

التوافق النفسي وعلاقته بمستوى دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب من الثبات في كرة

السلة لدى لاعبي نادي الحمزة الرياضي الشباب

م. م. حاكم عنون حنش السعيد

المديرية العامة لتربية القادسية

[hakim.anoun74@gmail.com](mailto:hakim.anoun74@gmail.com)

الملخص

تعد كرة السلة من أكثر الرياضات الجماعية شعبية وانتشارا عالميا وتتميز بسرعة إيقاعها واثارتها وتكامل بين الجوانب الذهنية والبدنية والمهارية، وهنا تأتي أهمية هذه الدراسة لتسليط الضوء على العلاقة بين التوافق النفسي ومستوى دقة وسرعة أداء بعض المهارات (الاستلام، التصويب) لدى لاعبي كرة السلة لشباب، وبيان طبيعة تلك العلاقة، لما لهذا المتغير النفسي من تأثير واضح ومباشر في مستوى الأداء المهاري أثناء المنافسات، مما يسهم في تقديم رؤى وأفكار جديدة حول كيفية تحسين سرعة ودقة الأداء من خلال العناية بالجوانب النفسية كبقية الجوانب الأخرى للعبة، استخدم الباحث في بحثه هذا المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي لملاءمته طبيعة مشكلة البحث وأهداف البحث. تكون مجتمع البحث من لاعبي فريق نادي الحمزة بكرة السلة فئة الشباب الذين بلغ عددهم (15) لاعب، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية بواقع (10) لاعب. كما استخدم الباحث مقياس التوافق النفسي، واختيار مهارتان أساسية وهي مهارة الاستلام ومهارة التصويب بكرة السلة، تم جمع البيانات الخاصة بمتغيرات البحث. عولجت البيانات إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) وتم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط (Pearson) لمعرفة مستوى المتغيرات وطبيعة العلاقة بينها. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التوافق النفسي ومستوى دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب لدى لاعبي كرة السلة فئة الشباب، مما يدل على أن ارتفاع مستوى التوافق النفسي يسهم في تقليل الأخطاء وتعزيز أو تحسين دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب. وفي ضوء النتائج التي ظهرت، يوصي الباحث بضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي للاعبين الشباب ضمن البرامج التدريبية، لما له من دور أساسي وفعال في تطوير الجوانب النفسية والمهارية وتحسين مستوى الأداء العام للاعبين. خاصة في هذه المرحلة العمرية الحساسة.

**الكلمات المفتاحية:** التوافق النفسي، دقة الأداء المهاري، سرعة الأداء، مهارتي الاستلام والتصويب، كرة السلة، اللاعبين الشباب

### **Psychological compatibility and its relationship to the accuracy and speed of the performance and dual skill of the stability of the basketball in the players of Hamza Sports Youth**

A. L. Hakim Anoun Hanish Al-Saidi

General Directorate of Education in Al-Qadisiyah

#### **Abstract:**

Basketball is one of the most popular collective sports and a global spread characterized by rapidly, convergence and integration between mental, physical and professional aspects, and here comes the importance of this study to highlight the relationship between psychological consensus and accurate level And the speed of performance of some skills (receipt, correction) at basketball players and the nature of the relationship, because of this psychological variable of a clear and direct impact in the level of skills during the competition, contributing to presenting and is new insights and ideas on how to improve speed The precise performance by care of psychological aspects as the other aspects of the game, the researcher used this descriptive approach to its relevance style to suit the

nature of the search problem and research objectives. The research community of Al Hamzah Club Team Basketball Students shall be the youth group whose number (15) players, and the sample of the deliberate research was selected by (10) player. The researcher also used the psychological scale, choosing two basic skills and the skill of receipt and skill of basketball, data collected by search variables. Statistical data was treated using the statistical program (SPSS), the arithmetic medium, standard deviation and simple correlation coefficients (Pearson) are extracted to see the level of variables and the nature of the relationship between them. The results showed a statistically significant relationship between psychological consensus, accuracy and speed of the performance and dutualization of receiving and doubling skills in the youth class basketball players, indicating that the high level of psychological compatibility contributes to reducing mistakes and promoting or improving accuracy and the speed of the performance and dutual skill. In the light of the results, the researcher recommends that the psychological prepare for young players within training programs, because of its essential and effective role in developing psychological and profitable aspects and improving the level of overall performance of players Especially at this sensitive age.

**Keywords:** Psychological compatibility, skillful performance accuracy, performance speed, receiving and dutual skills, basketball, players

1- مقدمة البحث وأهميته:

تعد كرة السلة من الألعاب الجماعية التي تميزت بطبيعتها السريعة وتعدد مواقفها التنافسية، حيث يحتاج اللاعب الى مستوى عال من التوافق النفسي ليتمكن من الاستجابة الفورية للمواقف المختلفة داخل الملعب لان الحالة النفسية للاعب من العوامل الأساسية التي تؤثر بشكل مباشر في مستوى الأداء المهاري، اذ لم يعد التفوق في المجال الرياضي يعتمد على القدرات البدنية والمهارية فقط، حيث أي خلل في الحالة النفسية قد يؤدي الى ضعف التركيز والتردد، مما يؤثر سلبا في جودة الأداء المهاري، لذا يتطلب اعدادا نفسيا يسهم في ضبط الانفعالات وتحقيق الاتزان ويؤكد (الخيكاني والجوري، 2016) ان علم النفس الرياضي أحد الموضوعات المهمة ذات التأثير المباشر في تطوير مستوى الاداء وتحسينه عند الرياضيين ، وهو محور مهم من محاور الدراسات العلمية في ميدان التربية الرياضية، ويعد المؤشر الحقيقي الدال على تقدم المجتمع وصواب نهجه الفكري والإنساني، وان هذا التقدم ما هو إلا انعكاس طبيعي عن الطرائق والوسائل التقنية الحديثة المستعملة في الدراسات والبحوث إذ أثرت هذه البحوث المعرفية الإنسانية بعوامل الرقي والتفوق ، ومن اجل تطوير هذه الاعاب ينبغي توظيف الطرائق والأساليب الحديثة المناسبة والتي تركز على عدة علوم ذات ارتباط بالرياضة منها علم النفس الرياضي ، والذي له إسهام كبير في تطوير هذه الاعاب. ويحظى التوافق النفسي باهتمام متزايد بين علماء النفس عموما لما له من أهمية بالغة في تحقيق النمو النفسي السليم لان الفرد يحقق ذاته وأهدافه، ومن اهم هذه الأهداف التي يسعى اليها الفرد هي التفوق والانجاز الرياضي (عويضة، 1996)، كذلك ينبغي على المدرب يتقن مهارات التفاعل الاجتماعي والتوافق النفسي و التواصل وعلاقته مع اللاعبين، لان التفاعل بين المدرب واللاعب ينعكس على الثقة بالنفس وتأثيرها الإيجابي على الأداء الفني للاعبين (الطالب ولويس ، 1993)، كما ان التوافق النفسي يعد مؤشرا على تكامل الشخصية بحيث يستطيع الفرد التنسيق وإيجاد حالة من الموازنة بينه حاجاته وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته منسجما مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليتة غير متطرف في انفعالاته ومساهم في مجتمعه (الحجازي، 2010). كما بين (جابر و عارف، 1987) ان التوافق النفسي يتضمن قدرة اللاعب على تغيير سلوكها وعاداتها عندما يواجه موقف جديد أو مشكلة، إذ يعد تطور نفسي إيجابي يشير إلى النضج النفسي ويساعد اللاعب على تجاوزها للعادات السلبية، إذ يمثل معيارا أساسيا للصحة النفسية فهو يمثل نقطة

وصول تكوين شخصية اللاعب والمواجهة المباشرة للعقبات والمشكلات ويسهل من أداء المهارات المطلوبة في أثناء التعلم. وانطلاقاً من أهمية ذلك، جاء هذا البحث للتعرف على مستوى التوافق النفسي لدى لاعبي نادي الحمزة بكرة السلة للشباب، والكشف عن علاقته بمستوى دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، بهدف تقديم نتائج علمية تساعد في تطوير الإعداد المهاري والنفسي للاعبين الشباب. من خلال تسليط الضوء على التوافق النفسي لكونه متغيراً نفسياً مهماً في الأداء المهاري في كرة السلة، والاستفادة من نتائج البحث في دعم الدراسات والبحوث المستقبلية، ومعرفة المدربين بمستوى التوافق النفسي وتأثير على دقة وسرعة أداء اللاعبين للمهارات، وتوجيه البرامج التدريبية للاهتمام بالإعداد النفسي إلى جانب الإعداد البدني والمهاري، وإيجاد دلائل علمية يمكن اعتمادها في الإرشاد النفسي الرياضي من قبل المدربين.

2- مشكلة البحث:

كما نلاحظ أن كرة السلة الحديثة تشهد تطوراً كبيراً في أساليب التدريب البدني والمهاري المختلفة، لكن الاهتمام بالجوانب النفسية ما يزال أقل من مستوى الطموح أو أقل من أهميتها الفعلية في تحقيق الأداء الرياضي المتكامل لهذه اللعبة، ولا سيما لدى اللاعبين من فئة الشباب التي تمر بمرحلة النمو النفسي والانفعالي التي تؤثر بصورة مباشرة في مستوى الإنجاز. وتعد مهارتي الاستلام والتصويب من الثبات في كرة السلة إحدى المهارات الحاسمة والأساسية في كرة السلة إذ تعتبر الوسيلة الرئيسة لأحراز النقاط، ويتوقف نجاح هذه المهارة بدرجة كبيرة على الحالة النفسية للاعب بالإضافة إلى الجوانب الفنية والبدنية. ومن خلال الملاحظة والمتابعة الميدانية المباشرة لأداء اللاعبين الشباب، يلاحظ تباين واضح في دقة مهارة التصويب من الثبات في كرة السلة بين اللاعبين على الرغم من خضوعهم لبرامج التدريب البدنية والمهارية المتشابهة، إذ يظهر بعضهم مستوى عالي وممتاز في التدريبات بينما يقل أو ينخفض الأداء أثناء المنافسات، مما يدل على وجود عوامل أخرى غير مهارية تشارك في هذا التفاوت، ومن أبرز هذه العوامل التوافق النفسي بما يحتويه التوافق من قدرة على الانسجام وضبط الانفعالات والتركيز والثقة بالنفس.

بالرغم من أهمية التوافق النفسي في الأداء الرياضي، غير أن الدراسات والبحوث التي تناولت علاقة التوافق النفسي بمستوى دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب من الثبات في كرة السلة لدى لاعبي فئة الشباب ما تزال قليلة أو محدودة، ولا سيما في بعض الأندية المحلية، ومن هنا يسعى الباحث في بيان مشكلة البحث من خلال تشخيص مستوى التوافق النفسي لدى اللاعبين كرة السلة الشباب والكشف عن طبيعة علاقته بمهارتي الاستلام والتصويب من الثبات، وهل توجد لهذه العلاقة دلالة إحصائية. بما يساعد في توفير مؤشرات علمية يمكن الاعتماد عليها في تطوير برامج الإعداد المهاري والنفسي وتحسين مستوى أداء مهارتي الاستلام والتصويب من الثبات في كرة السلة لدى لاعبي الشباب.

3- أهداف البحث:

3-1 التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى لاعبي كرة السلة فئة الشباب في نادي الحمزة الرياضي.

3-2 التعرف على مستوى دقة وسرعة أداء مهارة الاستلام من الثبات في كرة السلة لدى مجتمع العينة في البحث.

3-3 التعرف على مستوى دقة وسرعة أداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي فريق كرة السلة في نادي الحمزة الرياضي فئة الشباب.

3-4 الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسي ودقة وسرعة أداء مهارة الاستلام من الثبات لدى لاعبي كرة السلة الشباب.

4-4 الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التوافق النفسي ودق وسرعة أداء مهارة التصويب من الثبات لدى لاعبي كرة السلة الشباب.

4- فروض البحث:

4-1 هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التوافق النفسي ودقة وسرعة أداء مهارة الاستلام في كرة السلة لدى اللاعبين الشباب.

4-2 هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التوافق النفسي ودقة وسرعة أداء مهارة التصويب من الثبات في كرة السلة فئة الشباب.

## 5-مجالات البحث:

لبشري: لاعبي كرة السلة لشباب في نادي الحمزة الرياضي.

5-2 المجال الزمني: من 2025 /11/16 الى 2025/12/22

5-3 المجال المكاني: القاعة الرياضية المغلقة في نادي الحمزة.

6-تحديد المصطلحات:

6-1 التوافق النفسي: يعرف التوافق النفسي هو قدرة الفرد على الموازنة بين القوى النفسية المختلفة مع القدرة على المقاومة لضغوط للوصول الى حالة من التكيف والاتزان الانفعالي التي يتمكن من خلالها الفرد التكيف مع نفسه ومع البيئة المحيطة به، مما يساعده على مواجهة التحديات والضغوط المختلفة بكفاءة عالية. يعرف التوافق النفسي في الرياضة هو حالة من الاتزان والانسجام النفسي التي يحصل عليها الفرد الرياضي من خلال قدرته على الانسجام مع متطلبات البيئتين التدريبية والتنافسية، مع ضبط الانفعالات، كذلك بناء اتجاهات ايجابية نحو الذات والآخرين، مما يؤدي استقرار الأداء تحت أي من ظروف الضغط التنافسي (قولي، 2006).

يُقاس التوافق النفسي لدى لاعبي كرة السلة الشباب في هذا البحث بالدرجة الكلية التي يمكن ان يحصل عليها اللاعب في مقياس التوافق النفسي المعتمد من قبل الباحث، والتي تظهر مستوى تكيف اللاعب النفسي مع مقتضيات التدريب والمنافسة بكرة السلة.

6-1 مهارة الاستلام في كرة السلة:

وهي من المهارات الأساسية المهمة في كرة السلة، اذ تعد حلقة الوصل بين مهارتي التميرير او التصويب او القيام بالطبطة، وتعرف كذلك بأنها قدرة اللاعب على تلقي الكرة بدقة وتثبيتها بأمان باستخدام أطراف الأصابع، مع امتصاص قوتها بحركة انسيابية للذراعين نحو الصدر، كذلك تعتبر حركة هجومية أساسية تعتمد على الحركة نحو الكرة مع التركيز، والوقفة الصحيحة لضمان السيطرة عليها والانتقال سريعا للخطوة التالية (التميرير، الطبطة، التصويب)، وتقاس بعدد مرات الاستلام الصحيح ودرجة الأداء او الزمن المستغرق (العوم وآخرين، 2012).

6-2 مهارة التصويب من الثبات في كرة السلة:

هي أحد اهم الأشكال الأساسية للأداء المهاري في هذه اللعبة، والمقصود بها الحركة التي يقوم بها اللاعب بتوجيه الكرة نحو السلة من وضع ثابت للجسم بيد واحدة او بكلتا اليدين وفق الأسس الفنية المعتمدة بهدف تسجيل النقاط، وبما يحقق مستوى عالي من الدقة والسيطرة الحركية. وتعتبر مهارة التصويب في كرة السلة من الثبات من المهارات الهجومية النهائية والاكثر أهمية في تسجيل النقاط، وتتم عبر إطلاق الكرة بدقة نحو السلة باستخدام تقنيات فنية معتمده على توجيه النظر للهدف، توازن الجسم، والتحرير بالرسغ مع دوران معكوس للكرة، وثني الركبتين قليلا لامتصاص القوة (عنيسي، 2014)، وتقدر مهارة التصويب من الثبات في هذا البحث بالدرجة التي يمكن ان يحققها اللاعب في اختبار دقة أداء مهارة التصويب من الثبات المستخدم، والمتجسدة بعدد المحاولات الناجحة أو مجموع النقاط التي يحصل عليها وفق نظام التقييم المعتمد.

7- منهج البحث:

إن طبيعة المشكلة المراد دراستها هي التي تحدد نوعية المنهج، وقد اعتمد الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي لملاءمته مشكلة البحث واهدافه التي تسعى الى التعرف على مستوى التوافق النفسي وعلاقته بمستوى دقة وسرعة اداء بمهارتي الاستلام والتصويب من الثبات في كرة السلة لدى اللاعبين الشباب.

7-1 مجتمع وعينة البحث:

تحدد مجتمع البحث بلاعبي فريق نادي الحمزة الرياضي بكرة السلة لفئة الشباب للموسم الرياضي 2025 والبالغ عددهم (15) لاعبا تتراوح أعمارهم تقريبا بين (18-19) سنة، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وبواقع (10) من اللاعبين وبذلك مثلت نسبة مقدارها (66,67%) من مجتمع البحث، وقد اخذ الباحث بنظر الاعتبار تجانس عينة اللاعبين من حيث العمر والطول والخبرة التدريبية والانتظام بالتدريب وعدم وجود إصابات. كذلك اختيار عينة يعتقد انها تعكس المجتمع الأصلي بشكل دقيق بما يضمن تمثيلا موضوعيا ويحقق صدق وثبات الاختبار.

7-2 الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث:

استخدم الباحث الأدوات والوسائل الآتية:

- ساعة إيقاف عدد (1).
- حاسبة محمولة عدد (1).
- حاسبة يدوية.
- ملعب كرة السلة قانوني.
- كرات سلة قانونية عدد (10).
- شريط قياس.
- لاصق ملون.
- أدوات مكتبية (أوراق – أقلام).
- المصادر العربية والأجنبية.
- الاختبارات والمقاييس.

7-3 إجراءات البحث الميدانية:

7-3-1 إجراءات اعداد مقياس التوافق النفسي:

اعتمد الباحث مقياس التوافق النفسي المعد من قبل (عبد الله الشافع وطارق نزار الطالب)، يتكون المقياس من (30) فقرة نصفها إيجابية والأخرى سلبية وذلك للحد من تأثير الإجابة النمطية و ببدائل الإجابة (نعم، أحيانا، كلا) وأوزان الإجابة (3، 2، 1) لل فقرات الإيجابية والتي تحمل الأرقام (30،27،26،25،23،17،16،15،10،9،8،7،6،4،2) وأوزان الإجابة (1،2،3) لل فقرات السلبية والتي تحمل الأرقام (29،28،24،22،21،20،19،18،14،13،12،11،5،3،1) وتكون الدرجة العليا للإجابات التي يمكن ان يحصل عليها المختبر هي (90) والدرجة الصغرى (30).

الأسس العلمية للمقياس:

1- صدق المقياس:

نعني بالصدق قدرة المقياس قياس ما وضع لقياسه فعلا، أي قياس التوافق النفسي وليس شيئا اخر بديلا لذلك او إضافة الية (ملحم، 2000). وتم إيجاد الصدق من خلال عرض فقرات الاستبيان على مجموعة من الخبراء في مجال التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، واتفق الجميع على دقة الفقرات وملاءمتها لعينة البحث وتمثيلها لأبعاد التوافق النفسي بنسبة بلغت (85%)، مما يدل على صدق المقياس

2- ثبات المقياس:

نعني مدى الدقة والاتقان اي ان المقياس يعطي نفس النتائج تقريبا عند تطبيقه أكثر من مرة بظروف مشابه بمعنى اخر عدم تأثر الدرجات التي يتم الحصول عليها من تطبيق الاختبار بأخطاء الصدفة (رضوان، 2006). تم إيجاد الثبات بطريقة إعادة الاختبار (Test-Retest) على عينة البحث من لاعبي فريق كرة السلة الشباب لنادي الحمزة الرياضي (من غير عينة البحث الاصلية) ولغرض التحقق من ثبات المقياس تم توزيع المقياس بتاريخ 18/11/2025 وكان عددهم (5) لاعبين وبعد مرور (7) أيام تم توزيع المقياس على نفس العينة وذلك بتاريخ 25/11/2025 وبعدها تم جمع الإجابات ومعالجتها احصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لإيجاد الارتباط حيث بلغ معامل الارتباط (88%) مما يدل على ملاءمته للبيئة ويتمتع بمعامل ثبات عالي.

7-3-2 اختبار دقة وسرعة أداء مهارة الاستلام:

الغرض من الاختبار: قياس مستوى دقة وسرعة أداء مهارة الاستلام من التمرير.

الأدوات المستخدمة في الاختبار:

ملعب كرة سلة

كرة سلة قانونية

ساعة توقيت

شريط قياس

شواخص او علامات أرضية

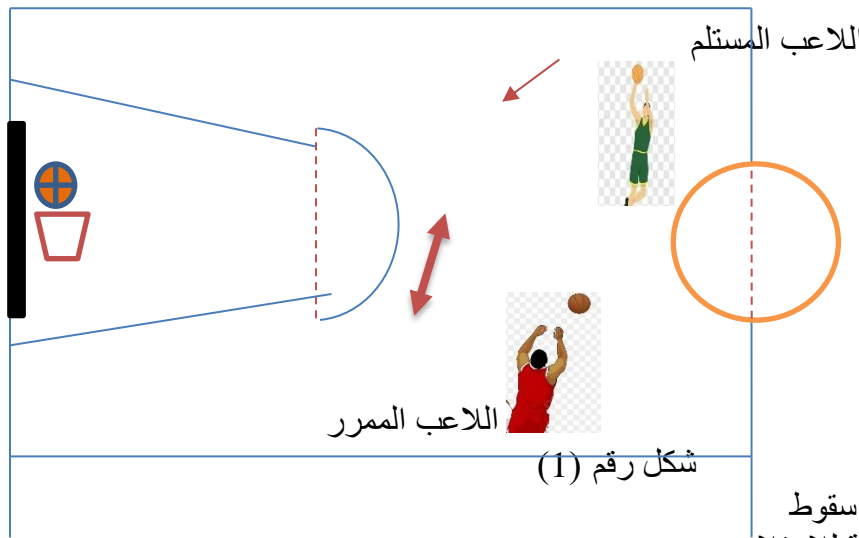
استمارة تسجيل النتائج

مساعد (لاعب تمرير)

صافرة

● طريقة الأداء:

يقف اللاعب المختبر على بعد 4-5م من اللاعب الذي يقوم بتمرير الكرة، يقف اللاعب الممرر مقابل المختبر حامل الكرة، عند إشارة البدء يبدأ التوقيت، يقوم اللاعب حامل الكرة بتمرير الكرة للاعب المستلم (المختبر) بمقدار (10) تمريرات، يقوم اللاعب المختبر باستلام الكرة بشكل صحيح، ويقوم بإعادة تمريرها فورا الى الممرر او التصويب مباشرة على السلة كما موضح في شكل رقم (1). يسمح للاعب ببعض المحاولات قبل البدء من اجل التجربة.



شروط الأداء:

السيطرة على الكرة بدون سقوط

استخدام الطريقة الصحيحة للاستلام

استخدام نفس ظروف الاختبار لجميع اللاعبين

حساب النقاط:

تتكرر عملية التمرير ل (10) تمريرات

يمنح اللاعب درجة واحدة لكل استلام صحيح

عدد الاستلام الصحيح يساوي مجموع الدرجات التي يحصل عليها المختبر

يتم تسجيل الزمن المستغرق لأداء عدد المحاولات الصحيحة لاستلام الكرة

الدرجة الكلية تساوي

3-3-7 اختبار دقة وسرعة اداء مهارة التصويب من الثبات:

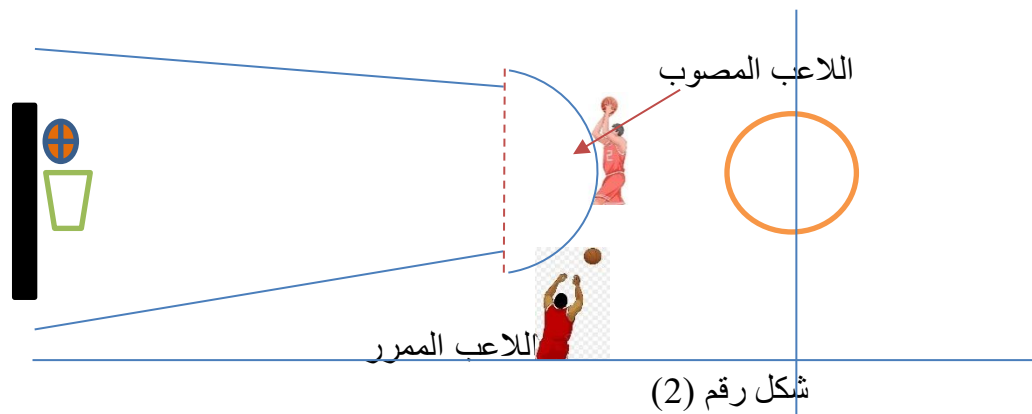
الغرض من الاختبار: قياس دقة وسرعة اداء مهارة التصويب من الثبات.

الأدوات المستخدمة:

ملعب كرة سلة، كرة سلة قانونية- هدف كرة سلة قانوني- استمارة تسجيل- شريط لاصق- ساعة توقيت الكترونية.

مواصفات الأداء:

يصوب اللاعب الكرة من المكان المحدد من خلف خط الرمية الحرة مباشرة، عند إشارة البدء يبدأ التوقيت، ويؤدي اللاعب التصويب بكلتا اليدين (10) تصويبات متتالية من الثبات بأسرع وقت ممكن مع الحفاظ على دقة أداء التصويب، يتوقف التوقيت عند انتهاء التصويبة العاشرة، مع ملاحظة تصويب الكرة مباشرة الى السلة كما مبين في شكل رقم (2)، هذا ويسمح للمختبر قبل الأداء يعمل بعض الرميات على سبيل التجريب.



الشروط:

- ثبات القدمين قبل التنفيذ
- لكل مختبر الحق في أداء (10) رمية. █
- يجب إن يتم الرمي من خلف خط الرمية الحرة.
- التصويب بطريقة قانونية.

التسجيل:

- 1- تحسب درجتان لكل تصويبه صحيحة يقوم بها المختبر تدخل مباشرة هدف السلة.
  - 2- تحسب درجة واحدة لكل تصويبه تلمس بيها الكرة حلقة الهدف او اللوحة وتدخل الهدف.
  - 3- لا تحسب أي درجة عندما لا تدخل الكرة الهدف عند التصويب. █
- المواصفات العلمية للاختبارات المهارية:

1- الصدق:

هنالك عدة طرائق لقياس الصدق وقد أجرى الباحث أحد هذه الأنواع وهو صدق المحتوى لتأكيد من صدق الاختبارين المهاريين وذلك بعرضهما على مجموعة من الخبراء والمختصين الذين اتفقوا على هذين الاختبارين صالحين للقياس وما وضا لأجله اذ كانت نسبة الاتفاق (100%)

2- الثبات:

الثبات هو ان نتيجة الاختبار ذو قيمة ثابتة خلال التكرار او الإعادة أي بمعنى الثبات لنتائج التي حصل عليها الباحث إذا اعيدت التجربة على المجموعة نفسها (عبد الدايم وحسانين، 2012)، وقد قام الباحث باستخراج معامل الثبات من خلال استعمال طريقة الاختبار واعادته على عينة التجربة الاستطلاعية بعد مرور (7) أيام من أداء الاختبارات مع اخذ بنظر الاعتبار تهيئة ظروف وأجواء مناسبة ومثابرة للتجربة الأولية للاختبارات، بعدها تم إيجاد معامل الارتباط البسيط (معامل الثبات) بين التطبيقين الأول والثاني والبالغ (0,85) لاختبار الاستلام و (0,87) لاختبار التصويب.

7- 4 التجربة الاستطلاعية:

وهي تدريب عملي للباحث للوقوف بنفسه على الإيجابيات والسلبيات التي قد تواجه اثناء اجراء الاختبارات لتفاديها مستقبلا، (المندلأوي، 1989)، أجرى الباحث تجربته الاستطلاعية على عينة (5) لاعبين من لاعبين فريق نادي الحمزة الشباب بكرة السلة من غير عينة البحث الاصلية (اللاعبين المستبعدين) لمعرفة ملائمة الاختبارات لأفراد العينة والوقت المستغرق والصعوبات التي تواجه الباحث لغرض معالجتها كذلك التأكيد من وضوح التعليمات والتعرف على كفاءة فريق العمل المساعد، وتم اجراء التجربة يوم 2025/11/20 على اللاعبين المستبعدين. وبناء على نتائج التجربة، تبين انه تم تحقيق أهدافها بنجاح، وان الباحث حصل على فهم واضح لطبيعة العمل واحتياجاته.

5-7 التجربة الرئيسية:

طبق الباحث التجربة الرئيسية يوم 2025/11/30 عن طريق القيام بتوزيع استمارات المقياس على عينة البحث الاصلية بعد ان اعطى الباحث تفصلا موجزا عن كيفية أداء الاختبارات مع إعطاء فترة مناسبة

للمختبرين لتهيئة والاستعداد وبعد الانتهاء من الإجابة عليها تم جمع الاستمارات، بعدها تم إجراء الاختبارات المهارية الخاصة بالبحث (دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب من الثبات) على عينة البحث الأصلية وكان عددهم (10) لاعبين المشاركين في التجربة الرئيسية بعدها تم تسجيل النتائج ليتم معالجتها إحصائياً.

6-7 الوسائل الإحصائية:

استعمل الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS-Version 26) لمعالجة بيانات البحث، من خلال توظيف عدد من الوسائل الإحصائية، تمثلت في: الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

7-7 عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث:

جدول (1) قيم التوافق النفسي

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (T)	مستوى الدلالة	دلالة
التوافق النفسي	48,60	4,21	40	6,45	0,000	معنوي

يتبين من الجدول (1) قيمة الوسط الحسابي والوسط الفرضي والانحراف المعياري لمقياس التوافق النفسي إذ ظهر الوسط الحسابي بمقدار (48.60) درجة والوسط الفرضي بمقدار (40) درجة أما الانحراف المعياري فبلغ (4.21) درجة، وكانت قيمة T (6.45) وبمستوى دلالة (0.000) وهي أقل من (0.05) ويدل ذلك على وجود فروق دالة إحصائية لصالح الوسط الحسابي، مما يعني أن لاعبي العينة يتمتعون بمستوى جيد من التوافق النفسي، وبهذا الأجراء تم التحقق من الهدف الأول من أهداف البحث والذي ينص: التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى لاعبي كرة السلة (فئة الشباب) في نادي الحمزة الرياضي. حيث تم قياس التوافق النفسي والذي ظهر بدرجة جيدة، ويعزو الباحث ذلك إلى أن الانسجام والتوافق والتكيف بين أفراد العينة، كذلك دور المؤسسات التعليمية والتدريبية في التنشئة النفسية للاعبين، وأن التمرين المتواصل يزيد من هذه القدرة في التوافق النفسي ويتجسد ذلك في الإنجازات الكبيرة التي يحققه أو يحصل عليها اللاعبون، أن الأفراد الذين يتسمون بالتوافق أقل تعرضاً للإحباط والقدرة على مواجهة الحياة والتغير والمرونة في السلوك لمواجهة المواقف الجديدة والمشكلات.

جدول (2) عرض القيم الإحصائية لدقة وسرعة الاستلام ودقة وسرعة التصويب

ت	المتغير	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى دلالة	الدلالة
1	دقة الاستلام	الدرجة	8,20	0,79	0,000	معنوي

معنوي	0,000	0,25	4,19	ثانية	سرعة الاستلام	2
معنوي	0,000	0,92	7,80	الدرجة	دقة التصويب	3
معنوي	0,000	0.32	5,14	ثانية	سرعة التصويب	4

يتبين من الجدول رقم (2)، ان الوسط الحسابي لدقة أداء مهارة الاستلام قد بلغ (8,20)، وبانحراف معياري قدره (0,79)، والوسط الحسابي لسرعة أداء مهارة الاستلام بلغ (4,19)، وبانحراف معياري مقداره (0,25)، وفي مهارة التصويب من الثبات بلغ الوسط الحسابي لدقة أداء المهارة (7,80) والانحراف المعياري لدقة أداء مهارة التصويب من الثبات مقداره (0,92)، اما سرعة أداء مهارة التصويب من الثبات بلغ الوسط الحسابي (5,14)، وبانحراف معياري مقداره (0,32) وبمستوى دلالة (0,000)، يتضح من خلال الجدول ان المهارتين قد حققا أوساط حسابية وانحرافات معيارية من خلال نتائج الاختبارات لهذين المهارتين وظهرت النتائج وجود تقارب نسبي في مستوى الأداء بين افراد العينة، ويعكس ذلك امتلاك اللاعبين مستوى جيدا من الدقة والسرعة في تنفيذ مهارتي الاستلام والتصويب، مع فروق فردية بسيطة تعود الى الاختلاف في القدرات المهارية والخبرات التدريبية للاعبين.

جدول رقم (3) معاملات الارتباط بين التوافق النفسي ومتغيرات الأداء المهاري

ت	المتغيرات	معامل الارتباط (r)	مستوى الدلالة	الدلالة
1	التوافق النفسي × دقة الاستلام	0,82	0,003	معنوي
2	التوافق النفسي × سرعة الاستلام	-0,79	0,006	معنوي
3	التوافق النفسي × دقة التصويب	0,85	0,002	معنوي
4	التوافق النفسي × سرعة التصويب	-0,83	0,003	معنوي

يتبين من الجدول أعلاه ان قيم معامل الارتباط لأفراد عينة البحث تحت مستوى الدلالة (0,05) في متغير (التوافق النفسي- دقة أداء مهارة الاستلام) و(التوافق النفسي- سرعة أداء مهارة الاستلام) و(التوافق النفسي- دقة أداء مهارة التصويب) و(التوافق النفسي- سرعة أداء مهارة التصويب)، على التوالي هي كالاتي (0,82) بمستوى دلالة 0,003 و-0,79 بمستوى دلالة 0,006 و0,85 بمستوى دلالة 0,002 و-0,83 بمستوى دلالة (0,003)، مما يدل على ان هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين التوافق النفسي ودقة وسرعة أداء مهارة الاستلام، وبين التوافق النفسي ودقة وسرعة أداء مهارة التصويب، وبهذه النتائج تم التحقق من فرض البحث والذي يتضمن وجود علاقة ذات دلالة معنوية بين التوافق النفسي ومستوى دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب لدى لاعبي نادي الحمزة بكرة السلة- فئة الشباب.

7-8 مناقشة النتائج:

يعزو الباحث هذه العلاقة الايجابية بين التوافق النفسي ومستوى دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب بكرة السلة لدى لاعبي نادي الحمزة الشباب الى المنهج التدريبي وما يتضمنه من طرق وأساليب

تدريب التي كان لها الأثر الكبير في تنمية التوافق النفسي، الذي يعرفه (عبد القادر، 2009) "مدى تكاتف وتأزر طاقات الفرد في سبيل هدف معين، فيكون الفرد متكيفا ومتوافقا، وبالتالي في حالة توافق، ذلك ان هناك اتساقا في سلوكه ودوافعه واهداف". كذلك هو حالة اتزان عاطفي وعقلي والتي تمكن الفرد من التعامل بقدرة وفعالية مع الضغوط والتحديات المختلفة، بما فيه من أنشطة رياضية، بالإضافة ان اللاعبين يملكون توافقا نفسيا منسجما مع جهودهم في اشباع حاجاتهم التعليمية والنفسية في تقدير الذات والاحترام والثقة بالنفس والشجاعة، مما يؤثر تأثيرا إيجابيا واضحا في أداء المهارات بكرة السلة حيث تمكنهم من تقديم مستوى عال في تلك المهارات، ووفقا لدراسة (عبد الرحمن، 2020) فان اللاعبين الذين يمتلكون توافق نفسي عال يظهرون قدرات اكبر على التركيز والثبات الانفعالي اثناء تنفيذ تلك المهارات التي تتطلب الدقة مثل التصويب من الثبات. لان هذه المهارات تعتمد على دقة الاستجابة السريعة للمثيرات البصرية. من خلال تأثير العوامل النفسية على الأداء الحركي والمهاري. ان مهارتي الاستلام والتصويب من الثبات في كرة السلة تعتمد بصورة اساسية على التحكم في حركة الذراعين والجذع لذلك فان التوافق النفسي يساعد اللاعبين على اتخاذ القرارات صحيحة بشأن التوقيت والقوة المطلوبة لأداء المهارة، مما يقلل من الأخطاء الفنية. كما وضح (جابر، 2019) ان اللاعبين الذين يتمتعون باستقرار نفسي لديهم القدرة على تنفيذ الحركات بدقة وفعالية في ظل المواقف الضاغطة، مثل ضغط المنافس او اللعب في بيئة تنافسية مشحونة، لذلك التوافق والانسجام النفسي يمكن اللاعبين من تعامل مع هذه المواقف بتركيز عالي وتنسيق افضل، ان الإشارات العصبية بين الدماغ والعضلات يرتبط تنظيمها بالتوافق النفسي، وبالتالي يكون اللاعبين قادرين على معالجة المثيرات الخارجية واتخاذ القرار بسرعة وكفاءة، مما ينعكس إيجابا علي دقة أداء المهارة، كذلك يساعد التوافق النفسي في دعم الثقة بالنفس وهي عامل مهم و اساسي في تطور الأداء في المهارات المعقدة حركيا. كذلك يؤكد (حسن، 2021) في دراسته الى ان اللاعب الذي يظهر توافقا نفسيا جيدا يكون أكثر قدرة في التحكم في اعصابه وقدراته اثناء المواقف الحرجة والحاسمة، ما ينعكس على أدائه في المهارات التي تحتاج الى دقة مثل الاستلام والتصويب، ان مستوى الأداء يتطلب مقومات منها توافر عناصر اللياقة البدنية الا ان ذلك لا يقلل من أهمية التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الأداء في كافة الأنشطة الرياضية سواء فردية او جماعية، وكان واضحا ذلك بوجود العلاقة الإيجابية بين التوافق النفسي ودقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب، وكيفية تلك العلاقة اتاحة للاعبين تنفيذ المهارات بدقة وسلاسة والتي تعود الى مدى تأثير التوافق النفسي على تركيز اللاعبين وثقتهم بأنفسهم وقدرتهم على اتخاذ القرار تحت الضغط.

8 - الاستنتاجات والتوصيات:

1-8 الاستنتاجات:

- 1- وجود علاقة ارتباط إيجابية بين التوافق النفسي ومستوى دقة وسرعة أداء مهارتي الاستلام والتصويب لدى لاعبي كرة السلة الشباب.
- 2- كلما ارتفع مستوى التوافق النفسي تحسن مستوى الأداء المهاري لدى اللاعبين من حيث الدقة والسرعة.
- 3- اللاعبون الذين يتميزون بدرجة عالية من الاستقرار النفسي يظهرون إمكانيات أفضل على اتخاذ القرار الحركي خلال مواقف اللعب المختلفة.
- 4- يسهم التوافق النفسي لدى اللاعبين في تعزيز تركيزهم وانتباههم اثناء أداء المهارات، مما ينعكس إيجابا على دقة المهارة وسرعة تنفيذه

2-8 التوصيات

- 1- الاهتمام بتنمية التوافق النفسي عن طريق استخدام برامج واساليب متنوعة لما له من تأثير كبير في أداء المهارات الرياضية لدى اللاعبين الشباب، كذلك ادراج تدريبات تحاكي المواقف الضاغطة اثناء المباريات ضمن البرنامج التدريبي.
- 2- ادخال تمارين وانشطة نفسية لتعزيز التوافق النفسي مثل التركيز الذهني والتحكم بالتوتر، والعمل الجماعي لدى لاعبي كرة السلة.
- 3- الاستفادة من نتائج البحث في تصميم برامج تدريبية تربط بين المهارات البدنية والمهارات النفسية للاعبين الشباب في الأندية الرياضية.

- 4- اجراء بحوث مستقبلية تشمل عينة أكبر وتضم جوانب أخرى من علم النفس الرياضي مثل ضغط المنافسة والانتباه والتركيز والتحفيز لدراسة مدى تأثيرها على الأداء الرياضي.
- 5- تشجيع التعاون بين الاخصائي النفسي الرياضي والمدرّب من اجل رفع مستوى الأداء البدني والمهاري لدى اللاعبين.

### المراجع والمصادر

المراجع والمصادر العربية:

١. قولي، أسامة إسماعيل (2006): العلاج النفسي بين الطب والايمان، ط1، دار الكتب العلمية، بيروت.
٢. العنوم، أمجد واخرون (2012): عالم كرة السلة، ط1، عمان، مكتبة المجتمع العربي.
٣. احمد جابر (2019): التأثير النفسي للأداء الحركي تحت الضغط في كرة السلة، المجلة العربية التربوية البدنية والتدريب.
٤. الحجازي، مدحت عبد الرزاق (2010): معجم مصطلحات علم النفس، بيروت، دار الكتب العلمية، 2010.
٥. معوض، حسين سيد (1994): كرة السلة للجميع، القاهرة، دار الفكر العربي.
٦. رضوان، حمد نصر الدين (2006): المدخل الى القياس في التربية البدنية والرياضية، جامعة الموصل.
٧. رعد جابر، وكمال عارف (1987): المهارات النفسية بكرة السلة، بغداد، مطابع التعليم العالي.
٨. زيدان مصطفى، وجمال رمضان (2008): لتعليم ناشئ كرة السلة، ط4، كلية التربية الرياضية – جامعته الأزهر.
٩. الشافع، عبد الله هزاع، والطالب، طارق نزار (2007): إثر الممارسات الرياضية في التوافق النفسي لطلبة جامعة بغداد، بحث منشور، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، المجلد 16، ال عدد1.
١٠. الطالب، نزار مجيد، ولويس، كامل طه (1993). علم النفس الرياضي، بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر.
١١. سامي، حسن (2021). الثبات الانفعالي ودوره في تحسين المهارات الحركية الدقيقة، المجلة الدولية لرياضة والتدريب.
١٢. طه، فرج عبد القادر (2009). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، ط. القاهرة: دار الانجلو المصرية.
١٣. عبد الدايم، محمد محمود، وحسانين، محمد صبحي (2012). الحديث في كرة السلة الاسس العلمية والتطبيقية تعليم – تدريب – قياس – انتقاء – قانون، القاهرة: دار الفكر العربي.
١٤. عبد الدايم محمد محمود، حسانين، محمد صبحي (1999). الحديث في كرة السلة الاسس العلمية والتطبيقية، ط2، القاهرة: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
١٥. عبد الرحمن، محمد (2020). التوافق النفسي واثارة على الأداء المهاري في الألعاب الجماعية، مجلة علوم الرياضة.
١٦. عويضة، كامل محمد (1996). علم النفس بين الشخصية والفكر، بيروت: دار الكتب العلمية.
١٧. عنيسي، محمد (2014). كرة السلة، ط1، النجف الاشرف: دار الضياء للطباعة.
١٨. الخيكاني عامر سعيد، والجبوري، ايمن هاني (2016). الاستخدامات العملية للاختبارات والمقاييس النفسية الرياضية، النجف الاشرف: دار الضياء للطباعة.
١٩. ملحم، سامي محمد (2000). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط1، دار المسرة لنشر والتوزيع، عمان: الأردن.
٢٠. المنديلاوي، قاسم، واخرون (1989). الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، جامعة الموصل: مطبعة التعليم العالي المصادر الاجنبية:

21. Brown, E. (2002) Interdisciplinary Research: A student Perspective. Journal of Chemical Education, 79

### الملاحق

مقياس التوافق النفسي

عزيزي اللاعب:

في هذا المقياس مجموعة من العبارات التي تهدف الى التعرف على مستوى التوافق النفسي لديك في المجال الرياضي، مع علم لا توجد إجابات صحيحة او خاطئة، وانما المطلوب هو اختيار الإجابة التي تعبر عن رأيك الحقيقي.

يرجى قراءة كل فقرة بدقة وعناية ثم ضع علامة  امام البديل الذي يملك بدقة من بين الخيارات التالية: (نعم، أحيانا، كلا).

ت	العبارات	نعم	احيانا	كلا
1	هل من السهل ان يتغير مزاجك؟			
2	هل يسهل عليك الاعتراف بخطتك امام الاخرين؟			
3	هل تخشى الصراحة حتى لا تتعرض الى مشاكل؟			
4	هل تشعر بالارتياح عند نجاح زملائك؟			
5	هل تعد رأيك افضل من رأي المجموعة؟			
6	هل تتقبل نصيحة الاخرين بسهولة؟			
7	من السهل عليك العودة لحالتك الطبيعية بعد الغضب؟			
8	هل تشارك زملاءك افراحهم واحزانهم؟			
9	هل تثق بالآخرين بسهولة؟			
10	هل يسهل عليك الاندماج مع مجموعة من الغرباء بسهولة؟			
11	هل تتردد في اتخاذ القرار مهم في معظم الأحيان؟			
12	هل يصعب عليك ضبط انفعالاتك اثناء المواقف المحرجة؟			
13	هل تتضايق من النقد الذي يوجه اليك؟			
14	هل من السهل عليك جرح مشاعر من يخطأ بحقك؟			
15	هل تستمتع بالنشاطات الجماعية؟			
16	هل تحترم وجهة نظر الاخرين اذ كانت خلاف رأيك؟			
17	هل تميل الى مناقشة مشكلاتك مع اصدقائك والمقربين؟			
18	هل تقلق من الاشاعات المغرضة؟			
19	هل تغضب بسرعة اذا جرح مشاعرك احد؟			
20	هل ترتبك عندما يركز عليك الاخرون اهتمامهم؟			
21	هل تشعر بالقلق والضيق بشكل مفاجئ ودون سبب؟			
22	هل تشعر بالتوتر من اية عقبة تواجهك؟			
23	هل تعتقد انك محظوظ؟			

			هل تحب ان تكون في مكان عدد الموجودين فيه قليل؟	24
			هل ترغب ان تشترك بالمناسبات الاجتماعية؟	25
			هل تشعر بالرضا عما تقوم به من اعمال يومية؟	26
			هل تستمتع بالحوار مع الاخرين؟	27
			هل تجد صعوبة في تركيز تفكيرك على شيء محدد؟	28
			هل ينتابك خجل عند الدخول بمفردك الى مكان عام؟	29
			هل تتسامح مع من يسئ اليك بسرعة؟	30