



التردد النفسي وعلاقته بدقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز بالكرة الطائرة لدى لاعبي منتخب تربية القادسية للمرحلة الإعدادية

The Psychological Hesitancy and its Relationship to the Accuracy of Performing the Jump Serve Skill in Volleyball among the Al-Qadisiyah Education Team Players for the secondary school level.

م.م. حاكم عنون حنش السعيد
hakim.anoun74@gmail.com
المديرية العامة لتربية القادسية

الملخص

يهدف البحث إلى التعرف على مستوى التردد النفسي لدى لاعبي كرة الطائرة، وبيان طبيعة العلاقة بين التردد النفسي ودقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز لدى لاعبي كرة الطائرة لمنتخب تربية القادسية المشاركين في بطولة تربية العراق للمرحلة الإعدادية. ويعتبر التردد النفسي من الظواهر النفسية الأساسية والمهمة في المجال الرياضي، حيث يتمثل في حالة التذبذب وعدم الحسم في اتخاذ القرار الحركي المناسب، مما يؤثر سلباً في انسيابية الأداء ودقته، ولا سيما في المهارات التي تتطلب سرعة وثقة عاليتين مثل الإرسال الساحق في كرة الطائرة من القفز. استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقة الارتباطية لملاءمة طبيعة المشكلة والغرض أو الهدف من الدراسة. وتم تطبيق مقياس التردد النفسي، واختبار دقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز في كرة الطائرة على عينة من لاعبي كرة الطائرة، ونفذت الإجراءات الميدانية داخل القاعة الرياضية المغلقة الخاصة بالتدريب، ثم جُمعت البيانات وعولجت باستخدام البرنامج الإحصائي المناسب. أظهرت النتائج الإحصائية وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين دقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز والتردد النفسي، إذ ارتبط ارتفاع مستوى التردد النفسي بانخفاض مستوى الدقة في الأداء المهاري في الإرسال الساحق. يستنتج من خلال البحث أن التردد النفسي يؤثر بشكل واضح في دقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز لدى لاعبي كرة الطائرة في المرحلة الإعدادية، وأن خفض مستوى التردد النفسي يساهم في تحسين الأداء المهاري لدى اللاعبين. لذلك يعتبر التردد النفسي من المتغيرات المهمة في المجال الرياضي لما له من تأثير مباشر في مستوى الأداء المهاري للاعبين. وتبرز أهمية التردد النفسي في كونه مؤشراً نفسياً يمكن للمدربين الاعتماد عليه لتشخيص حالات اللاعبين. ووضع البرامج التي تساهم في تنمية الثقة، وتحسين القدرة على اتخاذ القرار المناسب، بما يدعم التكامل بين الأعداد البدنية والمهارية والنفسية للوصول إلى أفضل مستوى في الأداء لدى اللاعبين.

الكلمات المفتاحية: التردد النفسي، الدقة الحركية، الأداء المهاري، الإرسال الساحق، كرة الطائرة، لاعبو المدارس الإعدادية

ABSTRACT

This research seeks to identify the level of psychological hesitancy among volleyball players and to clarify the nature of the relationship between psychological hesitancy and the accuracy of performing the jump serve skill among the Al-Qadisiyah Education Team players participating in the Iraqi Education Championship for the secondary school level. Psychological hesitancy is considered one of the fundamental and important psychological phenomena in the sports field, as it is represented by a state of fluctuation and indecisiveness in making the appropriate motor decision, which negatively affects the smoothness and accuracy of performance, especially in skills that require high speed and confidence, such as the jump serve in volleyball. The researcher used the descriptive method with a correlational approach to suit the nature of the problem and the purpose or objective of the study. The psychological hesitancy scale was applied, and the accuracy of performing the jump serve skill in volleyball was tested on a sample of volleyball players. The field procedures were carried out inside the indoor sports hall designated for training, and then the data were collected and processed using the appropriate statistical program. Statistical results showed a significant inverse correlation between the accuracy of the jump serve and psychological frequency. Higher psychological frequency was associated with lower accuracy in the jump serve. The research concludes that psychological frequency significantly affects the accuracy of the jump serve among middle school volleyball players, and that lowering psychological frequency contributes to improved skill performance. Therefore, psychological frequency is considered an important variable in sports due to its direct impact on players' skill performance. The importance of psychological frequency lies in its role as a psychological indicator that coaches can rely on to diagnose players' conditions and develop programs that foster confidence and improve decision-making abilities. This supports the integration of physical, technical, and psychological preparation to achieve optimal performance.

Keywords: Psychological frequency, motor accuracy, skill performance, jump serve, volleyball, secondary school level players

2- مقدمة واهمية البحث:

يعد التقدم العلمي والأسلوب البحثي من مميزات عصرنا الحالي والاعتماد على الأسس العلمية أصبح الآن طريقه الحياة العامة وذلك لإيمان المجتمع الإنساني بضرورة ذلك ليساهم في تقدم البشرية في كافة جوانب الحياة الإنسانية.

لذلك تُعتبر لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الجماعية الأساسية التي تعتمد على التفاعل المتكامل بين الجوانب النفسية والمهارية والبدنية، إذ إن كفاءة الأداء المهاري لا تتحقق بالاعتماد على القدرات البدنية فقط، بل تتأثر بصورة واضحة بالحالة النفسية للاعبين أثناء التدريب والمنافسة. وتُعد مهارة الإرسال

الساحق من القفز لكرة الطائرة من المهارات الهجومية المؤثرة في سير اللعب وحسم نتائج المباريات، لما تتطلبه هذه اللعبة من دقة عالية وقدرة على اتخاذ القرار السريع والصائب، وهو ما يجعلها عرضة للتأثر بالعوامل النفسية المختلفة، ولا سيما لدى لاعبي كرة الطائرة في المرحلة الإعدادية. أشارت الدراسات العراقية الكثيرة في مجال علم النفس الرياضي إلى أن التردد النفسي يُعتبر من الظواهر الشائعة لدى فئة الناشئين والشباب، إذ يرتبط بضعف الثقة بالنفس والقلق والتردد والخوف من الخطأ أثناء الأداء. فقد أوضح (الزبيدي وآخرون، 2021) في دراسة الإعداد النفسي وأثره في تطوير مهارة الإرسال لدى لاعبي كرة الطائرة إلى أن الاهتمام بالجوانب النفسية المختلفة يساهم في تحسين دقة الإرسال الساحق. كما توصل (عامر الخيكاني وآخرون، 2015) في دراسة المقاييس النفسية وأثرها في الأداء المهاري للاعبين لكرة الطائرة إلى أن الاستقرار النفسي يعد عاملاً أساسياً في تحسين مهارات الإرسال.

وبين (ياسين، 2008) أن التردد النفسي وعلاقته بالمهارات الأساسية في الكرة الطائرة أن اللاعبين ذوي المستويات المنخفضة من التردد النفسي يحققون أداءً مهارياً أكثر دقة وثباتاً. ويشير (علاوي، 2012) إلى أن العوامل النفسية مثل ضعف الثقة بالنفس والتردد والقلق تؤثر تأثيراً مباشراً في دقة الأداء المهاري، وأن اللاعب الذي لا يمتلك الاستقرار النفسي يعاني من اضطراب واضحة في التركيز والتوافق العصبي-العضلي، مما يؤدي إلى انخفاض مستوى الإنجاز الرياضي. كما يؤكد أن تنمية الخبرة التنافسية والثقة بالنفس تساهم في تحسين الأداء المهاري وتقليل التردد. وانطلاقاً من هذه الدراسات، يعرف التردد النفسي في هذا البحث بأنه حالة من التذبذب الذهني المصاحبة للأداء المهاري للاعبين، في حين تعرف دقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز بأنها قدرة اللاعب على توجيه الكرة بدقة تامة نحو مناطق محددة في ملعب الخصم وفق متطلبات الأداء المهاري الصحيح. إما انعكس في تطور الفرق الرياضية ولعلم النفس الرياضي دوراً مؤثراً في مستوى الفرق وبذلك أصبح يأخذ اهتماماً كبيراً من المسؤولين والمدرّبين. (شاتي وآخرون، 2001)

وهنا تتضح أهمية الجانب النفسي في المجال الرياضي، ولا سيما لدى لاعبي المرحلة الإعدادية الذين هم في مرحلة عمرية حساسة جداً تأثر فيها القدرات النفسية والانفعالية بشكل واضح في مستوى الأداء المهاري. إذ أصبح الإعداد النفسي جزءاً لا يتجزأ من عملية التدريب الحديثة. وتكمن أهمية البحث كذلك في تسليط الضوء على التردد النفسي لدى اللاعبين بوصفه أحد العوامل النفسية المؤثرة في دقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز، وهي من أهم المهارات الهجومية في لعبة كرة الطائرة، لما لها من تأثير مباشر وأساسي في كسب النقاط.

وتزداد أهمية البحث كونه يتناول لاعبي منتخب تربية القادسية للمرحلة الإعدادية، مما يوفر مؤشرات علمية دقيقة عن واقع الإعداد النفسي والمهاري لهذه الفئة من اللاعبين.

كما تكتسب هذه الدراسة أهميتها من الناحية العلمية وكذلك التطبيقية، إذ يمكن لنتائجها الدقيقة أن تساعد المدرّبين ومدرسي التربية الرياضية على وضع برامج وخطط تدريبية ونفسية مناسبة هدفها خفض مستوى التردد النفسي والقلق وتنمية الثقة لدى اللاعبين بما ينعكس إيجاباً على دقة الأداء المهاري. (الطالب، ولويس، 1993)

3-مشكله البحث:

على الرغم من أهمية الإرسال الساحق من القفز في كرة الطائرة كمهارة هجومية رئيسية، لاحظ الباحث صعوبة تواجه لاعبو كرة الطائرة في المدارس الإعدادية في تنفيذ مهارة الإرسال الساحق من القفز بدقة عالية (الاتقان) خلال المباريات التنافسية. وتشير الملاحظات العلمية والعملية إلى حالة التردد النفسي (بين المبادرة والتراجع) التي تعترى اللاعبين، لذا يسعى الباحث لتحديد العلاقة الارتباطية بين

التردد النفسي ودقة الإرسال الساق والتي من خلالها يتضح سبب المشكلة في انخفاض دقة الأداء المهاري.

4- أهداف البحث:

- يهدف البحث إلى معرفة العلاقة بين التردد النفسي ودقة أداء مهارة الإرسال الساق من القفز في الكرة الطائرة، لدى لاعبي منتخب تربية القادسية للمرحلة الإعدادية.
- معرفة التردد النفسي ودقة أداء مهارة الإرسال الساق من القفز في الكرة الطائرة.

5- فروض البحث:

- يفترض الباحث وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين التردد النفسي ودقة أداء مهارة الإرسال الساق من القفز في الكرة الطائرة.

6- مجالات البحث:

- 1-6- المجال البشري/ لاعبو كرة الطائرة لمنتخب تربية القادسية للمرحلة الإعدادية للعام 2025-2026
- 2-6- المجال الزماني/ 2025-2026
- 3-6- المجال المكاني/ قاعه النشاط الرياضي والكشفي_ المديرية العامة لتربية القادسية.

7- تحديد المصطلحات:

التردد النفسي: هو حالة عدم القدرة على اتخاذ القرار السريع، مما يعيق تركيز الانتباه ويزيد من الضغوط النفسية والقلق، لذا يعتبر عائقا معرفيا وسلوكيا يؤثر سلبا على الأداء الرياضي، (عسكر، 2019).

الدقة في أداء المهارة: وهي القدرة البدنية الخاصة التي تتطلب تركيز الانتباه، سرعة الاستجابة الحركية، واليقظة الذهنية. لذا تحتاج تكرار الحركات بشكل دقيق وتوجيه الكرات في الأماكن المحددة، لان الإرسال الساق من المهارات الهجومية التي تتطلب دقة عالية لتوجيه الكرة الى أماكن صعبة في ملعب المنافس. (مجيد، 2001)

8- الطريقة والإجراءات:

1-8- منهج البحث:

أعتمد الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وذلك لملاءمة طبيعة مشكله البحث. وأهدافه، إذ يهدف هذا المنهج الى دراسة العلاقة بين التردد النفسي ودقة الاداء لمهارة الإرسال الساق من القفز لدى لاعبي كرة الطائرة في المرحلة الإعدادية، من خلال وصف الظاهرة كما هي في الواقع والكشف بدقة لطبيعة العلاقة بين متغيرات البحث دون التدخل في تغييرها او التحكم بها.

ويُعد المنهج الوصفي الارتباطي من المناهج العلمية الملائمة لدراسة الظواهر المهارية والنفسية في المجال الرياضي، بما يوفره من إمكانية تحليل العلاقات بين المتغيرات والقياس لدرجة وقوة الارتباط بينها باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لذلك، وبما يخدم التفسير لنتائج والوصول إلى استنتاجات علمية دقيقة وواقعية.

2-8- عينة البحث:

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبين منتخب تربية القادسية المرحلة الاعدادية بالكره الطائرة للموسم 2025-2026 ممن تتراوح أعمارهم بين (16-18) اذ يعد هذا العمر من المراحل المهمة في التطور البدني والمهارى والنفسي للاعب، حيث الامكانية والقدرة على التعلم الحركي والقابلية على اتخاذ القرار، كما وضوح في الفروق الفردية من حيث الجوانب الادائية والنفسية. لذلك تم اختيار هذه الفئة العمرية لملاءمتها طبيعة البحث المتمثلة بالتردد النفسي ودقة أداء مهارة الارسال الساحق من القفز. بلغ العدد الكلي لمجتمع البحث (18) لاعبا، وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية وذلك لتمثيل خصائصهم التدريبية. وبلغت العينة الاصلية (10) لاعبين، في حين تم استبعاد (8) لاعبين، لأغراض التجربة الاستطلاعية او لعدم انتظامهم في الوحدات التدريبية وتم استبعاد عدد من اللاعبين من قبل الباحث وهم لاعبو مركز اللاعب الحر (الليبرو). وبذلك مثلت العينة المختارة نسبة مقدارها (55.5%) تقريبا من المجتمع الكلي للبحث، وهي نسبة مناسبة لتحقيق التمثيل الواقعي لمجتمع العينة الكلي واجراء المعالجات الإحصائية اللازمة، وهؤلاء اللاعبين يتمتعون بخبرة تدريبية مناسبة في لعبة كرة الطائرة، إذ يخضعون لبرنامج تدريبي منتظم بإشراف مدربي المنتخب التابعين لمديرية تربية القادسية. ولغرض تحقيق التجانس بين أفراد عينة البحث، أجرى الباحث قياسات أولية شملت العمر، الطول، الوزن، وبعض الاختبارات البدنية والمهارية الخاصة بكرة الطائرة، وقد أظهرت نتائج القياسات وجود درجة مقبولة من التجانس بين مجتمع العينة، مما يجعلهم صالحين لتطبيق إجراءات البحث وتحقيق أهدافه.

3-8 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

1-3-8 وسائل جمع المعلومات

المصادر والمراجع العربية والاجنبية، شبكة المعلومات الدولية، المقاييس والاختبارات، الملاحظة والتجريب، المقابلة الشخصية، الاستبانة، فريق العمل المساعد، الوسائل الاحصائية.

2-3-8 الأدوات والأجهزة المستخدمة:

ملعب كره طائرة قانوني، جهاز حاسوب (Lenovo)، كرات طائرة قانونية عدد (10)، شريط قياس، شريط لاصق ملون بعرض (5سم)، صارفه، حاسبه، أقلام.

4-8 الاختبارات والمقاييس المستخدمة في البحث:

1-4-8 اختبار التردد النفسي:

اعتمد الباحث مقياس التردد النفسي وفق تصور (محمد صبحي حسانين) المستخدم في علم النفس الرياضي بوصفه أداة رئيسة لقياس مستوى التردد النفسي لدى لاعبي كرة الطائرة في المدارس الإعدادية والثانوية، إذ يهدف المقياس إلى التعرف على درجة التردد التي يعاني منها اللاعب أثناء أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز في المواقف التدريبية والمنافسات. ويتكوّن المقياس من (25 فقرة) التي تغطي الجوانب النفسية المرتبطة بالتردد، مثل: (ضعف الثقة بالنفس، الخوف من الفشل، التردد في اتخاذ القرار، القلق والتوتر النفسي، انخفاض الدافعية).

وتُعرض فقرات مقياس التردد النفسي بصيغة عبارات، واللاعب يقوم بالإجابة عنها وفق مقياس ليكرت الخماسي (دائما، غالبا، احيانا، نادرا، ابدا)، وتُعطى الدرجة كما يأتي دائما (5) درجات، غالبا (4) درجات، أحيانا (3) درجات، نادرا (2) درجة، ابدا (1) درجة. اعلى درجة للمقياس (125) درجة واقل درجة للمقياس (25) درجة. بما يعكس مستوى التردد النفسي، وتشير الدرجة المرتفعة الى ارتفاع مستوى التردد النفسي بينما تدل الدرجة المنخفضة بانخفاضه. (الخيواني، والجبوري، 2019)

وقد تم التأكد من صدق وثبات المقياس من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في لعبة كرة الطائرة وعلم النفس الرياضي، واستخدام طريقة إعادة الاختبار (Test-Retest) حيث طبق المقياس على العينة الاستطلاعية للتأكد من وضوح الفقرات وملاءمتها لعينة البحث.

2-4-8 اختبار دقة الضرب الارسل الساق:

تم تحديد ثلاثة اختبارات لدقة أداء مهارة الضرب الارسل الساق من القفز وعرضها على الخبراء وتم اختيار اختبار واحد من مجموعته الاختبارات. يهدف هذا الاختبار الى معرفة مدى دقة لاعبي منتخب تربية القادسية في أداء مهارة الارسل الساق من القفز وذلك لأهمية الكبيرة لهذه المهارة في حسم النقاط خلال المباراة ولارتباطها المباشر بالحالة النفسية للاعب.

• الغرض من الاختبار:

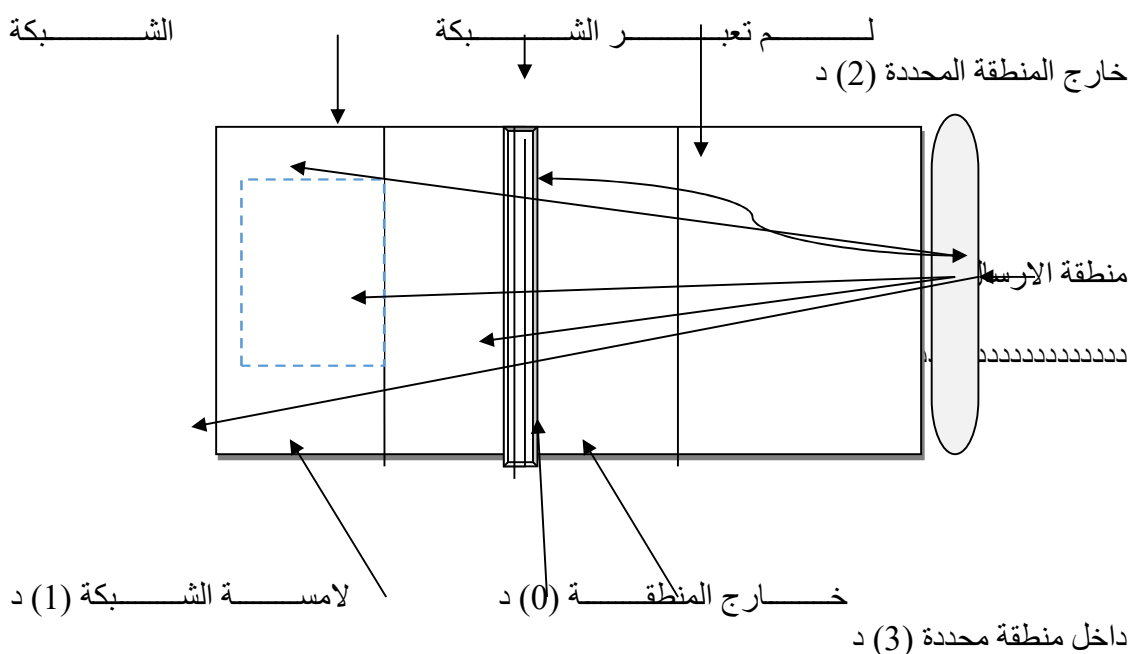
يهدف الاختبار إلى قياس مستوى دقة أداء مهارة الإرسال الساق من القفز من منطقة الإرسال لدى لاعبي كرة الطائرة لفريق منتخب تربية القادسية المرحلة الإعدادية.

• الأدوات المستخدمة:

ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية، شريط لاصق أو طباشير لتحديد مناطق الهدف، شريط قياس، استمارات تسجيل النتائج، أوراق وأقلام، صافرة، حاسبة.

• وصف الاختبار:

يُقسَّم نصف ملعب الخصم إلى مناطق مستهدفة (مربعات أو مستطيلات) توضع في الزوايا والأماكن الخلفية من الملعب، ويقف اللاعب في منتصف خط نهاية الملعب الخاص بفريقه (منطقة الإرسال) ويطلب من اللاعب تنفيذ الإرسال الساق من خلف خط النهاية والذي يبعد عن الشبكة (9م) موجهًا الكرة باتجاه المناطق المحددة للأرسال.



• طريقة الأداء:

يقف اللاعب خلف خط الإرسال القانوني، يؤدي اللاعب الإرسال الساحق من القفز وفق الأسلوب الصحيح، يُمنح كل لاعب (3) محاولات متتالية، تُحتسب فقط الكرات التي تعبر الشبكة وتسقط داخل ملعب الخصم.

• شروط التسجيل (الدرجات)

(3) درجات إذا سقطت الكرة داخل المنطقة المستهدفة.

(2) درجتان إذا سقطت الكرة داخل ملعب الخصم وخارج المنطقة المستهدفة.

(1) درجة إذا لامست الكرة الشبكة وعبرت إلى ملعب الخصم.

(صفر) درجة إذا خرجت الكرة خارج الملعب أو لم تعبر الشبكة.

❖ الدرجة العظمى للاختبار = 9 درجة.

• شروط الاختبار:

توحيد مكان الإرسال لجميع اللاعبين، استخدام نفس نوع الكرة، إجراء الاختبار في ظروف متشابهة، إعطاء محاولة تجريبية واحدة قبل بدء الاختبار.

• صدق وثبات الاختبار

تم التأكد من صدق الاختبار بعرضه على مجموعة من الخبراء المختصين في كرة الطائرة. لأن الصدق من الخصائص المهمة للاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية فصدق الاختبار يعني درجة الصحة التي يقاس بها ما يراد قياسه من خصائص نفسية (راتب، 2010)، اذ يحب على الباحث ان يحصل درجة اتقان بنسبة (75%)، فأكثر من تقديرات الخبراء (الصميدعي وآخرون، 2010)، كذلك لغرض إيجاد معامل ثبات المقياس و الاختبارات المهارية اعتمد الباحث على طريقة إعادة الاختبار لأن المقياس الصادق يعد ثابتاً، بينما لا يكون المقياس الثابت صادقا، والمقياس او الاختبار الثابت هو الاختبار الذي له درجة عالية من الدقة، والاتقان (سليم، 2009).

8-6-1 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة البحث وهم من اللاعبين المستبعدين من لاعبي منتخب تربية القادسية المرحلة الاعدادية وعددهم (5)، لاعبين وتم إجراء التجربة يوم الثلاثاء 18\12\2025 بعد تحديد الأدوات المستخدمة وتهيئة فريق العمل المساعد وتوضيح وشرح الاختبار على افراد العينة، وكان الهدف من اجراء العينة. لغرض معرفة وملاءمة الأدوات والاجهزة المطلوبة وصلاحيته والزمن المستغرق لإجراء التجربة الرئيسية، وتدريب الكادر المساعد لضمان كفاءته ودقة النتائج، وعدم وجود معوقات فنية او تنظيميه والتأكد من صلاحية الاختبار وإيجاد الأسس العلمية للمقياس والاختبارات.

8-6-2 التجربة الرئيسية:

قام الباحث بإجراء التجربة الرئيسية على عينة البحث في يوم الاربعاء 22\12\2025 في القاعة المغلقة للقسم النشاط الرياضي والكشفي لتربية القادسية تمام الساعة العاشرة صباحا حيث بدأت التجربة بتوزيع استمارة مقياس التردد النفسي وقام الباحث بشرح تعليمات المقياس بشكل واضح ودقيق وبين للعينة كيفية الإجابة على الفقرات بكل صدق وموضوعية. وبعد الانتهاء من تطبيق المقياس. تم إجراء اختبار دقة أداء مهارة الضرب الساحق من القفز. حيث تم تهيئة الملعب وتحديد مناطق الدقة في الملعب داخل ملعب الخصم وفق النظام المعتمد ومنح كل لاعب

عدد متساوي من المحاولات، وتم تسجيل نتائج التجربة بدقة في الاستمارات الخاصة بالتجربة من قبل الباحث والفريق المساعد. وفي ضوء البيانات التي جمعت أصبحت النتائج جاهزة لأجراء المعالجات الإحصائية اللازمة.

8- 7 – 3 الوسائل الإحصائية:

استُخدمت الحقيبة الإحصائية (SPSS – Version 26) لمعالجة معلومات وبيانات البحث ولاستخراج النتائج، إذ تم من خلاله حساب قيم: الوسط الحسابي والانحراف المعياري، ومعامل ارتباط بيرسون، كذلك استخدام اختبار (T-Test)، مع اعتماد مستوى الدلالة الإحصائي ($Sig \leq 0.05$)، في تفسير النتائج، واستخدم الباحث درجة الحرية لتحديد القيمة الجدولية.

8- 8 عرض ومناقشة النتائج:

الجدول الأول (1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي للتردد النفسي ودقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز لدى عينة البحث.

المتغيرات	وحدات القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي
التردد النفسي	درجة	41,40	2,21	37,50
دقة أداء الإرسال الساحق	درجة	6,10	0,74	

نلاحظ في الجدول (1) ان قيمة الوسط الحسابي للتردد النفسي بلغت (41,40) وبلغ الانحراف المعياري (2,21)، وبالتالي قيمة الوسط الفرضي اقل من قيمة الوسط الحسابي حيث بلغت (37,50)، لدى عينة البحث وهذا يدل على امتلاك اللاعبين تردد نفسي عالي، وان قيمة الوسط الحسابي لدقة أداء مهارة الإرسال الساحق قد بلغت (6,10)، وانحراف معياري بلغ (0,74)، وهذا يدل ان اغلب المدربين قليلي الاهتمام بأهمية الاعداد النفسية للاعبين والتركيز على عملية تصحيح الأخطاء، او انهم لا يملكون المعرفة الكافية في كيفية ادخال الجوانب النفسية ضمن الوحدات التدريبية، وبالتالي عدم إمكانية اللاعب في توظيف الجانب النفسي لصالح الأداء المهاري والبدني والخططي وابقاء التركيز فقط على الجانب المهاري والبدني خلال الوحدات التدريبية، مما ينعكس سلباً على اللاعب والتردد عند مواجهة أي مثير وهذا ينعكس على أداء اللاعب حيث ظهور ضعف واضح في دقة أداء الإرسال الساحق من القفز، لذلك يجب الاهتمام بالجانب النفسي كما الاهتمام ببقية الجوانب (البدنية، المهارية، الفنية) لان الجانب النفسي جزء لا يتجزأ من عملية تعليم وتدريب الرياضيين واعدادهم لخوض المنافسات الرياضية. (علاوي، ورضوان، 1992).

جدول رقم (2)

يبين الجدول رقم (2) الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط المحتسبة.

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة دلالة	الفروض الجدولية
الدقة	8	1.9	- 0.97	0,63	معنوي
التردد النفسي	162.6	27.1			

*قيمة معامل الارتباط الجدولية هي 0.63 عند درجة حرية 8 ومستوى دلالة 0.05

يتبين من الجدول رقم (2) وجود علاقة ارتباط معنوية (عكسية) قوية بين التردد النفسي ودقة أداء مهارة الارسل الساق من القفز. حيث بلغت قيمة الارتباط (ر) المحتسبة (-0,97) وهي أكبر من قيمة الجدولة التي بلغت (0,63) عنده درجة حرية (8) ومستوى دلالة (0,05)، وبلغ الوسط الحسابي لدقة أداء مهارة الارسل الساق من المنطقة الخلفية (8) وانحراف معياري قيمته (1.9) أما بالنسبة لاختبار التردد النفسي فبلغت قيمة الوسط الحسابي (162,6) وانحراف معياري (27,1) وهذا يشير إلى إيجابية العلاقة بين المتغيرين التردد النفسي ودقة أداء مهارة الارسل الساق من القفز كذلك بين عكسيتهما. أي كلما كان هناك ارتفاع في درجات التردد النفسي صاحبه انخفاض في درجات دقة أداء مهارة الارسل الساق من القفز، وذلك لتأثير التردد النفسي على دقة أداء المهارة لأنه يتطلب من اللاعب الثبات والتدريب على معالجة التردد النفسي في المواقف المختلفة التي يمكن ان يتعرض لها اللاعب أثناء التدريب أو المنافسة أو المواقف الحياتية المختلفة التي يظهر تأثيرها على داخل الملعب وعدم الشعور بالثقة بالنفس واتخاذ القرارات الحاسمة ويجعل اللاعب غير واثق من نفسه من أداء مهارة الارسل الساق من القفز، فيولد لدى اللاعب نوع من الخوف والارتباك عند الأداء للمهارة فلا يستطيع اتخاذ قراراته الحاسمة كون التردد النفسي "صفة من الصفات النفسية المهمة التي تلعب دوراً أساسياً وفعالاً بالتحكم والسيطرة على الأداء الرياضي، والذي يؤثر على الإنجاز، والتردد النفسي لا يصاحب اللاعب في جميع الأوقات وإنما يظهر مع مواقف مختلفة الصعوبة، والتي تتطلب الحسم أو الجزم في تحديد القرار بالأداء المطلوب أو تركه". (جواد، 2008، ص109)،

وبذلك تأكد النتائج أن اللاعبين الذين يمتلكون مستويات منخفضة من التردد النفسي هم الذين يتمتعون بقدرة أفضل على الانتباه والتركيز والتحكم الانفعالي أثناء أداء مهارة الارسل، مما يساعد في تحسين دقة توجيه الكرة وقوة الضرب واستثمار الفرص الهجومية بصورة أفضل. ويعزى (الزبيدي وآخرون، 2019) ذلك إلى أن الاستقرار النفسي يعطي اللاعب حرية الحركة وسرعة التصرف دون تشتت ذهني أو خوف من الفشل، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع العديد من الأدبيات في علم النفس الرياضي التي أكدت أن المتغيرات النفسية، ومنها التردد والقلق وضعف الثقة، تُعد من العوامل المحددة لمستوى الإنجاز المهاري، ولا تقل أهمية عن الجوانب البدنية والمهارية. فالإرسل الساق من القفز لا يعتمد فقط على القوة أو المهارة الفنية، بل يحتاج إلى قرار حاسم وتنفيذ واثق في لحظة زمنية قصيرة، مما يجعل اللاعب المتردد أقل قدرة على الأداء الدقيق تحت ظروف المنافسة. كذلك يمكن تفسير العلاقة السلبية بين التردد النفسي والدقة أداء المهارة من خلال (الحوري، 2021) تأثير التردد في تشتيت الانتباه. فاللاعب المتردد ينشغل بتوقع الخطأ أو رد فعل المدرب والجمهور والزملاء، بدلاً من أن يركز على مسار الكرة ونقطة التوجيه، وبالتالي يؤدي إلى فقدان الإحساس

الحركي الدقيق، وبالتالي انخفاض نسبة النجاح في الإرسال الساحق من القفز. كذلك تبرز نتائج البحث أهمية إدخال الإعداد النفسي ضمن البرامج التدريبية للاعبين المدارس الإعدادية، وعدم الاكتفاء بالجوانب البدنية والمهارية فقط. فمرحلة الدراسة الإعدادية تُعد من المراحل الحساسة من حيث النمو النفسي والانفعالي، ويكون اللاعب فيها أكثر عرضة للخوف والتردد من التقييم، مما يتطلب اهتمام خاص بتنمية الثقة بالنفس، واتخاذ القرار والتدريب على التركيز وضبط الانفعالات. وعليه، (الطالب ولويس، 1995) يمكن القول إن التردد النفسي يمثل عاملاً مؤثراً في دقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز لدى لاعبي كرة الطائرة في المدارس الإعدادية، وإن التحكم فيه يسهم بشكل فاعل في رفع مستوى الأداء الفني والنتائج التنافسية. وتؤكد نتائج البحث أن التكامل بين الإعداد النفسي والمهاري يُعد أساساً مهماً لتطوير لاعبي كرة الطائرة في هذه المرحلة العمرية الحساسة، وتحقيق أفضل مستويات من الإنجاز الرياضي.

9-1- الاستنتاجات

- 1- أظهرت الدراسة وجود تردد نفسي عالي لدى عينة البحث يؤدي إلى انخفاض في دقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز. وهو ما يؤكد التأثير السلبي للعوامل النفسية في مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي هذه المرحلة.
- 2- أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباط عكسية بين التردد النفسي ودقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز لدى لاعبي كرة الطائرة في المدارس الإعدادية.
- 3- أكدت النتائج التي توصل إليها الباحث صحة الفرضية بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين دقة أداء مهارة الإرسال الساحق من القفز والتردد النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة لمنتخب تربية القادسية.
- 4- قلة الخبرة وعدم الثقة بالنفس قد أدت إلى زيادة التردد النفسي.

9-2- التوصيات

- 1 - يجب الاهتمام بالإعداد النفسي للاعبين كرة الطائرة في المدارس الإعدادية ومنها التردد النفسي لما له من أثر مباشر في تحسين دقة أداء المهارة وباعتباره جانباً مهماً من جوانب الإعداد العام.
- 2- توجيه المدرسين والمدرّبين إلى التركيز على الجوانب النفسية مثلما يتم التركيز على التدريب البدني والمهاري. وخاصة "المهارات الحاسمة ومنها الإرسال الساحق من القفز.
- 3- استخدام اختبارات نفسية مقننة لقياس مستوى التردد النفسي لدى اللاعبين بشكل دوري لغرض تشخيص حالات اللاعبين التي تحتاج إلى معالجة نفسية مبكرة.
- 4- التأكيد على الجوانب النفسية على رفع الروح المعنوية والحماس والمثابرة والتحدى لدى اللاعبين.
- 5- إجراء بحوث ودراسات مستقبلية مشابهة أو تتناول متغيرات نفسية أخرى مثل القلق والدافعية والتركيز وعلاقتها بدقة الأداء في كرة الطائرة.

المصادر العربية

1. الطالب، نزار، ولويس، كامل. (1993). علم النفس الرياضي. عمان: دار الحكمة للطباعة والنشر.
2. الطالب، نزار، ولويس، كامل. (1995). علم التدريب الرياضي. عمان: دار الكتاب للطباعة.
3. الزبيدي، أحمد عبد الودود، وآخرون. (2019). المتغيرات النفسية في المجال الرياضي (ط1). عمان: دار الأكاديميون للنشر والتوزيع.
4. الزبيدي، أحمد عبد الودود، وآخرون. (2021). علم النفس الرياضي. الرياض: مكتبة الرشيد.
5. الصميدعي، لؤي غانم، وآخرون. (2010). الإحصاء والاختبار في المجال الرياضي (ط1). أربيل.
6. الحوري، عكلة سلمان. (2021). مفاهيم حديثة في علم النفس الرياضي (سليبيات ومعالجات). عمان: دار الأكاديميون للنشر والتوزيع.
7. حسانين، محمد صبحي. (2004). القياس والتقويم في التربية الرياضية (ج2، ط4). القاهرة: دار الفكر العربي.
8. حسانين، محمد صبحي. (2015). القياس والتقويم في التربية الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
9. شاتي، صالح وآخرون. (2001). قياس وتقييم التردد النفسي لدى لاعبي الساحة والميدان، العدد، 14 مجلة البحوث والدراسات، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، البصرة.
10. سليم، محمود محمد. (2009). مبادئ التحليل الإحصائي، ط1. مكتبة المجتمع العربية.
11. عسكر، محمد السيد. (2019). المهارات النفسية في علم النفس الرياضي. القاهرة: دار ماستر للنشر والتوزيع.
12. علاوي، محمد حسن. (2012). علم النفس وتطبيقاته في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
13. علاوي، محمد حسن، ورضوان، محمد نصر الدين. (1992). الاختبارات النفسية والمهارية. القاهرة: دار الفكر العربي.
14. مجيد، مروان عبد المجيد. (2001). الموسوعة العلمية لكرة الطائرة (ط1). عمان: مؤسسة الوراق.
15. ياسين، رمضان. (2008). علم النفس الرياضي (ط1). عمان: دار أسامة للنشر.
16. الخيكاني، عامر، وآخرون. (2015). علم النفس الرياضي. بغداد: دار الضياء لطباعة والتصميم.
17. الخيكاني، عامر، والجبوري، أيمن. (2019). الموسوعة التطبيقية للمقاييس النفسية في الرياضة. القاهرة: دار الفكر العربي.
18. راتب، أسامة كامل. (2010). مبادئ التحليل الإحصائي (ط1). القاهرة: مكتبة التجمع الإحصائي.

المصادر الأجنبية:

- 1- Kuan, G., & Roy, J. (2001). Goal profiles, mental toughness and its influence on performance outcomes among wushu athletes. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6, 28-33.
- 2- Jones, G. & Hanton, S. (2001). Pre-competitive feeling states and directional anxiety interpretation. *Journal of Sports Sciences*, 19, 385-395.
- 3- Janelle, C. M. (2002). Anxiety arousal and visual attention: A mechanistic account of performance variability. *Journal of Sports Sciences*, 26, 237-251.
- 4- Bull, S., Shambrook, C., James, W., & Brooks, J. (2005). Towards an understanding of mental toughness in elite English cricketers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 209-227.
- 5- Kaori Araki, Joseph K. Mintah, Mick G. Mack, Sharon Huddleston, Laura Larson & Kiley Jacobs. (2006). Belief in Self-talk and Dynamic Balance Performance Athletic Insight, 8(3).

الملاحق: ملحق رقم (1) يبين مقياس التردد النفسي

عزيزي اللاعب/ الطالب

امامك مجموعة من العبارات التي تعكس مشاعرك وسلوكك اثناء الأداء الرياضي. اقرأ كل عبارة بعناية ثم حدد درجة انطباقها عليك وذلك باختيار أحد البدائل التالية (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، ابداً)، علماً انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة بل هي اجابات تقديرية خاصة بك، واجابتك بدقة وصدق حول الفقرات المذكورة يجعلنا على الطريق الصحيح لمساعدتك ومساعدة فريقك. مع التقدير

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	احياناً	نادراً	ابداً
1	اتردد قبل تنفيذ المهارة خوفاً من ارتكاب الخطأ.					
2	اتردد في اداء المهارات الصعبة اذا شعرت انها تسبب لي الإصابة.					
3	اتردد عند شعوري بعدم الثقة بقدرتي على الأداء الجيد للمهارة.					
4	اتردد عندما يراودني الشعور بالفشل امام الآخرين.					
5	اتردد عندما يرتفع نبضي او تتسارع دقات قلبي قبل الاستعداد لأداء.					
6	يقل ادائي عندما افكر بنتيجة بالمنافسة.					
7	اشعر بتوتر واضح قبل بداية المباراة.					
8	يؤثر القلق في دقة اداء المهارة.					
9	اشعر بالتردد او الحيرة عند اتخاذ قرار المناسب اثناء اللعب.					
10	اتردد عندما يطلب مني مواجهة لاعب او منافس قوي.					
11	اغير قراراي في اللحظة الأخيرة اثناء الأداء.					
12	بسبب عدم امتلاكي اعداداً نفسياً عالياً اشعر بالتوتر والتردد.					
13	تقل رغبتني بالأداء عند تكرار الأخطاء.					
14	اخشى نظرة المدرب او الزملاء عند وقوع الخطأ.					
15	افقد السيطرة على اعصابي اثناء المنافسة او المواقف الضاغطة .					
16	افكر في الانسحاب عند التعرض للضغط النفسي.					
17	يقل اندفاعي في المواقف الصعبة .					
18	افتقاري للحافز عند تكرار الاخطاء يجعلني اتردد.					
19	اعاني من شد عضلي بسبب القلق اثناء اللعب .					
20	استغرق وقتاً طويلاً قبل تنفيذ المهارة.					
21	اشعر بالحيرة اثناء اختيار الأسلوب المناسب للأداء.					
22	اتردد عندما اتوقع ان مستواي سوف لن يكون بالمستوى المطلوب					
23	افضل عدم المحاولة على ان لا افشل.					
24	اتأثر بدرجة كبيرة بأراء الآخرين في ادائي .					
25	يؤثر التردد النفسي في مستوى ادائي العام.					

الملحق (2)

استمارة تسجيل نتائج اختبار دقة مهارة الارسال الساحق من القفز

اسم الباحث: -----

اسم المدرسة/ الفريق: -----

التاريخ: -----

المكان: -----

اسم المساعد: -----

جدول (1): تسجيل نتائج جاهزة للإدخال في (spss)

رقم اللاعب	اسم اللاعب	محاولة (1) (3-0)	محاولة (2) (3-0)	محاولة (3) (3-0)	المجموع	الرمز 3/2/1/ 0	الملاحظات
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

جدول (2) نظام احتساب الدرجات

اسم اللاعب: -----

رقم اللاعب: -----

الدرجة العظمى للاختبار (9) درجات

حالة الارسال	الدرجة	محاولة (1)	محاولة (2)	محاولة (3)	المجموع (9-0)
داخل المنطقة المحددة	3				
داخل الملعب خارج المنطقة المحددة	2				
ملاسة الشبكة والعبور	1				
خارج الملعب او عدم العبور	0				

الدرجة النهائية: -----

توقيع المساعد: -----

توقيع الباحث: -----