

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت .

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة

الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

نشاط بدني رياضي مدرسي :تخصص

تحت عنوان:

سمة قلق المنافسة على دافعية الإنجاز خلال درس التربية

البدنية والرياضية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط -فعالية كرة اليد-

بحث مسحي أجري على تلاميذ متوسطة العقيد عثمان -تيسمسيلت-

إشراف الأستاذ:

الدكتور: غانس محمد

إعداد الطالبين :

- فياش خيرة
- تين فاطمة الزهراء

المركز الجامعي أحمد بن يحيى الونشريسي - تيسمسيلت .

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة

الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

نشاط بدني رياضي مدرسي : تخصص

تحت عنوان:

سمة قلق المنافسة على دافعية الإنجاز خلال درس التربية

البدنية والرياضية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط -فعالية كرة اليد-

بحث مسحي أجري على تلاميذ متوسطة العقيد عثمان -تيسمسيلت-

إشراف الأستاذ:

الدكتور: غانس محمد

إعداد الطالبين :

- فياش خيرة
- تين فاطمة الزهراء

السنة الجامعية: 2019/2018م

شكراً



يقول المصطفى صلى الله عليه و سلم " اطلبوا العلم من المهد إلى اللحد " ويقول أيضاً " العلم نور و الجهل ظلام " صدق رسول الله.

نشكر الله الواحد القهار العزيز الغفار و نحمد أبلغ الحمد على جميع نعمه علينا و على توفيقه لنا في انجاز هذه المذكرة و نسأله المزيد من فضله وكرمه كما نتوجه بالشكر إلى الأساتذة الكرام الذين كانوا الشموع التي تحترق، لتنير لنا الدرب راجين من الله تعالى أن يجعل عملهم هذا في ميزان حسناتهم وبالأخص إلى أستاذنا غانس محمد " نشكره على توجيهاته القيمة ونصائحه النيرة.

وإلى كل من ساعدنا في انجاز هذا العمل من قريب أو بعيد.



إهداء

" اللهم إني أسألك راحة تملأ نفسي ورضا يغمر قلبي و عملا يرضيك ربي و ذكرا يشغل وقتي و عفو
يغسل ذنبي "

اهدي ثمرة جهدي هذا إلي من وفاء، و فيض السخاء، و جود العطاء، إلي الشمس تشرق في قلبي
حين تغيب إلي قرة عيني في الدنيا و الآخرة إلي التي حملتني و أرضعتني و التي لم تبخل عليا
بدعواتها إلي من سهرت الليالي من اجلي إلي التي ربنتني على مكارم الأخلاق ، إلي التي دفعتني
وجعلتني أسمو بين الناس، اسمها تحت لساني قبل أن يكون تحت نبرة قلبي "أمي الغالية"
حفظها لله و أدمها بالصحة و العافية .

إلي رمز التضحية و الكفاح و دعواته إلي مفتاح النجاح إلي من نفسي له ترتاح، و رضاه عني سبيل
النجاح ، إلي من لا يعوضه احد بعد الخالق الصمد، إلي تعزما في الوجود و حبيب القلب الودود
ألي أبي العزيز "أطال الله عمره"

إلي قرة عيني أخي "ايوب" إلي أخواتي العزيزات نعيمة ربعة شناز

والي اغلى الناس زوجي العزيز "فراق عبد القادر"

و إلي كل من مد لي يد العون و لو بكلمة "الله يوفقك"

و في الأخير اهديها إلي كل من هم في ذاكرتي و لم اذكرهم في مذكري .

خياراً

إهداء

نهدي ثمرة جهدي المتواضع إلى التي كانت سبب
في وجودي، وألهمتاني معاني الحب والإبداع وأمدتني بالعون والحنان... إلى أغلى الحبايب أمي.
إلى من علماني العطاء بدون انتظار، إلى من تحمل اسميه بكل افتخار نرجو من الله أن
يمد في أعمارهما ليروا ثمار الجنة قطافها بعد طول انتظار... أبوي العزيزين.

والي اغلى الناس زوجي العزيز "شعنان عمار"

إلى من قاسموا أحضان المحبة والعطف والحنان والإخاء....

، والى كل من كان له الفضل في إنجاز هذه المذكرة

وإلى كل من وقف معنا، وإلى كل الأحباب والأصدقاء، خاصة خيرة .

فاطمته

ملخص الدراسة:

تناولت الدراسة الحالية مشكلة البحث وهي سمة قلق المنافسة على دافعية الإنجاز خلال درس التربية البدنية والرياضية لتلاميذ السنة الثالثة متوسط، حيث أن الإنجازات الرياضية تطلب كلا متكاملًا من القدرات البدنية والتهيئة السيكولوجية والفنيات العالية والمخططات العلمية لإنجاز عمل رياضي متميز.

وقد اهتمت الدراسات الحديثة بالجانب النفسي، وأولت له الأهمية القصوى من أجل بلوغ أحسن نتيجة مكنة في هذا المجال إذ بينت الدراسات العلمية تقارب كبير بين الرياضيين من حيث المؤهلات البدنية والمهارات الفنية والتحصير الممنهج، لكن النتائج تحسم في غالب الأحيان بناءً على العامل النفسي، فكلما كان التحضير النفسي جيد كانت النتائج المحققة جيدة هي كذلك، وكان العلاقة بين الأمرين حتمية، ولذلك اهتم المختصون في مجال علم النفس الرياضي بهذا الجانب.

وكان هذا من بين الدوافع التي فرضت نفسها على الباحثين للتوغل في هذا المجال لكن من جانب واحد، وجدا أنه الأهم، و من جهة أخرى لأن هذا المجال متشعب ول يمكن الإلمام بكل جوانبه وفي ضوء ما سبق برزت فكرة القيام بالدراسة الحالية سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية، وذلك من خلال إلقاء الضوء على علاقة قلق المنافسة بدافعية الإنجاز باعتبارهما من العوامل المهمة التي تقف وراء ارتفاع وانخفاض الأداء والإنجاز الرياضي.

هذا بالإضافة إلى الأهمية العلمية والتطبيقية للدراسة الحالية وخاصة في مجال علم النفس الرياضي حيث يمثل قلق المنافسة ودافعية الإنجاز إحدى العوامل المهمة التي ترتبط بأداء الفرد بوجه عام وبمستوى الإنجاز الرياضي لدى اللاعب بشكل خاص. وتعد كرة اليد واحدة من النشاطات الرياضية الأكثر تنافسية من خلال ما تحمله مبارياتها من ضغوط تؤدي إلى استثارة حالة قلق المنافسة، ولاعب كرة اليد كإنسان يحس ويشعر ويتعامل مع هذه الحالة من خلال بذل مجهودات إضافية تمكنه من تحسين أدائه وذلك إذا توفرت لديه دافعية إنجاز قوية وعليه فقد قمنا ببحث مسحي أجريناه على تلاميذ متوسطة العقيد عثمان ببلدية تيسمسيلت، من خلال توزيع مجموعة من أوراق الاستبيان على عينة مجتمع البحث توصلنا من خلاله إلى إجابات على التساؤلات المطروحة في بحثنا هذا كما تمن مناقشة الفرضيات التي تم اقتراحها في البحث.

Abstract:

The present study dealt with the problem of research and is a characteristic of competition for the motivation of achievement during the study of physical Education and sports for the students of the third year average, as the athletic achievements require a full of physical abilities, psychological preparation and high-tech And scientific plans to accomplish a distinguished mathematical work.

Recent studies have focused on the psychological aspect and have given it the utmost importance in order to achieve the best possible result in this field, as scientific studies showed a great convergence among athletes in terms of physical qualifications, technical skills and systematic preparation, but the results are often resolved based on the worker Psychological, the better the psychological preparation, the better the results were achieved, and the relationship between the two was inevitable, so the specialists in the field of mathematical psychology took care of this aspect.

This was one of the motives that imposed itself on the researchers to get in this field but unilaterally, and found it most important, and on the other hand because this field is complex and can be understood in all its aspects and in the light of the above the idea of doing the present study either theoretically or applied, through the Highlight the relationship of competition to the motivation of achievement as an important factor behind the high and low performance and athletic achievement.

In addition to the scientific and practical importance of the current study, especially in the field of mathematical psychology, where the concern of competition and the motivation of achievement is one of the important factors associated with the performance of the individual in general and the level of athletic achievement in the player in particular. Handball is one of the most competitive sporting activities through the pressures of its games, which lead to the stimulation of the state of competition anxiety, and the player of handball as a person who feels and feels and deals with this situation by making additional efforts to improve his performance, if he has a strong achievement motivation and We have conducted a survey of intermediate students, Colonel Osman of the municipality of Tessimelt, by distributing a series of questionnaire papers to the sample of the research community, through which we have reached answers to the questions raised in our research and to discuss the hypotheses suggested in the research.

شكر

إهداء

ملخص الدراسة

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الأشكال

الباب الأول: الجانب النظري

أب مقدمة

الدراسة النظرية

04 الاشكالية

05 الفرضيات

05 الفرضية العامة

06 الفرضيات الجزئية

09 أهداف الدراسة

10 أسباب اختيار الموضوع

09 الدراسات السابقة

10 مصطلحات البحث

الخلفية النظرية للبحث

13 تمهيد

14 تعريف القلق

19 الدافعية في علم النفس الرياضي

28 كرة اليد

الجانب التطبيقي للبحث

الفصل الأول: إجراءات البحث

38 منهج الدراسة

38 اجراءات البحث

الفصل الثاني: عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

47 عرض وتحليل نتائج الدراسة

مناقشة الفرضيات والتوصيات

57 مناقشة الفرضيات

57 التوصيات

الخاتمة

60 الخاتمة

62 قائمة المراجع

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
38	يبين توزيع عينة البحث بالنسبة لمجتمع الدراسة.	01
41	يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس قلق كسمة والدرجة الكلية للمقياس	02
41	وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوي دلالة 0.05 وبين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجة الكلية للمقياس	03
42	قائمة لدافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية	04
47	معاملات ثبات إعادة التطبيق للمقياس القلق كسمة والدافعية للإنجاز الرياضي	05
48	تجانس التباين	06
50	الفرق بين الجنسين ودلالاته	07
52	يبين المقارنة بين اختبار دافعية الانجاز الرياضي وبعدي دافعية النجاح الرياضي ودافعية الفشل الرياضي والمتوسط الفرضي للاختبارين معا.	08
54	يبين المقارنة بين متوسط القلق كسمة مع المتوسط الفرضي لنفس الاختبار	09

قائمة الأشكال:

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
33	أنواع المهارات الأساسية في كرة اليد	01

الباب الأول

الجانب النظري

مقدمة

مقدمة:

ساهم التقدم العلمي في المجال الرياضي بالارتقاء بالمستوى الرياضي ولكل الامتياز والتفوق الذي يظهر من دول العالم المتقدم هو نتاج المعلومات والمعارف التي توصل إليها العاملون في هذا المجال (أسامة كامل داين، 1997، صفحة 184) وهذا يعود إلى الخبرات المكتسبة في التطبيق العلمي والتدريب والبحوث والتجارب العلمية التي تؤثر بدرجة كبيرة على المستوى الرياضي ومردوده من خلال المنافسات الرياضية.

ورغم الاهتمام والشعبية الكبيرة التي احتسبتها المنافسات والبطولات الرياضية في كل أقطار العالم أصبحت الرياضة بصفة عامة ورياضة كرة اليد بصفة خاصة تحظى باهتمام وشغف كبيرين، حيث بلغ الاهتمام ذروته في المسابقات والمنافسات الرسمية القارية منها والعالمية والأولمبية التي تكون على نتائجها.

إذ يعتبر الجانب النفسي عند لاعبي كرة اليد من أهم الجوانب التي يجب أن يهتم بها وتعطى لها أولوية عند التحضير دون الاهتمام فقط بالنواحي البدنية وال نفسية والتكتيكية خاصة أن الشواهد الواقعية تؤكد على أنّ اللاعبين الأكثر تحضيراً نفسياً هم الذين يقدمون في الميدان أداءً ونتيجة لذلك أصبح من الضروري والواجب على المدرسين فهم شخصيات اللاعبين حتى يتسنى لهم التنبؤ بأداء ومستقبل اللاعبين.

وتعتبر دافعية الانجاز الرياضي من أهم العوامل النفسية التي تؤثر تأثيراً مباشراً على أداء الرياضيين بشقيها دافع إنجاز النجاح ودافع تحسين الفشل، ومن الجوانب المهمة في توجه سلوكهم.

وقد عرفها "HEBB" بأنها الحد بين جسمين هما الوظيفة المعرفية التي توجه السلوك ووظيفة النقط أو الاستشارة التي تمد الفرد وبذلك تعتبر الدافع أيضاً مهماً في توجيه سلوك الفرد. كما يعتبر مكوناً أساسياً عي سعي الفرد اتجاه تحقيق ذاته وتوكيدها، (عبد اللطيف خليفة، 2000، صفحة 69) لذلك أصبح لدراسة الدافعية أهمية كبيرة في ميادين مختلفة خاصة في علم النفس. سواء لدى علماء النفس المفكرين أو المحدثين منهم باعتبارها من أهم المفاهيم غلي سبقت ووحدت من أجل فهم وتحديد مشكلات متعلقة بكيفية الوصول إلى الأهداف المبتغاة.

ونموذجاً للتخطيط لظهور مختلف مستويات الأداء في جميع المجالات وكذا في علم النفس الرياضي الذي يهتم بدراسة دافعية الانجاز الرياضي هذه الدافعية تختلف من لاعب إلى آخر لتأثرها بالجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية للاعبين.

ومنه سنتطرق إلى موضوع البحث الذي يخص المنافسة الرياضية على دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة اليد لتلاميذ مرحلة التعليم المتوسط وبالتالي قمنا بتقسيم بحثنا إلى بابين الأول الذي يمثل الخلفية النظرية للبحث ويتضمن أربعة فصول تتعلق بالمنافسة الرياضية والثاني: دافعية الانجاز الرياضي والثالث كرة اليد والرابع مرحلة التعليم المتوسط (المراهقة).

أما الباب الثاني لبحثنا فتطرقنا إلى الإجراءات الميدانية في دراسة الأداء المستعملة في الاقتراب من الميدان وجمع المعلومات والبيانات المتعلقة للظاهرة العلمية المدروسة وكذا المنهج الإحصائي المستخدم في معالجة البيانات إحصائياً، بخدم الفرضيات المحددة في البحث، كما تطرقنا كذلك لتفسير وتحليل نتائج الدراسة النهائية وذلك من خلال معالجة الفرضيات الاجرائية وتفسير العلاقة الارتباطية الدالة إحصائياً من خلال نتائج الدراسة النهائية في الأخير الاستنتاج العام للدراسة.

الدراسة النظرية

1- الإشكالية:

إنّ الانجازات الرياضية تتطلب كلا متكاملًا من القدرات البدنية والتهيئة السيكولوجية والفنيات العالية والمخططات العلمية لإنجاز عمل رياضي متميز، تتعدد أسباب السلوك الإنساني بين أسباب داخلية وأخرى خارجية فإذا كانت البيئة المحيطة بالإنسان تمثل الأسباب الخارجية تتأثر الدوافع عند التلميذ بعدة عوامل يمكن أن تكون عوامل خارجية تتعلق بالمحيط والأسرة والمؤسسة التربوية أو داخلية تتعلق بعوامل شخصية، تعمل على تحفيز الفرد وتعلم مختلف المهارات الرياضية المقررة في البرنامج الدراسي للتلاميذ في حصة التربية البدنية والرياضية والعمل بها أثناء المنافسة هذه العوامل لا تحقق الغرض إلا إذا تكاملت فيما بينها.

. قد تناولت دراستنا هذا الموضوع القلق كسمة الذي يراه محمد حسن علاوي.

. كما تناولنا أيضاً أمراً مهماً تسعى التربية البدنية والرياضية إلى تحسينه وتطويره ألا وهو دافعية الانجاز التي يعرفها محمد حسن علاوي "على أنّها استعداد الفرد للتنافس في موقف من مواقف الانجاز في ضوء معيار أو مستوى معين ومن معايير أو مستويات الامتياز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الانجاز الذي ينتج عنها نوع معين من النشاط والفاعلية والمثابرة. (محمد حسن علاوي، 2004، صفحة 235)

ويندرج دافع الانجاز بشكل عام تحت حاجة كبيرة أشمل وأعم هي الحاجة للتفوق (أسامة كامل راتب، علم النفس الرياضي(مفاهيم وتطبيقات، 2000، صفحة 78)

ولقد فسر سلبرجو القلق في وضعيات الإنجاز في إطار تطويره إلى أنّ الفرد بالاستعداد العالي للقلق مما يجعله يستعد بالعجز لمجرد أنه في موقف تقييم ويسيطر عليه التشاؤم والخوف من الفشل فيشعر بالقلق الذي يعوق قدرته على الأداء من خلال هذا يتبين أن القلق ليس كله سلبياً كما أنّه ليس ايجابياً كله، إلاّ

.....الدراسة النظرية

أنّ درجة من القلق محفزة لتأدية الأعمال بشكل جيد، ويعد قلق في بحثنا هذا هو القلق الذي يشعر به التلاميذ أثناء المنافسة في كرة اليد، ومن أهم الظواهر التعليمية التي تشاهد واقعياً بين الطلاب حيث تبين من جهة الظاهرة أن لقلق المنافسة آثار سلبية على التلاميذ، ما يولده هذا القلق من استجابات غير مناسبة.

. وتعد كرة اليد واحدة من النشاطات الرياضية الأكثر تنافسية من خلال ما تحمله مبارياتها من ضغوط تؤدي إلى استثارة سمة قلق المنافسة وللاعب كرة اليد كإنسان يحس ويشعر ويتعامل مع هذه الحالة من خلال بذل مجهودات إضافية تمكنه من تحسين أدائه وذلك إذا توفرت لديه دافعية إنجاز قوية، لاسيما أن المرحلة العمرية التي نحن بصدد تناولها في هذا البحث هي مرحلة المراهقة ولهذه الأسباب نرى أهمية دراسة القلق والدافعية الانجاز وانطلاقاً مما سبق يكون التساؤل العام كالاتي:

. هل يوجد ارتباط بين القلق كسمة ودافعية الانجاز الرياضي لدى التلاميذ الثالثة متوسط للاعبين كرة اليد؟

ومن أجل هذا التساؤل لابد من طرح التساؤلات الجزئية التالية:

. هل يوجد ارتباط بين القلق كسمة ودافع انجاز النجاح لدى تلاميذ الثالثة متوسط للاعبين كرة اليد؟.

. هل يوجد ارتباط بين القلق كسمة ودافع تجنب الفشل لدى تلاميذ الثالثة متوسط للاعبين كرة اليد؟.

الفرضيات:

1- يحقق مقياس القلق كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي الخصائص السيكو مترية لتطبيق المقياسين على

لاعبين كرة اليد لطلبة التعليم المتوسط بثانوية العقيد عثمان.

الفرضيات الجزئية

-وعليه يمكن لنا صياغة الفرضيات الجزئية التالية على ضوء المقياسين المعتمدين في هذه الدراسة
للإحاطة بجوانب الاشكالية

يوجد ارتباط بين مقياسي القلق كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي. لدى رياضيي كرة اليد لطلبة التعليم
المتوسط ودافعية الإنجاز بين لاعبي كرة اليد.

1-يوجد فروق بين الجنسين في ظهور القلق كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي. لدى رياضيي كرة اليد
لطلبة التعليم المتوسط ودافعية الإنجاز بين لاعبي كرة اليد

2-توجد علاقة بين القلق كسمة ودافعية النجاح ودافعية الفشل لدى رياضيي كرة اليد لطلبة التعليم
المتوسط ودافعية الإنجاز بين لاعبي كرة اليد .

2 - النظرية المعتمد عليها في الدراسة:

مفهوم القلق: من الصعب القول إن مفهوم القلق مفهوم حديث، إذ يظهر في الكتابات الهيروغليفية
القديمة، كما توجد كتب في العصر الوسيط - مثل ابن حزم الأندلسي- مما تؤكد شمولية القلق بوصفه
كسمة أساسية للوجود الإنساني.

وقد لقي مفهوم القلق رواجاً عظيماً بين الأطباء النفسانيين وعلماء النفس باعتباره سبباً للعصاب ومظهراً
له أيضاً. ويشير) روس. 1990 (- كما ذكره علي فهمي البيك- في كتابه المترجم الى العربية من
طرف عادل مصطفى). (عادل مصطفى، 2000)

«قد عرفنا اضطرابات القلق وما يترتب عليه من أمراض نفسية خلال الأعوام العشرة الحالية أكثر مما كنا
نعرفه عنه خلال المائة سنة الماضية». وعليه قامت الباحثتان بتحديد مفهوم القلق من خلال البحث عن

.....الدراسة النظرية

تعريف القلق والنظريات المفسرة له، ثم إعطاء فكرة عن مسبباته، بالإضافة إلى بيان أنواع القلق وتصنيفاته، ووصولاً إلى معنى قلق المنافسة، وقد اعتمدت الباحثتان في ذلك على نظريات علم النفس العام وعلم النفس المرضي.

والملاحظ مما سبق سرده من نظريات نلمس اختلاف التعريفات فمنها العام الذي يقرر بأن القلق هو: «حالة من التوتر الانفعالي تشير إلى وجود خطر داخلي أو خارجي شعوري أو لا شعوري يهدد الذات وجوهره الانتظار والتوقع والعجز عن الهرب». (أحمد عزت راجح، 1979، صفحة ص112) وكذا التعريف الذي يفيد صاحبه بأنه: «شعور عام غامض غير سار بالتوقع والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات، يأتي في نوبات تتكرر في نفس الفرد.» (د. احمد عكاشة، 2018)،

ومن التعاريف الخاصة التي تتمتع بالدقة والشمولية التعريف الذي يقرر بأن القلق هو: «أحد الانفعالات الهامة والذي ينظر إليه على أساس أنه من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر على الأداء، وأن هذا التأثير قد يكون إيجابياً يدفعهم إلى بذل المزيد من الجهد أو بصورة سلبية تعوق الأداء.» (أسامة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي، 1990، صفحة 212)

ومن جملة التعاريف السابقة يتضح لنا أن القلق هو التغيير والاضطراب الذي يطرأ على الفرد بفعل منبه داخلي أو خارجي، فيعم النفس والجسد معا مما يؤثر تأثيراً بالغاً على مستوى الأداء.

*- دافعية الانجاز

اعتمدت الباحثتان في هذه الدراسة على نظرية «أنكسون» والتي تنص على أن النزعة أو الميل للحصول على النجاح أمر متعلم، وهو يختلف بين الأفراد، كما أنه يختلف عند الفرد الواحد في المواقف المختلفة، وهذا الدافع يتأثر بثلاثة عوامل رئيسية عند قيام الفرد بمهمة ما، وهذه العوامل هي:

-الدافع للوصول للنجاح:

إن الأفراد يختلفون في درجة هذا الدافع، كما أنهم يختلفون في درجة دافعهم لتجنب الفشل، فمن الممكن لفردين في نفس المهمة، يقبل أحدهما على أدائها بحماس تمهيدا للنجاح فيها، ويقبل الثاني بطريقة يحاول من خلالها تجنب الفشل المتوقع، إن النزعة لتجنب الفشل عند الفرد الثاني أقوى من النزعة لتحقيق النجاح، وهذه النزعة القوية لتجنب الفشل تبدو متعلمة نتيجة مرور الفرد بخبرات فشل متكررة وتحديده لأهداف لا يمكن أن يحققها، أما عندما تكون احتمالات النجاح أو الفشل ممكنة فإن الدافع للقيام بهذا النوع من المهمات يعتمد على الخبرات السابقة عند الفرد، ولا يرتبط بشروط النجاح الصعبة المرتبطة بتلك المهمة.

-احتمالات النجاح:

إن المهمات السهلة لا تعطي الفرد الفرصة للمرور في خبرة نجاح مهما كانت درجة الدافع لتحقيق النجاح الموجودة عنده، أما المهمات الصعبة جدا فإن الأفراد لا يرون أن عندهم القدرة على أدائها، أما في حالة المهمات المتوسطة فإن الفروق الواضحة في درجة دافع تحقيق النجاح تؤثر في الأداء على المهمة بشكل واضح ومتفاوت بتفاوت الدافع.

-القيمة الباعثة للنجاح:

يعتبر النجاح - في حد ذاته- حافزا وفي نفس الوقت فإن النجاح في المهمات الأكثر صعوبة يشكل حافزا ذا تأثير أقوى من النجاح في المهمات الأقل صعوبة. (محمد عوض الترتوري، 2005، صفحة ص4)،

أما النظرية الثانية التي اعتمدت عليها الباحثتان في هذه الدراسة فتمثلت في نظرية كاتل، سبيلبرجر. 1966، والتي تنص على أن القلق هو رد فعل ينتج عن مثير داخلي أو خارجي كمهدد يتم إدراكه من

.....الدراسة النظرية

خلال ميكانيزمات الإدراك والتوصيل الحسي ،مما يؤدي إلى اختلاف مستويات الاستجابة لدى الأفراد حيث ترتفع عند ذوي المستوى العالي سمة القلق من خلال إدراك المواقف المهددة لهم.

وترتبط المستويات المرتفعة في حالة القلق بخصائص المثير والحافز، وعليه فإن تكرار تعرض الفرد لمواقف التوتر، يؤدي إلى تطور ميكانيزماته وقدراته الدفاعية وهذا ما يؤدي إلى انخفاض حالة القلق لديه.
(اسامة كامل راتب، 1997، صفحة ص 19)

3- أهداف الدراسة:

الوقوف على معرفة قلق المنافسة الرياضية ودفاعية الإنجاز التي تميز رياضي كرة اليد والتعرف على العلاقة بين هذين المتغيرين) قلق المنافسة الرياضية ودفاعية الإنجاز الرياضي وكذا معرفة مدى الاختلاف الموجود بين اللاعبين في القلق كسمة ودفاعية الإنجاز الرياضي التي تميز رياضي كرة اليد، ومن جهة أخرى التعرف على الفروق القلق كسمة ودفاعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة اليد.

4. الدراسات السابقة:

1.4. خالدة ابراهيم 1984 (خالدة ابراهيم، 1984) الحد او التقليل من عامل القلق على إنجاز المستويات العليا في لعبة كرة السلة

هدف الدراسة: هو عامل القلق وتأثيره السلبي على الانجاز الرياضي للمستويات العليا في لعبة كرة السلة اثناء المنافسات وكذلك معرفة اسباب الضعف لدى اللاعب ووضع الحلول المناسبة التي تساعد على التقليل والحد من تأثير القلق ونستنتج مايلي:

لعامل القلق تأثير سلبي على إنجاز اللاعبين

.....الدراسة النظرية

2.4 أعمار درويش رشيد امين النداوي قلق وعلاقته بمستوى الانجاز للاعبى كرة اليد رسالة ماجستير

هدف الدراسة: هو التعرف على درجة القلق العام والقلق الرياضي لدى اللاعب لكرة اليد المتقدمين كذلك التعرف على علاقة القلق بالإنجاز الرياضي في ملاعب كرة اليد.

العينة: شملت عينة البحث على ثلاثون لاعبا يمثلون الاعبين الذين شاركوا في دوري النخبة لكرة اليد للموسم الرياضي 2002/2001.

6. أسباب اختيار الموضوع:

. الرغبة والميول إلى دراسة هذا النوع.

. عدم توفر دراسات سابقة حول هذا الموضوع في مرحلة المتوسط.

. فتح المجال من اجل القيام بدراسات في سياق التربية البدنية والرياضية لمختلف مراحل التعليم المتوسط؟

7 مصطلحات البحث:

يجد الباحث نفسه في مختلف الدراسات التي يتناولها صعوبات تتمثل في عموميات اللغة وتداخل المصطلحات وهذا راجع إلى النزعة الأدبية التي يقوم عنها الدكتور الطاهر سعد الله لحل أحد الصعوبات التي يعاني منها الباحثون في ميدان العلوم الإنسانية عموميات لغتها، (مقراني جمال ، 2002، صفحة 04) وعليه فإننا نحاول تحديد مصطلحات بحثنا من أجل تحقيق القدر الكافي من الموضوع وهكذا ما يلي:

1.6. سمة: هي صفة للشخص تتضمن بعض الوحدة في سلوكه فهي ليست عارضة ولكنها نمه بتميز بالاستمرار النسبي وإنما صفة للشخص ككل، كما أنها تتضمن معياراً اجتماعياً حينما تقول هذا الشخص عدواني،

.....الدراسة النظرية

فالسمة هي خاصية يتميز بها الفرد تعبر عن سلوكه وهي صفة مكتسبة يمكن من خلالها أن تعرف بين الأشخاص.

2.6. قلق المنافسة: يعرفها محمد حسن علاوي "هو حالة توتر شاملة ومستمرة نتيجة تمديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ويصاحبها خوف غامض أو أعراض نفسية جسمية. ورغم أن القلق غالباً ما يكون معرضاً لبعض الاضطرابات (محمد حسن العلاوي، 2000، الصفحات 17-21)

3.6. الدافعية: تعود كلمة الدافعية إلى اللاتينية، حيث نجد جذورها في كلمة "movers" ونعني بدفع أو تحرك وتشمل دراستها على محاولة تحديد الأسباب أو العوامل المحددة للفعل أو السلوك (عبد اللطيف محمد خليفة، الدافعية للإنجاز ، 2000، صفحة 68).

الدافعية للإنجاز: تشير الدافعية للإنجاز إلى طموح الفرد المستمر أو الثابت عموماً في تحقيق هدف مماثل لمعايير معينة على أساس مستوى محدد للامتياز.

التعريف الإجرائي لدافع الإنجاز: هو الدراسة التي تتحصل عليها التلميذ من خلال إجابته على مقياس دافع الإنجاز.

الخلفية النظرية

للبحث

تمهيد:

يشكل علم النفس أهمية كبيرة، حيث أنه يبحث في دوائر النفس وقواعد تطورها ولا يمكن تحديد مجال علمي معين ينتمي إليه علم النفس، إذ أنه يسير متلازماً مع العلوم الطبيعية والعلوم الاجتماعية لهذا ينظر إلى علو النفس الرياضي باعتباره يبحث في سلوك الإنسان وقواعده ويفسر نوعية وكمية الظواهر النفسية السائدة، التي تتمثل في الإدراك، التذكير، عملية التفكير، الأحاسيس، الإرادة وأيضاً يهتم علم النفس العام بمظاهر العمليات والصفات النفسية لدى الإنسان. (محمد حسن أبو عبيدة، 1996، صفحة 14)

ويعد موضوع الدافعية (motivation) من أكثر موضوعات علم النفس أهمية فدراسة دوافع السلوك تزيد من فهم الإنسان لنفسه ولغيره من الأشخاص، وذلك لأن معرفتنا تزداد كثيراً إذ علاقتنا الدوافع المختلفة التي تحركنا أو تدفعنا إلى القيام بأنواع السلوك المتعددة في سائر المواقف والظروف.

وقد اختلف علماء النفس فيما بينهم في تفريق القلق وتنوعت تفسيراتهم كما تباينت آراؤهم حول الوسائل التي يمكن استخدامها للتخلص منه، وعلى الرغم من اختلاف علماء النفس حول هذه النقاط إلا أنهم اتفقوا على أن القلق هو نقطة البداية بالنسبة للأمراض النفسية العقلية كان موضوع القلق من ضمن الأبحاث العلمية التي شغلت الكثير من العلماء النفسيين والتوجهات النظرية نذكر منها: نظرية لدراسة السلوكية والنظرية الموضوعية.

I. تعريف القلق:

هو إحساس مزعج تتخلله مظاهر نفسية وسلوكية تتكامل من خلال مواقف عدة تبين جلياً في الإحساس بعدم الطمأنينة والخوف من خطر غير طاهر أو معروف اين نكون عاجزين عن التصدي له.

I.1. التعريف اللغوي والاصطلاحي

التعريف اللغوي:

ورد مفهوم القلق في اللغة العربية على عدة معاني مثل القلق، الانزعاج، ...الح، قلق الشيء فهو مقلق مؤنثه مقلقه المرأة، (تلافة) قلق الشيء في مكانه وقلق أي حركه، والقلق لا يشير في مكان واحد في قول علي رضي الله عنه "اقلقوا السيوف في الغدة" أي حركوها في أغمادها.

التعريف الاصطلاحي:

حضي القلق في المصطلحات لها قاسم مشترك فيقول ANGH ذات الأصل الهندي والصيني بين الضيق أو الضغط أو باللاتينية ANOUSTUS أو ANXIOS وهي الشدة والضيق في حين أن في ايطاليا حولت إلى ANXIA وتعني الهياج العصبي. (ابن منظور، لسان العرب، صفحة 154)

يعرفه نوبير سلامي فيقول أن القلق إحساس شديد بالألم العميق وبتوتر كبير ناتج عن ترقب خطر دائم وشامل أين يكون عاجزاً تماماً في مواجهته أو التصدي له. (Nobert silamy dictionnaire de psyco , 1980, p. 71)

أما بالنسبة bontis هي حالة قلق التابعة في مواقف حية خاصة مثل: الخوف على آلة موسيقية أما الجمهور وأثناء الامتحانات أو المشاركة في منافسات رياضية.

الألم النفسي والتعب التي تبين على بداية استعمال ميكانيزمات الدفاع (Nobert silamy dictionnaire .de psyco , 1980)

I -2. مستويات القلق: للقلق ثلاثة مستويات وهي:

I -2-1 المستوى المنخفض للقلق

في هذا المستوى من القلق يحدث التنبيه العام بالفرد من ارتفاع درجة الحساسية نحو الأحداث الخارجية كما تزداد درجة استعداده وتأهبه لمحاربة مصادر الخطر في البيئة التي يعيش فيها، ويشار إلى المستوى من القلق بأنه علاقة إنذار الخطر وشك الوقوع.

I -2-2 المستوى المتوسط للقلق

في المستويات المتوسطة للقلق يصبح الفرد أقل قدرة على السيطرة حيث يفقد السلوك مرونته ويستولي الجمود بوجه عام على استجابات الفرد في المواقف المختلفة ويحتاج الفرد إلى المزيد لبذل الجهد للمحافظة على السلوك المناسب والملائم في مواقف الحياة المتعددة.

I -2-3 المستوى العالي للقلق

يؤثر المستوى العالي للقلق على التنظيم السلوكي للفرد بصورة سلبية أو يقوم بأساليب سلوكية غير ملائمة للمواقف المختلفة ولا يستطيع الفرد التمييز بين المؤشرات والمنبهات الضارة والغير ضارة ويرتبط ذلك بعد القدرة على التركيز والانتباه وسرعة التهيج والسلوك العشوائي (محمد حسن العلاوي، 2000، صفحة 383).

I -3. مصادر القلق: هناك عدة مصادر للقلق أهمها:

I -3-1- الخوف من الفشل

وهذا سبب يجعل الرياضيين يشعرون بالقلق ويكون نتيجة للخوف من الخسارة بسبب ضعف في الأداء في مواقف المنافسة الرياضية ويأتي هذا الخوف لعد شعور الرياضي بالأمان فيما يتعلق بمفهومه لذاته أو تقدير الذات لديه، وتسيطر عليه أفكار سلبية مثل: هذه المنافسة مصيرية، وكيف أواجه الجهاز الفني والإداري والجمهور وآخرين بعد الخسارة، والحقيقة أن هناك دافعين للنجاح والتفوق هما دافع الخوف من الفشل ودافع الرغبة في النجاح والرياضيين الذين يخافون فشل يبذلون الجهد للنجاح فقط، لتجنب الفشل وما يصاحبه من اضطرابات وقلق لا يحققون التفوق وهذا الدافع يناسب المبتدئين في المنافسة، الرياضة لا تناسب المستويات ، الرياضة العالية بينما يكون دافع النجاح التفوق ضرورة تحقيق أقصى أداء.

I -3-2- الخوف من عدم الكفاية

يكون الإحساس من عدم الكفاية مصدر للقلق حينما يدرك الرياضي نقص في استعداداته البدنية والنفسية والمهارية وغيرها ويتضح هذا في فقدان القدرة على التركيز وعدم القدرة على التهيئة النفسية وإبداء الرغبة في الأداء التنافسي.

I -3-3- فقدان السيطرة

حينما يفقد القدرة على السيطرة على أحداث المنافسة الرياضية يتوقع زيادة القلق وتتجه السيطرة على أحداث المنافسة لتكون خارجية وحينئذ يؤثر في الحالة الانفعالية ومن ثم في القلق لدى الرياضي قبل المنافسة عاملان:

الأول: البيئة المحيطة بالمنافسة مثل مكان المنافسة والجمهور.

الثاني: مجموعة الأفكار والانفعالات التي تكون داخل الرياضي. (عبد العزيز عبد المجيد محمد، 2009، الصفحات

I -3-4- الأمراض الجسمية والفيسيولوجية:

يصاحب المنافسة الرياضية ضغوطاً نفسية من التنشيط الفيسيولوجي للاستثارة لدى الرياضي فتظهر عليه بعض الأعراض الجسمية والفيسيولوجية السابقة، وقد تفسر هذه الأعراض ايجابياً كحالة استثارة انفعالية تزيد من بذل الجهد كمتطلب مما يحقق الأداء الكمي، كما يمكن أن تفسر هذه الأعراض سلبياً كدليل للضعف الذي يزيد من درجة القلق ويؤثر سلباً على الأداء في موقف المنافسة الرياضية.

I -3-5- الشعور بالذنب:

ويظهر هذا الشعور لدى الرياضي أثناء المنافسة أو بعدها حينما يرتكب الرياضي سلوكاً أو أداء يؤدي المنافس أو حينما يرتكب خطأ قانونياً يؤدي إلى استبعاده من المنافسة بشكل يؤدي إلى إهانته أمام زملائه والجمهور. (عبد العزيز عبد المجيد محمد، 2009، صفحة 67)

I -4- العوامل المؤثرة علم حالة القلق قبل المنافسة

من المعروف أن اللاعب الرياضي لا يمر بحالة معينة من حالات القلق ما قبل المنافسة، السابق ذكرها في جميع المباريات التي يشترك فيها، ففي مباراة معينة قد يمر اللاعب (رياضي بحالة حمى البداية وفي مباراة ثانية قد نجده في حالة الاستعداد للكفاح، وهكذا تختلف حالة الرياضي قبل بداية المباريات من مباراة إلى أخرى.

ونرى ظهور اللاعب الرياضي في حالة معينة من حالات قلق ما قبل المنافسة السابق ذكرها إلى عوامل متعددة ومتنوعة، ويمكن تلخيص أهم العوامل التي تسهم بدرجة كبيرة في التأثير على قلق اللاعب قبل اشتراكه الفعلي للمباراة حالة قلق ما قبل المنافسة إلى ما يلي:

- النمط العصبي للاعب.

- الخبرة السابقة.
- الحالة التدريبية للاعب.
- مستوى المنافسة.
- أهمية المنافسة.
- نظام المنافسات.
- استجابات المتفرجين.
- مكان المنافسة.
- الحالة المناخية. (محمد حسن العلاوي، 2000، الصفحات 193-394)

II - الدافعية في علم النفس الرياضي:

الدافعية هي تلك القوة التي تحرك سلوك الفرد وتوجهه لتحقيق غاية معينة يشعر بالحاجة إليها وأهميتها المادية أو المعنوية (النفسية) وتستثار هذه القوة المحركة بعوامل تتبع من الفرد نفسه حاجته وخصائصه وميوله واهتمامه أو من البيئة المادية أو النفسية المحيطة به (الأشخاص، الموضوعات، الأفكار، الأدوات). (أحمد بلقيس، توفيق مرعي، 1996، صفحة 206)

كما تستخدم الدافعية للإشارة إلى ما يخص الفرد على القيام بنشاط سلوكي وظيفي أي أن الفرد يمارس سلوكاً معيناً بسبب ما يتلو هذا السلوك من نتائج وعواقب تشجع بعض حاجياته أو رغباته، وربما كانت هذه الحقيقة هي المسلمة تكمن وراء مفهوم الدافعية حيث يشير هذا المفهوم إلى حالة شعورية، أو عمليات تخص هذا السلوك وتوجهه وتبقي عليه. (عبد الحميد نشوان، 1996، صفحة 206)

وهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك من هذه الأسباب مرتبط بحالة الكائن الحي النفسية أو الجسمية عند حدوث السلوك من جهة ومتغيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى وهذا يعني أننا لا نستطيع أن نتنبأ بما يمكن أن يقوم به الفرد في كل موقف من المواقف إذ عرفنا فقط منبهات البيئة وحدها وأثرها في الجهاز العصبي، إذ لا بد أن نعرف شيئاً عن حالته الداخلية كأن نعرف حاجياته وميوله واتجاهاته وعلاقتها بالموقف بالإضافة إلى ما لديه من رغبات وما يسعى إلى تحقيقه من أهداف. (صالح محمد علي أبو مادو، 2005)

يحاول بعض الباحثين مثل "أتكسون" التمييز بين مفهوم الدافع (motive) ومفهوم الدافعية "motivation" على أساس أن الدافع هو عبارة عن استعداد أو ميل حيز التحقيق الفعلي أو الصريح فإن ذلك يعني الدافعية باعتبارها عملية نشطة وعلى الرغم من محاولة البعض التمييز بين المفهومين فإنه لا يوجد حتى الآن ما يبرر مسألة الفصل بينهما ويستخدم مفهوم الدافع كمرادف لمفهوم الدافعية، حيث يعبر

.....الخلفية النظرية للبحث

كلاهما عن الملامح الأساسية للسلوك المدفوع، وفي ضوء ذلك فإنه عند استخدامها لأي من المفهومين الدافع أو الدافعية فإننا نقصد شيئاً واحداً.

II-1- تعريف الدافعية:

يعرف "يونج P.T young" الدافعية من خلال المحددات الداخلية بأنها:

عبارة عن حالة استثارة وتوتر داخلي تثيره وتدفعه إلى تحقيق هدف. (عبد اللطيف محمد خليفة، الدافعية للإنجاز،

1985، صفحة 69)

ويعرف "ماسلو AH maslou" الدافعية بأنها خاصية باقية ومستمرة ومتغيرة ومركبة وعامة تمارس تأثيراً في كل أحوال الكائن الحي، ويعرف الدكتور مصطفى زيدان، الدوافع بأنها هي الطاقات التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغاياته لتحقيق التوازن الداخلي أو تهيئ له أحسن تكيف ممكن من البيئة الخارجية. (محمد

مصطفى زيدان و نبيل السمالوطي، 1985، صفحة 72)

وعرفها أرنو ويتينغ (arno f witting) الدافعية بأنها خالة تساعد في تحريك واستمرارية سلوك الكائن الحي، وبدون الدافعية قد يفشل الكائن للإتيان بالسلوك الذي سبق أن تعلمه وعلى الرغم من محاولة البعض التمييز بين المفهومين، فإنه لا يوجد حتى الآن من يبرر مسألة الفصل بينهما.

ويستخدم مفهوم الدافع كمرادف لمفهوم الدافعية حيث يعتبر كلاهما على الملامح الأساسية للسلوك المدفوع، وأن كانت الدافعية هي المفهوم الأكثر عمومية . (محمد حاسم محمد، 2004، صفحة 419)

II-2- أنواع الدافعية: على الرغم من العوامل العديد التي تؤثر في دافعية الفرد يعتقد البعض أنه من

الممكن وضع الناس في أصناف متعددة على ضوء ما يدفعهم اعتيادياً في الرياضة في الحالات الانجاز

.....الخلفية النظرية للبحث

المتشابهة، افتراض الباحثون عند دراستهم إحالات الوصولية (الانجاز) مثلا أن هناك عدة أنواع من الأفراد وينظرون إلى حالات الانجاز على أنه دوافع عالية لنجاح.

كذلك يمتلكون تصور بأن هذه الحالات سوف تنتهي بنجاح وأن النجاح يقوم بشكل عال جداً، وهذا النوع من الأفراد يميلون لاختيار الأهداف التي يمكن تحقيقها بدلا من إجراء المحاولات غير الصحيحة وغير المؤكدة عند مواجهة واجب يتطلب تحدي، إمكانيات الفرد. (عبد الحليم السيد و معتز عبد الله وآخرون، 1990، صفحة 419)

النوع الثاني من قبل المهتمين بالحاجات الوصولية هم الأفراد الذين يتجنبون الفشل فهم يميلون إما إلى تجنب الحالات الوصولية أو الانجاز أو يختارون خصومهم باعتناء كذلك الأهداف ويقدمون احتمالية عالية من النجاح وربما يختارون أهداف يكون من الصعوبة تحقيقها لذلك فهم يهيئون أنفسهم مقدما من أجل صياغة أعذار تحافظ على ماء الوجه وعندما يتعاملون مع أفراد قلقين لهم خلفية واسعة من الفشل، والفشل الجدير مكروه ومن المفيد أن تساعد على التحدث به والتداول ذاتية حول أهداف يمكن تحقيقها يساعدهم على الحصول على نجاحات معقولة ومعتدلة في الرياضة.

هناك ثلاثة متغيرات تأثر في الدرجة التي يحاول الفرد بها أن يعكس الأسلوب الذي فيه الحالات المتسمة بالانجاز وهذه تتضمن:

أولاً: ميل الفرد بالنسبة إلى الانجاز، إظهار ميل عام نحو التطلع أو تجنب الحالات الرياضية التي يكون فيها الفشل مخاطرة مؤكدة.

ثانياً: المكافحة والافتناء المنصورة كنتيجة ممكن للحالة.

ثالثاً: تصوره في احتمالية النجاح أو الفشل.

.....الخلفية النظرية للبحث

لذلك ليس من المدهش أن الأفراد والحالات الانجاز العالية يميلون لبناء حركات تشكل تحدي لهم ويختارون خصوصاً لغرض الحصول على باق فيه لهم كذلك يختارون رفاقهم في اللعب الزوجي من أجل الحصول على مسابقات ممتعة من الآخرين. (إياد عبد الكريم العزاوي ، 2005، الصفحات 134-135)

II-3- مصادر الدافعية:

II-3-1- الدافعية الداخلية:

يقصد بالدافعية الداخلية المرتبطة بالرياضة الحالات الداخلية التابعة من داخل الفرد نفسه والتي تشبعها الممارسة الرياضية أو الأداء الرياضي كهدف في حد ذاته مثل الرضا والسرور والمتعة الناتجة عن الممارسة الرياضية والشعور بالارتياح نتيجة للتغلب على التدريبات المبدئية التي تتميز بصعوبتها، أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة أو بسبب المتعة الجمالية الناجمة عن رشاقة وتناسق الأداء الحركي الذاتي للاعب، وكذلك الإثارة والتحدي في مواجهة العقبات أو الصفات المرتبطة بالأداء.

II-3-2. الدافعية الخارجية:

يقصد بالدافعية الخارجية المرتبطة بالرياضة الحالات الخارجية غير تابعة من الداخل الفرد والتي تشير وتوجه السلوك نحو الممارسة الرياضية والأداء الرياضي كما يدخل إعداد الدافعية خارجية للاعب الرياضي كما يجعل في عداد الدافعية الخارجية مختلف الوسائل التي تعمل على تحقيق غاية أو هدف خارجي. (محمد حسن علاوي، 2004، صفحة 215)

II-4- مفهوم الدافعية الانجاز:

تمثل دافعية الانجاز أحد الجوانب المهمة في منظومة الإنسانية والتي اهتم بدراستها الباحثون في مجال علم النفس الاجتماعي وبحوث الشخصية وكذلك المهتمون بالتحصيل الدراسي، والأداء العملي في اطار

.....الخلفية النظرية للبحث

علم النفس التربوي ويرجع الاهتمام بدراسة الدافعية الانجاز نظراً لأهميتها ليس فقط في المجال النفسي ولكن أيضاً في العديد من الميادين والمجالات التطبيقية والعلمية كالمجال الاقتصادي والمجال الدراسي والمجال التربوي والمجال الأكاديمي حيث يعد الدافع الانجاز عاملاً مهماً في توجيه سلوك المحيطين به كما يعتبر الدافع الانجاز مكوناً أساسياً في سعي الفرد اتجاه تحقيق ذاته، وتأكيداً حيث يشعر الفرد بتحقيق ذاته من خلال ما ينجزه وفيما يحققه من أهداف وفيما يسعى إليه من أسلوب حياة أفضل ومستويات أعظم لوجوده الإنساني، قد أظهرت الدراسة التي أجريت في هذا المجال أن الدافع الانجاز يختلف مع الآخر طبعاً لنوع الثقافة والحضارة السائدة في المجتمع.

II-4-1- تعريف الانجاز:

لقيت دافعية الانجاز من علماء النفس اهتماماً أكبر مما حظيت به الدوافع الإنسانية الأخرى فعرفها "ميوراى" الذي قدمها ضمن قائمة للحاجات تسخيراً ناجحاً بأنها السيادة الاستقلالية على الأشياء وعلى الآخرين وعلى الأفكار وتقديرات الذات وذلك بتسخير الموهبة تسخيراً ناجحاً، وهذه الحاجة خاصة من خصائص الشخصية الناجحة نسبياً وهي التي توضع جذورها بالتنشئة الاجتماعية، وتتبلور في الطفولة المتوسطة وقام "ماكيلاند" بدراسة هذه الحاجة في عدة شعوب وثقافات فوجد أن الشعوب المتقدمة يتميز أبناؤه بقوة هذه الحاجة فيهم يسعون إلى النجاح والسيطرة على بيئتهم المادية والتفوق الاقتصادي مما أدى إلى تفوق شعوبهم تقنياً واقتصادياً على الشعوب المتخلفة. (سعد جلال، 1985، صفحة 475)

وعرفها "ما كيلان" وزملاؤه الدافع الانجاز بأنه يشير إلى استعداد ثابت في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرتة في سبيل تحقيق وبلوغ نجاح يترتب عليه نوع من الإرضاء، وذلك في المواقف التي تتضمن الأداء في ضوء مستوي محدد من الامتياز، كما عرفوا النشاط المنجز بأنه النشاط الذي يقوم به

.....الخلفية النظرية للبحث

الفرد ويتوقع أن يتم في ضوء مستوى وأنه محصلة الصراع بين هدفين متعارضين عند الفرد نحو تحقيق النجاح أو الميل إلى تحاشي الفشل. (عبد اللطيف محمد خليفة، الدافعية للإنجاز ، 2000، الصفحات 90-98)

ويرى "ما كيلاند" 1961 أن الدافعية للإنجاز هي الأداء في ضوء مستوى محدد للامتياز والتفوق والرغبة في النجاح "أما أسامة كامل راتب " 1997 يرى أنها الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز المهام التي يكلف بها في التدريب أو المنافسة كذلك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور بالفخر عند إنجاز الواجبات التي يكلف بها، كما عرفها " أتكسون "الدافعية للإنجاز على أنها ذلك المركب الثلاثي المشكل قدرة الدافع ومدى احتمالية نجاح الفرد والباعث ذاته بما يمثله. من قيمة بالنسبة له، ويشير هذا التصور إلى أن التوجه للإنجازين لدى الأفراد في مجتمع ما يتحدد من الناحية النفسية على الأقل بعدة عوامل هي:

1. مستوى أو الإحساس للعمل وبذل الجهد لتحقيق الهدف، والإحساس بالفخر عند النجاح والخجل من الفشل.

2. توقعات الفرد المتعلقة باحتمالية حدوث النجاح أو الفشل.

3. قيمة النجاح ذاته أو المترتيان الناجمة عن النجاح الفشل.

ومن خلال التعريفات السابقة التي قدمها الباحثين لمفهوم الدافعية للإنجاز نحدد تناولنا لها على أنها تعني ما يأتي " استعداد الفرد لتحمل المسؤولية، والسعي نحو تحقيق أهداف معينة والمثابرة للتغلب على العقبات والمشكلات التي تواجهه والشعور بأهمية الزمن والتخطيط للمستقبل.

وفي ضوء هذا التعريف فإن الدافعية للإنجاز تتضمن خمس مكونات أساسية على النحو التالي:

1. الشعور بالمسؤولية.

2. السعي نحو التفوق لتحقيق مستوى طموح مرتفع.

3. المثابرة.

4. الشعور بأهمية الزمن.

5. التخطيط للمستقبل.

وأوضحت نتائج كبرى من الدراسات عدداً من الاختلاف المحددة بين الأشخاص ذوي الدافعية للإنجاز وبين الآخرين الذين يكونون مدفوعين أكثر بعوامل نفسية مثل الحاجة لتجنب الفشل ومنها.

إن الأفراد ذوي الدافعية يميلون إلى أن يختارون المشاكل التي تتحدى قدراتهم في حين يختار الأفراد ذو الدافعية المنخفضة المشكلات السهلة أو المشكلات الصعبة (غير معقولة). (أسامة كامل راتب، الإعداد النفسي لتدريب الناشئين، صفحة 157)

يميل الأشخاص ذوي الدافعية العالية إلى العمل طويلاً لحل المشكلات الصعبة ويفضلون العمل مع الأشخاص المثابرين، بينما يميل الأشخاص منخفضين الدافع للإنجاز إلى العمل أشخاص يحبونهم يصادفونهم في جماعات الطلاب التي تتقارب معدلات ذكائهم، فإن ذوي الدافعية يحصلون على درجات أعلى في المدرسة وما يمكن استخلاصه من خلال إطار عملية ومن خلال إطار النظرية التي يتبناها، فدافعية الانجاز عند " ماكيلاند " استعداد لدى الفرد يتميز بالثبات النسبي للسعي للنجاح، كما يضيف "ماكيلاند" أن السلوك الانجاز يعكس مشاعر تخص بعضها بالأمل في النجاح ويتعلق البعض بالخوف من الفشل.

II-5-أبعاد ومكونات الانجاز الرياضي:

أشار العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي إلى أن أهم مكونات الشخصية الدافعية لدافع الانجاز الرياضي هما: دافع انجاز النجاح ودوافع تجنب الفشل.

II-5-1. دوافع تجنب الفشل:

وهو تكوين نفسي يرتبط بالخوف الذي يتمثل في الاهتمام المعرفي بعواقب ونتائج الفشل في الأداء والوعي الشعوري بانفعالاته غير سارة مما يسهم في محاولة تجنب وتحاشي مواقف الانجاز الرياضي.

وبضيف " محمد حسن علاوي " 1998 نقلا عن "جولس" أن أبعاد دافعية الانجاز تتمثل في دافع القدرة،

دافع الانجاز ودوافع تجنب الفشل لكنه اقتصرها في مقياسه الذي يمثل دافعية الانجاز الرياضي على

البيئة المصرية على بعدين دافع انجاز النجاح ودوافع تجنب الفشل. (محمد حسين علاوي، 1998، صفحة 181)

كما تقدم "منى مختار المرسي" مجموعة من الاستخلاص للخصائص الشخصية الهامة للرياضي الذي

يتسم بدافعية انجاز عالية على النحو التالي:

II-5-2- الرغبة في التفوق والامتياز

2 . الميل في الاشتراك في المنافسات حيث يتميزون بالأداء المرتفع.

3 . المثابرة على بذل الجهد.

4 . الطموح وأداء المهام التي تتطلب بعض المخاطرة

5 . الثقة بالنفس والدافعية الداخلية.

6 . الالتزام بالمهام والواجبات التي يكلف بها، الالتزام نحو المدرب وزملائه والقوانين (منى المختار المرسي، 2000، صفحة 101 . 104)

II-5-3- أهمية دافعية الانجاز الرياضي:

يعتبر السلوك الانجاز ثلاثة جوانب هي: (أسامة كامل راتب، الإعداد النفسي لتدريب الناشئين، صفحة 157)

1. اختيار السلوك

2 . شدة السلوك

3 . المتابعة على السلوك

II-6- نظريات دافعية الانجاز:

ظهرت عدة نظريات عن دافعية الانجاز مع بداية الخمسينيات وحي منتصف السبعينيات وقد عبرت كل نظرية من وجهة نظر مؤسسها ومن ثم اختلفت وجهات النظر في تبنيها لمفهوم دافعية الانجاز الرياضي حيث تم استخدامها لسنوات عديد لشرح وتوضيح دوافعه الأفراد للعمل وهي . (اخلاص محمد عبد الحفيظ وآخرون، 2002، صفحة 222)

1 . نظريات الحاجات للدوافع

2 . نظرية حاجة الانجاز. Need .achievement the ony

3 . نظرية العزول attribution the ony

4 . نظرية هدف الانجاز a cheivement cod the ony

III- كرة اليد

III-1. تعريف كرة اليد:

من الألعاب الرياضية الجماعية القديمة تجرى بين فريقين يتألف كل منهما من سبعة لاعبين وخمسة احتياطيين تتصف بسرعة الأداء لها قواعد وقوانين ثابتة. (مجلة الوحدة الرياضية، صفحة 35)

III-2- نبذة تاريخية عن كرة اليد في الجزائر:

ظهرت كرة اليد في الجزائر سنة 1942م في المركز التكوينية للمنشطين وبصفة رسمية سنة 1946 ب11 لاعب وأصبح تمارس بصفة عالمية في الدورة سنة 1963 وفي سنة 1965 عرفت أول بطولة وطنية جزائرية لكرة اليد ونلاحظ أن الفترة ما بين 1930 ، 1192 أن عدد الممارسين كان قليل ذلك بين الاستعمار الفرنسي، ومباشرة بعد الاستقلال بالضبط في سنة 1963 كانت الانطلاقة الرسمية الثانية لكرة اليد وكان يرأسها " إسماعيل مداوي" رئيس الرابطة لكرة اليد وأول الفرق التي انخرطت في الفدرالية.

• فريق سان توجان . بولوغين LONSE

• فريق عالية رياضة الجزائر GSA

III-3- خصوصيات كرة اليد:

عرف هذا التخصص فقرة كبيرة إلى الأمام بالنظر إلى عدد ممارسي كرة اليد هي لعبة أنيقة وتقنية مع

تناوب الهجوم والدفاع ومن الخصوصيات أيضاً

• السرعة في الهجومات المضادة

• التحمل العام الضروري للحفاظ على ارتفاع مستوى القدرات لمدة 60 دقيقة من زمن المقابلة.

• القدرة والسرعة للرمي والقذف.

• الانتباه العام والخاص لحسن دقة الرميات والتمريرات.

• تعد كرة اليد رياضة متكاملة تتطلب جهد طاقتوي كبير . (CLAND bayse formation des joueurs ed vigot, 1985, p. 8)

III-4- أهم قوانين كرة اليد:

لكرة اليد قواعد وقوانين كباقي الرياضيات الأخرى تعمل على تنظيمها.

اللعب: ملعب كرة اليد مستطيل الشكل طوله 40م، وعرضه 20م ، ينقسم إلى قسمين منطقة الرمي منطقة اللعب.

- منطقة الرمي:

الرمي 6 أمتار عن الهدف ويرسم خط الرمية الحرة على بعد 9 من منتصف خط المرمى وموازي له يسمى خط الرمية الجزائية.

- منطقة التبديل:

يمكن تغيير اللاعبين في أي وقت، تحدد بخطين متتالين يرسمان على بعد 4،5م من خط المنتصف طول كل منهما 15سم. (حسن أحمد الشافعين ، 1998، صفحة 34)

- الكرة: تصنع من الجلد والمطاط وزنها يتراوح بين 125 و175غ محيطها يتراوح بين 57 و60سم وتكون أخف قليلاً عند النشاء.

- التغيرات:

يمكن تغيير اللاعبين في أي وقت بدون إعلام الحكم ومساعديه ويتم تغيير في منطقة مخصصة للتغيير ويتم بطريقة مكررة، وأما في حالة التغيير غير القانوني يجب معاقبته اللاعب بالطرد، وإعطاء رمية حرة للفريق المنافس.

إذا كان اللاعب إضافي داخل الملعب أي أحد، الفريقين تعدى عدده للعدد القانون للفريق (أكثر من 8 لاعبين) يطرد اللاعب ووجب على الفريق ب6 لاعبين لمدة دقيقتين.

.....الخلفية النظرية للبحث

الفريق: يحتوي على 12 لاعب لا يمكن أن يتواجد داخل الملعب سوى 7 لاعبين في وقت واحد والباقي في الاحتياط.

. أثناء كل وقت المباراة يجب على الفريق أن يكون له حارس مرمى والذي بدوره يمكن أن يصبح لاعب والعكس ذلك.

. في بداية المقابلة يجب على الفريق أن يقدم على الأقل 5 لاعبين فوق الملاعب.

. أن المقابلة يمكن أن تستمر حتى ولو بقي فوق الملعب أقل من 5 لاعبين.

والحكم هو الوحيد الذي لديه صلاحية إيقاف أو إكمال المقابلة في أي وقت.

كل فريق له الحق في إدخال 4 لاعبين رئيسيين على الأكثر ولا يجب تغييرهم نهائياً أثناء المباراة.

. القائد يكون من اللاعبين الرئيسيين وهو الوحيد الذي لديه الحق في التحدث مع الحكم ومساعديه

. لا يسمح لأي لاعب المشاركة في المباراة إذا لم يكن اسمه مسجل في match de la feuille وحاضراً.

. هيئة اللاعبين: كل فريق يجب أن يكون له نفس الملابس من حيث الشكل والألوان ولكن الحارس

ملابسه مخافة لفريقه والفريق المنافس، أما اقمصتهم مرقمة من 1 إلى 20 حيث الرقم الذي يكون في

الظهر يكون له 20 سم في الارتفاع أما الجانب الأمامي 10 سم وألوان الأرقام تكون واضحة حيث

رؤبتها من بعيد، أما فيما يخص الأحذية يجب أن تكون رياضية.

المرمى:

يثبت المرمى على الأرض في منتصف كل من خطي المرمى أوله ثلاثة أمتار وارتفاعه مترين،

العارضة والقائمتان من الخشب أو أي مادة صناعية مماثلة، يزود بشبكة بحيث لا تسمح بارتداد الكرة

مباشرة عند التصويت .

. أشواط المباراة:

تتكون من شوطين مرة كل منه ثلاثون دقيقة ويفصل بينهما استراحة لمدة عشرة دقائق، أن انتهت بالتعادل (المباراة) يلعب شوطين إضافيين كل شوط خمسة دقائق، ويكون ذلك بعد راحة خمسة دقائق (حسن أحمد الشافعين ، 1998، صفحة 34).

. طريقة اللعب:

تلعب كرة اليد ككرة القدم إلا أن نقل الكرة وضربها وتمريها يتم باليد بدل القدم، هدف الفريق تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى الخصم. تبدأ البداية بضربة البداية وتكون في بداية الشوط من خط منتصف الملعب، يحق للاعب استلام وتمرير الكرة وتصويب الكرة بجميع أجزاء جسمه ماعدا القدم ولا يحف له التحرك بالكرة عندما تكون معه أن يتقدم بالمشي أو الجري أكثر من ثلاث خطوات فقط والهدف يحسب عندما تتدخل الكرة بكاملها مرمى الخصم أو المنافس. (بسام سعد، 1999، صفحة 299)

. ضربة الجزاء:

هي عبارة عن ضربة حرة تكون على بعد 7 أمتار من المرمى إلى خط درجة الجزاء، حيث يجب على المهاجمين والمدافعين أن يكونوا خارج منطقة 9 أمتار.

. الطرد : هناك ثلاثة أنواع من الطرد وهي:

1. الطرد لمدة دقيقتين للمرة الأولى.

2. الطرد لمدة خمسة دقائق للمرة الثانية.

3. الطرد النهائي بعد ارتكاب الخطأ الثالث.

. ملاحظة

. يمكن طرد اللاعب نهائياً إذا ما ارتكب خطأ متعمد غير رياضي.

. لا يمكن استبدال اللاعب أثناء الطرد.

. ثلاثة ثواني . لا يسمح للاعب مسك الكرة عنده بدون تنطيط أكثر من ثلاثة ثواني، وإن كان ذلك يعتبر

خطأ. (JEAN CLOUDE LE BEUF LEVAL SPOURTIF , pp. 200-202)

. التحكيم:

يدير المباراة حكم يساعده قضييان للمرمى ومراقبون لخطوط الجانب وميقاتي وسكرتير يحفظ سجل

المباريات، والحكم الرئيسي هو وحده المسؤول في أخذ القرارات . (علي مروش، 2004، صفحة 155)

. أخطاء اللعب:

تحدث أثناء المباريات فقد تكون معتمدة أو غير معتمدة، إن ارتكاب أحد اللاعبين خطأ على لاعب آخر

يعطي للفريق هذا اللاعب ضربة حرة.

. ضربة ركنية:

أن خرجت الكرة عن طريق الفريق المدافع إلى الخارج بجانب المرمى.

. الضربة الجانبية:

إذا خرجت الكرة خارج الحدود الجانبية للملعب عن طريق الفريق المنافس. (علي مروش، 2004، صفحة 155)

.6. ميادين كرة اليد.

1. كرة اليد للميدان " أحد عشر فرداً".

2. كرة اليد للصالة " سبعة أفراد".

. كرة اليد للميدان:

يطلق عليها اسم كرة اليد 11 فرداً وتعتبر هذه الرياضة هي الأصل الذي اشتق من فكرة كرة اليد للصالة"

سبعة أفراد" تمارس كرة اليد على ملعب كرة القدم مع وجود اختلافات في طريقة تخطيط المناطق الداخلية

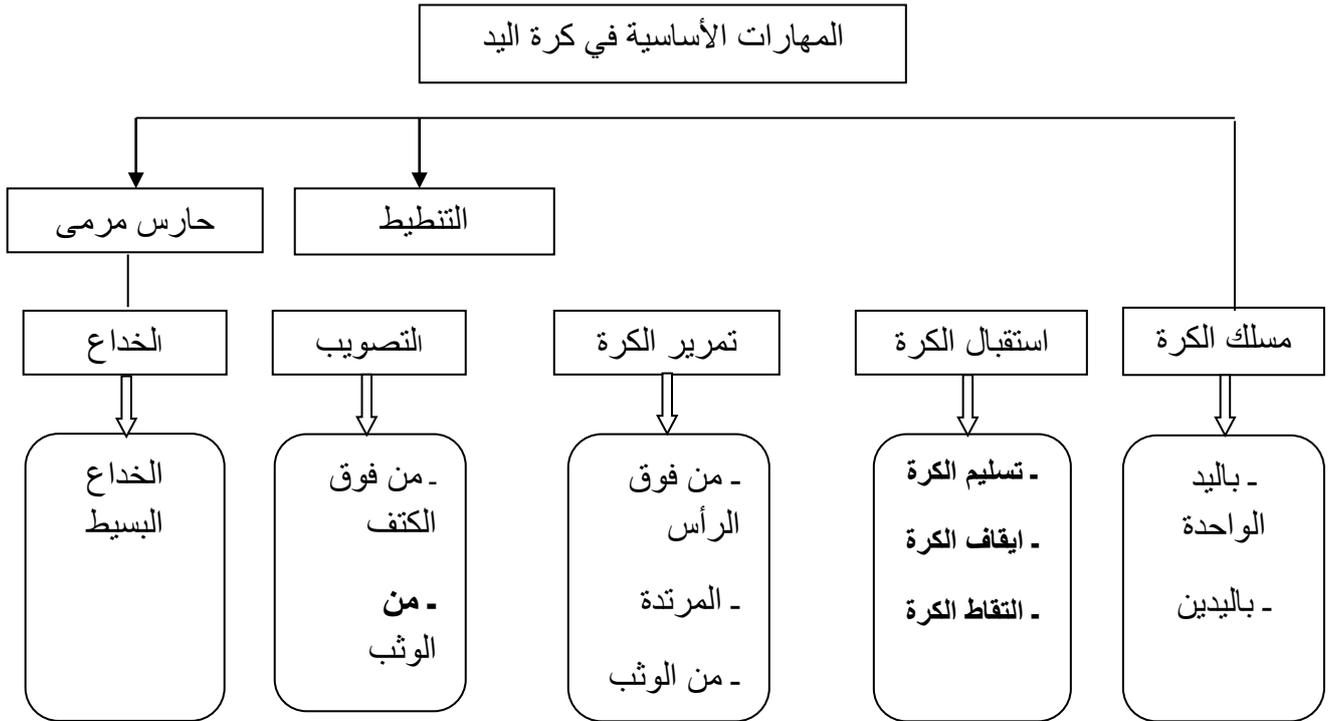
ميدان اللعب.

.....الخلفية النظرية للبحث

ولقد أدرجت كرة اليد للميدان ضمن برنامج الألعاب الأولمبية لأول مرة في دورة "برلين" عام 1936 وكان ذلك الإدراج الأول والأخير.

2. كرة اليد للصالة: هي التي تلعب بسبعة أفراد والتي تلعب حالياً داخل القاعات.

7. المهارات الأساسية في كرة اليد: تنقسم المهارات الأساسية في كرة اليد:



الشكل (01): يوضح أنواع المهارات الأساسية في كرة اليد (كمال عارف طاهر ، 1989 ، صفحة 62)

مسك الكرة:

يعد مسك الكرة من المهارات المهمة وأول مبدأ من المبادئ الأساسية لكرة اليد وإتقان اللاعب لمهارة

المسك تمكنه من أداء الاستلام، التمرير، التصويب، الخداع بصورة صحيحة كما أن تحسين طريقة مسك

الكرة يمكن اللاعب من تصرف بالكرة حيثما تقتضيه ظروف اللاعب.

.....الخلفية النظرية للبحث

لمسك الكرة بيد واحدة أو باليدين بصورة صحيحة تتخذ راحة اليد مع الأصابع الشكل الكروي مع تباعد الأصابع وإثناء أطرافها إلى الداخل قليلاً كي تلتصق بالكرة عند لحظة ملامستها. (إبراهيم رحومة زايد،

1988، صفحة 33)

- مسك الكرة باليدين.
- مسك الكرة بيد واحدة.
- استقبال الكرة.
- تسليم الكرة .
- تسليم الكرة باليد الواحدة.
- تسلّم الكرة باليدين
- إيقاف الكرة
- التقاط الكرة
- تمرير الكرة
- التمريرات من فوق الرأس.
- التمريرة المرتدة .
- التمرير مع الوثب.
- تنطيط الكرة.
- تنطيط الكرة البسيط (مرة واحدة).
- تنطيط الكرة المتعدد (باستمرار).
- التصويب.
- الدفاع في كرة اليد.
- الهجوم في كرة اليد.

الملفت للانتباه أن القلق أصل في كثير من الأمراض التي يلجأ الناس بسببها لعلاج لدى الأطباء من مختلف الاختصاصات، ولقد استطاع الإنسان عن طريق التقدم تحقيق الكثير فيما يخص علاج الأمراض، ومع اتجاه الطب مؤخراً إلى الاهتمام بالتخصصات المختلفة أصبح من المألوف أن نطالع لافتات الأمراض القلبية إلا أنه لا نجد أبداً مركز متخصص في علاج أمراض القلق رغم الأصل في كثير من الاضطرابات التي تعالجها المراكز الطبية، بل هو ليس السبب الرئيسي وراء العديد من الآلام التي يعاني منها الإنسان، ولقد أصبح القلق في عصرنا القاعدة.

ومما التمسنا أيضاً في هذا الفصل أن كرة اليد شاهدت تحولات عدة منذ نشأتها وهذا من أجل تحسينها وتطويرها كلعبة رياضية مفضلة، فكل المراحل التي مرت بها ساعدتها على فرض مكانتها ضمن حظيرة الرياضات وأخذت مكانة مرموقة بينها ولها من الشعبية ما يجعلها محل دراسة العديد من الباحثين ومحل اهتمام العديد من البلدان لتبنيها ضمن مجالاتها الرياضية.

الجانِب التَطْبِيقِي

لِلْبَحْثِ



الفصل الأول

إجراءات البحث

الفصل الأول.....إجراءات البحث

منهج الدراسة:

نظرا لطبيعة موضوعنا اعتمدنا على المنهج الوصفي لتطبيقه على بحثنا الميداني الذي يعرف في التربية البدنية والرياضية على أنه طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية أو مشكلة اجتماعية لتحديد الغرض وتعريف المشكلة وتحليلها وتحديد نطاق ومجال المسح وفحص جميع الوثائق المستعملة وتفسير النتائج للوصول إلى استنتاجات واستخدامها لأغراض معينة.

- إجراءات البحث:

عينة الدراسة: العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل

- **العينة:** عمدت الباحثتان على اختيار عينة مأخوذة من المجتمع الأصل المتكون من 120 طالبا يمثلون الطلبة الممارسين لكرة اليد في حصص التربية البدنية والرياضية، وقد تم اختيار العينة الأساسية بطريقة العينة العشوائية البسيطة وذلك ان المجتمع الأصل يتكون من افراد متماثله في السن والحالة الاقتصادية والاجتماعية وعليه فان هذا يسمح للباحثتين بتعميم النتائج. على المجتمع الأصل. وبلغ حجم العينة 14 لاعبا كما هو موضح في الجدول رقم 1

الجدول "1": يبين توزيع عينة البحث بالنسبة لمجتمع الدراسة.

المستويات	الذكور	الاناث	المجموع
المجموع	08	06	14

1-1 - أدوات البحث:

2-1 لقياس متغيرات الدراسة في البحث استعملت الباحثتان مقياسين وهما:

1- مقياس قائمة قلق كسمة.:

2- مقياس قائمة الدافعية للإنجاز:

الخصائص السيكومترية للمقياسين.

التحليلات الإحصائية "

اختيرت التحليلات الإحصائية طبقاً لخصائص العينة وشروط إجراءات تقنين المقاييس النفسية، واشتملت التحليلات ما يلي "

*-حساب معاملات الثبات: عن طريق اختبار ثبات المقاييس المستخدمة بطريقة إعادة الاختبار وحساب الاتساق الداخلي بين بنود كل مقياس على حدى بحساب معامل الفا والارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس

*-اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات وتحديد نوع التحليلات الإحصائية التي يمكن استخدامها.

*-حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للذكور والاناث. كل على حدى، واستخدام الاختبار الاحصائي المناسب لبيان دلالة الفروق بين الجنسين في مقياسي القلق كحالة ومقياس الدافعية للإنجاز.

*-تحليل الارتباط بين القلق كسمة والدافعية للإنجاز الرياضي.

تحليل التباين لفحص الفروق بين مقياسي القلق كسمة ومقياس الدافعية للإنجاز الرياضي

ولاختبار مدى صدق وثبات هذين المقياسين أجريت دراسة استطلاعية ميدانية على عينة بلغت 06

لاعبين من المجتمع الأصل

-تجريب أدوات البحث وتحديد خصائصها السيكومترية، وجمع المعلومات والبيانات.

الفصل الأول.....إجراءات البحث

الثبات: ثبات إعادة الاختبار"

طبق المقياسين المطبقين مرتين مختلفتين يفصل بينهما اسبوعان تقريبا للتأكد من ثبات الأدوات للاعتماد عليهما في الحصول على نتائج موثوقة

وتم تقدير ثبات مقياس القلق كحالة من خلال طريقة الاختبار وإعادة الاختبار Test-Retest بفاصل زمني قدره أسبوع مع تثبيت كل المتغيرات ثم حساب معامل الارتباط نفس العينة، نفس المكان، نفس التوقيت ، (حيث جاء معامل الثبات الكلي يساوي 0.81 تبين للباحثين أن المقياس القلق كسمة يتميز بدرجة ثبات عالية.

الصدق:

صدق مقياس القلق كسمة: ويعني الصدق، الصحة في قياس ما وضعت من أجله أو الصلاحية التي تقيس بها المقياس ما وضع لقياسه. (مروان عبد المجيد إبراهيم، 1999، صفحة ص13)،. (ومن أجل التأكد من صدق المقياس استخدمت الباحثان الصدق الذاتي، وقد توصل إلى أن مقياس القلق كسمة يتميز بدرجة عالية من الصدق لأن قيم معامل الصدق الذاتي المحسوبة كانت 0.67 و 0.81 ،وهي في مجملها قيم مرتفعة مما يدل على صدقها و هو ما يسمح لنا بتطبيقها على أفراد العينة.

قامت الباحثتان باستخدام الصدق الذاتي الذي يعني صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية الحالية من أخطاء الصدفة " حمد خاطر، علي البيك .1996، «واعتمادا عليه، توصلت الباحثتان إلى أن القيم المحسوبة لمعامل الصدق الذاتي لأبعاد القائمة كانت تتراوح 0.94 و 0.90 وهي قيمة مرتفعة مما يدل على صدقها وبالتالي يمكن تطبيقها على أفراد العينة.

الفصل الأول.....إجراءات البحث

جدول 2 يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس قلق كسمة والدرجة الكلية

للمقياس. حيث $n = 14$

العبارة	معامل الارتباط
1	*0.72
2	*0.65
3	*0.66
4	*0.78
5	*0.64
6	0.88
7	*0.95
8	*0.82
9	*0.78
10	*0.71

قيمة r الجدولية عند $0.05 = 0.701$ *دال عند مستوي دلالة 0.05

ويتضح من الجدول 3 وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوي دلالة 0.05 وبين درجة كل عبارة

وبين مجموع الدرجة الكلية للمقياس

المقياس	عدد العبارات	معامل الارتباط
القلق كسمة	14	0.87

قيمة r الجدولية عند $0.05 = 0.701$ * دال عند مستوي 0.05

من خلال الجدول توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوي 0.05 بين عبارات المقياس والدرجة

الكلية للمقياس والذي يشير الى صدق الاتساق الداخلي لمقياس القلق كسمة

الفصل الأول.....إجراءات البحث

مقياس لقائمة دافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية:

بالنسبة لقائمة دافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية: التي صممها جو ولس. 1972 وتتضمن 20 عبارة تقيس بعدين لدافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية وقد قام بتعديله و اقتباسه محمد حسن علاوي. (محمد حسين علاوي، 1998)

وتم تقدير ثبات قائمة دافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية «من خلال طريقة التجزئة النصفية) Split-Half method (وذلك للتأكد من مدى استقرار هذا المقياس، بحساب معامل الثبات» لقائمة دافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية وجد أن معامل الثبات الكلي يساوي 0.82 إذ تبين للباحثين أن القائمة تتميز بدرجة ثبات عالية كون الدرجة المحسوبة لمعامل ثبات الأبعاد للقائمة وعليه فان معامل الصدق والذي يساوي 0.90، وهذا ما يستدعي إلى الثقة بثبات هذه القائمة وبالتالي تطبيقها على أفراد العينة.

الجدول رقم 4 لقائمة لدافعية الإنجاز المرتبطة بالمنافسة الرياضية:

العبرة	معامل الارتباط	العبرة	معامل الارتباط
1	0.65	11	0.64
2	0.70	12	0.45
3	0.81	13	0.63
4	0.71	14	0.53
5	0.65	15	0.69
6	0.42	16	0.59
7	0.63	17	0.63
8	0.55	18	0.83
9	0.87	19	0.91
10	0.74	20	0.76

3 - ظروف تطبيق المقياس:

وعليه تم وضع خطة على ضوء نتائج الدراسة الاستطلاعية واختيرت عينة الدراسة الأساسية وتم التطبيق المقياسين وفق ظروف بيئية ملائمة ومستوعبة للشروط العلمية، بعد ضبط البرنامج الزمني. وبعد انتهاء المفحوصين من الإجابة تم جمع الاستمارات، وتم تصحيح القائمتين) القلق كسمة - ودافعية الإنجاز (بتفريغ كل بعد وما يحتويه من عبارات ايجابية وسلبية على حدا، ثم جمع درجات اللاعبين في كل بعد بشكل منفصل) من الدرجات الخام (حسب متغيرات الدراسة.

4 - خطة المعالجة الإحصائية:

بعد الانتهاء من مرحلة جمع المعلومات والحصول على الدرجات الخام وتبويبها وتصنيفها على مستوى كل المتغيرات، تمت المعالجة الإحصائية، من أجل الوصول إلى النتائج الإحصائية واستنباط النتائج العامة وفهمها بصورة جيدة، تم تحديد خطة التحليل الإحصائية وفقا لطريقتين هما

أ - التحليل الكيفي " النوعي " ب- التحليل الكمي " الإحصائي "

أ* - التحليل الكيفي "النوعي " يتعلق بالمعطيات التي جمعها الباحثان في الإطار النظري ومقارنتها بالنتائج المحصل عليها في الميدان التطبيقي، بمعنى آخر مقارنة النتائج التي تحصل عليها الباحثان بالنتائج التي أكدت عليه الدراسات السابقة

ب* - حساب النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحراف المعياري ومعامل الثبات ومعامل الارتباط ومعامل الصدق الذاتي والارتباط البسيط والمقارنة بين متوسطين حسابيين ودلالة الفرق بين النسب المئوية والمدى

1- النسبة

$$pr = n/x * 100$$

2- المتوسط الحسابي

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

3- التباين و الانحراف المعياري

$$s^2 = \frac{\sum(x-\bar{x})^2}{n}$$

$$\sqrt{s^2} = \sigma$$

4- معامل بيرسون للارتباط

$$r_p = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n \sum x^2 - (\sum x)^2)(n \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

5- اختبار "ت"

عبارة عن مجموعتين من الدرجات لكنهما ناتجتان عن مجموعة واحدة من الأفراد لكل فرد درجتين على

الأقل مثل:

- إجراء قياس قبلي وقياس بعدي لمتغير ما لدى عينة واحدة من الأفراد.
- أو تطبيق اختبارين على مجموعة واحدة أو تطبيق اختبار واحد مرتين على العينة.

اختبار "ت" لعينتين غير مرتبطتين مستقلتين $n \neq 1$

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}}$$

حيث :

1م = المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى .

2م = المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية .

1ع² = تباين المجموعة الأولى .

2ع² = تباين المجموعة الثانية .

1ن = عدد أفراد المجموعة الأولى .

2ن = عدد أفراد المجموعة الثانية .



الفصل الثاني

عرض وتحليل نتائج

الدراسة النهائية

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

*- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

*- عرض نتائج مقياس القلق كسمة وتحليلها ومناقشتها.

*- عرض النتائج:

*- الجدول 5 جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لمقياسي القلق

كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي المميزة للاعبين كرة اليد الذكور ن= 8 والإناث ن= 6

جدول 05: معاملات ثبات إعادة التطبيق للمقياسي القلق كسمة والدافعية للإنجاز الرياضي

معامل الارتباط	الدالة	قيمة "ت"					
**0.81	-	2.16	2.20	ع 1 σ 1	12.70	م 1	القلق
			2.25	ع 2 σ ²	12.16	م 2	كسمة
**0.89	-	1.420	4.04	ع 1 σ 1	20.66	م 1	دافعية
			4.60	ع 1 σ ²	20.82	م 2	الإنجاز

الاستنتاج الأول: يظهر من جدول 5 ان معاملات الارتباط بين اختبار المقياسين مرتفعة، مما يعني ان

المقياسيين يتمتعان بمستوى ثبات جيدة ومن ثم يحققان احد الشروط الأساسية في الاعتماد عليهما كأداتي

قياس ثابتتين فيما يتعلق بهذه العينة. بحيث يوجد ارتباط قوي بين المقياسين وهو يقترب من 1 الصحيح

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

تجانس البيانات "

اختبار تجانس التباين والتوزيع الطبيعي للبيانات.:

ليبيان تجانس التباين Homogeneity of variances فيما يتعلق بالتجانس تم اختبار التباين لكلا المقياسيين بتطبيق اختبار ليفين leven-test . حيث ظهرت النتيجة المعروضة في الجدول

جدول رقم 6: تجانس التباين

المقياسين	اختبار ليفين	الدلالة
القلق كحالة	2.1	0.22
دافعية الإنجاز	3.70	0.59

يتضح من الجدول: 6 ان مستوي التجانس القائم على المتوسط بالنسبة لمقياس القلق كسمة قد بلغ 0.22 وهو غير دال وهذا يعني ان البيانات متجانسة. اما بالنسبة لمقياس دافعية الإنجاز فقد بلغ مستوى الدلالة القائم على المتوسط ب 3.70 وهو غير دال مما يعني وجود تجانس في التباين أيضا

وقد تم حساب التوزيع الطبيعي للبيانات واستخراج معامل الالتواء skewnes . حيث بلغ بالنسبة لمقياس القلق كسمة -0.41

وللدافعية للإنجاز ب0.75 وبما ان هاتين القيمتين تقعان ضمن المدى -2. و2 فانه يمكن القول يتجانس البيانات المتوافرة.

ومن ثم يمكن اجراء تحليلات المعلمية على البيانات.

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

الفرضية الأساسية

*1- * توجد علاقة بين القلق كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي لدى رياضيي كرة اليد لطلبة التعليم

المتوسط لدى لاعبي كرة اليد

جدول رقم 8: يبين المقارنة بين القلق كسمة ودافعية الإنجاز للنجاح مع المتوسط الفرضي للاختبارين.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
القلق كسمة	26.51	23	3.38	13	3.75	فروق دالة
ودافعية الإنجاز الرياضي	24.74	23	4.15	13	4.40	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 13 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للاختبارين في بعديه القلق كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي لنفس الاختبار. والتحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى الدلالة 0.05 ودرجات حرية 13 قد أسفرت نتائجه كذلك عن وجود علاقة دالة بين المتوسط الحسابي للاختبارين القلق كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي الذي يزيد عن المتوسط الفرضي 23.

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

فنستنتج من ذلك أن القلق كسمة له علاقة بالدافعية للإنجاز الرياضي سواء في الظروف العادية أو المنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الأساسية حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 3.75 اما قيمة ت الجدولية فقد بلغت عند درجة حرية ن-2 "12" وعند مستوى الدلالة 0.05 ب 2.179 اذن قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية فذلك يعنى أن (ت) دالة إحصائياً وذلك يعنى أن العلاقة بين المتوسطات علاقة حقيقية وجوهرية ولها معنى وليست علاقة ظاهرية

الفرضية الفرعية الأولى:

2 - يوجد فروق بين الجنسين في ظهور القلق كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي. لدى رياضيي كرة اليد لطلبة التعليم المتوسط ودافعية الإنجاز بين لاعبي كرة اليد.

لإيجاد الفروق بين الجنسين: أجريت المقارنة بين المتوسطات الذكور والاناث في الدرجة الكلية للمقياسين بهدف معرفة إذا ما كانت هناك فروق ذات دلالة بين الجنسين في كل من مقياس القلق كسمة ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي، ويقدم الجدول (7) عرضاً للنتيجة

جدول رقم 7: الفرق بين الجنسين ودلالاته.

الدلالة	"ت"	الذكور "6"		الإناث "8"		الجنس
		ع	م	ع	م	
*0.05	3.50	4.20	19.3	3.78	14.23	القلق كسمة
*0.05	2.86	2.1	11.3	2.16	08.32	دافعية الانجاز

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

وبلاحظ من الجدول (7) ان متوسط القلق كسمة عند الذكور أكبر مما هو عليه عند الاناث فمتوسط القلق عند الذكور بلغ 19.3 اما عن الاناث فبلغ 14.23، والفرق الدال بينهما واضح. كما ان مستويات القلق اعلى عند الذكور من الاناث حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 3.50 اما قيمة ت الجدولية فقد بلغت عند درجة حرية ن-2 "12" وعند مستوى الدلالة 0.05 ب 2.179 اذن قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية فذلك يعنى أن (ت) دالة إحصائيا وذلك يعنى أن الفروق بين المتوسطات فروق حقيقية وجوهرية ولها معنى وليست فروقا ظاهرية.

أما بالنسبة لدافعية الإنجاز الرياضي فأن متوسط الفروق عند الذكور أكبر مما هو عليه عند الاناث فمتوسط لدافعية الإنجاز الرياضي عند الذكور بلغ 11.3 اما عن الاناث فبلغ 8.32، والفرق الدال بينهما واضح. كما ان مستويات القلق اعلى عند الذكور من الاناث حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 2.86 اما قيمة ت الجدولية فقد بلغت عند درجة حرية ن-2 "12" وعند مستوى الدلالة 0.05 ب 2.179 اذن قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية فذلك يعنى أن (ت) دالة إحصائيا وذلك يعنى أن الفروق بين المتوسطات فروق حقيقية وجوهرية ولها معنى وليست فروقا ظاهرية.

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

جدول رقم (8): يبين المقارنة بين اختبار دافعية الانجاز الرياضي وبعدي دافعية النجاح الرياضي ودافعية الفشل الرياضي والمتوسط الفرضي للاختبارين معا.

المتغيرات	1م	2	1ع	درجات الحرية	النسبة"ت"	الدلالة الإحصائية
دافعية النجاح الرياضي	28.21	18	5.21	13	3.5	فروق دالة
ودافعية الفشل الرياضي	14.74	18	2.52	13	2.9	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات

حرية 13 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لدافعية النجاح الرياضي الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

فالسطر الأول من الجدول دافعية النجاح الرياضي حيث أن متوسطه الحسابي 28.21 مقارنة بالمتوسط الفرضي 18 يدل التحليل الإحصائي المتمثل في النسبة التائية على وجود فروق دالة بينهما عند مستوى الدلالة مستوى 0.05 ودرجات حرية 13.

أما السطر الثاني من الجدول فيبين المقارنة بين دافعية الفشل الرياضي حيث أن متوسطه الحسابي 14.74 مقارنة بالمتوسط الفرضي 18 يدل التحليل الإحصائي المتمثل في النسبة التائية على وجود فروق دالة بينهما في مستوى 0.05 ودرجات حرية 13.

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

فنستنتج من ذلك ورغم الفارق الكبير بينهما الا أن ظهور دافعية الفشل الرياضي لدى اللاعبين يؤثر على مستوى دافعية الإنجاز في المنافسات الرياضية. بالنسبة لدافعية النجاح الرياضي حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 3.5 وقيمة ت الجدولية فقد بلغت عند درجة حرية ن-1 "12" وعند مستوى الدلالة 0.05 ب 2.179 اذن قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية فذلك يعنى أن (ت) دالة إحصائياً وذلك يعنى أن الفروق بين المتوسطات فروق حقيقية وجوهرية ولها معنى وليست فروقا ظاهرية

ب. الفرضية الفرعية الثانية:

اللاعبون الذين يتمتعون بدافعية النجاح الرياضي يتوجهون الى التحكم في انفعالاتهم ولايظهر عليهم القلق كسمة.

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

جدول رقم (9): يبين المقارنة بين متوسط القلق كسمة مع المتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة"ت"	الدالة الإحصائية
دافعية النجاح الرياضي	28.21	18	3.52	13	5.20	فروق دالة
القلق كسمة	10.31	18	2.9	13	2.33	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 05.0 درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لأبعاد مقياس التوجه نحو المهمة ونحو الذات الذي يزيد عن المتوسط الفرضي 18.

فيظهر أن متوسط بعد دافعية النجاح الرياضي 28.21 يفوق المتوسط الفرضي 18 وبمقارنة النسبة التائية المحسوبة 09.17 مع النسبة التائية الجدولية فإن الفروق دالة بينهما في نفس المستوى المذكور أعلاه.

وكذلك أن متوسط بعد القلق كسمة 10.31 أقل من المتوسط الفرضي 18 لكن النسبة التائية تؤكد وجود فروق دالة بينهما.

الفصل الثاني..... عرض وتحليل نتائج الدراسة النهائية

اللاعبون الذين يتمتعون بدافعية النجاح الرياضي يتوجهون الى التحكم في انفعالاتهم ولا يظهر عليهم القلق كسمة فكلما زادت دافعية النجاح الرياضي قل ظهور القلق كسمة لدى اللاعبين فنستنتج من ذلك وهو المطلوب في المنافسات الرياضية وأخيرا هو ما تؤكدوه الفرضية الفرعية الثانية.

فنستنتج من ذلك ورغم الفارق الكبير بينهما الا أن ظهور دافعية النجاح الرياضي لدى اللاعبين يؤثر في عدم القلق كسمة في المنافسات الرياضية. لدى اللاعبين حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 5.20 وقيمة ت الجدولية فقد بلغت عند درجة حرية ن-1 "12" وعند مستوى الدلالة 0.05 ب 2.179 اذن قيمة ت المحسوبة أكبر من قيمة ت الجدولية فذلك يعنى أن (ت) دالة إحصائيا وذلك يعنى أن التأثير بين المتوسطات حقيقي وجوهري وله معنى وتأثير ظاهر ظاهرية



مناقشة الفرضيات

والتوصيات

مناقشة الفرضيات:

- لدافعية النجاح الرياضي تأثير في إنعدام القلق كسمة.
- انطلاقا من النتائج المتحصل عليها من الدراسة يحقق مقياس القلق كسمة ودافعية الإنجاز الرياضي الخصائص السيكومترية لتطبيق المقياسي على لاعبي كرة اليد، مما يتطلب دراسة الجوانب النفسية للتلاميذ.

التوصيات

نوصي بالاهتمام أكثر بالرياضيين كرة اليد عامة وطلبة التعليم المتوسط خاصة من طرف إدارات الرياضة بمختلف مستوياتهم في المسؤولية لأن ذلك يعتبر حافزا لهم.

إن توفير الإمكانيات لا يقتصر على الإمكانيات المعنوية ما لم يصاحبه توفير للإمكانيات المادية بمختلف أنواعها وخصوصا للرياضيين المتمدرسين.

حاجة هؤلاء الرياضيين كبيرة فيما يخص التحضير النفسي الذي أصبح أساس الرياضة الحديثة. العمل على وضع بروتوكولات أو برامج خاصة يمكن على أساسها تدخل المختص النفسي في مختلف النشاطات الرياضية وخصوصا لرياضيي النخبة.

العمل على نشر الثقافة النفسية في الأوساط الرياضية بين المربين والمدربين وإدارات التسيير والمناصرين ولفت نظرهم لأهمية الجوانب النفسية وكيفية التحكم في بعض الجوانب الانفعالية.

العمل على توفير الأجواء الموضوعية الملائمة لممارسة الرياضة وانتقاء وتوجيه اللاعبين خاصة أصحاب المستويات العالية.

..... مناقشة الفرضيات والتوصيات

اقتصر هذا العمل على بعض المحددات النفسية والتي تمثلت في القلق كسمة الإنجاز الرياضي،

وهذا ما يجعلنا نأمل في توسيع دراستنا على محددات نفسية أخرى في أعمال مستقبلية بإنشاء الله.

تكثيف الدراسات في المجال التربوي والمدرسي.

خاتمة

خاتمة:

في خاتمة هذه الدراسة والتي شملت جوانب عديدة تهتم كل من له علاقة بهذا الموضوع، إلا أن هذا الموضوع يبقى بحاجة ماسة إلى دراسات معمقة وتحليلية أكثر، خاصة من ذوي الاختصاص، خصوصا من خلال الإقبال والاهتمام الجماهيري الكبير الذي تعرفه كرة اليد عالميا ورغبة في تحسينها في الجزائر، هذا مادفعنا إلى طرح تساؤلات حول ماهي الأسباب والدوافع التي أدت إلى ضعف وتدهور نتائج الكرة الجزائرية؟ وهذا ما جعلنا نقترح دراسة تتضمن إحدى هذه الدوافع والأسباب المؤدية إلى النتائج السلبية، والمتمثل في القلق والذي ركزنا فيه على لاعبي كرة اليد.

ومن خلال النتائج المتوصل إليها نستنتج ان للقلق أثر كبير على الأداء العام داخل الفريق خصوصا على اللاعبين وهذا ليس معناه أنه هو العامل الوحيد الذي يؤثر على مردوديتهم، وإنما هناك أسباب أخرى منها سوء التسيير داخل الفريق، فمن خلال ما تقدم تحليله ومناقشته انطلاقا من الاستبيان الذي وزعناه على عينة مجتمع البحث توصلنا إلى أن الفرضيات التي تم اقتراحها قد تحققت بنسبة معتبرة. وفي الأخير نرجو أن نكون قد أفدنا بهذه الدراسة المتواضعة ولو بجزء بسيط من الحلول لظاهرة القلق.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- 1) إبراهيم رحومة زايد. (1988). كرة اليد . الجماهيرية العربية الليبية الشعبية.
- 2) ابن منظور. (لسان العرب). بيروت: لبنان.
- 3) أحمد بلقيس، توفيق مرعى. (1996). الميسر في علم النفس التربوي . عمان: دار الفرقان للنشر والتوزيع.
- 4) أحمد عزت راجح. (1979). "أصول علم النفس". القاهرة، جمهورية مصر : دار المعارف.
- 5) اخلاص محمد عبد الحفيظ وآخرون. (2002). علم النفس الرياضي (مبادئ . تطبيقات). القاهرة: دار العالمية للنشر.
- 6) أسامة كامل داين. (1997). علم النفس الرياضي (مفاهيم وتطبيقات) (المجلد 1). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- 7) أسامة كامل راتب. (بلا تاريخ). الإعداد النفسي لتدريب الناشئين. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 8) أسامة كامل راتب. (1990). دوافع التفوق في النشاط الرياضي. القاهرة، جمهورية مصر العربية: دار الفكر العربي.
- 9) اسامة كامل راتب. (1997). قلق المنافسة -ضغوط التدريب -الاحترق الرياضي. القاهرة : دار الفكر العربي.
- 10) أسامة كامل راتب. (2000). علم النفس الرياضي(مفاهيم وتطبيقات) (المجلد 3). القاهرة: دار الفكر العربي.
- 11) بسام سعد. (1999). الموسوعة الثقافية العامة . بيروت: دار الجيل.
- 12) حسن أحمد الشافعين . (1998). تاريخ الألعاب والمنافسات الرياضية الفردية والجماعية . الإسكندرية: منشأة المعارف .
- 13) خالدة ابراهيم. (1984). الحد والتقليل من عامل القلق على الانجاز لاعبي المستويات العليا في كرة السلة . ماجستير كلية التربية البدنية. جامعة بغداد.
- 14) د. احمد عكاشة. (2018). الطب النفسي المعاصر. جمهورية مصر العربية: مكتبة الأنجلو المصرية.

..... قائمة المراجع

- 15) سعد جلال. (1985). مدخل في علم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 16) سعد محسن إبراهيم كمال عارف طاهر . (1989). كرة اليد. جامعة بغداد: دار الكتاب للطباعة والنشر .
- 17) صالح محمد علي أبو مادو. (2005). علم النفس التربوي . عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- 18) عادل مصطفى. (2000). العلاج المعرفي و الاضطرابات الانفعالية. جمهورية مصر العربية: دار الفكر العربي القاهرة.
- 19) عبد الحلیم السيد، و معتز عبد الله وآخرون. (1990). علم النفس العام. القاهرة: مكتبة غريب.
- 20) عبد الحميد نشوان. (1996). علم النفس التربوي . دار الفرقان للنشر والتوزيع.
- 21) عبد العزيز عبد المجيد محمد. (2009). سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر .
- 22) عبد اللطيف خليفة. (2000). الدافعية للإنجاز. القاهرة : دار عربي للطباعة والنشر.
- 23) عبد اللطيف محمد خليفة. (1985). الدافعية للإنجاز. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- 24) عبد اللطيف محمد خليفة. (2000). الدافعية للإنجاز . القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- 25) علي مروش. (2004). قاموس الرياضة (عربي . فرنسي). الجزائر (بوزريعة): دار هومة للطباعة والنشر والتوزيع.
- 26) كمال درويش، امين خولي. (1990). اصول الترويح و اوقات الفراغ. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 27) م محمد حسين علاوى. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين (الإصدار ظ1). القاهرة، الجمهورية العربية المصرية: مركز الكتاب للنشر .
- 28) مجلة الوحدة الرياضية. (بلا تاريخ). العدد 59 . 18 مارس . 1992 .
- 29) محمد حاسم محمد. (2004). علم النفس التربوي وتطبيقاته . مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- 30) محمد حسن أبو عيبة. (1996). علم النفس الرياضي. مصر: دار المعارف.

قائمة المراجع

- (31) محمد حسن العلاوي. (2000). القياس التقويم في علم النفس الرياضي ، . دار الفكر العربي.
- (32) محمد حسن علاوي. (2004). مدخل في علم النفس الرياضي. القاهرة : دار الكتاب للنشر .
- (33) محمد عوض الترتوري. (2005). علم نفس الجمال. عمان :، الاردن: دار الشروق.
- (34) محمد مصطفى زيدان، و نبيل السمالوطي. (1985). علم النفس التربوي. جدة المملكة العربية السعودية: دار الشروق.
- (35) مروان عبد المجيد إبراهيم. (1999). لإختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية . عمان, [الاردن] : دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع .
- (36) مروان عبد المجيد إبراهيم إياد عبد الكريم العزاوي . (2005). علم النفس الرياضي . عمان.
- (37) مقراني جمال . (2002). ماجستير: تنمية بعض القدرات البدنية والمهارات، براعم كرة اليد من 10 . 12 .
- (38) منى المختار المرسي. (2000). بناء مقياس الانجاز لدى الناشئين الرياضيين (دراسة تحليلية مقارنة) رسالة دكتوراه غير منشورة. جامعة حلوان القاهرة : الرياض للبيئات.

قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

- 1) CLAND bayse formation des joueurs ed vigot. (1985). pris.
- 2) JEAN CLOUDE LE BEUF LEVAL SPOURTIF .. PARIS.
- 3) Nobert silamy dictionnaire de psyco . (1980). medicale 2eme edi bordas . paris .

قائمة الملاحق

مقياس قلق السمة:

- 1- أشعر بأني أدخل السرور على الآخرين.
- 2- أنعي سرعة
- 3- أتعد بالميل إلى البكاء.
- 4- أتمنى لو كنت سعيد مثلنا يبدو الآخرين.
- 5- أفقد السيطرة على الأشياء لأنني لا أستطيع اتخاذ قواي سرعة كافية
- 6- أشعر بالراحة
- 7- أنا عصادي الاعصاب
- 8- أشعر بأن المصائب تتراكم لدرجة أنني لا أستطيع الغلب عليها
- 9- أشعر أنني أقلق بشدة على أمور لا تستحق ذلك
- 10- أنا سعيد
- 11- أميل غلى تصعد الأمور
- 12- ينقصني الشعور بالثقة في النفس
- 13- أشعر بالأمان
- 14- أحاول تجنب مواجهة الأزمات والصعوبات
- 15- أشعر بالحزن
- 16- أشعر بالرضا
- 17- تجول بذهني بعض الافكار التافهة وتضايقني
- 18- تؤثر فيا خيبة الأمل بشدة لدرجة لا أستطيع أن ابعدها عن ذهني
- 19- أنا شخص مستقر
- 20- أصبح في حالة من التوتر والاضطرابات

قائمة الملاحق

العبارة	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جدا
1/ أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في منافسة.					
2/ يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات اضافية لتحسين مستواه					
3/ عندما ارتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ					
4/ الامتياز في الرياضة لا يعتبر من اهدافي الاساسية					
5/ أحسن غالبا بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة					
6/ استمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الاخرين أنها مهمة صعبة					
7/ أخشى الهزيمة في المنافسة					
8/ الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد					
9/ في بعض الاحيان عندما أنهزم في منافسة فإن ذلك يضايقني لعدة أيام.					
10/ لدى استعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي أنجح في رياضتي					
11/ لا احد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المنافسة					
12/ الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا					
13/ اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية					

قائمة الملاحق

					14/ أفضل أن استريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية
					15/ عندما ارتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة
					16/ لدى رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضتي
					17/ قبل اشتراكي في المنافسة لا انشغل في التفكير عما يمكن أن يحدث في المنافسة أو عن نتائجها
					18/ أحاول بكل جهدي أن اكون أفضل لاعب.
					19/ أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة
					20/ هدفي هو أن أكون مميزا في رياضتي.