

المهارات النفسية وعلاقتها بأبعاد التفوق الرياضي للاعبين كرة القدم

مهند عبد الستار رشيد الجبوري

hddorbruhr@gmail.com

سرور ثابت هاشم الصالحي

srouregablt1985@gmail.com

جامعة ديالى / قسم النشاطات الطلابية

جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مستخلص البحث باللغة العربية

يتعرض اللاعبون للكثير من العوامل النفسية اثناء المباريات وفي جميع الفعاليات ولكن تختلف من فعالية الى اخرى وذلك بسبب نوع الفعالية وكذلك كيفية ادائها ، وبما ان كرة القدم من الفعاليات التي تكون فيها عامل الخشونة كبيرة فبالتالي تؤثر ذلك أيضا كعامل اساسي في اداء اللاعبين .

وبما إن الباحثان من خلال اطلاعهما ومعرفته فرق كرة القدم للذين يشاركون في بطولة النخبة في دوري كرة القدم في العراق كان مستواهم متواضع الى حد بعيد وذلك من نواحي كثيرة ولكن الشيء الذي انتبهنا له هو مدى أو مستوى المهارات النفسية لدى اللاعبين بشكل خاص والفريق بشكل عام وبالتالي يحاول الباحث التعرف على مدى علاقتها بأبعاد التفوق الرياضي، ولهذا تجرى هذا البحث على الفرق الذين يشاركون في دوري الممتاز في العراق ، أما اهداف البحث هو التعرف على الفروق بين ابعاد مقاسي (المهارات النفسية و ابعاد التفوق الرياضي) والمتوسط الفرضي لدى لاعبي كرة القدم في دوري الممتاز في العراق ، علاقة الارتباط بين المهارات النفسية و ابعاد التفوق لاعبي كرة القدم في دوري الممتاز في العراق ، فقد شملت الدراسة لاعبي الدوري الممتاز بكرة القدم في العراق واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية وذلك من خلال الاستعانة بكل من مقياس المهارات النفسية و مقياس التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي لغرض جمع المعلومات والبيانات الخاصة بالدراسة ومن ثم معالجتها احصائياً باستخدام الوسائل الاحصائية (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الوسط الفرضي، معامل الارتباط البسيط ، اختبار (ت) لعينة واحدة).

واستنتج الباحثان عدم وجود علاقة دالة معنوياً بين بعد(التوجه نحو ضبط النفس) لمقياس التفوق الرياضي وابعاد المهارات النفسية (القدرة على التصور - القدرة على الاسترخاء - القدرة على مواجهة القلق - القدرة على التركيز الانتباه - الثقة بالنفس - دافعية الانجاز الرياضي)، فلم تحقق ارتباطاً معنوياً ، فضلا عن ذلك عدم وجود علاقة دالة معنوياً بين بعد التوجه نحو احترام الآخرين لمقياس التفوق الرياضي وابعاد المهارات النفسية (القدرة على التصور - القدرة على مواجهة

القلق - القدرة على التركيز الانتباه- الثقة بالنفس)، فلم تحقق ارتباطاً معنوياً. ما عدا مع بعدين اثنين من ابعاد المهارات النفسية وهي(القدرة على الاسترخاء- دافعية الانجاز الرياضي).

وقد اوصى الباحثان الاسترشاد بأهمية المهارات النفسية كأحد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية ، وضرورة قيام الأخصائي النفسي الرياضي بتنمية وتطوير المهارات النفسية و سمة التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي للاعب كرة القدم مع الاهتمام بالتعرف على نواحي القوة والضعف وملاحظة تطورها ومواصلة تقييمها مع تسجيل معدلات كل لاعب.

Abstract

Psychological Skills and Their Relationship to the Dimensions of Sports Excellence among Football Players

by

Muhannad Abdul-Sattar Rashid Al-Jubouri
University of Diyala / Student Activities Department

Suroor Thabit Hashim Al-Salihi
University of Diyala / College of Physical Education and Sports Sciences

Players are exposed to many psychological factors during competitions in all sports activities; however, these factors vary from one activity to another depending on the type of sport and the manner of performance. Since football is considered one of the sports characterized by a high level of physical contact, this factor significantly affects players' performance as a fundamental component.

Through the researchers' observation and familiarity with football teams participating in the Elite Championship of the Iraqi Football League, it was noticed that their performance level was relatively modest in many aspects. One of the most notable aspects observed was the level of psychological skills among players in particular and the team in general. Accordingly, the researchers sought to identify the extent of the relationship between psychological skills and the dimensions of sports excellence. Therefore, this study was conducted on teams participating in the Iraqi Premier Football League.

The aims of the study were to identify the differences between the dimensions of the two scales (psychological skills and dimensions of sports excellence) and the hypothetical mean among football players in the Iraqi Premier League, as well as to determine the correlation between psychological skills and the dimensions of sports excellence among these players.

The study sample included players of the Iraqi Premier Football League. The researchers adopted the descriptive method using the survey approach and correlational relationships.

Data were collected using the Psychological Skills Scale and the Orientation toward the Dimensions of Sports Excellence Scale. The collected data were statistically analyzed using the following statistical methods: arithmetic mean, standard deviation, hypothetical mean, Pearson's simple correlation coefficient, and the one-sample t-test.

The results revealed that there was no statistically significant relationship between the dimension of orientation toward self-control within the Sports Excellence Scale and the dimensions of psychological skills (imagery ability, relaxation ability, ability to cope with anxiety, attentional concentration ability, self-confidence, and sports achievement motivation). In addition, no statistically significant relationship was found between the dimension of orientation toward respect for others within the Sports Excellence Scale and the dimensions of psychological skills (imagery ability, ability to cope with anxiety, attentional concentration ability, and self-confidence), except for two psychological skill dimensions: relaxation ability and sports achievement motivation.

The researchers recommended emphasizing the importance of psychological skills as one of the key factors for success and achieving optimal sports performance. They also emphasized the necessity for sports psychologists to develop and enhance psychological skills and the orientation toward the dimensions of sports excellence among football players, with careful attention to identifying strengths and weaknesses, monitoring their development, continuously evaluating performance, and recording individual player performance levels.

١ - التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

إن الوصول باللاعب الى أفضل مستوى في الأداء يكون بتهيئته وإعداده الجيد للمنافسات الرياضية من خلال الاهتمام بالمنهج التدريبي المعد مسبقاً من قبل المدرب ، والذي يشمل الإعداد البدني والمهاري والخططي فضلاً عن ذلك الإعداد النفسي والذي لا تقل أهميته في وصول اللاعب الى أفضل مستوى قبل وفي أثناء المنافسة الرياضية، ومن خلال التطور الذي حصل للرياضة وفي مختلف الأنشطة الرياضية ما هو الا حصيله ابحاث ودراسات وجهود علمية مختلفة ساهمت في تقدم الحركة الرياضية، ولعل مجال علم النفس الرياضي هو احد هذه المجالات المهمة في النشاط الرياضي، اذ كانت اولى تلك الدراسات والبحوث التي بدأ بها هذا العلم هي دراسة الشخصية الرياضية تلتها دراسات في بعض الظواهر النفسية (كالقلق والخوف والاستثارة الانفعالية) وعلاقتها بالإنجاز الرياضي، وقد اشارت نتائج هذه الدراسات الى ان العامل النفسي يؤثر في بعض الاحيان سلباً في الانجاز الرياضي ويؤثر في احيان أخرى ايجاباً ، لذا تعد لعبة كرة القدم من الفعاليات الرياضية التي يبذل فيها اللاعب مجهوداً بدنياً كبيراً جداً على مدى زمن المباراة الأمر الذي يؤدي الى ضغط نفسي كبير على اللاعبين ، وتعد (المهارات النفسية و ابعاد التفوق الرياضي) من العوامل المؤثرة في مستوى الاداء اللاعبين ولها دور كبير في تحسين وتطور الاداء و وجود نقص أو الخلل في الحالة النفسية له تأثير مباشر على قدرة واداء اللاعب بشكل خاص وعلى الفريق ككل، ولهذا يجب الاهتمام بالجانب النفسي من خلال اعداد مناهج و برامج نفسية

يعد من خلال التعرف على الخلل الموجود في الفريق من خلال تحديد وشخيص ابعاد النفسية للفرق واجراء البحوث و الدراسات النفسية.

ومن هنا تبرز أهمية البحث الحالي الذي يتناول معرفة مستوى كل من (المهارات النفسية و ابعاد التفوق الرياضي) للاعبي الأندية الممتازة بكرة القدم ، وهذا سوف يساهم في التعرف على بعض الجوانب النفسية التي في حال الاهتمام بها سوف تساعد في الوصول للمستوى المتطور في أدائه اللاعبين أثناء المنافسات الرياضية.

١-٢ مشكلة البحث

يتعرض اللاعبون للكثير من العوامل النفسية اثناء المباريات وفي جميع الفعاليات ولكن تختلف من فعالية الى اخرى وذلك بسبب نوع الفعالية وكذلك كيفية ادائها ، وبما ان كرة القدم من الفعاليات التي تكون فيها عامل الخشونة كبيرة فبالنتالي تؤثر ذلك أيضا كعامل اساسي في اداء اللاعبين .

ومن خلال اطلاع الباحثان ومعرفتهما بفرق كرة القدم للذين يشاركون في بطولة النخبة في دوري كرة القدم في العراق كان مستواهم متواضع الى حد بعيد وذلك من نواحي كثيرة ولكن الشيء الذي انتبهنا له هو مدى أو مستوى المهارات النفسية لدى اللاعبين بشكل خاص والفريق بشكل عام وبالتالي المهارات النفسية لها دور كبير جدا ومهم لدى لاعبي كرة القدم لذلك يحاول الباحثان التعرف على مدى علاقتها بأبعاد التفوق الرياضي، ولهذا تجرى هذا البحث على الفرق الذين يشاركون في دوري الممتاز في العراق ولان مشكلة البحث تكمن بدراسة متغيرات قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم .

١-٣ هدفا البحث

- ١- التعرف على طبيعة الفروق المعنوية لأبعاد مقياسي (المهارات النفسية و التفوق الرياضي) لدى لاعبي كرة القدم في دوري الممتاز بكرة القدم .
- ٢- التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين المهارات النفسية و ابعاد التفوق الرياضي لاعبي كرة القدم في دوري الممتاز في العراق.

١-٤ فرضا البحث

- ١- هنالك فروق احصائية بين أبعاد (للمهارات النفسية و ابعاد التفوق الرياضي) و المتوسط الفرضي لدى لاعبي كرة القدم المشاركة في دوري الممتاز في العراق .
- ٢- هنالك علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين المهارات النفسية و ابعاد التفوق الرياضي للاعبي كرة القدم في دوري الممتاز في العراق .

١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري : لاعبو أندية (الزوراء - الطلبة - الجوية - الصناعة - كربلاء - دهوك) بكرة القدم .

١-٥-٢ المجال المكاني : ساحات أندية (الزوراء - الطلبة - الجوية - الصناعة - كربلاء - دهوك) بكرة القدم.

١-٥-٣ المجال الزمني : ٢٠٢٤/٧/٦ - ٢٠٢٥/٤/٢٠ .

٢- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

١-٢ منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية وذلك لملاءمته لأهداف وفرضيات البحث.

٢-٢ مجتمع وعينة البحث:

تتكون عينة البحث من (٨٤) لاعبا من لاعبي كرة القدم من اندية (الزوراء - الطلبة - الجوية - الصناعة - كربلاء - دهوك) بكرة القدم ، الرياضي المشاركين في دوري الممتاز ، كرة القدم في العراق للموسم (٢٠٠٩-٢٠١٠) جدول (١) والتي تم تطبيق أدوات القياس عليهم.

جدول (١)

توزيع المجتمع وعينة البحث

النسبة المئوية	عدد الكلي للنادي	النسبة المئوية	عينة البحث	النادي
%١٠٠	١٤	%٩٢,٨	١٣	الزوراء
%١٠٠	١٤	%٨٥,٧	١٢	الطلبة
%١٠٠	١٤	%٧٨,٥	١١	الجوية
%١٠٠	١٤	%٨٥,٧	١٢	دهوك
%١٠٠	١٤	%٨٥,٧	١٢	الصناعة
%١٠٠	١٤	%٧٨,٥	١١	كربلاء
%١٠٠	٩٨	%٨٥,٧	٨٤	المجموع

٢-٣ أدوات والجهزة ووسائل جمع معلومات البحث:

١ - الوسائل البحثية وتتضمن:

- الاستبانة.

- مقابلات شخصية.

-المصادر والمراجع العربية والاجنبية.

- استخدام مقياس المهارات النفسية.

- استخدام مقياس ابعاد التفوق الرياضي.

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية

٢-٤-١ مقياس المهارات النفسية في الرياضة:

استخبارات المهارات العقلية لقياس بعض الجوانب العقلية (النفسية) المهمة للأداء الرياضي(١)، وصممه (بل) ، و(جون البنسون)، و (كريستوفر شامبروك)، و قد قام (محمد حسن علاوي) باقتباسه وتعديله ملحق(١)، ويتكون ابعاده من:-

- القدرة على التصور - القدرة على الاسترخاء

- القدرة على التركيز الانتباه - القدرة على مواجهة القلق

- الثقة بالنفس - دافعية الإنجاز الرياضي

والمقياس يتضمن (٢٤) فقرة، ويتضمن (٦) أبعاد كل بعد تمثله (٤) عبارات كلاتي(١)

- القدرة على التصور ويشمل العبارات (١٩،١٣،٧،١)، وكلها عبارات ايجابية عدا العبارة (١٣) في عكس اتجاه البعد.

- القدرة على الاسترخاء ويشمل العبارات(٢٠،١٤،٨،٢)، وكلها عبارات ايجابية عدا العبارة (٨) في عكس اتجاه البعد.

- القدرة على تركيز الانتباه ويشمل العبارات (٢١،١٥،٩،٣)، وكلها عبارات في عكس اتجاه البعد.

- القدرة على مواجهة القلق ويشمل العبارات (٢٢،١٦،١٠،٤) وكلها عبارات في عكس اتجاه البعد.

(١) محمد حسن علاوي، كمال الدين عبدالرحمن، عماد الدين عباس: الإعداد النفسي في كرة القدم (نظريات - تطبيقات)، (مركز الكتاب للنشر،

القاهرة، ٢٠٠٣) ص ٤٥٥-٤٥٨.

(١) - محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، (مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، ١٩٩٨) ص ٥٤٣-٥٤٧

- الثقة بالنفس وتشمل العبارات (٢٣،١٧،١١،٥) العبارتان (١٧،٥) في اتجاه البعد و (٢٣،١١) في عكس اتجاه البعد.

- دافعية الانجاز الرياضي وتشمل العبارات (٢٤،١٨،١٢،٦) كلها في اتجاه البعد.

ويقوم اللاعب الرياضي بالإجابة على عبارات مقياس سداسي التدرج (الرقم ١) يدل على أن العبارة لا تنطبق عليك تماماً ، الرقم (٢) يدل على أن العبارة تنطبق عليك بدرجة قليلة جداً ، والرقم (٣) بدرجة قليلة ، والرقم (٤) بدرجة متوسطة ، والرقم (٥) بدرجة كبيرة ، والرقم (٦) يدل على أن العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة جداً . وهذه الدرجات باتجاه البعد، أما العبارات بعكس اتجاه البعد فتكون (١=٦ ، ٢=٥ ، ٣=٤ ، ٤=٣).

ويتم جمع درجات كل بعد على حدة حيث الدرجة الصغرى (٤) و الدرجة الكبرى (٢٤)، وكلما اقتربت أو تجاوزت الدرجة من الوسط الفرضي(*) وهو (١٤) لكل بعد كلما كانت تتميز بالخاصية التي يقيسها هذا البعد وكلما قلت درجته دل ذلك على حاجته لاكتساب المزيد من التدريب على المهارة العقلية التي يقيسها هذا البعد، ويتكون الدرجة الصغرى للمقياس ككل (٢٤) و الدرجة الكبرى (١٤٤) اما درجة الوسط الفرضي (٨٤).

٢-٤-٢ مقياس التوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي:

هذا المقياس (١) يقيس ثلاثة ابعاد بالإضافة الى الدرجة الكلية للمقياس التي يتكون من (٥٤) فقرة ملحق (٢) تشير الى توجه الفرد نحو الرياضة بصفة عامة ونحو التفوق الرياضي ، وأبعاد القياس في الصورة هي :-

١- بعد (التوجه نحو ضبط النفس) يتكون من (١٨) عبارة منها (١٦) عبارة سلبية وعكس اتجاه البعد و عدد (٢) عبارة ايجابية.

العبارات السلبية يتكون ارقامها من (٧،١١،١٢،١٧،٢٠،٢١،٢٨،٣٧،٣٨،٤٠،٤٢،٤٣،٤٤،٤٧،٥١،٥٢) ، اما العبارات الايجابية فهما (٢٤،٣٠) .

٢- بعد (التوجه نحو الإحساس بالمسؤولية) يتكون من (١٨) عبارة منها (١٤) عبارة سلبية و عكس اتجاه البعد و عدد (٤) عبارة ايجابية. العبارات السلبية يتكون ارقامها من (١٠،٣،٥،٦،٨،١٩،٢٦،٢٩،٣٢،٣٣،٣٥،٤١،٤٦،٥٠) ، اما العبارات الايجابية فهما (١٤،٣٩،٤٨،٥٤) .

(*) الوسط الفرضي = عدد الفقرات × عدد مجموع البدائل

عدد البدائل

(١) محمد حسن علاوي، كمال الدين عبدالرحمن، عماد الدين عباس: نفس المصدر، ص ٤١٥-٤٢١.

٣- بعد (التوجه نحو احترام الآخرين) يتكون من (١٨) عبارة منها (١٥) عبارة سلبية و عكس اتجاه البعد و عدد(٣) عبارة ايجابية. العبارات السلبية يتكون ارقامها من (٢،٤،٩،١٣،١٦،١٨،٢٢،٢٣،٢٥،٣٠،٣٤،٣٦،٤٥) ، اما العبارات الايجابية فهما (١٠،٤٩،٥٣).

هذا المقياس وضعه في الاصل "دونالد دل" بهدف قياس التوجه نحو المنافسة الرياضية ونحو بعض الأبعاد المرتبطة بالتفوق الرياضي، وقد قام (محمد حسن علاوي) باقتباس و تعديل العديد من الفقرات.

ويقوم اللاعب بالإجابة على الفقرة طبقاً لتوجهه نحو المقياس خماسي التدرج للعبارات الايجابية (أوافق بدرجة كبيرة (٥) درجات، أوافق(٤) درجات، غير متأكد(٣) درجات، لا أوافق(٢) درجات، لا أوافق بدرجة كبيرة(١) درجات) . أما للعبارات السلبية فتكون (أوافق بدرجة كبيرة (١) درجات، أوافق(٢) درجات، غير متأكد(٣) درجات، لا أوافق(٤) درجات، لا أوافق بدرجة كبيرة (٥) درجات).

ويتم جمع درجات كل بعد على حدة حيث الدرجة الصغرى هو (١٨) و الدرجة الكبرى هو(٩٠)، وكلما اقتربت أو تجاوزت الدرجة من الوسط الفرضي(*) (٥٤) لكل بعد كلما كانت تتميز بالخاصية التي يقيسها هذا البعد وكلما قلت درجته دل ذلك على حاجته لاكتساب المزيد من التدريب على المهارة العقلية التي يقيسها هذا البعد. ويتكون الدرجة الصغرى للمقياس ككل (٥٤) و الدرجة الكبرى (٢٧٠) اما درجة الوسط الفرضي (١٦٢).

٢-٥ التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ ١٧ / ٧ / ٢٠٢٤ على (٤) لاعبين من نادي (هيرش) الرياضي، اذ ان الغرض من التجربة الاستطلاعية هو لأجل التوصل الى معرفة: مدى صلاحية الأدوات التي استخدمها الباحث في الاختبارات.

الوقت الذي يستغرقه الاختبار(المهارات النفسية) (١١) دقيقة أما مقياس (التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي) استغرق (٢٢) دقيقة.

٢-٦ الأسس العلمية للمقياس:-

٢-٦-١ الصدق:

لغرض التأكد من قدرة المقياس على قياس ما وضع من اجله وهي (المهارات النفسية) تم اللجوء إلى الصدق الظاهري وذلك بعرض المقياس على عدد من السادة المختصين في علم النفس الرياضي لأخذ آرائهم حول مدى صدق

(*) الوسط الفرضي = $\frac{\text{عدد الفقرات} \times \text{عدد مجموع البدائل}}{\text{عدد البدائل}}$

المقياس وبعد ذلك تم جمع استمارات المقياس وظهرت نسبة اتفاق بين السادة المختصين تصل الى ٩٥% وهذا يعني ان المقياس صادق لأنه على الباحث (الحصول على موافقة ٧٥% فأكثر من اراء المحكمين في هذا النوع من الصدق) .

٢-٦-٢ الثبات:

لغرض إيجاد معامل ثبات المقياس اعتمدت الباحثة على طريقة الاختبار واعادة الاختبار اذ تعد الاداة ثابتة اذا اعطت النتائج نفسها في قياسها للظاهرة مرات متتالية فقد تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٩) لاعبين من لاعبي هيرش بكرة القدم والذين هم من ضمن مجتمع البحث وبعد مرور (١٠) أيام تم تطبيق المقياس مرة اخرى على نفس اللاعبين وباستخدام معامل الارتباط البسيط بين الاختبارين الاول والثاني تم إيجاد معامل الثبات لكل بعد من ابعاد المقياسين كما في الجدول (٢).

جدول (٢)

يبين قيم معامل الثبات لمقاييس المهارات النفسية والتوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي

ت	المهارات النفسية	الثبات	ت	التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي	الثبات
١	القدرة على التصور	٠,٨٧	١	التوجه نحو ضبط النفس	٠,٨٦
٢	القدرة على الاسترخاء	٠,٨٦			
٣	القدرة على تركيز الانتباه	٠,٨٥	٢	التوجه نحو الاحساس بالمسؤولية	٠,٨٤
٤	القدرة على مواجهة القلق	٠,٨٧			
٥	الثقة بالنفس	٠,٨٦	٣	التوجه نحو احترام الآخرين	٠,٨٥
٦	دافعية الانجاز الرياضي	٠,٨٧			

٢-٧ التجربة الرئيسية:

بعد استكمال كافة المستلزمات العلمية للمقياس وتهيئة الجو المناسب لإجابة عينة البحث، أذ قام الباحث بتنفيذ البحث من خلال توزيع (*) استمارات مقياس (المهارات النفسية) بيوم واحد ثم في اليوم الثاني تم توزيع استمارات مقياس (التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي) علي عينة البحث والمتكون من لاعبي اندية (الزوراء - الطلبة - الجوية - الصناعة - كربلاء - دھوك) بكرة القدم ، وقد تم الاستعانة بمدرّب الاندية ومساعدتهم وبوجود الباحث من تاريخ ٢٥/٧ - ٢٢/٩/٢٠٢٥ .

٢-٨ الوسائل الإحصائية:

(*) تم الاستعانة بمدرّبي فرق العينة لتوضيح و تطبيق الاجراءات.

(Spss) الحقيبة الاحصائية

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

٣-١ عرض وتحليل ومناقشة نتائج التعرف على المهارات النفسية :

جدول (٣)

يبين عرض وتحليل ومناقشة نتائج التعرف على المهارات النفسية

الدالة	اختبار التائي لعينة واحدة		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ابعاد المهارات النفسية
	الجدولية	المحسوبة				
غير معنوي	١,٩٩	٠,٩٤	١٤	٢,٦٦٨	١٦,٥٢٣	القدرة على التصور
غير معنوي		١,٥٥		٢,٨٣٧	١٨,٤٠٤	القدرة على الاسترخاء
غير معنوي		٠,٢١		٢,٧٣٤	١٤,٥٨٣	القدرة على مواجهة القلق
غير معنوي		٠,٥١		٣,٣٦٩	١٥,٧٣٨	القدرة على التركيز الانتباه
غير معنوي		٠,٧٢		٤,٤٤٢	١٧,٢١٤	الثقة بالنفس
غير معنوي		٠,١٨		٣,٤٦٢	١٤,٦٥٤	دافعية الانجاز الرياضي
غير معنوي		١,٣٣	٨٤	٩,٨١٠	٩٧,١١٩	مجموع الابعاد

قيمة (ت) الجدولية = (١,٩٩) عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وبدرجة الحرية (٨٣)

يبين لنا الجدول (٣) ان الوسط الحسابي للأبعاد مقياس المهارات النفسية قريبة من الوسط الفرضي أو اكبر بقليل ، اما درجات المحتسبة لاختبار الثاني لجميع الابعاد كانت اقل من الجدولية وهي (١,٩٩) وبذلك كانت الابعاد غير معنوية، وكذلك في درجة المقياس الكلي ايضاً اظهرت اختبار (ت) المحسوبة اقل من الدرجة الجدولية.

وكما ظهر من النتائج انه لم تظهر فروق معنوية وهذا يعزوه الباحث الى ان الدرجات كانت قريبة من الوسط الفرضي أو اعلى بقليل اي ان اللاعبين هم بمستوى وسط ويحتاجون الى التدريب على المهارات النفسية. حيث " ان تدريب المهارات النفسية يناسب الرياضيين مع اختلاف اعمارهم أو مستوياتهم" (١) الى ان اللاعبين في اشد الحاجة الى الاعداد والتوجيه النفسي الذي يساعدهم على تجاوز ما يشعرون به من أي ضغط من ضغوط التدريب او المنافسة فضلا عن انهم لم يصلوا بعد الى الدرجة التي تمكنهم من التحكم بحالتهم النفسية.

(١) اسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية ، (دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠٠) ص ٨٥.

٣-٢ عرض وتحليل ومناقشة نتائج التعرف على التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي:-

جدول (٤)

يبين عرض وتحليل ومناقشة نتائج التعرف على التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي

الدالة	اختبار التائي لعينة واحدة		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ابعاد التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي
	الجدولية	المحسوبة				
غير معنوي	١,٩٩	٠,٤٠	٥٤	٧,٢٦٠	٥١,٠٧١	التوجه نحو ضبط النفس
غير معنوي		٠,١٥		٥,٤١٣	٥٤,٨٥٧	التوجه نحو الاحساس بالمسؤولية
غير معنوي		٠,٢٢		٤,٨١٣	٥٢,٩٠٤	التوجه نحو احترام الآخرين
غير معنوي		٠,٢٤	١٦٢	١٣,١١٧	١٥٨,٨٣٣	مجموع الابعاد

قيمة (ت) الجدولية = (١,٩٩) عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وبدرجة الحرية (٨٣)

يبين لنا الجدول (٤) ان الوسط الحسابي للأبعاد مقياس التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي قريبة من الوسط الفرضي أو اقل بقليل، اما درجات المحتسبة لاختبار الثاني لجميع الابعاد كانت اقل من الجدولية وهي (١,٩٩) وبذلك كانت الابعاد غير معنوية، وكذلك في درجة المقياس الكلي ايضاً اظهرت اختبار (ت) المحسوبة اقل من الدرجة الجدولية.

وكما ظهر من النتائج انه لم تظهر فروق معنوية وهذا يعزوه الباحث الى ان الدرجات كانت قريبة من الوسط الفرضي أو اقل بقليل اي ان اللاعبين هم بمستوى وسط تقريباً ويحتاجون الى التدريب على التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي.

كما ان الأوساط الحسابية للأبعاد قريبة من الوسط الفرضي وهو الامر الذي يعني ان لاعبي فرق العينة بحاجة الى التدريب على التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي التي تعمل على تطوير وتحسين الحالة النفسية لدى اللاعبين اذ (تحتاج ممارسة اي نشاط رياضي من وجهة النظر السيكولوجية الى كثير من المتطلبات النفسية حتى يتمكن الفرد من الاستجابة الصحيحة للمواقف المتغيرة اثناء ممارسة النشاط الرياضي وتكييف نفسه لملاءمة المواقف ويتحدد طبقاً لذلك مستواه وفاعليته في المنافسات الرياضية) (١).

٣-٣ عرض وتحليل ومناقشة نتائج العلاقة بين ابعاد (المهارات النفسية) و(ابعاد التوجه نحو ابعاد

التفوق الرياضي):-

(١) عادل عبدالبصير: التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، (مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٩) ص ٥١٢.

جدول (٥)

يبين عرض وتحليل ومناقشة نتائج العلاقة بين ابعاد (المهارات النفسية) و(ابعاد التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي)

ابعاد التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي			ابعاد المهارات النفسية
التوجه نحو احترام الآخرين	التوجه نحو الاحساس بالمسؤولية	التوجه نحو ضبط النفس	
.056	.221(*)	.112	القدرة على التصور
.309(**)	.022	.094	القدرة على الاسترخاء
.054	.008	.171	القدرة على مواجهة القلق
.095	.073	.108	القدرة على التركيز الانتباه
.147	.280(**)	.153	الثقة بالنفس
.369(**)	.155	.079	دافعية الانجاز الرياضي

قيمة (ر) الجدولية = (٠,٢١٧) عند نسبة خطأ $\geq (٠,٠٥)$ وبدرجة الحرية (٨٢)

يتضح من الجدول رقم (٥) عدم وجود علاقة دالة معنوياً عند مستوى (٠,٠٥) بين بعد (التوجه نحو ضبط النفس) لمقياس التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي وابعاد المهارات النفسية (القدرة على التصور - القدرة على الاسترخاء - القدرة على مواجهة القلق - القدرة على التركيز الانتباه - الثقة بالنفس - دافعية الانجاز الرياضي)، فلم تحقق ارتباطاً معنوياً. ويرى الباحث ان ذلك يعود الى انخفاض درجة ابعاد المهارات النفسية من جهة و الدرجة المتوسطة و المتقاربة لبعد التوجه نحو ضبط النفس (للتوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي) من جهة اخرى لفرق العينة وهو الامر الذي يشير الى انه يجب ان تعطى هذا البعد بشكل خاص دوراً واهمية كبرى في عملية الاعداد النفسي لما لها من اثر كبير على سلوك اللاعب واداءه في الملعب كما ان الاعداد النفسي يساعد في عملية " البحث عن الاسباب التي تؤثر في اللاعب ومن ثم الوصول الى مخطط ينفذ من خلال اليات محددة في تطويع وتعديل السلوك بما يسهم ايجابياً في الوصول لقمة مستويات الاداء سواء كان على مستوى قصير المدى او طويل المدى"^(١).

٤ - الاستنتاجات والتوصيات :

٤-١ الاستنتاجات:

(١) مفتي ابراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث ، ط١ (دار الفكر العربي ، القاهرة، ١٩٩٨) ص ٢٣٣.

في حدود عينة البحث والنشاط الرياضي المختار ومن خلال ما أمكن التوصل إليه من نتائج أمكن التوصل إلى الاستنتاجات التالية:-

- ١- تميزت نتائج البحث ان جميع النتائج الخاصة بمتغيري البحث المهارات النفسية وابعاد التفوق الرياضي كانت في درجات متوسطة .
- ٢- عدم وجود علاقة دالة معنوياً بين بعد (التوجه نحو ضبط النفس) لمقياس التفوق الرياضي وابعاد المهارات النفسية (القدرة على التصور- القدرة على الاسترخاء- القدرة على مواجهة القلق).
- ٣- القدرة على التركيز الانتباه- الثقة بالنفس- دافعية الانجاز الرياضي)، فلم تحقق ارتباطاً معنوياً.
- ٤- عدم وجود علاقة دالة معنوياً بين بعد التوجه نحو الاحساس بالمسؤولية لمقياس التفوق الرياضي وابعاد المهارات النفسية (القدرة على الاسترخاء- القدرة على مواجهة القلق - القدرة على التركيز الانتباه- دافعية الانجاز الرياضي)، فلم تحقق ارتباطاً معنوياً. ما عدا مع بعدين اثنين من ابعاد المهارات النفسية وهي (القدرة على التصور- الثقة بالنفس).
- ٥- عدم وجود علاقة دالة معنوياً بين بعد التوجه نحو احترام الآخرين لمقياس التفوق الرياضي وابعاد المهارات النفسية (القدرة على التصور- القدرة على مواجهة القلق - القدرة على التركيز الانتباه- الثقة بالنفس)، فلم تحقق ارتباطاً معنوياً. ما عدا مع بعدين اثنين من ابعاد المهارات النفسية وهي (القدرة على الاسترخاء- دافعية الانجاز الرياضي).

٤-٢ التوصيات :

توصل الباحثان الى:

- ١- الاسترشاد بأهمية المهارات النفسية وابعاد التفوق الرياضي كأحد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية.
- ٢- الاستعانة بالأخصائي النفسي الرياضي والتنسيق بينه وبين المدرب لنجاح العملية التدريبية.
- ٣- ضرورة قيام الأخصائي النفسي الرياضي بتنمية وتطوير المهارات النفسية و سمة التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي للاعب كرة القدم مع الاهتمام بالتعرف على نواحي القوة والضعف وملاحظة تطورها ومواصلة تقييمها مع تسجيل معدلات كل لاعب.
- ٤- أن يقوم الأخصائي النفسي الرياضي بتدريب المهارات النفسية و سمة التوجه نحو ابعاد التفوق الرياضي للاعبين بما يتناسب مع أعمارهم و مستوياتهم.
- ٥- التأكيد على تطبيق المقياسين المبينين ضمن الدراسة الحالية على فئات اخرى في لعبة كرة القدم .

المصادر

- ١- أسامة كامل راتب : الاعداد النفسية للناشئين ، (دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠١) .

- ٢- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة ، (دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠).
- ٣- أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة المفاهيم - التطبيقات ، ط٢ (القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٧).
- ٤- بنيامين بلوم وآخرون؛ تقديم الطالب التجميعي والتكويني (ترجمة) محمد نبيل نوفل وآخرون (القاهرة ، المكتب المصري الحديث، ١٩٨٣).
- ٥- تيرس عوديشو انويا : دليل الرياضي للأعداد النفسي ، ط١ (عمان : دار وائل للنشر ، ٢٠٠٢).
- ٦- عادل عبد البصير: التدريب الرياضي والتكامل بين النظرية والتطبيق، (مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٩).
- ٧- عبد الرحمن عدس ومحي الدين توق: المدخل إلى علم النفس، ط٦ (دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان، ٢٠٠٥).
- ٨- مفتي ابراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث ، ط١ (دار الفكر العربي ، القاهرة، ١٩٩٨).
- ٩- محمد حسن علاوي، كمال الدين عبدالرحمن، عماد الدين عباس: الأعداد النفسي في كرة القدم (نظريات - تطبيقات)، (مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٣) .
- ١٠- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، (مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، ١٩٩٨) .