لذا، بدأت المحاولات المبكّرة لقياس القلق على أنّه ظاهرة نفسية متعدّدة الأبعاد خلال السّتينات من هذا القرن، عندما قام (سبيل برجز، 1966) بإيجاد إطار يتضمّن التّفرقة بين سمات القلق المؤقت (اللّحظي) وسمات القلق الدائم ، كذلك ظهر العديد من المحاولات الجادة التي أكّدت أهميّة مقاييس القلق الموقفي (التّوعي) لكونها تساعد في التنبؤ بالسّلوّك على نحو أفضل من مقياس القلق العام، من ذلك محاولة لقياس سمة قلق المنافسة (راتب، 1997:177).

ويرى "يونج"، بأن القلق ردّ فعل يقوم به الشّخص حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة من اللاشعور الجمعي (علاوي، 1998:381). أمّا "سوليفان" فيذكر، أنّ القلق حالة نوعيّة للغاية تنشأ نتيجة لعدم القبول والإستحسان في العلاقات الإجتماعيّة (علاوي، 1998:382).

ومن هنا، ارتأى الباحث أن يسلّط الضوء على الحالة النفسيّة للمتعلّم الرياضي من خلال معرفة القلق لديه بوصفه سمة شخصيّة، وعلاقتها بدقّة أداء التّهدف، مستخدماً القلق المتعدّد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بُعد سرعة وسهولة الإنفعال، بُعد النّقة بالنفس، البعد الإجتماعي)، لدى متعلّمي التّربية البدنيّة بكرة القدم في المدرسة التّخصّصيّة لرعاية الموهبة للموسم الرياضي (2022/2021)، في محافظة بغداد.

إشكاليّة الدّراسة

إنّ العامل النفسي، هو أحد أركان التّدريب الأساس التي لم تلقى إهتماماً كافياً في مجال التّدريب الرياضي. وإنّ سمة القلق المتعدّد الأبعاد هي أحد أهمّ الإنفعالات النفسيّة التي تؤثر استجاباتها على دقّة الأداء المهاري إذا لم يتمّ توظيفها في تطوير القدرات المهارية والنفسية. ومن خلال البحث وجمع المعلومات، لوحظ ومنذ زمن بعيد بأنّ المنتخب الوطني العراقي بكرة القدم للرجال لم يحقّق نتائج مرضية، إذ ينصبّ الإهتمام على التّدريب البدني والمهاري والخططي دون الإهتمام الكافي بالجانب النفسي وعدم الدّراية الكافية بعلاقة هذا العامل بأداء الرياضي وسلوكه، بالأخص عامل القلق، والذي يعدّ أحد أهمّ أسس الإعداد المتكامل للاعب والفريق، وصولاً إلى المساهمة في الإرتقاء بمستوى أداء اللاعبين نحو الأفضل.

وعليه، تتبلور إشكاليّة الدّراسة الحاليّة في التّعرف على القلق المتعدّد الأبعاد وعلاقته بدقّة أداء التّهدف من خلال السّؤال الرئيس الآتي:

هل توجد علاقة إرتباطية بين القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء سرعة التهديف لدى متعلمي التربية البدنية في المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بكرة القدم في محافظة بغداد؟

أهداف الدراسة التعرف على علاقة الإرتباط بين القلق المتعدد الأبعاد، ودقة أداء التهديف لدى متعلمي التربية البدنية في المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بكرة القدم في محافظة بغداد.

2-الإجراءات المنهجية للدراسة

2-1. منهج الدراسة

استخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الإرتباطية لمعرفة مدى ارتباط متغيرين أو أكثر.

2-2. مجتمع الدراسة

لا يمكن أن يصل البحث إلى كامل مفردات المجتمع، لذلك يقتصر على أخذ عينة، أي جزء من هذا المجتمع المحدد وإجراء الدراسة عليه، والحصول على نتائج تتعلق بمفردات العينة في محاولة لتعميم النتائج على المجتمع الأصلي، ضمن شروط ومواصفات محددة ودقيقة للغاية. وقد اختار الباحث مجتمع الدراسة بالطريقة العمدية، وهم متعلمي التربية البدنية في المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بكرة القدم للموسم الرياضي (2021-2022)، بأعمار (15 - 18 سنة)، والبالغ عددهم (70 متعلماً).

2-3. عينة الدراسة

إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها، ستحدد طبيعة العينة التي يختارها (علاوي، 1996:140)، لذا اختار الباحث العينة، والتي تعني " الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل محور عمله عليه (محجوب، 2002:146)، فقد تم اختيارها بالطريقة العشوائية وكان عدد أفرادها (24) متعلماً للتربية البدنية في المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بكرة القدم للموسم الرياضي (2021/2022)، يمثلون ما نسبته (34.28%) من المجتمع الأصلي، والجدول (1)، يبين مجتمع البحث والعينة المختارة، وفق الآتي:

الجدول رقم (1) مجتمع البحث وعينته

ت	مجتمع البحث	العينة الإستطلاعية	العينة الرئيسة	النسبة المئوية للعينة
1	70	8	24	34.28%

2. 1.3. تجانس العينة

أجرى الباحث بعض القياسات الخاصة بتجانس العينة، من حيث (الطول، والكتلة، والعمر)، والتي تعدّ هامة جداً عند الشروع بتطبيق إجراءات الدراسة، وكان مُعامل الالتواء لمتغيّريّ الطّول والعمر موجّبا، ما يدلّ على تجمّع القيم بالإتجاه الموجب، بينما كان مُعامل الالتواء لمتغيّريّ الكتلة سالباً، ما يدلّ على تجمّع القيم بالإتجاه السّالب، وجميع القيم تقع ضمن الحدّين $(+3)$ ، إذ كانت القيم تتراوح بين (-0.37) و (0.97) ، ما يدل على حسن توزيع العينة وتجانسها. كما هو موضح في الجدول (2)، الآتي:

الجدول رقم(2): تجانس عينة الدراسة لمتغيّرات الطّول والكتلة والعمر

ت	المتغيّرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مُعامل الالتواء
1	الطّول (سم)	163	2.32	0.53
2	الكتلة (كغم)	62.1	1.32	-0.37
3	العمر (سنة)	17.21	0.92	0.97

المصدر: الدراسة الميدانيّة للباحث (2021-2022)

2-5. وسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في الدراسة:

2-5-1 الأدوات والأجهزة والوسائل المستخدمة في الدراسة:

المصادر والمراجع العربيّة والأجنبيّة، إستمارة إستبانة لاستطلاع آراء الخبراء لترشيح أبرز الإختبارات المهارية الهجومية بكرة القدم، الإختبارات والمقاييس (إختبار التّهديف، ومقياس القلق المتعدّد الأبعاد)، المقابلات الشخصيّة، ملعب كرة قدم قانوني ، كرات قدم قانونيّة عدد (10)، حاسبة إلكترونيّة نوع HP LapTop، ساعة توقّيت إلكترونيّة نوع (Nikone)، لقياس الزّمن بالدّقائِق والثّواني وأجزاء الثّانية، عدد (2)، ميزان طبّي لقياس الكتلة والطول، شريط قياس بطول (40) متر، شريط لاصق بعرض (5 سم)، صافرة، حبال مطاطيّة، مقعدان.

2-5-2 التجربة الإستطلاعيّة

أُجريت التجربة الإستطلاعيّة قبل المباشرة بالتّجربة الرّئيسيّة، لغرض معرفة أبرز المعوقات والسّليبيّات لتتمّ معالجتها، إذ نُفّذت على مجموعة من متعلّمي التّربية البدنيّة في المدرسة التّخصّصيّة لرعاية الموهبة بكرة القدم، والبالغ عددهم (8) متعلّمين من خارج عينة الدراسة بتاريخ (2022/6/3) على ملعب المدرسة التّخصّصيّة لرعاية الموهبة في مجمّع الألعاب

الرياضية (الشعب) في محافظة بغداد. وتضمنت التجربة الإستطلاعية توزيع مقياس القلق المتعدد الأبعاد على أفراد عينة الدراسة، وبعد الإنتهاء من سحب الإستمارات الخاصة بالمقياس، تم إجراء الإختبارات المهارية بالتعاون مع الفريق المساعد. وتهدف التجربة الإستطلاعية إلى الآتي:

- أ. التحقق من مدى ملائمة الإختبارات لأفراد العينة وسهولة تطبيقها.
 - ب. التحقق من مدى صلاحية الأجهزة والأدوات المستعملة في الدراسة.
 - ج. التعرف على الوقت اللازم للإجابة على المقياس.
 - د. معرفة المعوقات التي قد تظهر، وتلافي حدوث الأخطاء والتدخل في العمل.
 - هـ. التحقق من تفهم فريق العمل المساعد، وكفاءتهم في إجراء القياسات والإختبارات وتسجيل النتائج.
- وقد كانت النتيجة جيدة، بسبب جدية العينة في أداء الإختبارين والإجابة عن فقرات المقياس، وقيام الفريق المساعد بأداء المطلوب بشكل دقيق.

2-5-3 الإختبارات المهارية

أ. تحديد المهارات الأساس واختباراتها

من أجل تحديد الإختبارات المهارية الخاصة بموضوع الدراسة، قام الباحث بعرض إستمارة إستبانة على عدد من ذوي الخبرة والإختصاص في مجالات (علم النفس وعلم التدريب الرياضي وكرة القدم)، وذلك لتحديد أهم المهارات والإختبارات الملائمة لموضوع الدراسة، عن طريق عرض عددًا من المهارات والإختبارات ذات العلاقة بالجانب المهاري لأفراد عينة الدراسة (متعلمو التربية البدنية في المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بكرة القدم)، وممن تتراوح أعمارهم بين (15-18 سنة). وتم اعتماد المهارات التي حققت نسبة إتفاق (75%)، وعددها إثنين من بين (5) مهارات خاصة بالمهارات الهجومية لكرة القدم. ومن خلال تحديد أبرز المهارات، رُشحت ثلاثة إختبارات لكل متغير عن طريق وضع إشارة (✓) أمام الإختبار الأنسب. وبعد تفريغ بيانات إستمارات الإستبيان واستخراج النسب المئوية، رُشحت الإختبارات التي تحصلت على نسبة (75%) من بين الإختبارات التي حُدثت وفق إستمارة الإستبيان. كما يتضح من خلال الجدولين أدناه:

الجدول رقم (3): الأهمية النسبية لاتفاق آراء الخبراء حول أهم المهارات الهجومية بكرة القدم

المؤشرات	الأهمية النسبية	نسبة مقبولة	نسبة غير مقبولة
1. المناولة	64.2%		X
2. الدرجة	62.2%		X
3. الإخماد	53.4%		X
4. السيطرة	61.3%		X
5. التهديف	95.6%	✓	

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

الجدول رقم (4): الأهمية النسبية لاتفاق آراء الخبراء حول أهم الاختبارات الخاصة بمهارة التهديف

المهارات	الاختبارات	نسبة مقبولة	نسبة غير مقبولة	الأهمية النسبية
1. التهديف	1. الركض بالكرة بين الشواخص، والتصويب نحو المرمى من خارج منطقة الجزاء .		x	
	2. الدوران حول راية التصويب عدد من الكرات بدون توقف (اختبار تهديف الكرات) .		x	
	3. التهديف نحو المرمى المقسم إلى مربعات .	✓		

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

ب. الاختبارات المهارية المستخدمة في الدراسة

الاختبار الاول: اختبار التهديف نحو المرمى المقسم إلى مربعات (الشمري، 85:2011-87)

ج. الأسس العلمية للاختبارين المهاريين

الجدول رقم (5): صدق و ثبات وموضوعية اختبار التهديف

ت	إسم الاختبار	درجة الثبات	الصدق الذاتي	الموضوعية
1	التهديف	0.89	0.93	0.86

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

2-5-4 مقياس القلق المتعدد الأبعاد

أ. وصف مقياس القلق المتعدد الأبعاد تتطلب الدراسة أداة قياس القلق المتعدد الأبعاد، لقياس الفروق الفردية في قلق المباراة الرياضية كسمة شخصية في مواقف المباراة. ونظرًا لتوفر المقياس

الذي أعده "مرتضى كاظم عبادي" (2015)، والمطبّق على البيئة العراقية، تمّ إعتماده، ويشمل (76) عبارة موزعين على خمسة أبعاد (البعد البدني، البعد المعرفي، البعد الإنفعالي، بُعد الثقة بالنفس، البعد الاجتماعي)، لغرض قياس سمة القلق متعدّد الأبعاد، بحيث يقوم المتعلّم بالإجابة عن العبارات القائمة على مقياس مدرج من (نعم، أحياناً، لا) وبالإتجاهين، وذلك في ضوء تعليمات المقياس ومراعاة عنونة المقياس (قائمة تقدير الذات قبل المباراة الرياضية). وتمّ تحديد مفتاح تصحيح مقياس القلق متعدّد الأبعاد في صورته الأولى وفقاً لميزان التقدير الثلاثي (نعم - أحياناً - لا)، حيث بلغت الدرجة العظمى للمقياس (228) درجة، والدرجة الصغرى (76) درجة. وكلّما اقتربت درجة المتعلّم من الدرجة القصوى كلّما تميّز بزيادة الخاصيّة التي يقيسها البعد. وقد تمّ توزيع المقياس على السادة الخبراء المختصّين في مجال علم النفس وكرة القدم (الملحق 1)، لبيان مدى صلاحية المقياس على أفراد عيّنة الدراسة، وبعد ها وبالإتفاق جرى اعتماد المقياس. والجدول (5)، يبيّن أبعاد مقياس القلق متعدّد الأبعاد، وعدد فقرات كل بعد، على النحو الآتي:

الجدول رقم (6): أبعاد وفقرات كل بُعد لمقياس القلق

ت	الأبعاد	عدد الفقرات
1	البعد البدني	14
2	البعد المعرفي	14
3	البعد الإنفعالي	18
4	بعد الثقة بالنفس	15
5	البعد الاجتماعي	15
	المقياس ككل	76

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

ب. مفتاح التصحيح

تمّ تحديد مفتاح تصحيح مقياس القلق متعدّد الأبعاد في صورته الأولى وفقاً لميزان التقدير الثلاثي (نعم - أحياناً - لا)، وقد استُخدم مقياس ليكارت الثلاثي، وأعطى بدائل له من خلال الآتي:

الجدول رقم (7): مفتاح التصحيح

الدرجة	إجابات المستطلعين
3	نعم
2	أحياناً
1	لا

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

ج. الأسس العلمية لمقياس القلق

- صدق المقياس

بعد تطبيقه على أفراد العينة الإستطلاعية، تم التأكد من صدق المقياس على البيئة المستهدفة، من خلال الآتي:

- صدق الإتساق الداخلي

من خلال "اختبار بيرسون"، تم احتساب درجة إرتباط كل فقرة من فقرات أبعاد المقياس بالبُعد ككل، وجاءت النتيجة دالة وبدرجة صدق عالية. كما هو موضح في الآتي:

من ناحية البُعد البدني:

الجدول رقم (8): الإتساق الداخلي للبُعد البدني

رقم الفقرة	درجة الإرتباط	مستوى الدلالة
1	0.813	0.01
2	0.625	0.01
3	0.727	0.01
4	0.745	0.01
5	0.655	0.01
6	0.834	0.01
7	0.093	0.01
8	0.993	0.01
9	0.937	0.01
10	0.834	0.01
11	0.836	0.01
12	0.246	0.01
13	0.843	0.01
14	0.954	0.01

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

من ناحية البُعد المعرفي:

الجدول رقم (9): الإتساق الداخلي للبُعد المعرفي

رقم الفقرة	درجة الإرتباط	مستوى الدلالة
1	0.913	0.01
2	0.625	0.01
3	0.927	0.01
4	0.691	0.01

0.01	0.735	5
0.01	0.624	6
0.01	0.743	7
0.01	0.833	8
0.01	0.497	9
0.01	0.834	10
0.01	0.836	11
0.01	0.646	12
0.01	0.843	13
0.01	0.654	14

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

من ناحية بُعد سرعة وسهولة الإنفعال:

الجدول رقم (10): الإتساق الداخلي للبُعد الإنفعالي

رقم الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.993	0.01
2	0.720	0.01
3	0.694	0.01
4	0.813	0.01
5	0.625	0.01
6	0.727	0.01
7	0.645	0.01
8	0.655	0.01
9	0.834	0.01
10	0.093	0.01
11	0.993	0.01
12	0.937	0.01
13	0.834	0.01
14	0.836	0.01
15	0.246	0.01
16	0.843	0.01
17	0.954	0.01
18	0.852	0.01

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

الجدول رقم (11): الإتساق الداخلي لبُعد الثقة بالنفس

رقم الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.693	0.01
2	0.930	0.01
3	0.062	0.01
4	0.913	0.01
5	0.625	0.01
6	0.727	0.01
7	0.645	0.01
8	0.694	0.01
9	0.734	0.01
10	0.793	0.01
11	0.793	0.01
12	0.937	0.01
13	0.724	0.01
14	0.836	0.01
15	0.096	0.01

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

من ناحية بُعد الإجماعي

الجدول رقم (12): الإتساق الداخلي للبُعد الإجماعي

رقم الفقرة	درجة الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.713	0.01
2	0.855	0.01
3	0.627	0.01
4	0.791	0.01
5	0.535	0.01
6	0.824	0.01
7	0.743	0.01
8	0.833	0.01
9	0.797	0.01
10	0.834	0.01
11	0.836	0.01
12	0.746	0.01

0.01	0.843	13
0.01	0.054	14
0.01	0.841	15

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

- صدق الإتساق الخارجي (البنائي)

من خلال "إختبار بيرسون"، تمّ احتساب درجة ارتباط كلّ بُعد من أبعاد المقياس بالدرجة الكلية له والأبعاد فيما بينها، وجاءت النتيجة دالة وبدرجة صدق عالية. كما هو موضح في الآتي:

الجدول رقم (13): الصدق البنائي لمقياس القلق المتعدّد الأبعاد

ت	إسم الإختبار	الدرجة الكلية للمقياس	البعد البدني	البعد المعرفي	البعد الإنفعالي	بُعد الثقة بالنفس	البعد الإجتماعي
1	البُعد البدني	0.784	1				
2	البُعد المعرفي	0.669	0.784	1			
3	البُعد الانفعالي	0.748	0.883	0.781	1		
4	بُعد الثقة بالنفس	0.893	0.784	0.732	0.779	1	
5	البُعد الاجتماعي	0.795	0.747	0.794	0.758	0.709	1

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

ب. ثبات المقياس

بعد تطبيقه على أفراد العينة الإستطلاعية، تمّ التأكّد من ثبات المقياس على البيئة المستهدفة من خلال الآتي:

- طريقة التجزئية النصفية

من خلال اختبار التجزئية النصفية، تمّ احتساب درجة ثبات مقياس القلق المتعدّد الأبعاد، وجاءت النتيجة دالة وبدرجة ثبات عالية. كما هو موضح فيما يلي:

الجدول رقم (14): ثبات مقياس القلق المتعدّد الأبعاد - التجزئية النصفية

ت	الأبعاد	معامل سبيرمان براون
1	البُعد البدني	0.705
2	البُعد المعرفي	0.793
3	البُعد الإنفعالي	0.749
4	بُعد الثقة بالنفس	0.737
5	البُعد الاجتماعي	0.709

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

- طريقة ألفا كرونباخ

من خلال اختبار ألفا كرونباخ، تم احتساب درجة ثبات مقياس القلق المتعدد الأبعاد، وجاءت النتيجة دالة وبدرجة ثبات عالية. كما هو موضح فيما يلي:

الجدول رقم (15): ثبات مقياس القلق المتعدد الأبعاد - ألفا كرونباخ

ت	الأبعاد	معامل سبيرمان براون
1	البعد البدني	0.815
2	البعد المعرفي	0.823
3	البعد الإنفعالي	0.609
4	بعد الثقة بالنفس	0.787
5	البعد الاجتماعي	0.829
	المقياس ككل	0.794

المصدر: الدراسة الميدانية للباحث (2021-2022)

6. التجربة الرئيسية

بعد إجراء التجربة الإستطلاعية، شرع الباحث بإجراء التجربة الرئيسية وذلك يوم 2022/6/25 على ملعب المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بكرة القدم في محافظة بغداد، من خلال جمع أفراد عينة الدراسة، وتوزيعهم على شكل 4 صفوف، وتوزيع "مقياس القلق المتعدد الأبعاد" عليهم وبحضور فريق العمل المساعد. وبعد الإنتهاء من جمع الإستمارات الخاصة بالمقياس، أجرى الباحث الاختبارين المهاريين، بعد شرحها من قبل الباحث وطريقة تنفيذها، وذلك بهدف الإطلاع على تفاصيل الإختبار وسهولة تطبيقه من قبل أفراد العينة، وتسجيل البيانات الخاصة بالمخبرين وتوثيقها لغرض معالجتها إحصائياً.

7. الوسائل الإحصائية

عولجت البيانات إحصائياً باستخدام برنامج (SPSS).

3- عرض نتائج الدراسة وتفسيرها

3-1 عرض نتائج الفرضية الثالثة وتفسيرها وتنص هذه الفرضية، كما الآتي يوجد علاقة ارتباط بين القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الإنفعال، بعد الثقة بالنفس، البعد الاجتماعي) ودقة أداء سرعة التهديد بكرة القدم لدى أفراد عينة الدراسة.

تم اعتماد "إختبار بيرسون" للتأكد من صحة هذه الفرضية وقد أظهرت النتائج الآتي:

الجدول رقم (16): نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية المحسوبة ونسبة الخطأ ومعامل الارتباط بين مقياس القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء سرعة التهديف بكرة القدم لدى أفراد العينة

متغيرات الدراسة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	نسبة الخطأ	الدلالة
القلق المتعدد الأبعاد	2.36	1.217	-0.439	0.032	معنوي
مهارة التهديف	14.130	2.685			

2-3 مناقشة النتائج علاقة الارتباط بين القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء سرعة التهديف بكرة القدم لدى أفراد عينة الدراسة:

من خلال نتائج الجدول رقم (16)، أظهرت نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط، وجود علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة إحصائية بين مقياس القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء سرعة التهديف، إذ أظهرت النتائج أعلى قيمة سجلتها معامل الارتباط لمقياس القلق المتعدد الأبعاد مع مهارة التهديف، وذلك لما تعتمد عليه هذه المهارة من سرعة في رد الفعل ودقة إصابة الهدف، كذلك وجود حارس مرمى ومجموعة من اللاعبين المدافعين للحلول دون وصول الكرة إلى الهدف.

ويعزو الباحث هذه النتائج إلى التفكير السلبي والخبرة الإنفعالية المتراكمة لدى متعلمي التربية البدنية، نتيجة إدراك مواقف طبيعية على أنها مواقف خطيرة، مما تراود اللاعب أفكار سلبية عن نتائج المباراة، وانشغال البال وعدم القدرة على استكمال المباراة، فيؤدي ذلك إلى تأثيرها على العمليات العقلية، كالإنتباه والتذكر والتفكير، إذ تسهم في الوقوع في أخطاء الإدراك، وهي عوامل عقلية تضعف من القدرة على التركيز، وبالتالي تؤثر تلك العوامل على دقة التهديف التي تحتاج إلى عزل كل العوامل الخارجية والكف عن عمليات التفكير السلبية، وتوجيه انتباه اللاعب إلى كيفية تحقيق الهدف بجمع كل طاقاته البدنية والنفسية، لما يقع على هذه المهارة من أهمية في تتويج المباراة بالفوز. ويوعز الباحث ذلك، إلى ضعف في جانب الإعداد النفسي والإفتقار إلى النوعية النفسية للاعبين الذين كانت تنقصهم الخبرة الفعلية عن أدراك حقيقة الموقف التنافسي للمباراة الرياضية، وهذا ما أشار إليه (علاوي: 1998: 367)، إلى أن "الخبرات الإنفعالية الناتجة عن إتقان المهارات الحركية التي تتطلب المزيد من الرشاقة والدقة، أو التي تتطلب الشجاعة والجرأة (تعد دقة التهديف من المواقف

الصّعبة لما لها من أهميّة خاصّة في المباراة)، إذ إنّ إحساس الفرد في قدرته على أداء مثل هذه المهارات الحركيّة الرّياضيّة، من النّواحي الهامّة التي تستدعي الخبرات الإنفعالية السّارة لدى الفرد، وعلى العكس من ذلك فإنّ فشل الفرد في أداء بعض المهارات الحركيّة الرّياضيّة، أو عدم قدرته على الأداء يستدعي الخبرات الإنفعالية غير السارة مثل القلق". و يتفق أيضًا مع ما أشار إليه (شمعون، 2000: 280) " عندما يفشل اللاعب بأسيطرة على الانتباه و التّركيز، و يصبح التّعب النّفسي أكثر من التّعب البدني الذي يسبّب انهيار ميكانيزمات الانتباه، ويصعب إنقضاء المثير المناسب، ويصبح التّحويل في سعة واتّجاه الانتباه بطيئًا، ويقلّ التّركيز، وتزداد الأخطاء البدنيّة، ويصبح اللاعب عرضة للألم والأفكار السّلبية التي تسعى إلى داخل العقل"، ويتفق أيضًا مع ما جاء به (راتب، 1997: 55) بأنّ "الأفراد ذوي سمة قلق المنافسة المرتفع يتميّزون بأنّهم أكثر قلقًا نحو حدوث الأخطاء وعدم اللّعب في حدود أقصى قدراتهم، وعدم الأداء الجيّد، والفشل في تحقيق الأهداف، وكذلك توقّع أدائهم أقل جودة، علاوةً على أنّهم أكثر تأثّرًا بخبرة الفشل".

4- الخاتمة:

وقد أظهرت نتائج الدّراسة، بأن متعلّمي التّربية البدنيّة في المدرسة التّخصّصيّة لرعاية الموهبة بكرة القدم، يمتازون بمستوى شديد من القلق المتعدّد الأبعاد، كذلك باختلاف مستويات القلق المتعدّد الأبعاد لديهم عند مستويين (متوسّط - شديد)، فضلًا عن وجود علاقة إرتباط معنويّة وعكسيّة بين القلق المتعدّد الأبعاد ودقّة أداء التّهدف بكرة القدم لدى أفراد عيّنة الدّراسة، وفي ضوء النّتائج المستحصلة، يوصي الدّراسة بالتركيز على الإعداد النّفسي للرّياضي، وعدم إعطائه أهميّة أقلّ من جوانب التّدريب الأخرى. كذلك التّأكيد على المدرّبين بضرورة الإهتمام بالقلق متعدّد الأبعاد، والذي هو سمة فرديّة تؤثر استجاباتها على اللاعب وتحديد البعد الأكثر تأثّرًا في الأداء، إضافة إلى إقامة جلسات توعية نفسيّة مع اللاعبين لتعريفهم بسمة القلق والتي هي إحدى خصائص تكوين الشّخصيّة وبأنّها لا تمثّل دائمًا عائقًا أمام الأداء إذا ما تمّ تفسير إستجاباتها بالشّكل الصّحيح، فضلًا عن التّأكيد على المدرّبين باستخدام أسلوب التّدريب على الإسترخاء والتّدريب العقلي، للتعامل مع أبعاد عديدة للقلق، وحث المدرّبين على الإهتمام باستخدام المقياس ومراقبة مؤشّرات القلق لدى المتعلّم الرّياضي.

- راتب، أسامة كامل (1997). قلق المنافسة، دار الفكر العربي، القاهرة.
- راتب، أسامة كامل (1998). دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- شمعون، محمد العربي (2000). التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، مصر.
- علاوي، محمد حسن وأسامة، كامل راتب (1996). البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- علاوي، محمد حسن (1998)، مدخل في علم النفس الرياضي، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- محجوب، وجيه (2002). البحث العلمي ومناهجه، ط1، دار الطباعة والنشر، بغداد.
- حمزة، رعد حسين (1999). أثر استخدام وسيلة المناطق المحددة في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد.
- الشمري، أحمد سلمان (2011). تأثير منهج تعليمي لذوي الاستيعاب مقابل الاستقبال في الانسابية والاداء المهاري لناشئي كرة القدم، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى.
- عبادي، مرتضى كاظم (2015). بناء مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم الدرجة الأولى في محافظة ميسان بالعراق، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، قسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية، الإسكندرية، مصر.

الملاحق

الملحق (1) مقياس القلق المتعدد الابعاد

ت	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
1	تنبسط عضلات جسمي بعد المنافسة الرياضية.			
2	ترتجش اطرافي بعد نهاية المنافسة الرياضية .			
3	يجف حلقي قبل اشتراكي في المنافسات الرياضية.			
4	أشعر بشد عضلي بجسمي من شدة المنافسة الرياضية.			
5	ينتابني صدام بعد إنهاء المنافسة الرياضية.			
6	اعاني من ضيق التنفس أثناء المنافسة الرياضية .			
7	أشعر بالآم بسيطة في معدتي قبل المنافسة الرياضية.			
8	تزداد ضربات قلبي قبل اشتراكي في المنافسة الرياضية .			
9	اسعد بالمنافسات التي تتطلب جهداً بدنياً عالياً.			

10	تولد عندي حاجة للتبول قبل المنافسة الرياضية.
11	تبرد اطرافي مقارنة بزملائي عند دخولي المنافسة الرياضية .
12	اتعب بسهولة أثناء المنافسة الرياضية.
13	يتسبب جسمي عرقا أثناء المنافسة الرياضية حتى في الأيام الباردة.
14	تسبب الرياضة لي كثيرا من التعب البدني والنفسي .
15	ينتابني الخوف من سوء مستواي في المنافسة الرياضية.
16	تصاحبني أفكار سلبية عند اقتراب موعد المنافسة الرياضي .
17	أستطيع اكمال المنافسة الرياضية لحد النهاية .
18	أشعر بضعف الدقة والقدرة في مناوله الكرة للزميل.
19	يزداد ارتباكي عند دخولي للمنافسة الرياضية.
20	أستطيع قطع الكرة من الفريق المنافس.
21	أحاول التخلص من الكرة بسرعة خوفاً من مهاجمة المنافس.
22	أخشى تسجيل هدف ضد فريقتي نتيجة لخطأي.
23	أستطيع التهديد من كافة زوايا الملعب بسهولة.
24	أستطيع التصدي لضربات الجزاء.
25	اضاعف قدراتي وفقا لطبيعة المنافسة الرياضية.
26	يبتعد تفكيري عن هتافات الجماهير السلبية اثناء المنافسات الرياضية.
27	يثيرني ضعف ادائي في المنافسات الرياضية المهمة.
28	احظى باعجاب اعضاء الفريق عند حسن أدائي المهاري في المنافسة الرياضية.
29	يرتبك ادائي في بداية المنافسة الرياضية .
30	تكثر اخطائي اثناء المنافسة الرياضية .
31	تشجيع الجماهير تزيدني اصرارا على الفوز في المنافسة الرياضية.
32	توجيهات المدرب المستمرة تشئت افكاري وتركيزي بالمنافسة الرياضية.
33	انزعج من قرارات الحكم العكسية.
34	تظهر علي علامات الحزن بوضوح عند الخسارة .
35	أتحاشى استخدام الالفاظ النابية اثناء المنافسة الرياضية .
36	أتجنب مواجهة الجماهير الغاضبة عند الخسارة في المنافسة الرياضية.
37	يكثر لجوئي إلى العنف لإيقاف خطورة المنافس الرياضية.
38	التزم الصمت التام عقب الخسارة في المنافسة الرياضية.
39	اهدأ من ثورة زملائي عند الاحتكاك بالمنافسين الغاضبين .
40	اوجّه اللوم الشديد إلى زملائي اللاعبين عند الخسارة في المنافسة الرياضية
41	احطم اثاث غرفة خلع الملابس عند الخسارة في المنافسة الرياضية.
42	اقذف بقذمي زجاجات المياه اثناء خروجي من المنافسة الرياضية خاسرا.
43	اصافح الفريق الفائز بعد المنافسة الرياضية .
44	ينتابني بعض التشاؤم كلما اقترب وقت المنافسة الرياضية المهمة

45	يعلو صوتي اثناء حديثي مع المنافسين .
46	اعبر عن فرحتي بالفوز بطريقة هادئة.
47	أشعر بتحسّن مستواي قياسا بالموسم الرياضي السابق .
48	أشعر بحسن مذهري الرياضي .
49	تزيدني الخبرات في دافعية الانجاز على تحقيق أهدافي وانجازها بنجاح .
50	افتقر إلى بعض القدرات المهمة التي تؤهلني للنجاح الرياضي
51	ساجتاز اختبارات المنافسة الرياضية بنجاح .
52	اتفائل نحو الفوز في هذا الموسم .
53	اثق من قدراتي على انجاز المواقف الرياضية التي تتطلب التفكير والتحدى.
54	يتجنب المدرب تكليفي باداء الضربات الثابتة .
55	يزداد اصراري عندما تكون المنافسة الرياضية صعبة.
56	يزداد شعوري بادائي المهاري العالي قياسا بزملائي .
57	اكون على يقين بانني قادر على تغيير نتيجة المنافسة الرياضية
58	اتمتع بالكثير من المهارات التي تؤهلني للفوز بالمنافسة الرياضية.
59	اسعى للفوز بلقب افضل لاعب في المنافسة الرياضية.
60	اتغلب على الخجل عند مطالبتني بالتحدث أمام وسائل الإعلام .
61	أشعر انني قادر على انجاز اي عمل بجودة عالية .
62	يظهر علي الخجل اثناء وجودي مع مجموعة من الرياضيين الجدد.
63	أشعر بانني موضع اهتمام لما امتلكه من مهارات .
64	لا اهتم بما يقوله الاخرين عني .
65	يحزنني اصابة احد اللاعبين بالفريق.
66	يزداد توترتي قبل موعد انعقاد اجتماعات لتقييم الاداء الخططي في المنافسة الرياضية.
67	اظهر ما لدي عندما يراقبني سماسرة اللاعبين .
68	يثير اهتمامي اراء الاخرين في مستواي الرياضي .
69	تظهر قدرتي على الحديث امام الجمهور او مجموعة من الرياضيين.
70	تسبب الاراء السلبية مضايقتي بشكل كبير .
71	اتمتع بروح الدعابة .
72	تتشبث أفكارتي في المواقف الاجتماعية والرياضية .
73	يسعدني نظر الناس لي في الأماكن العامة.
74	أستطيع التعبير عن رأيي في نقاش ما مع رياضيين لا أعرفهم.
75	أشعر بقدرتي على اقامة علاقات اجتماعية مع كل الاعمار من الرياضيين.
76	أحب التنافس مع الرياضيين ذو المستوى العالي .