Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

Çلذكاء الانفعالي والقدرات البدنية الخاصة و علاقتهما بدقة اداء بعض المهارات الاساسية

لدى لاعبي كرة اليد لأندية الدرجة الممتازة في محافظة السليمانية

ã.م زانا أبراهيم علي

التعريف بالبحث

مقدمة البحث و أهميته

لا شك ان التقدم الملموس في عالم الرياضة في الاعوام الاخيرة لم ياتي جزافاً بل اعتمد اولا واخيراً على اتباع الاسس العلمية التي هي وليدة التجارب العديدة والخاصة باتباع العوامل التي تسهم بشكل او باخر في رفع المستويات الرياضية ولقد تطلب ذلك تتبع تلك العوامل المؤثرة على مستوى الاداء حتى يتمكن من مواكبة التقدم وتحقيق المستويات العليا .

ولقد تطور مفهوم التدريب في مجال لعبة كرة اليد من مفهوم عام وشامل إلى مفهوم خاص ودقيق ، وفي ظل الاندماج بين العلوم المختلفة مثل علم الفسلجة وعلم الحركة وعلم النفس والقدرات البدنية . فعلم النفس هو احد تلك العلوم الأساسية الحديثة التي تعتمد عليها العملية áÇتدريبية من خلال الدراسة العلمية لسلوك و أنفعالات الأفراد المتمثل بكل فعل او نشاط رياضي يقوم به الفرد ويمكن للإنسان أن يشاهده ، وفي ظل التطورات الكبيرة التي أدخلت في مجال التدريب ولتقارب مستويات اللاعبين البدنية والفنية والخططية في شتى المسابقات الرياضية وخاصة لعبة كرة اليد بدأ الاهتمام بالنواحي البدنية والنفسية . بوصفه نواحي مهمة لتحقيق الإنجاز الرياضي للاعبين .

وإن لدقة أداء المهارات الأساسية لكرة اليد أساس ودعامة قوية يتوقف عليها نجاح تفوق اللاعب ومن ثم الفريق. إذ أنَّ للمهارات الأساسية في كرة اليد أهمية كبيرة تجعل المدربين يقضون معظم الوقت في التدريب على دقة وأداء المهارات وتعلمها بالشكل الصحيح وإعطاء حصة كبيرة لها في المناهج التدريبية،و ذلك يتوقف على المستوى البدني والنفسي للاعب .

ومن هنا ارتأى الباحث أن يسلط الضوء على الحالة النفسية (الذكاء الانفعال أ) والبدنية والمهارية للاعب من خلال معرفة مستويات الصفات البدنية والنفسية وعلاقتهما بدقة أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة اليد ، مستخدماً الذكاء الانفعالي (البعد الوعي الذاتي -البعد التنظيم الذاتي – بعد الدافعية- بعد المشاركة الانفعالية-بعد المهارات الشخصية) و و بعض القدرات البدنية الخاصة ودراسة العلاقة بينهما وبين دقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

مشكلة البحث

إن العوامل البدنية والنفسية والمهارية من الأركان الأساسية في العملية التدريبة والتي من الضروري ان يلقي اهتماماً كافياً في مجال التدريب الرياضي ،وان الذكاء الانفعالي هو احد الانفعالات النفسية التي تؤثر استجاباتها على دقة الأداء المهاري والتي لم تفسر بالطريقة الصحيحة ،و كذلك لاشك فيه من تأثير القدرات البدنية الخاصة بدقة الاداء المهاري.

ومن خلال البحث وجمع المعلومات وكون الباحث لاعباً ومدرساً لعدة سنوات لوحظ بان لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة اليد لم يحققوا مستوى عالي في الأداء وذلك بسبب عدم الاهتمام بالجوانب الفنية والبدنية و النفسية بشكل متساوي ،و ان اهتمام بكل الجانب يعد احد أسس الإعداد المتكامل للاعب والفريق وصولاً إلى المساهمة في الارتقاء لمستوى إعداد اللاعبين نحو الأفضل لذا ارتأى الباحث الخوض بين الذكاء الانفعالي و بعض القدرات البدنية الخاصة ودراسة العلاقة بينهما وبين دقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة اليد.

أهداف البحث

يهدف البحث الى:

1. التعرف على نوع العلاقة بين الذكاء الانفعالي و بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة اليد لأندية الدرجة الممتازة في محافظة السليمانية.
2. التعرف على نوع العلاقة بين القدرات البدنية الخاصة و بعض المهارات الاساسية لدى لاعبي كرة اليد لأندية الدرجة الممتازة في محافظة السليمانية .

فرضيتا البحث

1. وجود علاقة دالة أحصائياً بين الذكاء الانفعالي و دقة أداء بعض المهارات الاساسية بكرة اليد لدى عينة البحث.
2. وجود علاقة دالة أحصائياً بين بعض القدرات البدنية الخاصة و دقة أداء بعض المهارات الاساسية في كرة اليد لدى عينة البحث.

مجالات البحث:

المجال البشري:لاعبي ناديي السليمانية وسيروان نوي الرياضي بكرة اليد للمتقدمين.

المجال الزماني: المدة من 2009/9/20 و لغاية2010 /12/22

المجال المكاني: ملعب نادي السليمانية و سيروان الجديد

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

الدراسات النظرية والمشابهة

الدراسات النظرية

مفهوم الذكاء الانفعالي :

إن مفهوم الذكاء الانفعالي و تسميته بهذا الاسم جديد على الساحة التربوية والنفسية ،فهو من أحدث أنواع الذكاءات التي ظهرت في مجال علم النفس مع بداية التسعينيات. و تعد البداية الحقيقية لاستخدام هذا المفهوم عندما استخدمه طالب جامعي في عنوان أطروحته لنيل(1985) في إحدى كليات الفنون في الولايات المتحدة الامريكية ،دون أن ينتبه أحد لهذا المفهوم ،و امتداداً لهذا العمل قام أستاذان جامعيان هما: جون ماير و بيتر سالوفي(Mayer & Salovy ,1990) بنشر مقالتين علميتين حول موضوع الذكاء الانفعالي ،من خلال العمل على تأليف مقياس للذكاء الانفعالي، و لعل البداية الحقيقية التي ألهبت حماس الباحثين لهذا المجال الخصب من مجالات الذكاء الانساني عبر مدى واسع من المجالات الأكاديمية ،كانت على يد عالم النفس الأمريكي دانيال جولمان (Coleman,1995) عندما قدم كتابه عن الذكاء الانفعالي والذي يعد الأشهر في مجال علم النفس في قرن العشرين ،و يقول جولمان؛ إن فهمه للذكاء الانفعالي مبني على مفهوم جاردنر (Gardner,1983) في الذكاءات الإنسانية المتعددة (Muted Intelligence)والذي يطلق عليها أطر العقل و هي: الذكاء الرياضي، الذكاء المكاني ،الذكاء الجسمي الحركي ،الذكاء الموسيقي ،الذكاء الشخصي ،والذكاء التفاعل مع الاخرين)والعنصران الأخيران يمثلان ما نعرفه بالذكاء الانفعالي، ثم تبع الكتاب سلسلة من المقالات والكتب التي تناولت الجوانب النظرية والتطبيقات لمفهوم الذكاء الانفعالي [1].

من جانب آخر ،فقد قام المنظرون بدراسة العلاقة ما بين الذكاء والانفعال ،بأعتبارهما متكاملين و ليس متضادين ، و لعل التفسير الذي أورده (الريماوي و أخرون ،2008) يؤكد العلاقة القوية ما بين الذكاء و الانفعال، حيث يشير الى ان الذكاء ، هو مجموعة من القدرات العقلية التي تمكن من اكتساب المعرفة والتعلم و حل المشكلات والقدرة على التكيف ، أما الانفعال فهو مزيج من النشاطات الفسيولوجية ، و سلوكيات تعبيرية ، و خبرة لاشعورية تتضمن الأفكار والمشاعر ، وينشأ الانفعال من التفاعل بين هذه المكونات الثلاثة ، و بجمع مفهوم الذكاء و مفهوم الانفعال يتكون ما يعرف لدينا بالذكاء الانفعالي.

---

[1] - محمد بكر نوفل : الذكاء الانفعالي في غرفة الصف ،ط1 ،دار المسيرة ،عمان-الاردن ،2007 ،ص 74.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

و في الإطار نفسه ، يبين جولمان ؛ إن للعقل طرفين لمتصل واحد ، في احد طرفي المتصل العقل المنطقي والآخر العقل الانفعالي ،أي إن لدينا في الحقيقة والواقع عقلين ؛عقلاً يفكر و عقلاً يشعر ، وإن هناك علاقة طردية بين سيطرة الانفعالات و سيطرة المنطق على العقل ، فالمشاعر ضرورية للتفكير ،والتفكير مهم للمشاعر ،كما إن الانفعال يغذي يزود العقل المنطقي بالمعلومات بينما يعمل العقل المنطقي على تنقية مدخلات العقل الانفعالي [2] ، وهذا ما يؤكد إن هناك علاقة بين الجانبين العقلي والانفعالي ، لكن أهم ما يميز الذكاء الانفعالي عن الذكاء العقلي ، هو إن الذكاء الانفعالي اقل درجة من حيث الوراثة الجينية ،و إن فرص التعلم والتدريب تظل قائمة بشكل أكبر ، و بالتالي تتوفر فرص النجاح أكثر في الحياة اليومية [1] .

و من الجدير بالذكر ، إن الدراسات الحديثة أشارت ، إلى إنه في الوقت الذي لا تتعدى فيه نسبة تنمية الذكاء العقلي عند الشخص المتعلم إلى (2%) مهما تعاظمت الجهود ،فانه يمكن تنمية الذكاء الانفعالي الى مدى أبعد من ذلك بكثير[2] وهنا تبرز اهمية العمل على تنمية هذا الجانب عند اللاعبين في المجال الرياضي ،فهو يعد من أهم الصفات النفسية التي تحتاجها اللاعب لأداء الجيد في المنافسات الرياضية ،والتي يتأسس عليها وصوله إلى أعلى مراتب البطولة ،و قد اشار إلى تلك الأهمية –والكلام عاد مرة أخرى عن الذكاء الانفعالي –العدد من الخبراء والباحثين في مجال علم النفس الرياضي ،الذين أشاروا إلى إن القدرة اللاعب على فهم مشاعر والأحاسيس والتعبير عنها ، و كذلك وعيه بمشاعر الآخرين و تفاعله معهم ، وهو نوع من أنواع الذكاء المطلوب لزيادة المرونة والتأقلم مع المتغيرات والنجاح في جميع المواقف الرياضية ذلك إن اللاعب الذكي هو الذي يتصف بقدرات و مهارات ، تمكنه من أن يؤثر في الآخرين و يحرك في نفوسهم المشاعر الايجابية والولاء للمجموعة التي تنتمي إليها و يتحكم في الانفعالات والتقلبات المزاجية ، إضافة إلى التعاطف مع الآخرين و تكوين علاقات جيدة معهم تقوم على التفاعل الايجابي البناء [3].

---

[2]-Daniel Goleman: The emotional Intelligence worker, Futurist, 1999, p9.

[1]-Furnham,A ; Trait Emotional Intelligence and Happiness Social behavior and personality ,V(31) ,N(8) ,2006 ,P824.

[2]-Catherine .C: Becoming Emotionally Intelligent Stafford: Network Education Press, 2003, p2.

[3] -حسين أبو رياش و آخرون : الذكاء والدافعية ،ط1، عمان ،دار الفكر ، 2006 ،ص232.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

و بناءً على ما سبق نستطيع تعريف الذكاء الانفعالي بأنه "الاستخدام الذكي للانفعالات الذاتية و قراءة مشاعر الآخرين والقدرة على التحكم الانفعالي و ضبطها و إدارتها على نحو ايجابي"[4].

و يعرف أيضاً بأنه [illegible] لى معالجة المعلومات الانفعالية بما تتضمنه تلك المعالجة من إدراك و استيعاب و فهم و إدارة الانفعالات "[5] كما يعرفه آخرون بأنه"القدرة على الإدراك الدقيق للانفعالات و تقديرها والتعبير عنها ،والقدرة على الوصول إلى المشاعر و فهم الانفعالات و تنظيمها للارتقاء بالنمو العقلي والانفعالي"[6].

æ يعرفه الباحث الذكاء الانفعالي بأنه الطريق إلى معرفة النفس [illegible] و معرفة ما يرمي إليه الاخرين كمنطلق لتحفيز النفس و إدارة الانفعالات ،و توظيف ذلك للوصول إلى القرارات سليمة و ايجابية و ترشيد الطاقة العقلية.

اما التعريف الإجرائي للذكاء الانفعالي فهو الدرجة التي يحصل عليها اللاعب على مقياس الذكاء الانفعالي المستخدم في البحث الحالي.

أبعاد الذكاء الانفعالي:

قسم جولمان الذكاء الانفعالي إلى خمسة مكونات ،تمثلت بالاتي :[1]

1- الوعي الذاتي (Self –Awareness): وهي معرفة الفرد بحالته الانفعالية و تفصيلاته و معارفه الإدراكية، و يتضمن:

- الوعي الانفعالي(معرفة انفعالات الفرد).
- التقييم الدقيق للذات(معرفة نقاط القوة والضعف لدى الفرد).
- الثقة بالنفس(إحساس ققوي بقيمة الذات و قدراتها).

2- التنظيم الذاتي (Self-Regulation) :وهي إدارة الفرد لحالته الداخلية ، يتضمن:

- التحكم الذاتي (السيطرة على الانفعالات).
- الضمير(تحمل مسؤلية الأداء).
- التكيف (المرونة في التعامل مع الغير).

---

[4]-Goleman.D, Beyond IQ: Developing the leadership competencies of emotional intelligence, Presented of the (2nd) International Competency Conference, London, 1997, p169.

[5]-Mayer & Salovy, J.D. The positive Psychology of emotional intelligence. Hand book of positive Psychology, London, Oxford University Press, 2002, p45.

[6] -عثمان حمود الخضر:الذكاء الانفعالي هل هو مفهوم جديد،دراسات نفسية،القاهرة،المجلد(12) Ú (1)،2002 ،ص250.

[1]- Goleman.D, working with Emotional Intelligence, Bantam Books, New York, 2000, P43.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

- الابتكار (البحث عن الأفكار الجديدة).

3- الدافعية (Motivation) : وهي الميول الانفعالية التي تقودنا نحو أهدافنا أو تسهل علينا تحقيقها ،ويتضمن:

- دافع الانجاز (الكفاح لتحصيل مستوى عال من التفوق و تحقيقه).
- الالتزام (الميل نحو أهداف المجموعة).
- المبادرة(الاصرار على متابعة الأهداف بالرغم من العراقيل).

4- التعاطف أو المشاركة الانفعالية(Empathy) :وهي الوعي بمشاعر الآخرين ،ويتضمن:

- فهم الآخرين (حساس بمشاعر الآخرين و آراءهم).
- التنوع المؤثر (تشجيع الفرص بين الأفراد).
- الوعي الانفعالي(قراءة الميول الانفعالية للجماعة).

5- المهارات الشخصية (Social-Skills) : وهي المهارات الهادفة إلى إحداث ردود الفعل المطلوبة عند الآخرين ، ويتضمن:

- التأثير (إقناع الآخرين).
- التواصل(قراءة المشاعر غير المنطوقة للآخرين).
- حل النزاعات(التفاوض مع الآخرين و إيجاد الحلول الأفضل).
- القيادة و استقطاب الغير(دفع الآخرين على العمل).

القدرات البدنية

ان القدرات البدنية لها عدت معاني وتسميات ولكل جهة لها رأيها الخاص في ذلك حيث من "وجهة نظر المدرسة الالمانية ، وقد سماها شتيلر (Stellar)بالقدرات الحركية (الماتورية) الاساسية التي هي عبارة عن عناصر او صفات بدنية فسيولوجية تولد مع الانسان وتنمو بنموه ويتوقف ذلك النمو على طبيعة وعمل واسلوب الفرد في الحياة وهذه العناصر هي (القوة العضلية ، السرعة ، الجلد ، الرشاقة ، المرونة) . اما هارسون كلارك (H.klark) الذي يمثل المدرسة الامريكية فيعطيها مصطلح اللياقة الماتورية حيث يعني الحركة بشكليها الداخلي والخارجي ، وتشمل سبعة عناصر حركية هي (القوة العضلية ، الرشاقة ، التحمل ، التحمل الدوري التنفسي ، المرونة ، والسرعة)" [1].

ان ما ذكرهُ روي اتيسولد (1985) "وهو احد الباحثين الالمان ان اختلاف المرادفات للمصطلح الواحد يعد ثراء لغوياً فالقدرات البدنية على سبيل المثال كمصطلح لها اكثر من مرادف وهذا في المدرسة الالمانية نفسها وهذه المرادفات هـ (القدرات الحركية ،

---

[1] - بسطويسي احمد : اسس ونظريات الحركة ، [illegible] ، 1996 ، 36 Õ

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

الفسيولوجية ، الصفات البدنية ، الصفات الحركية ، الصفات الفسيولوجية العناصر البدنية ،العناصر الحركية، العناصرالفسيولوجية القدرات والعناصرالموتورية) وعلى ذلك يذكر روري ايتسولد (1985) ان تلك المرادفات تعني كلاً من القوة العضلية والسرعة والتحمل والرشاقة ، والمرونة كقدرات بدنية اساسية فالقوة العضلية عى سبيل المثال قدرة وصفة وعنصر بدني حركي فسيولوجي" [2].

ويشير مارتين الى ان "واقع الاداء الحركي لا توجد فيه هذه الصفات الحركية بصورة مستقلة تماماً اذ انها متداخلة في اغالب الاحوال كما ان هذه تتسحب ايضا على مجال التدريب ، حيث يصعب غالباً تدريب كل صفة حركية واحدة " [3]

لذلك يرى اغلب علماء التدريب الرياضي ان القدرة البدنية تتكون من مكون القوة ومكون السرعة فهي يمكن ان تزيد بزيادة مكون القوة او زيادة مكون سرعة الانقباض العضلي او زيادة المكونين ،حيث يمكن زيادة مكون القوة من خلال تدريب المقاومات (الاوزان المختلفة) الطبية وبذلك يرى كلاً من عصام محمد ومحمد جابر (القوة المميزة بالسرعة) اهميتها في الاداء الرياضي التي يتطلب القدرة على دفع الجسم مسافة معينة او القدرة على رمي او قذف اداة بسرعة لمسافة او ارتفاع معين " [1].

البدنية الخاصة بكرة اليد

ان الاعداد البدني الخاص في كرة اليد يجب ان "يتجه الى تنمية المكونات البدنية والحركية الضرورية والمتمشية مع ظروف اللعبة ومتطلباتها والعمل على دوام تطويرها لاقصى مدى يمكن به وصول اللاعب الى اعلى المستويات الرياضية " [2].

ان اهمية الاعداد الخاص للاعب كرة اليد تتجسد في ما يتمتع به اللاعب من سرعة الاقتراب والقدرة على الركض السريع تمكنه من الاشتراك بسرعة في الدفاع والهجوم وسرعة الحركة ، "كما

---

[2] - بسطويسي احمد : اسس ونظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، 1999، ص 107

[3] - محمد صبحي حسانين . احمد كسرى معاني : موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي ، ج1 ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 ، ص 241

[1] - عصام محمد امين ، محمد جابر بريقع :التدريب الرياضي ،أسس.مفاهيم.أتجاهات،الاسكندرية،مطابع القدس ،1997، ص68

[2] - ضياء الخياط ،عبد الكريم قاسم : كرة اليد ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 ، ص288

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

ان رياضة كرة اليد تحتاج الى مستوى عالٍ من القوة والسرعة والتحمل وخاصة تحمل السرعة بجانب المرونة والرشاقة " [3] .

ان ممارسة لعبة كرة اليد تتطلب من اللاعب مهارات مركبة كثيرة وصفات بدنية متعددة فمتطلبات مهارة اصبحت عالية لذا "تتطلب من اللاعب مستلزمات عالية للصفات البدنية والغرض منه اعداد اللاعب بدنياً لاتقان ممارسة اللعبة وذلك بالتركيزعلى تقوية المجموعات العضلية التي يكثر استخدامها خلال اللعب وزيادة قدرتهاعلى التحمل" [4].

تعد لعبة كرة اليد من الالعاب الجماعية التي يتميز السلوك الحركي فيها بالتنوع والتعدد وذلك "للتفاعل المستمر وغير المنقطع بين اللعب والخصم والاداة لذلك يتميز الاداء المهاري هنا بانه مجموعة من الحركات المترابطة المندمجة التي يؤديها اللاعب بحسب متطلبات الموقف الذي يمر به خلال المنافسة لتحقيق هدف معتمداً بذلك على قدراته وقابلياته البدنية الخاصة " [5]، وبهذا يكون "ان الحل الحركي عبارة عن عمل معقد يجمع الناحية التفكيرية والقابليات البدنية والمهارية وهو نتيجة جهد فكري مرتبط بافضل استخدام للقابيلة الجسمية والمهارية والصفات النفسية " [6].

ويرى امر الله البساطي "ان الاعداد البدني الخاص يهدف الى تنمية العناصر الضرورية للنشاط التخصصي ، ويكون التدريب لتقوية انظمة واجهزة الجسم وزيادة الامكانيات الوظيفية والبدنية طبقاً لمتطلبات النشاط الممارس وخاصة المنافسات" [1].

هكذا تكون العناصر البدنية الخاصة والمركبة التي تميز كل رياضة عن الاخرى هي العناصر الاساسية للياقة البدنية (ÉâÇ- السرعة – التحمل – المرونة) لتكون مع بعضها اشكال مختلفة تسمى العناصر البدنية الخاصة المركبة.

المهارات الأساسية – تعريفها – أهميتها

ويقصد بها كل الحركات الهادفة والاقتصادية التي تسمح باستمرار اللعب في مواقفه المتعددة بطريقة قانونية. وتعدّ المهارات الأساسية لأي لعبة من الألعاب الرياضية الدعامة القوية التي تبنى عليها اللعبة وهي الحجر الأساس لها وعلى إتقانها يتوقف الى حد كبير نجاح اللاعب

---

[3] - Johnoth ,Rolf ,Kerm, Konditian training,Rowhlt taschen bach ,verlag cmbh, Reinbek bei Hamburg, 1984 .

[4] - منير جرجيس اراهيم : كرة اليد للجميع ، 3Ø ، مصر ، دار الفكر للطباعة ، 1994، Õ 34

[5]- Kasler , Horts , Handball , Stottgart verleag KarlHofman , 1980

[6] - فؤاد السامرائي : كرة اليد ، Ì 2 ، 1Ø ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987 ، Õ9.

[1] - آمر الله احمد البساطي؛أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته،الإسكندرية،مطبعة الانتصار،1998 ،ص24

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

والفريق ، وعرفها الن وود Aleen Wiad "بأنها مدى قابلية اللاعب وتكيّفه في دقة تنفيذ المهارة حسب مناطق مختلفة في الملعب ونوع المهارة المناسبة التي يمكن استخدامها"[2].

وقد قسمت المهارات الأساسية على قسمين رئيسين هما : -

1- المهارات الهجومية 2- المهارات الدفاعية

وقسمت المهارات الهجومية على قسمين أيضاً هما:-

Ã- بالكرة È- بدون الكرة

فأما المهارات الهجومية بالكرة فهي ((مسك الكرة ، استقبال الكرة ، المناولة ، طبطبة الكرة ، التصويب ، التموية والخداع))[3].وأما المهارات بدون الكرة فهي ((البدء،التوقف،التحرك للجانب والخلف،الوثب ،السقوط والطيران ،الهبوط، الخداع بالجسم ،الحجز)).

منهج البحث و اجراءاته الميدانية

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته مع مشكلة البحث

عينة البحث:

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبي أندية درجة الممتازة بكرةاليد في محافظة السليمانية والبالغ عددهم (30) لاعباً وهم من لاعبي أندية (السليمانية والسيروان نوي) وقد أختار الباحث عينة بحثه بالطريقة العمدية البالغ عددهم (25) لاعباً (14)لاعب للنادي السليمانية الرياضي و (11)لاعب للنادي سيروان نوي الرياضي بعد استبعاد حراس مرمى لكلا ناديين و لاعب من نادي الساليمانية و لاعبين من نادي سيروان نوي لأجراء التجربة الاستطلاعية عليهم وبذلك بلغت النسبة المئوية للعينة 83.33%. إذ تم إجراء الاختبارات في قاعات وملاعب الأندية التي تجري التمارين بها .

الاجهزة والادوات المستخدمة بالبحث:

وقد استخدم الباحث الاجهزة والادوات الاتية :-

- كرات يد رجال قانونية من ناحية الوزن والمحيط –ÊÑÎ (10) ÏÏÚÁÇ.
- شواخص بلاستيكية العدد (5).
- مربعات حديدية قياس كل واحد منها 50سم× 50سم.
- مربعات حديدية قياس كل واحد منها 40سم× 40سم.

---

[2] - Alleen Wiad : Coach your self. Association . football. 1970 .p67.

[3] -ضياء الخياط ، عبد الكريم قاسم : كرة اليد ، دار الفكر للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1988 ، ص 15 .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

- عارضة وثب العالي.
- شريط لاصق بعرض (5 سم).
- طباشير.
- اهداف كرة اليد قانوني من ناحية الارتفاع والطول عدد (2).
- ملعب كرة يد قانوني من ناحية القياسات عدد (1).
- اداة قياس مترية.
- صافرة عدد (1).
- مساطب خشبية بارتفاع 40 سم عدد (2).
- ساعة توقيت الكترونية يابانية عدد (2).

وقد استعانت الباحث بالوسائل الآتية :

- المصادر العربية والاجنبية.
- الاختبارات والقياسات.
- استمارة الاختبارات البدنية والمهارية.
- استمارة جمع البيانات من خلال تسجيل نتائج الاختبارات المستخدمة.
- استمارة تفريغ البيانات

اجراءات البحث الميدانية

تحديد مقياس الذكاء الانفعالي

تم الاستعانة بمقياس الانفعالي لـ(فاتن على الكاكي)[1] والذي تم تطبيقها على عينة من لاعبي أندية الدرجة الممتازة للالعاب الفرقية في اقليم كردستان و يتكون المقياس من (34)ÑÞÝ أيجابية مقسمة إلى خمسة مكونات و علي النحو الآتي:

جدول (1)

يبين مكونات فقرات المقياس المعدل و عدد الفقرات الخاصة بكل مكون

---

[1] - فاتن علي الكاكي : مقارنة الذكاء الانفعالي لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة للارلعاب الفرقية في اقليم كردستان، بحث غير منشور،2008.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

Ê	المكونات	ãQÑ?(	ÊÑÇÞÁÇÏÏÚ
1	الوعي الذاتي	(29-28-18-16-13-11-8-1)	8
2	التنظيم الذاتي	(32-31-26-23-21-7-6-3)	8
3	الدافعية	(27-25-22-17-12-2)	6
4	المشاركة الانفعالية	(24-19-14-9-4)	5
5	المهارات الشخصية	(34-33-30-20-15-10-5)	7
	مجموع الفقرات		34

و تتم الاجابة على فقرات المقياس وفق ميزان خماسي التدرج(تنطبق على تماماً،تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق على بدرجة متوسطة نتنطبق علي بدرجة قليلة ،لا تنطبق علي تماماً)والتي تعادل الدرجات(١،٢،٣،٤،٥) و تدل حيازة الدرجة المرتفعة على المقياس على الشعور العالي بالذكاء الانفعالي والعكس الصحيح.

تحديد اختبارات القدرات البدنية الخاصة

جدول (2)

يبين الجدول القدرات البدنية والاختبارات المستخدمة لها

Ê	القدرات البدنية	الاختبار
1	السرعة الانتقالية	اختبار السرعة (30) ã[1]
2	مطاولة السرعة	الركض بالمواجهة والظهر بمسافة (252)ã[2]

[1] - سليمان علي حسن (واخرون) : البادى التدريبية في كرة اليد ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1993 ، Õ 372.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

3	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين	ثني ومد الذراعين من وضع الانبطاح المائل في (10) ثانية[31]
4	القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن	الجلوس من الرقود في (20) ثانية[4]
5	القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	حجل لأبعد مسافة (يمين-يسار) لمدة(10)ثا [5]

تحديد اختبارات لبعض المهات الاساسية

جدول (3)

يبين الجدول بعض المهارات الاساسية والاختبارات المستخدمة لها

Ê	المهارات الأساسية	الاختبار
1	المناولة	اختبار المناولة الطويلة ودقة توجيه الكرة من مسافة (30)ã[6]
2	المناولة	سرعة التمرير والاستلام على الحائط لمسافة (3)ã[7]
3	التصويب	اختبار دقة التصويب على المربعات المعلقة في الهدف (50)سم × (50)سم[8]
4	التصويب	دقة التصويب بالقفز عالياً[92]
5	الطبطبة	- اختبار الطبطبة لمسافة (30)ã[103]
6	الطبطبة	طبطبة الكرة بشكل متعرج لمسافة (30)ã[11]

اجراء التجربة الاستطلاعية

اجريت التجربة الاستطلاعية على عينة مؤلفة من (3)لاعبين واحد من نادي السليمانية و أثنان من نادي سيروان نوي و ذلك بتاريخ 2009/11/20 وعلى ملعب نادي السليمانية الرياضي و

---

[2] - نوفل محمد محمود الحيالي، أثر استخدام برنامجين تدريبين بالاسلوبين (المنفرد-المركب) في تطوير عدد من الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1999 ، Õ 35

[3]- نوفل محمد محمود الحيالي، مصدر سبق ذكره، 1999 ، Õ 35

[4] - محمد صبحي حسانين: التقويم والقياس في التربية البدنية ، Ì 1 ،ÊãÅçÇ ، دار الفكر العربي ، 1987 ، Õ 262

[5] -قيس ناجي و بسطويسي احمد ؛ المصدر نفسه Õ344-345.

[6] كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين. القياس في كرة اليد.ÊãÅçÇ : دار الفكر العربي، 1980، ص228.

[7] كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين. المصدر السابق، 1980، ص228.

[8]- Christian Menschel. Hans Gertstein. Handball . Berlin : Sport Verlag, 1981, p.111.

[9] -كمال الدين عبد الرحمن وآخرون: القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد (نظريات وتطبيقات) ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ،2002،ص127 .

[10] ضياء قاسم الخياط و نوفل محمد الحيالي : كرة اليد ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 2001 ، ص 519.

[11] - ضياء قاسم الخياط ونوفل محمد الحيالي : مصدر سبق ذكره ، 2001، Õ 519 .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

اختيروا بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وقد تم استبعادهم من قبل الباحث في التجربة الرئيسية اذ تم تحديدÃهداف هذه التجربة وكالآتي:

1- تحديد الفترة الزمنية التي يستغرقها كل اختيار ومجموع الفترات الزمنية لكل الاختبارات.

2- التعرف على مدى استجابة عينة البحث للاختبارات وطريقة تفاعلهم معها.

3- مدى ملاءمة الادوات المستخدمة في البحث.

4- التعرف على تحديد التسلسل المنطقي لاداء الاختبارات.

5- معرفة امكانية فريق العمل المساعد(*) من ناحية الكفاية والعدد المناسب.

3-4-5 التجربة الرئيسية

قام الباحث بتوزيع أستمارة مقياس الذكاء الانفعالي ثم في اليوم التالي قام الباحث بتطبيق اختبارات الصفات البدنية المهارية خلال يومين لاعبين عينة البحث في فترة من 2009/11/25 إلى 2009/11/27

3-7 الوسائل الاحصائية

استخدام الباحث الحقيبة الإحصائيةٍ SPSS ومنها استخراج الآتي:

1- الوسط الحسابي .

2- الوسيط .

3- الانحراف المعياري .

4- معامل الالتواء .

5-معامل الارتباط البسيط

عرض النتائج ومناقشتها

عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء

جدول (4)

يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء لمتغيرات البحث.

(*) تألف فريق العمل المساعد كل من:-

1- د. ياسين عمر محمد . أستاذ مساعد، كلية التربية الرياضية ، جامعة السليمانية.

2- أوات احمد فقي. مدرس مساعد، كلية التربية الرياضية – جامعة السليمانية.

2- ياسين أحمد كريم. مدرب ناشئين لنادي السليمانية الرياضي.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

المتغيرات	الوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف	معامل الالتواء
الذكاء الانفعالي	109	110	13.46	0.22 -
السرعة الانتقالية	5.442	5.38	0.45	0.4
مطاولة السرعة	1.193	1.22	0.118	0.68-
القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين	28.56	28	6.10	0.27
القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن	13.20	13	1.190	0.50
القوة المميزة بالسرعة لعضلات الرجلين	38.92	39	4.01	0.059 -
دقة المناولة الطويلة	3	3	0.957	صفر
سرعة المناولة والاستلام	22.72	23	1.696	0.49 -
دقة تصويب الكرة الى المرمى	3.56	4	0.82	1.60 -
التصويب من الوثب عالياَ	6.92	7	1.25	0.19 -
سرعة ركض اللاعب بالطبطبة	7.49	7.51	0.57	0.10 -
سرعة الطبطبة والرشاقة	17.23	17.43	0.89	0.67 -

يتبين من الجدول (4) ما يأتي :-

– الذكاء الانفعالي :- أنَّ الوسط الحسابي للذكاء الانفعالي (109) وبانحراف معياري قدرة (13.46) في حين بلغ معامل الالتواء (- 0.22) .

– السرعة الانتقالية:- أنَّ الوسط الحسابي السرعة الانتقالية (5.442) وبانحراف معياري (0.45) وقيمة معامل الالتواء (0.4) .

– مطاولة السرعة:- أنَّ الوسط الحسابي مطاولة السرعة (1.193) وبانحراف معياري بلغ (0.118) حيث بلغ معامل الالتواء (-0.68) .

- القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين:- أنَّ الوسط الحسابي القوة المميزة بالسرعة لعضلات الذراعين (28.56) وبانحراف معياري قدره (6.10) في حين بلغ معامل الالتواء (0.27) .

- القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن:- أنَّ الوسط الحسابي القوة المميزة بالسرعة لعضلات البطن (13.20) وانحراف معياري قدره (1.190) في حين بلغ معامل الالتواء (0.50) .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

دقة المناولة الطويلة:- ÊÑåÙ أنَّ الوسط الحسابي دقة المناولة الطويلة æå (3) وبانحراف معياري ßÜÞ (0.957) وكما ظهر من خلال النتائج أنَّ معامل الالتواء هو (صفر) .

– سرعة المناولة والاستلام:- مظهر Ê أنَّ الوسط الحسابي سرعة المناولة والاستلام æå (22.72) وبانحراف معياري قدره (1.696) في حين بلغ معامل الالتواء(- 0.49) .

– دقة تصويب الكرة الى المرمى:- ÊÑåÙ أنَّ الوسط الحسابي دقة تصويب الكرة الى المرمى æå (3.56) وانحراف معياري قدره (0.82) كما ظهر لنا معامل الالتواء (- 1.60) .

– دقة التصويب من الوثب عالياَ:- ÊÑåÙ أنَّ الوسط الحسابي دقة التصويب من الوثب عالياَ æå (6.92) وبانحراف معياري (1.25) في حين بلغ معامل الالتواء (- 0.19) .

- سرعة ركض اللاعب بالطبطبة:- ÊÑåÙ أنَّ الوسط الحسابي سرعة ركض اللاعب بالطبطبة æå (7.49) وانحراف معياري قدرة (0.57) في حين بلغ معا مل الالتواء (- 0.10) .

– سرعة الطبطبة والرشاقة:- ÊÑåÙ أنَّ الوسط الحسابي سرعة الطبطبة والرشاقة æå (17.23) وانحراف معياري (0.89) وبلغ معامل الالتواء (-0.67) .

عرض الارتباطات بين متغيرات البحث و تحليلها

جدول (5)

جدول يبين معامل الارتباط بين متغيرات البحث

المتغيرات	معامل الارتباط	قيم الدلالة	ÉêºÏáÇ
الذكاء الانفعالي وبعض المهارات الاساسية	0.0473	0.048	معنوي
القدرات البدنية الخاصة وبعض المهارات الاساسية	0.0496	0.039	معنوي

* كل قيمة في حقل الدلالة أقل أو يساوي 0.05 فهو معنوي

من خلال نتائج الجدول (5) يتبين ما يأتي:

- (الذكاء الانفعالي وبعض المهارات الاساسية) وجود علاقة ارتباط معنوية بين الذكاء الانفعالي وبعض المهارات الاساسية إذ بلغت القيمة المحسوبة للارتباط (0.0473) وهي علاقة دالة عند درجة حرية (23) و مستوى دلالة (0,05) إذ بلغت القيمة الجدولية لها (0.394) وهي أقل من القيمة المحسوبة .

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

– (القدرات البدنية الخاصة وبعض المهارات الاساسية)-: وجود علاقة ارتباط معنوية بين القدرات البدنية الخاصة وبعض المهارات الاساسية إذ بلغت القيمة المحسوبة للارتباط (0.0496) وهي علاقة دالة عند درجة حرية(23) و مستوى دلالة (0,05) إذ بلغت القيمة الجدولية لها (0.394) وهي أقل من القيمة المحسوبة .

4-2 مناقشة نتائج الارتباط

- مناقشة علاقة الارتباط بين الذكاء الانفعالي وبعض المهارات الاساسية.

يتضح من الجدول (5) وجود علاقة ارتباط معنوي بين متغير الذكاء الانفعالي و المهارات الاساسية و يرجع الباحث العلاقة الارتباط المعنوية بين المهارات الاساسية الانفعالي الى منطقية هذه العلاقة ولقد اشارت المصادر العلمية على هذه العلاقة اذ اثبت لويس كيلونسك (Louis Kuloiussk) بكلية تكساس ان هناك علاقة موجبة بين الذكاء وتعلم المهارات الاساسية ان الذكاء الانفعالي هو "قدرة الفرد على معالجة المعلومات الانفعالية بما تتضمنه تلك المعالجة من إدراك و استيعاب و فهم و إدارة الانفعالات "[1] ، اذ أشار هاره الى وجود علاقة بين القابلية العقلية والمستويات الممارسة واكد انه كلما ارتفع المستوى الممارس عند الشخص ارتفعت المتطلبات العقلية اللازمة لتلك اللعبة . كما ان العقل والجسم لا يمكن ان يعمل كل منهما بمفرده .

فالفرد الذي يتمتع بالذكاء الانفعالي أثر قدرة على استيعاب المعلومات التي يتضمنها الموقف التربوي والتعليمي او الحركي او الممارس وتشارك عناصر اللياقة البدنية في تحقيق الإنجاز الممارس وتنمية الفرد عقلياً وبدنياً وهو شرط أساسي لتعلم المهارات الحركية الدقيق للانفعالات و تقديرها والتعبير عنها ،والقدرة على الوصول إلى المشاعر و فهم الانفعالات و تنظيمها للارتقاء بالنمو العقلي والانفعالي"[2]، بما أن الذكاء الانفعالي هي عملية عقلية ذهنية تعتمد على تلقي الاوامر وتنفيذها وهي لاتتأثر بنمو أي نوع من انواع القدرات البدنية الخاصة الانفعالي هو "الاستخدام الذكي للانفعالات الذاتية و قراءة مشاعر الآخرين والقدرة

---

[1]-Mayer & Salovy, J.D. The positive Psychology of emotional intelligence. Hand book of positive Psychology, London, Oxford University Press, 2002, p45.

[2] -عثمان حمود الخضر:الذكاء الانفعالي هل هو مفهوم جديد،دراسات نفسية،القاهرة،المجلد(12) Ú(1)،2002 ،ص250.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

على التحكم الانفعالي و ضبطها و إدارتها على نحو ايجابي"[3] و من خلال هذا التعريف نتوصل الى علاقة بين الذكاء الانفعالي وأداء المهارة علاقة قوية لأن محور الذي يدور عليه نفعالي هو طبيعة الجو الانفعالي الذي يسود بين اللاعبين ، و في قدرتهم على استخدام المهارات الانفعالية بكفاءة ، والمتمثلة بالقدرة على إدراك مشاعرهم و مشاعر اللاعبين الآخرين و تقييم قدراتهم الذاتية بدقة والقدرة على تنظيم انفعالاتهم و إدارتها على نحو ايجابي لاتخاذ القرارات الصائبة في جميع المواقف الرياضية[1] ، و من هنا نرى بأن اللاعب الذي يكون لديه ذكاء انفعالي يكون قادر على قراءة الميول الانفعالية للمجموعة و تحقيق التوازن في ردود أفعاله الانفعالية مع الآخرين ، المعنوية لها دلالات تشير الى أن أداء المهارات تؤثر في اعداد او تعديل سلوك و انفعالات الاعب بالاتجاه الذي يطور الوعي الذاتي و التنظيم الذاتي و الدافعية و المشاركة الانفعالية و المهارات الشخصية

ثانياً - مناقشة علاقة الارتباط بين القدرات البدنية الخاصة وبعض المهارات الاساسية

يبين لنا الجدول (5) وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين القدرات البدنية الخاصة و دقة و اداء بعض المهارات الاساسية و يعزو الباحث ذلك الى أهمية القدرات البدنية الخاصة للاعبي كرة اليد في أداء و دقة المهارات لأن أداء المهارات في كرة اليد و خاصة المستويات العليا يحتاج يتطلب من اللاعب قابليات بدنية خاصة من خلال التدريب عليها لتطويرالقدرات البدنية حتى يتمكن اللاعب من اداء المهارات بشكل جيد ? أداء الجيد للمهارات الاساسية في لعبة كرة اليد تعد بمثابة العمود الفقري للفريق و للاعب وعادة ما تاخذ الوقت الاطول في التمرين عليها دقة في الاداء المهارة تتطلب الكثير من القدرات البدنية الخاصة حتى يتمكن اللاعب من سيطرة على المهاراة الاساسية و أداءها بشكل أدق ، و ان القدرات البدنية هي التي يتمكن اللاعب عن طريقها أداء المهارات الاساسية في ظروف مختلفة او تحت ضغط المنافسين ئها في ظروف بالغة الصعوبة فالقدرات البدنية العالية تظهر اللاعب بأحسن اداء في مختلف الظروف وبمستوى ثابت وكفاءة عالية .

يرجع الباحث ان العلاقة القوية بين القدرات البدنية الخاصة و المهارات الاساسية بعض القدرات البدنية الخاصة والتي تجعل اللاعب يؤدي المهارة بالطريقة المثالية . يتطلب انجاز كرة اليد للاداءات المهارية بأشكالها المتعددة والمتنوعة خلال المباراة ضرورة توافر بعض القدرات البدنية الخاصة ، حيث تتباين المتطلبات البدنية من حيث نوعها ، وكميتها ، وتوقيت

---

[3]-Goleman.D, Beyond IQ: Developing the leadership competencies of emotional intelligence, Presented of the (2nd) International Competency Conference, London, 1997, p169.

[1]-Gardner, H. Multiple Intelligence New York: Basic Books, 1993, p74.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

أخراجها تبعاً لنوعية كل مهارة وأن القصور في أمتلاك اللاعب لتلك البدنية أو أقتصاره لها يعكس بوضوح ضعف المستوى المهاري له، و أن " اختيار التمارين المناسبة تمكن المدرب من تطوير القدرات البدنية الخاصة وفي الوقت نفسه يعمل على إتقان اللاعب المهارات الأساسية "[2]

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات

1. ظهرت درجات جيدة للذكاء الانفعالي و القدرات البدنية الخاصة وبعض المهارات الاساسية لدى عينة البحث.
2. ظهرت علاقة معنوية بين مستوى الذكاء الانفعالي و بعض المهارات الاساسية لدى عينة البحث.
3. ظهرت علاقة معنوية بين القدرات البدنية الخاصة و بعض المهارات الاساسية لدى عينة البحث.

التوصيات

و يوصي الباحث بما يلي:

1. رفع الكفاءة الانفعالية للاعبين من خلال تضمين مناهج التدريبية بمهارات الذكاء الانفعالي.
2. قياس الذكاء الانفعالي بشكل دوري و تنظيم انفعالاتهم بطريقة تساعد على تحكم في الذات و تكوين سلوكيات متوافقة و ناجحة مع جميع المواقف الضاغطة في المنافسة.
3. إجراء بحوث مشابهة تشمل فئات أخرى ولكلا الجنسين لغرض الإسهام في رفع مستوى اللاعبين .

المصادر العربية والاجنبية:-

المصادر العربية:

- امر الله احمد بساطي. اسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته. الاسكندرية : المعارف للنشر، 1998..
- بسطويسي احمد : اسس ونظريات التدريب الرياضي ، دار الفكر العربي ، 1999.
- بسطويسي احمد : اسس ونظريات الحركة ، دار الفكر العربي ، 1996.

[2] - حنفي محمود مختار : المدير الفني لكرة القدم . مركز الكتاب ، القاهرة ، 1998.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

•حسين أبو رياش و آخرون : الذكاء والدافعية ،ط1، عمان ،دار الفكر ، 2006.

•حنفي محمود مختار : المدير الفني لكرة القدم ، القاهرة ، مركز الكتاب ، 1998.

•سليمان علي حسن (واخرون) : البادى التدريبية في كرة اليد ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 1993 .

•ضياء الخياط ،عبد الكريم قاسم : كرة اليد ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر،1988.

•ضياء قاسم الخياط و نوفل محمد الحيالي : كرة اليد ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 2001 ،.

•عثمان حمود الخضر:الذكاء الانفعالي هل هو مفهوم جديد،دراسات نفسية، ÑåçÁç ،المجلد(12) Ú(1)،2002.

•عصام محمد امين ، محمد جابر بريقع :التدريب الرياضي ،أسس .مفاهيم. أتجاهات، الاسكندرية ، مطابع القدس ،1997.

•فاتن علي الكاكي : مقارنة الذكاء الانفعالي لدى لاعبي اندية الدرجة الممتازة للارلعاب الفرقية في اقليم كردستان، بحث غير منشور،2008.

•فؤاد السامرائي : كرة اليد ، Ì 2 ، 1Ø ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1987.

•قيس ناجي عبد الجبار وبسطويسي احمد؛ الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي،بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1987.

•كمال الدين عبد الرحمن وآخرون : القياس والتقويم وتحليل المباراة في كرة اليد (نظريات وتطبيقات) ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ،2002.

•كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين. القياس في كرة اليد.ÑåçÁç ، دار الفكر العربي، 1980، ص228.

•محمد بكر نوفل :ÁçÁç الانفعالي في غرفة الصف ،ط1 ،عمان ،دار المسيرة ،2007.

•محمد حسن علاوي : علم التدريب الرياضي ، 2Ø ،ÑåçÁç ، دار المعارف ،1992 .

•محمد صبحي حسانين . احمد كسرى معاني : موسوعة التدريب الرياضي التطبيقي ، 1Ø ، ÑåçÁç ، مركز الكتاب للنشر ، 1998.

•محمد صبحي حسانين: التقويم والقياس في التربية البدنية ، Ì 1 ،ÑåçÁç ، دار الفكر العربي ، 1987 .

•منير جرجيس اراهيم : كرة اليد للجميع ، 3Ø ، مصر ، دار الفكر للطباعة ، 1994.

•نوفل محمد محمود الحيالي، أثر استخدام برنامجين تدريبين بالاسلوبين(المنفرد-المركب) Ý í تطوير عدد من الصفات البدنية الخاصة بكرة اليد ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1999.

•Alleen Wiad : Coach yourself. Association. Football. 1970.

•Catherine .C: Becoming Emotionally Intelligent Stafford: Network Education Press, 2003.

Please purchase PDFcamp Printer on http://www.verypdf.com/ to remove this watermark.

- Christian Menschel. Hans Gertstein. Handball. Berlin: Sport Verlag, 1981.
- Daniel Goleman: The emotional Intelligence worker, Futurist, 1999.
- Furnham,A ; Trait Emotional Intelligence and Happiness Social behavior and personality ,V(31) ,N(8) ,2006.
- Gardner, H. Multiple Intelligence New York: Basic Books, 1993.
- Goleman.D, Beyond IQ: Developing the leadership competencies of emotional intelligence, Presented of the (2nd) International Competency Conference, London, 1997.
- Goleman.D, working with Emotional Intelligence, Bantam Books, New York, 2000.
- Johnoth ,Rolf ,Kerm, Konditian training ,Rowhlt taschen bach ,verlag cmbh, Reinbek bei Hamburg, 1984
- Kasler , Horts , Handball , Stottgart verleag KarlHofman , 1980
- Mayer & Salovy, J.D. The positive Psychology of emotional intelligence. Hand book of positive Psychology, London, Oxford University Press, 2002.