

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة وعلاقتها بمستوى الانجاز

م.م سعد بهنام جرجيس<sup>٣</sup>

م.فراس محمود علي<sup>٢</sup>

م.علي حسين محمد<sup>١</sup>

(الاستلام ١٤ حزيران ٢٠١٠ ..... القبول ٢٦ تموز ٢٠١٠)

### الملخص

هدف البحث إلى :

- تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة .
  - التعرف على العلاقة بين الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز لدى عينة البحث .
  - وضع مستويات معيارية لعينة البحث في مقياس الطلاقة النفسية .
- واشتمل مجتمع البحث على لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة المشاركات في بطولة (أندية العراق المفتوحة للسيدات ، ٢٠٠٩) ، والمقامة في محافظة دهوك للفترة من (١٠ - ١٦ / ١٠ / ٢٠٠٩) ، اذ بلغ عددهن (٢٠٠) لاعبة موزعين على (١٤) ناديا رياضيا مشاركا ، وهم أندية (الفتاة ، قرقوش ، القوش ، بغداد ، فتاة بغداد ، اوهان ، الارمني ، الحسينية ، اكاة ، لالا ، كاره ، عمادية ، ابراشي ، كويه) ، وموزعين على محافظات العراق ، أما عينة البحث فقد بلغ عددها (١٤٠) لاعبة موزعه على الأندية الرياضية المشاركة المذكورة انفاً ، ويواقع (١٠) لاعبات لكل نادي ، اذ تم اختيارهن بطريقة عشوائية من اللعابات المسجلات في كشوف اللعابات الرسمية والمعتمدة في البطولة ، واستخدم الباحثون مقياس الطلاقة النفسية المعد من قبل (إبراهيم ، ٢٠٠٥) كأداة لجمع البيانات ، وتم إجراء المعاملات العلمية للمقياس (الصدق الثبات والموضوعية) ، واقتصرت الوسائل الإحصائية على : (المتوسط الحسابي ، والمنوال ، معادلة معامل الالتواء لـ(كارل بيرسون) ، معامل الارتباط البسيط ، الانحراف المعياري ، معامل ارتباط الرتب ، اختبار(ت) ، معادلة (سييرمان - براون) ، المتوسط الفرضي ، والنسبة المئوية) .
- وقد توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية :
- تميزت لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة بمستوى طلاقة نفسية أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس ، وهذا يدل على ان النتيجة ايجابية لديهن.
  - يعد توزيع لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة المشاركات في بطولة الكرة الطائرة توزيعا طبيعيا على المستويات المعيارية التي حددها الباحثين ، وهذا تأكيد على صدق النتائج .
  - وجود علاقة ارتباط معنوية ايجابية بين مستوى الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز للاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة .
  - تم وضع مستويات معيارية لعينة البحث في مقياس الطلاقة النفسية

### *Evaluating the Level of Psychological fluency Among Iraqi Female Sports Club Players in Volleyball and its Relation with the Level of Achievement*

Lecturer.Ali.h.Muhammad Lecturer. Firas.M.Ali Assist Lecturer. Sa'ad.B.

### Abstract

The Study Aimed at :

- Evaluating the level of psychological fluency among Iraqi female sports club players in volleyball.
- Expounding the relationship between the level of psychological fluency and level of accomplishment among the study sample.

<sup>١</sup> فرع الالعاب الفردية/كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل/العراق.

<sup>٢</sup> فرع الالعاب الفردية/كلية التربية الرياضية/جامعة الموصل/العراق.

<sup>٣</sup> إعدادية قره قوش للبنين/ مديرية تربية نينوى/الموصل/العراق

- Determining the levels and standard degrees for the subject sample in order to measure psychological fluency.

The descriptive method by survey and correlation styles was used for its appropriate to the nature of the study the population of the study included Iraqi female volleyball sport club players whom they participated in the competition ( Iraqi sport clubs competition for ladies 2009) that was held in Dohuk. The number of participating sport clubs were 14 clubs ( ALfatat , Qarquosh, Alqush, Baghdad, Ohan, Alarmany, Fatat Baghdad, Alhusseinia, Aka , Lala , Karah, Amadya, Abrashi, Koya ) amounting to (140) female players.

The researchers used a psychological fluency scale prepared by (Ibrahim 2005) in his thesis for a Master degree in the college of sports education in Baghdad university. It was used as a tool for collecting data.

The scientific procedures to determine the truth and validity were carried out and the data were treated using the statistic tools including (arithmetic mean pattern, simple correlation coefficient, standard deviation, correlation of ranks, t-Test, Spearman Browns formula, Hypothetical Mean , and percentage) .

The researchers reached a number of conclusions:

- The Iraqi female sport club players were characterized with a high level of psychological fluency higher than the hypothetical mean of the scale indicating a positive results .
- A significant positive correlation exists between the level of psychological fluency and the level of achievement among Iraqi female volley ball sport club players .
- Standard scores and levels have been set for Iraqi female volleyball players in the Scale of psychological fluency.

١- التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

أصبح واضحاً حديثاً أن لطلاقة النفسية دوراً وفعالية كبيرة في تحقيق الفوز للرياضيين والفرق الرياضية، ومدى تأثر نوع الفعالية الرياضية بالحالات النفسية، ويعد الأعداد النفسي من المقومات الأساسية لمكونات الألعاب الرياضية، والذي كان في أغلب الأوقات الفيصل في تحقيق النتائج الجيدة في المسابقات الرياضية .

ولما كانت مشكلة الوصول إلى البطولة الرياضية تتمثل في الأعداد المتكامل لمتطلبات النشاط الرياضي التخصصي الأمر الذي يستلزم الاهتمام بحالة اللاعب من جوانب متعددة يأتي في مقدمتها الجانب النفسي بعد الجوانب البدنية والمهارية والخططية في الأنشطة الرياضية عامة ورياضة الكرة الطائرة خاصة حتى تتحقق النتائج المرجوة، إذ أن معظم الأبطال على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي، وإن هناك عاملاً مهماً يحدد نتيجة جهودهم في أثناء المنافسات الرياضية في سبيل تحقيق الفوز وتسجيل الأرقام وهو العامل النفسي الذي يلعب دوراً مهماً ويتأسس عليه تحقيق التفوق (الديب، ٢٠٠٧، ٣)

وتعد الطلاقة النفسية الناحية الإيجابية للطاقة النفسية والتي من الممكن أن تزيد من دافعية اللاعبين في المباراة، وخاصة لاعبات كرة الطائرة التي لا يغيب عن أي متابع لها أنها لعبة تحتاج إلى نواحي نفسية كبيرة في كسب النقاط، والفوز بالمباراة، " فالطلاقة هي الجزء الإيجابي للطاقة النفسية أي هي الحالة التي يعيش فيها الرياضي أعلى درجات الثقة بالنفس لتحقيق الأهداف العالية مما يؤثر في انقياد الرياضيين الذين لديهم مستوى عالٍ من الطلاقة النفسية لممارسة الرياضة بشكل أكثر استمتاعاً، وبانفعالات إيجابية يمكن أن تساعد بشكل كبير في ظهور مستوى مميز لهم أثناء الأداء " (الخيكاني وآخرا، ٢٠٠٦، ٢) .

ومن هنا تكمن أهمية البحث بدراسة مستوى (الطلاقة النفسية) لدى لاعبات أندية العرق بالكرة الطائرة، والتي تعد من المواضيع المهمة، ووسيلة لعلاج أو تخفيف الانفعالات النفسية السلبية مثل (الخوف، الملل، القلق والتوتر) لدى الرياضي للوصول به إلى الطاقة النفسية المثلى (الطلاقة)، وتحقيق الأداء الأفضل، ولأهمية كل ذلك ارتأى الباحثون

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

القيام بهذه الدراسة من اجل تقويم مستوى الطلاقة النفسية ، والتعرف إلى علاقتها بمستوى الانجاز لدى لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة .

### ١-٢ مشكلة البحث:

يلاحظ أن تطور النواحي البدنية والمهارية والخططية من الأمور غير المعقدة أمام المدربين إلا أن النواحي النفسية تحتاج دائماً إلى تطور في التعامل مع اللاعبين ، ولاسيما لاعبات كرة الطائرة ، إذ لم تؤخذ بالحسبان من قبل اغلب المدربين في العراق على الرغم من أنها لعبة مهمة ، وتحتاج إلى نواحي نفسية كبيرة نتيجة لطريقة احتساب النقاط في أثناء اللعب ، وتحديد الفريق الفائز .

ونظرا لكون الباحثين يعملون في المجال الرياضي ، ومتابعون للكرة الطائرة لاحظوا بان اغلب المدربين المحليين يركزون على الأداء البدني والمهاري والخططي ، ولا يعيرون أهمية للجوانب النفسية ، أو تنقصهم الخبرة في هذا المجال لا سيما فيما يتعلق بموضوع الطلاقة النفسية التي تعد من المصطلحات الحديثة والمتجددة التي تتناول الطاقة النفسية المثلى للاعبين بشكل دقيق من اجل تهيئة نفسية أفضل للرياضيين لبذل الجهد والتفوق في المنافسات .  
ومن هنا تبرز مشكلة البحث في تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق بكرة الطائرة ، والتعرف على علاقتها بمستوى الانجاز .

### ١-٣ أهداف البحث:

١-٣-١ تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق بلعبة الكرة الطائرة .

١-٣-٢ التعرف على العلاقة بين الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز لدى عينة البحث .

١-٣-٣ وضع مستويات معيارية لعينة البحث في مقياس الطلاقة النفسية .

### ١-٤ فرضا البحث:

١-٤-١ تتمتع لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة بمستويات متباينة من مستويات الطلاقة النفسية .

١-٤-٢ توجد علاقة معنوية بين الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز لدى لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة .

### ١-٥ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري : لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة المشاركات في بطولة أندية العراق المفتوحة للسيدات (٢٠٠٩) ، والمقامة في محافظة دهوك .

١-٥-٢ المجال الزمني ابتداءً من ١٧ / ٩ / ٢٠٠٩ ولغاية ٣ / ٥ / ٢٠١٠ .

١-٥-٣ المجال المكاني : القاعة الرياضية في محافظة دهوك .

### ١-٦ تحديد المصطلحات:

#### ١-٥-١ الطلاقة النفسية:

- عرفها (إبراهيم) بأنها : " حالة يستطيع الشخص الرياضي أن يستمتع بها وذلك في أي مستوى من مستويات الاشتراك في الرياضة " (إبراهيم ، ٢٠٠٥ ، ٢٣) .

- عرفها (راتب) بأنها : " هي أفضل تعبئة أو تهيئة نفسية لدى الرياضي يستطيع بموجبها تحقيق أفضل أداء فضلا عن أن الطلاقة هذه تحدث دون اثر للتوتر باشكاله المختلفة سيما الناتجة عن الانفعالات السلبية مثل الخوف والقلق والملل " (راتب ، ١٩٩٥ ، ١٤٦) .

٢- الإطار النظري والدراسات المشابهة:

٢-١ الإطار النظري:

٢-١-١ الطاقة النفسية المثلى (الطلاقة النفسية):

يمكن أن يحقق الرياضي الطاقة النفسية المثلى (الطلاقة) من خلال الإجراءات الآتية :

أولا : التخلص من مصادر الطاقة النفسية السلبية :

يعد التوتر النفسي من أهم مصادر الطاقة النفسية السلبية غير المرغوب فيها ، ويحدث التوتر عادة لدى الرياضي عندما يدرك أن متطلبات الموقف (المنافسة) تزيد عن قدراته ومهاراته ، في الوقت نفسه فان هذا الموقف يمثل أهمية أو قيمة كبيرة لديه .

ويمكن للمدرب إن يساعد الرياضيين في إنقاص التوتر لديهم عندما يجعل المنافسة في حدود قدراتهم الرياضية، ومن ذلك مثلا ما يأتي :

• الاشتراك في مسابقات أو منافسات في حدود قدراتهم ومستواهم المهاري .

• تطوير قدراتهم البدنية والمهارية للرياضيين بما يمكنهم من التنافس بكفاءة وتحقيق النجاح في المسابقات التي

يشتركون فيها .

• أهمية إن يقتنع الرياضيون بان خبرة التحدي لاتعني بالضرورة تحقيق المكسب ، ولكن المهم هو تحقيق أهداف

الأداء الخاصة بهم .

ثانيا : تدعيم مصادر الطاقة النفسية الايجابية:

تعد المتعة والسعادة في إثناء ممارسة النشاط الرياضي من أهم مصادر الطاقة النفسية الايجابية ، ومن ثم يجب

إن يستخدم المدرب الأساليب والإجراءات المناسبة التي تجعل البيئة التي يمارس فيها الرياضة مشوقة ، ومحتوى البرنامج

التربوي كذلك ، فضلا عن ذلك يراعى ما يأتي :

- توفير خبرة النجاح والتحدي والإثارة .

- تدعيم قيمة الذات الرياضي .

- تجنب التأكيد باستمرار على نتائج المسابقة .

ثالثا : تركيز التفكير نحو الأداء:

تصنف أنماط التفكير التي يتميز بها الرياضي أثناء الأداء بما يأتي :

- التفكير نحو الذات : أي التفكير في أشياء ترتبط بتقييم الرياضي لقدراته الذاتية والنتائج المتوقعة وعادة فان هذا النمط

من التفكير ذو صبغة سلبية يقود إلى القلق بنوعية ( الجسمي والمعرفي ) .

- التفكير في أشياء غير مرتبطة بالأداء : أي التفكير في بعض الأشياء غير متصلة بالأداء ، وقد تكون هذه الأشياء غير واقعية .

- التفكير في أشياء مرتبطة بالأداء : أي التفكير في الأداء الراهن .

وينظر إلى النمطين الأول والثاني على أنهما ذوا تأثير سلبي على الأداء ، أما النمط الثالث فهو المرغوب فيه .

رابعا : التكيف مع بيئة وظروف المنافسة:

يجب أن يتاح للرياضي فرص التكيف مع بيئة وظروف المنافسة التي يتوقع مواجهتها حيث أن ذلك يكسب

الرياضي المزيد من الثقة ويقلل من مصادر التوتر ، ومن ثم يساعده على الوصول إلى الطاقة النفسية المثلى ، ويمكن

تحقيق ذلك عندما يتاح للرياضي التعود على ما يأتي:

- الأماكن التي سوف تجرى فيها المنافسة .

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

- الأدوات والأجهزة المستخدمة .
- الظروف المناخية التي يتوقع أن تقام فيها المنافسة .
- خصائص المنافسين من حيث مواطن القوة والضعف .
- نظام روتيني مستقر يؤديه الرياضي قبل المنافسة بعدة أيام ، أو الساعات القليلة التي تسبق المنافسة (النوم ، التغذية ، الوصول إلى مكان المنافسة) .
- التخطيط الجيد لحمل التدريب لفترة التهيئة التي تسبق المنافسة بما يسمح باستعادة الطاقة الكامنة يوم المنافسة .
- التخطيط الجيد للإحماء في ضوء مبدأ شدة الحمل المعتدلة التي تسمح للرياضي بتحقيق التهيئة العقلية والعصبية المناسبين .
- تخصيص فترة زمنية مناسبة بين نهاية عملية الإحماء ، وبداية المنافسة تسمح للرياضي بالتركيز والراحة .

### **خامسا : الاسترخاء الجسدي والذهني:**

- يعد التدريب الاسترخائي من الأساليب المفيدة التي يجب أن يتعلمها الرياضي حيث تساعده على تحقيق ما يلي :
- المعرفة الجيدة بحالته البدنية والذهنية .
- تعبئة الطاقة البدنية والنفسية .
- إنقاص الطاقة الزائدة إلى المستوى الملائم للأداء .

### **سادسا : ممارسة التصور الذهني:**

- يعد التصور الذهني جزءاً مهماً من أعداد رياضيي المستويات العالية للمنافسات ، حيث يتضمن قيام الرياضي بتصور الحركة وتسلسل المهارات والمواقف والأحداث وجميع مظاهر المنافسة من حكام وجمهور وملاعب وأجهزة .
- سابعا : تدعيم الثقة بالنفس:**

- تعني الثقة بالنفس مدى تأكد الرياضي من قدراته على تحقيق النجاح وإن أدائه سوف يكون جيداً في المنافسة ، وثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدراً إيجابياً مهماً لتحقيق الطاقة النفسية الإيجابية .
- ثامنا : الاندماج في الأداء :**

- يعد مساعدة الرياضي على الاندماج الكامل في الأداء والانفصال التام عن مصادر التششت من الأساليب المهمة التي تكفل تحقيق حالة الطاقة النفسية المثلى (الطلاقة) الناتجة عن خبرة المتعة والإثارة لممارسة الرياضة .

(راتب ، ٢٠٠٠ ، ١٤٧ - ١٥١)

### **٢-٢ الدراسات المشابهة:**

٢-٢-١ دراسة (الخيواني وآخران ، ٢٠٠٦) :

" الطلاقة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات المهارية للاعبين الكرة الطائرة في العراق "

- هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الطلاقة النفسية ومفهوم الذات المهارية للاعبين منتخبات المحافظات بالكرة الطائرة في العراق .

- تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملاءمته وطبيعة البحث ، واشتملت عينة البحث على لاعبي المنتخبات بالكرة الطائرة المشاركين في بطولة الجمهورية لعام (٢٠٠٥) ، إذ بلغت المنتخبات المشاركة (٩) منتخبات وتم اختيار (٨) لاعبين من كل منتخب بما يشكل (٧٢) لاعباً من أصل (١٠٢) لاعب مثلوا هذه المنتخبات .
- وقد استخدم الباحثون مقياس الطلاقة النفسية ، ومقياس مفهوم الذات المهارية كوسيلة لجمع البيانات ، واقتصرت الوسائل الإحصائية على : المتوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، ومعامل الارتباط البسيط ، والنسبة المئوية ، واختبار (ت) لمعنوية الارتباط .

وقد توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية :

- ظهرت علاقات ارتباط حقيقية بين جميع مجالات الطلاقة النفسية ومفهوم الذات المهارية للاعبي الكرة الطائرة
  - تميز لاعبو الكرة الطائرة بمستويات متوسط في جميع مجالات الطلاقة النفسية .
  - تميز لاعبو الكرة الطائرة بمستوى متوسط في مفهوم الذات المهارية ( الخيواني وأخران، ٢٠٠٦، ١-١١ )
- ٢-٢-٢ دراسة (محمد ، ٢٠٠٧) :

" الطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة المشتركين في أسبوع شباب الجامعات الثامن بجامعة المنوفية "

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى كل من حالة الطلاقة النفسية ودافعية الانجاز لدى لاعبي بعض الفرق المشتركة في بطولة الكرة الطائرة ، وكذلك التعرف على العلاقة الإرتباطية بين حالة الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي بعض الفرق المشتركة في بطولة الكرة الطائرة بأسبوع شباب الجامعات الثامن .

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب الأرتباطي لملاءمته وطبيعة البحث ، أشتمل مجتمع البحث على (١٩) فريقاً للكرة الطائرة، يمثلون الجامعات المصرية في أسبوع شباب الجامعات الثامن والمقام بجامعة المنوفية حيث بلغ عددهم (٢٣٥) طالباً في هذه البطولة ، أما عينة البحث فتم اختيارها بالطريقة العمدية وبواقع (٨) فرق وصلوا إلى دور الثمانية من طلاب الجامعات المصرية والمشاركين في أسبوع شباب الجامعات الثامن والمقام بجامعة المنوفية (٢٠٠٧)، وقد اختارت الباحثة (٩٦) لاعباً من كل فريق بطريقة عشوائية، وتم استبعاد (٢٤) لاعباً وبواقع (٣) من كل فريق، وتم استخدامهم في إجراء الدراسة الاستطلاعية، وبذلك تصبح عينة البحث الأساسية (٧٢) لاعباً للكرة الطائرة يمثلون نسبة (٣٠,٦٤%) من المجتمع الكلي للبحث، وقد استخدمت الباحثة مقياس الطلاقة النفسية، ومقياس دافعية الانجاز الرياضي كوسيلة لجمع البيانات ، من إجراء المعاملات العلمية للاختبارات من (صدق وثبات) ، واقتصرت الوسائل الإحصائية على : المتوسط الحسابي ، والانحراف المعياري ، ومعامل الارتباط البسيط، الوسيط، معامل الالتواء، تحليل التباين ،معادلة سيرمان -يراون وجتمان ، أقل فرق معنوي (L.S.D) .

وقد توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية :

- وجود حالة الطلاقة النفسية عالية لدى لاعبي الكرة الطائرة أصحاب المستوى العالي بمنتخبات جامعات حلوان، القاهرة، الأزهر الشريف، قناة السويس، الإسكندرية.
- وجود حالة الطلاقة النفسية منخفضة لدى لاعبي الكرة الطائرة أصحاب المستوى المنخفض بمنتخبات جامعات طنطا، التعليم العالي وأسيوط.
- وجود دافعية إنجاز عالية لدى لاعبي الكرة الطائرة أصحاب المستوى العالي بمنتخبات جامعات حلوان، القاهرة، الأزهر الشريف، قناة السويس وطنطا.
- وجود حالة دافعية إنجاز منخفضة لدى لاعبي الكرة الطائرة أصحاب المستوى المنخفض بمنتخبات جامعات الإسكندرية، التعليم العالي، وأسيوط.
- توجد علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الطلاقة النفسية وبعد دافع انجاز النجاح لدى لاعبي الكرة الطائرة بمنتخبات جامعات مصر .
- توجد علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الطلاقة النفسية وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي الكرة الطائرة بمنتخبات جامعات مصر (محمد ، ٢٠٠٧، ٢٢) .

٣- إجراءات البحث:

١-٣ منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والارتباطي لملاءمته وطبيعة البحث .

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

٢-٣ مجتمع البحث وعينته:

١-٢-٣ مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث على لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة المشاركات في بطولة (أندية العراق المفتوحة للسيدات ، ٢٠٠٩) ، والمقامة في محافظة دهوك للفترة من (١٠ - ١٦ / ١٠ / ٢٠٠٩) ، اذ بلغ عددهن (٢٠٠) لاعبة موزعين على (١٤) ناديا رياضيا مشاركا ، وهم أندية (الفتاة ، قرقوش ، القوش ، بغداد ، فتاة بغداد ، اوهان ، الارمني ، الحسينية ، اكاة ، لالا ، كاره ، عمادية ، ابراشي ، كويه) ، وموزعين على محافظات العراق.

٢-٢-٣ عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة المشاركين في بطولة (أندية العراق المفتوحة للسيدات ، ٢٠٠٩) ، اذ بلغ عددهن (١٤٠) لاعبة موزعه على الأندية الرياضية المشاركة المذكورة انفاً ، وبواقع (١٠) لاعبات لكل نادي ، اذ تم اختيارهم بطريقة عشوائية من اللاعبات المسجلات في كشوف اللاعبات الرسمية والمعتمدة في البطولة ، وكما مبين في الجدول رقم (١) .

الجدول رقم (١) تفاصيل مجتمع البحث

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين	النسبة المئوية
<b>محافظة نينوى</b>			
١.	نادي الفتاة الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
٢.	نادي قرقوش الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
٣.	نادي القوش الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
<b>محافظة بغداد</b>			
٤.	نادي بغداد الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
٥.	نادي فتاة بغداد الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
٦.	نادي الارمني (هومنتمن) الرياض	١٠	٧,١٤٣%
٧.	نادي الشهيد اوهان	١٠	٧,١٤٣%
<b>محافظة دهوك</b>			
٨.	نادي كاره الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
٩.	نادي العمادية الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
<b>محافظة اربيل</b>			
١٠.	نادي برابتي الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
١١.	نادي أكاد عينكاوه الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
١٢.	نادي نالا الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
<b>محافظة السليمانية</b>			
١٣.	نادي كويه الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
<b>محافظة كربلاء</b>			
١٤.	نادي الحسينية الرياضي	١٠	٧,١٤٣%
<b>المجموع الكلي</b>		١٤٠	١٠٠%

٣-٣ أداة البحث:

استخدم الباحثون مقياس الطلاقة النفسية المعد من قبل (إبراهيم ، ٢٠٠٥) كأداة لجمع البيانات .

٤-٣ المعاملات العلمية للمقياس:

١-٤-٣ صدق المقياس:

ويطلق عليه الصدق بحكم التعريف ، " وتتلخص طريقة إيجاده في تحديد المجالات ، أو الأبعاد التي يتكون منها المفهوم طبقاً لنظرية معينة " (الظاهر وآخرون ، ٢٠٠٢ ، ١٣٥) ، وقد تحقق هذا الصدق في أداة البحث من خلال توضيح مفهوم كل مجال من مجالات المقياس ، وكذلك تصنيف فقرات كل مجال ، إذ يشير (الحكيم) إلى إن " صدق المحتوى للاختبار يعتمد بصورة أساسية على مدى إمكانية تمثيل الاختبار لمحتويات عناصره ، وكذلك المواقف والجوانب التي يقيسها تمثيلاً صادقاً ومتجانساً وإذا معنوية عالية لتحقيق الهدف الذي وضع من أجله الاختبار " (الحكيم ، ٢٠٠٤ ، ٢٣) ، وقد توصل الباحثون إلى صدق المحتوى عبر اطلاعهم وتحديدهم وتعريفهم لمجالات المقياس ، وصياغة فقراته .

### ٣-٤-١-٢ صدق المحكمين (الخبراء):

وهو احد أنواع الصدق ، ويعني " مدى تمثيل الاختبار للمحتوى المراد قياسه " (العساف ، ١٩٩٥ ، ٤٣-٤٤) ، قام الباحثون بتعديل بعض فقرات المقياس ثم تم عرضها على شكل استبيان وجه إلى عدد من السادة ذوي الخبرة والاختصاص\* في مجال العلوم النفسية ، ومجال القياس والتقويم ، وتخصص لعبة الكرة الطائرة ، إذ طلب منهم ابداء الرأي حول مدى صلاحية مجالات وفقرات المقياس لتقويمها ، والحكم على مدى ملاءمتها للمجال الذي وضعت لأجله ، وإجراء التعديلات المناسبة من خلال (حذف أو إعادة صياغة أو إضافة بعض المجالات أو عدد من الفقرات) ، وبما يتلاءم ومجتمع البحث ، فضلاً عن ذكر صلاحية بدائل الإجابة المقترحة ، أو إضافة وتحديد بدائل للإجابة يرونها مناسبة للمقياس ، إذ يشير (عويس) إلى انه " يمكن أن نعد الاختبار صادقاً بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار ، فإذا أقر الخبراء أن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه ، يمكن للباحث الاعتماد على حكم الخبراء " (عويس ، ١٩٩٩ ، ٥٥) ، وبعد هذا الاجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقياس ، والملحق (١) يبين ذلك .

وبعد تحليل استجابات وملاحظات السادة الخبراء تم استخراج صدق الخبراء من خلال النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول صلاحية فقرات المقياس ، إذ تم قبول الفقرات التي اتفق عليها (٧٥%) فأكثر من أراء الخبراء ، إذ أن "على الباحث أن يحصل على نسبة اتفاق للخبراء في صلاحية الفقرات، وإمكانية إجراء التعديلات بنسبة لا تقل عن (٧٥%) فأكثر من تقديرات الخبراء في هذا النوع من الصدق" (بلوم وآخرون، ١٩٨٣ ، ١٢٦) ، وبهذا الاجراء حصلت

\* أسماء السادة ذوي الخبرة والاختصاص

الاسم	الاختصاص	الكلية	الجامعة
أ.د. هاشم احمد سليمان	قياس وتقويم	التربية الرياضية	الموصل
أ.د. ثيلام يونس علاوي	قياس وتقويم	التربية الرياضية	الموصل
أ.د. ناظم شاكر الوتار	علم النفس الرياضي	التربية الرياضية	الموصل
أ.د. مكي محمود الراوي	قياس وتقويم	التربية الرياضية	الموصل
أ.م.د. عبد الكريم قاسم	قياس وتقويم	التربية الرياضية	الموصل
أ.م.د. كامل عبد الحميد	قياس وتقويم	التربية	الموصل
أ.م.د. أسامة حامد محمد	قياس وتقويم	التربية	الموصل
أ.م.د. سمير يونس محمد	علم النفس التربوي	التربية	الموصل
أ.م.د. ايثار عبد الكريم	قياس وتقويم	التربية الرياضية	الموصل
أ.م.د. فاتح أبلحد فتوحي	قياس وتقويم	التربية	الموصل
أ.م.د. سبهان محمود الزهيري	قياس وتقويم	التربية الرياضية	الموصل
أ.م.د. سعد فاضل عبد القادر	قياس وتقويم	التربية الأساسية	الموصل
أ.م.د. عكلية سليمان الحوري	علم النفس الرياضي	التربية الأساسية	الموصل
أ.م.د. زهير يحيى محمد	علم النفس الرياضي	التربية الرياضية	الموصل

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

فقرات مجالات المقياس جميعها على نسبة اتفاق (١٠٠%) من آراء السادة الخبراء ، وبذلك يكون عدد فقرات مقياس الطلاقة النفسية بصورتها النهائية هي (٤٢) فقرة .

### ٣-٤-٢ ثبات المقياس:

لغرض الحصول على ثبات المقياس استخدمت طريقة التجزئة النصفية ، بأسلوب الفقرات (الفردية والزوجية) ، ثم قسمت إلى نصفين ، النصف الأول يمثل الفقرات ذات التسلسلات الفردية ، والنصف الثاني يمثل الفقرات ذات التسلسلات الزوجية ، بحيث أصبح لكل فرد درجتان (فردية وزوجية) ، وتم استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات نصفي المقياس ، فظهرت قيمة (ر) المحسوبة تساوي (٠,٧٥) ، " ان الارتباط بين درجات كل من نصفي الاختبار يعتبر بمثابة الاتساق الداخلي لنصف الاختبار فقط وليس للاختبار ككل " (ابو حطب ، ١٩٩٣ ، ١١٦) ، ولكي نحصل على تقدير غير متحيز لثبات الاختبار بكامله تم استخدام معادلة (سبيرمان- براون) ، اذ بلغت قيمة معامل الثبات الكلي (٠,٨٧) ، وهو دال إحصائيا مما يدل على ثبات المقياس.

### ٣-٤-٣ موضوعية المقياس:

إن موضوعية المقياس " ترجع في الأصل إلى مدى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار ، وحساب الدرجات ، او النتائج الخاصة به " (علاوي ورضوان ، ٢٠٠٨ ، ٢٩٩) ، والمقاييس والاختبارات الموضوعية أفضل من تلك الاختبارات التي يلعب فيها رأي المفحوص او من تجري عليه هذه الاختبارات دورا في النتائج ، ولا يعني ذلك إن الاختبارات التي تعتمد على التقدير الذاتي اقل أهمية ، ولكن تكون في بعض الأحيان أكثر مرونة ، وتناسب على نحو أفضل في بعض الأهداف الخاصة ، والموضوعية أمر مرغوب فيه إذا أمكن الحصول عليها دون أن تؤثر على الهدف من الاختبار ، وهي عدم اختلاف المقدرين في الحكم على شئ ما او على موضوع معين (باهي ، ١٩٩٩ ، ٦٤).

### ٣-٥ التجربة الاستطلاعية للمقياس:

بعد إجراء المعاملات العلمية للمقياس ، والتأكد من صلاحية فقرات المقياس وملائمتها لعينة البحث ، تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (١٠) لاعبات منهم (٥) لاعبات من نادي الفتاة الرياضي في محافظة نينوى ، و(٥) لاعبات من نادي كاره الرياضي في محافظة دهوك ، للفترة من (٥ - ٦ / ١٠ / ٢٠٠٩) ، ثم تم استبعادهم من التجربة الرئيسية ، وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

- مدى وضوح الفقرات ودرجة استجابتهم لها .
- التأكد من مدى وضوح تعليمات المقياس .
- تشخيص المعوقات والسلبيات التي قد تصادف الباحثون .

### ٣-٦ وصف المقياس وتصحيحه:

مقياس الطلاقة النفسية للاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة ، الملحق (٢) ، تالف المقياس من (٤٢) فقرة ، منها (٢٦) فقرة ايجابية ، و(١٦) فقرة سلبية ، موزعة على (٤) مجالات ، مجال الاستمتاع (١٧) فقرة ، ومجال الابتعاد عن الفلق (١١) فقرة ، ومجال التركيز في الأداء (٩) فقرة ، ومجال الثقة العالية (٥) فقرة ، وتتم الإجابة على فقرات المقياس من خلال ثلاثة بدائل تعطى لها الأوزان (أوافق بدرجة كبيرة ، ثلاثة) ، و(أوافق بدرجة متوسطة، اثنان) ، و(أوافق بدرجة قليلة ، درجة واحدة) للفقرة الايجابية ، والعكس بالنسبة للفقرة السلبية ، وتكون الدرجة الكلية العليا للمقياس هي (١٢٦) درجة ، أما الدرجة الكلية الدنيا للمقياس فهي (٤٢) درجة ، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٨٤) درجة .

### ٣-٧ التطبيق النهائي للمقياس:

تم تطبيق مقياس الطلاقة النفسية على عينة البحث البالغة (١٤٠) لاعبة خلال بطولة أندية العراق بالكرة الطائرة المقامة للفترة من (١٠ - ١٦ / ١٠ / ٢٠٠٩) ، وتم شرح طريقة الإجابة على المقياس ، وذلك بوضع علامة ( )

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

أمام كل فقرة وتحت البديل الذي تراه مناسباً ، وتم التأكيد عليهم للإجابة عن جميع فقرات المقياس بكل دقة وأمانة ، علماً أن الإجابة تكون على كراسة المقياس نفسها ، ثم تم جمع استمارات المقياس ، وتم تصحيحها ، وبهذا تكون درجة اللاعبة على المقياس هي مجموع درجاتها على فقرات المقياس جميعاً .

### ٣-٨ الوسائل الإحصائية:

- المتوسط الحسابي
- المنوال
- الانحراف المعياري
- معادلة معامل الالتواء لـ(كارل بيرسون)
- الدرجة المعيارية
- معامل الارتباط البسيط لـ(بيرسون)
- معامل ارتباط الرتب
- اختبار(ت) (التكرتي والعبيدي ، ١٩٩٩ ، ١٠١ - ٢٧٢) .
- معادلة (سييرمان - براون) (رضوان ، ٢٠٠٦ ، ١١٢) .
- النسبة المئوية (عمر وآخران ، ٢٠٠١ ، ٨٨-٩٠) .
- المتوسط الفرضي (علاوي ، ١٩٩٨ ، ١٤٦) .
- درجة ( 6 - سكما ) ( Kirkendall and Others , 1986 , 31 ) .

### ٤- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

#### ٤-١ الوصف الإحصائي لمقياس الطلاقة النفسية بالكرة الطائرة لدى عينة البحث:

بعد أن تأكد الباحثون من صلاحية مقياس الطلاقة النفسية الذي تم تطبيقه على لاعبات أندية العراق بلعبة الكرة الطائرة ، تم التأكد من ملائمة المقياس لعينة البحث عن طريق معادلة معامل الالتواء لـ(كارل بيرسون) ، والجدول (٢) يبين ذلك .

الجدول رقم (٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمنوال ومعامل الالتواء لاجابات عينة البحث في مقياس الطلاقة النفسية بالكرة الطائرة

النتيجة	معامل الالتواء	المنوال	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	المعالم الإحصائية المقياس
طبيعي*	٠,٣٠	٩٠	١٠,٤	٩٣,١٢	١٤٠	الطلاقة النفسية

\* يعد الالتواء طبيعياً ، والاختبارات ملائمة للعينة إذا وقع معامل الالتواء بين (١+) .

(الاطرقي ، ١٩٨٠ ، ٢٠٤-٢٠٦) (احمد وآخران ، ٢٠٠٧ ، ٢٩٩) .

#### ٤-٢ عرض نتائج تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى عينة البحث ومناقشتها:

لأجل التعرف الى مستوى الطلاقة النفسية لدى عينة البحث ، قام الباحثون بإيجاد المتوسط الفرضي للمقياس ، ومقارنته بالمتوسط الحسابي لديهم ، وسوف تصنف الطلاقة النفسية الى طلاقة ايجابية ، وطلاقة سلبية ، على اساس ان متوسط العينة الذي يفوق المتوسط الفرضي للمقياس بصورة معنوية هي طلاقة نفسية ايجابية ، فيما تمثل القيمة غير المعنوية طلاقة نفسية ضمن حدود المتوسط الفرضي ، اما القيم الادنى من المتوسط الفرضي فتمثل طلاقة نفسية سلبية ، والجدول رقم (٣) يبين ذلك .

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

الجدول رقم (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي وقيمة (ت) المحتسبة لعينة البحث في مقياس الطلاقة النفسية

المعالم الإحصائية	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحتسبة
الطلاقة النفسية	١٤٠	٨٤	٩٣,١٢	١٠,٤	*١٠,٣٨

\* معنوي عند مستوى معنوية  $\alpha = (0,05)$  ، وأمام درجة حرية (١٣٨) ، قيمة (ت) الجدولية = (١,٦٤٥)

(الراوي ، ٢٠٠٠ ، ٤٥٦)

يتبين من الجدول رقم (٣) : ان قيمة المتوسط الحسابي لاجابات عينة البحث على مقياس الطلاقة النفسية قد بلغت (٩٣,١٢) درجة ، وبانحراف معياري قدره  $(\pm 10,4)$  درجة ، وعند اختبار معنوية الفروق بين متوسط درجات العينة ، والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (٨٤\*) درجة ، وباستخدام الاختبار (التائي) لعينة واحدة بلغت قيمة (ت) المحتسبة على التوالي (١٠,٣٨) درجة ، عند مستوى معنوية  $\geq (0,05)$  ، وهي قيمة اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (١,٦٤٥) درجة ، مما يدل على ان الفرق معنوي ، ولمصلحة متوسط عينة البحث .

اظهرت النتائج ان لاعبات العراق بلعبة الكرة الطائرة بصورة عامة يتمتعن بمستوى طلاقة نفسية اعلى من المتوسط الفرضي للمقياس ، وهذا يدل على ان النتيجة ايجابية لحد ما .

٣-٤ عرض نتائج التعرف الى العلاقة بين مستوى الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز لدى لاعبات أندية العراق بلعبة الكرة الطائرة ومناقشتها:

نتيجة لتطبيق مقياس الطلاقة النفسية على لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة ، تم إيجاد المتوسط الحسابي لكل فريق رياضي على حدا ، أي لـ (١٤) فريق ، والبالغ عددهن (١٤٠) لاعبة ، ثم تم تحويل المتوسط الحسابي لكل فريق إلى نظام الرتب ، وتم تحديد مستوى الانجاز للفريق الرياضية ، وذلك من خلال الاعتماد على النتيجة الرسمية النهائية للبطولة لكل فريق ونظام الرتب ، وذلك من تسلسل الفريق الفائز الأول (فريق بغداد الرياضي) إلى الفريق (١٤) الأخير (فريق فتاة الموصل الرياضي) ، وعليه تم إيجاد العلاقة بين رتب المتوسطات الحسابية ، ورتب مستوى الانجاز لكل فريق ، ولمعرفة العلاقة بين المتغيرين تم استخدام معامل ارتباط الرتب لتحقيق ذلك ، والجدول (٤ و ٥) يبينان ذلك .

الجدول رقم (٤) المتوسط الحسابي ورتب مستوى الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز لفريق الكرة الطائرة

ت	اسم الفريق	عدد اللاعبين	مستوى الطلاقة		مستوى الانجاز
			س	الرتب	
					الرتب

\* المتوسط الفرضي للمقياس :

= مجموع اوزان البدائل × عدد الفقرات ÷ عدد البدائل (علاوي ، ١٩٩٨ ، ١٤٦) .

وبما ان مقياس الطلاقة النفسية يتكون من (٤٢) فقرة ، وتكون الإجابة عليه على وفق مقياس ثلاثي التدرج (٣ ، ٢ ، ١) ، اذن المتوسط الفرضي للمقياس =

$3 + 2 + 1 \times 42 \div 3 = 84$  درجة .

اذ ان هناك العديد من الدراسات والبحوث في مجالات متعددة اعتمدت على المتوسط الفرضي للتقويم منها (النعمة ، ٢٠٠٤ ، ٤٩) ، و(الطائي ، ٢٠٠٦ ، ٨٥-٨٩) ، و(احمد

واخران ، ٢٠٠٧ ، ٢٩٩) .

تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

١	١	١٠١,٢	١٠	فريق بغداد الرياضي
٢	٢	٩٨	١٠	فريق الشهيد اوهان الرياضي
٣	٦	٩٢,٦	١٠	فريق قرقوش الرياضي
٤	٣,٥	٩٧,٩	١٠	فريق برايتي الرياضي
٥	٥	٩٦,٣	١٠	فريق اكاد عينكاوه الرياضي
٦	٣,٥	٩٧,١	١٠	فريق العمادية الرياضي
٧	٨	٩١,٤	١٠	فريق الارمني الرياضي
٨	١٠,٥	٨٩,٨	١٠	فريق كويه الرياضي
٩	١٣	٨٨,٩	١٠	فريق كاره الرياضي
١٠	٨	٩١,٤	١٠	فريق القوش الرياضي
١١	١٣	٨٨,٩	١٠	فريق فتاة بغداد الرياضي
١٢	١٠,٥	٨٩,٦	١٠	فريق ثالا الرياضي
١٣	٨	٩١,١	١٠	فريق الحسينية الرياضي
١٤	١٣	٨٨,٧	١٠	فريق فتاة الموصل الرياضي
			١٤٠	المجموع الكلي

الجدول رقم (٥) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لترتيب فرق الكرة الطائرة ومعامل ارتباط الرتب بين مستوى الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز

معامل ارتباط الرتب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الفرق	المعالم الإحصائية	
				المتغيرات	الطلاقة النفسية
*٠,٨٣	٤,١٣	٧,٥	١٤	الطلاقة النفسية	مستوى الانجاز
	٤,١٨	٧,٥			

\* معنوي عند مستوى معنوية <sup>3</sup> (٠,٠٥) ، وأمام درجة حرية (١٢) ، قيمة (ر) الجدولية = (٠,٤٩٧) .

(الراوي ، ٢٠٠٠ ، ٤٦٣)

يتبين من الجدول (٥) : إن المتوسط الحسابي الذي أظهره تطبيق مقياس الطلاقة النفسية على عينة البحث قد بلغ (٧,٥) درجة ، وبانحراف معياري قدره (٤,١٣±) درجة ، أما المتوسط الحسابي لمستوى الانجاز فقد بلغ (٧,٥) درجة ، وبانحراف معياري قدره (٤,١٨±) درجة ، واستخدم معامل ارتباط الرتب لمعرفة العلاقة بين المتغيرين ، إذ بلغت قيمة (ر) المحتسبة (٠,٨٣) ، وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٤٩٧) ، وبما أن قيمة (ر) المحتسبة اكبر من قيمة (ر) الجدولية ، فهذا يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية .  
مما سبق يتبين أن هناك علاقة ارتباط معنوية ايجابية بين مستوى الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز للاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة .

ويعزو الباحثون تلك النتيجة إلى أن المسؤولين على الجهاز الفني لهذه الأندية اتبع الأسلوب العلمي في تهيئة اللاعبات نفسياً لهذه البطولة بإعطائهم التوجيهات اللازمة والضرورية أثناء المباريات مما أسهم في رفع من روحهم المعنوية الأمر الذي انعكس إيجاباً على حالة الطلاقة النفسية لديهم ، وهذا ما أكدته (راتب ، ٢٠٠٤) في " إن حالة الطلاقة النفسية تعد أفضل تهيئة أو تعبئة نفسية لدى الرياضي حتى يستطيع من خلالها تحقيق أفضل أداء أثناء المنافسة " (راتب ، ٢٠٠٤ ، ٦٧٦) .

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

وكذلك يعزو الباحثون تلك العلاقة إلى أن اللاعبات اللواتي يتميزن بمستوى انجاز عالٍ يتوفر لديهن قدر كبير من حالة الطلاقة النفسية حيث تعزز لديهن الدافع لتحقيق انجازاتهم وأهدافهم المرسومة من قبل، وتكون لديهن رغبة قوية في التحسن ، والمحاولة الجادة لبذل الجهود ، والتفوق مما يزيد من قدرتهم على التركيز للمهام المناطة إليهم ، ويزيد لديهن الثقة بالنفس ، والسعي لتحقيق الشعور بالاستمتاع ، والابتعاد عن مصادر التوتر ، والانفعالات السلبية من خوف وقلق وملل ، ويشير (راتب ، ١٩٩٥ ) إلى إن " الطلاقة تحدث دون اثر للتوتر باشكاله المختلفة سيما الناتجة من الانفعالات السلبية مثل الخوف ، والقلق ، والملل " (راتب ، ١٩٩٥ ، ١٤٦) .

وكذلك يشير(علاوي ، ١٩٩٨) بهذا الصدد إلى " ضرورة كبت مصادر الطاقة النفسية السلبية من خوف وقلق ، وغير ذلك عند الرياضي للوصول إلى الطاقة النفسية المثلى (الطلاقة) فضلا عن إظهارها في أحسن حالاته للأداء وبذل الجهد " (علاوي ، ١٩٩٨ ، ٤٣١) .

### ٤-٤ عرض المستويات المعيارية لنتائج عينة البحث في مقياس الطلاقة النفسية:

لغرض تقويم مستوى عينة البحث في الطلاقة النفسية ، ونتيجة لعدم وضوح التقويم من خلال الدرجات الخام قام الباحثون بوضع مستويات معيارية لعينة البحث ، " إذ تساعد هذه المستويات في تفسيرالدرجات الخام وتعطيها معنى له دلالة مما يجعلها اكثر موضوعية في اثناء استخدامها في عملية التقويم " (الجوادي ، ١٩٩٧ ، ١٠٢) ، إذ تم تقويم عينة البحث لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة بمقياس الطلاقة النفسية ، وكما مبين في الجدول (٥) .

الجدول رقم (٥) الدرجات الخام والمستويات المعيارية والنسبة المئوية لعينة البحث في مقياس الطلاقة النفسية بالكرة الطائرة

الدرجة الخام	المستوى المعيارى	عدد اللاعبات	النسبة المئوية
١١٤ فأكثر	جيد جدا	٤	٢,٨٥%
١٠٤ - ١١٣,٩٢	جيد	٢٠	١٤,٣%
٩٤ - ١٠٣,٥٢	متوسط	٤٤	٣١,٤٢%
٨٣ - ٩٣,١٢	مقبول	٥٠	٣٥,٧١%
٧٣ - ٨٢,٧٢	ضعيف	٢٠	١٤,٣%
٧٢ فأقل	ضعيف جدا	٢	١,٤٢%
س = ٩٣,١٢	± ع = ١٠,٤	١٤٠	١٠٠%

من الجدول (٥) يتبين : إن المستوى (جيد جدا) حصل على (٤) تكرار ، ونسبة مئوية مقدارها (٢,٨٥%) ، أما المستوى (جيد) فقد حصل على (٢٠) تكرار ، ونسبة مئوية مقدارها (١٤,٣%) ، وحصل المستوى (متوسط) على (٤٤) تكرار ، ونسبة مئوية مقدارها (٣١,٤٢%) ، بينما حصل المستوى (مقبول) على (٥٠) تكرار ، ونسبة مئوية مقدارها (٣٥,٧١%) ، وحصل المستوى (ضعيف) على (٢٠) تكرار ، ونسبة مئوية مقدارها (١٤,٣%) ، وأخيرا حصل المستوى (ضعيف جدا) على (٢) تكرار ، ونسبة مئوية مقدارها (١,٤٢%) ، وذلك من مجموع العينة المتكونة من (١٤٠) لاعبة ، ونسبة مئوية كلية مقدارها (١٠٠%) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

١-٥ الاستنتاجات:

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

- تميزت لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة بمستوى طلاقة نفسية اعلى من المتوسط الفرضي للمقياس ، وهذا يدل على ان النتيجة ايجابية لديهم .
- يعد توزيع لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة المشاركات في بطولة الكرة الطائرة توزيعا طبيعيا على المستويات المعيارية التي حددها الباحثين ، وهذا تأكيد على صدق النتائج .
- وجود علاقة ارتباط معنوية ايجابية بين مستوى الطلاقة النفسية ومستوى الانجاز للاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة .
- تم وضع مستويات معيارية لعينة البحث في مقياس الطلاقة النفسية .

### ٢-٥ التوصيات:

- ضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي طويل وقصير المدى من جانب المدربين ، وذلك من خلال تنمية الجوانب النفسية التي من شأنها تحسين حالة الطلاقة النفسية للاعبات الكرة الطائرة لما لها من تأثير فعال على مستوى الإنجاز .
- الاسترشاد بنتائج مقياس الطلاقة النفسية في الانتقاء والتوجيه للاعبات الكرة الطائرة .
- إجراء دراسات مشابهه أخرى على الألعاب الفرعية الأخرى ، والألعاب الفردية ، والمقارنة فيما بينها .

### المصادر العربية والأجنبية:

- ابراهيم ، هويده إسماعيل (٢٠٠٥) : بناء مقياس للطلاقة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بالكرة الطائرة في العراق ، رسالة ماجستير غير منشور ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد .
- ابو حطب ، وآخران (١٩٩٣) : التقويم النفسي ، ط٣ ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- احمد ، احمد حازم وآخران (٢٠٠٧) ، إعداد مقياس الرضا عن العمل لأعضاء الهيئات التدريسية في كلية وأقسام التربية الرياضية في جامعة الموصل ، بحث منشور في مجلة أبحاث التربية الأساسية ، المجلد (٧) ، العدد (١) ، كلية التربية الأساسية ، جامعة الموصل .
- باهي ، مصطفى حسين (١٩٩٩) : المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- الاطرقي ، محمد علي (١٩٨٠) : الوسائل التطبيقية في الطرق الإحصائية ، ط١ ، دار الطليعة للطباعة والنشر ، بيروت .
- بلوم ، بنيامين وآخرون (١٩٨٣) : تقويم تعليم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة محمد أمين المفتي وآخرون ، دار ماكرو هيل ، القاهرة .
- التكريتي ، وديع ياسين والعبدي ، حسن محمد عبد (١٩٩٩) : التطبيقات الإحصائية في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
- الجوادي ، عبد الكريم قاسم (١٩٩٧) : بناء بطارية اختبار المهارات الهجومية بكرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة الموصل ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- الحكيم ، علي سلوم جواد (٢٠٠٤) : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية ، دار الطيف للطباعة ، القادسية .
- الخيكاني ، عامر سعيد وآخران (٢٠٠٦) : الطلاقة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات المهارية للاعبين بالكرة الطائرة في العراق ، بحث منشور في مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد (١) ، المجلد (٥) ، جامعة بابل .
- راتب ، أسامة كامل (١٩٩٥) : علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات) دار الفكر العربي ، القاهرة .
- راتب ، أسامة كامل (٢٠٠٤) : النشاط البدني والاسترخاء ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- الراوي ، خاشع محمود (٢٠٠٠) : المدخل إلى الإحصاء ، مديرية مطبعة الجامعة ، جامعة الموصل .

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

- رضوان ، محمد نصر الدين (٢٠٠٦) : المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضة ، ط١ ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، القاهرة .
- الزويبي ، عبد الجليل ابراهيم وآخرون (١٩٨١) : الاختبارات والمقاييس النفسية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .
- الظاهر ، زكريا محمد واخران (٢٠٠٢) : مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط١، الدار العلمية والدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان .
- العساف ، صالح بن حمد (١٩٩٥) : المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية ، ط١ ، مطبعة شركة العبيكان للطباعة والنشر الرياضي ، السعودية .
- علاوي ، محمد حسن (١٩٩٨) : مدخل علم النفس الرياضي ، ط٣ ، دار المعارف للطباعة والنشر ، القاهرة
- علاوي ، محمد حسن ورضوان ، محمد نصر الدين (٢٠٠٨) : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة .
- عمر ، واخران (٢٠٠١) : الإحصاء التعليمي في التربية البدنية والرياضية ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- عويس ، خير الدين علي احمد (١٩٩٩) : دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة .
- فرحات ، ليلي السيد (٢٠٠١) : القياس المعرفي الرياضي ، ط١ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- فهمي ، مصطفى (١٩٧٠) : الإنسان وصحته النفسية ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- كاظم ، علي مهدي (١٩٩٠) : بناء مقياس مقنن لمفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الأولى ، جامعة بغداد .
- محمد ، ايمان عبد الله زيد (٢٠٠٧) : الطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة المشتركين في أسبوع شباب الجامعات الثامن بجامعة المنوفية ، مجلة كلية التربية الرياضية للبنات، العدد (٣) ، المجلد (٢) ، جامعة الزقازيق .
- النبهان ، موسى (٢٠٠٤) : أساسيات القياس والتقويم في العلوم السلوكية ، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان
- النعمة ، وليد خالد همام (٢٠٠٤) : تقويم اداء روساء الأندية الرياضية العراقية في ضوء الكفايات الادارية من وجهة نظر أعضاء الهيئات الادارية ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل
- Kirkendall , Donr and Others (1986) : Measurement and Evaluation for physical Educators , second Edition , by Human Kinetics publishers , Inc . Champaign , Illinois , U.S.A

بسم الله الرحمن الرحيم

الملحق رقم (١)

جامعة الموصل  
كلية التربية الرياضية

## تقويم مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

يبين استبيان اراء السادة الخبراء حول صلاحية فقرات مقياس الطاقة النفسية بالكرة الطائرة

حضرة الدكتور ..... المحترم

تحية طيبة :

في النية إجراء البحث الموسوم " تقويم مستوى الطاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق بالكرة الطائرة وعلاقتها بمستوى الانجاز " .

ويقصد بالطاقة النفسية : " حالة يستطيع الرياضي ان يستمتع بها ، وذلك في أي مستوى من مستويات الاشتراك في الرياضة ، وهي الجزء الايجابي للطاقة النفسية " .

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في مجال العلوم الرياضية ، وتخصص لعبة كرة الطائرة فقد تم اختياركم كأحد الخبراء للحكم على مدى صلاحية الفقرات المرفقة طياً ، راجين تفضلكم بقراءة الاستبيان والإجابة على ما يأتي :

- وضع علامة ( ) /أهم كل فقرة ، وتحت البديل الذي تراه مناسباً للفقرة ( تصلح ، لا تصلح ، تصح بعد التعديل من خلال (حذف او إعادة صياغة او إضافة عدد من الفقرات) .

- مدى صلاحية بدائل الإجابة لفقرات المقياس على وفق (٣) بدائل هي :

أوافق بدرجة قليلة	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق بدرجة كبيرة
-------------------	--------------------	-------------------

اذ تعطى لها الأوزان ( ٣ ، ٢ ، ١ ) على التوالي للفقرات الايجابية ، وبالعكس للفقرات السلبية

لا تصلح	تصلح
---------	------

وإذا لم تحصل الموافقة ماهو السلم البديل برأيكم ؟

شاكرين تعاونكم العلمي المبارك

الباحثون

التوقيع:

اللقب العلمي:

الاختصاص:

الجامعة والكلية :

ت	الفقرات	تصلح	لا تصلح	تصلح بعد التعديل
١	لدي الثقة في تحقيق أفضل أداء بالرغم من ضغوط المنافسة			
٢	استطيع توقع النتيجة عند رؤية المنافس			
٣	استطيع تحقيق أهدافي مهما كانت صعوبة المنافسة			
٤	لا اخشى تفوق المنافس اثناء المنافسة			
٥	يتحسن ادائي في المواقف التي تتطلب التحدي			
٦	لدي القدرة علي استعادة النجاح عند حدوث الفشل			
٧	لدي الشك في نفسي اثناء المباراة			
٨	تشغلني نتيجة المباراة مما يؤثر سلبيا على نتيجتها			
٩	ارتكب اخطاء في المباراة لاني لا اهتم ببعض الواجبات الخطئية			
١٠	ارتكب اخطاء كثيرة عندما افقد القدرة على التركيز			
١١	ادائي المهاري يفتقد الى الدقة في المنافسات			
١٢	اخشى الفشل في تحقيق افضل اداء اثناء المنافسة			

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

١٣	اخشى التعرض للهزيمة من منافس ضعيف		
١٤	اشعر بان ضربات قلبي سريعة قبل اشتراكي في المنافسة		
١٥	اشعر بان جسدي متشدد اثناء المباراة		
١٦	اشعر جسدي متوتر اثناء المنافسة		
١٧	ابذل اقصى جهد في المنافسة		
١٨	كلما زادت اهمية المباراة كنت اكثر استمتاعا بالاداء		
١٩	لدي القدرة على ضبط انفعالاتي امام المنافس		
٢٠	اتحكم في انفعالاتي طوال فترة المباراة او المنافسة		
٢١	اتحكم في انفعالاتي اذا تعرضت لقرار خاطئ		
٢٢	احسن التصرف في اللحظات الصعبة من المباراة		
٢٣	من السهولة اثارتي اثناء المباراة		
٢٤	احساسى بالاثارة يسهم في تحسين ادائي في المنافسة		
٢٥	لدي القدرة على اتقان الاداء اثناء المنافسة		
٢٦	اشعر بالاستمتاع اثناء الاداء في المنافسة		
٢٧	لا اهتم بالتدريب مثلما اهتم بالمنافسة		
٢٨	ادائي متذبذب وغير ثابت في المنافسات الهامة		
٢٩	اصل الى قمة الاداء المهاري في المنافسة		
٣٠	يقلقني اراء الجمهور ويشتت انتباهي		
٣١	انا متأكد من قدراتي ومهاراتي		
٣٢	اجيد الحركات التي تتطلب سرعة الاداء		
٣٣	اجيد التحليل السريع لتحركات المنافس		
٣٤	اشعر بالاسترخاء الذهني اثناء المباراة او المنافسة		
٣٥	استطيع تذكر ماحدث في اللعب بعد نهاية المباراة		
٣٦	اخشى من احتمال اصابتي في المباراة		
٣٧	أكون سعيدا عند تحقيق أهدافي في المباراة		
٣٨	اشعر بعدم الرضا عند الاشتراك في المباريات الضعيفة		
٣٩	لا استطيع التحكم في انفعالاتي عندما يضايقني احد المنافسين		
٤٠	استطيع التكيف مع ظروف المباراة غير المتوقعة		
٤١	انتظر المنافسة بشوق ورغبة		
٤٢	اصل الى درجة عالية من الدقة والاتقان يوم المباراة		

بسم الله الرحمن الرحيم

الملحق رقم (٢)

جامعة الموصل  
كلية التربية الرياضية

## تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....

يبين مقياس الطلاقة النفسية بالكرة الطائرة بصورته النهائية

عزيزتي اللاعبة :

تحية طيبة :

نضع بين أيديكم مقياس الطلاقة النفسية بكرة الطائرة ، ويتألف المقياس من مجموعة من الفقرات التي تعكس بعض الآراء التي يهدف الباحثون من خلال إجابتك عليها التعرف على موقفك الحقيقي الصادق بشأنها خدمة للحركة الرياضية بشكل عام ، وللبحث العلمي بشكل خاص .

يرجى تفضلكم بقراءة المقياس والإجابة على فقراته ، وذلك بوضع علامة ( / ) أمام كل فقرة ، وتحت البديل الذي تراه مناسباً لك ، ويرجى الإجابة على جميع فقرات المقياس بكل دقة وأمانه ، علماً أن الإجابة تكون على كراسة المقياس نفسه .

شاكرين تعاونكم معنا

العمر :

العمر التدريبي :

اسم النادي :

المحافظة :

الباحثون

ت	الفقرات	أوافق بدرجة كبيرة	أوافق بدرجة متوسطة	أوافق بدرجة قليلة
١	لدي الثقة في تحقيق أفضل أداء بالرغم من ضغوط المنافسة			
٢	استطيع توقع النتيجة عند رؤية المنافس			
٣	استطيع تحقيق أهدافي مهما كانت صعوبة المنافسة			
٤	لا أخشى تفوق المنافس أثناء المنافسة			
٥	يتحسن أدائي في المواقف التي تتطلب التحدي			
٦	لدي القدرة علي استعادة النجاح عند حدوث الفشل			
٧	لدي الشك في نفسي أثناء المباراة			
٨	تشغلني نتيجة المباراة مما يؤثر سلبياً على نتيجتها			
٩	ارتكب أخطاء في المباراة لاني لا اهتم ببعض الواجبات الخطئية			
١٠	ارتكب أخطاء كثيرة عندما افقد القدرة على التركيز			
١١	ادائي المهاري يفتقد إلى الدقة في المنافسات			
١٢	أخشى الفشل في تحقيق أفضل أداء أثناء المنافسة			
١٣	أخشى التعرض للهزيمة من منافس ضعيف			
١٤	أشعر بان ضربات قلبي سريعة قبل اشتراكي في المنافسة			
١٥	أشعر بان جسمي مشدود أثناء المباراة			
١٦	أشعر بان جسدي متوتر أثناء المنافسة			
١٧	أبذل أقصى جهد في المنافسة			
١٨	كلما زادت أهمية المباراة كنت أكثر استمتاعاً بالأداء			
١٩	لدي القدرة على ضبط انفعالاتي أمام المنافس			
٢٠	أتحكم في انفعالاتي طوال فترة المباراة او المنافسة			
٢١	أتحكم في انفعالاتي إذا تعرضت لقرار خاطئ			
٢٢	أحسن التصرف في اللحظات الصعبة من المباراة			
٢٣	من السهولة إثارتي أثناء المباراة			

**تقويم مستوى الطلاقة النفسية لدى لاعبات أندية العراق .....**

٢٤	إحساسي بالإثارة يسهم في تحسين ادائي في المنافسة		
٢٥	لدي القدرة على إتقان الأداء اثناء المنافسة		
٢٦	اشعر بالاستمتاع اثناء الأداء في المنافسة		
٢٧	لا اهتم بالتدريب مثلما اهتم بالمنافسة		
٢٨	ادائي متذبذب وغير ثابت في المنافسات الهامة		
٢٩	اصل الى قمة الاداء المهاري في المنافسة		
٣٠	يقلقني آراء الجمهور ويشنت انتباهي		
٣١	انأ متأكد من قدراتي ومهاراتي		
٣٢	اجيد الحركات التي تتطلب سرعة الأداء		
٣٣	اجيد التحليل السريع لتحركات المنافس		
٣٤	اشعر بالاسترخاء الذهني اثناء المباراة او المنافسة		
٣٥	استطيع تذكر ما حدث في اللعب بعد نهاية المباراة		
٣٦	اخشى من احتمال إصابتي في المباراة		
٣٧	أكون سعيدا عند تحقيق أهدافي في المباراة		
٣٨	اشعر بعدم الرضا عند الاشتراك في المباريات الضعيفة		
٣٩	لا استطيع التحكم في انفعالاتي عندما يضايقني احد المنافسين		
٤٠	استطيع التكيف مع ظروف المباراة غير المتوقعة		
٤١	انتظر المنافسة بشوق ورغبة		
٤٢	اصل الى درجة عالية من الدقة والإتقان يوم المباراة		