



فاعلية برنامج ارشادي نفسي بأسلوب المباشر لتعزيز الاستقرار النفسي وتعلم مهارة الارسال من الاعلى بالكرة الطائرة للاعبى المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة

امير ستار مسلم

أ.د حسن هادي الزياي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة المثنى

تاريخ استلام البحث: ٢٠٢٥/٤/١٢

تاريخ قبول البحث : ٢٠٢٥/٤/ ٢٥

الكلمات المفتاحية : برنامج ارشادي نفسي بأسلوب المباشر , الاستقرار النفسي , تعلم مهارة الارسال من الاعلى بالكرة الطائرة

مستخلص البحث :

عددها (١٢) لاعبا .ثم قام الباحث بتحديد متغيرات بحثه فتمثلت ب ( الاستقرار النفسي , الارسال من الاعلى) , وبعد ذلك باشر الباحث بإعداد مقياس الاستقرار النفسي إذ استعان بالمقياس المعد من قبل الباحث (فاضل كردي شلاكه ) والمكون من (٣٨) فقرة , ذو خمسة بدائل (تنطبق علي دائما , تنطبق علي كثيرا , تنطبق علي بدرجة متوسطة , تنطبق علي قليلا , لا تنطبق علي) وبمفاتيح تصحيح ( ٥ , ٤ , ٣ , ٢ , ١) على التوالي وبعد ذلك باشر الباحث بتصميم البرنامج الارشادي النفسي الذي يتضمن مجموعة من الجلسات الارشادية وذلك لتعزيز الاستقرار النفسي لدى اللاعبين. وبعد ذلك باشر الباحث بتطبيق الاختبارات القبلية على عينة

يهدف البحث الحالي الى إعداد برنامج (ارشادي - نفسي ) بالأسلوب المباشر وتطبيقه على لاعبي المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة ومعرفة تأثيره في تعزيز الاستقرار النفسي وتعلم مهارة الارسال من الاعلى في الكرة الطائرة.ولتحقيق هذا الهدف استعان الباحث بالمنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين لملائمته طبيعة مشكلة البحث , أما مجتمع البحث فتمثل بلاعبى المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة / في الرميثة للموسم الرياضي ( ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ ) والبالغ عددهم (٣٠) لاعبا , تم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين ضابطة وأخرى تجريبية , إذ مثلت عينة المجموعة التجريبية والبالغ عددها (١٢) لاعب وعينة المجموعة الضابطة والبالغ



a control group and an experimental group. The experimental group consisted of (12) players, and the control group consisted of (12) players. The researcher then identified the variables of his research, which were (psychological stability, transmission from above). He then proceeded to prepare a psychological stability scale, using the scale prepared by the researcher (Fadel Kurdi Shalaka), which consisted of (38) items, with five alternatives (always applies to me, often applies to me, to a moderate degree, slightly applies to me, does not apply to me), and with correction keys (5, 4, 3, 2, 1), respectively. The researcher then began designing a psychological counseling program, which included a series of counseling sessions to enhance psychological stability among the players. The researcher then conducted pre-tests on the two groups, and then conducted homogeneity and equivalence between the two groups. He then began implementing the (counseling-psychological) program on the experimental group. After completing the application of the prepared program, the researcher proceeded to apply the post-tests and after obtaining the results, the researcher used the statistical program (SPSS) for the purpose of analyzing the data and obtaining the results. Accordingly, the researcher concluded that the (counseling - psychological) program had a positive effect in enhancing psychological stability and learning to serve from above in

المجموعتين وبعدها أجرى الباحث التجانس والتكافؤ بين المجموعتين , وبعد ذلك باشر بتطبيق البرنامج ( الارشادي - النفسي ) على عينة المجموعة التجريبية. وبعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج المعد باشر الباحث بتطبيق الاختبارات البعدية وبعد الحصول على النتائج استعان الباحث بالبرنامج الاحصائي (SPSS) لغرض تحليل البيانات والحصول على النتائج وعليه توصل الباحث أن للبرنامج (الارشادي - النفسي) أثر إيجابي في تعزيز الاستقرار النفسي وتعلم الارسال من الاعلى في الكرة الطائرة للمدرسة التخصصية لرعاية الموهبة , وكذلك بينت النتائج تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في جميع متغيرات البحث

### Abstract

The current research aims to develop a direct-method (counseling-psychological) program and implement it on players at the Specialized School for Talent Care. It also aims to determine its impact on enhancing psychological stability and learning the skill of the overhand serve in volleyball. To achieve this goal, the researcher employed the experimental method, using a two-group design to suit the nature of the research problem. The research population consisted of (30) players from the Specialized School for Talent Care in Al-Rumaita for the 2024-2025 sports season. They were randomly divided into two groups:



في مناهجها العلمية الرصينة على البرنامج الإرشادي ويعد الاستقرار النفسي احدى الطرق للحصول على ((قدرة اللاعب على التحكم والانتباه والتركيز حيث يمثل الأخير نوع مباشر من أنواع التدريب العقلي إذ بواسطته يتم تصفية الذهن وإعادة التنظيم)) (محمد العربي: ١٩٩٦: ٤). ومن الملاحظ أن جميع الألعاب الفرعية والفردية عندما يؤدي اللاعبون مهاراتهم الحركية بحالة من الاستقرار النفسي فإنهم يحصلون على نتائج إيجابية في أدائهم . والكرة الطائرة واحدة من الألعاب الفرعية التي تحتاج إلى الأداء بدرجة عالية من الاستقرار النفسي . ((فمن العوامل التي تسهم إسهام مباشر في تحسين مستوى أداء لاعب الكرة الطائرة هو قدرته على التركيز وان تشتيت أفكار اللاعب وضعف الاستقرار النفسي لديه تعد من الصعوبات التي تؤثر في تعلم المهارات الهجومية والدفاعية)) فالاستقرار النفسي إحدى تلك المتغيرات الهامة في التعامل مع المواقف التي يمر بها الفرد الرياضي في حياته اليومية وتعزز ثقته بنفسه وتحمله الصعاب بشجاعة والاعتماد على النفس والالتزام بالواجبات المطلوبة منه للقيام بها. ونظراً لطبيعة لعبة الكرة الطائرة من حيث الوقت وطبيعة الجهد النفسي والبدني من أداء لبعض المهارات الهجومية والدفاعية، جعل توظيف لاعب الكرة الطائرة لقدراته وإمكانياته النفسية والعقلية بصورة جيدة هي العنصر الأساسي

volleyball for the specialized school for talent care. The results also showed the superiority of the experimental group over the control group in all research variables.

**Keywords: Direct psychological counseling program, psychological stability, learning the skill of overhead serve in volleyball.**

#### ١. التعريف بالبحث

##### ١-١ مقدمة البحث وأهميته:

تساهم عملية التدريب النفسي والارشادي في وصول الرياضيين الى المستويات العالية من خلال الأعداد المتكامل لجميع النواحي البدنية والمهارية والخطئية والنفسية ، الامر الذي جعل الخبراء والمختصون يبحثون عن وسائل حديثة ومتنوعة تضم نمطا تدريبياً يساند الأساليب التعليمية والتدريبية المتبعة لرفع مستوى أداء الرياضيين ومنها الارشاد النفسي الذي يتضمن إجراءات ووسائل معرفية ذات فعالية للتأثير الإيجابي في الأداء الحركي ، فالرياضي بحاجة إلى الاستقرار النفسي والتفكير بالمهارة كما هو الحال بالنسبة لأداء المهارة بدنياً .ويعد الارشاد النفسي من الطرق الحديثة نوعاً ما ، ولا شك ان الانفتاح الفكري يقدم الفرد وتزداد الحاجة لدراسته وهذا يتجلى من خلال الارشاد النفسي التي تعطى للاعبين ، إذ تؤدي المناهج الإرشادية دوراً كبيراً في تعديل سلوك اللاعبين وخاصة فيما يدور حول تنمية الاستقرار النفسي والاجتماعي وخاصة تلك البرامج التي تعتمد

الجانب الرياضي ومن هنا تكمن مشكلة البحث في  
الاجابة على التساؤلات الآتية :

- هل لتطبيق كل من ( البرنامج الارشادي  
النفسي بأسلوب المباشر المصاحب لمنهاج  
المدرّب , ومنهاج المدرّب فقط بدون برنامج  
ارشادي) أثر في تعزيز الاستقرار النفسي  
وتعلم مهارة الارسال من الأعلى بالكرة  
الطائرة للاعبين المدرسة التخصصية لرعاية  
الموهبة ؟.

- هل يوجد فرق في الاستقرار النفسي وتعلم  
مهارة الارسال من الأعلى بالكرة الطائرة بين  
اللاعبين المطبق عليهم البرنامج الارشادي  
النفسي بأسلوب المباشر المصاحب لمنهاج  
المدرّب وبين اللاعبين المطبق عليهم منهاج  
المدرّب فقط ؟.

- إذا كان هنالك فرق في الاستقرار النفسي  
وتعلم مهارة الارسال من الأعلى بالكرة  
الطائرة بين اللاعبين المطبق عليهم البرنامج  
الارشادي النفسي بأسلوب المباشر  
المصاحب لمنهاج المدرّب وبين اللاعبين  
المطبق عليهم منهاج المدرّب فقط فلأي  
منهما يكون الأفضل ؟.

لتعلم المهارات الهجومية والدفاعية . ولكي تتم  
الاستفادة من إمكانياته إلى أقصى مدى ممكن ،  
يتطلب منه ذلك قدرة عالية من الاستقرار النفسي .  
وبناءً على ما تقدم فإن أهمية البحث تكمن في إمكانية  
استخدام الارشاد النفسي في لعبة الكرة الطائرة  
لضرورة الاسراع في تقليل الفجوة التي تفصل بين  
اللاعبين انفسهم او بين اللاعبين والكادر التدريبي  
وكذلك لربط الأساليب التدريبية والمهارات الهجومية  
والدفاعية والتمكن من السيطرة والتحكم في الأفكار  
السلبية وتعزيز الاستقرار النفسي وتعلم بعض  
المهارات الهجومية والدفاعية واستغلال الأفكار  
الإيجابية الارشادات المناسبة المساهمة في تنمية  
النواحي المهارية وتعلم المهارات لتحقيق أهداف  
البحث الموضوعية قيد الدراسة .

#### ١-٢ مشكلة البحث :

إنّ تحقيق الانجازات تتطلب دراسة أدق التفاصيل  
وذلك للارتقاء بالمستوى بغية الوصول إلى المستويات  
العليا وتحقيق الانجازات العالية , سواء من الناحية  
البدنية أو المهارية أو النفسية بغية وصول اللاعبين  
الى التكامل على كافة المستويات , وهذا ما تفنقر  
اليه اغلب الاندية في الدوري العراقي بالكرة الطائرة  
وهي قلة الاهتمام بوجود المعد او الاخصائي النفسي  
وعلى هذا الاساس يحاول الباحث في ان يبين أهمية  
المناهج النفسية المصاحبة لتدريبات المدرّب في



### ٣-١ أهداف البحث :

٣. يوجد فرق في تعزيز الاستقرار النفسي وتعلم

مهارة الارسال من الأعلى بكرة الطائرة بين اللاعبين المطبق عليهم البرنامج الارشادي النفسي بأسلوب المباشر المعد المصاحب لمنهج المدرب بين اللاعبين المطبق عليهم منهاج المدرب فقط .

#### ١-٥ مجالات البحث :

اولاً- المجال البشري: لاعبين المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بالكرة الطائرة في محافظة المثنى للموسم الرياضي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) .

ثانياً- المجال الزمني : للفترة من (١٠/١٠/٢٠٢٤) ولغاية ( ٢٢ / ٣ / ٢٠٢٥) .

ثالثاً- المجال المكاني : قاعة الشهيد سيف حاكم في محافظة المثنى .

#### ٣- منهجية البحث و جرائته الميدانية

##### ٣-١ منهج البحث :

"يعد المنهج التجريبي أقرب مناهج البحوث لحل المشكلات بالطريقة العلمية فهو محاولة للتحكم في المتغيرات والعوامل الأساسية جميعها باستثناء متغير واحد أو أكثر يقوم الباحث بتغييره بهدف تحديد وقياس تأثيره العلمي (سامي محمد : ٢٠٠٠ . ٢٥٩) , ولكون طبيعة البحث تحتاج معرفة تأثير (معين) لذا

١. بناء برنامج ارشادي نفسي بأسلوب المباشر وتطبيقه على للاعبين المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بالكرة الطائرة .

٢. التعرف على فاعلية البرنامج الارشادي النفسي بأسلوب المباشر في تعزيز الاستقرار النفسي وتعلم مهارة الارسال من الأعلى بالكرة الطائرة للاعبين المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة .

٣. التعرف على الفروق في تعزيز الاستقرار النفسي وتعلم مهارة الارسال من الأعلى بكرة الطائرة بين اللاعبين المطبق عليهم البرنامج الارشادي النفسي بأسلوب المباشر المعد المصاحب لمنهج المدرب بين اللاعبين المطبق عليهم منهاج المدرب فقط .

#### ١-٤ فروض البحث :

١. للبرنامج الارشادي النفسي بأسلوب المباشر أثر ايجابي في تعزيز الاستقرار النفسي للاعبين المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بالكرة الطائرة .

٢. للمنهج الارشادي النفسي بأسلوب المباشر أثر ايجابي في تعلم مهارة الارسال من الأعلى بالكرة الطائرة للاعبين المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة .



جمع البيانات ، فبعد مسح المصادر والأدبيات ذات العلاقة بالبحث الحالي، حدد الباحث الادوات والأجهزة وهي :

- ملعب طائرة
- كرات طائرة عدد (٦)
- لاصق ملون
- حاسبة لابتوب عدد(1) .
- \_ موبايل لعرض المهارة ( دات شو )
- \_ لوحات تعليمية
- \_ سبورة

### ٣-٤ إجراءات البحث

#### ٣-٤-١ تحديد متغيرات البحث

قام الباحث بإجراء دراسة مسحية على عدد من المصادر العلمية والدراسات السابقة ، ورأي لجنة الاقرار مع السيد المشرف تم الاتفاق على المتغيرات التي نحتاجها في البحث الحالي :

- الاستقرار النفسي.
- الارسال من الاعلى .

#### ٣-٤-٢ إعداد مقياس الاستقرار النفسي

أولاً- الهدف من أعداد مقياس الاستقرار النفسي التعرف على مستوى الاستقرار النفسي للاعبى المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بالكرة الطائرة.

استعان الباحث بالمنهج التجريبي وتصميم (المجموعتين المتكافئتين) الضابطة والتجريبية ٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

حدد الباحث مجتمع البحث والتمثل بلاعبى المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بالكرة الطائرة للموسم (2024-2025) والبالغ عددهم (30) لاعبا، سحب من هذا المجتمع الاحصائي عينات مختلفة فكانت:

#### أولاً- عينة التجربة الرئيسية

حدد الباحث المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة بالكرة الطائرة وبطريقة القرعة تمثلت عينة التجربة الرئيسية (24) طالب تم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين ضابطة وأخرى تجريبية ، إذ تمثلت عينة المجموعة التجريبية (12) لاعبا ، (12) لاعبا عينة المجموعة الضابطة .

#### ثانياً- عينة الدراسة الاستطلاعية

حدد الباحث بطريقة القرعة (6) لاعبين لتمثل عينة التجربة الاستطلاعية للمقياس والمهارات .

#### ٣-٣ أدوات البحث ووسائل جمع المعلومات :

إن طبيعة الفروض هي التي تتحكم في اختيار الباحث لأدواته البحثية حلاً للمشكلة وتحقيقاً للفروض ، وعليه استعان بمقياس الاستقرار النفسي (واختبارات المهارات الأساسية بالكرة الطائرة) كوسيلة أساسية

الدلالة الاحصائية	قيمة كا <sup>٢</sup>	النسبة المئوية	الصلاحية		عدد الخبراء	المقياس
			لا يصلح	يصلح		
تصلح	10	100 %	0	11	11	مقياس الاستقرار النفسي

يبين الجدول (١) قبول مقياس الاستقرار النفسي , الذي تم عرضه على الخبراء والمختصين , إذ جاءت نسبة دلالة اختبار (كا<sup>٢</sup>) أصغر من نسبة الخطأ (0,05) مما يدل على تمتع المقياس بالصلاحية وما يؤكد ذلك أن نسبة القبول جاءت (100) % .

#### رابعاً- تعليمات مقياس الاستقرار النفسي

إن لعملية وضع أو أعداد تعليمات المقياس أهمية كبيرة لا يمكن الإستهانة بها في نجاح عملية إجراء أو تأدية الاختبار فقد أثبتت الدراسات أهمية الدور الذي تلعبه هذه التعليمات في تغيير نتائج الاختبارات أو التأثير فيها والذي يصعب معه إجراء عملية المقارنة بين نتائج الإختبار الواحد في المواقف المختلفة ومن هذه التعليمات (الخولي وعدنان , ١٩٩٩ , ٦٧ )

تم أعداد التعليمات الخاصة بالمقياس كي توضح للاعب كيفية الإجابة عن فقراتها، وقد روعي في إعداد هذه التعليمات أن تكون واضحة وسهلة الفهم , ولزيادة الوضوح فقد تضمنت التعليمات نموذجاً خاصاً عن كيفية الإجابة عن فقرات الاستبانة. كما أُشير في التعليمات إلى أنه ليس هناك إجابة صحيحة

#### ثانياً- جمع وأعداد فقرات مقياس الاستقرار النفسي

قام الباحث بالاطلاع على العديد من المصادر والدراسات السابقة , وعليه اعتمد الباحث المقياس المعد من قبل (فاضل كردي شلاكة ) , لكون المقياس يقيس نفس الهدف الذي يسعى الباحث اليه , إذ تكون المقياس من (38) فقرة , ذو بدائل هي (تنطبق علي دائماً , تنطبق علي كثيراً , تنطبق علي بدرجة متوسطة , تنطبق علي قليلاً , لا تنطبق علي ) وبمفاتيح تصحيح (1,2,3,4,5) على التوالي وبهذا فإن أقل درجة يحصل عليها المختبر (38) درجة وأعلى درجة يحصل عليها المختبر (190)

#### ثالثاً- تحديد صلاحية مقياس الاستقرار النفسي

قام الباحث بإعداد استمارة استبيان للمقياس وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (11) خبيراً لبيان آرائهم في صلاحية المقياس , وبعد تحديد إجابات الخبراء ب(يصلح , لا يصلح) تم تحليل النتائج باستخدام (كا<sup>٢</sup>) كما مبين في الجدول (١)

#### جدول (١)

آراء الخبراء والمختصين في تحديد صلاحية مقياس الاستقرار النفسي

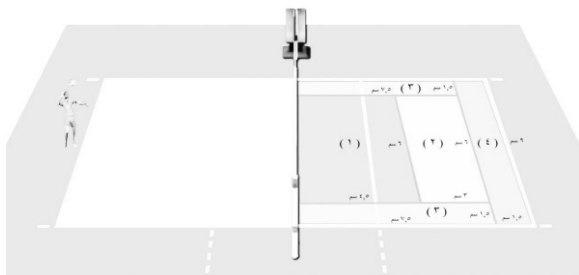
**طريقة الأداء :** يقف اللاعب في منتصف خط نهاية الملعب (النصف المواجه لتتصيف الملعب المخطط على بعد ٩ م عن الشبكة ) يقوم المختبر بأداء الإرسال محاولا توجيه الكرة إلى المنطقة التي كتب بداخلها أعلى درجة كما في الشكل ( ١ ) .

#### شروط الاختبار :

١. لكل لاعب (٥) محاولات ويجب أن ترسل الكرة إلى إحدى المناطق المحددة .
٢. إذا لمست الكرة الشبكة أو خرجت خارج الملعب يحصل المختبر على (صفر) .
٣. إذا سقطت على خط مشترك بين منطقتين يمنح المختبر الدرجة التي تتضمنها المنطقة الأعلى في الدرجات .

#### التسجيل :

١. (٥) درجات لكل محاولة داخل المنطقة المحددة برقم (٤) .
  ٢. (٣) درجات لكل محاولة داخل المنطقة المحددة برقم (٣) .
  ٣. درجتان لكل محاولة داخل المنطقة المحددة برقم (٢) .
  ٤. درجة واحدة لكل محاولة داخل المنطقة المحددة برقم (١) .
  ٥. صفر عند سقوط الكرة خارج هذه المناطق المحددة
- علما إن الدرجة العظمى للاختبار هي (٢٥)



وإجابة خاطئة فالمهم هو اختيار الاستجابة التي تنطبق على اللاعب أكثر من غيرها، كما طلب من اللاعبين ضرورة الإجابة عن جميع فقرات الاستبانة بكل صراحة ودقة.

#### خامساً تنفيذ شروط تطبيق (الاستبانة) :

كي يحصل الباحث على استجابة دقيقة ، كان عليها أن يخطط لتطبيق الاستبانة ، إذ يهيأ للمختبرين ظروفًا مناسبة للاستجابة ، وفي الوقت نفسه يضبط العوامل التي يمكن أن تتدخل في سلامة الإجراء ، ومن أهم هذه العوامل هي (ظروف إجراء القياس ، تقنين موقف القياس ، وضوح التعليمات) (صباح العبيدي : ٢٠٠١ : ٦٦) : وقد حاول الباحث ضبط العوامل المذكورة أعلاه لضمان سلامة الإجراء قدر الإمكان ، والحرص على جعل التعليمات واضحة المعنى ، لتبسيط عملية أداء القياس وتحقيق الهدف المرجو منه

#### ٣-٤-٣ توصيف اختبارات المهارات بالكرة الطائرة

أولاً : اختبار مهارة الإرسال : (ناهدة عبد زيد : ٧٢)

**الهدف من الاختبار :** قياس أداء مهارة الإرسال ودقته من الأعلى .

**الأدوات المستخدمة :** ملعب الكرة الطائرة ، كرات

طائرة ، شريط ملون لتقسيم مناطق اللعب .



٥. مناسبة الاختبارات لعينة البحث .
٦. الوقت اللازم للاختبارات .
٧. استخراج الأسس العلمية من صدق وثبات وموضوعية .

قد حققت التجربة الغرض المراد منها.

### ٣-٤-٥ الاسس العلمية لنتائج الاختبارات أولاً- صدق الاختبار :

و يقصد به أن يقيس الاختبار فعلاً القدرة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه .أي يقيس فعلاً ما يقصد أن يقيسه (محمد جاسم الياسري : ٢٠١٠ : ٧٢) , لحساب معاملات صدق الاختبارات استعانت الباحثة بالصدق التجريبي ، ويُحسب هذا النوع من الصدق من ايجاد معامل ارتباط الاختبار بمحك خارجي أو داخلي، حيث أن ارتباط درجة الاختبار بمحك داخلي أو خارجي يعد مؤشر لصدق ذلك الاختبار، وإذ لم يتوفر لدى الباحث محك خارجي مناسب لجأ إلى الدرجة الكلية للاختبار كونه أفضل محك في حساب هذه العلاقة , وعليه اعتمد الباحث معامل الارتباط (بيرسون), بين درجات الاختبارات الفرعية، والدرجة الكلية للاختبار في حساب معامل الصدق , والجدول (٢) يبين ذلك.

الشكل ( ٢ ) يوضح طريقة اختبار أداء مهارة الإرسال

### ٣-٤-٤ التجربة الاستطلاعية

يوصي خبراء البحث العلمي بإجراء تجارب استطلاعية للاختبارات المستخدمة في البحوث وذلك من أجل الحصول على نتائج ومعلومات ضرورية موثوق بها، للاستفادة منها عند إجراء التجربة الرئيسية ، وعليه أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية على (6) لاعبي إذ طبقت هذه التجربة في قاعة الشهيد سيف حاكم عند الساعة الثالثة والنصف عصراً وفق التسلسل الآتي :

- يوم الجمعة المصادف ٢٥ / ١٠ / ٢٠٢٤ تم توزيع استمارة مقياس الاستقرار النفسي وأداء اختبار المهارة .

وإنَّ الهدف من إجراء التجربة هو(محمد جاسم الياسري : ٢٠١٠ : ٧٢):

١. التعرف على مدى وضوح فقرات مقياس الاستقرار النفسي وتعليماته .
٢. التعرف على الأخطاء والمعوقات التي تواجه الباحث أثناء التجربة الرئيسية.
٣. التعرف على إمكانية الفريق المساعد
٤. التعرف على الوقت اللازم للإجابة للمقياس وقد استغرق وقت الإجابة بين (7 - 9) دقائق

استعان الباحث في معامل الارتباط بيرسون بين تقييم الحكم الاول والحكم الثاني والجدول (٢) يبين ذلك .

### الجدول (٢)

الأسس العلمية لنتائج الاختبارات

الموضوعية		معامل الثبات		معامل الصدق		المتغيرات
مستوى الدلالة	قيمة R	مستوى الدلالة	قيمة R	مستوى الدلالة	قيمة R	
0.000	0.999	0.000	0.992	0.000	0.971	مقياس الاستقرار النفسي
0.000	0.999	0.000	0.995	0.000	0.854	الارسال من الاعلى

يبين الجدول (٢) أن جميع قيم مستوى الدلالة لمعامل بيرسون ( للصدق , ولالثبات , والموضوعية ) جاءت أصغر من نسبة الخطأ (0.05) , وهذا يدل على وجود ارتباطات عالية مما يعني تمتع جميع نتائج المتغيرات بالأسس العلمية .

### ٣-٥ التجربة الرئيسية:

### ٣-٥-١ الوحدات التعريفية

من اجل سلامة خط الشروع ولكون ان الاختبارات المهارية لا يمكن قياسها ما لم يكن هنالك تعلم مسبق قام الباحث بعبء وحدة تعريفية للاعبين التي وقعت عليهم الدراسة (الضابطة والتجريبية ) من اجل تعريف المهارات الاساسية للاعبين كي يتسنى لهم القيام بالأداء قبل تطبيق الاختبارات القبليّة وتم اعطاء

### ثانياً- ثبات نتائج المقياس

الاختبار الثابت هو (الاختبار الذي يعطي نتائج مقارنة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف مماثلة) (نادر فهيم : ٢٠٠٥ , ٢٤) , ويشير ثبات الاختبار إلى الدرجات التي يحصل عليها الأفراد أنفسهم في مرات الإجراء المختلفة، ومعنى هذا أن وضع الفرد بالنسبة لجماعته لا يتغير جوهرياً في هذه الحالة، كما يعني ثبات الاختبار الاستقرار بمعنى أنه لو كررت عمليات قياس الفرد الواحد لبينت درجته شيء من الاستقرار وعلية اعتمد الباحث طريقة التجزئة النصفية بالأسلوب الفردي والزوجي , إذ لجأ الباحث الى الاستعانة بمعامل الارتباط بيرسون لبيان الارتباط بين نصفي الاختبار والجدول (٢) يبين ذلك.

٢ نادر فهيم الزبود وهشام: مبادئ والقياس والتقويم في التربية، عمان، دار الفكر، ط٣، ٢٠٠٥، ص٢٤.

### ثالثاً- موضوعية نتائج المقياس

ويقصد بالموضوعية "عدم تأثر الاختبارات المستخدمة بتغير المصححين" (محمد نصر : ٢٠٠٦ , ٢٠٨) "إذ تم أخذ الموضوعية للاختبارات بوجود اثنين من المحكمين , وخرجت النتائج ذات موضوعية عالية للمصححين , وعدم وجود فروق بين نتائجهما ثم



يبين الجدول (٣) ان قيم مستوى الدلالة لاختبار (LEVENE) لجميع المتغيرات جاءت اكبر من (0.05) وهذا يدل على وجود تجانس بين افراد العينة لكل مجموعة .و بين الجدول (ايضاً) ان قيم مستوى الدلالة لاختبار (t) للعينات المستقلة جاءت اكبر من (0.05) وهذا يدل على وجود تكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .

### ٣-٦ الوسائل الإحصائية المستخدمة في البحث

استعان الباحث الحقيقية الإحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات وقد تطرق الباحث الى الوسائل الإحصائية الآتية :

- ❖ الوسط الحسابي .
- ❖ الانحراف المعياري .
- ❖ مربع (كا<sup>2</sup>) .
- ❖ النسبة المئوية .
- ❖ معامل الارتباط (بيرسون) .
- ❖ اختبار LEVENE .
- ❖ اختبار t للعينات المترابطة .
- ❖ اختبار t للعينات المستقلة .
- ❖ حجم الأثر Cohen's .
- ❖ حجم الأثر Eta .

الوحدة التعريفية في يوم الثلاثاء المصادف ٢٩ / ١٠ / ٢٠٢٤ .

### ٣-٥-٢ الاختبارات القبليّة :

اجرى الباحث الاختبار القبلي على افراد العينة (التجريبية والضابطة) في قاعة الشهيد سيف حاكم في الرميثة /المثنى في تمام الساعة الثانية والنصف عصرا يوم الجمعة المصادف ١ / ١١ / ٢٠٢٤ الاختبار القبلي لمقياس الاستقرار النفسي ومهارة الارسال من الاعلى وقد ثبت الباحث جميع المتعلقات من حيث المكان والأدوات والزمان لاستفادة منها في الاختبارات البعدية .

### ٣-٥-٣ تجانس وتكافؤ العينة

و من أجل تجنب المؤثرات التي قد تؤثر في نتائج البحث للفروق الفردية الموجودة لدى اللاعبين والتوصل إلى مستوى واحد ومتساوٍ للعينة في المتغيرات المبحوث , التي تعد مؤثرة في التجربة لابد أن يتم ضبطها ولهذا أجرى الباحث التجانس والتكافؤ

و الجدول (٣) يبين ذلك

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة LEVENE		قيمة (t)	
		ع	س	ع	س	الدالة	القيمة	الدالة	القيمة
الاستقرار النفسي	درجة	6.7	126.9	6.9	126.8	0.95	0.00	0.97	0.03
		48	17	65	33	8	3	7	0
الارسال من الأعلى	درجة	2.1	13.35	2.0	13.18	0.88	0.02	0.84	0.20
		86	8	04	3	0	3	0	4



المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المح سوية	الدلالة الاحصائية
	ع	س	ع	س		
	الاستقرار النفسي	126.91	6.7	138.50		
الارسال من الأعلى	13.358	2.1	86	16.1	4.17	معنوي 7

#### ٤- عرض النتائج ومناقشتها

#### ٤-١ توزيع بيانات عينة البحث :

#### جدول (٥)

اختبار (Shapiro-Wilk) ومستوى الدلالة لتوزيع

بيانات مجموعتي البحث في متغيرات الدراسة

المجموعة الضابطة				المجموعة التجريبية				المتغيرات
الاختبارات القبلي		الاختبارات البعدي		الاختبارات القبلي		الاختبارات البعدي		
القيمة الاحصائية	مس توى	القيمة الاحصائية	مس توى	القيمة الاحصائية	مس توى	القيمة الاحصائية	مس توى	
0.92	0.3	0.91	0.2	0.97	0.8	0.87	0.08	مقياس الاستقرار النفسي
0.93	0.4	0.91	0.2	0.89	0.2	0.95	0.65	الارسال من الأعلى

يبين نتائج الجدول اعلاه ان قيمة مستوى الدلالة لاختبار ( t ) للعينات المترابطة للمتغيرات :

- مقياس الاستقرار النفسي .

- المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ( الارسال من الأعلى , والاعداد , و استقبال الارسال )

٤-٢-٢ عرض نتائج الاختبارات القبلي والبعدي

لمتغيرات البحث للمجموعة التجريبية وتحليلها

#### جدول (٧)

الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات البحث للمجموعة التجريبية

المتغيرات	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة (t) المح سوية	مستوى الدلالة
	ع	س	ع	س		
	الاستقرار النفسي	126.8	6.9	160.1		
الارسال من الأعلى	13.1	2.0	20.0	0.7	11.7	معنوي 0

يبين نتائج الجدول اعلاه ان قيمة مستوى الدلالة لاختبار ( t ) للعينات المترابطة للمتغيرات :

- مقياس الاستقرار النفسي .

تبين نتائج الجدول اعلاه ان قيم الدلالة الناتجة من اختبار (Shapiro-Wilk) لنتائج عينة البحث في جميع المتغيرات جاءت جميعها اكبر من قيمة نسبة الخطأ. (0.05) , وهذا يعني ان القيم تخضع للتوزيع الاعتدالي وبهذا يتحقق شرط استعمال (t) للمقارنة بين المتوسطات .

٤-٢ عرض نتائج الاختبارات القبلي والبعدي

للمجموعة الضابطة وتحليلها

٤-٢-١ عرض نتائج الاختبارات القبلي والبعدي

لمتغيرات البحث للمجموعة الضابطة وتحليلها

#### جدول (٦)

الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي في متغيرات البحث للمجموعة الضابطة



- المهارات الأساسية بالكرة الطائرة ( الارسال من الأعلى , والاعداد , و استقبال الارسال).

إذ جاءت أصغر من نسبة الخطأ (0.05) , وهذا يعني وجود فروقٍ بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح نتائج الاختبار البعدي لعينة المجموعة التجريبية .

٣-٢-٤ عرض نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث بالاختبارات البعدية وتحليلها

#### جدول (٨)

الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في

متغيرات البحث بالاختبارات البعدية

المتغيرات	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدالة الاحصائية
	ع	س	ع	س			
الاستقرار النفسي	138.	4.9	160.1	3.9	11.8	0.00	معنوي
الارسال من الأعلى	16.1	1.2	20.04	0.7	9.30	0.00	معنوي

يبين نتائج الجدول اعلاه ان قيمة مستوى الدلالة لاختبار (t) للعينات المستقلة (لمقياس الاستقرار النفسي) والمهارات الأساسية بالكرة الطائرة ( الارسال من الأعلى , والاعداد , و استقبال الارسال) , إذ جاءت أصغر من نسبة الخطأ (0.05) , وهذا يعني وجود فروقٍ بين نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية ولصالح نتائج المجموعة التجريبية .

#### ٣-٣-٤ مناقشة نتائج متغيرات البحث لمجموعتي البحث في الاختبارات البعدية

من خلال تحليل نتائج الجداول تبين وجود فروق معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية ولجميع المهارات ويعزو الباحث نتيجة الفروق التي ظهرت في نتائج الاختبارات البعدية الى فاعلية البرنامج المعد من قبل الباحث على عينة المجموعة التجريبية , إذ ساعد البرنامج المعد في سرعة توصيل المعلومة واستيعاب المهارة وتوفير عامل الاستيعاب الوافي والتشويق وكان أسلوباً جديداً ومميز , كما يعزو الباحث ذلك إلى عدّة طرق في تطبيق التمارين والتي أعدت بالشكل العلمي والتي تم تطبيقها في البرنامج الارشادي كانت تهدف إلى تعلم المهارات بصورة أكثر تشويق بعيداً عن الملل وهذا ما أشار إليه ( lan word) , وكذلك العمل في الوحدات الارشادية ومراعاة الفروق الفردية عند إشراك جميع اللاعبين في أداء التمارين ساهمت في تحسين العملية التعليمية وهذا ما أكده ( Don Autony) من حيث (إشراك جميع اللاعبين في التمارين من خلال استثارة دوافعهم مع ضرورة التطبيق الموضوعي للطريقة) جعل المتعلمين يرتبون أفكارهم وازداد تركيز انتباههم , لأنّ الربط بشكل متسلسل انعكس إيجاباً على مستوى



واضحة , حيث كان على للاعبين الالتزام والتكرار المستمر وعدم الانزياح حتى يصبح باستطاعته أداء المهارة على نحو مماثل أو مطابق للنموذج وهذا يوضح عدم القيام بعمليات تساعد على غزارة الافكار حيث أنه لا يعمل على تحريك العمليات النفسية

الأداء بين وحدة ارشادية وأخرى وكان تطبيق الباحث للبرنامج أعطى ثمار طيبة في مستوى التعلم وقد كانت تلك الفكرة مميزة نوع ما حيث تعطي للاعبين المعرفة الواسعة في الجوانب النظرية والعملية من أجل تقديم استشارة لحواس اللاعبين وبالتالي يؤدي ذلك إلى زيادة في التركيز وتهيئة أكثر من برنامج حركي للأداء بصورة أفضل وأجمل تعطي للاعبين حماساً لأداء المهارات وربط بعضها ببعض ومن ثم حصولهم على مستوى أفضل لكون زيادة استثارة الحواس يؤدي الى زيادة في التركيز على عملية التعلم. مما جعل اللاعبين يرسمون صوراً للمهارات المطلوبة وهذا بدوره ساهم في ترتيب المعلومات حسب ما تطلبه البرنامج ( الارشادي النفسي) كونه أساساً للمعرفة وبدأت من خلال تنظيمها في الوحدات الارشادية بشكل متسلسل ومترايط خلال الوحدات الارشادية مما أدى إلى زيادة كمية النشاط والتعلم من ثم حقق الجميع اداءهم لتلك المهارات في لعبة الكرة الطائرة بشكل كبير وبتفوق عالٍ بعد مراعاة الفروق الفردية بين اللاعبين . ويرى الباحث أن التمارين الموضوعية والمتنوعة توافقت مع قابليات اللاعبين حيث جعل اللاعب أكثر استعداداً لتلقي المعلومات الخاصة بالمهارات وأكثر دافعية نحو تعلمها , ويرى الباحث أيضاً أن الأسلوب الذي اتبعته المدرب في الوحدات التدريبية لم يعر للاستقرار النفسي أهمية



## ٥. الاستنتاجات والتوصيات

### ١-٥ الاستنتاجات

١. للبرنامج ( الارشادي - النفسي ) الأثر الايجابي في تعزيز الاستقرار النفسي لدى لاعبي المدرسة التخصصية لرعاية الموهبة.
٢. للبرنامج ( الارشاد - النفسي ) الأثر الايجابي في تعلم مهارة ( الارسال من الاعلى ) بالكرة الطائرة
٣. إن لأسلوب المباشر دور مهم في تعلم مخارة (الارسال من الاعلى ) بالكرة الطائرة
٤. تفوقت عينة المجموعة التجريبية على عينة المجموعة الضابطة في جميع متغيرات البحث عند الاختبارات البعدية

### ٢-٥ التوصيات

١. الاستفادة من البرنامج ( الارشادي - النفسي ) ( المعد من قبل الباحث في تعلم المهارات في الكرة الطائرة .
٢. على مدربي الكرة الطائرة تضمين الوحدات التعليمية بجلسات ارشادية لتعزيز الاستقرار النفسي الى الجانب التعليمي لما لها من اهمية في تعلم المهارات الاساسية في الكرة الطائرة .
٣. إن البرنامج المعد من قبل الباحث وما احتوى من ارشادات نفسية انعكس ايجابيا في عملية التعلم وتعزيز الاستقرار النفسي

ويعزو الباحث ظهور الفرق المعنوي في متغير الاستقرار النفسي للمجموعة التجريبية على الضابطة ولصالح المجموعة التجريبية الى مدى تماسك وتكيف افراد المجموعة التجريبية مع البرنامج الارشادي والطرح الذي يكون في الجلسة من قبل المرشد والمسترشد (اللاعب) حيث فسر الباحث الى ان الاستقرار النفسي هو امكانية وقدرة الفرد على تحقيق النجاح في الرياضة ولاشك ان توقع الرياضي لنتائج ادائه يعد عاملا هاما من حيث التأثير في نتائج الانجاز وكذلك يمكن عد الاستقرار النفسي بمثابة الزيادة في درجة التوقع لنتائج الانجاز او بمعنى اخر ان الاستقرار النفسي يعني مدى تأكد اللاعب من مقدرته على تحقيق انجاز معين ويرى الباحث ان الاشخاص الذين يتميزون بالاستقرار النفسي يبذلون كل ما في وسعهم بالنشاط من اجل تحقيق تلك الاهداف اما الاشخاص الذين يتميزون بضعف الاستقرار النفسي فيعانون الخوف من الفشل والشك في قدراتهم ويميلون عادة الى وضع اهداف سهلة اقل من قدراتهم)



- ناهده عبد زيد ؛ تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، ص ٧٢

- محمد جاسم الياسري: الاسس النظرية لاختبارات التربية البدنية ، دار الضياء للطباعة والنشر .  
الاشرف.٢٠١٠.ص٧٢

- نادر فهمي الزيود وهشام: مبادئ والقياس والتقويم في التربية، عمان، دار الفكر، ط٣، ٢٠٠٥، ص٢٤.

- محمد نصر الدين رضوان : المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٦ ، ص٢٠٨ - ٢٠٩.

- صالح جاسم الدوسري . الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد.مجلة رسالة الخليج ,عدد الخامس عشر ,مكتبو الملك فهد بن عبد العزيز,١٩٨٥,ص٢٤٣ .

-Lan word:physical Education in Elementary School in England,Cultrnal Compeny, London,1984,p92

\_ Don Antony:Methods of physical Education,in Schools:hand Book, Leeds University, England, London,1985,P.124

٤. إجراء دراسة عن معرفة تأثير الاستقرار النفسي في تعلم المهارات الاساسية في لعبة الكرة الطائرة إجراء دراسات مقارنة الاستقرار النفسي بين الفعاليات الفردية والجماعية .

#### المراجع والمصادر

- محمد العربي شمعون . التدريب العقلي في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٦

- سامي محمد ملحم : مناهج البحث في التربية الرياضية ، ط١ ، عمان , دار المسرة للنشر و التوزيع , ٢٠٠٠.

- فاضل كردي شلاكة : اثر برنامج ارشادي في الاستقرار النفسي واداء اهم المهارات بكرة اليد وتحمل ادائها لدى اللاعبين الشباب, جامعة بابل , كلية التربية البدنية والرياضة .

- امين الخولي ،محمود عنان : المعرفة الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٩.

- صباح حسين العجيلي وآخرون : مبادئ القياس والتقويم التربوي, بغداد ، مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستتساخ ، ٢٠٠١.



## ملحق (١)

### مقياس الاستقرار النفسي بصورته النهائية

تحية طيبة. . .

- بين يديك قائمة من الفقرات التي تقيس الاستقرار النفسي ، يرجو الباحث منك الإجابة عن فقرات القائمة بعد قراءتها بدقة، مع ملاحظة التعليمات أدناه قبل البدء بالإجابة:
- عدم ذكر الاسم .
  - تتألف القائمة من (٣٨) فقرة.
  - تكون الإجابة عن جميع الفقرات، وعدم ترك أي فقرة بدون إجابة.
  - الإجابة عن الفقرات بكل صراحة ودقة.
  - اختيار الاستجابة التي تنطبق عليك أكثر من غيرها.
  - ليس هناك إجابة صحيحة وإجابة خاطئة.
  - يمكنك الإجابة عن فقرات القائمة حسب الترتيب الذي ترتأي أنت.
  - اختيار بديل واحد من بين البدائل الخمسة .
  - هذه الاستجابات مقدمة لأغراض البحث العلمي .
  - تكون الإجابة بوضع إشارة (✓) أمام الفقرة وتحت البديل الذي يمثل استجابتك نحو تحت الفقرة.
  - وأليك مثال عن كيفية الإجابة:

بدائل الإجابة					الفقرة	رقم الفقرة
موافق تماما	موافق	لا ادري	غير موافق تماما	غير موافق		
			✓		استطيع السيطرة على انفعالاتي في مواقف الفوز والخسارة	١

مع التقدير



ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي كثيرا	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي قليلا	لا تنطبق علي
١	استطيع السيطرة على انفعالاتي في مواقف الفوز والخسارة					
٢	استطيع حبس دموعي عندما اخسر في المباراة					
٣	اشعر أن سلوكي متوازن في مختلف المواقف الاجتماعية التي أتعرض لها.					
٤	يسرني أن أقوم بعمل مفيد					
٥	باستطاعتي أن اقنع الآخرين بأرائي .					
٦	اعتمد على نفسي في حل مشكلاتي التي تواجهني .					
٧	اشعر بالقدرة على المواجهة عندما أتعرض للضغوط.					
٨	اشعر بالضيق عندما يفضل علي لاعب آخر.					
٩	اشعر بالارتياح والسرور عند انجاز واجبي التدريبي .					
١٠	اشعر إني راضي عن نفسي وفخور .					
١١	اشعر بالضيق أو الحرج عندما يطلب اللعب أمام مجموعة من الناس					
١٢	أشعر اني لاعب مؤثر في الفريق .					
١٣	أميل أن أخالف آراء زملائي اللاعبين في بعض المواقف .					
١٤	أشعراني قادر على الانسجام مع اللاعبين الجدد.					
١٥	اعتقد أن علاقاتي الاجتماعية ناجحة مع زملائي في الفريق .					
١٦	أحب أن اختلط مع الآخرين .					
١٧	أحسن التعامل مع الآخرين في المواقف الاجتماعية .					
١٨	أخشى أن أفكر بمستقبلي الرياضي.					
١٩	اشعر أنني مقتنع بمستوى أدائي الرياضي					
٢٠	أخشى من الخسارة في المباراة.					
٢١	اشعر بالاطمئنان عندما أكون مع لاعبي الفريق.					
٢٢	اشعر بالرغبة والشك تجاه الآخرين					
٢٣	اشعر بالضيق وعدم الارتياح من وجود الجمهور أثناء المباراة.					
٢٤	اشعر بالخوف من المنافس.					
٢٥	أخشى من السير بمفردي أمام الفريق المنافس.					
٢٦	اشعر أن مستقبلي الرياضي مليء بالمفاجآت السارة.					



					٢٧	اشعر أني غير محظوظ في حياتي .
					٢٨	اشعر أن حياتي مليئة بالإحداث التي لا أسيطر عليها ..
					٢٩	اشعر أني يأس من حياتي ..
					٣٠	أسعى أن أعيش لحظاتي الراهنة بعيدا عن الماضي .
					٣١	أنني متفائل ..
					٣٢	عندما اغضب أحطم الأشياء القريبة مني .
					٣٣	اعترف بأخطائي في المباراة وأحاول تصحيحها .
					٣٤	أميل إلى انجاز عمالي بسرعة ودقة .
					٣٥	اشعر أن أفكاري تميل إلى الجمود والتصلب .
					٣٦	اشعر أني قادر على إيجاد الحلول للمشكلات التي تواجهني بطريقة عقلانية
					٣٧	أميل إلى عدم التسرع اتخاذ للقرارات .
					٣٨	لا أميل نحو مخالفة القانون حتى لو كنت بعيدا عن الحكم .