

السلوك التنافسي لدى اللاعبات في الأندية الرياضية وعلاقته ببعض المتغيرات

م.م. أحمد قاسم الأيتوتي
م.م. زياد محفوظ
م.م. سعدي عمر

جامعة دهوك / كلية التربية الرياضية

تاريخ تسليم البحث : ٢٠٠٥/١٢/٧ ؛ تاريخ قبول النشر : ٢٠٠٦/٣/٢٠

ملخص البحث :

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعبات في الأندية الرياضية ، فضلاً عن دلالة الفروق في السلوك التنافسي لدى اللاعبات في الأندية الرياضية تبعاً لمتغيرات: العمر والحالة الاجتماعية ومستوى التعليم وموقع السكن ونوع الرياضة ودافع ممارسة الرياضة والحصول على الجوائز والنادي .

تكونت عينة الدراسة من (٧١) لاعبة تراوحت أعمارهن بين (١٢ . ٣٢) سنة يمارسن أنواع مختلفة من الرياضة في ستة أندية تابعة لمحافظة دهوك ، وأستخدم في الدراسة استبانة أعدها الباحثون تضمنت (٢٠) فقرة ، ولكل فقرة ثلاث بدائل للإجابة هي (دائماً ، أحياناً ، أبداً) .

وبعد تحليل البيانات الواردة في البحث باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين وتحليل التباين الاحادي كوسائل إحصائية في المعالجة ، ظهرت النتائج: أن مستوى السلوك التنافسي لدى أفراد العينة هو جيد . كما أشارت النتائج الى عدم وجود فروق دالة إحصائية في السلوك التنافسي تبعاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية ومستوى التعليم وموقع السكن ونوع الرياضة ودافع ممارسة الرياضة ، في حين تبين وجود فروق دالة إحصائية في السلوك التنافسي وفقاً لمتغيري الحصول على الجوائز والنادي . وقدم الباحثون عدداً من التوصيات في ضوء النتائج التي انتهت اليها الدراسة .

Competitive Behavior of Female Players in Sporting Clubs and It's Relation with Some Variables

Ahmed K. Al-Ayoty Zead Mahfoth Sady Omer
University of Dohok - College of Sport Education

Abstract:

This paper aims at measuring the level of competitive behavior for female players in sporting clubs . It also tries to find out significant

differences concerning the level of competitive behavior, with regard to such variables as age , social status , level of education , residing , the type of sport , motivation to sport practice , to get rewards and the club.

The sample consists of (71) female players whose ages ranged from 12-32 years who are practicing different kinds of sports in six clubs in Duhook governorate. The researchers used a questionnaire with twenty items each of which has three alternatives scales (always, sometimes, never) .

The researchers analyzed the data by using t-test for one and two samples and analysis of variance . The findings show that the level of competitive behavior for female players is good . There are no significant differences in competitive behavior with regard to age , social status , level of education , residing , type of sport and motivation to sport practice . However , there are significant differences in competitive behavior concerning such variables as getting a reward and club. The researchers put forwards some recommendations.

١ . التعريف بالبحث:

١-١ المقدمة واهمية البحث:

يمثل التدريب الرياضي عملية تربوية تخضع للأسس والمبادئ العلمية ، وتهدف الى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع من الألعاب والفعاليات الرياضية المختلفة . فمن أجل الوصول الى البطولات الدولية والأولمبية أو حتى الوطنية لا بد من الاستعانة بالوسائل الحديثة والمبتكرة لتحقيق الأهداف الموضوعية (حتاملة ، ٢٠٠٣ : ص ١٣٢٤) . ويرتكز التدريب الرياضي على مجموعة من العناصر ، وهذه العناصر مترابطة مع بعضها البعض ، وتجسيد العلاقة بينها تعد الضمان الأساس في تحقيق أفضل النتائج . إذ أن النجاح في أية لعبة يتطلب توفر مجموعة من المتطلبات الضرورية المتمثلة في العناصر البدنية والمهارية والخطط فضلاً عن الجانب النفسي . ومن هنا فإن عملية الإعداد الشامل تطلب الأخذ بنظر الاعتبار هذه العناصر ، والرياضي الجيد هو الذي يمتلك تكاملاً بين الخطط الجيدة وامتلاك المهارات العالية والاستعداد النفسي والقابلية البدنية . ومن هنا يمكن القول بأن التدريب الرياضي يرتكز على العناصر الأساسية الآتية :

أ. الإعداد البدني (تطوير الصفات البدنية والقدرات الحركية).

ب. الإعداد الفني (تطوير المهارات).

ج. الإعداد الخططي (تطوير التكنيك).

د. الإعداد النفسي (السايكولوجي)(الجبوري ، ٢٠٠٢ : ص٣).

وأثناء الإعداد النفسي للرياضيين ينبغي أن يأخذ المدربون بنظر الاعتبار مسألة السلوك التنافسي وتوظيف ذلك في مجال إعداد الرياضي ، لاسيما وأن أسلوب المنافسة بات أحد الأساليب المتبعة في التدريس والتدريب ، بل تشير الأدبيات الى أن أسلوب المنافسة يعد أحد الأساليب الباعثة والضرورية في التعلم ، فالتنافس يعد باعثاً اجتماعياً قد يكون مفيداً في تعلم المهارات والمعلومات (الأزيرجاوي ، ١٩٩١ : ص٧١) . كما يبين وليامز (Wilams) أن تعلم المهارات الحركية يتضمن الانتباه الانتقائي والذي يتم من خلاله توجيه انتباه المتعلم نحو الأبعاد المهمة المكونة للمهارة (Wilams, 1993 : P.204) ، ولاشك في أن كل باعث له مردود في التعلم .

وتعتمد أغلب الألعاب ولاسيما الفرقية منها على عنصر المنافسة في تحقيقها للأهداف ، ولهذا نالت المنافسة اهتماماً كبيراً من الباحثين بغية الارتقاء بمستوى الأداء الفني للرياضيين . وجدير بالذكر أن أساليب المنافسة متعددة ، فهناك الأسلوب الذاتي وبين الأفراد وبين المجموعات (النعيمي ، ٢٠٠٢ : ص١٣).

وقد أوضح "مارتنز" أن هناك أربعة مكونات تفسر المنافسة كعملية اجتماعية وهي :

أ. **الموقف الموضوعي للمنافسة** : ويعني جميع المثيرات الموضوعية المرتبطة بموقف المنافسة ، وتتضمن نوع الواجبات المطلوبة ، ومستوى المنافس ، والقواعد والشروط الخاصة بالأداء ، ونظراً لأن موقف المنافسة الموضوعي يتحدد من خلال متطلبات البيئة بالنسبة للفرد، فإن هذه المتطلبات قد تتضمن بعض مصادر التهديد بالنسبة للفرد منها ما يرتبط بالعوامل الاجتماعية ، ومنها ما يرتبط بالعوامل البدنية ، وحيث أن عملية المنافسة تعد بمثابة موقف تقويمي لقدرات الفرد فإنه من المتوقع أن تتضمن مصادر عديدة تعد نوعاً من التهديد للفرد ، وقد أظهرت الدراسات وجود مصدرين للتهديد هما : الخوف من الفشل والخوف من الضرر البدني .

ب. **الموقف الذاتي للمنافسة** : يعني كيف يدرك أو يتقبل أو يقيم الفرد الجوانب الموضوعية المحيطة بالمنافسة . حيث أن الشيء المنطقي إذا أردنا حقاً فهم كيف يسلك الأفراد في مواقف المنافسة فعلياً أن نتعرف على الفروق بينهم من حيث كيف يدركون مواقف المنافسة، أي التعرف على الجانب الذاتي لمواقف المنافسة كما يدركه هؤلاء الأفراد أنفسهم.

ج. **الاستجابة** : تتحدد درجة استجابة الفرد نحو موقف المنافسة الموضوعي تبعاً لإدراكه الذاتي

لموقف المنافسة ، ويمكن عندئذٍ أن يستجيب الفرد وفقاً لمستويات ثلاثة على النحو الآتي :

- الاستجابات السلوكية : ومثال ذلك الأداء الجيد .
- الاستجابات الفسيولوجية : ومثال ذلك زيادة تعرق كف اليد .
- الاستجابات النفسية : ومثال ذلك زيادة قلق المنافسة .

د. **النتائج** : تقيّم نتائج المنافسة غالباً في ضوء محكين هما : النجاح والفشل وبعد النجاح عادة

نتيجة ايجابية ، بينما يُنظر الى الفشل على أنه نتيجة سلبية ، وان تتبع النتائج التي يحققها فرد ما خلال مواقف المنافسة السابق أمراً مفيداً يساعد في التنبؤ بدرجة إقباله أو إحجامه عن الاشتراك في المنافسات التالية (راتب ، ٢٠٠٠ : ص ١٦٠-١٦٣) .

إن السلوك التنافسي يرتبط بأداء الشخص وفي الوقت نفسه ملاحظته لأداء الآخرين من الرياضيين ، إذ يشير سليمان الى أن أسلوب التنافس بين أفراد المجموعة هو ذلك الأسلوب الذي يمكن الفرد من أن يقيّم أداءه بالنسبة لأداء الزميل الذي يشاركه نفس العمل (سليمان ، ١٩٨٨ : ص ١٢٤) .

وفي المنافسة يحاول كل رياضي إحباط محاولات المنافس لتحقيق هدف ، في الوقت الذي يسعى فيه المنافس لتحقيق الهدف أو أهداف مشابهة ، ويعني ذلك أن نتائج المنافسة كما تحمل بين طياتها خبرة النجاح والفوز أو المكسب لبعض المنافسين ، فإنها تشمل خبرة الفشل وخاصة للرياضي الذي يخفق في تحقيق هدفه من المنافسة (راتب ، ٢٠٠٠ : ص ٢١٥) .

والتنافس في جوهره هو صراع يستهدف الانتصار والتفوق على الغير ، ولهذا تلجأ بعض المؤسسات التربوية (المدارس والجامعات) الى إثارة روح التنافس بين الطلبة لتشجيعهم وحثهم على التعلم ، وتستخدم تلك المؤسسات الدرجات والمكافآت كحوافز في إثارة السلوك التنافسي لتحقيق التفوق . ويرى البعض ضرورة استخدام المنافسة بحذر لأن المنافسة إذا لم تستخدم بمهارة وإذا لم يوجهها المدرس أو المدرب الوجهة السليمة فقد تكون مثارة للحسد والحقد بين الرياضيين أو اللاعبين ، ويجب الحذر حتى لا يتحول الأمر الى مجرد فوز أو خسارة وليس الحصول على أهداف رياضية مما قد يؤدي الى حالات من التوتر بين الأفراد (الخياط ، ١٩٩٧ : ص ٨٤) .

ومن هنا ينبغي على المدربين الاهتمام بسلوك التنافس لدى الرياضيين خلال فترة إعدادهم للدخول في المنافسات الرياضية ، آخذين بنظر الاعتبار تأثير المواقف المختلفة التي تواجه اللاعبين في المنافسات الرياضية كالجُمهور والحكام والملعب في سلوك اللاعب في أثناء المنافسة مما يتطلب فهم كل العوامل المرتبطة بالسلوك التنافسي لدى الرياضي خلال أوقات التدريب وقبل الوصول باللاعب للمنافسات .

إن أهمية سلوك التنافس تكمن في وصف الطرق النفسية التي تهدف للتحكم والتغيير في سلوك اللاعب من خلال ما يقدم للرياضي من خبرات وتدريب منظم ومحاولات في مجال تعديل بعض اتجاهاته وتزويده بالاستراتيجيات الفعالة التي تبنى على أساس الحالة النفسية المؤثرة في الحالة البدنية والأداء المهاري .

ومن هنا تبرز أهمية البحث الحالي الذي يتناول أحد العناصر الأساسية المتمثلة في الجانب النفسي من خلال تناوله السلوك التنافسي لدى اللاعبين في الأندية الرياضية ، لأن السلوك التنافسي من شأنه أن يؤثر في رغبة الرياضي وتوجهاته وأدائه في أثناء ممارسة اللعبة سواء كان ذلك في أثناء المنافسات الرياضية أم خلال فترة الإعداد.

١-٢ مشكلة البحث:

بهدف تحقيق أفضل النتائج في الأداء الرياضي حاول الباحثون دراسة العوامل المؤثرة في الأداء الرياضي ، وقد ركز البعض على مسألة الإعداد البدني ودوره في الأداء الرياضي، في حين ركز باحثون آخرون على الجوانب النفسية وأثر ذلك في الأداء الرياضي فتناولوا أثر القلق الناتج عن المنافسة ، وربط البعض بين الثقة بالنفس والأداء وأشار آخرون الى دور الجمهور والإسناد الاجتماعي المقدم الى الرياضي وخبرات النجاح أو الفشل في المنافسات وأثر ذلك في الانجاز الرياضي وما الى ذلك من مواضيع أخرى . ولكن الملاحظ في واقعنا أن دراساتنا المحلية لا زالت قليلة في المجال النفسي ، ومن هنا جاء اهتمامنا في البحث الحالي في محاولة متواضعة للتعرف على طبيعة العلاقة بين السلوك التنافسي وبعض المتغيرات الديمغرافية ، وعليه يمكن صياغة مشكلة البحث الحالي في السؤالين الآتيين:

- أ. ما مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعبين في الأندية الرياضية في دهوك ؟
- ب. هل هناك تأثير للمتغيرات الديمغرافية على مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعبين في الأندية الرياضية ؟

١-٣ أهداف البحث :

يهدف البحث الى الآتي :

١. التعرف على مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعبين في الأندية الرياضية .
٢. التعرف على دلالة الفروق في السلوك التنافسي لدى اللاعبين في الأندية الرياضية تبعاً لمتغيرات: العمر والحالة الاجتماعية ومستوى التعليم وموقع السكن ونوع الرياضة ودافع ممارسة الرياضة والحصول على الجوائز والنادي .

١-٤ مجالات البحث :

- المجال البشري : اللاعبين في الأندية الرياضية في محافظة دهوك .

- المجال الزمني : ١٥-١/٢/٢٠٠٥.
- المجال المكاني : الأندية الرياضية في دهوك (سنحاريب ، كاره ، برده رش ، العمادية ، الشخان ، سميل).

٥-١ تحديد المصطلحات :

- السلوك : أي نشاط يرمي الى تحقيق هدف يصدر عن الإنسان استجابة للمثيرات الداخلية أو الخارجية .
- السلوك التنافسي : لقد عرف (الطالب والويس) المنافسة بأنها : " وسيلة ناجحة في استثارة رغبة الرياضي وفي حثه على بذل أقصى جهده وهذه المنافسة تكون مع شخص آخر أو منافسة الرياضي مع نفسه " (الطالب وكامل ، ١٩٩٣ : ص ١٢٣) .
- وعليه يمكننا تعريف السلوك التنافسي نظرياً في : أنه أي نشاط يصدر عن الرياضي يرمي الى تحقيق الفوز في ميدان المنافسة الرياضية استجابة لرغبة الفرد في تحقيق التقدم قياساً لانجازاته الشخصية أو في التغلب على الرياضيين الآخرين مما يشاركونه في النشاط الرياضي .
- ويمكن تعريفه إجرائياً لأغراض البحث الحالي في الآتي : أي نشاط يصدر عن الرياضي ويرمي الى التفوق وتحسين الأداء ، ويعبر عنه بالدرجة الكلية التي تحصل عليها اللاعبه خلال إجابته عن استبيان السلوك التنافسي الموظفة في البحث الحالي .

٢- منهجية البحث واجراءاته:

١-٢ منهج البحث :

- استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لملائمته وطبيعة البحث .

٢-٢ مجتمع البحث وعينته :

- يتألف مجتمع البحث من (٩٢) لاعبة ممن يمارسن الألعاب الرياضية المختلفة في أندية محافظة دهوك ، وتم اختيار عينة قصدية تألفت من (٧١) لاعبة يمارسن أنواعاً مختلفة من الرياضة في ستة أندية رياضية في محافظة دهوك ، بلغ متوسط أعمارهن (١٨,٨٣١) سنة بانحراف معياري قدره (٣,٨٩٩) درجة ، والجدول (١) يبين خصائص العينة .

الجدول (١)
يبين الخصائص الديمغرافية لأفراد العينة

المتغير	العدد	النسبة المئوية
العمر :		
١٢ - ١٥ سنة	١٥	٢١.١%
١٦ - ١٩ سنة	٢٨	٣٩.٤%
٢٠ - ٢٣ سنة	٢١	٢٩.٥%
٢٤ سنة فأكثر	٧	٩.٩%
الحالة الاجتماعية :		
أعزب	٦٧	٩٤.٤%
متزوج	٤	٥.٦%
المستوى التعليمي:		
متوسطة	٢٣	٣٢.٤%
إعدادية	٣٢	٤٥.١%
جامعية	١٦	٢٢.٥%
السكن :		
مدينة	٦٦	٩٣%
ريف	٥	٧%
نوع الرياضة :		
فردية	٢٣	٣٢.٤%
فرقية	٤٨	٦٧.٦%
الحصول على الجوائز :		
لا	٢٨	٣٩.٤%
نعم	٤٣	٦٠.٦%
دوافع ممارسة الرياضة :		
مهنية	٤	٥.٦%
هواية	٦١	٨٥.٩%
صحة ورشاقة	٦	٨.٥%
النادي :		
سميل	١١	١٥.٥%
شيخان	١٣	١٨.٣%
برده رش	١٢	١٦.٩%
كاره	١٢	١٦.٩%
عمادية	١٢	١٦.٩%
سنحاريب	١١	١٥.٥%

٢-٣ أداة البحث :

لأجل التعرف على السلوك التنافسي لدى أفراد العينة ، اعتمد الباحثون على استبيان تم إعداده لهذا الغرض من خلال الاستفادة من قائمة المنافسة الرياضية التي أعدها (رينر مارتنز)

والمعربة من قبل محمد حسن علاوي ، وتكون الاستبيان من جزأين : خُصصَ الجزء الأول من الاستبيان لتقديم تعليمات حول الهدف من الاستبيان وكيفية الإجابة فضلاً عن عدد من الأسئلة لجمع المعلومات عن الخصائص الديمغرافية ، أما الجزء الثاني فضم (٢٠) فقرة وأمام كل فقرة ثلاثة بدائل للإجابة هي: دائماً ، أحياناً ، أبداً (الملحق) . ويتم تصحيح الاستبيان بإعطاء ثلاث درجات في حالة اختيار البديل الأول ، ودرجتان عند اختيار البديل الثاني ، ودرجة واحدة في حالة اختيار البديل الثالث . وبذلك فإن الحد الأدنى للدرجات على الاستبانة هي (٢٠) درجة ، وأن أقصى درجة يمكن الحصول عليها من خلال الاجابة عن الفقرات الواردة في الاستبانة هي (٦٠) درجة.

٢-٤ صدق الأداة :

يعد الصدق من أهم الشروط الواجب توافرها في أي أداة تستخدم لأي بحث ، ويقصد بالصدق هو أن تقيس الأداة ما وضعت لأجلها حيث أن الأداة الصادقة تقيس الوظيفة التي تزمعها (ملح ، ٢٠٠٠ : ص ٢٧٣) .

وللتحقق من صدق الأداة المستخدمة في البحث الحالي ، قام الباحثون بإيجاد الصدق الظاهري (Face Validity) وذلك بعرض الاستبيان على عدد من المتخصصين في مجال علم النفس^(*) ، لإبداء آرائهم في مدى صلاحية الفقرات الواردة في الاستبانة للتعرف على السلوك التنافسي لدى الرياضيين . وقد أجمع آراء المتخصصين حول صلاحية الاستبيان للهدف المراد استخدامه .

٢-٥ ثبات الأداة :

تعتمد صحة الأداة على مدى ثباتها وصدقها ، والثبات يعني دقة الأداة وعدم تناقضها مع نفسها واتساقها واطرادها فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك الفرد (أبو حطب وسيد ، ١٩٨٧ : ص ١٠١) . وتشير الأدبيات الى أن هناك عدة طرائق لحساب ثبات الأداة ، فهناك من يستخدم طريقة إعادة الاختبار . وفي البحث الحالي أُعتمد طريقة التجزئة النصفية ، حيث تم

(*) تألفت لجنة الخبراء المحكمين من السادة المدرجة أسماؤهم أدناه :

١. الأستاذ المساعد الدكتور جاجان جمعة محمد / علم نفس النمو / كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل .
٢. الأستاذ المساعد الدكتور خشان حسن علي / علم النفس التربوي / كلية التربية الأساسية / جامعة الموصل .
٣. الأستاذ المساعد الدكتور لويس كارو بندر / علم النفس التربوي / كلية التربية الأساسية / جامعة دهوك .
٤. الأستاذ المساعد الدكتور عمر ابراهيم عزيز / علم النفس التربوي / كلية التربية / جامعة أربيل .
٥. الأستاذ المساعد الدكتورة ندى فتاح زيدان / علم النفس التربوي / كلية التربية / جامعة الموصل .

تطبيق الاستبانة على (١٢) لاعبة تم اختيارهن من نادي سنحاريب ، وبعد تصحيح الاستجابات تم تجزئة الاستبيان الى نصفين متساويين على أساس الفقرات الفردية والفقرات الزوجية ، ثم قام الباحثون بحساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على الفقرات الفردية ودرجاتهم على الفقرات الزوجية ، ولما كانت هذه القيمة تمثل ثبات نصف الأداة ، عليه تم تصحيح معامل الثبات باستخدام معادلة سبيرمان . براون فبلغت قيمة الثبات الكلي للأداة (٠,٨٤) ، وعند اختبار معنوية معامل الارتباط باستخدام الاختبار التائي تبين أن القيمة التائية المحسوبة تساوي (٤,٨٩٥) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (٣,١٦٩) عند مستوى دلالة (٠,٠١) ودرجة حرية (١٠) ويدل ذلك على أن الأداة تتمتع بثبات عالٍ .

٦-٢ المعالجة الإحصائية :

تمت معالجة البيانات إحصائياً بالاستعانة ببرنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية، وباستخدام الوسائل الآتية :

١. معامل ارتباط بيرسون ومعادلة سبيرمان . براون التصحيحية لحساب ثبات الأداة .
٢. الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس مستوى السلوك التنافسي لدى أفراد العينة .
٣. الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على دلالة الفرق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغيرات الحالة الاجتماعية ونوع الرياضة وموقع السكن والحصول على الجوائز .
٤. تحليل التباين الأحادي للتعرف على دلالة الفروق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغيرات العمر والنادي ومستوى التعليم ودوافع ممارسة الرياضة.

٣- نتائج البحث ومناقشتها :

٣-١ عرض النتائج:

بعد أن انتهى الباحثون من تطبيق أداة البحث على أفراد العينة ، تم معالجة البيانات إحصائياً بالاستعانة ببرنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الذي يرمز له باختصار بـ (SPSS) ، فأظهرت النتائج الآتي :

١. تبين أن مستوى السلوك التنافسي لديهم بشكل عام هو جيد ، عندما بلغ متوسط درجاتهم في السلوك التنافسي (٤٢,٩٧٢) درجة بانحراف معياري قدره (٤,٤٧٢) ، وعند مقارنتها مع المتوسط النظري للأداة البالغ (٤٠) درجة * باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ، تبين أن

$$* \text{ المتوسط النظري للأداة } = [\text{ الحد الأدنى للدرجات } + \text{ الحد الأعلى للدرجات }] / ٢$$

$$= [٢٠ + ٦٠] / ٢ = ٤٠$$

القيمة التائية المحسوبة تساوي (٥,٥٩٩) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٦٦٥) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٧٠) ، والجدول (٢) يبين ذلك.

الجدول (٢)

يبين دلالة الفرق باختبار " ت " بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري للسلوك التنافسي

لأفراد العينة (ن=٧١)

المتغير	المتوسط المتحقق	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
السلوك التنافسي	٤٢,٩٧٢	٤,٤٧٢	٤٠	٥,٥٩٩	١,٦٦٥	٠,٠٥

٢. ولأجل التعرف على دلالة الفروق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير العمر ، فقد تم توزيع أفراد العينة الى أربعة مجاميع تبعاً لأعمارهم ، ضمت المجموعة الأولى (١٥) لاعبة ممن تراوحت أعمارهن بين (١٥.١٢) سنة وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٣,٩٣٣) درجة ، والمجموعة الثانية تكونت من (٢٨) لاعبة ممن تراوحت أعمارهن بين (١٩.١٦) سنة وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٣,٠٧١) درجة ، والمجموعة الثالثة تكونت من (٢١) لاعبة ممن تراوحت أعمارهن بين (٢٣.٢٠) سنة وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤١,٦١٩) درجة ، أما المجموعة الرابعة فكان عددهن (٧) لاعبات ممن تراوحت أعمارهن بين (٢٤ سنة فأكثر) وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٤,٥٧١) درجة . ثم عولجت البيانات باستخدام تحليل التباين الأحادي ، فأظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في السلوك التنافسي يعزى الى أثر متغير العمر ، والجدول (٣) يبين ذلك .

الجدول (٣)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفرق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير العمر

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية		مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
بين المجموعات	٧٠,٤٨٧	٣	٢٣,٤٩٦	١,١٨٤	٢,٧٦	غير دال عند ٠,٠٥
داخل المجموعات	١٣٢٩,٤٥٧	٦٧	١٩,٨٤٣			
الكلية	١٣٩٩,٩٤٤	٧٠				

وللكشف عن دلالة الفروق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية ، فقد تم تقسيم أفراد العينة الى مجموعتين ، الأولى ضمت الأفراد العازبات وبلغ عددهن (٦٧) لاعبة،

والثانية تألفت من (٤) لاعبات من المتزوجات ، وعند إجراء المقارنة بين متوسطي درجات المجموعتين تبين عدم وجود فرق دال إحصائياً بين العازبات والمتزوجات في السلوك التنافسي، والجدول (٤) يبين ذلك .

الجدول (٤)

يبين دلالة الفرق باختبار " ت " في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الحالة الاجتماعية
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال عند ٠,٠٥	٢,٠٠٠	٠,٤٧١	٤,٥٤٨	٤٢,٩١٠	٦٧	أعزب
			٣,١٦٢	٤٤,٠٠٠	٤	متزوج

ولأجل معرفة أثر المستوى التعليمي في السلوك التنافسي لدى اللاعبات في الأندية الرياضية، فقد تم تقسيم أفراد العينة الى ثلاث مجموعات وفقاً لمستواهن التعليمي ، ضمت المجموعة الأولى (٢٣) لاعبة في مستوى الدراسة المتوسطة وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٢,٣٠٤) درجة ، وتكونت المجموعة الثانية من (٣٢) لاعبة في المستوى الإعدادي وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٣,٦٢٥) درجة ، أما المجموعة الثالثة فتألفت من (١٦) لاعبة في المستوى الجامعي وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٢,٦٢٥) درجة . وعند إجراء المقارنة بين المجموعات الثلاث باستخدام تحليل التباين الأحادي وسيلة إحصائية في المعالجة ، تبين عدم وجود فروق دالة إحصائية في السلوك التنافسي يعزى الى أثر المستوى التعليمي ، والجدول (٥) يبين ذلك .

الجدول (٥)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفرق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

مستوى الدلالة	القيمة الفائية		متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال عند ٠,٠٥	٣,١٥	٠,٦٣٩	١٢,٩١٢	٢	٢٥,٨٢٤	بين المجموعات
			٢٠,٢٠٨	٦٨	١٣٤٧,١٢٠	داخل المجموعات
				٧٠	١٣٩٩,٩٤٤	الكلي

ولمعرفة أثر موقع السكن في السلوك التنافسي ، تم تقسيم أفراد العينة الى مجموعتين الأولى ضمت الأفراد اللواتي يسكن في المدينة البالغ عددهن (٦٦) لاعبة ، والمجموعة الثانية تكونت من الأفراد اللواتي يسكن في الريف وبلغ عددهن (٥) لاعبات ، وعند إجراء المقارنة بين

متوسطي درجات المجموعتين باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، تبين عدم وجود فرق دال إحصائياً في السلوك التنافسي يعزى الى متغير موقع السكن ، والجدول (٦) يبين ذلك .

الجدول (٦)

يبين دلالة الفرق باختبار " ت " في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير موقع السكن

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	موقع السكن
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال عند ٠,٠٥	٢,٠٠٠	١,٧٧٥	٤,٥٠٩	٤٣,٢٢٧	٦٦	المدينة
			٢,٠٧٤	٣٩,٦٠٠	٥	الريف

وللكشف عن دلالة الفروق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير نوع الرياضة التي تمارسها اللاعب ، فقد تم تقسيم أفراد العينة الى مجموعتين ، الأولى ضمت للاعبات اللواتي يمارسن الرياضة الفردية (فوز العريض ، رمي الثقل ، رمي القرص ، تمارين سويدية ، تايكوندو ، ركض ، شطرنج .. الخ) وبلغ عددهن (٢٣) لاعبة ، والثانية تألفت من (٤٨) لاعبة من اللاتي يمارسن الرياضة الفرقية (كرة سلة ، كرة طائرة..) ، وعند إجراء المقارنة بين متوسطي درجات المجموعتين تبين عدم وجود فرق دال إحصائياً بين اللواتي يمارسن الرياضة الفردية واللواتي يمارسن الرياضة الفرقية في السلوك التنافسي ، والجدول (٧) يبين ذلك .

الجدول (٧)

يبين دلالة الفرق باختبار " ت " في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير نوع الرياضة

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	نوع الرياضة
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال عند ٠,٠٥	٢,٠٠٠	٠,٤٧١	٣,١٣٠	٤٢,٦٠٩	٢٣	فردية
			٥,٠١١	٤٣,١٤٦	٤٨	فرقية

ولأجل معرفة أثر الحصول على الجوائز في السلوك التنافسي لدى اللاعبات في الأندية الرياضية ، فقد تم تقسيم أفراد العينة الى مجموعتين ، ضمت المجموعة الأولى (٢٨) لاعبة لم يسبق لهن الحصول على جوائز ، وتكونت المجموعة الثانية من (٤٣) لاعبة ممن سبق وأن حصلن على جوائز رياضية ، ، وعند إجراء المقارنة بين متوسطي درجات المجموعتين تبين وجود فرق دال إحصائياً في السلوك التنافسي بين المجموعتين وكان الفرق لصالح المجموعة التي لم تحصل على جوائز في السابق ، والجدول (٨) يبين ذلك

الجدول (٨)

يبين دلالة الفرق باختبار " ت " في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير الحصول على الجوائز

مستوى الدلالة	القيمة الثانية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الحصول على الجوائز
	الجدولية	المحسوبة				
٠,٠٥	٢,٠٠٠	٣,٢٢٧	٤,١٣٢	٤٤,٩٦٤	٢٨	لا
			٤,٢٤١	٤١,٦٧٤	٤٣	نعم

ولأجل معرفة أثر النادي في السلوك التنافسي لدى اللاعبين في الأندية الرياضية، فقد تم تقسيم أفراد العينة الى ست مجموعات وفقاً للأندية التي تنتمي اليها أفراد العينة ، ضمت المجموعة الأولى (١١) لاعبة في نادي سميل وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٣,١٨٢) درجة ، وتكونت المجموعة الثانية من (١٣) لاعبة في نادي شيخان وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٤٦,٣٨٥) درجة ، أما المجموعة الثالثة فتألفت من (١٢) لاعبة في نادي برده رش وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٢,٠٠٠) درجة. وتكونت المجموعة الرابعة من (١٢) لاعبة في نادي كاره وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٠,٧٥٠) درجة ، وتألفت المجموعة الخامسة من (١٢) لاعبة في نادي عمادية وبلغ متوسط درجاتهن (٤٦,٧٥٠) درجة ، في حين تكونت المجموعة السادسة من (١١) لاعبة في نادي سنحاريب وبلغ متوسط درجاتهن (٣٨,٠٩١) درجة . وعند إجراء المقارنة بين المجموعات الست باستخدام تحليل التباين الأحادي وسيلة إحصائية في المعالجة ، تبين وجود فروق دالة إحصائياً في السلوك التنافسي يعزى الى أثر المستوى التعليمي ، والجدول (٩) يبين ذلك .

الجدول (٩)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفرق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير النادي

مستوى الدلالة	القيمة الفائية		متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
٠,٠٥	٢,٣٧	١١,٤٥٧	١٣١,١٦٤	٥	٦٥٥,٨٢١	بين المجموعات
			١١,٤٤٨	٦٥	٧٤٤,١٢٢	داخل المجموعات
				٧٠	١٣٩٩,٩٤٤	الكلي

وتشير النتائج الى أن أعلى مستوى للسلوك التنافسي ظهر في نادي عمادية حيث بلغ متوسط درجات أفرادها في السلوك التنافسي (٤٦,٧٥٠) درجة ، بينما أقل مستوى للسلوك التنافسي ظهر في نادي سنحاريب حيث بلغ متوسط درجات أفرادها (٣٨,٠٩١) درجة .

ولأجل معرفة أثر الدافع لممارسة الرياضة في السلوك التنافسي لدى اللاعبين في الأندية الرياضية ، فقد تم تقسيم أفراد العينة الى ثلاث مجموعات وفقاً لدوافعهم في ممارسة الرياضة، ضمت المجموعة الأولى (٤) لاعبات كان دافعهم لممارسة الرياضة هو مهني وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٠,٥٠٠) درجة ، وتكونت المجموعة الثانية من (٦١) لاعبة كان دافعهم هو الهواية وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٢,٨٨٥) درجة ، أما المجموعة الثالثة فتألفت من (٦) لاعبات ممن كان دافعهم هو الصحة والرشاقة وبلغ متوسط درجاتهن في السلوك التنافسي (٤٥,٥٠٠) درجة . وعند إجراء المقارنة بين المجموعات الثلاث باستخدام تحليل التباين الأحادي وسيلة إحصائية في المعالجة ، تبين عدم وجود فروق دالة إحصائية في السلوك التنافسي يعزى الى أثر الدافع لممارسة الرياضة ، والجدول (١٠) يبين ذلك .

الجدول (١٠)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفرق في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير الدافع لممارسة الرياضة

مستوى الدالة	القيمة الفائية		متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال عند ٠,٠٥	٣,١٥	١,٦٠٩	٣١,٦٢٣	٢	٦٣,٢٤٧	بين المجموعات
			١٩,٦٥٧	٦٨	١٣٣٦,٦٩٧	داخل المجموعات
				٧٠	١٣٩٩,٩٤٤	الكلي

٢-٣ مناقشة النتائج:

يتضح من النتائج المعروضة في الجدول (٢) أن مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعبين في الأندية الرياضية هو جيد . ويمكن تفسير هذه النتيجة في أن عدد اللواتي يمارسون الرياضة في الأندية الموجودة في محافظة دهوك لا يزال محدود وبالتالي تكون عنصر المنافسة شديد بين اللاعبين من جهة ، ومن جهة أخرى مستوى التوقعات لدى اللاعبين أنفسهم وكذلك لدى إدارة النادي في إثبات الوجود وضرورة تحقيق الانتصارات والفوز كل ذلك من شأنه أن يؤدي الى رفع مستوى السلوك التنافسي .

وأشارت النتائج المعروضة في الجداول (٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ١٠) الى عدم وجود فروق دالة في السلوك التنافسي تبعاً لمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية ومستوى التعليم وموقع السكن ونوع الرياضة ودافع ممارسة الرياضة ، ويمكن تفسير هذه النتيجة في أن السلوك التنافسي لا يرتبط بعامل العمر ذلك لأن في كل الأعمار هناك منافسة من أجل تحقيق الذات

والوصول الى الفوز ، كما أن السلوك التنافسي لا يرتبط بالحالة الاجتماعية ذلك لأن الفتاة العازية وكذلك المرأة المتزوجة عند ممارستها للأنشطة الرياضية تبغي الوصول الى تحقيق نتائج معينة ومن هنا لا يقتصر السلوك التنافسي على حالة دون غيرها . أما فيما يتعلق بعدم وجود فروق في السلوك التنافسي تبعاً لمستوى التعليم فقد يعزى ذلك الى أن السلوك التنافسي يرتبط بالحالة الداخلية للرياضي ولا يخضع الى المستوى المعرفي ونوع التعليم الذي تلقاه الشخص ، وهكذا الأمر فيما يخص متغير السكن وعدم تأثيره في مستوى السلوك التنافسي ، فالأفراد الذين يسكنون في الريف لديهم درجات مماثلة لأولئك الذين يسكنون في المدينة ، وقد يعزى ذلك الى أن كلا البيئتين يشجعان روح المنافسة لدى الأفراد ويحثان على تحقيق الفوز في الأنشطة الرياضية . كما أشارت النتائج الى عدم وجود فروق في السلوك التنافسي تبعاً لنوع الرياضة ، وقد يعزى ذلك الى أن أي نشاط رياضي يمارسه الفرد يهدف الى تطوير قدرات الفرد ومهاراته وعليه فإن السلوك التنافسي مصحوب لأية ممارسة رياضية سواء أكانت أنشطة فردية أم ممارسات على مستوى فرق وألعاب جماعية ، فهناك التنافس الذاتي حيث يقوم الفرد بمقارنة أداءه مع نفسه وهناك التنافس مع الآخرين .

وفضلاً عما تقدم فقد أشارت النتائج الى عدم وجود فرق دال في السلوك التنافسي تبعاً لمتغير الدافع لممارسة الرياضة ، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأنه مهما كان الدافع سواء أكان مهنيًا أم هوايةً أم لأجل الحصول على الصحة والرشاقة فإن الأمر لا يختلف ، ذلك لأن في كل الأحوال هناك الهدف المتمثل في تحقيق الانجاز والفوز والوصول الى الهدف المنشود ومن هنا كانت الممارسات الرياضية دائماً مصحوبة بالسلوك التنافسي .

وأشارت النتائج المعروضة في الجدولين (٨ ، ٩) الى وجود فروق دالة إحصائياً في السلوك التنافسي تبعاً لمتغيري الحصول على الجوائز والنادي ، ويمكن تفسير هذه النتيجة في أن الحصول على الجوائز تعد خبرات ايجابية من شأنها تعزيز السلوك لدى الرياضي ومن هنا فإن اللواتي سبق لهم الحصول على الجوائز اختلفن في سلوكهن التنافسي عن زميلاتهن اللواتي يمارسن الأنشطة الرياضية ولم يحصلن بعد على الجوائز ، ذلك أن الجائزة تعد من معززات السلوك والأدبيات تشير الى أن هناك العديد من الوظائف للمعززات منها الدافعية والتوجيهية وما الى ذلك .

وأخيراً ، أشارت النتائج الى وجود تباين في السلوك التنافسي لدى أفراد العينة تبعاً لمتغير النادي ، وربما كان السبب وراء اختلاف السلوك التنافسي لدى اللاعبات في الأندية المختلفة يعود الى اختلاف تلك الأندية في امكانياتها وطبيعة الادارة الموجودة في كل نادي وكذلك ما تحظى بها كل لاعبة في النادي من اهتمام وتشجيع .

٤- الاستنتاجات والتوصيات :

٤-١ الاستنتاجات :

- من خلال ما تقدم من نتائج توصل اليها البحث الحالي يمكن أن نستنتج الآتي :
- أ. اللاعبات المنتميات الى الأندية الرياضية في محافظة دهوك لديهن القدرة على المنافسة الرياضية .
 - ب. إن ارتفاع مستوى السلوك التنافسي يستوجب الاهتمام بالجانب النفسي في الإعداد الرياضي للاعبات في الأندية لكي لا يؤثر المستوى العالي من سلوك المنافسة بشكل سلبي في أداء اللاعبات في أثناء المشاركة في المنافسات الرياضية .
 - ج. أن السلوك التنافسي لا يتأثر بمتغيرات العمر والحالة الاجتماعية ومستوى التعليم وموقع السكن ونوع الرياضة ودافع ممارسة الرياضة .
 - د. أن تباين الأندية تؤثر في مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعبات .
 - هـ. أن السلوك التنافسي يتأثر بالخبرات السابقة سيما تلك الخبرات المتعلقة بالفوز والحصول على الجوائز .

٤-٢ التوصيات :

- وفي ضوء النتائج التي أسفر عنها البحث يمكن تقديم التوصيات الآتية :
- أ. ضرورة اهتمام المدربين في الأندية الرياضية بالاعداد النفسي للاعبات الى جانب الاعداد البدني والمهاري .
 - ب. العمل من أجل خلق حالة الاطمئنان النفسي لدى اللاعبات والحد من الخوف من الفشل الذي يمثل مصدر تهديد ويؤثر بشكل سلبي في السلوك التنافسي .
 - ج. توفير المستلزمات الضرورية لممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة في الأندية لما لذلك من أثر ايجابي في سلوك المنافسة لدى اللاعبات .
 - د. أن الحاجة مازالت قائمة للبحث في مجال المنافسة وما يتصل بها من قلق وأنماط سلوكية وخاصة لدى الناشئ الرياضي .

٥. المصادر :

١. أبو حطب ، فؤاد وسيد أحمد عثمان (١٩٨٧): التقويم النفسي ، ط٣ ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .

٢. الأزيرجاوي ، فاضل محسن (١٩٩١): علم النفس التربوي ، دار الكتب لطباعة ، جامعة الموصل .
٣. الجبوري ، عدنان جواد خلف (٢٠٠٢): أهمية الإعداد أثناء المنافسات وأثره على نتائج السباقات الرياضية ،مجلة ديالى الرياضية ، المجلد الأول ، عدد خاص بحوث المؤتمر الثالث عشر لكليات التربية الرياضية في العراق ٢٠٠٢/٣/٦.٥ .
٤. حاتملة ، مازن رزق (٢٠٠٣): تأثير استخدام برنامج التدريب بالتصور الذهني على تحسين أداء لاعبي التنس الناشئين (١٠ . ١٤ سنة) في الأردن ، مجلة أبحاث اليرموك (سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية) ، المجلد ١٩ ، العدد ٣، ص ١٣٢٣ .١٣٥٥ .
٥. الخياط ، فداء أكرم (١٩٩٧): أثر استخدام أسلوب التنافس الذاتي والمقارن في تعليم بعض المهارات الحركية بكرة القدم ، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
٦. راتب ، أسامة كامل (٢٠٠٠): علم نفس الرياضة المفاهيم . التطبيقات ، ط٣ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٧. الروسان ، فاروق (١٩٩٩): أساليب القياس والتشخيص في التربية ، ط١ ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان .
٨. سليمان ، ممدوح محمد (١٩٨٨): أثر إدراك الطالب المعلم للحدود الفاصلة بين طرائق وأساليب واستراتيجيات التدريس في تنمية بيئة تعليمية فعالة داخل الصف ، مجلة رسالة الخليج العربي ، مكتب التربية لدول الخليج العربي ، السنة الثامنة ، العدد (٣٤) .
٩. الطالب ، نزار وكامل الويس (١٩٩٣): علم النفس الرياضي ، دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد .
١٠. ملحم ، سامي محمد (٢٠٠٠): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
١١. النعيمي ، ضرغام جاسم (٢٠٠٢): أثر استخدام التنافس بين أفراد المجموعة والأسلوب التقليدي في تعليم بعض المهارات الحركية بكرة القدم ، مجلة ديالى الرياضية ، المجلد الأول ، عدد خاص بحوث المؤتمر الثالث عشر لكليات التربية الرياضية في العراق ٢٠٠٢/٣/٦.٥ .
12. Wiliams, J.M.(1993): Applied Sport Psychology Personal Growth to Peak Performance , Mayfield Publishing Co., London.

ملحق
أنموذج أداة البحث
بسم الله الرحمن الرحيم

أقليم كردستان العراق
جامعة دهوك/كلية التربية
قسم التربية الرياضية

م/ استبيان

عزيزتي الرياضية ..

تحية طيبة :

بهدف دراسة السلوك التنافسي لدى اللاعبات في الأندية الرياضية في محافظة دهوك فقد تم إعداد هذا الاستبيان ، لذا نرجوا قراءة كل فقرة من الفقرات ومن ثم الإجابة عنها باختيار إحدى البدائل الثلاثة الموجودة أمام كل فقرة ، وذلك بوضع علامة (√) في المربع المناسب الذي ينطبق على شعورك ، علماً بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة ، بل تذكري اختيار البديل التي تصف ما تشعرين به عادة عند المنافسة في المواقف الرياضية ، والرجاء إكمال المعلومات المطلوبة في أدناه وعدم ترك أية فقرة في الاستبيان بدون إجابة ، ولا داعي لذكر الاسم . شاكرين لكم تعاونكم الجاد خدمة للبحث العلمي وتطوير الحركة الرياضية في اقليم كردستان.

سعدى عمر

زياد محفوظ

أحمد قاسم الأيتوتى

المعلومات :

١. العمر : () سنة .
 ٢. الحالة الاجتماعية : عزبة () متزوجة ()
 ٣. التحصيل الدراسي: متوسطة () إعدادية () معهد أو جامعة ()
 ٤. موقع السكن : مدينة () ريف () . ٥. نوع الرياضة () .
 ٦. هل سبق وأن حصلتِ على الجوائز ؟ نعم () كلا () .
 ٧. الدافع لممارسة الرياضة : مهني () اقتصادي () هواية ()
 ٨. الرشاقة () صحية () أخرى ()
٨. أسم النادي :

ت	الفقرة	دائماً	أحياناً	أبداً
١	ينخفض مستوى أدائي في المنافسة حينما يشاهدها بعض الأشخاص المهمين .			
٢	عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة فإنني لا أجد صعوبة في استعادة تركيز انتباهي .			
٣	تزداد ثقتي في نفسي كلما اقترب موعد المنافسة .			
٤	أعنف نفسي عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة .			
٥	عندما ينتقدني مدربي أو أحد زملائي أثناء المنافسة فإنني أجد صعوبة في تركيز انتباهي طوال الفترة الباقية من المباراة .			
٦	تظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المنافسة			
٧	أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة في المنافسة الهامة .			
٨	قبل اشتراكي في المنافسة لا أحتاج للمزيد من الوقت لكي أستعد نفسياً وذهنياً .			
٩	ينتابني القلق الشديد قبل اشتراكي في منافسة هامة .			
١٠	عندما تسوء الأمور في المنافسة فإن ذلك لا يسبب لي الارتباك أو القلق .			
١١	أدائي في المنافسة أفضل من أدائي أثناء التدريب .			
١٢	لا أنفعل أثناء المنافسة عندما أعتقد أن الحكم قد أخطأ معي أو مع زملائي في بعض قراراته .			
١٣	بعد انتهاء المنافسة أستطيع أن أتذكر كل ما حدث في المنافسة .			
١٤	أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة .			
١٥	أحاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة لأن ذلك يسبب لي المزيد من الضيق .			
١٦	أشعر قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة بأنني لا أستطيع تذكر أي شيء .			
١٧	مستوى أدائي ثابت في المنافسة وفي أقصى حدود قدراتي .			
١٨	بعد انتهاء المنافسة أشعر بأنني كنت أستطيع الأداء بصورة أفضل .			
١٩	أجد متعة في ممارسة الرياضة أثناء المنافسة أكثر من التدريب .			
٢٠	أرتكب بعض الأخطاء في اللحظات الحساسة من المنافسة .			