

دراسة مقارنة لاستراتيجية التعامل مع الذات وعلاقتها بالضربة الارضية الامامية لدى طالبات المرحلة الثالثة

أ.م.د. ياس مجيد دهش

جامعة القادسية- كلية التربية للبنات yas.dahash@qu.edu.iq

المستخلص

تكمن المشكلة من خلال التساؤل الاتي: ما هي نسب مساهمة تحفيز الذات واتساق الذات من الضربة الارضية الامامية لدى طالبات مرحله ثالثة لقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته؟ وهدف البحث للتعرف على نسب مساهمة تحفيز الذات واتساق الذات من الضربة الارضية الامامية لدى طالبات المرحلة الثالثة. واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته للمشكلة وتكون المجتمع من طالبات مرحله ثالثة لكلية وقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته والبالغ عددهم (110) طالبة بواقع (20) طالبة في قسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته في كلية التربية للبنات و (90) طالبة في كلية تربيته بدنيه وعلوم رياضته واستنتج الباحث هناك علاقة ارتباط قوية وموجبة ما بين المتغير المستقل (تحفيز الذات) ومتغير الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحله ثالثة لكلية وقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته.

الكلمات المفتاحية: استراتيجيات التعامل مع الذات – الضربة الارضية الامامية.

A comparative study of the strategy of dealing with the self and its relationship to the front ground blow among third-stage students

P.Dr. Yas Majeed Dahash

Abstract

The problem lies through the following question: What are the percentages of self-motivation and self-consistency contribution from the front ground blow among students of the third stage of the Department of Physical Education and Sports Sciences? The aim of the research is to identify the proportions of self-motivation contribution and self-consistency from the front ground blow among third-stage students. The researcher used the descriptive approach to its suitability to the problem and the community consisted of students of the third stage of the College and Department of Physical Education and Sports Sciences, numbering (110) students by (20) students in the Department of Physical Education and Sports Sciences in the College of Education for Girls and (90) students in the College of Physical Education and Sports Sciences and the researcher concluded that there is a strong and positive correlation between the independent variable (self-motivation) and the frontal ground strike variable for students of the third stage of the College and Department of Physical Education and Sports Sciences.

Keywords: Self-dealing strategies – forehand ground.

التعريف بالبحث:

مقدمة البحث وأهميته:

يعد التداخل بين العلوم الرياضية المختلفة الطابع الذي يميز علم النفس الرياضي فكثير من العلوم الرياضية تتداخل فيما بينها من اجل اوصول الرياضي الى افضل واعلى المستويات الرياضية، وذلك نظرا الى المتطلبات الكثيرة والمتداخلة فيما بينها والتي يتصف بها اللاعبين، فهذه العلوم هي التي تساند بعضها البعض وبصورة منظمة لغرض تطوير الانجاز للرياضي.

وتطورت معظم العلوم الرياضية ومن بينها علم النفس الرياضي لما لهذا العلم من أهميته الكبيرة في دراسة سلوك الرياضي وخصوصا في المنافسات الرياضية وعندما يكون هنالك تقارب بالمستويات الرياضية فيكون هذا العلم هو الفاصل للحصول على البطولات.

وقد أصبحت التربية الرياضية في عالمنا ذات طبيعة علمية خالصة تعتمد على دراسات وبحوث واستغلال التداخل بين العلوم مستخدماً لمزيد من نظريات ومعلومات تهدف في نهاياتها لتطوير مستويات وإنجازات رياضية لمختلف الألعاب الرياضية. ومن أهم العوامل التي أدت إلى الارتقاء بالمستوي الرياضي هو ارتباط العلوم الأخرى ونظرياتها بأسس علم النفس الرياضي، إذا يتأثر مستوى الأداء البدني للاعب بالعوامل النفسية ويعتبر علم النفس الرياضي من العلوم الحديثة التي أسهمت بدور فعال الارتقاء بمستوي أداء اللاعبين المنافسات الرياضية وخاصة في السنوات الأخيرة.

وقد أشار بعض الباحثين إلى أهمية علم النفس الرياضي عندما لاحظوا أنه معظم إبطال علي مستوي دولي يتقارب ودرجة كبيرة من حيث المستوى بدنياً ومهارياً وخططياً وأنه هناك عامل هاماً يحدد نتيجة كفاحهم أثناء منافساتهم الرياضية سبيل الفوز وتحقيق الأرقام الا وهو "النفس" الذي له دوراً هاماً ويبني عليه تحقيق الانتصار والتفوق.

فقد اخذ أكثر الباحثين دراسة المتغيرات في مجال علم النفس الرياضي ومن بين هذه هي متغيرات تحفيز الذات وإتساق الذات، حيث تعني تحفيز الذات بأنها اثارة سلوك الشخص بهدف اشباع حاجات معينة، اما إتساق الذات فهي تعتبر حالة من التوازن والانسجام يتوصل اليها الشخص وخصوصاً عندما تكون مختلف مكونات ذاته معروفة.

وتعد لعبة التنس واحدة من الألعاب التي لها عنصر المنافسة في تحقيقها للأهداف، ولذلك اخذت المنافسة اهتماماً كبيراً من قبل الباحثة للارتقاء بمستوى الاداء الرياضي سواء كان ذلك على المستوى البدني او المهاري او الخططي او النفسي ولعبة التنس واحدة من الألعاب التي حظيت باهتمام الباحثين والقائمين على عمله التدريب حيث تناولها بالبحث والتطوير لهذه اللعبة الامر الذي ساهم في وصول المستويات فيها الى حد الابداع.

وقد عمل الكثير من الباحثين وفي أكثر الدراسات للتعرف على اهم العلاقات الارتباطية ما بين المتغيرات النفسية والصفات البدنية والاداء المهاري والانجاز الا ان هذه الدراسة قد عملت على ايجاد هذه العلاقات ما بين المتغيرات النفسية وايجاد نسب المساهمة في المتغير التابع وهو الضربة الارضية الامامية بلعبة التنس والذي تعتبر من المهارات الاساسية للعبة لم له من ميزة تختلف عن باقي مهارات التنس الاساسية وغير الاساسية باللعب الكرة عند ارتدادها بجهة الذراع المفضلة للاعب وبالتالي سيطرة اللاعب والتحكم في وضع الكرة في المكان المناسب وبدقة عالية مما يتيح له الحصول على النقاط.

ومن هنا برزت أهمية البحث من خلال دراسة استراتيجية التعامل مع الذات (تحفيز الذات و إتساق الذات) وايجاد نسب مساهمتهم في متغير الارسال بلعبة التنس وذلك للدور المهم في تطوير القابلية الرياضية بالاعتماد على اسس علم النفس الرياضي من اجل تحقيق تكامل لدى لاعبي التنس

1-2 مشكلة البحث: تتجلى مشكلة البحث من خلال الاجابة على التساؤلات الآتية:

ما هي نسب مساهمة تحفيز الذات واتساق الذات من الضربة الارضية الامامية لدى طالبات مرحله ثالثه لقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضيه؟

ما هي نسب مساهمة تحفيز الذات وإتساق الذات من الضربة الارضية الامامية لدى طالبات مرحله ثالثه لكلية تربيته بدنيه وعلوم رياضيه ؟

أهداف البحث: يهدف البحث الى التعرف على:

1. ما هي نسب مساهمة تحفيز الذات واتساق الذات من الضربة الارضية الامامية لدى طالبات مرحله ثالثه لقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضيه.

2. ما هي نسب مساهمة تحفيز الذات وإتساق الذات من الضربة الارضية الامامية لدى طالبات مرحله ثالثه لكلية تربيته بدنيه وعلوم رياضيه.

فروض البحث: يفترض الباحث الآتي:

هناك علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة احصائية بين تحفيز الذات والضربة الارضية الامامية لطالبات المرحلة الثالثة.

هناك علاقة ارتباط معنوية ذات دلالة احصائية بين إتساق الذات والضربة الارضية الامامية لطالبات المرحلة الثالثة.

مجالات البحث:
مجال البشري: طالبات مرحله ثالثه لقسم تربيه بدنيه و علوم رياضه في كلية تربيه بنات وكلية تربيه بدنيه و علوم رياضه.

مجال المكاني: القاعات الدراسية وملاعب التنس في كليتي التربية للبنات وتربيه بدنيه و علوم رياضه.

مجال الزماني: الفترة من 2023/4/15 الى 2024 / 6 / 15 .

منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بإسلوب المسح لملائمته للمشكلة.

مجتمع البحث وعينته:

حدد الباحث مجتمع البحث والذي تمثل في طالبات مرحله ثالثه في قسم تربيه بدنيه و علوم رياضه في كلية التربية للبنات البالغ عددهم (20) طالبة وطالبات مرحلة ثالثة في كلية تربيه بدنيه و علوم رياضه

والبالغ عددهم (90) طالبة ويمثلون نسبة (100%) من المجتمع الاصلي للبحث

الوسائل والأجهزة والادوات المستخدمة: (المصادر والمراجع ، القياس ، استبانة استطلاع آراء الخبراء لبيان صلاحية مقاييس (تحفيز الذات وإتساق الذات)، أقلام ، فريق عمل ، استمارات المقاييس، حاسبة).

إجراءات البحث الميدانية :

تحديد مقاييس المتغيرات النفسية (تحفيز الذات وإتساق الذات).

عمل الباحث على عرض مقياس تحفيز الذات للباحث "جعفر صادق 2017" ومقياس إتساق الذات للباحثة "وسن ماجد 2010" على الخبراء والمختصين(*) في أختصاص علم النفس الرياضي والتنس

للابدأ بأراءهم من أجل التعرف على صلاحية المقياس لطالبات مرحله ثالثه وبعد أطلاع الخبراء على المقاييس تبين ان فقرها صالحة جميعا اي انه الصيغة الاولى لمقاييس هي نفس الصيغة النهائية.

التجربة الاستطلاعية :

عمد الباحث لاجراء تجربته الاستطلاعية يوم الاحد المصادف 2024/4/ 21 الساعة العاشرة صباحاً على(4) طالبات من مرحله ثالثه لقسم تربيه بدنيه و علوم رياضه تم تطبيق المقاييس النفسية (تحفيز الذات

والطلاقة النفسية) وكذلك اختبار هوايت للضربة الارضية الامامية بالتنس وان هذا الاختبار هو صالح لطلبة الجامعات لذلك لا يحتاج تطبيق الاسس العلمية.

مستوى السهولة والصعوبة للاختبارات :

عمل الباحث لاستخراج معامل الالتواء اذ يمكن " ان تكون الاختبارات المستخدمة مناسبة للعينه من حيث درجة الصعوبة والسهولة عندما يكون التوزيع متماثلاً بمعنى أن تكون قيمته صفرية "(1) ، أن معامل

الالتواء للاختبار لن تتجاوز ($1 \pm$) وقد بلغ في جدول (1) بنسبة (0,541) مما يعني الحصول على اختبار يتمتع بمستوى صعوبة مناسب لأفراد مجتمع البحث.

القدرة التمييزية للاختبارات :

عمل الباحث لترتيب درجاته خام التي حصل عليها تنازلياً خلال اجراء التجربة الرئيسية لأفراد مجتمع البحث والبالغ عددهم (110) طالبة، وتم تقسيم درجات مجتمع البحث الى مجموعتين عليا ودنيا حيث

بلغت كل مجموعة (55) درجة للاختبار، حتى يمكن بواسطتها الحصول على معاملات التمييز، ثم تم استخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة بين المجموعتين العليا والدنيا والجدول ادناه:

جدول (1) يبين القدرة التمييزية ومعامل الالتواء للاختبار هوايت للضربة الارضية الامامية:

ت	الاختبارات	مج عليا		مج دنيا		(ت) المحسوبة	معامل الالتواء	الدالة الإحصائية
		س	ع±	س	ع±			
1	هوايت للضربة الارضية الامامية	11,76	0,448	9,41	0,899	11,711	0,541	معنوي

بلغت قيمة (ت) الجدولية 2,000 عند مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 108

10-3 التجربة الرئيسية :

(*) ينظر ملحق (1).

(1) وديع ياسين وحسن محمد : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب، 1999، ص166

بعد أن تم أكمل متطلبات البحث في اعتماد مقاييس بصورتها نهائية ومعرفة صلاحيتها لمجتمع البحث وأجراء التجربة الاستطلاعية تم تطبيق التجربة الرئيسية على (110) طالبة يمثلن (20) طالبة مرحلة ثالثة في قسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته و90 طالبة مرحلة ثالثة في كلية تربيته بدنيه وعلوم رياضته) وقد استغرقت التجربة الرئيسية عشرة ايام حيث بدأت في يوم الاحد المصادف 2024/4/28 وانتهت في يوم الثلاثاء المصادف 2024/5/7 في تمام الساعة العاشرة صباحاً في القاعات الدراسية وملاعب التنس في كليتي تربيته بدنيه وعلوم رياضته والتربية للبنات في جامعة القادسية والجدول ادناه يبين ذلك:

جدول (2) يبين تطبيق التجربة الرئيسية

ت	الكلية / القسم	عدد الطالبات	التطبيق	يوم التطبيق	تاريخ التطبيق
1	طالبات قسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته	20	مقياسي تحفيز الذات واتساق الذات	الاحد	2024/4/28
2	طالبات كلية تربيته بدنيه وعلوم رياضته	90	مقياسي تحفيز الذات واتساق الذات	الاثنين	2024/4/29
3	طالبات قسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته	20	اختبار هوايت للضربة الارضية الامامية	الاربعاء	2024/5/1
4	طالبات كلية تربيته بدنيه وعلوم رياضته	45	اختبار هوايت للضربة الارضية الامامية	الاحد	2024/5/5
		45		الثلاثاء	2024/5/7

الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) لمعالجة البيانات. عرض وتحليل ومناقشة نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وحجم المجتمع للمتغيرات ((تحفيز الذات واتساق الذات) واختبار هوايت للضربة الارضية الامامية:

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات المبحوثة وحجم المجتمع المبحوث

ت	المتغيرات	الكلية / القسم	حجم المجتمع	الوسط	الانحراف
1	تحفيز الذات	طالبات مرحلة ثالثة	20	113	11,335
2	إتساق الذات	لقسم تربيته بدنيه		70,647	7,33
3	اختبار هوايت للضربة الارضية الامامية	وعلوم رياضته		14,705	2,953
4	تحفيز الذات	طالبات مرحلة ثالثة	90	104,705	11,92
5	إتساق الذات	لكلية تربيته بدنيه		80	10,988
6	اختبار هوايت للضربة الارضية الامامية	وعلوم رياضته		17,47	3,374

يتبين الجدول (3) قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وحجم المجتمع المبحوث للمتغيرات النفسية (تحفيز الذات واتساق الذات) والضربة الارضية الامامية بالتنس والتي من خلالها يمكن الوصول إلى وصف لما عليه حقيقة مجتمع البحث (طالبات المرحلة الثالثة).

أيجاد علاقة الارتباط بين المتغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات) مع الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحلة ثالثة لقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته لمجتمع بناء الانموذج:

جدول (4) يبين مصفوفة الارتباط بين المتغيرات (تحفيز الذات وإتساق الذات) والضربة الارضية الامامية

المتغيرات	الضربة الارضية الامامية	تحفيز الذات	إتساق الذات
الضربة الارضية الامامية	1	0,857	0,754
الدلالة	000,0	0,000	0,000
تحفيز الذات	0,857	1	0,674
الدلالة	000,0	0,000	0,000
إتساق الذات	0,754	0,674	1
الدلالة	000,0	0,000	0,000

يبين الجدول (4) أن قيم معامل الارتباط بين الضربة الارضية الامامية والمتغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات) قد بلغت (0,857، 0,754) على التوالي وان قيم مستوى دلالتها هي (0,000 ، 0,000) و هي أقل من (0,05) و يؤشر هذا بأن إرتباطها معنوي وعلاقتها حقيقية.

استخراج مؤشرات نموذج معادلة الانحدار الخطي الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحله ثالثة لقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته :

جدول (5) مؤشرات جوده انموذج معادله إنحدار خطي

الابعاد	نتيجة	معامل ارتباط R	نسبة مساهمه (معامل تفسير) R^2	نسبة مساهمه معدله R^2	خطأ معياري لتقدير
المتغيرات	تحفيز الذات	0,890	0,792	0,762	1,441
	اتساق الذات				

يبين الجدول (5) بأن الانموذج خطي وقيمة ارتباطه الخطي (R) بين المتغير التابع من جهة والمتغيرات المستقلة معا من جهة أخرى، وهذه القيمة تسمى الارتباط المتعدد وتحسب من خلال إيجاد معامل الارتباط بين القيم الملاحظة والقيم المتنبأ بها للمتغير التابع ونلاحظ في هذا الجدول أن معادلة الانحدار جيدة وبالتالي التنبؤ جيد. وأن قيم ارتباط بسيط هي (0,890) انه قيم تفسير (نسبة المساهمة) هي (0,792) وهذا يبين أن متغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات) تفسر نسبة مقدره (76,2 %) من متغير ضربه إرضية إمامية، وهذا يؤشر أن التنبؤ لا يعتمد فقط على المتغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات النفسية) وإنما يعتمد على عوامل أخرى تمثل نسبة (23,8 %) لم يضمنها الإنموذج. عموما ان نسبة مساهمه معدله (R^2) هي معدله لقيمة (R^2) فإن السبب في التعديل هو أن معادلة الانحدار ناتجة أصلاً عن استخدام عينة أو مجتمع صغير، وبالتالي فإن قيمة (R^2) فيها نوع من الزيادة، وهو ما يتم تعديله لتكون أقرب الى الواقع.

جدول (6) يبين تحليل التباين (ANOVA) لمتغير الضربة الارضية الامامية

الانموذج	مصدر تباين	مج مربعات	درجة حرية	متوسط مربعات	قيمة (F)		دلالة الإحصائية
					محسوبه	مستوى معنويه	
الأول	بين المجموعات	110,451	2	55,226	26,589	0,000	معنوي
	داخل المجموعات	29,078	16	2,077			
	الكلية	139,529	18				

يشير الجدول (6) الى أن قيمة مستوى دلالة لقيم (F) المحسوبة بالغه (26,589) هي (0,000) وهي إقل من مستوى دلالة (0,05) ويدل على معنويه انموذج إنحدار خطي متعدد، وبالتالي فإن إنموذج يمثل علاقه بين متغير تابع ضربة إرضية امامية ومتغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات) أفضل تمثيل. 3-1-2-4 استخراج قيم معاملات معادلة الانحدار لانموذج متغير الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحله ثالثة لقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته :

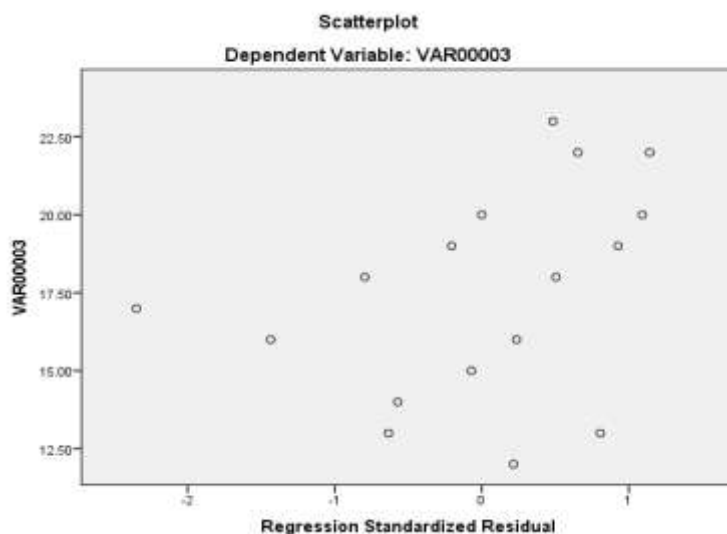
جدول (7) يبين قيم خاصه بمعاملات معادله إنحدار ومعنويه معاملات إنموذج

إنموذج	معاملات		قيمته لمعادله			قيمته (t)		دلاله إحصائية
	طبيعه معامل	قيمته معلمه	خطأ معياري	معياري (بيتا)	محسوبه	مستوى معنوية		
الاول	مقدار ثابت	A	11,647-	3,712		3,138-	0,007	معنوي
	تحفيز الذات	B ₁	0,166	0,043	0,639	3,869	0,002	معنوي
	اتساق الذات	B ₂	0,130	0,067	0,324	1,96	0,048	معنوي

يبين الجدول (7) إلى معنوية معامل تقاطع (A) وكذلك معامل إنحدار أو الوزن المقدر لكل من ابعاد مستقلة (B_1 B_2) حيث أن قيم مستوى دلالة لقيم (t) المحسوبة، هي إقل من (0,05) مما يدل على معنويه معاملات (B_1 , B_2) لإنموذج إنحدار متعدد، إن مقدار الثابت يشير الى علاقه بين ضربة الارضية الامامية و (تحفيز الذات واتساق الذات)، وبالعودة لجدول نجد ان قيمته (t) المحسوبة لمقدار ثابت (A) هي (3,869 ، 1,96) على التوالي وهي اهميه نسبته لكل متغير مستقل، وأن مستوى دلالة لها هي

(0,002، 0,048،) وهي أقل من (0,05). وكلما كانت قيمة (t) أكبر كان المتغير أكثر أهمية يساهم بشكل فاعل في تقدير قيم نتيجة لمتغير الضربة الارضية الامامية.

شكل (1) يوضح التوزيع الطبيعي للمتغير التابع متغير الضربة الارضية الامامية:



4-1-2-4 مناقشة نتائج متغير الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحله ثالثه لقسم تربيه بدنيه وعلوم رياضيه:

من خلال النتائج التي ظهرت من الجدول (7) التنبؤ بالمتغير التابع الضربة الارضية الامامية من خلال المتغيرات المستقلة (تحفيز الذات واتساق الذات) على التوالي، حيث اظهرت النتائج ان متغير تحفيز الذات أكثر مساهمة في التنبؤ بمتغير الضربة الارضية الامامية لطالبات القسم، حيث كانت قيمه (t) محسوبة (3,869) وهي أعلى قيمة.

وقد أظهرت النتائج أيضا أن متغير إتساق الذات كانت له مساهمة واضحة بعد متغير تحفيز الذات في التنبؤ بمتغير الضربة الارضية الامامية للطالبات حيث بلغت قيمة (t) محسوبة (1,96) بنسبه لمتغيرات نفسه.

ان متغير تحفيز الذات يعتبر من متغيرات المهمة وان يوضع في نظر الاعتبار حيث ان اكثر الطالبات يحتاجن لتحفيز ذاتهن وتشجيع انفسهن من اجل الانطلاق لتحقيق الهدف الذي خطط لاجله معتمدات على حوافزن الداخليه اكثر مما ينتظر او يعتمد على الثناء او المكافأة الخارجية من مدرس المادة لادائهن لمهارة الضربة الارضية الامامية بشكل جيد، وترى (فاتن 2020) بأن تحفيز الذات " يقصد به شحن وتقوية مشاعرك واحاسيسك الداخلية التي تفودك الى تحقيق اهدافك او تسهل عليك القيام بها، والشعور بقوة داخلية عجيبة.. فهي تتمثل في التأثير الذي يتلقاه الفرد من قرارات نفسه، وهي كذلك بمثابة تلك القوة النائمة في الشخص والتي بإمكانها تحقيق المستحيل، حيث يصعب الوصول اليها بسهولة فهي بحاجة الى تمارين يومية في التحفيز حتى تصير سلوك مكتسب وتحسنن مستوى الكفاءة الذاتية⁽¹⁾. أيجاد علاقة الارتباط بين المتغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات) مع الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحلة ثالثة لكلية تربية بدنية وعلوم رياضة لمجتمع بناء الانموذج:

جدول (8) يبين مصفوفة الارتباط (تحفيز الذات وإتساق الذات) مع الضربة الارضية الامامية

المتغيرات	الضربة الارضية الامامية	تحفيز الذات	اتساق الذات
الضربة الارضية الامامية	1	0,936	0,861
الدلالة	000,0	0,000	0,000

(¹) فاتن علي اكبر: استراتيجيات البناء النفسي لدى اللاعبين، ط 1، شركة دار الاكاديميون للنشر والتوزيع، عمان، الاردن، 2020م. ص.89.

تحفيز الذات	0,936	1	0,940
الدلالة	000,0	0,000	0,000
اتساق الذات	0,861	0,940	1
الدلالة	000,0	0,000	0,000

يبين الجدول (8) نجد أن قيم ارتباط الضربة الأرضية الامامية ومتغيرات (تحفيز الذات و اتساق الذات) هي (0,936، 0,861) على التوالي وان قيم مستوى دلالة هي (0,000 ، 0,000) و إقل من (0,05) وهذا يأسر ان إرتباط معنوي والعلاقة حقيقية.

استخراج مؤشرات نموذج معادلة الانحدار الخطي للضربة الأرضية الامامية لطالبات مرحلة ثالثة لكلية تربية بدنية وعلوم رياضه:

جدول (9) مؤشرات جودة نموذج معادلة الانحدار الخطي

أبعاد تنبؤيه	نتيجه	معامل ارتباط R	نسبة مساهمة (معامل التفسير) R ²	نسبة مساهمة معدله R ²	خطأ معياري للتقدير
المتغيرات	تحفيز الذات	0,937	0,879	0,861	1,256
	اتساق الذات				

يبين الجدول (9) بأن الانموذج خطي وقيمة ارتباطه الخطي (R) بين متغير التابع من جهة ومتغيرات المستقلة معا من جهة أخرى، وهذه القيمة تسمى الارتباط المتعدد وتحسب من خلال إيجاد معامل الارتباط بين القيم الملاحظة والقيم المتنبأ بها للمتغير التابع ونلاحظ في هذا الجدول أن معادلة الانحدار جيدة وبالتالي التنبؤ جيد. وأن قيم إرتباط بسيط هي (0,937) انه قيم تفسير (نسبة مساهمه) قد بلغت (0,879) وهذا يعني أن المتغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات) تفسر نسبة مقدارها (87,9 %) من متغير ضربة أرضية امامية. وهذا يؤشر أن التنبؤ متغير السلوك التنافسي لا يعتمد فقط على المتغيرات (تحفيز الذات والطلاقة) وإنما يعتمد على عوامل أخرى تمثل نسبة (12,1 %) لم يضمنها إنموذج، عموما ان نسبة مساهمة معدلة (R²) هي معدلة لقيمة (R²) فإن السبب في التعديل هو أن معادلة الانحدار ناتجة أصلاً عن استخدام عينة أو مجتمع صغير، وبالتالي فإن قيمة (R²) فيها نوع من الزيادة، وهو ما يتم تعديلها لتكون أقرب الى الواقع.

جدول (10) يبين تحليل تباين (ANOVA) لضربة إرضية إمامية

الانموذج	مصدر تباين	مج مربعات	درجة حرية	متوسط مربعات	قيمة (F)		دلاله إحصائية
					محسوبة	مستوى معنوية	
الأول	بين مجموعات	160,120	2	80,060	50,681	0,000	معنوي
	داخل مجموعات	22,115	14	1,580			
	الكلية	182,235	16				

يبين الجدول (10) الى أن قيمة مستوى دلالة لقيم (F) المحسوبة البالغة (50,681) هي (0,000) وهي إقل من مستوى دلالة (0,05) ويدل على معنوية انموذج إنحدار خطي متعدد، وبالتالي فإن الانموذج يمثل العلاقة بين متغير تابع الضربة الأرضية الامامية ومتغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات) أفضل تمثيل.

استخراج قيم معاملات معادلة انحدار لإنموذج الضربة الأرضية الامامية لطالبات مرحله ثالثة لكلية تربية بدنيه وعلوم رياضه:

جدول (11) يبين قيم خاصه بمعاملات معادله انحدار ومعنويه معاملات إنموذج

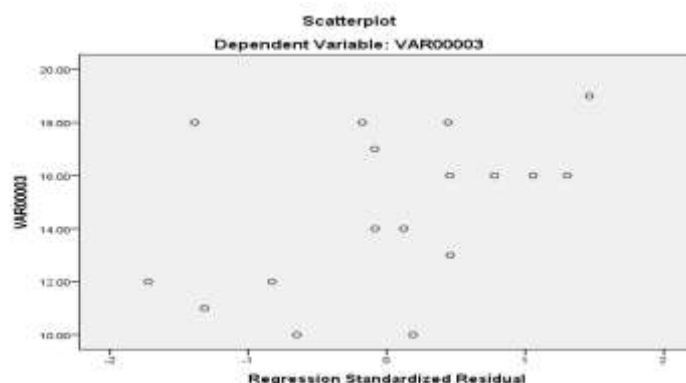
إنموذج	معاملات			قيمة (t)		دلاله إحصائية
	طبيعة معامل	قيمة معامل لمعادلة		محسوبة	مستوى معنوية	
		قيمة معلمه	خطأ معياري			
				معياريه (بيتا)		

مقدار الثابت	A	10,792-	2,919	3,698-	0,002	معنوي
تحفيز الذات	B ₁	0,307	0,077	1,085	3,975	0,001
اتساق الذات	B ₂	049,-	0,084	0,158	0,580-	0,047

يبين جدول (11) إلى معنوية معامل تقاطع (A) وكذلك معامل إنحدار أو وزن مقدر لكل من الأبعاد المستقلة (B₁ , B₂) حيث أن قيم مستوى دلالة لقيم (t) المحسوبة، و هي أقل من (0,05) و يدل على معنوية معاملات (B₁ , B₂) لانموذج انحدار المتعدد. ان مقدار الثابت يشير الى العلاقة بين الضربة الارضية الامامية و (تحفيز الذات واتساق الذات).

وبالعودة للجدول نجد ان قيمة (t) المحسوبة لمقدار الثابت (A) هي (3,975 ، -0,580) على التوالي، وأن مستوى دلالة لها هي (0,001 ، 0,047) وهي أقل من (0,05). وتفسر قيم اختبار (t) في نفس الجدول الأهمية النسبية لكل متغير مستقل، حيث كلما كانت قيمة (t) أكبر كان المتغير أكثر أهمية، حيث بلغت متغيرات المستقلة (تحفيز الذات ، اتساق الذات) قيمها (3,975 ، -0,580) على التوالي مما يدل على أهمية هذه الأبعاد المستقلة حسب قيمها على التوالي، حيث تساهم بشكل فعلي في تقدير قيم نتيجة لمتغير الضربة الارضية الامامية.

شكل (2) يوضح التوزيع الطبيعي للمتغير التابع متغير الضربة الارضية الامامية



مناقشة نتائج متغير الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحلة ثالثة لكلية تربية بدنية وعلوم رياضة: يبين الجدول (11) التنبؤ بالمتغير التابع الضربة الارضية الامامية من خلال المتغيرات المستقلة (تحفيز الذات واتساق الذات) على التوالي، حيث اظهرت النتائج ان تحفيز الذات أكثر مساهمة في التنبؤ بمتغير ضربه إرضية إمامية لطالبات مرحلة ثالثة، حيث إنه قيمه (t) محسوبة (3,975) و هي أعلى قيمه، وقد أظهرت النتائج أيضا أن اتساق الذات كانت له مساهمة بعد متغير تحفيز الذات في التنبؤ بالضربة الارضية الامامية للطالبات حيث كنت قيمة (t) محسوبة (-0,580) بالنسبة للمتغيرات النفسية، ويعزو الباحث الى تميز تحفيز الذات على متغير اتساق الذات كون الطالبات مرحلة ثالثة يمتلكن تحفيز الذات وذلك لان دراسة سلوك الشخص او اللاعب عند ادائه لاي نشاط رياضي تستهدف التعرف على الاسباب التي بموجبها قيام الشخص بعمل ما بحماس بينما ينفي هذا العمل او يقل بالنسبة لشخص اخر او ممكن لم يتوافر هذا العمل عند الشخص نفسه في وقت اخر، كذلك بالنسبة لاكثر الطالبات وسبب امتلاكهن لتحفيز ذاتي أكثر من اتساقهن الذاتي فهو يرجع للعلاقة الوطيدة عند المعيشة وسط اقرانهن الطالبات جنبا الى جنب وباعتبار الزميلات من الجماعات الداعمة لهن من اجل تخفيف الضغوط النفسية عند التعرض لهذه الضغوط والعكس صحيح عند العزلة والوحدة الاجتماعية تساعد على زيادة هكذا الضغوط في ظل غياب العلاقات الدائمة مع الزميلات، بالإضافة الى ان لعبة التنس تعتبر من الالعاب المسلية والممتعة لمزاويلها فمن الممكن ان يكون هناك تقوية للاجهزة المناعية وتحفيزهن لذاتهن من داخل انفسهن وعدم الاعتماد او انتظار الثناء والمكافأة من الخارج، بالإضافة الى اهمية المتغير الثاني اتساق الذات الذي يعتبر من تحلى بهذا الصفة بتوجيه ادائه على جميع الخطط التي عمل على بناءها مسبقاً من خلال اتباع الاسلوب المتوافق مع اهدافه. ويرى (إيلين وديع 2007) بأنه " يمكن ان يكون الافراد او اللاعبون ايجابيين واقعيين تماماً اذا ما كانوا يساعدون انفسهم بالفعل بالاسترخاء ، والتركيز ، والثقة بالنفس ، والاعتماد على النفس،

ويثقون في أسلوب ايحائهم الذاتي. ومع ذلك ، فإنه يكون من الصعب على بعض اللاعبين ان يتقيدوا ببعض الطرق الطقسية ، ومن المحتمل ايضا ان يقوم البعض منهم ببعض الحيل التي تؤدي الى عدم واقعية وتفسيرات غير مناسبة يضطرون بها الى التعبير عن نجاحهم او فشلهم ايضا⁽¹⁾. وتذكر (فاتن 2020) بأنه " تعتبر اتساق الذات من العوامل الاساسية للاداء الناجح وتحقيق التوافق السليم للاعب. فاتساق اللاعب لذاته يحدد بدرجة كبيرة سلوكه واتجاهاته ومحور تفكيره ودافعيته"⁽²⁾.

الاستنتاجات:

هناك علاقة ارتباط قوية وموجبة ما بين المتغير المستقل (تحفيز الذات) ومتغير الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحله ثالته لكلية وقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته. هناك علاقة ارتباط متوسطة وموجبة ما بين المتغير المستقل (اتساق الذات) ومتغير الضربة الارضية الامامية لطالبات مرحله ثالته لكلية وقسم تربيته بدنيه وعلوم رياضته. يمكن العمل على ترتيب المتغيرات المستقلة (تحفيز الذات واتساق الذات) على التوالي من حيث علاقتها مع المتغير التابع ضربه ارضية امامية لطالبات مرحلة ثالثة لكلية وقسم تربية بدنية وعلوم رياضة. التوصيات:

1. أستفادة المدرسين المدربين في لعبة التنس من نتائج هذه الدراسة في تخطيط وتنفيذ البرامج التدريبية.
2. يمكن للمدرسين والمختصين من ألاء أهمية كبيرة لكل نشاط معرفي ونفسي يصب في تنمية المتغيرات (تحفيز الذات واتساق الذات) من اجل التكامل في الاداء.
3. ضرورة تطبيق منهجية هذه الدراسة على متغيرات مهارية اخرى وعلى فئات اخرى.

المصادر

ايلين وديع فرج: الجديد في التنس الطريق الى البطولة ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، 2007م. فاتن علي اكبر: استراتيجيات البناء النفسي لدى اللاعبين، ط1 ، شركة دار الاكاديميون للنشر والتوزيع، عمان، الاردن ، 2020م . وديع ياسين وحسن محمد : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، دار الكتب، 1999م. ملحق (1) الخبراء الذين تم استطلاع آرائهم في ما يخص المقاييس النفسية (تحفيز الذات واتساق الذات)

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الجامعة	الاختصاص الدقيق
1	رافت عبد الهادي	أ.د.	القادسية	علم النفس الرياضي
2	محمد حاتم عبد الزهرة	أ.م.د.		
3	حيدر كريم مهدي	أ.م.د.		
4	رؤيا ضياء حسن	م.		العاب المضرب
5	علي رعد	م.م.		

⁽¹⁾ ايلين وديع فرج: الجديد في التنس الطريق الى البطولة ، منشأة المعارف ، الاسكندرية ، 2007م ، ص394.

⁽²⁾ فاتن علي اكبر: مصدر سبق ذكره ، ص108.