



Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619

<https://joupess.uobabylon.edu.iq/>



Self-Regulation Among Under-19 Soccer Players in Dhi Qar Governorate

Murtaza Abdul Bari Jamil, Prof. Amer Saeed Jassim Al-Khaykani

Iraq. University of Babylon. College of Physical Education and Sports Sciences

Phy607.murtdha.abad@student.uobabylon.edu.iq

Research Received: 20/1/2026

Research Published: 28/3/2026

Abstract

Soccer is a team sport that requires a balance of physical, technical, and psychological aspects to achieve optimal performance. Self-regulation is an important psychological factor that helps control players' behavior and guide their performance, which positively impacts their on-field performance among the under-19 age group.

The significance of this study lies in identifying the level of self-regulation among under-19 soccer players in Dhi Qar Governorate.

The research problem is that deficiencies in self-regulation lead to poor concentration, a lack of team cohesion, and delays in on-field decision-making, which negatively impacts the team's tactical performance. Hence, there is a need to study this aspect scientifically to help diagnose its causes and develop appropriate solutions to enhance young players' abilities and improve their level of self-regulation.

The researchers employed a descriptive approach using survey methods, correlational analysis, and predictive studies due to its suitability for the nature and problem of the research. The research population was defined as soccer players under the age of 19 from clubs in Dhi Qar Governorate for the 2025-2026 sports season, totaling 165 players distributed across 6 sports clubs. SPSS was used for data analysis.

Keywords: self-regulation, soccer, under-19

التنظيم الذاتي لدى لاعبي كرة القدم تحت (19) سنة في محافظة ذي قار

مرتضى عبد الباري جميل ، أ.د. عامر سعيد جاسم الخيكاني

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Phy607.murtdha.abad@student.uobabylon.edu.iq

تاريخ استلام البحث 2026/1/20 تاريخ نشر البحث 2026/3/28

الملخص

تُعد كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تتطلب تكاملاً بين الجوانب البدنية والمهارية والنفسية لتحقيق الأداء الأمثل. ويُعد التنظيم الذاتي من العوامل النفسية المهمة التي تسهم في ضبط سلوك اللاعبين وتوجيه أدائهم، مما ينعكس إيجاباً على مستوى أدائهم داخل الملعب لدى فئة تحت (19) سنة.

وتكمن أهمية هذه الدراسة في الكشف عن مستوى التنظيم الذاتي لدى لاعبي كرة القدم تحت (19) سنة في محافظة ذي قار.

وتكمن مشكلة البحث في أن القصور في التنظيم الذاتي يؤدي إلى ضعف التركيز وقلة الانسجام الجماعي والتأخر في اتخاذ القرارات الميدانية، الأمر الذي ينعكس سلباً على فاعلية الأداء الخططي للفريق. ومن هنا تبرز الحاجة إلى دراسة هذا الجانب بصورة علمية تسهم في تشخيص أسبابه ووضع الحلول المناسبة لتطوير قدرات اللاعبين الشباب لرفع مستواهم في المتغيرات النفسية المتمثلة في التنظيم الذاتي.

واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية والدراسات التنبؤية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث، وتحدد مجتمع البحث بلاعبي أندية محافظة ذي قار تحت (19) سنة بكرة القدم، للموسم الرياضي 2025-2026 والبالغ عددهم (165) لاعباً موزعين على (6) أندية رياضية. واستخدمت الحقيبة الإحصائية (spss) لغرض معالجة البيانات.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الذاتي، كرة القدم، تحت (19) سنة

1- المقدمة:

تُعَدُّ الرياضة إحدى الظواهر الإنسانية المهمة التي تسهم في تنمية الفرد والمجتمع من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية، إذ أصبحت ميداناً تربوياً وتنافسياً يهدف إلى إعداد الفرد إعداداً متكاملًا من خلال تطوير الجوانب البدنية والفنية والذهنية والانفعالية. وقد أولت المؤسسات الرياضية والأكاديمية اهتماماً متزايداً بتطوير الأداء الرياضي عبر البحث العلمي والتحليل المنهجي لمكونات العملية التدريبية، بما يتناسب مع متطلبات المنافسات الحديثة التي تتصف بالسرعة والدقة والتكامل بين الأداء البدني والخططي والنفسي. وفي ضوء ذلك، يبرز دور التنظيم الذاتي بوصفه أحد المتغيرات النفسية التي تساعد اللاعب على ضبط سلوكه وتوجيه انفعالاته نحو الأهداف المحددة، من خلال قدرته على التخطيط والمراقبة الذاتية وتقييم الأداء أثناء المنافسة. فكلما كان اللاعب أكثر تنظيمًا لذاته، كان أقدر على التحكم في مشاعره ومواقفه واتخاذ القرارات الصائبة التي تسهم في نجاح الأداء الجماعي للفريق، حيث أن التفاعل بين التحولات الهجومية والتنظيم الذاتي والسيطرة السلوكية المدركة يسهم في رفع مستوى الأداء الخططي والفعالية الخططية للاعبين، ويعكس مدى التكامل بين الجوانب النفسية والسلوكية والبدنية في تحقيق أفضل أداء ممكن. ومن هنا تأتي أهمية دراسة هذه العلاقة بوصفها إحدى ركائز التطوير في كرة القدم الحديثة، خصوصاً لدى لاعبي فئة تحت (19) سنة الذين يمثلون قاعدة البناء للمستقبل الرياضي، ويعول عليهم في تطوير الأداء المهاري والذهني والخططي للفريق. لذلك يعتبر التنظيم الذاتي من أهم العوامل النفسية التي تمكن اللاعب في كيفية السيطرة ومراقبة أدائه في المواقف التنافسية الصعبة وخصوصاً التي تتطلب تركيزاً عالياً.

وتتمثل مشكلة البحث في ضعف قدرة اللاعبين الشباب على تنفيذ التحولات الهجومية بفعالية، مما يؤثر سلباً على الأداء الجماعي. يرتبط هذا الضعف بقلّة التنظيم الذاتي، مثل التحكم في الانفعالات، وضبط النفس، والقدرة على اتخاذ القرارات السريعة. كما يُلاحظ غياب السيطرة السلوكية المدركة، مثل الوعي بالمسؤولية الجماعية، والقدرة على التكيف مع متغيرات المباراة. ويُعَدُّ هذا الضعف من المعوقات الأساسية التي تحدّ من مواكبة متطلبات كرة القدم الحديثة، والتي تقوم على السرعة في الانتقال من الحالة الدفاعية إلى الهجومية والدقة في استثمار الفرص. كما أن قصور التنظيم الذاتي والسيطرة السلوكية يؤدي إلى ضعف التركيز وقلّة الانسجام الجماعي والتأخر في اتخاذ القرارات الميدانية، الأمر الذي ينعكس سلباً على فاعلية الأداء الخططي للفريق. ومن هنا تبرز الحاجة إلى دراسة هذا الجانب بصورة علمية تسهم في تشخيص أسبابه ووضع الحلول المناسبة لتطوير قدرات اللاعبين الشباب في تنفيذ التحولات الهجومية بكفاءة أعلى.

1- ما هي درجة التنظيم الذاتي والسيطرة السلوكية المدركة لدى لاعبي كرة القدم تحت (19) سنة؟
 2- ماهي درجة العلاقة الارتباطية البسيطة بين التحولات الهجومية والتنظيم الذاتي والسيطرة السلوكية المدركة لدى لاعبي كرة القدم تحت (19) سنة؟
ويهدف البحث الى:

1- بناء مقياس التنظيم الذاتي وبناء مقياس السيطرة السلوكية المدركة للاعبين تحت (19) سنة بكرة القدم.

2- معرفة واقع التنظيم الذاتي للاعبين تحت (19) سنة بكرة القدم في محافظة ذي قار.

2- إجراءات البحث:

2-1 **منهج البحث:** استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية والدراسات التنبؤية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعيناته:

تكون مجتمع البحث الحالي من لاعبي كرة القدم تحت (19) سنة في محافظة ذي قار، حيث بلغ عددهم الكلي (165) لاعباً، للموسم الرياضي (2025-2026)، كما مبين في الجدول (1) الذي يبين توزيع مجتمع البحث وعيناته حسب الأندية وعدد اللاعبين في كل نادي.

الجدول (1) يبين توزيع مجتمع البحث وعيناته حسب الأندية وعدد اللاعبين في كل نادي

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين	العينة الاستطلاعية	عينة البناء	العينة الرئيسية	النسبة المئوية
1	الغراف	30	5	-	25	18.18%
2	الناصرية	30	5	-	25	18.18%
3	الفرات	26	5	21	-	15.76%
4	الفهود	26	-	26	-	15.76%
5	الاهوار	26	-	26	-	15.76%
6	ذي قار	27	-	27	-	16.36%
	المجموع	165	15	100	50	100%

- عينات البحث:

1- عينة التجربة الاستطلاعية: اشتملت العينة على (15) لاعباً لمقياس التنظيم الذاتي.

2- عينة البناء: اشتملت العينة على (100) لاعب لمقياس التنظيم الذاتي.

3- عينة التطبيق: اشتملت على (50) لاعباً لمقياس التنظيم الذاتي.

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

2-3-1 وسائل جمع البيانات:

- الملاحظة.

- المقابلات الشخصية.

- المراجع والمصادر العربية والاجنبية.

- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).

- فريق العمل المساعد.

- استبانة استطلاع آراء الخبراء والمختصين حول صلاحية المقاييس المستخدمة.

- المقاييس النفسية والسلوكية التي تقيس متغيرات البحث.

- استمارة جمع وتفرغ نتائج المقاييس الخاصة بالبحث.

2-3-2 الاجهزة والادوات المستخدمة:

- جهاز حاسوب شخصي (لاب توب) نوع (DELL) صيني المنشأ.

- حاسبة الكترونية نوع (CASIO) عدد (1).

- ساعات توقيت عدد (1).

- ساعة ايقاف الكترونية نوع (CASIO) عدد (1).

- أدوات مكتبية أوراق وأقلام عدد (100).

2-4 إجراءات البحث الميدانية (إجراءات تحديد المتغيرات):

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي، قام الباحثان بتحديد المتغيرات الرئيسية في البحث، وبناء أدوات قياس مناسبة لكل متغير بما ينسجم مع طبيعة البحث ومنهجه العلمي، إذ شملت متغيرات البحث متغير التنظيم الذاتي، وفيما يأتي استعراض للإجراءات التي قام بها الباحثان لكل متغير:

2-4-1 إجراءات بناء مقياس التنظيم الذاتي:

نظراً لأن أحد أهداف هذا البحث يتمثل في بناء مقياس لقياس مستوى التنظيم الذاتي لدى لاعبي كرة القدم تحت (19) سنة في محافظة ذي قار، ولعدم توفر أداة محلية تلائم طبيعة البحث وتستوفي المتطلبات العلمية اللازمة - بحسب اطلاع الباحثان - عمد الباحثان إلى تطوير هذا المقياس لتحقيق هدف الدراسة، وقد تجسدت تلك العملية عبر اتباع عدد من الخطوات الأساسية وهي:

2-4-1-1 تحديد الهدف من بناء مقياس التنظيم الذاتي:

يتمثل الهدف من بناء مقياس التنظيم الذاتي في قياس مستوى هذا المتغير لدى لاعبي أندية محافظة ذي قار تحت (19) سنة بكرة القدم، وذلك لتوفير أداة دقيقة يمكن من خلالها التعرف على درجة تمتعهم بمهارات التنظيم الذاتي.

2-4-1-2 تحديد الإطار النظري لبناء مقياس التنظيم الذاتي:

اعتمد الباحثان إطاراً نظرياً واضحاً يستند إليه في بناء مقياس التنظيم الذاتي، لما يمثله هذا الإطار من مرجعية أساسية تساعد في توجيه خطوات بناء المقياس وتحقيق أهدافه. وقد تم تحديد هذا الإطار اعتماداً على نظرية باري زيمرمان (Zimmerman) في التنظيم الذاتي، المستمدة من النظرية المعرفية الاجتماعية (Social Cognitive Theory) التي وضع أسسها العالم ألبرت باندورا. وتفترض هذه النظرية أن السلوك الإنساني ينتج من تفاعل متبادل بين العوامل الشخصية المعرفية والانفعالية والسلوك والبيئة، وهو ما يعرف بالتأثير التبادلي الثلاثي.

2-4-1-3 تحديد المجالات وصلاحياتها لمقياس التنظيم الذاتي:

يُعد التخطيط المسبق خطوة جوهرية في عملية بناء أي مقياس علمي، إذ تمثل مرحلة الإعداد الإطار المنهجي الذي يستند إليه الباحثان في تحديد مجالات المقياس، بما يضمن الوصول إلى أداة تتصف بالصدق والثبات. ولغرض تحليل السمة إلى مكوناتها الأساسية، بحيث يشكل كل مكون مجالاً محدداً يمكن اشتقاق الفقرات منه وإيجاد خصائصها، قام الباحثان بعد مراجعة الأدبيات والنظريات والدراسات ذات الصلة، وبالتفاهق مع السيد المشرف بتحديد ستة مجالات رئيسية للمقياس، وهي: التخطيط ووضع الأهداف، المراقبة الذاتية، التقييم الذاتي، التعزيز الذاتي، والتحكم الانفعالي، وضبط المثيرات الخارجية، وللتأكد من مدى صلاحية هذه المجالات في قياس السمة المستهدفة، عُرضت على مجموعة من الخبراء المتخصصين في علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي، والبالغ عددهم (15) خبيراً ومختصاً، وذلك من خلال استبانة أعدت لهذا الغرض، والجدول (2) يبين نتائج الاستبانة.

الجدول (2) يبين قيم (كا²) المحسوبة لاتفاق السادة الخبراء حول مجالات مقياس التنظيم الذاتي

ت	المجال	تصلح	لا تصلح	قيمة كا ²	الدلالة الإحصائية	الترشيح	
						نعم	لا
1	التخطيط ووضع الأهداف	13	2	8.6	معنوي	√	
2	المراقبة الذاتية	14	1	11.27	معنوي	√	
3	التقييم الذاتي	15	0	15.00	معنوي	√	
4	التعزيز الذاتي	10	5	1.67	غير معنوي		√
5	ضبط المثيرات الخارجية	9	6	0.60	غير معنوي		√
6	التحكم الانفعالي	13	2	8.6	معنوي	√	

قيمة (كا²) الجدولية (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) وتحت درجة حرية (1)

وقد استخدم الباحثان اختبار (كا²) لتحليل آراء الخبراء إحصائياً ومعرفة مدى اتفاقهم حول صلاحية مجالات المقياس، وبذلك تكون المجالات التي حصلت على موافقة السادة الخبراء لصلاحياتها في التعرف على التنظيم الذاتي وهي: (التخطيط ووضع الاهداف، المراقبة الذاتية، التقييم الذاتي، التحكم الانفعالي). وهي المجالات التي كانت فيها قيم (كا²) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (3.84) بدرجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) ولصالح الاجابة (تصلح) اذ اعتمد الباحثان موافقة (12) خبيراً فأكثر لصلاحية السمة، وهم يشكلون نسبة (80%) من مجموع الخبراء البالغ عددهم (15) خبيراً. في حين تم رفض مجالين وهما (التعزيز الذاتي وضبط المثيرات الخارجية) لأن قيمة (كا²) المحسوبة جاءت أقل من قيمتها الجدولية البالغة (3.84) وبدرجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) من قيمتها الجدولية.

2-4-1-4 إعداد الصيغة الاولية للمقياس:

2-4-1-4-2 جمع فقرات المقياس وإعداده:

بعد تحديد محاور مقياس التنظيم الذاتي، قام الباحثان بإعداد فقرات المقياس بالاعتماد على مجموعة من الدراسات والبحوث ذات الصلة، إضافةً إلى الإطار النظري والتعريفات التي تناولت مفاهيم مجالات التنظيم الذاتي. كما اطلع الباحثان على عدد من المقاييس القريبة في موضوعها من موضوع البحث، للتعرف على طبيعة المواقف التي تتضمنها، والأساليب التي تُصاغ بها الفقرات، حيث جمعت فقرات المقياس وإعدت بالاطلاع على العديد من المصادر العلمية والدراسات الخاصة بمقياس التنظيم الذاتي ومنها: مقياس (منتظر علي عبد الحسين بلال) و(مقياس (عمار عبد الامير الزويني) و(مقياس مروة عبد الإله مقبل)، وعن طريق استخدام طرائق عدة لجمع فقرات المقياس تمكن الباحثان من الحصول على (60) فقرة وبعد دراسة هذه الفقرات وتحليلها استبعدت الفقرات المتشابهة مع فقرات أخرى والفقرات غير الواضحة ليكون عدد الفقرات بعد ذلك (40) فقرة موزعة على المجالات الاربعة وقد استند الباحثان في صياغة الفقرات إلى الأسس العلمية المتعارف عليها، والمتمثلة في أن تحمل الفقرة معنى واحداً واضحاً وغير ملتبس، وألا تُصاغ بصيغة النفي، وأن تُكتب بلغة واضحة ومباشرة، وألا تكون مطولة، وأن تعبر عن المجال الذي تنتمي إليه، فضلاً عن ارتباطها بالمقياس بوصفه وحدة متكاملة، وفي ضوء تلك الأسس أعد الباحثان استبانة خاصة بمقياس التنظيم الذاتي، وتضمنت فقرات موزعة على المجالات الأربعة التي يشتمل عليها المقياس، بحيث تعبر كل فقرة عن المجال الذي وُضعت ضمنه استناداً إلى تعريفه النظري وبذلك اقترح الباحثان (40) فقرة توزعت على (4) مجالات، بواقع (10) فقرات لكل مجال، كما هو مبين في الجدول (3).

جدول (3) يبين مجالات مقياس التنظيم الذاتي وعدد فقرات كل مجال من مجالاته الأربعة

عدد الفقرات	المجالات	ت	مجموع الفقرات الكلي
10	التخطيط ووضع الاهداف	1	40
10	المراقبة الذاتية	2	
10	التقييم الذاتي	3	
10	التحكم الانفعالي	4	

2-4-1-4-2 تحديد أسلوب صياغة فقرات مقياس التنظيم الذاتي:

تم تحديد فقرات مقياس التنظيم الذاتي على شكل عبارات تقديرية. وقد روعي عند صياغة الفقرات المقياس عدد من الأسس، تمثلت بما يأتي: أن تحوي الفقرة فكرة واحدة، وأن تكون كل فقرة مستقلة عن غيرها، أن تكون لغة الفقرة بسيطة ومباشرة، وتتسم بالقصر والوضوح، تجنب استعمال أسلوب النفي أو نفي النفي في الفقرة، لما لذلك من أثر في إرباك المستجيب والتأثير في دقة إجابته. ويبين الجدول (4) توزيع أرقام الفقرات الإيجابية والسلبية لمقياس التنظيم الذاتي.

جدول (4) يبين الفقرات الإيجابية والسلبية لمقياس التنظيم الذاتي

المجال	الفقرات الإيجابية	الفقرات السلبية
التخطيط ووضع الاهداف	1،3،5،6،7،8،9،	2،4،
المراقبة الذاتية	11،12،13،15،16،17،18،19،	10،14،
التقييم الذاتي	21،22،23،24،26،27،28،30،	20،25،29،
التحكم الانفعالي	31،32،33،34،36،	35،
المجموع	28	8

2-4-1-4-3 بدائل الإجابة لمقياس التنظيم الذاتي:

تم اعتماد أسلوب (ليكرت) (Likert) المطور في صياغة بدائل إجابة مقياس التنظيم الذاتي، ويُعد استعمال طريقة (ليكرت) (Likert) من الطرائق الشائعة والمتبعة في بناء المقاييس النفسية، لكونها: لا تحتاج الى جهد كبير في حساب قيم الفقرات (العبارات)، تُبين بدقة درجة اتجاه الفرد نحو موضوع معين، لا تتطلب عند استخدامها عدداً كبيراً من الأحكام، توفر قياساً أكثر تجانساً، وتُعد سهلة البناء والتصحيح، يميل الثبات فيها الى أن يكون عالياً، لأنه يعود جزئياً الى المدى الكبير في الاستجابة المسموح بها للمستجيبين. وقد استعملت بدائل الإجابة عن فقرات المقياس بعد الاتفاق عليها من قبل السادة الخبراء والمختصين، وبلغت خمس بدائل لكل فقرة، والجدول (5) يبين ذلك.

جدول (5) يبين بدائل الإجابة ومفتاح التصحيح عن فقرات مقياس التنظيم الذاتي

بدائل الإجابة					الفقرات وقيمها
لا تتطبق علي أبداً	تتطبق علي قليلاً	تتطبق علي إلى حد ما	تتطبق علي غالباً	تتطبق علي دائماً	
1	2	3	4	5	الفقرات الإيجابية
5	4	3	2	1	الفقرات السلبية

2-4-1-4-5 تحديد صلاحية فقرات مقياس التنظيم الذاتي:

قبل التعرف على صلاحية فقرات المقياس، وأخذ الباحثان بالملاحظات التي أبدتها المقوم اللغوي عن فقرات المقياس وبذلك تكون الفقرات سليمة من الناحية اللغوية. وبعد إجراء التعديلات اللغوية وعرضت هذه الفقرات باستمرار استبيان لتحديد صلاحيتها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في العلوم التربوية والنفسية وعلم النفس الرياضي وعددهم (15) خبيراً، لغرض الحكم على صلاحيتها من حيث الصياغة وملاءمتها لقياس مجالات التنظيم الذاتي.

الجدول (6) يُبين آراء الخبراء والمتخصصين في صلاحية فقرات مقياس التنظيم الذاتي وقيمة (كا²)

الدلالة الاحصائية	قيمة (كا ²) المحسوبة	عدد الخبراء				عدد الفقرات	أرقام الفقرات	المجالات	ت
		النسبة المئوية	غير الموافقين	النسبة المئوية	موافقين				
معنوية	15	%0	0	%100	15	6	1,2,3,4, 8,10	التخطيط ووضع الاهداف	1
معنوية	11.27	%6.67	1	%93.33	14	2	5,7		
غير معنوية معن	0.06	%46.67	7	%53.33	8	1	6		
معنوية	8.7	%13.33	2	%86.67	13	1	9		
معنوية	15	%0	0	%100	15	5	20,18,15,12,11	المراقبة الذاتية	2
معنوية	11.27	%6.67	1	%93.33	14	5	19,17,16,14,13		
معنوية	15	%0	0	%100	15	3	23,22,21	التقييم الذاتي	3
معنوية	11.27	%6.67	1	%93.33	14	5	29,28,26,25, 30		
غير معنوية	0.6	%40	5	%60	9	2	24, 27		
معنوية	15	%0	0	%100	15	6	37,36,35,33,32, 40,	التحكم	

معنوية	11.27	%6.67	1	%93.33	14	2	38,34	الانفعالي	4
معنوية	8.7	%13.33	2	%86.67	13	1	31		
غير معنوية	0.60	%60	9	%40	6	1	39		

واستناداً على الجدول (6)، تم استبعاد (4) فقرات لعدم تحقق دلالتها الإحصائية، ليصبح العدد النهائي لفقرات مقياس التنظيم الذاتي (36) فقرة صالحة للتطبيق، شملت (32) فقرة إيجابية و(8) فقرة سلبية والجدول (6) يبين ذلك، وقد أخذ الباحثان بجميع الملاحظات التي أبدتها السادة الخبراء والمختصون.

2-4-1-6 إعداد تعليمات مقياس الإجابة عن فقرات مقياس التنظيم الذاتي:

تعد تعليمات الإجابة جزءاً مكماً للمقياس، إذ تهدف إلى توضيح الآلية التي ينبغي للمستجيب اتباعها عند إجابته عن الفقرات. وقد حرص الباحثان عند إعداد هذه التعليمات على صياغتها بصورة واضحة ودقيقة، بما يضمن سهولة فهمها وملاءمتها لطبيعة العينة المستهدفة. كما تم التأكيد على ضرورة أن تكون الإجابات صادقة ومعبرة عن السلوك الفعلي للاعب في المواقف التدريبية والتنافسية، مع ضمان السرية التامة للبيانات وعدم استخدامها إلا لأغراض البحث العلمي وجاءت التعليمات بصيغتها النهائية كالآتي:

1- قراءة كل عبارة (فقرة) بتركيز وتمعن لفهم محتواها ومقصدها قبل اختيار الإجابة المناسبة.

2- اختيار بديل واحد فقط لكل فقرة من فقرات المقياس.

3- في حال كان السلوك المشار إليه في الفقرة يحدث فعلاً أثناء الوحدات التدريبية أو المباريات، يرجى وضع علامة (√) في الخانة التي تمثل مستوى انطباق العبارة.

4- الإجابة على جميع فقرات المقياس إلزامية، ولا يجوز ترك أي فقرة دون إجابة.

5- يُستحسن عدم التوقف طويلاً عند كل فقرة، والاكتفاء باختيار الإجابة التي تعكس السلوك الواقعي للاعب بأقرب صورة.

6- يجب أن تكون إجابة اللاعب معبرة بدقة عن سلوكه الفعلي كما يظهر أثناء الوحدات التدريبية أو المباريات، وبشكل يعكس مستوى التنظيم الذاتي الذي يمارسه فعلياً، مع اختيار البديل الذي يمثل واقع أدائه الحقيقي دون مبالغة أو تقدير افتراضي.

2-4-1-7 التجربة الاستطلاعية لمقياس التنظيم الذاتي:

حرص الباحثان، من أجل بناء مقياس يتمتع بدرجة عالية من الجودة والدقة، على إجراء تجربة استطلاعية على عينة من لاعبي أندية محافظة ذي قار تحت (19) سنة بكرة القدم البالغ عددها (15) لاعباً وتمثلت في أندية (الغراف، الناصرية، الفرات) بواقع (5) لاعبين لكل نادي. وذلك يوم (الثلاثاء) الموافق (2025/12/2) ولغاية يوم (الخميس) الموافق (2025/12/5) في تمام الساعة (الثالثة عصراً) في ملاعب أندية محافظة ذي قار.

وهدفت التجربة الاستطلاعية الى التعرف على ما يأتي:

مدى وضوح تعليمات الإجابة على مقياس التنظيم الذاتي، مدى فهم اللاعبين لفقرات المقياس وملائمة بدائل الإجابة الخاصة به، التعرف على الصعوبات التي قد تواجه اللاعب اثناء عملية التطبيق، تحديد الوقت اللازم للإجابة على فقرات المقياس، التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد.

2-4-1-8 تطبيق مقياس التنظيم الذاتي على عينة البناء:

وقد طُبق المقياس على عينة البناء التي بلغ عدد أفرادها (100) لاعباً من لاعبي فئة الشباب تحت (19) سنة، مع التأكيد على ضرورة قراءة التعليمات وعبارات المقياس بدقة، والإجابة بموضوعية وصدق على جميع الفقرات. وتم تنفيذ إجراءات التطبيق خلال المدة الممتدة من يوم (الثلاثاء) الموافق (2025/12/23) ولغاية يوم (الاحد) الموافق (2025/1/25).

2-4-1-9 طريقة تصحيح مقياس التنظيم الذاتي:

بعد تطبيق مقياس التنظيم الذاتي وجمع استمارات الإجابة تم استخراج الدرجة الكلية للمقياس وباستعمال مفتاح التصحيح وفق بدائل الإجابة المعدة مسبقاً ، مفتاح التصحيح والاداة التي يكشف بها الفاحص عن الإجابات التي تدل عن وجود نتيجة والتي تقاس وقد استغرقت عملية تصحيح مقياس التنظيم الذاتي حوالي من (1-2) دقيقة لكل استمارة ولأجل استخراج الدرجات الكلية للمقياس ، تجمع الدرجات التي حصل عليها اللاعب في إجابته عن فقرات المقياس ال(36) فقرة لمقياس التنظيم الذاتي ، ومن هنا كانت أعلى درجة يمكن ان يحصل عليها اللاعب هي (180) وادنى درجة هي (36) ، ويكون احتساب الاوزان بالاتجاه الإيجابي والاتجاه السلبي، كما مبين في الجدول (7).

جدول (7) يبين اتجاه فقرات مقياس التنظيم الذاتي وأوزان بدائلها

اتجاه الفقرات	تتطبق علي دائماً	تتطبق علي غالباً	تتطبق علي الى حد ما	تتطبق لي قليلاً	لا تتطبق علي أبداً
الإيجابي	5	4	3	2	1
السلبي	1	2	3	4	5

وبهذا تكون نتائج المقياس كما يأتي:

المقياس	أعلى درجة	أدنى درجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
التنظيم الذاتي	145	60	105.350	19.117	105.5	-0.024

2-4-1-10 التحليل الإحصائي لمقياس التنظيم الذاتي:

اعتمد الباحثان على أسلوبين في تحليل فقرات مقياس التنظيم الذاتي هما القوة التمييزية (المجموعتان الطرفيتان) ومعامل الاتساق الداخلي.

أولاً: القدرة التمييزية (المجموعتان الطرفيتان): استخدم الباحثان أسلوب المجموعتين الطرفيتين للكشف عن القدرة التمييزية لفقرات التنظيم الذاتي، إذ يُعد هذا الأسلوب من الأساليب المناسبة لتمييز الفقرات. ومن خلال عينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (100) لابعاً، تحقق الباحثان من قدرة الفقرة على التمييز باتباع الخطوات التالية:

- ترتيب الدرجات: جرى ترتيب درجات المقياس ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

- تحديد النسب: تم تعيين نسبة (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا ونسبة (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا، وذلك لأن هذه النسبة تحقق مجموعتين بأقصى تمايز وحجم ممكنين، حيث بلغ عدد الاستمارات (27) استمارة لكل مجموعة، مع استبعاد نسبة (46%) الوسطى وعددها (46) استمارة.

ويشير (كيلي، Kelly) إلى ضرورة الاعتماد على نسبة (27%) في كل مجموعة من المجموعتين الطرفيتين عند تحليل مفردات الاختبار واستبعاد النسبة الوسطى (46%) ، كونها تعطي أقصى تمايز وأكبر حجم ممكن . كما يُفيد بأن هذه النسبة تُعتمد عندما تكون عينة البناء بحدود (100) فرد تقريباً، أما إذا قل العدد عن ذلك فيمكن اعتماد نسبة تصل إلى (33%)

وقد بلغت العينة في كل مجموعة (27) وتراوح مدى الدرجات للمجموعة العليا بين (120-145) درجة في حين تراوح مدى الدرجات للمجموعة الدنيا بين (60-92) درجة.

- الاحصاء التحليلي: تم حساب معامل تمييز كل فقرة من فقرات المقياس ال(36) عبر الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) باستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين، واعتبرت قيمة (sig) الدالة إحصائياً مؤشراً لتمييز الفقرات، والجدول (8) يُبين نتائج الاختبار لجميع الفقرات. الجدول (8) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة والدلالة الإحصائية لمقياس التنظيم الذاتي

الدالة	قيمة Sig	قيمة (t) المحسوبة	الحدود الدنيا 27%		الحدود العليا 27%		ت
			ع	س	ع	س	
مميزة	0.001	3.496	1.338	2.593	1.059	3.741	1
مميزة	0.000	4.115	1.095	2.259	1.279	3.593	2
مميزة	0.000	4.042	0.893	2.519	1.115	3.630	3
مميزة	0.001	3.389	1.047	2.593	1.271	3.667	4
مميزة	0.000	5.275	1.064	2.148	1.103	3.704	5
مميزة	0.019	2.426	1.224	2.963	1.130	3.741	6
مميزة	0.000	4.238	1.312	2.519	1.050	3.889	7
مميزة	0.000	4.572	1.182	2.370	1.199	3.852	8
مميزة	0.001	3.606	0.784	2.333	1.013	3.222	9
مميزة	0.039	2.121	0.892	2.444	1.368	3.111	10
مميزة	0.000	4.939	0.874	2.074	1.338	3.593	11

مميزة	0.002	3.227	0.997	2.074	1.340	3.111	12
غير مميزة	0.414	0.824	1.360	2.815	1.281	3.111	13
مميزة	0.002	3.182	0.974	2.222	1.311	3.222	14
مميزة	0.000	4.264	1.357	1.926	1.450	3.556	15
مميزة	0.000	4.989	1.086	1.556	1.403	3.259	16
مميزة	0.000	5.896	1.251	2.111	0.997	3.926	17
مميزة	0.000	4.517	1.360	2.185	1.163	3.741	18
مميزة	0.000	4.745	1.285	2.037	1.295	3.704	19
مميزة	0.000	5.549	0.934	1.778	1.251	3.444	20
مميزة	0.000	4.973	1.121	2.222	1.068	3.704	21
مميزة	0.000	4.750	0.980	2.037	1.188	3.444	22
مميزة	0.000	6.167	0.764	1.741	1.252	3.481	23
مميزة	0.000	4.318	1.111	2.185	1.279	3.593	24
مميزة	0.006	2.889	1.013	2.444	1.059	3.259	25
مميزة	0.001	3.675	1.072	2.074	1.219	3.222	26
مميزة	0.000	6.700	1.091	2.037	0.934	3.889	27
مميزة	0.000	4.984	0.962	1.815	1.305	3.370	28
مميزة	0.000	5.171	1.174	1.926	1.087	3.519	29
مميزة	0.000	4.069	1.387	2.333	1.068	3.704	30
مميزة	0.000	4.609	1.281	2.444	1.072	3.926	31
مميزة	0.007	2.824	1.240	2.667	1.359	3.667	32
مميزة	0.001	3.378	1.086	2.556	1.245	3.630	33

مميزة	0.008	2.770	1.430	2.741	1.103	3.704	34
غير مميزة	0.115	1.605	1.281	2.222	1.586	2.852	35
مميزة	0.000	4.481	1.014	1.519	1.387	3.000	36

يتبين لنا من الجدول (9) ان اغلب الفقرات لمقياس التنظيم الذاتي والبالغ عددها (34) فقرة ظهرت مميزة لأن قيمة (sig) كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05)، ما عدا فقرتان (13،35) ظهرتتا غير مميزات لأن قيمة (sig) كانت أعلى من مستوى الدلالة (0.05)، وبذلك الإبقاء على (34) فقرة جاهزة للتحليل الاحصائي بطريقة الاتساق الداخلي.

ثانياً: معامل الاتساق الداخلي:

أ- علاقة الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس: أستخدم معامل ارتباط (بيرسون) من أجل إيجاد هذا المؤشر والتحقق من الدلالة المعنوية للارتباط بين درجات كل فقرة والدرجات الكلية للمقياس، وذلك لعينة بلغت (100) لاعب، والجدول (9) يُبين ذلك.

الجدول (9) يُبين معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس التنظيم الذاتي

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	قيمة Sig	الدلالة الإحصائية	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	قيمة Sig	الدلالة الإحصائية
1	.327	0.001	معنوي	19	.433	0.000	معنوي
2	.428	0.000	معنوي	20	.457	0.000	معنوي
3	.416	0.000	معنوي	21	.428	0.000	معنوي
4	.379	0.000	معنوي	22	.414	0.000	معنوي
5	.514	0.000	معنوي	23	.528	0.000	معنوي
6	.317	0.001	معنوي	24	.427	0.000	معنوي
7	.380	0.000	معنوي	25	.321	0.001	معنوي
8	.443	0.000	معنوي	26	.420	0.000	معنوي
9	.407	0.000	معنوي	27	.543	0.000	معنوي
10	.289	0.004	معنوي	28	.469	0.000	معنوي
11	.502	0.000	معنوي	29	.498	0.000	معنوي
12	.365	0.000	معنوي	30	.411	0.000	معنوي
13	استبعدت بالقدرة التمييزية			31	.412	0.000	معنوي
14	.315	0.001	معنوي	32	.348	0.000	معنوي
15	.496	0.000	معنوي	33	.300	0.002	معنوي
16	.533	0.000	معنوي	34	.322	0.001	معنوي
17	.552	0.000	معنوي	35	استبعدت بالقدرة التمييزية		
18	.486	0.000	معنوي	36	.477	0.000	معنوي

يتبين لنا من الجدول (9) معنوية الارتباطات بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية لمقياس التنظيم الذاتي، وذلك لأن قيمة (sig) لجميع الفقرات هي أقل من مستوى الدلالة (0.05) عند درجة حرية (99). وبذلك تم الإبقاء على (34) فقرة جاهزة للتحليل الإحصائي بطريقة اتساق الفقرة بالمجال.

ب- علاقة ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الكلية: يعتبر هذا الأسلوب أحد الطرائق المستخدمة في حساب الاتساق الداخلي، حيث يتركز على استخراج معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تتبع له، وذلك من خلال احتساب معامل ارتباط بيرسون بين الفقرة والدرجة الكلية لذلك المجال، كما مبين في الجدول (10).

الجدول (10) يبين معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لكل مجال من مقياس التنظيم الذاتي

المجال	رقم الفقرة	قيمة الارتباط	قيمة Sig	الدلالة الإحصائية
التخطيط ووضع الأهداف	1	.546	0.000	معنوي
	2	.444	0.000	معنوي
	3	.507	0.000	معنوي
	4	.551	0.000	معنوي
	5	.634	0.000	معنوي
	6	.559	0.000	معنوي
	7	.596	0.000	معنوي
	8	.561	0.000	معنوي
	9	.349	0.000	معنوي
المراقبة الذاتية	10	.520	0.000	معنوي
	11	.646	0.000	معنوي
	12	.534	0.000	معنوي
	13	استبعدت بالقدرة التمييزية		

معنوي	0.000	.486	14	
معنوي	0.000	.610	15	
معنوي	0.000	.587	16	
معنوي	0.000	.577	17	
معنوي	0.000	.511	18	
معنوي	0.000	.482	19	
معنوي	0.000	.586	20	التقييم الذاتي
معنوي	0.000	.519	21	
معنوي	0.000	.572	22	
معنوي	0.000	.663	23	
معنوي	0.000	.567	24	
معنوي	0.000	.400	25	
معنوي	0.000	.537	26	
معنوي	0.000	.614	27	
معنوي	0.000	.587	28	التحكم الانفعالي
معنوي	0.000	.572	29	
معنوي	0.000	.573	30	
معنوي	0.000	.493	31	
معنوي	0.000	.509	32	
معنوي	0.000	.566	33	
معنوي	0.000	.514	34	
استبعدت بالقدرة التمييزية			35	
معنوي	0.000	.562	36	

يتبين لنا من الجدول (10) معنوية الارتباطات بين درجة الفقرة ودرجة المجال الكلية لمقياس التنظيم الذاتي، وذلك لأن قيمة (sig) لجميع الفقرات هي أقل من مستوى الدلالة (0.05) وعند درجة حرية (99)، وبذلك تم الإبقاء على (34) فقرة جاهزة للتطبيق على العينة الرئيسية.

2-4-2 الخصائص السيكومترية لمقياس التنظيم الذاتي:

أولاً: صدق المقياس: اعتمد الباحثان على نوعين من الصدق للتأكد من صدق مقياس التنظيم الذاتي وهما:

أ- صدق المحتوى (صدق الخبراء): قام الباحثان بالتحقق من هذا النوع من الصدق عبر عرض مقياس التنظيم الذاتي بكافة عناصره، التي شملت المجالات والفقرات والبدائل والتعليمات، على نخبة من الخبراء والمختصين في ميادين علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي. كما تضمن هذا الإجراء عقد لقاءات مع السادة الخبراء، لغرض إقرار مدى صلاحية كل فقرة من فقرات مجالات المقياس الذي تم ترشيحه للاستعمال.

ب- الصدق البنائي (صدق التكوين الفرضي): وقد تحقق هذا الصدق في مقياس التنظيم الذاتي من خلال الإجراءات الإحصائية التالية لتحليل الفقرات: القوة التمييزية: تم استخراج معاملات التمييز بأسلوب المجموعتين الطرفيتين، واعتماده كمعيار لاستبقاء الفقرات التي تتمتع بتمييز عالٍ وجيد ومقبول. الاتساق الداخلي: جرى التحقق منه من خلال إيجاد مصفوفة العلاقات الآتية: ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، ارتباط درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه.

ثانياً: ثبات المقياس: ومن أجل التحقق من ثبات المقياس استخدم الباحثان ما يأتي:

أولاً: طريقة التجزئة النصفية: تُعد طريقة التجزئة النصفية من أكثر الطرائق استخداماً في حساب معامل الثبات، لما تمتاز به من شيوع وكفاءة في الدراسات التربوية والنفسية. إذ تعتمد هذه الطريقة على تطبيق المقياس مرة واحدة فقط على عينة البحث، ثم تقسيم فقراته إلى قسمين متكافئين، ومن ثم حساب معامل الارتباط بين درجات القسمين، وتستخدم هذه الطريقة عندما تكون فقرات المقياس متجانسة وتقيس سمة أو خاصية واحدة، وبذلك فإنها تعكس درجة الاتساق الداخلي بين الفقرات، ولغرض التحقق من ثبات المقياس بهذه الطريقة، طُبقت على عينة البناء البالغة (100) لاعب، حيث قام الباحثان بتقسيم فقرات المقياس إلى فقرات فردية وأخرى زوجية، إذ بلغ الوسط الحسابي للفقرات الفردية (50.040) بانحراف معياري قدره (9.693) وتباين مقداره (93.958)، في حين بلغ الوسط الحسابي للفقرات الزوجية (49.700) بانحراف معياري مقداره (9.956) وتباين بلغ (99.121).

وبعد حساب تباين الفقرات الفردية والزوجية، تم إخضاعها لاختبار (F) للتأكد من تجانس النصفين، حيث تمت مقارنة القيمة المحسوبة البالغة (1.055) بالقيمة الجدولية البالغة (1.394) عند درجتي حرية (99-99) ومستوى دلالة (0.05)، وقد أظهرت النتائج عدم دلالتها إحصائياً، مما يشير إلى تجانس تباين النصفين. وبعد ذلك، تم حساب معامل ثبات نصف المقياس من خلال إيجاد معامل ارتباط بيرسون بين درجات الأفراد في قسمي المقياس، إذ بلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (0.806)، ثم صُحح هذا المعامل باستخدام معادلة سبيرمان - براون، ليلبغ معامل الثبات الكلي للمقياس (0.893)، وهو ما يُعد معامل ثبات عالٍ.

ثانياً: معادلة ألفا كرونباخ: وقد تم استخراج معامل الثبات من خلال تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على أفراد عينة البناء البالغة (100) لاعب، حيث أظهرت النتائج أن قيم معامل الثبات لمقياس التنظيم الذاتي جاءت مرتفعة، مما يدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات، كما هو مبين في الجدول (11).

جدول (11) يبين معامل الثبات لمقياس التنظيم الذاتي بطريقة معادلة الفاكرونباخ

ت	المقياس	معادلة الفاكرونباخ	نوع الدلالة
1	التنظيم الذاتي	0.861	معنوي

2-5 التجربة الرئيسية:

بعد أن أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق النهائي على عينة البحث، قام الباحثان بتوزيع استمارات مقياس التنظيم الذاتي على عينة البحث الرئيسية عن طريق تواجد اللاعبين في الملاعب المخصصة للتدريبات، والتي بلغت (50) لاعباً للمدة من 2026/2/3 ولغاية 2026/3/13 من قبل الباحثان وبمساعدة فريق العمل المساعد، وجمعت النتائج باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) من أجل إجراء العمليات الإحصائية وتحقيق أهداف البحث.

2-6 الوسائل الإحصائية: أن معظم الوسائل الإحصائية التي استخدمت في البحث الحالي حسبت بواسطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وهي:

- الاختبار التائي T-Test لعينتين مستقلتين لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس التنظيم الذاتي.

- معامل ارتباط بيرسون Person Correlation Coefficient.

- معادلة ألفا-كرونباخ للاتساق الداخلي.

- مربع كأي (كا²).

- النسبة المئوية.

- الوسط الحسابي.

- الوسيط.

- الانحراف المعياري.

- معامل الالتواء.

- اختبار (F) للتجانس.

- معامل ارتباط (سبيرمان - براون).

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفروق بين الأوساط الحسابية والفرضية لمتغير التنظيم الذاتي:

3-1-1 عرض وتحليل نتائج الفروق بين الأوساط الحسابية والفرضية لمتغير التنظيم الذاتي:

الجدول (12) يبين الأوساط الحسابية والفرضية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) المحسوبة لمتغير (التنظيم الذاتي)

المتغيرات	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	T المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
التنظيم الذاتي	50	137.920	7.312	102	34.737	0.000	معنوي

يُظهر الجدول (12) نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث البالغة (50) لاعباً في متغير التنظيم الذاتي ومقارنتها بالأوساط الفرضية.

ففي متغير التنظيم الذاتي، بلغت قيمة الوسط الحسابي (137.920) وبانحراف معياري قدره (7.312) وعند مقارنته بالوسط الفرضي البالغ (102)، تبين أن قيمة (t) المحسوبة قد بلغت (34.737). وبما أن مستوى الدلالة (0.000) هو أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (0.05)، فهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية (معنوية) ولصالح الوسط الحسابي، مما يؤكد تمتع أفراد العينة بمستوى عالٍ من التنظيم الذاتي.

3-1-2 مناقشة نتائج الفروق بين الأوساط الحسابية والفرضية لمتغير التنظيم الذاتي:

تبين من خلال الجدول أعلاه أن هنالك فروق ذات دلالة معنوية ولصالح الوسط الحسابي في متغير التنظيم الذاتي، حيث بلغت قيمة (t) المحسوبة (37.737) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.000). ويعزو الباحثان هذه النتيجة الإيجابية إلى أن لاعبي كرة القدم في هذه المرحلة العمرية (تحت 19 سنة) قد وصلوا إلى مستوى متقدم من الوعي بمتطلبات الأداء، مما منحهم القدرة على تخطيط ووضع الاهداف المناسبة وكذلك قدرتهم على مراقبة سلوكهم الحركي والذهني بشكل ذاتي بما يخدم الواجبات الخطئية. أن طبيعة التدريب الحديث لم تعد تقتصر على الجانب البدني فحسب بل ركزت على جعل اللاعب " مدرباً لنفسه" داخل الملعب، يمتلك القدرة على توزيع جهده والحفاظ على تركيزه العالي طوال زمن المباراة. وهو ما يفسر تفوق الوسط الحسابي للعينة على الوسط الفرضي بشكل ملموس ويشير ذلك إلى تمتع لاعبي كرة القدم تحت 19 سنة بمستوى جيد من التنظيم الذاتي.

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1الاستنتاجات:

- 1-أن مقياس التنظيم الذاتي الذي قام الباحثان ببنائه تمكن من قياس التنظيم الذاتي للاعبين الشباب (تحت 19) سنة بكرة القدم في محافظة ذي قار.
- 2-تمتع لاعبو شباب تحت (19) بكرة القدم في محافظة ذي قار بالتنظيم الذاتي.
- 3-للتنظيم الذاتي دور فعال في التحولات الهجومية للاعبين الشباب تحت (19) سنة بكرة القدم لما له من أثر وعلاقة ارتباط معنوية.
- 4-يعد متغير التنظيم الذاتي المتغير الأكثر تأثيراً في التحولات الهجومية لدى لاعبي كرة القدم تحت (19) سنة.

4-2التوصيات:

- 1-ضرورة اهتمام مدربي كرة القدم بتنمية التنظيم الذاتي لدى لاعبي الشباب تحت (19) سنة لما له من دور مهم في تحسين الأداء الخططي ولا سيما التحولات الهجومية.
- 2-التأكيد على إدخال برامج إعداد نفسي ضمن الوحدات التدريبية تسهم في تطوير مهارات التنظيم الذاتي لدى لاعبي كرة القدم.
- 3-إمكانية اعتماد مقياس التنظيم الذاتي والذي قام الباحثان ببنائه في تقييم الجوانب النفسية للاعبين كرة القدم الشباب.
- 4-إجراء دراسات تربط متغيرات نفسية أخرى مثل الدافعية أو الثقة بالنفس بالأداء الخططي في كرة القدم.

المصادر

- أبو علام، رجاء محمود: مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، القاهرة، دار النشر للجامعات، 2013.
- عامر حسين علي عمران: بناء برنامج تدريبي للمشرفين الاختصاص في التربية الرياضية في ضوء متطلبات إدارة الجودة الشاملة، أطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2013.
- عامر سعيد الخيكاني وإيمن هاني الجبوري: الاستخدامات العملية للاختبارات والمقاييس النفسية الرياضية، النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة، 2016.
- عمار عبد الامير الزويني: الازدهار النفسي وعلاقته بالتنظيم الذاتي لدى تدريسي الجامعة، رسالة ماجستير، جامعة كربلاء، كلية التربية للعلوم الانسانية، قسم العلوم التربوية والنفسية، 2018.
- عودة، أحمد سلمان، وملكاوي، فتحي حسن: أساليب البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية، ط2، أربد، مكتبة الكناني، 1992.
- محمد جاسم الياسري: الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية، ط2، النجف الاشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2010.
- محمد شيا: مناهج التفكير وقواعد البحث، ط2، بيروت، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، 2008.
- مروة عبد الإله مقبل: التنظيم الذاتي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلبة الماجستير في برنامج الإرشاد النفسي والتربوي في الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير، جامعة الخليل، كلية الدراسات العليا، 2019.
- منتظر علي عبد الحسين بلال: التنظيم الذاتي وعلاقته ببعض مهارات التدريس وفق متغيري الجنس والخبرة لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في محافظة بابل، رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2021.
- Bandura, A: Social Foundation of thought and action : A social Cognitive theory , (Englewood cliffs, NJ: prentice – Hall, 1976)
- Zimmerman, B.J. (2000). Attaining self – regulation : A social cognitive perspective. In M.Boekaerts, P.R.Pintrich, & M.Zeidner (Eds.), Handbook of self –regulation (pp.13–39). Academic Press.