

فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في بعض سمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية للاعبين الدرجة

الأولى بكرة القدم

(PP 190 - 215)

<http://dx.doi.org/10.21271/zjhs.22.2.12>

سعيد نزار سعيد نزار حمة رشيد

كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين

said.said@su.edu.krd saed.nzar@yahoo.com

الاستلام: 2017/08/20

القبول : 2017/11/29

النشر: 2018/03/26

ملخص

أن أهمية البحث تبرز في الاهتمام بالجانب النفسي والتربوي، الذي يتزامن مع مراحل اعداد البدني والمهاري والخططي، للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم وحددت مشكلة البحث في وجود الضعف في الاعداد النفسي للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم في أثناء التدريب السنوي وهل بإمكان وضع برنامج إرشادي انتقائي في بعض سمات الصفحة النفسية والوقوف على مدى فاعليته في تطوير السمات المقصودة والمهارات الأساسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم؟ واستهدفت الدراسة إلى معرفة فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في بعض سمات الصفحة النفسية للمجموعة التجريبية، ومعرفة الفروق بين مجموعتي البحث في الاختبارات البعدية لبعض سمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية. واعتمد الباحثان اختياره للمجتمع بطريقة عمدية وهم لاعبو فرق أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في المركز المحافظة السلیمانية والذين يمثلون الأندية المشاركة ببطولة اقليم كردستان للموسم الرياضي (2015-2016)، والبالغ عددهم (77) لاعباً وقد استخدم الباحثان المنهج التجريبي بطريقة المجموعتين المتكافئتين الضابطة والتجريبية لملائمته مع طبيعة البحث، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (24) لاعباً وهم نادي (أشتي الرياضي ويشمركة السلیمانية)، وقسمت افراد العينة بشكل عشوائي وبطريقة القرعة على مجموعتين قوام كل مجموعة (12) لاعباً (6) لاعباً من أشتي و(6) لاعباً من يشمركة السلیمانية، متجانستين في (العمر والعمر التدريبي والطول والوزن والتحصيل الدراسي)، واختير (10) لاعبين من (نادي سيروان الجديد) من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة (مقاييس الصفحة النفسية) ، وتمثلت أدوات الدراسة في بعض مقاييس الصفحة النفسية وهي (الإتزان الإنفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الإيجابية)، وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم وهي (الدرجة، السيطرة والتحكم بالكرة، المناولة والتهديف)، وبرنامج إرشادي انتقائي. وبعد جمع البيانات وتفرغها عولجت الفروض بالأساليب الإحصائية المناسبة والتي تمثلت في البرنامج الاحصائي المعروف (spss) وقد أشارت النتائج إلى تفوق المجموعة التجريبية على الضابطة في الاختبارات البعدية لسمات الصفحة النفسية قيد الدراسة جميعها وفي مهارتي (المناولة و التهديف) وبفروقات معنوية، وأخيراً خلصت الدراسة إلى فاعلية برنامج إرشادي مطبق على عينة الدراسة. وبناء على ذلك اوصى الباحثان بتعميم نتائج الدراسة الحالية على لاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في محافظة السلیمانية، وحث المديرين على الاهتمام بالإعداد النفسي للاعبين كرة القدم وخصوصاً في مجال الإرشاد النفسي الانتقائي لسمات الصفحة النفسية، وضرورة إجراء دراسة العلاقة بين سمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية في كرة القدم، وضرورة إجراء دراسة على مقاييس الصفحة النفسية الأخرى التي لم تستخدم في البحث الحالي.

-التعريف بالبحث

1-1- مقدمة البحث وأهميته:

ن علم النفس يبحث في تنظيم النشاط النفسي وان الصفات التي يتميز بها الانسان ماهي الامؤهلات نفسية ايجابية، ويدل علم النفس الرياضي دلالة واضحة على تشخيص الأحداث النفسية الناجمة عن ممارسة الإنسان للأداء الحركي (النشاط الرياضي) على مختلف مستوياته ومجالاته، والاعداد النفسي هو العمليات التي من خلالها يظهر السلوك الإيجابي الذي يدعم الجانب البدني والمهاري والخططي لللاعب والوصول الى أعلى المستويات. ولقد أجمع العلماء على أن الإرشاد النفسي في كرة القدم له دور هام وفعال بجانب الاعداد البدني والمهاري والخططي، ومع وجود التنوع في طرق وأساليب الارشاد النفسي، اذ يمثل الإرشاد الإنتقائي أحد أهم الاتجاهات الحديثة في أساليب وبرامج الإرشاد النفسي. حيث يمثل الممارسة الإرشادية المنظمة والمتناسقة تخطيطاً وتنفيذاً وتقويماً والمستمدة من الاتجاه الإنتقائي التكاملي لاساليب وبنيات ارشادية متنوعة تم تسويق مراحلها وانشطتها وخبراتها واجراءاتها على وفق جدول زمني متتابع لتشكل منظومة تكاملية تقدم في صورة جلسات ارشادية جماعية.

(الغامدي، 2013 : 8)

إنَّ الصفحة أو البروفيل النفسية تشير إلى نمط معين من الاستجابات لمجموعة معينة من الأفراد كلاعبي المستويات الرياضية العالية مثلاً، ويتأسس على مجموعة من المقاييس أو الاختبارات أو القوائم الشخصية، والهدف من دراسة الصفحة النفسية هو تحديد تأثير الرياضة في تطوير أو تغيير البروفيل أو تحديد تأثير الصفحة النفسية في الأداء الرياضي ومعنى هذا أن الصفحة النفسية عبارة عن مجموعة الصفات والخصائص والمميزات التي تصور جانباً أو أكثر من جوانب أو سمات فرد أو مجتمع ما. (خليفة وآخرون، 2008 : 27)

وأصبحت لعبة كرة القدم الرياضية الأولى في العالم بفضل ما يقدمه اللاعبون من امكانيات مختلفة معتمدين في ذلك المهارات الأساسية المنسجمة مع قدراتهم البدنية والخطية والنفسية، وان المهارات الأساسية بكرة القدم تحتل جانباً مهماً في وحدة التدريب اليومية والبرامج التدريبية حيث يتم التدريب عليها لفترات طويلة إلى أن يتم اتقانها والتحليل العلمي لاعداد الصفات المهارية أثبت إن تمثيلتهما يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالسمات والخصائص النفسية لذا تزامن إعداد النفسية مع إعداد المهارات الأساسية بكرة القدم. (محمود، 2007: 42)

ويرى الباحثان أن أهمية البحث تبرز في الاهتمام بالجانب النفسي والتربوي، الذي يتزامن مع مراحل اعداد الأخرى للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم، ويذكر ان المجال الرياضي يزخر بهذه الجوانب، والذي أصبح صناعة حقيقية يتم من خلالها التركيز على نخبة متميزة من فئة المجتمع هم الرياضي المتقدمين الذين يشكلون شريحة كبيرة من المجتمع العراقي لذا كانت هذه الدراسة والتي تناولت موضوع سمات الصفحة النفسية لدى هذه الفئة من المتقدمين، واعداد برنامج ارشادي انتقائي فيها سيسهم في رفع مستوى اللاعب في هذه السمات وبالتالي ارتفاع مستواه في الصفحة النفسية ككل مما لاشك ستكون عاملاً مهماً في المساهمة في تهيئة اللاعب للاداء المهاري باجواء مريحة وستكون المحصلة النهائية الاعداد المتكامل للاعب.

2-1- مشكلة البحث:

مع التطور والتقدم في المجال الرياضي وفي مجال كرة القدم تحديداً أصبحت متطلبات بناء اللاعب مهارياً ونفسياً بداية من مرحلة البراعم إلى أن يصل إلى حلم كل لاعب وهي مرحلة الفريق الأول ليصبح اللاعب محترفاً للعبة و لا يخفى على أحد أهمية الاعداد النفسي في تدريب الفرق الرياضية، إلا إن السؤال المطروح الآن هو من الذي سيقوم باعداد اللاعبين نفسياً ؟ ومشكلة البحث تحدد في الضعف او قلة الإهتمام باعداد النفسي للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم اثناء التدريب السنوي الذي يجب أن يتزامن مع الاعداد المهاري والبدني والخطي ومن خلال خبرة الباحثان المتواضعة كونه لاعب كرة قدم وجد ان غالباً ما يكون اعداد اللاعبين نفسياً خاضعاً الى خبرة المدرب وتجربته الشخصية وليس الى برامج ارشادية خاصة بكرة القدم اوملبية للاحتياجات الارشادية النفسية للاعبين انفسهم، أي انهم لا يدخلون دورات متخصصة في الاعداد النفسي للاعبين، هذا فضلاً عن عدم مراعاة تطبيق المقاييس النفسية التي لها علاقة مع الحالة النفسية للاعبين ككل وخاصة الصفحة النفسية التي تقرر مدى فاعلية اللاعب من عدمها ، وربط كل ذلك ببعض المهارات الأساسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم، كما أنه يلاحظ غياب المرشد النفسي التربوي المساعد للمدرب في الجانب النفسي، وعليه فانه مشكلة البحث تتجلى في الإجابة على التساؤل الآتي:

ما مدى فاعلية برنامج ارشادي انتقائي في بعض سمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم ؟

3-1-اهداف البحث

- 1) إعداد برنامج ارشادي انتقائي في بعض سمات الصفحة النفسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم .
- 2) معرفة مستوى بعض سمات الصفحة النفسية وبعض المهارات الأساسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم للمجموعتين التجريبية والضابطة.
- 3) معرفة فاعلية البرنامج الارشادي الانتقائي في بعض سمات الصفحة النفسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم للمجموعة التجريبية والضابطة.
- 4) معرفة الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية لبعض سمات الصفحة النفسية و المهارات الأساسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم.

4-1-فروض البحث:

- 1) للبرنامج الارشادي الانتقائي فاعلية على تطوير بعض سمات الصفحة النفسية للاعبين المجموعة التجريبية .
- 2) عدم وجود فروق معنوية في نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في بعض السمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية للمجموعة الضابطة للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم.

3) وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية في بعض سمات الصفحة النفسية و المهارات الأساسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم.

5-1-مجالات البحث:

ا-المجال البشري:لاعبو الدرجة الأولى بكرة القدم، للأندية الرياضية المشاركة في بطولة الدرجة الأولى بكرة القدم للموسم الرياضي (2015-2016) في اقليم كردستان.

ب-المجال الزمني: المدة من 2016/2/14 لغاية 2016/7/10

ت-المجال المكاني: الملاعب والغرف الخاصة بالمحاضرات للأندية المشاركة في دراسة البحث.

3-منهج البحث واجراءاته الميدانية

3-1-منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج التجريبي لملائمته مع طبيعة البحث بطريقة مجموعتين متكافئتين " فهو يبحث عن السبب وكيفية حدوثه، وانه يضبط العوامل المؤثرة المحيطة بالتجربة، ما عدا عاملاً واحداً هو المتغير المستقل لغرض قياس تأثيره على المتغير التابع"(الكاظمي،2012: 137)

3-2-مجتمع البحث وعينته:

3-1-2-مجتمع البحث: Research Population

تم اختيارمجتمع البحث بالطريقة العمدية لأنه يمثل مجتمع البحث تمثيلاً صادقاً، بسبب توفرالعينة ولضمان تطبيق الاختبارات والمقاييس الصفحة النفسية، ويشمل مجتمع البحث جميع لاعبي كرة القدم في الأندية الرياضية في مركز محافظة السليمانية التي تلعب في دوري الدرجة الأولى بكرة القدم في اقليم كردستان للموسم الرياضي(2015-2016) وبالبالغ عددهم (77) لاعباً مثلوا الاندية (آشتي-بيشمركة السليمانية-سيروان الجديد) ، الجدول (1) .

جدول (1) يبين مجتمع البحث

ت	اسم النادي	المحافظة	عدد لاعبين	النسبة المئوية
1	بيشمركة السليمانية	السليمانية	26	33.76%
2	آشتي الرياضي	السليمانية	26	33.76%
3	سيروان الجديد	السليمانية	25	32.46%
	المجموع		77	100%

3-2-2-عينة البحث:

ا-عينة التطبيق:

لغرض تحديد عينة التطبيق (التجريبية والضابطة) قام الباحثان بتطبيق مقياس الصفحة النفسية لهدف تحديد مستواهم في السمات (الاتزان الانفعالي والثقة بالنفس والطموح والذات التنافسية الإيجابية) على جميع لاعبي نادي (آشتي وبيشمركة السليمانية) وبالبالغ عددهم (50) لاعباً بعد استبعاد (2) من اللاعبين لعدم ملائمة أعمارهما مع عينة البحث، وبعد تطبيق الاستبيان اعتمد الباحثان (44) استبانة وحذف (6) لعدم مطابقتها لشروط ملء الاستمارات، وبعد تفريغ استمارات المقياس وترتيب مستوى اللاعبين من الأعلى الى الأدنى أختير عينة التطبيق المكون من (24)لاعب على أساس حصولهم على الدرجات المنخفضة لمقياس الصفحة النفسية وهي اقل من (75%) الذي حددها الباحثان" إذ يمكن تحديد نسبة معينة (أقل أو أكبر من 25%) يختارها الباحثان طبقاً لوجهة نظر معينة" (علاوي ورضوان،2000: 326)

وقسمت عينة التطبيق إلى مجموعتين (التجريبية والضابطة) بشكل عشوائي وبطريقة القرعة، (يعطي حق لكل افراد العينة للمشاركة في البرنامج الإرشادي) إذ بلغت المجموعة التجريبية (12) لاعباً [(6) لاعب من (آشتي) و(6) لاعب من (البيشمركة السليمانية)] وأخرى ضابطة (12) لاعباً [(6) لاعب من (آشتي) و(6) لاعب من (البيشمركة السليمانية)] وبذلك أصبح مجموع العينة (24) لاعباً. والجدول (2) يبين تفاصيل مجتمع البحث وعينته.

ب- عينة الاستطلاعية :

اختيرت بطريقة عمدية من لاعبي نادي سيروان الجديد لملائته مع طبيعة اجراءات البحث .

1- العينة للتجربة الاستطلاعية لمقاييس الصفحة النفسية: (الاستطلاعية الأولى)

اختيرت بالاسلوب العشوائي من لاعبي (نادي سيروان الجديد) وبواقع (6) لاعب.

2- العينة للتجربة الاستطلاعية لاختبارات المهارات الأساسية: (الاستطلاعية الثاني)

اختيرت بالاسلوب العشوائي من لاعبي (نادي سيروان الجديد) وبواقع (6) لاعب. وهم نفس اللاعبين لعينة الاستطلاعية الأولى .

3- العينة للتجربة الاستطلاعية للبرنامج الارشادي الانتقائي (الاستطلاعية الثالثة)

اختيرت بالاسلوب العشوائي من لاعبي (نادي سيروان الجديد) وبواقع (6) لاعب.

4- عينة الثبات لمقاييس الصفحة النفسية :

اختيرت بالاسلوب العشوائي من لاعبي (نادي سيروان الجديد) وبواقع (10) لاعب .

جدول (2) يبين مجتمع البحث الكلي واللاعبين المستبعدين وعينة الاستطلاعية وعينة التطبيق

ت	مجتمع البحث الكلي	عدد لاعبين المستبعدين	عينة الاستطلاعية - من نادي (سيروان الجديد)			عينة التطبيق	
			للتجربة النفسية والاختبارات المهارات الاساسية	لتجربة البرنامج الارشادي	الثبات	الضابطة	12
						التجريبية	12
	77	31	6	6	10		24
النسبة المئوية	100%	40,26%	7.79%	7.79%	12,99%		31.17%

3-3- الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات :

3-3-1- وسائل وأدوات جمع المعلومات:

المراجع و المصادر العربية والأجنبية، البحوث العلمية و الدراسات السابقة، المصادر الالكترونية المتوفرة على شبكة الانترنت، الاختبار والقياس، الاستبيان واستمارة مختلفة.

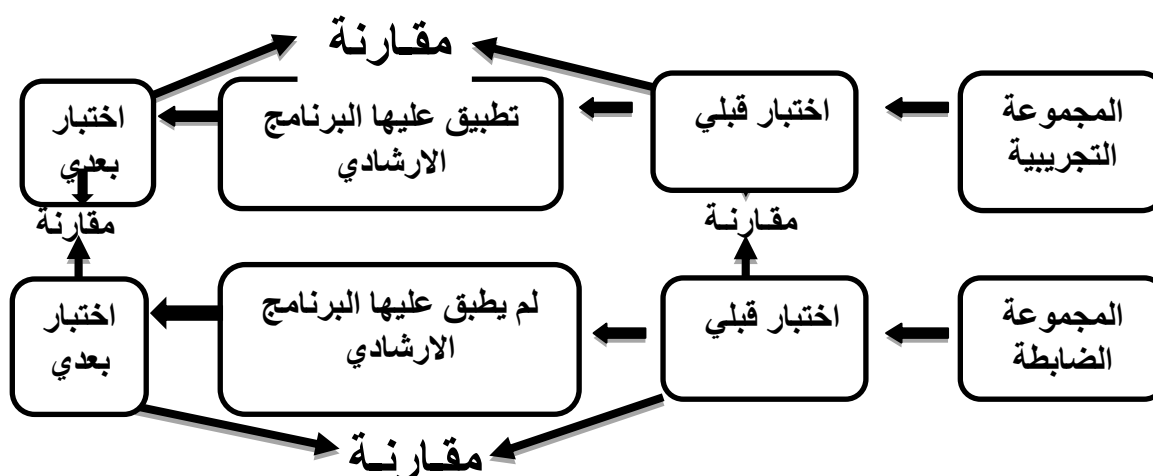
3-3-2- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

1. ميزان طبي لقياس الوزن والطول - رقمي.
2. ساعات إيقاف إلكترونية رقمية (1/100) من الثانية لقياس الزمن وحسابه للاختبارات التي تحتاج الزمن .
3. شريط نسيجي خاص بقياس المسافات بطول (40) متر.
4. شواخص بلاستيك عدد (40).
5. كرات قدم عدد 25 نوع أوفيشل (صيني المنشأ) .
6. أعلام ملونة ، حبال ، بورك ، صافرة ، أشرطة ملونة .
7. أهداف كرة القدم قانونية وصغيرة (75x100) سم متحركة مع وضع الشباك .
8. جهاز حاسوب (لابتوب) نوع (توشيبا)، جهاز عرض داتا شو، كاميرا ديجيتال نوع سوني، جهاز DVD نوع سامسونج، جهاز تليفزيون TV نوع سامسونج.

4-3- التصميم التجريبي:

ان استخدام التصميم التجريبي ذا المجموعات المتكافئة ذات الملاحظة القبلية والبعدية، يعد من افضل التصميم التجريبية. (Best, 1981:p 70)

شكل رقم (3)



يوضح تصميم التجريبي مجموعتين متكافئتين

1-4-3- السلامة الداخلية للتصميم INTERNAL VALIDITY

تحقق السلامة الداخلية للبحث عندما يتمكن الباحثان من السيطرة على المتغيرات التي تؤثر في المتغير التابع ، وهذه المتغيرات هي :

ا-ظروف التجربة والعوامل المصاحبة لها: لم يتعرض البحث طوال مدة التجربة من 2016/3/19 الى 2016/5/5 لأي حادث يؤثر سلبيا في التجربة .

ب -العمليات المتعلقة بالنضج: ويقصد بها كل المتغيرات في النمو البيولوجي والنفسي التي يتعرض لها اللاعبون في هذه الفترة مما يؤثر في استجاباتهم. (الزوبعي والغنام 1981: 295)

وبما ان لاعبي المجموعتين جميعهم يتعرضون إلى عمليات النمو نفسها، فقد ضُبط هذا المتغير بتحقيق التجانس في (العمر والعمر التدريبي والتحصيل الدراسي والوزن والطول) بين افراد عينة مجموعتي البحث .

ت-أداة القياس : يمكن السيطرة على هذا المتغير باستخدام الأداة نفسها مع مجموعتي البحث التجريبية والضابطة.

ث- فروق الاختياريين افراد المجموعة : لتلافي هذا العامل استخدم الباحثان طريقة الاختيار العشوائي للمجموعتين وتم تجانسهما و تكافؤهما كما ذكر سابقا ، اذ تم بهذه الطريقة اختيار العينة على وفق شرط محدد لا على وفق الصدفة، وهذا الشرط هو ان يتوفر لدى كل فرد من افراد المجتمع الأصلي الفرصة المتكافئة ان يتم اختياره للعينة دون أي تمييز أو تدخل من قبل الباحثان . (عودة والملكاوي، 1978: 18)

ج- التاركون للتجربة (الاندثار التجريبي): الاندثار التجريبي يعني الأثر الناتج عن انقطاع أو ترك بعض اللاعبين ضمن مجموعة التجربة مما يؤثر في مستوى الصفحة النفسية. (الصالح، 1974 : 63)

يرى الباحثان أنه ليس لهذا العامل تأثير في التجربة التي استغرقت (14) جلسة ارشادية أو في نتائجها اذ لم يتم ابعاد أي لاعب من مجموعتي البحث لعدم تغييهم اكثر من جلسة إرشادية واحدة.

2-4-3- السلامة الخارجية للتصميم EXTERNAL VALIDIT

تحقق السلامة الخارجية للتصميم عندما يتمكن الباحثان من تصميم نتائج بحثه خارج نطاق عينة البحث وفي مواقف تجريبية مماثلة وللتأكد من تحقيق السلامة الخارجية ينبغي ان تكون التجربة خالية من الأخطاء الآتية :

ا-تفاعل تأثير المتغير (المستقل) مع تحيزات الاختبار: ليس لهذا العامل تأثير وذلك لاختيار عينة البحث عشوائيا ، وتحقيق التكافؤ بين مجموعات البحث كما ذكرت سابقا .

ب- أثر الاجراءات التجريبية : لم يفهم لاعبو عينة البحث الهدف الأساس من البحث ، وقد نفذت الاجراءات التجريبية من الباحثان نفسه مع المرشد، وعليه لم يحدث أي اختلاف فيها ، وبهذا زال تأثير هذا المتغير إلى حد كبير. ولم يتعرض افراد العينة لأية تجربة أخرى في اثناء تنفيذ التجربة فضلا عن ذلك فقد تطلب العمل التجريبي في البحث ضبط عوامل أخرى تتعلق بالإجراءات التجريبية حفاظا على سلامة التصميم التجريبي من اثارها وهذه العوامل هي :

1-المادة التعليمية (البرنامج الارشادي): بعد الاطلاع على الأدبيات والمراجع العلمية الخاصة بسمات الصفحة النفسية وبلاستناد الى اهداف البرامج الارشادية في تنمية سمات الصفحة النفسية والمهارات الاساسية تنمية شاملة، أعد برنامج ارشادي انتقائي بسمات (الاتزان الانفعالي والثقة بالنفس والطموح والذات التنافسية الايجابية) ملحق رقم (3)

وعُرض على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس الرياضي وكرة القدم الملحق رقم (2) للتحقيق من مدى صلاحية محتوى المنهج الارشادي الانتقائي الذي يتكون من (14) جلسة الارشادية جليستين في الأسبوع ومدة كل جلسة (45) دقيقة

2. الفترة الزمنية للتجربة: بدأت التجربة بتاريخ 2016/3/19 الى 2016/5/5 .

3. مكان المحاضرة : تلقى لاعبو المجموعة التجريبية جلساتهم الارشادية جميعها في مكان واحد هو غرفة خاصة بالمحاضرات للاعبين كرة القدم لنادي بيشمركة السليمانية.

4-القاء المادة الارشادية: القيت المحاضرات الارشادية من السادة المختصين في علم النفس الرياضي وكرة القدم كما مبين في الملحق رقم (2).

3-5- تجانس وتكافؤ عينة البحث:

3-5-1-تجانس عينة البحث:

بعد اطلاع الباحثان على الدراسات السابقة وآراء بعض السادة المختصين في كرة القدم وعلم النفس الرياضي، قام الباحثان بتحديد المتغيرات الداخلية التي من الممكن ان تؤثر في متغيرات البحث وهي (العمر، العمرالتدريبي، الوزن، الطول). ويكون التجانس في التحصيل الدراسي عن طريق (اعطاء درجة واحدة للذين لم ينهوا الدراسة المتوسطة ودرجتين للذين لم ينهوا الدراسة الاعدادية وثلاثة درجات للذين لم ينتهوا الدراسة الجامعية) كما مبين في الجدول رقم (3)

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء في المتغيرات (العمر، العمرالتدريبي، الوزن، الطول) لعينة البحث

ت	مواصفات عينة البحث	وحدة القياس	وسط حسابي	انحراف معياري	معامل الالتواء	الدلالة
1	الوزن	كغم	67.17	3.69	0.58	غير معنوي
2	الطول	سم	179.58	3.12	0.64-	غير معنوي
3	العمر	سنة	23.83	1.31	0.33	غير معنوي
4	عمر تدريبي	سنة	8.51	1.41	0.50-	غير معنوي

من الجدول (3) يتبين وجود تجانس لعينة البحث مما يدل على أن العينة تتوزع طبيعياً

جدول رقم (4) يبين قيمة مربع كاي سكوير للمجموعة التجريبية والضابطة في المتغير التحصيل الدراسي

المجموعة	العدد	مستوى تحصيل الدراسي			قيمة مربع كاي		الدلالة
		أساسي	اعدادية	جامعية	المحسوبة	الجدولية	
التجريبية	12	4	3	5	0.50	7.81	عشوائية
الضابطة	12	4	5	3			
المجموع	24	8	8	8			

يبين من الجدول (4) قيمة مربع كاي، فقد بلغت المحسوبة (0.50) عند درجة حرية (3) ومستوى دلالة (0.05) وهي اقل من الجدولية والبالغة (7.81) مما يدل على عشوائية الفروق بين المجموعتين اي ان العينة متجانسة في متغير التحصيل الدراسي.

3-5-2-التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في سمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية بكرة القدم :

جدول رقم (5)

يبين المعالم الاحصائية والاطواس الحسائية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة ومستوى الدلالة للمجموعتين الضابطة والتجريبية لسمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية بكرة القدم

سمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		ت المحسوبة	مستوى الدلالة
		س	ع	س	ع		
الاتزان الانفعالي	الدرجات	44.08	2.67	42.91	2.35	0.74	غير معنوي
الثقة بالنفس	الدرجات	41	2.41	41.75	0.24	0.07	غير معنوي
الذات التنافسي الايجابي	الدرجات	39.25	2.19	38.75	1.30	0.11	غير معنوي
الطموح	الدرجات	42.66	1.73	43.66	01.2	0.502	غير معنوي
الدرجة بالكرة	الثانية	10.61	1.19	10.08	1.11	1.045	غير معنوي
مناولة الكرة	الدرجات	3.66	0.92	3.83	0.55	0.72	غير معنوي
السيطرة والتحكم بالكرة في 30 ث	عدد مرات	46.83	0.29	46.25	0.15	0.05	غير معنوي
التهديف	الدرجات	9.58	2.31	10.66	2.23	0.22	غير معنوي

معنوي عند درجة حرية (22) وقيمة (ت) الجدولية (2,07)

من الجدول (5) يتضح ان الفروق كانت غير معنوية بين افراد مجموعتي البحث في سمات الصفحة النفسية وفي المهارات الأساسية اذا كانت قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية وهي (2.07) وهذا يدل على تكافؤ المجموعتين في سمات الصفحة النفسية وفي المهارات الأساسية بكرة القدم . تم حساب قيمة (ت) المحسوبة للمجموعتين لسمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية بالطريقة اليدوية.

3-6-أدوات البحث

3-6-1-مقاييس الصفحة النفسية :

أعد (الطائي، 2012) مقاييس الصفحة النفسية الذي يتكون من (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الايجابية، الشجاعة، العدوانية، الاصرار، الاضطهادية، الروح الرياضية، التدريبية، الشعور بالمسؤولية).

وهذه المقاييس معدة للمجتمع الرياضي العراقي، ولكن نظرا لكثرة المقاييس وصعوبة اختيار أهم المقاييس لدى لاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم من الباحثان مباشرة، لذا استعان الباحثان بعرضه على الخبراء والمختصين بعلم النفس الرياضي وعلم التدريب وكرة القدم والاختبارات والقياسات لاختيار اهم المقاييس التي تتلائم مع هدف البحث، كما في ملحق رقم (1).

تم اختار المقاييس (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الايجابية) وأُستبعدت السمات السبع التي حصلت على التسلسلات الأخيرة وذلك لحصولهم على النسبة أقل من 75% وكما يبين في الجدول رقم (6).

جدول (6) يبين الدرجة والاهمية النسبية من وجهة نظر الخبراء على سمات الصفحة النفسية جميعها

الاهمية النسبية	الاتزان الانفعالي	الاصرار	الطموح	الذات التنافسية	الروح الرياضية	الشجاعة	الشعور بالمسؤولية	العدوان	التدريبية	الثقة بالنفس	الاضطهادية
الدرجة	108	87	101	93	88	84	89	64	86	104	15
الاهمية النسبية	89.2	71.9	83.4	76.6	72.7	69	73.5	53	71	85.2	12.3

تم اختار المقاييس (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الايجابية)

3-2-6-2 وصف المقاييس ومفتاح تصحيحها:

3-2-6-3-1 مقياس الاتزان الانفعالي: (الطائي، 2012: 78)

يتكون مقياس الاتزان الانفعالي بصورته النهائية من (19) فقرة وهو مقياس أحادي البعد، خاص باللاعبين المتقدمين وللفرقات ثلاثة بدائل (دائماً ، أحياناً ، نادراً) تعطى الفقرات السلبية الدرجات (3-2-1) في حين تعطى الدرجات الايجابية الدرجات (1-2-3) والفقرات السلبية يتكون من (9) فقرات وتسلسل فقراتها (3, 5, 6, 7, 9, 11, 14, 15, 17) والفقرات الايجابية تتكون من (10) فقرات وتسلسل فقراتها (1, 2, 4, 8, 10, 12, 13, 16, 18, 19) وتحسب درجة المستجيب فيه من جمع درجات البدائل التي يختارها في جميع الفقرات وتتراوح الدرجة النهائية بين (19 - 57) والمتوسط الفرضي للمقياس (38) وكلما ارتفعت درجة المستجيب، أشار ذلك إلى أنه يمتاز بالاتزان الانفعالي والعكس صحيح وبهذا أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق.

3-2-6-3-2 مقياس الثقة بالنفس: (الطائي، 2012: 81-82)

يتكون مقياس الثقة بالنفس بصورته النهائية من (19) فقرة وهو مقياس أحادي البعد، خاص باللاعبين المتقدمين وللفرقات ثلاثة بدائل (دائماً ، أحياناً ، نادراً) تتكون الفقرات السلبية من (6) فقرات سلبية تسلسل فقراتها (7, 9, 11, 13, 15, 16) وتعطى الفقرات السلبية الدرجات (3-2-1) في حين تعطى الدرجات الايجابية الدرجات (1-2-3) التي تتكون من (13) فقرة ايجابية وتسلسل فقراتها (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 12, 14, 17, 18, 19) وتحسب درجة المستجيب فيه من جمع درجات البدائل التي يختارها في الفقرات جميعها وتتراوح الدرجة النهائية بين (19 - 57) والمتوسط الفرضي للمقياس (38)، وكلما ارتفعت درجة المستجيب، أشار ذلك إلى أنه يمتاز بالثقة بالنفس والعكس صحيح وبهذا أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق.

3-2-6-3-3 مقياس الطموح: (الطائي، 2012: 80)

يتكون مقياس الطموح بصورته النهائية من (18) فقرة وهو مقياس أحادي البعد، خاص باللاعبين المتقدمين وللفرقات ثلاثة بدائل (دائماً ، أحياناً ، نادراً) تعطى الفقرات السلبية الدرجات (3-2-1) في حين تعطى الفقرات الايجابية الدرجات (1-2-3) وتتكون الفقرات الايجابية من (13) فقرة وتسلسل فقراتها (3, 4, 5, 7, 8, 9, 11, 13, 14, 15, 16, 17, 18) اما الفقرات السلبية تتكون من (5) فقرة وتسلسل فقراتها (1, 2, 6, 10, 12) وتحسب درجة المستجيب فيه من جمع درجات البدائل التي يختارها في الفقرات جميعها وتتراوح الدرجة النهائية بين (18 - 54) الوسط الفرضي للمقياس هو (36) وكلما ارتفعت درجة المستجيب، أشار ذلك إلى أنه يمتاز بالطموح والعكس صحيح وبهذا أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق.

3-2-6-3-4 مقياس الذات التنافسية الايجابية: (الطائي، 2012: 79)

يتكون مقياس الذات التنافسية الايجابية بصورته النهائية من (15) فقرة وهو مقياس أحادي البعد، خاص باللاعبين المتقدمين وللفرقات ثلاثة بدائل (دائماً ، أحياناً ، نادراً) تعطى الفقرات السلبية الدرجات (3-2-1) في حين تعطى الفقرات الايجابية الدرجات (1-2-3) وتتكون الفقرات الايجابية من (9) فقرة تسلسل فقراتها (3, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 13, 15) اما الفقرات السلبية فتتكون من (6) فقرات وتسلسل فقراتها (1, 2, 4, 10, 12, 14) وتحسب درجة المستجيب فيه من جمع درجات البدائل التي يختارها في الفقرات جميعها وتتراوح الدرجة النهائية بين (15 - 45) المتوسط الفرضي للمقياس هو (30) وكلما ارتفعت درجة المستجيب، أشار ذلك إلى أنه يمتاز بالذات التنافسية الايجابية والعكس صحيح وبهذا أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق

3-2-6-3-7 الخصائص القياسية (السايكومترية) لمقاييس الصفحة النفسية :

لأجل استخدام المقاييس الأربعة في البحث أُتبعَت إجراءات معينة للتأكد من امكانية اعتماد هذه المقاييس من التأكد من صدق المقاييس وثباتهما.

1- صدق المقياس:

وبهدف التأكد من قدرة المقاييس على قياس ما وضعت من أجله (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الايجابية) يكون اللجوء الى الصدق الظاهري وذلك بعرض المقاييس على عدد من السادة المختصين في علم النفس الرياضي، وعلم التدريب وكرة القدم والقياس والاختبارات والملحق(6) لإبداء ملاحظاتهم وآرائهم عن مدى صدق المقاييس، وبعد ذلك جُمِعت استمارات المقاييس وتبين وجود اتفاق بين الخبراء والمختصين وصلت الى (90%) ويشير (بلوم وآخرون، 1983) الى أنه "على الباحثان الحصول على موافقة بنسبة (75%) فأكثر من آراء المحكمين في هذا النوع من الصدق" ويعد هذا الاجراء وسيلة

مناسبة للتأكد من صدق المقاييس الذي يعد من الخصائص الأساسية الواجب توفرها في الأداة .
(بلوم وآخرون، 1983 : 196)

ب- ثبات المقياس:

يقصد بالثبات "الاستقرار بمعنى انه لو تكررت عمليات القياس للفرد نفسه لتبين ان درجته مستقرة ويقصد بمعامل الثبات معامل الارتباط بين درجات الأفراد في الإختبار في مرات الاجراء المختلفة"، حيث أجري الثبات لمقاييس (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الإيجابية) على (10) عشرة لاعبين من (نادي سيروان الجديد) الذين كانوا ضمن مجتمع البحث، بتاريخ 2016/2/27 الموافق يوم السبت واعيد توزيع المقاييس بعد (12) يوم من التوزيع الاول بتاريخ 2016/3/10، والموافق يوم الخميس، حيث ترى (الحياني، 1989) نقلا عن (ادمز، 1964) ان اعادة تطبيق المقاييس لتعرف ثباتها ينبغي ان لا يتجاوز مدة اسبوعين من تطبيقها عليهم المرة الاولى. (الحياني، 1989 : 115)

وباستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين الإختبارين الاول والثاني أوجد معامل الثبات وكان قيمهم (0.88-0.93-0.89) و (0.90) وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار استجاباتهم على المقياس، فضلاً عن وصف المقياس كاداة ذات ثبات مقبول، اذ يشير (عيسوي 1985) الى ان الثبات اذا كان (0.70) فأكثر يعد مؤشراً جيداً على ثبات المقياس. كما في الجدول (7). (عيسوي، 1985 : 58)

جدول رقم (7) يبين معامل الثبات لمقاييس سمات الصفحة النفسية

ت	مقاييس الصفحة النفسية	معامل الثبات
1	الاتزان الانفعالي	0.89
2	الثقة بالنفس	0.93
3	الطموح	0.88
4	الذات التنافسية الإيجابية	0.90

8-3- تحديد المهارات الأساسية بكرة القدم واختباراتها :

8-3-1- تحديد أهم المهارات الأساسية بكرة القدم :

اعتمد الباحثان على المراجع والمصادر منها (ثامر محسن وآخرون، 1991)، (جارلس هيوس، 1990)، (حماد، 1994)، (حمزة، 2006)، (العزاوي، 1991)، (محمود، 2007) وكذلك على خبرته في مجال تدريب كرة القدم في تحديد أهم المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم، قام الباحثان باجراء تقويم أولي عن أهم المهارات الأساسية الخاصة بكرة القدم قبل تثبيتها في استمارة الاستطلاع ثم استبعاد مهارات حارس المرمى وذلك لخصوصيته في الملعب و استبعاد مهارات المراوغة بالكرة لصعوبة اختبارها وقياسها. بعدها قام الباحثان بتصميم الاستمارات الخاصة بمتغيرات المهارات الاساسية وتوزيعها على الخبراء ذوي الاختصاص ملحق (2) بعد جمع البيانات وتفريغها تبين أن الخبراء اتفقوا على اختيار المهارات الأساسية حيث الاهمية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم كما انها حصلت على نسبة اكثر من 75 % كما يبين في الجدول رقم (8) .

جدول رقم (8) يبين المهارات الأساسية التي تناولتها الدراسة والاهمية النسبية من وجهة نظر الخبراء

ت	المهارات الأساسية	مج/الدرجة	الاهمية النسبية
1	المناوله	76	86.3 %
2	السيطرة والتحكم بالكرة	72	81 %
3	التهديف	75	85.2 %
4	الدرجة	78	95 %

8-3-2- تحديد أهم اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم :

قام الباحثان بعرض العديد من الاختبارات المهارية باستمارة على مجموعة من الخبراء ملحق رقم (2) لاختبار أهمها عن طريق إعطاء (درجة) إزاء الاختبار لكل مهارة وإضافة أي اختبار يراه مناسباً أكثر من غيره، واعتمد الباحثان الاختبارات الخاصة بالمهارات الاساسية التي وقع عليها الاختبار والترشيح للدراسة وذلك بعد جمع الاستبيانات وتفريغها تبين أن الخبراء اتفقوا على اختيار الاختبارات من حيث الاهمية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم كما انها حصلت على نسبة اكثر من 75 % كما في الجدول رقم (9)، وكانت الاختبارات سبق وان أُستُخدمت لقياس هذه المهارات من الباحثين في لعبة كرة القدم .

جدول (9)

بیین اختبارات المهارات الأساسية بكرة القدم التي تناولتها الدراسة

اختبار للمهارات الأساسية المرشحة	مج/الدرجة	الاهمية النسبية	الدرجة الكلية
الجري المتعرج بالركض بين 5 شواخص	28	84 %	33
المناولة باتجاه هدف صغير على بعد 10 م	27	81.8 %	33
السيطرة بالكرة داخل دائرة قطرها 2,5	26	78.7 %	33
التهديف باتجاه هدف مقسم بدرجات من الجانبين	25	75.75 %	33

3-8-3 مفردات الاختبارات الخاصة بالمهارات الأساسية المرشحة:

ا-الجري (الدرجة) المتعرج بين (5) شواخص

الهدف من الاختبار : قياس القدرة على سرعة الدرجة بتغير الاتجاه .
الأدوات المستخدمة : مكان لأداء الاختبار يحدد فيه خط البداية على بعد (2 م) من الشاخص الأول وخمسة شواخص متتالية المسافة بين كل شاخص وآخر (1.5 م) بحيث تكون مسافة الاختبار (8 م) .
عدد الشواخص (5) ، كرة قدم عدد (5)، ساعة توقيت الكترونية عدد (2) ، صافرة .
إداريا الاختبار :1- مسجل : يقوم بالنداء على أسماء اللاعبين أولاً وتسجيل زمن الاختبار
2-مؤقت : إعطاء إشارة البدء مع التوقيت وملاحظة صحة أداء الاختبار .
طريقة الأداء : بعد سماع المختبر إشارة البدء يقوم بدرجة الكرة بسرعة واجتياز الشواخص الخمسة والعودة أيضاً باجتياز الشواخص والوصول إلى خط البداية والنهاية بأسرع وقت .
طريقة التسجيل : يحتسب الزمن لأقرب (100/1) من الثانية .
تعليمات:1- يمكن للمختبر أن يبدأ باجتياز الشاخص الأول من جهة اليمين او اليسار .
2-يعطى للاعب محاولتان ويحتسب له أفضل زمن يسجله.
3-إذا خرجت الكرة من سيطرة اللاعب لا تحتسب المحاولة .
4-يجب عدم توقف حركة اللاعب في أثناء الاختبار . (ثامر وآخرون، 1991: 159)

ب-السيطرة والتحكم لمدة 30 ثانية

الهدف من الاختبار : قياس سرعة القدرة على التحكم بالكرة في الهواء بجميع اجزاء الجسم الأدوات المستخدمة : كرة قدم، مساحة محددة لأداء الاختبار 2.5م × 2.5م، ساعة توقيت الكترونية .
إداريا الاختبار :1- مسجل / يقوم بالنداء على أسماء اللاعبين المختبرين وتسجل عدد مرات اداء الاختبار .
2-مؤقت : إعطاء إشارة البداية والنهاية مع التوقيت وملاحظة صحة اداء الاختبار . طريقة الأداء : يقوم المختبر برفع الكرة بإحدى القدمين عن الأرض وتنطيطها في الهواء باستخدام أي جزء قانوني من أجزاء الجسم والاحتفاظ بها لأقصى عدد من التكرارات في(30) ثانية .
طريقة التسجيل : تسجل للمختبر عدد مرات السيطرة بالكرة بشكل صحيح وقانوني داخل مساحة محددة للاختبار، في (30) ثانية .
تعليمات الاختبار : 1 -تعطى للمختبر محاولتان وتسجل له المحاولة الأفضل .
2-التنطيط بالكرة وفق المساحة المحددة وإذا اجتاز المساحة والكرة بحوزته لا تسجل له عدد التكرارات التي عملها إلى أن يعود إلى مساحة الاختبار .
3-لا يحق للمختبر اسقاط الكرة وإذا سقطت تنتهي المحاولة وتسجل له عدد التكرارات التي عملها .
(كامل والريعي، 1988 : 56)

ت- التهديف من الثبات على مرمى مقسم بالدرجات

الهدف من الاختبار: قياس دقة التهديف على المرمى.
الأدوات المستخدمة : كرة قدم عدد(6)، مرمى كرة قدم مقسم بأشرطة الى مربعات الملعب : مرمى مقسم الى مناطق كما في الشكل (6) وكل منطقة لها درجة معينة ينالها اللاعب إذا ما نجح في التهديف إليها . ويرسم خط مواز لخط المرمى وعلى بعد ستة عشر متراً منه وتوضع عليه (6) كرات و المسافة بين كل كرة و أخرى 100 سم .
طريقة الأداء: يقف اللاعب خلف الكرة (1) وعندما تعطى له إشارة البدء يهدف الكرة الى المرمى و المناطق الأعلى درجة ثم يكرر التهديف بالكرة (2) وهكذا حتى ينتهي بتهديف

الى الكرة (6) على ان يأخذ اللاعب الوقت الكافي المناسب لتنفيذ التهديد.
التسجيل : تحتسب عدد الاصابات التي تدخل أو تمس جوانب الأهداف الأربعة المحددة في كل جهة من الهدف ، بحيث تحسب درجات كل كرة من الكرات الستة كالآتي :

- (3) درجات عند التهديد في المجال (3) و (2) درجتان عند التهديد في المجال رقم (2)
(1) درجة عند التهديد في المجال (1) و(صفر) درجة في بقية مجالات الهدف الأخرى وأعلى درجة يحصل عليها الفرد من (6) محاولات هي (18) د. (العزاوي، 1991: 79)

4- المناولة باتجاه هدف صغير على بعد (10م)

الهدف من الاختبار : قياس دقة المناولة .
الأدوات المستخدمة: كرات قدم (3) عدد، شواخص، شريط قياس، هدف صغير أبعاده (100 × 75) سم.
طريقة الأداء: : يقف المختبر ومعه الكرة على بعد (10م) من الهدف وعند سماع الإشارة يقوم المختبر بمناولة الكرة وهي ثابتة باتجاه الهدف .
طريقة التسجيل: يعطى لكل مختبر (3) محاولات حيث يعطى درجتان (2) للمحاولة الناجحة ودرجة واحدة (1) للمحاولة التي تمس العارضة و(صفر) للمحاولة الفاشلة.
(حمزة، 1999: 37-38)

3-9- التجارب الاستطلاعية:

3-9-1- التجربة الاستطلاعية (الأولى) لمقاييس سمات الصفحة النفسية :

تعد التجربة الاستطلاعية تجربة مصغرة للتجربة الأساسية، ويجب أن تتوفر فيها الشروط نفسها والظروف التي تكون فيها التجربة الرئيسة ما امكن ذلك حتى يمكن الأخذ بنتائجها ثم اجراء التجربة الاستطلاعية للمقاييس الصفحة النفسية بمساعدة الفريق المساعد بتاريخ 2016/3/12 في نادي سيروان الجديد في يوم السبت وفي الساعة العاشرة صباحاً على (6 لاعبين) من (نادي سيروان الجديد) من ضمن مجتمع البحث وكان الغرض من اجراء التجربة الاستطلاعية معرفة مدى وضوح التعليمات الخاصة بكيفية الاجابة عن المقياس مع مدى وضوح الفقرات ودرجة استجاباتهم لها ومعرفة الوقت المستغرق للإجابة عن (المقاييس) اذ تراوح زمن الاجابة بين (25-30) دقيقة ومعرفة كفاءة الفريق المساعد ومدى كفاءة الاجهزة والأدوات المستخدمة في الاختبار مع معرفة الحاجات ومعوقات العمل والصعوبات التي قد تواجه الباحثان، وتبينت من نتائج هذه التجربة ان الفقرات واضحة والتعليمات المرفقة مفهومة.

3-9-2- التجربة الاستطلاعية (الثانية) لاختبارات المهارات الاساسية:

أُجريت التجربة الاستطلاعية لاختبارات المهارات الأساسية وبمساعدة الفريق المساعد¹ بتاريخ 2016 / 3/12 في ملعب نادي سيروان الجديد في يوم السبت وفي الساعة الواحدة ظهراً على (6 لاعبين) من (نادي سيروان الجديد) ضمن مجتمع البحث وهم اللاعبون أنفسهم الذين أُجريت عليهم التجربة الاستطلاعية لاختبارات الصفحة النفسية وقد استبعدوا من التجربة الأساسية وكان الغرض من اجراء التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

التأكد من سهولة تطبيق الاختبارات ومدى ملائمتها لمستوى العينة ومدى استجابة اللاعبين وتفاوت تفاعلهم مع الاختبارات ومدى وملاءمتها لهم ومعرفة المعوقات التي قد تظهر وتلافي حدوث الاخطاء وتحديد الوقت اللازم لتنفيذ الاختبارات مع تحديد أماكن وأبعاد ومسافات كل اختبار التأكد من عدد وكفاءة الفريق المساعد لتطبيق الاختبارات و التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة مع معرفة الحاجات والنواقص الضرورية لتطبيق الاختبارات. نتيجة هذه التجربة تبينت ان الاختبارات سهلة ومناسبة للتطبيق.

¹ الفريق العمل المساعد

ارام محمود عم - طالب ماجستير ولاعب نادي بيشمركة السلیمانیة - كلية التربية الرياضية جامعة حلبجة

وسام محمد بازك - بكالوريوس في التربية الرياضية

مقداد حسن عبدالله - بكالوريوس في التربية الرياضية

هستیار ریواری علی - طالب مرحلة الاولى في معهد الرياضي

نوزاد محمد حسن - الشهادة التدريبية B,C الاسيوية- مديرفي لفريق بنادي -آشي الرياضي

10-3-البرنامج الارشادي:

بناء البرنامج الارشادي الانتقائي الخاص بالبحث

وبهدف رفع مستوى الصفحة النفسية والأداء، اطلع الباحثان على الأطر النظرية والدراسات الخاصة بالبرامج الإرشادية.

10-3-1-خطوات بناء البرنامج الارشادي:

لتحقيق هدف البحث المتمثلة في التعرف على فاعلية البرنامج الارشادي الإنتقائي على سمات الصفحة النفسية لدى لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم للمجموعة التجريبية، لابد من بناء برنامج ارشادي يتلائم وطبيعة الهدفين اعلاه.

وقد تم اعتماد عدد من المفاهيم الاساسية في بناء البرنامج الحالي منها:

ا-اعتماد المنهج العلمي في التصدي لمشكلة البحث والتخطيط لمعالجتها وتنفيذ الاستراتيجية المناسبة التي تلائم ذلك التخطيط.
ب-النظر الى عينة البحث باعتبارهم مختلفين من حيث التكوين والسلوك والحالة النفسية وانتقاء أفضل الطرق والأساليب الارشادية لتجاوز مشاكلهم.

ت-توجيه المعالجة الارشادية لغرض محدد هو تعديل وتطوير وتحسين السلوك للاعبين للوصول الى ما هو مناسب ومقبول.

ومن خلال ما تقدم تم اعتماد الخطوات الآتية في بناء البرنامج الارشادي:

اولاً-تحديد الحاجات:.

وقد تم تحديد الحاجات لدى اللاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم والمشكلات التي يعانون منها وهي:

ا-الحاجة الى التعريف بالاعداد النفسي والإرشاد النفسي والبرامج الارشادي.
ب-الحاجة الى التعريف بالسمات صفحة النفسية جميعها وخصوصاً (الاتزان الانفعالي-الثقة بالنفس-الطموح-الذات التنافسية الايجابية)

ت-الحاجة الى الالتزام التربوي والاخلاقي والفني تجاه الفريق والاداريين والفريق المنافس و احترام القوانين والاعراف الرياضية..
ث-الحاجة الى التسامح الاجتماعي.

ج- الحاجة الى تبني المواقف الفعالة.

خ- الحاجة الى تنظيم الذات
التخطيط لتنفيذ البرنامج الموضوع وفقاً لاحتياجات اللاعبين هذا فضلاً عن تحديد المشكلة والاهداف وابعاد البرنامج والزمن الكلي للجلسة وعدد الجلسات.

ثانياً. اختيار الاولويات. :صمم الباحثان برنامجه الارشادي الإنتقائي تلبية للحاجات الارشادية وتطوير سمات الصفحة النفسية لدى لاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم بعد تحديد الاولوية التي حصلت عليها الحاجات من خلال اراء السادة الخبراء ملحق (2).

ثالثاً. تحديد الاهداف: في ضوء الحاجات التي توصل إليها الباحثان قام بتحديد الاهداف العامة والخاصة المراد تحقيقها للبرنامج مع الاخذ بما يأتي:

أ-مدى ارتباطها بتلبية الحاجات الارشادية لدى اللاعبين.

ب-مدى قدرتها في تطويرالسمات الصفحة النفسية وهي (الاتزان الانفعالي -الطموح-الثقة بالنفس-الذات التنافسية الايجابية).

1. الاهداف العامة: وهي ثلاثة اهداف هي:

اولاً-اهداف المعالجة النمائية: التي توفر افضل السبل لتحقيق النمو المتكامل والمتوازن للرياضي.

ثانياً -اهداف المعالجة الوقائية: وهي التي تكسب اللاعبين مهارات نفسية وحركية ومعارف.

ثالثاً-اهداف المعالجة الارشادية: وهي اطفاء السلوك السلبي ودعم السلوك الايجابي.

2-الاهداف الخاصة

وهي مشتقة من الاهداف العامة وتتمثل في صورة المواقف المهارية والتعليمية وتعديل السلوك وهي اجراءات نظرية وعملية يقوم بها الباحثان ويطبقها اللاعبين عن طريق المناقشة والحوار من خلال اساليب وفنيات متعددة وصولاً الى تلبية الحاجات الارشادية وتطوير السمات الصفحة النفسية قيد الدراسة لدى اعضاء المجموعة التجريبية لتحقيق هدف البرنامج الارشادي.

رابعاً. التنظيم والدقة في بناء البرنامج:

قام الباحثان بتطبيق الاسلوب الارشادي الإنتقائي بالاعتماد على الفنيات والاساليب المستخدمة في ادارة الجلسات الارشادية ضمن البرنامج.

خامساً. إيجاد نشاطات وبرامج لتحقيق الاهداف:

تم الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة ومناقشة عدد من المتخصصين للاستفادة من خبراتهم والاستئناس برأيهم، وبعد تحديد النشاطات والجدول الزمني المطلوب لتنفيذها تم تحديد الاساليب المناسبة لها وهي (المحاضرة والمناقشة الجماعية، المناقشة، الواجبات المنزلية، استخدام الوسائل السمعية والبصرية، التعزيز، الثواب والعقاب، الاسترخاء، التصور العقلي، التدريب الذهني، لعب الادوار، النمذجة، الشعور بالمسؤولية، تقويم الذات، البناء المعرفي) كما جاء في الفنيات والاساليب المستخدمة في اعداد البرنامج.

سادساً. تحكيم البرنامج:

لقد بني البرنامج الارشادي المقترح وعرض في صورته الأولية على عدد من المختصين والمحكمين في مجال علم النفس الرياضي والارشاد النفسي ملحق رقم (2) للحكم على البرامج من حيث الاهداف وخطوات اعداد الجلسات وكذلك مدى ملائمة الجلسات للبيئة من حيث المحتوى والزمن والفنيات المستخدمة والاجراءات التنفيذية وقد اسفر التحكم عن التنبؤ ببعض التعديلات، حيث قام الباحثان باجرائها وتطبيقها بشكلها النهائي.

خ-صدق البرنامج:

بعد تصميم البرنامج بصيغته النهائية ملحق، قام الباحثان بعرضه على مجموعة من الخبراء ملحق (2) لإبداء آرائهم في مدى مناسبتها للأنشطة المستعملة في تحقيق أهدافه، عدد الجلسات الإرشادية، إجراء أي تعديل أو حذف أو إضافة.

سابعاً-تقويم البرنامج:

ويتم تقويم البرنامج (الحكم على البرامج) بعد تطبيق البرامج من المقارنة بين درجات الاختبارين القبلي والبعدي لمقاييس الصفحة النفسية المستخدمة في البحث وتظهر نتائج التقويم في الإجابة عن مدى تحقيق اهداف البرامج. (الدوري، 1997: 88).

3-10-2- التجربة الاستطلاعية (الثالثة) للبرنامج الارشادي الانتقائي :

اجرى الباحثان وبمساعدة المرشدين² النفسيين والفريق المساعد جلسة ارشادية استطلاعية بتاريخ 2016/3/13 من يوم الأحد وفي الساعة واحدة ظهراً، في قاعة خاصة للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم (لنادي بيشمركة السليمانية) على (6 لاعبين) من نادي سيروان الجديد) ضمن مجتمع البحث، واستبعدوا من التجربة الأساسية. وكان الهدف منها تطبيق بعض الفنيات والأساليب قبل التطبيق النهائي للتجربة الرئيسة للتأكد من الأزمنة وأوقات الاستراحة التي وضعها الباحثان عند تنفيذ الجلسات الارشادية في البرنامج الارشادي الانتقائي ثم توزيع الوقت على محاور الجلسة وبيان مدى ملائمتها لهامع تعرف الجوانب التي تعيق تفاعل اللاعب مع الجلسة وإيجاد الحوافز المناسبة لضمان هذا التفاعل و التأكد من صعوبة محتويات البرامج الارشادية والتأكد من استخدام المصطلحات وباللغة البسيطة التي يتناسب مع مستواهم المعرفي. وقد أظهرت التجربة الاستطلاعية إلى إمكانية تطبيق البرنامج بالشكل النهائي.

3-11-11- التجربة النهائية لأدوات الدراسة :

3-11-1-الاختبار القبلي لمتغيرات الصفحة النفسية:

اختبارسمات الصفحة النفسية وفي ضوء ما حدده الخبراء ومن ذوي الاختصاص يتكون من (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الإيجابية) وقد أجريت الاختبارات القبلية لسمات الصفحة النفسية للمجموعتين التجريبية والضابطة بتاريخ 2016/3/17 الموافق يوم الخميس في الساعة العاشرة صباحاً في غرفة المحاضرات الخاصة بلعبي كرة القدم بنادي آشتي الرياضي.

3-11-2-الاختبار القبلي للمهارات الأساسية بكرة القدم:

اجرى الباحثان مع فريق العمل المساعد ملحق(9) التجربة القبلية بعد اجراء التجربة الاستطلاعية ب(4) أربعة أيام حيث تضمن اختبارات للمهارات الأساسية وفي ضوء ما حدده الخبراء ومن ذوي الاختصاص ويتكون من(التهديف، المناولة، الدرجة،

² المرشدين النفسيين:

م.ادريس كريم مدرس/ طالب دكتوراه /علم النفس الرياضي/كلية التربية الرياضية جامعة السليمانية وسام محمد - بكالوريوس في التربية الرياضية

م.ديار كمال / طالب دكتوراه /علم النفس الرياضي/كلية التربية الرياضية جامعة السليمانية وسام محمد - بكالوريوس في التربية الرياضية

م.اوات علي/ طالب دكتوراه /علم النفس الرياضي/كلية التربية الرياضية جامعة السليمانية وسام محمد - بكالوريوس في التربية الرياضية

السيطرة والتحكم). اذ أُجري الاختبار القبلي للاختبارات المحددة للمجموعتين التجريبية والضابطة بتاريخ 2016/3/17 الموافق يوم الخميس في ملعب نادي آشتي الرياضي وفي الساعة الواحدة ظهراً.

3-11-3- تطبيق البرنامج الارشادي بصيغته النهائية:

بعد الاطلاع على بعض المصادر والابحاث التي اهتمت بالمنهج التجريبي من خلال تطبيق البرامج الارشادية وكذلك الاستفادة من بعض المؤلفات في مجال الارشاد النفسي الرياضي ومنها (راتب، 2004) و(أبواسعد وعرييات، 2009) و(الحوري وحتوش، 2012) والدراسات في مجال الارشاد النفسي الرياضي ومنها دراسة (العمرى، 2001) ودراسة (الدفاعي، 2004) ودراسة (الشهيري، 2009) ودراسة (الريبيعي، 2014).

وقد جرى التأكيد على ما يأتي:

ا- تطبيق البرنامج بصيغته النهائية على المجموعة التجريبية للبحث في قاعة نادي بيشمركة السليمانية .

ب- توضيح الاهداف وخطة التنفيذ من قبل الباحثان على افراد عينة البحث.

ت- نفذت الباحثان مع المرشدين الجلسات الارشادية حسب الخطة الموضوعية على المجموعة التجريبية واستغرقت (14) جلسة وبواقع جلستين في كل اسبوع يوم الخميس والسبت وأول جلسة نفذت يوم السبت الساعة (1:00) ظهراً، والمدة الزمنية لكل جلسة (45) دقيقة وقد استغرق تطبيق البرنامج اربعة عشر اسبوعاً أي (47) يوم ابتداءً من يوم السبت 2016/3/19 ولغاية 2016/5/5 وسعى الباحثان خلالها الى تحقيق اهداف بحثه من خلال تحقيق الاهداف الآتية:

1- الكشف عن اثر تلبية الحاجات الارشادية والصفحة النفسية لدى المجموعة التجريبية.

2- تلبية الحاجات الارشادية وتطوير السمات الصفحية النفسية باستخدام البرنامج الارشادي.

3- تحسين مستوى السلوك الاجتماعي داخل الفريق الرياضي كمجموعة.

4- توفير المناخ الاجتماعي والنفسى الملائم لاءضاء المجموعة.

5- نفذت الجلسات بأسلوب الارشاد الجماعي الانتقائي الذي يجمع بين النظريات الارشادية جميعها، وتم فيها:

اولاً-مراجعة الواجب المنزلي.

ثانياً-مناقشة اهداف الجلسات.

ثالثاً-ممارسة الاساليب الارشادية لكل جلسة.

رابعاً-تقديم التغذية الراجعة المناسبة لمحتوى الجلسة.

3-11-4- الاختبار البعدي لسمات الصفحة النفسية ولمهارات الأساسية :

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الارشادي في يوم الخميس مصادف 2016/5/5 أُجريت الاختبارات البعدية لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية بتاريخ 2016/5/7 الموافق يوم السبت و بالسياق نفسه المستخدم في الاختبار القبلي.

3-12- الوسائل الاحصائية المستخدمة في البحث:

لقد تم استخدام البرنامج الجاهز الخاص بهذه الطريقة ضمن البرامج الجاهزة (SPSS) :

(الوسط الحسابي، النسبة المئوية، الانحراف المعياري، المتوسط الفرضي، معامل الالتواء، معامل الارتباط (بيرسون)، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، الاختبار التائي لعينتين مرتبطتين) (التكريري والعبيدي، 1996)

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4-1- عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي لسمات الصفحة النفسية للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها

جدول رقم (10) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الاحتمالية ودلالة الفروق للمجموعة الضابطة في اختبارين

القبلي والبعدي لسمات الصفحة النفسية

سمات الصفحة النفسية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة الضابطة البعدي		قيمة الاحتمالية	دلالة الفروق
		س	ع	س	ع		
الاتزان الانفعالي	الدرجات	42.91	2.35	43.08	2.61	0.161	غير معنوي
الثقة بالنفس	الدرجات	41.75	0.248	42.25	0.83	0.074	غير معنوي
الذات التنافس الايجابي	الدرجات	38.75	1.30	39.83	0.95	0.095	غير معنوي
الطموح	الدرجات	43.66	2.01	44	0.13	0.108	غير معنوي

یتبین من الجدول (10) أن الفروق كانت غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة الضابطة في بعض سمات الصفحة النفسية، وكانت النتائج احتمالية نسبة الخطأ على التوالي هي (0.161) (0.074) (0.095) (0.108) للسمات (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الذات التنافسية الإيجابية، الطموح) وبما ان قيم احتمالية نسبة الخطأ هي اكبر من مستوى الدلالة (0.05) وهذا يدل على أنه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى لبعض سمات الصفحة النفسية للمجموعة الضابطة قيد الدراسة، ويعزو الباحثان عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية للمجموعة الضابطة الى عدم خضوع المجموعة الضابطة الى برنامج ارشادي انتقائي، اذ أشار (زهران، 2002) الى ان التوجيه والارشاد النفسي هو عملية بناءة تهدف الى مساعدة الفرد لكي يفهم ذاته، ويدرس شخصيته، ويعرف خبراته، ويحدد مشكلاته، وينمي امكاناته، ويحل مشكلاته في ضوء معرفته ورغبته وتعليمه وتدريبه، لكي يصل الى تحديد وتحقيق الصحة النفسية، والتوافق شخصيا وتربويا ومهنيا وأسرانيا. (زهران، 2002: 13)

وكذلك الى نقص معلومات المدربين بمفهوم سمات الصفحة النفسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم فضلا عن قلة اعطاء مدربي الناديين المشاركين في الدراسة الحالية للارشادات والتوجيهات النفسية ضمن وحداتهم التدريبية كما انهم يهتمون قليلاً بهذا الجانب بسبب قلة معرفتهم بأساليب ونظريات التوجيه والارشادية الانتقائية. او بسبب فلسفتهم الخاصة بالتدريب بحيث يهتمون فقط بالجانب المهاري والخططي والتركيز على النتيجة فقط وليس على الجانب النفسي والاداء والنتيجة معاً.

2-4- عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدى لسمات الصفحة النفسية للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها :

جدول رقم (11) الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية قيمة الاحتمالية ودلالة الفروق للمجموعة التجريبية

في القياسين القبلي والبعدى لسمات الصفحة النفسية

سمات الصفحة النفسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية القبلي		المجموعة التجريبية البعدى		قيمة الاحتمالية	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س		
الاتزان الانفعالي	الدرجات	44.08	2.67	54	2.31	0.00	معنوي
الثقة بالنفس	الدرجات	41	2.41	49.083	1.50	0.00	معنوي
الذات التنافسية الإيجابي	الدرجات	39.25	2.19	44.75	1.31	0.00	معنوي
الطموح	الدرجات	42.66	1.73	51.75	0.105	0.00	معنوي

يتبين من الجدول (11) أن الفروق كانت معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في بعض سمات الصفحة النفسية، وبينما كانت قيمة احتمالية نسبة الخطأ للسمات (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الذات التنافسية الإيجابية، الطموح) هي على التوالي (0.00-0.00-0.00-0.00) وبما أن قيم الاحتمالية هي أصغر من قيمة مستوى الدلالة (0.05) فان هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدى ولمصلحة الاختبار البعدى في السمات قيد الدراسة جميعها. ويعزو الباحثان هذه الى التأثير الإيجابي و الفعال للبرنامج الارشادي الانتقائي الذي نفذته المجموعة التجريبية الذي ترك تغييراً على سلوك اللاعب إذ تحول العصبية الى الهدوء والاتزان وتطورت درجة الاتزان الانفعالي لدى اللاعبين، واصبح لدى لاعبي هذه المجموعة ثقة عالية بأنفسهم بسبب معرفتهم وخبرتهم بمشكلاتهم وأسباب حدوثها وكيفية معالجتها وهذا عن طريق فنيات المحاضرة والمناقشة الجماعية المستخدمة في كل جلسة من المرشد وباستخدام عرض Power Point على تعزيز فاعلية البرنامج الارشادي حيث كان لها الاثر البالغ في ترسيخ المعلومة وتثبيتها في أذهان المسترشدين، هذا ما أكدته (حمزة، 2001) اذ اشار الى أن اسلوب المناقشة والتدريب على التفكير الموضوعي في حل المشكلات وتبادل المعلومات والخبرات والتشجيع المتبادل والشعور بالأمن، حيث يشترك مجموعة من الأعضاء الذين يعانون من مشكلات متشابهة في مناقشة مفتوحة وصريحة يطرحون فيها تصوراتهم لأسباب مشكلاتهم ومظاهرها فيحقق ذلك الإفصاح ارتباطاً نفسياً مهماً وإيجابياً، اذ ان تدخل المرشد من وقت لآخر لإعادة توجيه العضو في إتاحة الفرصة للاعبين بالاستفسار عن كثير من الأمور التي ينقصهم في الجانب المعرفي. (حمزة، 2001: 111)

استخدام الأساليب والطرق والفنيات في الاسترخاء وبأنواعه المختلفة في الجلسات الارشادية بشكل عام ويرى (السيد، 2006) أن الاسترخاء من الفنيات العلاجية السلوكية والتي تحقق الهدوء والارتخاء والتوازن النفسي والجسماني، لكون الاسترخاء يعني علمياً توقفاً كاملاً لكل الانقباضات والتقلصات العضلية المصاحبة للتوتر. (السيد 2006 : 109)

لقد أسهمت فنية (الواجبات المنزلية) و فنية (لُعب الأدوار) تمثيل الدور و(التعزيز الإيجابي والسلبي) اسهاماً كبيراً في تحسين نفسية اللاعب لازالة مسببات ضعف الثقة بالنفس لديهم، و إزالة الخوف من الفشل والهزيمة و تغيير التفكير السلبي للذات

التنافسية الإيجابية الى التفكير الإيجابي ، وتعزيزهم في كل جلسة كان له الأثر الكبير في ارتفاع مستوى طموحهم وأهدافهم و مساعدة الأعضاء على الاستفادة من تطبيق المهارات والخبرات التي تعلموها في الجلسات الإرشادية في المواقف المختلفة. فضلاً عن التزام المسترشدين بالحضور للجلسات جميعها ودافعيتهم للاستفادة منها، وتطبيقهم للمهارات التي اكتسبوها في اثناء الجلسات في حياتهم اليومية والتي ظهرت للباحث من التقييم ، والتي عززتها أيضاً النتيجة النهائية لسمات الصفحة النفسية وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة (الريبيعي، 2014) لتنمية سمات (الثقة بالنفس والاتزان الانفعالي والروح الرياضية) والذي كان برنامجا ارشاديا نفسيا ومعرفياً لتنمية الثقة بالنفس، ودراسة (شراب ، 2013) والذي كان برنامجاً تدريبياً ارشادياً لتنمية الثقة بالنفس كمدخل لتحسين المسؤولية الاجتماعية لدى طلاب المرحلة الثانوية، وغير ذلك من الدراسات التجريبية. إن معنوية الفروق جاءت من زيادة التماسك الجماعي و باستخدام الفنيات (النشاط الجماعي والنمذجة) فان تماسك الفريق يرتفع ويرتفع معه مستوى طموحه حسب ما أشار إليه (علاوي ورضوان، 1987) حيث قال إن "نجاح الفريق الرياضي في تحقيق أهدافه يؤدي إلى شعور لاعبيه بالسعادة المشتركة والى ارتفاع مستوى طموحهم وحبهم وولائهم للفريق وبالتالي إلى زيادة جاذبيتهم نحو عضوية الفريق". (علاوي ورضوان، 1987: 97)

إن بعض الفنيات والأساليب الانتقائية التي استخدمها الباحثان أثرت في السمات النفسية جميعها في الدراسة الحالية منها اسلوب النمذجة والتقبل غير المشروط، في تنمية جانب العلاقات الشخصية (التعلم الاجتماعي) ولأنه له فاعلية بالغة لتنمية مستوى الطموح والذات التنافسية الإيجابية والثقة بالنفس والاتزان الانفعالي على المجموعة وذلك عن طريق تكرار هذه الفنيات في عدة جلسات والنمذجة اللفظية والحية وتطبيق السلوك الإيجابي من لاعبي المجموعة التجريبية عدة مرات و هذا ما اكده (حسين، 2004) بقوله إن هذا الأسلوب يقوم على نظرية التعلم الاجتماعي "باندورا" ويمكن استخدامه في زيادة السلوك المرغوب فيه، وكذلك يمكن استخدامه في خفض وتقليل السلوك غير المرغوب فيه، وهو عملية تعلم تتضمن تغيير الفرد لسلوكه نتيجة لملاحظة وتقليد سلوك فرد آخر (حسين، 2004: 82)

3-4- عرض نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة لسمات الصفحة النفسية وتحليلها ومناقشتها

جدول رقم (12)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الاحتمالية ومستوى الدلالة للمجموعة الضابطة والتجريبية في القياس البعدي لسمات الصفحة النفسية

سمات الصفحة النفسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية البعدي		المجموعة الضابطة البعدي		قيمة الاحتمالية	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س		
الاتزان الانفعالي	الدرجات	54.75	2.31	43.08	2.61	0.00	معنوي
الثقة بالنفس	الدرجات	49.08	1.50	42.25	0.83	0.00	معنوي
الذات التنافسية الإيجابي	الدرجات	44.75	1.31	39.83	0.95	0.00	معنوي
الطموح	الدرجات	51.75	0.10	44	0.13	0.00	معنوي

يتضح من الجدول (12) ان الفروق كانت معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في سمات الصفحة النفسية جميعها، إذ كانت قيمة الاحتمالية فكانت على التوالي هي (0.00-0.00-0.00-0.00) وبما ان في القيم الاحتمالية نسبة الخطأ هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) .

لذا يعزوا الباحثان ذلك إلى تعرض أفراد المجموعة التجريبية لجملة من الخبرات و المواقف والتي ساعدت على تنمية الثقة بأنفسهم ، حيث قام الباحثان بتبصير أفراد المجموعة التجريبية بمجموعة من المهارات والتي تساعدهم بإدارة الحوار الاجتماعي و التواصل اللفظي وغير اللفظي و الاستماع و الإنصات الواعي و التحدث والتعبير عن الأفكار و المشاعر بإيجابية وكيفية احترام الوقت واستغلاله فيما ينفعهم ويحقق السعادة والرضا لأنفسهم و للآخرين، وعمل الباحثان أيضاً على تعليم وتدريب أفراد المجموعة التجريبية أساليب جديدة مثل ضبط النفس و التعبير عن الذات بصورة أكثر ايجابية مع تقويم لكل ما هو سلبي أوألتي كان يتمسك بها أفراد المجموعة التجريبية، ومساعدتهم على اعتماد أنفسهم في اتخاذ القرارات. و إذ أشار الباحثان في مناقشة

نتائج المجموعة التجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي في سمات الصفحة النفسية الى الفنيات التي كان لها الفضل في تفوق المجموعة التجريبية وهي ذات الفنيات التي جعلت من المجموعة التجريبية أفضل من الضابطة في الاختبارين البعدين وللتذكير فأن من الجانب السلوكي استخدام الباحثان السلوك السوي لتغيير السلوك غير السوي، وللجانب الوجداني لغرض التنظيم والتحكم في الانفعالات، وباستخدام فنيات أسلوب التفرغ الانفعالي في الجانب الوجداني وتكرارها في الجلسات الارشادية اصبح السلوك الانفعالي للابعي المجموعة التجريبية متزناً واستجاباتهم اليجابية للمواقف يؤخذ من مصدر الثقة المثل بالنفس والتفكير اليجابي و يعرفون قدراتهم وامكانياتهم لتحديد اهدافهم وطموحاتهم المستقبلية الواقعية والمرغوبة لدى الجميع و خصوصاً المدرب والزملاء في الفريق ويدركون امكانياتهم على التكيف مع اللاعبين الزملاء والمدرب والاداريين في الفريق وهذا يؤكد (الدفاعي، 2004) ان "اهداف البرنامج الارشادي بانه تحقيق الذات والهدف منه هو تكوين مفهوم إيماني نحو الذات لدى الفرد، و تحقيق التوافق وهو الذي يعمل على تحقيق التوازن بين الفرد والبيئة و تحسين العملية التدريبية" (الدفاعي، 2004: 16)

وللجانب الاحساسي لغرض الاسترخاء وزيادة الوعي للفرد بمستوى استثارته الفسيولوجية الناتجة عن الغضب، وجانب تفسير صورة الذات لتنمية الذات التنافسية اليجابية وابعاد الصور والأهداف غير الواقعية وعمل المرشد على توفير الجو النفسي الرياضي المهني بشكل ممتاز طوال جلسات البرنامج الارشادي مع وجود حرية الرأي واحترام الرأي الآخر وفرصة التفكير والمناقشة والحوار والذي تتسجم مع المبدأ الذي أنفق عليه في الجلسة الأولى لأن اللاعبين في هذه الفئة العمرية عندهم آراء وأفكار وملاحظات وتجربة ميدانية (خبرات) مختلفة لذلك يحتاجون لمثل هذه الأجواء كما اسهمت فنيات التخيل كأحد أهم فنيات الارشاد الانتقائي باستخدام اسلوب تغيير صورة الذات، لرفع مستوى الذات التنافسية اليجابية وذلك عن طريق استخدامه لاسلوب تصور أو تخيل المواجهة اليجابية للمواقف والضغوط والمنافسات الجماعية. واستخدام أسلوب المنافسات المختلفة الأنواع (فردي أو جماعي) لمشاركة الأعضاء الجلسة الارشادية في الجلسات حين يكون لها فاعلية لتنمية جميع سمات الصفحة النفسية ويؤكد ذلك (ARSENIO, 1988) إلى أن "التكاتف بين الأفراد يدفعهم للتعاون مع بعضهم البعض كشرط أساسي لتحقيق أهدافهم وتحقيق نتائج أفضل من أولئك الذين لا تجمعهم أي قواسم، كما أن توظيف التنافس بصورة تخدم المجتمع والبعده عن صورة التنافس الذي يزيد الفرقة بين الافراد" (ARSENIO, 1988:P 59)

وللجانب المعرفي الذي ساعد على تطوير الثقة بالنفس والطموح، ومن هذه الجلسات تمكن اللاعبون من وضع اهداف لحياتهم بشكل عام و خطط لمستقبلهم الرياضي بشكل خاص حيث أكد على ذلك (العزازمة، 2012) نقلاً عن (شريف، 2001) إذ قال إن الأصل في الطموح أن يكون لكل شخص هدف او أهداف محددة يسعى الى تحقيقها في ضوء قدراته وامكانياته الشخصية وفي ضوء خبراته في النجاح والفشل تكون درجة الطموح لديه.

وجانب العلاقات الشخصية والاجتماعية لغرض تقليل السلوك غير المرغوب به وزيادة السلوك المرغوب به، وجانب النموذج الواقعي للسلوك لغرض معالجة حالات القلق والعدوان والعمل على اكتساب المهارات الاجتماعية، وجانب التعزيز والتدريب المكرر باشكاله المختلفة لتنمية السمات جميعها ، هذا فضلاً عن حق تعبير اللاعبين عن أنفسهم بطرق عقلانية متجاوبة مع الأعراف والقيم والأخلاقيات. (السيد، 2006: 109) و(حسين، 2007: 132) و(عباس، 1991: 230).

4-4- عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها

جدول رقم (13)

الأوساط الحسابية و الانحرافات المعيارية وقيمة الاحتمالية ودلالة الفروق للمجموعة الضابطة في اختبارين القبلي

والبعدي في اختبارات المهارات الأساسية

المهارات الأساسية	وحدة القياس	المجموعة الضابطة القبلي		المجموعة الضابطة البعدي		قيمة الاحتمالية	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س		
الدرجة	الثانية	1.11	10.08	9.75	1.34	0.142	غير معنوي
المناولة	الدرجات	0.550	3.83	3.93	1.74	0.091	غير معنوي
السيطرة والتحكم	عدد مرات	0.154	46.25	49.25	1.54	0.000	معنوي

معنوي	0.002	2.91	11.25	2.23	10.66	الدرجات	التهديف
-------	-------	------	-------	------	-------	---------	---------

يتبين من الجدول (13) أن الفروق كانت غير معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في مهارتي (الدرجة، مناولة) إذ كانت القيمة الاحتمالية (0.091-0.142) وهي اكبر من مستوى الدلالة (0.05)، بينما أظهرت الفروق في مهارتي (السيطرة والتحكم، التهديف) أنها معنوية إذ كانت قيمة احتمالية نسبة الخطأ (0.002-0.00) هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) وهذا يدل على تطور أداء لاعبي مجموعة الضابطة في مهارتي (السيطرة والتحكم و التهديف).

ويعزو الباحثان هذه الفروق الى إهتمام المدرب بالمهارات الاساسية بكرة القدم والتدريب عليها، اذ يؤكد (الخشاب وآخرون، 1995) "أن المهارات الأساسية هي القاعدة والأساس للعبة كرة القدم ورغم أنها لا تؤدي الغرض المطلوب بدون اللياقة البدنية وخطط اللعب إلا أن المهارات الأساسية تبقى الفاعل المهم في اللعبة وبدون اجادتها لا يستطيع لاعبي الفريق أن يؤديوا الواجبات وخطط اللعب المختلفة على الوجه الأكمل" (الخشاب وآخرون 1999 : 131)

ان الفروق المعنوية في مهارتي (السيطرة والتحكم و التهديف) يعود الى الاهتمام الخاص بهاتين المهارتين من قبل المدرب كونها المهارة الحاسمة في الفوز في المبارات ويؤكد ذلك (حمزة، 2006) نقلا عن (اسماعيل وآخرون، 1991) أن المهارات جميعها في كرة القدم يجب على اللاعب أن يمتلكها لكي يستطيع أن يؤدي مهام اللعب ولكن تبقى مهارتي السيطرة و التهديف من المهارات المهمة والاساسية كونهما احد الوسائل المهمة لحصر النتيجة عندما لا يستطيع اختراق دفاع الخصم القوي وقد يلجأ الفريق إلى أسلوب السيطرة والتحكم وحيازة الكرة مع الضربات الثابتة البعيدة . (حمزة، 2006: 27)

وفي عينة البحث الحالية يبين أن المدربين يستخدمون التمرينات الخاصة المتعددة الانواع عن مهارتين والتركيز على تطويرها عند اللاعبين في نادي (آشتي والبشمركة) في نهاية الجزء الرئيسي أو الجزء الختامي من الوحدة التدريبية اليومية وهذا بالتأكيد يؤثر في تنمية وتحسين مستوى الاداء لكلتا المهارتين. اما بالنسبة الى وجود فروق غير معنوية في مهارتي (الدرجة والمناولة) وذلك يعود الى اهتمام غيركافي لممارسة التمارين المهارية بشكل منتظم ومتدرج وعلمي من قبل المدرب، وربما القصور في الاهتمام لهذين الجانبين واهتمام المدرب اكثر بالتهديف والسيطرة باعتبار ان اللاعبين قد اتقنو (الدرجة والمناولة) في مراحل سابقة وهي مرحلة الاشبال والنشئين والشباب مروراً الى مرحلة المتقدمين بصورة صحيحة ومتوازنة، إذ يرى (حماد، 1998) ان المهارات الاساسية "وهي عصب الأداء وجوهره في أي لحظة، وان إنجازها يعتمد الإعداد البدني ويبنى عليها الإعداد الخططي والنفسي والذهني" (حماد، 1998: 180)

و لتدريب اللاعبين وتمرينهم ومشاركتهم ووجود الفريقين في منافسات الدوري أثر ايجابي في تطوير مستوى اللاعبين في الناحية المهارية بشكل عام.

4-5- عرض نتائج الاختبارين القبلي والبعدي للمهارات الأساسية للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها

جدول رقم (14)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الاحتمالية ودلالة الفروق للمجموعة التجريبية في اختبارين القبلي والبعدي في اختبارات المهارات الأساسية

المهارات الأساسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية القبلي		المجموعة التجريبية البعدي		قيمة الاحتمالية	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س		
الدرجة	الثانية	10.61	1.19	10.17	1.87	0.161-	غير معنوي
مناولة	الدرجات	3.66	0.92	5.41	1.75	0.00	معنوي
السيطرة والتحكم	عدد مرات	46.83	0.29	51.00	1.38	0.00	معنوي
التهديف	الدرجات	9.58	2.31	15.33	2.29	0.00	معنوي

يتبين من الجدول (14) أن الفروق كانت معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المهارات الأساسية (مناولة، السيطرة والتحكم، التهديد) إذ كانت قيمة احتمالية نسبة الخطأ كانت على التوالي هي: (0.00-0.00-0.00) وفي الدرجة كانت الاحتمالية (-0.161) وبما ان قيم الاحتمالية هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) للمهارات الأساسية (مناولة، السيطرة والتحكم، التهديد)، فإن هذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين القبلي والبعدي ولمصلحة الاختبار البعدي. ويعزو الباحثان معنوية الفروق الى تأثير البرامج الارشادي الانتقائي الذي طبق على المجموعة التجريبية وأسهم في معنوية الفروق للسمات وأدى الى التوافق النفسي والاندماج الكامل لدى المجموعة التجريبية والذي أثر في درجة مستوى أدائهم المهارية في المهارات الأساسية الثلاث، لأن نتيجة البحث الحالي أكدت بأن كلما زاد مستوى اللاعبين في الصفحة النفسية تحسن الأداء لديهم. فتنمية وتحسين وتطوير التحكم بالكرة يعد من أهم المهارات لكرة القدم. وهذا يتطلب الدقة في الإدراك الحسي بالكرة، وعملية الإحساس بالكرة تضمن اثاراً مختلفة ودقيقة للغاية، وتتم كلها في دماغ اللاعب عند السيطرة على الكرة. وبفضل هذه العملية فإن اللاعب يكتسب القدرات الحس / حركية التي تتفق استجاباتها مع خصائص الحركة في كرة القدم. (بسيوني وفاضل، 1994: 18)

وكذلك هذا التطور في المهارات (مناولة، السيطرة والتحكم التهديد) الى فاعلية فنيات المحاضرة والمناقشة الجماعية المستخدمة في الجلسات الارشادية التي قام المرشد في اثائها بربط الموضوعات عن الاتزان الانفعالي والثقة بالنفس والطموح والذات التنافسية الايجابية بالمهارات الاساسية في الجلسات جميعها وموضوع خاص اعده الباحثان عن المهارات الأساسية بكرة القدم مع شرحها وتطبيقها مع الأعضاء وقدم معلومات عن المهارات الأربع (درجة، مناولة، السيطرة والتحكم التهديد) وآلية اتقانهم. (نافع، 2004) و(ثامر محسن وآخرون، 1991) و(الخيكاني، 2008)

أما الفروق غير المعنوية لمهارة الدرجة تتطلب مهارة استخدام المناولات القصيرة والمتوسطة والبعيدة بدلا من ان يحتفظ اللاعب بالكرة ويدرجها للامام أو الخلف للوصول الى الزملاء أو منطقة الخصم، لذلك أصبحت الدرجة أقل المهارات استخداما ويؤكد هذا (علوان وزبير، 2016) نقلا عن (قاسم لزام وآخرون، 2002) إلى أن هناك وسيلتين للتقدم بالكرة هي: (الدرجة و المناولة) بين أعضاء الفريق الواحد والمناولة أسرع من الدرجة لأن مهارة المناولة أكثر ترشياً ويفضل التقدم نحو مرمى الخصم عن طريق المناولات المختلفة لكون الكرة تكون أسرع اما مهارة الدرجة بالكرة فتقل كلما كانت المباراة أكثر جماعية وعدم تطورها يرجع إلى كونها أصعب المهارات وأقلها استخداما لذا يكون تطورها صعبة. (علوان وزبير، 2016)

(41 :

4-6- عرض نتائج الاختبار البعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة للمهارات الأساسية وتحليلها ومناقشتها

جدول (15)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة الاحتمالية ودلالة الفروق للمجموعة الضابطة و التجريبية في اختبارين

البعدي في اختبار المهارات الأساسية

المهارات الأساسية	وحدة القياس	المجموعة التجريبية البعدي		المجموعة الضابطة البعدي		قيمة الاحتمالية	دلالة الفروق
		ع	س	ع	س		
الدرجة	الثانية	1.87	10.17	9.75	1.34-	0.257	غير معنوي
مناولة	الدرجات	1.75	5.41	3.92	1.74	0.017	معنوي
السيطرة والتحكم	عدد مرات	1.38	51.00	49.25	1.54	0.818	غير معنوي
التهديد	الدرجات	2.29	15.33	11.25	2.91	0.041	معنوي

يتبين من الجدول (15) أن الفروق كانت غير معنوية بين الاختبارين البعديين للمجموعة الضابطة والتجريبية في مهارتين الأساسيتين (الدرجة، السيطرة والتحكم) والفروق المعنوية في مهارتي (مناولة والتهديد)، إذ كانت قيمة القيمة الاحتمالية لمهارتي (الدرجة، السيطرة والتحكم) هي: (0.257) (0.818) و مهارتي (المناولة، التهديد) هي (0.017) (0.041)، وبما ان قيم الاحتمالية هي اكبر من مستوى الدلالة (0.05) لمهارتي (الدرجة، السيطرة والتحكم) فإن هذا يدل على أن لا يوجد فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعديين لهذين المهارتين لمجموعتي البحث ولم تطور هاتين المهارتين. وبينما كانت القيم

الاحتمالية لمهاري (المناولة، التهديد) اصغر من مستوى الدلالة (0.05) و يدل هذا على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الاختبارين البعديين ولصالح المجموعة التجريبية.

ويعزو الباحثان هذا التطور الى البرنامج الارشادي الانتقائي الذي أعده الباحثان لهذا الغرض والذي عمل على التوظيف الصحيح لقدراتهم وتعزيز مهاراتهم السيكولوجية ومساعدتهم على تجنب الانفعالات والتوترات، فضلاً عن الاسهام في حل مشكلاتهم الشخصية والتي تؤثر بصورة مباشرة في مستوى الأداء لديهم ويكون هذا عن طريق الارشاد بأسلوب الارشاد الانتقائي الجمعي حيث يقوم به المرشد لفهم وحل مشكلاتهم. وتوصلت بعض الدراسات الى وجود علاقة موجبة بين القدرات الحركية والسمات الآتية (الاتزان الانفعالي - المسؤولية - السيطرة - الاجتماعية) إذ أكد (راتب، 2004) بان الكثير من الرياضيين لديهم مهارات بدنية للاداء بنجاح، ولكنهم مصابون بفقد الثقة او ضعف الثقة في قدراتهم لاداء هذه المهارات، وخصوصاً تحت ظروف الأداء الضاغط في المبارات اوالمسابقات. و(تغير الافكار السلبية الى الايجابية) الذي استخدمه الباحثان في جلساته الارشادية اسهم في ابعاد الشكوك في الذات وامكانياته جميعاً لأن الشك في الذات يعوق الأداء ويزيد القلق، ويضعف من التركيز، ويسبب التردد، ويجعل اللاعب يركز على نقاط الضعف أكثر من الاهتمام بنواحي القوة.

(راتب، 2004: 316-317)

ومن المعروف أن المنافسات والدوري والبطولات الرياضية المفتوحة محليا أو وطنيا تطور مستوى الأداء وخصوصا المناولة والتهديد لأن كل لاعب في اثناء المنافسات يزيد من طموحاته وأهدافه، وأكدها (الخياط، 1997) في نتائج بحثه باستخدام أسلوب المنافسات الذاتية بتحديد الأهداف القصيرة والبعيدة المدى واسلوب التنافس المقارن عن طريق مقارنة أهدافهم وطموحاتهم. (الخياط، 1997: 9)

واللاعب عندما يكون في منافسات الدوري يطمح أن يأخذ مكانة في التشكيل الأساسي في خطة المدرب للعبة القادمة، لذلك بسبب ارتفاع درجة مستوى الذات التنافسي الايجابي لدى اللاعب يقوم بذل اقصى جهده ويهيا ويهدىء نفسه ويلتزم بزمان ومكان التدريب ويلتزم بالتطبيق غير المشروط لواجبات المدرب في اثناء التدريبات وترتفع مستوى ثقته بالنفس وتحمل المسؤولية، لكي يثبت للمدرب والاداريين أنه لاعب بإمكانه ان يغير النتيجة ويحرز أكبر عدد من الأهداف أو أكثر المناولات دقةً وأقل الأخطاء بهما، وفي هذا المجال أكد (حماد، 1994) أن النواحي النفسية كالثقة في النفس والإرادة وتحمل المسؤولية تلعب دوراً مهماً في عملية دقة المناولة والتهديد.

(حماد، 1994: 94)

5-الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

5-1-الاستنتاجات :

- 1- ملائمة مقاييس الصفحة النفسية للتطبيق على لاعبي كرة القدم الذي قام الباحثان بتكييفه على لاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم، وبات من الممكن استخدام طريقة (البروفيل الشخصي-الصفحة النفسية) لتحليل إنجاز اللاعب الدرجة الاولى في كرة القدم بغية تحقيق العديد من الغايات فيها وهي(التشخيص والعلاج والتعزيز والتقويم والمقارنة والتوجيه والانتقاء. الخ)
- 2- ظهور تطور ايجابي في بعض سمات الصفحة النفسية وهي(الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الذات التنافسية الايجابية، الطموح) لدى المجموعة التجريبية للاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم وهذا يؤكد لنا بانّ البرنامج الارشادي الانتقائي الذي اعده الباحثان وفنياته واساليبه المختلفة كانت مناسبة للاعداد النفسي للاعبين .
- 3- لم تتطور سمات الصفحة النفسية وهي(الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الذات التنافسية الايجابية، الطموح) لدى المجموعة الضابطة للاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم، كونها لم تستفاد من البرنامج الارشادي الانتقائي الذي اعده الباحثان.
- 4- ظهور تطور ايجابي في المهارات الاساسية (التهديد، المناولة، السيطرة والتحكم) لدى المجموعة التجريبية للاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.
- 5- لم تتطور مهارة (الدرجة) لدى المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي للاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم. كمالم تتطور مهاري (الدرجة، المناولة) لدى المجموعة الضابطة في الاختبار البعدي للاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم .
- 6- ظهور تطور ايجابي في المهارات الاساسية (التهديد، السيطرة والتحكم) لدى المجموعة الضابطة للاعبي الدرجة الأولى بكرة القدم بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي.
- 7- تفوقت المجموعة التجريبية على الضابطة في الاختبارات البعدية لبعض سمات الصفحة النفسية وهي(الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الذات التنافسية الايجابية، الطموح) وبفروقات معنوية لدى لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم .
- 8- لم تظهر فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في مهارات (الدرجة، السيطرة والتحكم) لدى لاعبي الدرجة الاولى بكرة القدم. بينما تفوقت المجموعة التجريبية على الضابطة في ذات الاختبارات لمهاري (التهديد والمناولة).

2-5-التوصيات

مما سبق وفي ضوء ما توصل إليه الباحثان من استنتاجات يوصى بالآتي:

- 1- تعميم نتائج الدراسة الحالية على لاعبي فرق كرة القدم اندية الدرجة الأولى في محافظة السليمانية.
- 2- إمكانية الاستفادة من مقاييس الصفحة النفسية التي لم يستخدمها في الدراسة الحالية على لاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في محافظة السليمانية وإعداد البرامج الإرشادي فيها.
- 3- اعتماد مقاييس الصفحة النفسية ضمن معايير التقييم للاعبين في عملية الاختيار (الانتقاء) في اثناء الاعداد للموسم الرياضي الجديد.
- 4- الاهتمام بالإعداد النفسي للاعبين كرة القدم و بوجود الاختصاصي النفسي الرياضي وذلك للعمل بجانب المدرب الرياضي لإرشاد اللاعبين ومساعدتهم على تكوين صورة ايجابية واقعية عن انفسهم من خلال التعرف على مستواهم في السمات الصفحة النفسية وحاجاتهم المختلفة ومحاولة ايجاد حل المشكلات الذين يعانون منه.
- 6- أن لا يقتصر التركيز في تدريب اللاعبين على جوانب اللياقة البدنية أو مهارات بعينها دون الاهتمام بكل جوانب اللعبة سواء النفسية منها أم المهارية .
- 7- أن يراعي المدربون في تدريبهم التركيز على إتقان مهارة التهديد والمناولة والدرجة والسيطرة والتحكم بالكرة من قبل جميع اللاعبين وبدون استثناء .

3-5-المقترحات

- 1-حث المدربين والقائمين على النشاط الرياضي في أندية محافظة السليمانية بتنظيم المحاضرات التثقيفية وضرورة ادخالهم في دورات الإعداد النفسي .
- 2- ضرورة اجراء دراسة العلاقة بين بعض سمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية للاعبين اندية الدرجة الأولى بكرة القدم.
- 3- ضرورة و إجراء دراسة مقارنة بين اللاعبين في مستويات الناشئين والشباب والدرجة الأولى والدرجة الممتازة في سمات الصفحة النفسية وإعداد البرامج الارشادية الانتقائية حسب الحاجات الارشادية لذلك.

-المصادر العربية

- ❖ أبو أسعد، أحمد و عريبات، أحمد، (2009): نظريات الإرشاد النفسي والتربوي، دار المسيرة، عمان، الاردن.
- ❖ بسيوني، محمد و فاضل، باسم، (1994): الاعداد النفسي للاعبين في كرة القدم، دار المعرفة، القاهرة، مصر.
- ❖ التكريتي، وديع ياسين والعبدي، حسن محمد، (1996): التطبيقات الإحصائية لبحوث التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل، العراق.
- ❖ ثامر محسن وآخرون، (1991): الاختبار والتحليل الحركي بكرة القدم، مطبعة جامعة الموصل، العراق.
- ❖ جارلس هيوز، (1990): لعبة القدم الخطط والمهارات، ترجمة: موفق المولى، مطبعة الموصل، العراق.
- ❖ حسين، حسن علي، (2007): القيمة التنبؤية للقدرة الحركية بدلالة بعض السمات الشخصية للاعبين كرة القدم بأعمار (10-12) سنة، رسالة ماجستير غير منشورة الى مجلس كلية التربية الرياضية - جامعة بابل، العراق.
- ❖ حسين، طه عبد العظيم، (2004): الإرشاد النفسي-النظرية-التطبيق-التكنولوجيا، دار الفكر، عمان، الاردن.
- ❖ حماد، مفتي إبراهيم، (1994): الجديد في الإعداد البدني والمهاري والخططي للاعب كرة القدم، القاهرة، دار الفكر العربي، مصر.
- ❖ حماد، مفتي إبراهيم، (1998): التدريب الرياضي الحديث - تخطيط وتطبيق وقيادة، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- ❖ حمزة، احمد عبد الأمير، (2006): تأثير ميدان تدريبي مقترح في تطوير السيطرة الحركية لبعض المهارات الأساسية بكرة القدم للاعبين بعمر (14)، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية - جامعة بابل، العراق.
- ❖ حمزة، احمد عبدالكريم، (2001): فاعلية برنامج ارشادي لتخفيف العنف لدى عينة من المراهقين الذكور من طلاب الثانوي العام، رسالة ماجستير غير منشورة كلية البنات جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.
- ❖ حمزة، رعد حسين، (1999): أثر استخدام وسيلة المناطق المحددة في تنمية المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد، العراق.
- ❖ الحوري، عكلة سليمان و حنتوش، معيون ذنون، (2012): مدخل الى علم النفس الرياضي، دار ابن الاثير للطباعة والنشر، جامعة موصل، العراق.
- ❖ الحياي، عاصم محمود ندى، (1989): الإرشاد التربوي والنفسى، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق.
- ❖ الخشاب وآخرون (1999): كرة القدم لطلاب كليات وأقسام التربية الرياضية، دار الكتب للطباعة والنشر-موصل، ط2، العراق.
- ❖ خليفة إبراهيم وآخرون، (2008): علم النفس الرياضي (الأسس والمبادئ النظرية والتوجيهات المعاصرة)، ط1، كلية التربية الرياضية بنين، القاهرة، مصر.
- ❖ الخيكاني، عامر سعيد جاسم، (2008): سيكولوجية كرة القدم، دار الضياء للطباعة والتصميم، بغداد، العراق.



- ❖ الدفاعي، انتصار مزهر: (2004): أثر برنامج إرشادي نفسي مقترح في تنمية الثقة بالنفس وعلاقته بمستوى الانجاز الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات/ جامعة بغداد. بغداد.
- ❖ الدوري، إقبال حامد، (1997): أثر برنامج إرشادي في زيادة مستوى دافع الانجاز الدراسي لطالبات المدارس الميمنية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، العراق.
- ❖ راتب، اسامة كامل، (2004): النشاط البدني والاسترخاء مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- ❖ راتب، اسامة كامل، (2004): تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ❖ الربيعي، سعد صالح محمود، (2014): فاعلية برنامجين إرشاديين نفسي ومعرفي في عدد من المتغيرات النفسية والانجاز الأكاديمي لثلاث من فاعلية الألعاب العشرية لطلاب قسم التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية، جامعة موصل، العراق.
- ❖ زهران، حامد عبد السلام، (2002): التوجيه والإرشاد النفسي، ط3، عالم الكتب، القاهرة، مصر.
- ❖ الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم والغنام، محمد أحمد، (1981): مناهج البحث في التربية، ج1، مطبعة جامعة بغداد، العراق.
- ❖ السيد، رأفت محمد، (2006): مدى فاعلية أسلوب الاسترخاء مع التخيل البصري والتدريب العلاجي بالأرجاع الحيوي في خفض مستويات القلق المعمي لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة علم النفس العربي المعاصر، مجلد 2، العدد 1، مصر.
- ❖ الشهيري، عبدالله أبو عراد، (2009): فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في خفض مستوى سلوك العنف لدى المراهقين، أطروحة دكتوراه، غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.
- ❖ الصالحي، إبراهيم هشام، (1974): تأثير بعض الطرق الدراسية في تحصيل تلاميذ الصف السادس الابتدائي في بغداد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد، العراق.
- ❖ الطائي، إيمان محمد، (2012): الإرشاد الانتقائي التكاملي، وقائع وتوصيات الورشة العلمية التخصصية تنمية المهارات الإرشادية لدى أعضاء اللجان الفرعية لإرشاد في كليات جامعة بغداد، مركز البحوث النفسية، جامعة بغداد، العراق.
- ❖ عباس، فيصل، (1991): التحليل النفسي للذات الانسانية النظرية والتطبيق، دار الفكر اللبناني، بيروت، لبنان.
- ❖ العزازمة، ناصر احمد ناصر، (2012): العلاقة بين التماسك الجماعي للفريق ومستوى الطموح لدى لاعبي كرة القدم في الضفة الغربية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- ❖ العزاوي، قحطان جليل، (1991): تحديد مستويات معيارية لبعض المهارات الأساسية للاعبي كرة القدم، بحث مسحي على ناشئة بغداد وبعمر 15-16 سنة، رسالة ماجستير غير منشورة، بغداد، العراق.
- ❖ علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين (1987): الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي، ط1، دار الفكر العربي القاهرة، مصر.
- ❖ علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصر الدين، (2000): القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- ❖ علوان، حازم وزبير، اري انور، (2016): التحمل النفسي للاعبين في كرة القدم، ط1، مؤسسة عالم الرياضة للنشر ودار الوفاء لدنيا الطباعة، اسكندرية، مصر.
- ❖ العمري، احمد عبد الرحيم احمد (2001): الصفحة النفسية للأطفال ذوي الحالات البينية في القدرات العقلية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.
- ❖ عودة، احمد سليمان وملكاوي، مفتي حسن، (1987): أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية، ط1، مكتبة المنار للنشر والتوزيع، الزرقاء، الاردن.
- ❖ عيسوي، عبد الرحمن، (1985): القياس والتجريب في علم النفس والتربية، دار المعرفة الجامعية، القاهرة، مصر.
- ❖ الغامدي، حاتم بن سعيد مسفر باشا، (2013): فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لخفض قلق المستقبل لدى عينة من الرياضيين المنتسبين بمراحل التعليم العام، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة طيبة، المملكة العربية السعودية.
- ❖ كامل، شامل والربيعي، كاظم، (1988): المرتكزات المعرفية بكرة القدم، مؤسسة المختار للطباعة والتجليد، بغداد، العراق.
- ❖ الكاظمي، ظافر هاشم (2012): التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والاطاريح التربوية والنفسية- التخطيط والتصميم، دار الكتب و الوثائق، بغداد، العراق.
- ❖ محمود، موفق اسعد (2007): الاختبارات والتكتيك في كرة القدم، ط1، دار دجلة، عمان، الاردن.
- ❖ نافع، مؤيد وليد، (2004): استخدام بعض الاساليب التدريبية لتطوير تحمل السرعة وأثرها في بعض المهارات الأساسية بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد، العراق.

2-المصادر الأجنبية

1-Arsenio William, (1988):Childrens conceptions of the situaional affective consequences of sociomoral.

كارىگه رى به زنامه يه كى رێنمايى هه لێژارد هه ندىك له ئاكاره كانى په رهى دهروونى و كارامه به نه رته يه كانى يارىزانانى پله يه كى توپى پێ



گرنگی توێژینهوهکه له گرنگی دان به لایهنی ده روونی و به روهرده ییدا دهرده که ویت که هاوتایه له گهڵ قۆناغهکانی ئامادهکردنی یاریزانانی بلهیهکی تۆپی پێ لهرووی توانای جهستهیی وکارامهیی و بلانهوه، کیشهی توێژینهوهکه به دیاری کراوی بریتیه له کهمووکورتی به ئاماده کردنی یاریزانانی بلهیهکی تۆپی پێ لهکاتی جێ بهجێ کردنی بهرنامهی پاهیتانی سالا، هه روهها تایا دهکریت بهرنامهیهکی پێنمایی ههلبژارده ئاماده بکریت بۆ هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی، وه ههولدان بۆ زانیی ئهندازهی کاریگهری ئه و بهرنامهیه له بهره و پێشبردنی هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی و کارامه بنه پهرتیهکانی یاریزانانی پله یهکی تۆپی پێ؟

ئامانجی ئهم توێژینهوهیه ئاشنابوونه به ئاستی یاریزانانی نموونهی (سامپلی) توێژینهوهکه له رووی هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی وکارامه بنه پهرتیهکانی یاریزانانی پله یهکی تۆپی پێ، وه دۆزینهوهی کاریگهری بهرنامهیهکی پێنمایی ههلبژارده بۆ هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی وکارامه بنه پهرتیهکان له سه ر یاریزانانی کۆمه لهی تاقیکراو (ئهمونکراو) هه روهها ئاشنابوون به جیاوازیه کان له ئیوان هه ردوو کۆمه لهی توێژینهوهکه له تاقیکردنه وهی کۆتایی بۆ هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی و کارامه بنه پهرتیهکانی یاریزانانی پله یهکی تۆپی پێ. توێژه کۆمه لگای توێژینهوهکهی بهمه بهست دیاریکردوه ئه وانیش یاریزانانی تیپی یانه پله یهکهکانی تۆپی پێ ناوه ندی شاری سلیمانیه که به شدارن له خولی پله یهکی هه ریمی کوردستان بۆ وه رزی وه رزی (2015-2016)، نموونهی (سامپلی) توێژینهوه که پیک هاتوه له (24) یاریزان له یاریزانانی(یانه ی وه رزی ئاشتی و بێشمه رگهی سلیمانی). توێژه ر پڕۆگرامی ئهمونکرای به کارهیناوه به شیوازی دوو کۆمه له، جیگیرکراو (چاوه روانکراو) وه کۆمه لهی تاقیکراو (ئهمونکراو)، له به ر ئه وهی له گه ل سرووشی توێژینهوهکه دا ده گونجیت. پاشان ئه ندامانی نموونهی (سامپلی) توێژینهوهکه دابهش کران به سه ر دوو کۆمه له دا به شیوهی هه پهرمه کی وه پیتی چانس هه لبژاردن هه ر کۆمه له یهک له (12) یاریزان پیک هاتوه، (6) یاریزان له هه ر یانه یهک، به جۆریک وه ک یهکن له رووی (ته مه ن، ته مه نی یاریکردن، کیش، بال، ئاستی خوێندنیان)، هه روهها (10) یاریزان له یانه ی وه رزی سیروانی ئو دیا ریکران بۆ به شداریکردن له دلیابوون له گونجای پێوه ره کان ئاکاری پهری دهروونی. وه ئامرازهکانی ئهم توێژینهوهیه پیکهاتوه له هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی (هاوسهنگی هه لچوون، متمانه به خوێبوون، خودی کپیرکێ کاری ئه رینی، خواست(ئاوات) و کارامه بنه پهرتیهکانی یاریزانانی پله یهکی تۆپی پێ (پۆشیتن به تۆپه وه -کۆنترۆلکردنی تۆپ -لیدانی تۆپ بۆ یه کتر- شووتکردن(لیدانی تۆپ) بۆ گۆل) له گه ل بهرنامه یهکی پێنمایی هه لبژاردی تایبه ت به هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی وکارامه بنه پهرتیهکانی یاریزانانی پله یهکی تۆپی پێ، دوا ی کۆکردنه وهی زانیاریه کان و جیا کردنه وه یان، چاره سه ری گریمانهکانی توێژینهوهکه جیه جێ کرا به به کارهینانی بهرنامه ی ئاماری ناسراو به (spss). پاشان ئه نجامی توێژینهوهکه ده ریخست کۆمه لهی تاقیکراو(ئهمونکراو) بالتره به سه ر کۆمه لهی چه سپاو(چاوه روانکراو) له تاقیکردنه وهی کۆتاییدا له هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی، وه هه ردوو کارامه یی (لیدانی تۆپ بۆ یه کتر- شووتکردن(لیدانی تۆپ) بۆ گۆل) به جیاوازی مه معه وهی له لای یاریزانانی پله یهکی تۆپی پێ. وه له کۆتایی کورته ی توێژینهوهکه دا دهرده که ویت که جیه جیه کتێردنی بهرنامه یهکی پێنمایی هه لبژارده کاریگهری ئه رینی هه به وه له سه ر یاریزانانی کۆمه لهی تاقیکراو (ئهمونکراو).

له به ر پۆشایی ئه و دهرئه نجامانه توێژه ر پێش نیاز ده کات به گشتانندی ئه نجامهکانی ئهم توێژینهوهیه به سه ر یاریزانانی پله یهکی تۆپی پێ پارێزگای سلیمانی، وه هاندانی پاهینه رانی پله یهکی تۆپی پێ بۆ گرنگیدان به ئاماده کردنی یاریزانانهکانیان له رووی دهروونیه وه به تایبه تی به بهرنامه یهکی پێنمایی هه لبژارده بۆ ئاکارهکانی پهری دهروونی، وه هه روهها پێویسته توێژینه وه بکریت له سه ر په یوه ندی ئیوان هه ندیک له ئاکارهکانی پهری دهروونی و کارامه بنه پهرتیهکانی یاریزانانی پله یهکی تۆپی پێ، هه روهها پێویسته توێژینه وه بکریت له سه ر پێوه رهکانی پهری دهروونی تر که توێژه ر به کاری نه هیناوان له توێژینه وه کهیدا.

The Effectiveness of an Eclectic Counseling Program for some of the traits of Psycho-profile Page and Fundamental Skills of the Elite Football Players

Abstract

The main problem of facing weakness and carelessness in the level of some of the traits of psycho-profile page of the elite football players in their annual exercises alongside with exercises regarding their physiology, skills and plans, Is it possible to design an Eclectic Counseling Program for some of the traits of Psycho-profile page, and focus on its effectiveness in developing the specified traits and some fundamental skills of the Elite Football Player ?. The study aimed to determine identifies the level of some of the traits of psycho-profile page and some fundamental skills of the elite football players, prepares an eclectic counseling program for some of the traits of psycho-profile page of the elite football players, explores the effectiveness of an Eclectic Counseling Program for some of the traits of Psycho-profile page and some fundamental skills of the experimental group, and identifies the differences between the control group and the experimental group in the posttests of some of the traits of Psycho-profile page of the elite football players. And it adopted a researcher way deliberate in his choice of the community who are the The research population comprises the elite football players in the city center of Sulaymaniyah Governorate (77 players), who represent the participating clubs starred in the Kurdistan region for the sports season (2015-2016). and the sample consisted of basic study of the (24) players who are club (Ashti sports and Peshmerga Sulaymaniyah). The researcher has used the experimental design which suits the nature of the research. in a way the two groups (experimental and control groups), and in a way the draw has been divided into two groups strength of each group (12)players (6) players from each club, Homogeneous in the (old age training, height and weight, and academic achievement), and was selected (10) players (Sirwan new Club) in order to ascertain the psychometric instrument study characteristics (measures of Psycho-profile page), and consisted study tools some traits of Psycho-profile page, namely (balanced strain, self-confidence, positive self-competition, and ambitions)of the preparation And some of the basic skills of football, namely, (ball rolling, control of the ball, handling and scoring), and selectively mentoring program in some of the attributes of psychological page and basic skills, and after collecting and categorizing all



the data it was treated hypotheses methods Statistical occasion marked by the statistical program known (spss). The researcher results, found out that the experimental group dominates the control group in the posttests of some traits of Psycho-profile page, namely(balanced strain, self-confidence, positive self-competition, and ambitions), and And some of the basic skills namely (handling and scoring) physical differences in the elite football players. At the end of the researcher results that the effectiveness of the Eclectic Counseling Program prepared by the researcher in developing the level of some of the traits of Psycho-profile page and fundamental skills of the sample of basic study. At the end of the study, the researcher has recommended several studies to be conducted by other researchers, including the circulation of the present research outputs to players of first class football clubs in Sulaimaniyah governorat and encouraging coaches of first class football clubs to pay attention to the psychological preparation for the players, particularly in the field of eclectic counseling an Eclectic Counseling for the traits of Psycho-profile page, and the need for the study of the relationship between attributes page psychological and basic skills in football, and the need to conduct a study on the psychological and other page that were not used in the current research standards.

الملاحق

ملحق رقم (1)

استبانة آراء السادة الخبراء لتحديد صلاحية مقياس الصفحة النفسية
(الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الإيجابية)
السيد الخبير المحترم

تحية طيبة.....

المقاييس التي بين يديك هي جزء من متطلبات إعداد رسالة الماجستير الموسومة (فاعلية برنامج إرشادي انتقائي في بعض سمات الصفحة النفسية والمهارات الأساسية للاعبين الدرجة الأولى بكرة القدم) والتي جاءت بناء على آراء الخبراء وبصفتكم من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية والقياس والتقويم. عليه يرجى من حضراتكم الاطلاع على فقرات مقياس (الاتزان الانفعالي، الثقة بالنفس، الطموح، الذات التنافسية الإيجابية) وبيان رأيكم في الحكم على مدى صلاحية الفقرات المرفقة طياً، وإدخال ما ترونه مناسباً إذا دعت الضرورة البحثية.

شاكرين تعاونكم مع الباحثان

التاريخ:

التوقيع:

الاختصاص:

الاسم واللقب:

استمارة/مقاييس سمات الصفحة النفسية المرشحة قيد الدراسة

مقياس الاتزان الانفعالي

ت	الفقرة	دائماً	بعض الاحيان	أبداً
1	في أثناء المنافسة عندما اعتقد أن الحكم قد أخطأ في عدد من قراراته بالنسبة لي (أو لزملائي) فإنني لا انفعل .			
2	أحافظ على هدوئي عند اتخاذ الحكم قراراً خاطئاً ضدي .			
3	عند تعرضي لانتقاد أحد اللاعبين أو المدرب فإنني لا أعود إلى حالتي الطبيعية بسرعة في أثناء المنافسة .			
4	استطيع استعادة هدوئي عند فشل أدائي في وقت المنافسة			
5	أخشى على نفسي من الأوقات الحرجة للمنافسة .			
6	ينتابني الغضب في المنافسة إذا لم تجر الأحداث كما أريد أو اخطئ لها			
7	أتضايق عند وجود لاعب أقوى مني في الفريق .			
8	أحافظ على هدوء أعصابي في حالة وقوع أخطاء قبل المنافسة			
9	اغضب إذا لم تجر أحداث المنافسة كما أريد .			
10	عندما ينتقدني المدرب (طول مدة المنافسة) فإنني استعيد هدوئي بسرعة			
11	أنا من اللاعبين الذين يتميزون بشدة الانفعال .			
12	أتحكم في انفعالي في اللحظات الحرجة من المنافسة .			
13	أفقد أعصابي بصورة نادرة في أثناء المنافسة .			
14	من الصعب علي أن احتفظ بهدوئي عندما يضايقني المنافس			
15	أفقد هدوئي وارتبك عندما يستفزني مشجعو المنافس .			
16	استطيع أن احتفظ بهدوئي على الرغم من مضايقة الجمهور لي			
17	يصعب التحكم في انفعالاتي عندما يرتكب زملائي اللاعبون خطأ بحق			
18	يتحكم الانفعال في أدائي في أثناء المنافسة .			
19	أنا لاعب استطيع التصرف الجيد في الأوقات الحرجة من المنافسة .			

مقياس الذات التنافسية الإيجابية

ت	الفقرة	دائماً	بعض الاحيان	أبداً
---	--------	--------	-------------	-------



1	عندما انتقل إلى فريق جديد فإني أجد صعوبة في الاندماج معهم.		
2	أتجنب الفوز بالمنافسة عن طريق طرائق غير قانونية .		
3	أثق باللاعبين من حولي بسهولة .		
4	لا أحسن التصرف عندما أطالب بحقوقتي .		
5	أشارك الآخرين عند الاحتفال بالفوز .		
6	أشعر بالراحة عندما أنفذ تعليمات المدرب .		
7	أساعد اللاعبين الجدد حتى وإن كانوا متفوقين .		
8	نجاحي في المنافسة لا يعني أن يميزني المسؤولون عن الفريق دون زملائي .		
9	احترم رأي المدرب حتى إذا لم يقتعني .		
10	انسب النجاح في المنافسة لي وحدي .		
11	أحاول إرضاء المدرب لكي أحصل على ما أريد .		
12	أتجاهل قواعد الفريق ونظمه إذا كانت في غير صالحتي .		
13	عند تحقيق النجاح في المنافسة فإني أحاول الحديث عن جهود الجميع		
14	أعد نفسي أفضل من بقية اللاعبين .		
15	أطيع أوامر المدرب دون مناقشة .		

مقياس الطموح

ت	الفقرة	دائماً	بعض الاحيان	أبداً
1	أمارس اللعبة أساساً بقصد الترويح .			
2	أقتنع بالهدف الذي حققته ولا أفكر في التخطيط لهدف آخر أصعب منه.			
3	أتطلع للانتقال إلى فريق أفضل مستوى من فريقتي .			
4	أبذل الجهد في التدريب لكي أمثل بلادي في المنافسات الدولية .			
5	أريد أن أكون الأفضل في المنافسة .			
6	الشهرة هي هدفي من ممارستي لفعالياتي الرياضية .			
7	أتدرب بجدية لكي أصبح أفضل لاعب في رياضي .			
8	الفوز في المنافسة خطوة لتحقيق أهداف أكبر .			
9	أحسن من مستواي لكي ألعب في الأندية الكبيرة .			
10	أتطلع من خلال المنافسة إلى إرضاء الجمهور .			
11	ليست كل النجاحات (الفوز في المنافسة) ترضي طموحي.			
12	أدرك بأنني لا يمكن أن أصل إلى أفضل مستوى بين زملائي اللاعبين			
13	أبذل جهدي في المنافسة بالقدر الذي يجنبني انتقاد مدربي .			
14	أضع لنفسي أهدافاً مستقبلية .			
15	تحقيق المتعة وراء ممارستي الرياضية .			
16	أتدرب بجدية حتى لا انهزم في المنافسة .			
17	أتطلع للأداء الأفضل في المنافسات الصعبة .			
18	كلما حققت انجازاً جيداً أعده نقطة بداية لانجاز أعلى .			

مقياس الثقة بالنفس

ت	الفقرة	دائماً	بعض الاحيان	أبداً
1	أشعر بقيمة أدائي لاعباً .			
2	أقدم لمدربي بعض الآراء التي أجدها ترفع من مستوى أدائي .			
3	أثق في قدرتي في التفوق على المنافسين .			
4	مهارتي عالية مقارنة بزملائي .			
5	لدي الثقة بمهارتي ولباقيتي البدنية .			
6	اعتقد بأنني قادر على التفوق على أي منافس .			
7	ليست لدي الثقة بالاحتفاظ بمستواي حتى نهاية المنافسة .			
8	استطيع التصرف بشكل جيد في أي موقف تنافسي مفاجئ .			
9	تنخفض ثقتي بنفسي عند استعادة المنافس لأدائه في الأوقات الصعبة			



10	أنا واثق من قدرتي على الأداء الجيد في أية منافسة			
11	عدم رضا المدرب يؤثر سلباً في أدائي .			
12	لدي الميل للتنافس مع الخصوم الأقوياء .			
13	أخشى الهزيمة في المنافسة .			
14	انتقاد المدرب لي في المنافسة لا يؤثر في مستوى أدائي .			
15	يضايقني أن المنافس يمكن أن يهزمي .			
16	أخشى من تواجد زميل في المنافسة لديه أداء أقوى مني .			
17	لدي القدرة على التكيف مهما اختلفت مواقف اللعب لكي أحقق الفوز في المنافسة .			
18	واثق من القدرة على الأداء الناجح بعد أداء فاشل أمام خصم قوي في أثناء المنافسة			
19	عندما أخطئ في الملعب فإنني اعترف بخطئي أمام الآخرين .			

ملحق رقم (2)

أسماء وإجابة السادة الخبراء والمختصين الذين استعان بهم الباحث في تقويم أدوات البحث

- (أ- الإجابة على اختبار سمات الصفحة النفسية. ب- التحقق من صلاحية فقرات. مقاييس الصفحة النفسية.
ت- الإجابة على اختبار المهارات الأساسية بكرة القدم. ث- الإجابة على أهم اختبار المهارات الأساسية بكرة القدم.
ج- الإجابة على ملاءمة البرنامج الإرشادي لتنمية سمات الصفحة النفسية.)

ت	اسم الخبير	الاختصاص	الكلية والجامعة	ا	ب	ت	ث	ج
1	د.صفاء الدين طه النجار	علم التدريب	كلية التربية الرياضية-جامعة اربيل	*	*	*	*	*
2	د.غازي صالح محمود	علم النفس	كلية التربية الرياضية-جامعة المستنصرية	*	*	*	*	*
3	د.عامر سعيد خيكاني	علم النفس	كلية التربية الرياضية -جامعة بابل	*	*	*	*	*
4	د.قاسم لزام صبري	تعلم حركي	كلية التربية الرياضية-جامعة بغداد	*	*	*	*	*
5	د.عكلة سليمان الجوري	علم النفس	كلية التربية الرياضية -جامعة الموصل	*	*	*	*	*
6	د.ياسين علوان التميمي	علم النفس	كلية التربية الرياضية -جامعة بابل	*	*	*	*	*
7	د.ناظم الوتار	علم النفس	كلية التربية الرياضية -جامعة موصل	*	*	*	*	*
8	د.هفال خورشيد	علم التدريب	كلية التربية الرياضية-جامعة حلبجة	*	*	*	*	*
9	د.عبدالودود الزبيدي	علم النفس	كلية التربية الرياضية -جامعة تكريت	*	*	*	*	*
10	ا. دمجد خدا يخش	الاختبارات والقياس	كلية التربية الرياضية- جامعة السليمانية	*	*	*	*	*
11	ا.م.د.كامل عبود العزاوي	علم النفس	كلية التربية الرياضية -جامعة ديالى	*	*	*	*	*
12	ا.م.د.الاء زهير مصطفى	علم النفس	كلية التربية الرياضية-جامعة ديالة	*	*	*	*	*
13	أ.م.د.سعد عباس الجنابي	علم النفس	كلية التربية الرياضية-جامعة تكريت	*	*	*	*	*
14	ا.م.د.علي قادر عثمان	علم النفس	كلية التربية الرياضية-جامعة السليمانية	*	*	*	*	*
15	ا.م.د.الان قادر عزيز	علم النفس	كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين	*	*	*	*	*
16	ا.م.د.زينب حسن فليح	علم النفس	كلية التربية الرياضية-جامعة المستنصرية	*	*	*	*	*
17	ا.م.د.فاتن علي اكبر	علم النفس	كلية التربية الرياضية-جامعة كرميان	*	*	*	*	*
18	ا.م.د.اياد نورالدين	الاختبارات والقياس	كلية التربية الرياضية-جامعة السليمانية	*	*	*	*	*
19	م.د.اكرم عبد الواحد سليم	علم التدريب	كلية التربية الرياضية-جامعة صلاح الدين	*	*	*	*	*