مستخلص البحث باللغة العربية

(أهم السمات الانفعالية وعلاقتها بدقة التصويب من القفز للاعبي كرة اليد الناشئين)

أ.د آلاء عبد الوهاب نبأ علي سامي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية

يهدف البحث:

١- التعرف على السمات الانفعالية ودقة التصويب من القفز لدى للاعبي كرة اليد الناشئين

٢- التعرف على طبيعة العلاقة بين السمات الانفعالية و التصويب من القفز للاعبي كرة اليد الناشئين .

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي، وتحدد مجتمع البحث بلاعبي أندية الديوانية والبالغ عددهم (٤٤) لاعبا بواقع (٣٠) لاعب من نادي (السنية) و (١٤) لاعب من نادي (غماس) ثم اختير منهم عينة عددهم (١٥) لاعب بصورة عشوائية من نادي السنية لتطبيق مقياس السمات الانفعالية واختبار التصويب من القفز، وتم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة للوصول إلى النتائج وفي ضوء النتائج التي تم التوصل إليها الباحثتان يمكن صياغة الاستنتاجات الآتية:

١. أن اغلب لاعبي كرة اليد الناشئين هم من يتمتعون بسمات الانفعالية جيد .
٢. هنالك علاقة طردية بين السمات الانفعالية والتصويب من القفز .
٣. كلما زادت السمات الانفعالية و التصويب من القفز كلما كانت النتائج أفضل.

وبناءاً إلى ما توصل إليه البحث من نتائج فان الباحثتان توصيان بما يأتي :

١. استخدام المدربين لمقياس السمات الانفعالية واختبار التصويب من القفز لمعرفة توجهات اللاعبين وما هو مستوى المتغيرات الانفعالية لديه لكي يتم الأخذ بنظر الاعتبار كيفية أعطاء التوجيهات والإرشادات للاعبين.
٢. كما تقترح الباحثتان :

أ – إجراء دراسة مماثلة على اللاعبين بكافة الفئات.

ب – أجراء دراسة تتناول العلاقة بين السمات الانفعالية والتصويب من القفز وبعض المتغيرات الانفعالية الأخرى

١-التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

لم يأتِ التقدم الحاصل في لعبة كرة اليد من فراغ ، بل جاء نتيجة التطور الحاصل في العملية التدريبية ، إذ أصبح الإعداد النفسي جزءاً لا يتجزأ من الإعداد البدني والفني والخططي ، وهو يلعب دورا مهماً في التدريب الحديث، إذ أن هبوط الحالة العقلية للاعب يجعل أداءه اقل مما هو مطلوب .

وتلعب السمات الانفعالية دورًا كبيرًا في المجال الرياضي، وخاصة داخل المنافسات الرياضية المختلفة وهي التي تصف الفرد وشخصيته ، فسمات اللاعبين تنظم الخبرات طالما أنهم يواجهون المنافسين على وفق سماتهم ، والسمات تقود أو ترشد السلوك ، لان اللاعبين يمكن أن يستجيبوا للظروف على أساس سماتهم فقط ، ولذلك فأن السمات تخلق و تواجه السلوك.

وتعد مهارات التصويب في كرة اليد من المهارات المهمة والتي تحتاج الى تركيز عالٍ نتيجة العوامل النفسية للاعب لكون نتيجتها مهمة في تحديد نتيجة المباراة وهو هدف كل مدرب أو فريق ، وأن لاعب كرة اليد يتطلب منه دقة عالية في أداء مهارة التصويب لان الدقة هي متغير مهم في مجال التعلم الحركي والسلوك الحركي لان الكثير من المهارات الحركية تتطلب تنفيذاً حركياً بأقل أخطاء ممكنة ، ومن هنا تكمن أهمية هذا البحث في معرفة العلاقة بين أهم السمات الانفعالية ودقة التصويب لناشئي كرة اليد.

١-٢ مشكلة البحث :

إن تطوير المهارات الأساسية في كرة اليد لا يعتمد فقط على الجانب البدني والفني وإنما للجانب العقلي دور كبير في تعلمها وبهذا لاحظت الباحثتان أن العملية التدريبية تعتمد أساسا على الترابط البدني والفني والعقلي ومن خلال خبرة الباحثتان كونها لاعبة سابقة وإطلاعها على اغلب المصادر والكتب في هذا المجال وجدت أن الجوانب الانفعالية لا يدخل ضمن الوحدات التدريبية المتبعة في منهاج التدريب وأن بعض المدربين لم يعطوا الاهتمام الكافي في إعداد اللاعبين من الجانب النفسي من خلال بعض السمات الانفعالية التي يتميز بها كل لاعب وتطوير تلك السمات من خلال التدريب ، وهو ما يؤدي إلى هدر الجهد والوقت في التدريب ومن ثم عدم تحقيق المستوى والنتائج المطلوبة ٠

لذا ارتأت الباحثتان دراسة هذه المشكلة والتعرف على العلاقة بين أهم السمات الانفعالية ودقة التصويب بالقفز للاعبي كرة اليد الناشئين.

١-٣ أهداف البحث :

١- التعرف على السمات الانفعالية ودقة التصويب من القفز لدى للاعبي كرة اليد الناشئين

٢- التعرف على طبيعة العلاقة بين السمات الانفعالية و التصويب من القفز للاعبي كرة اليد الناشئين .

١-٤ فرض البحث :

- هنالك علاقة ارتباط بين السمات الانفعالية ودقة التصويب من القفز للاعبي كرة اليد الناشئين .

١-٥ مجالات البحث :

١-٥-١ المجال البشري: اللاعبون الناشئون في أندية محافظة الديوانية بكرة اليد للموسم الرياضي (٢٠١٥-٢٠١٦).

١-٥-٢ المجال الزماني : من ١/ ٤ /٢٠١٦ ولغاية ١/ ٦ /٢٠١٦.

١-٥-٣ المجال المكاني : قاعة الشهيد رحيم عباس المغلقة في محافظة الديوانية.

الفصل الثالث

٣-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

٣-١منهج البحث:- قامت الباحثتان باستعمال المنهج الوصفي باسلوب الدراسة المسحية والعلاقات الارتباطية لملاءمته طبيعة البحث.

٣-٢مجتمع البحث وعينة:- تحدد مجتمع البحث بلاعبي أندية محافظة الديوانية بكرة اليد الناشئين للموسم الرياضي (٢٠١٥-٢٠١٦)، والبالغ عددهم (٤٤) لاعبا بواقع (٣٠) لاعب من نادي (السنية) و (١٤) لاعب من نادي (غماس) ، وتم اختيار عينة من نادي السنية بلغ عددها (١٥) لاعبا بالطريقة العشوائية بنسبة (٣٤.٠٩%) ، وتم اختيار (١٠) لاعبين للتجربة الاستطلاعية من نادي غماس بنسبة (٢٢.٧٢%) من مجتمع الأصل .

٣-٣ أدوات البحث والأجهزة المستعملة:-

٣-٣-١ أدوات البحث:

-المصادر العربية والأجنبية.

-الاستبيان.

-الاختبارات والقياس.

-الملاحظة والتجريب.

٣-٣-٢الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

-ساعة توقيت الكترونية نوع (Casio) عدد (٢).

-أدوات مكتبية (أوراق ، أقلام).

-ملعب كرة يد قانوني.

-كرات يد قانونية حجم ١ عدد (١٠).

-مربعات قياس الدقة حديدية (٥٠×٥٠) سم عدد (٢).

-أشرطة لاصقة ملونة.

-شريط قياس.

-صفارة نوع (Fox) عدد(٢).

٣-٤ إجراءات البحث الميدانية:-

٣-٤-١ اختيار مقياس السمات الانفعالية:-

اعتمدت الباحثتان مقياس السمات الانفعالية الذي قام ببنائه وتقنينه (أيمن هاني الجبوري)[١]،إذ يتكون المقياس بالأصل من (٦٠) فقرة تقيس السمات الانفعالية للاعبي كرة اليد (ينظر الملحق ٢) موزعة على ثمانية مجالات بلغت الفقرات الموجبة فيه (٤٨) فقرة ، بينما بلغت للفقرات السالبة (١٢) فقرة وتكون الإجابة على الفقرات من خلال خمس بدائل للإجابة تراوحت من(٥-١) للفقرة الموجبة ومن(١-٥) للفقرات السالبة وهي (أوافق بدرجة كبيرة ، أوافق، لا رأي لي ، لا أوافق ، لا أوافق بدرجة كبيرة)، وكما هو مبين في الجدول (١).

الجدول (١) يبين توزيع الفقرات الايجابية والسلبية على مجالات مقياس السمات الانفعالي

ت	اسم المجال	عدد الفقرات الايجابية	أرقام الفقرات الايجابية	عدد الفقرات السلبية	أرقام الفقرات السلبية
١	التماسك الاجتماعي-الحركي	٤	٣، ٤، ٥، ٦	١	٢
٢	الثقة بالنفس	٧	٧، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤	٢	٨، ١٥
٣	الإرادة	٨	١، ١٧، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٣، ٢٤، ٢٥	٢	١٨، ١٩
٤	الدافعية	٩	٢٦، ٢٧، ٣٠، ٣١، ٣٢، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٦	٢	٢٨، ٢٩
٥	السلوك الجازم	٦	٣٧، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١، ٤٢	-	
٦	الاتزان الانفعالي	١	٤٣	٥	٤٤، ٤٥، ٤٦، ٤٧، ٤٨
٧	التوجه نحو المنافسة والتفوق	٨	٤٩، ٥٠، ٥١، ٥٢، ٥٣، ٥٤، ٥٥، ٥٦	-	
٨	الأمن النفسي	٥	٥٧، ٥٨، ٥٩، ٦٠، ٦١	-	
المجموع		٤٨		١٢	

[١]ايمن هاني عبد الجبوري. مقارنة المحددات في المجال الرياضي بين لاعبي كرة اليد وكرة السلة المتقدمين في العراق، أطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية ، جامعة بابل، ٢٠١٤، ص٢٤٧.

ومن أجل تطبيق مقياس السمات الانفعالية على لاعبي كرة اليد الناشئين قامت الباحثتان بعرض المقياس (ينظر الملحق ١) على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (ينظر الملحق ١) في مجال علم النفس الرياضي والاختبار والقياس،لغرض تقويمه والحكم عليهم من حيث صلاحيتهم في قياس السمات الانفعالية وبعد إطلاع السادة الخبراء والمختصين على فقرات المقياس والاختبار ، وتم من خلال آرائهم الموافقة على المقياس وفقراته بنسبة أتفاق (١٠٠%).

٣-٤-٢ اختبار قياس دقة مهارة التصويب من القفز بكرة اليد:

لغرض تحديد الاختبارات لمهارة دقة التصويب بكرة اليد قامت الباحثتان بترشيح مجموعة من الاختبارات، وتم عرضها باستمارة استبيان (ينظر الملحق ٣) على مجموعة من الخبراء والمختصين(ينظر الملحق ٤) والبالغ عددهم (٩) خبراء ، إذ تم استعمال إختبار (كا^{2}) لتحديد صلاحية الاختبارات والجدول (٤) يبين ذلك.

الجدول (٤)

يبين قيمة (كا٢) المحسوبة وعدد الخبراء والموافقين وغير الموافقين لترشيح اختبارات دقة التصويب عاليا من القفز

المهارات	ت	الأشكال	وحدة القياس	الخبراء		قيمة كا٢ المحسوبة	نوع الدلالة
				الموافقون	غير الموافقين		
التصويب	١	التصويب من القفز ومن مستوى الرأس على مربعات دقة التصويب (٥٠ × ٥٠)	درجة	٦	٣	١	غير معنوي
	٢	التصويب من القفز عاليا على مربعات دقة التصويب (٥٠ × ٥٠)	درجة	٨	١	٥.٤٤	معنوي
قيمة كا٢الجدولية هي (٣.٨٤٦) عند درجة حرية (١).							

٣-٤-٣ التجربة الاستطلاعية لمقياس السمات الانفعالية وأختبار دقة التصويب عاليا من القفزة بكرة اليد:-

قامت الباحثتان بإجراء تجربة استطلاعية يوم الخميس المصادف (٢٠١٦/٤/٢١) على عينة مكونة من (١٠) لاعبين يمثلون نادي غماس، إذ كانت أهداف هذه التجربة هي:-

- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحثتان.
- مدى تفهم عينة البحث لمفردات المقياس والاختبار .
- معرفة كفاءة فريق العمل المساعد (ينظر الملحق ٥)
- التعّرف على الوقت المستغرق لتطبيق المقياس.
- استخراج معامل الثبات.

الأدوات المستخدمة في التجربة:

- أدوات مكتبية (أوراق – أقلام).
- ساعة الكترونية.
- ملعب كرة يد قانوني.
- كرات يد قانونية حجم (٣) عدد (٦).
- مربعات قياس الدقة (٥٠×٥٠) سم.
- شريط قياس.
- شريط لاصق.

٣-٤-٤ توصيف اختبار التصويب من القفز عاليا:[١]

-**اسم الاختبار**: التصويب من القفز عاليا.

-**الغرض من الاختبار** : قياس دقة التصويب من القفز عاليا.

-**الأدوات المستخدمة:** ملعب كرة يد، مربعات دقة التصويب (٥٠ x ٥٠) معلقة بالزوايا العليا للهدف، كرات يد عدد (٦).

-**مواصفات الأداء:** يقوم اللاعب بالأداء من خطوتين، أوْ ثلاث خطوات، ثم القفز من على (٩) م والتصويب على مربعات دقة التصويب من القفز عاليا، وعلى أنْ ترسل ثلاث كرات من مربعات دقة التصويب وبالتعاقب .

-التسجيل :يسجل المختبر عدد المحاولات الناجحة من التصويب التي تدخل فيها الكرة من مربعات دقة التصويب .

٣-٤-٥ الأسس العلمية للاختبارات:

---

[١] كمال عبد الحميد و محمد صبحي حسانين.القياس في كرة اليد، القاهرة ، مطابع روز اليوسف ، ١٩٨٠ ، ص١٧٦.

٣-٤-٥-١ صدق الاختبارات:-يعد الصدق من أهم شروط الاختبار الجيد" فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في قياس ما وضع من أجله"[٢]، ولتحديد صدق الاختبارات قامت الباحثتان بعرض مقياس السمات الانفعالية واختبار دقة التصويب بكرة اليد على مجموعة من السادة الخبراء وذوي الاختصاص في مجالات علم النفس الرياضي والاختبار والقياس والتدريب الرياضي وكرة اليد الذين اتفقوا جميعا على هذه الاختبارات.

٣-٤-٥-٢ ثبات الاختبارات:ثبات الاختبار"هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد الاختبار على نفس الأفراد وفي نفس الظروف" [٣] ، وعلى هذا الأساس قامت الباحثتان بتطبيق مقياس السمات الانفعالية واختبار دقة التصويب على عينة من نادي غماس والبالغ عددهم (١٠) لاعبين بتاريخ ٢٠١٦/٤/٢١، وبعد (١٤) يوم تمت إعادة الاختبار لمقياس السمات الانفعالية على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها أي بتاريخ ٢٠١٦/٥/٤، وبعد (٥) أيام تمت إعادة اختبار دقة التصويب بكرة اليد على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها أي بتاريخ ٢٠١٦/٤/٢٦ ومن ثم استعمال معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، إذ أظهرت النتائج تمتع هذه الاختبارات بدرجة عالية من الثبات، إذ بلغ معامل الارتباط لمقياس السمات الانفعالية (٠.٩١)، ولاختبار دقة التصويب عاليا من القفز (٠.٨٩) .

٣-٤-٥-٣ الموضوعية:- من الشروط الواجب توافرها في الاختبارات هي الموضوعية، ويعد الاختبار موضوعياً إذا كان يعطي الدرجات نفسها بغض النظر عمن يصححه "أن الاختبار ذا الموضوعية الجيدة هو الاختبار الذي يبعد الشك وعدم الموافقة من قبل المختبرين عند التطبيق"[١]، وقد قامت الباحثتان باعتماد درجات اثنين من المقومين[*]، ثم استعمال معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، إذ أظهرت النتائج تمتع هذه الاختبارات بدرجة عالية من الموضوعية إذ بلغ معامل الارتباط (١).

٣-٥ **الوسائل الإحصائية:**-استعملت الباحثتان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) الإصدار السابع عشر في معالجة الدرجات الخام لاستخراج الوسائل الإحصائية الآتية:-

١-الوسط الحسابي .

٢-الانحراف المعياري.

---

[٢]محمد صبحي حسانين. القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة، ط٣،القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٥، ص١٨٣.

[٣] احمد محمد خاطر وعلي فهمي البيك. التقويم والقياس في المجال الرياضي، القاهرة، دار المعارف، ١٩٨٧، ص١٨.

[١] إبراهيم احمد سلامة. الاختبارات والقياس في التربية البدنية،القاهرة، مطبعة الجيزة،١٩٨٠، ص٧٩.

[*]المقومان هما:

١- د. أيمن هاني الجبوري كرة يد- اختبار وقياس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة الكوفة.

٢-م.م يوسف حسين كرة يد- تدريب رياضي كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة القادسية

٣-النسبة المئوية.

٥- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

الباب الرابع : يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل النتائج التي توصلت إليها الباحثتان من خلال تحليل استجابات أفراد العينة على أداة البحث وبحسب الأهداف الواردة فيه وكما يلي :

٤-١ التعرف على السمات الانفعالية واختبار دقة التصويب من القفز بكرة اليد والعلاقة بينهما:

الجدول (٣)

نتائج العينة في مقياس السمات الانفعالية واختبار دقة التصويب من القفز بكرة اليد

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة	قيمة ر الجدولية	الدلالة
السمات الانفعالية	١٤٥.١٨	٣.٢٢	٠.٨٧	٠.٤٤	معنوي
دقة التصويب من القفز بكرة اليد	٦.٤٤	٠.٨٢			

يظهر من الجدول (٣) أن قيمة ر المحسوبة أعلى من قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (١٣) ، وهذا يعني أن لاعبي كرة اليد الناشئين يتمتعون بسمات انفعالية ودقة التصويب من القفز بكرة اليد ويمكن تفسير ذلك باعتبار المتغيرات النفسية وما لها من أهمية وتأثير فعال في الحياة العامة والذي ينعكس بالتالي على أداء اللاعبين للمهارات الأساسية بكرة اليد وعلى نتائجهم ، إذ يحتاج اللاعب إلى تطوير السمات الانفعالية التي تعني التحكم بالانفعالات الداخلية والخارجية التي يتعرضون إليها في تعلم المهارات والمواقف المتنوعة وخاصة في تدريبات كرة اليد ، لذا فان اللاعب إذا توفرت له مجموعة من المتغيرات النفسية ومنها السمات الانفعالية ، لأنها "من العوامل المهمة والأساسية من عوامل الشخصية في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية والمهارية ، وكذلك المحافظة على السلوكيات الصحية"[٢]، فضلا عن أنها تعمل كحاجز يحول بين اللاعب والإصابة الجسمية المرتبطة بالتدريبات فاللاعب ذو الشخصية الجيدة يتعامل بصورة جادة

[٢] - سالم محمد عبد الله المفرجي وعبد الله علي أبو عرّاد. المصدر السابق، ص١٢٧.

وفعالة مع الضغوط التي يواجهها في عملية التدريب ، كما يميل للتفاؤل والتعامل المباشر مع مصادر الضغط، لذلك فإنه يستطيع تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً، وعليه فإنه يكون أقل عرضة للآثار السلبية المرتبطة بضغوط التدريب او الحياة العامة.

٥ –١ الاستنتاجات

٤. أن اغلب لاعبي كرة اليد الناشئين هم من يتمتعون بسمات الانفعالية جيد .
٥. هنالك علاقة طردية بين السمات الانفعالية والتصويب من القفز .
٦. كلما زادت السمات الانفعالية و التصويب من القفز كلما كانت النتائج أفضل.

التوصيات:

وبناءاً إلى ما توصل إليه البحث من نتائج فان الباحثتان توصيان بما يأتي :

٣. استخدام المدربين لمقياس السمات الانفعالية واختبار التصويب من القفز لمعرفة توجهات اللاعبين وما هو مستوى المتغيرات الانفعالية لديه لكي يتم الأخذ بنظر الاعتبار كيفية أعطاء التوجيهات والإرشادات للاعبين.
٤. كما تقترح الباحثتان :

أ – إجراء دراسة مماثلة على اللاعبين بكافة الفئات.

ب – أجراء دراسة تتناول العلاقة بين السمات الانفعالية والتصويب من القفز وبعض المتغيرات الانفعالية الأخرى

الملحق (١) يبين استبيان صلاحية مقياس أهم السمات الانفعالية

الأستاذ الدكتور ..... المحترم

تحية طيبة:

نظرا للمكانة العلمية التي تتمتعون بها تم اختياركم في لجنة تحديد صلاحية فقرات مقياس (أهم السمات الانفعالية) والذي تم بناؤه وتقنينه على لاعبي كرة اليد المتقدمين في العراق للباحث (أيمن هاني الجبوري) [١]، يشتمل المقياس على (٦٠) فقرة موزعة على ثمانية أبعاد، ولغرض وضعها بالشكل النهائي لتكون ملائمة لعينة البحث الحالية وهم (لاعبي كرة اليد الناشئين) ترى الباحثة أن الرصانة العلمية تقتضي منها عرض هذه الفقرات على سيادتكم أملاً في أن تتفضلوا مشكورين بالموافقة على قراءتها ووضع علامة (√) في العمود المناسب، فإذا كانت العبارة تحتاج إلى تعديل، ترجو الباحثة تثبيت التعديل المقترح في الصفحة الأخيرة وذلك بدرج البعد ورقم العبارة والتعديل المطلوب، أما إذا كانت العبارة مدرجة في محور أو بعد غير مناسب فيؤشر ذلك في العمود الأخير أمام العبارة المعنية ويثبت المحور المقترح فيها، ويمكنكم أيضاً إضافة بعض الفقرات التي ترونها مناسبة أسفل البعد علما ان بدائل الاجابة هي :

أوافق بدرجة كبيرة	أوافق	لا رأي لي	لا أوافق	لا أوافق بدرجة كبيرة

مع فائق الشكر والتقدير...

اسم الخبير:

اللقب العلمي و تأريخه:

التخصص

مكان العمل:

المجال	ت	العبارة	صالحة	غير صالحة	تحتاج الى تعديل	تنقل الى محور او بعد أخر
التماسك الاجتماعي	١-	قناعاتي بالقيادة الإدارية والفنية للفريق ليست بالمستوى المطلوب.				
	٢-	يتبع فريقي نظاماً دقيقاً خلال التدريب والمنافسات.				

[١] ايمن هاني عبد الجبوري. مقارنة المحددات في المجال الرياضي بين لاعبي كرة اليد وكرة السلة المتقدمين في العراق، اطروحة دكتوراه، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية ، جامعة بابل، ٢٠١٤، ص٢٤٧.

الحركي	٣-	طرائق لعب فريقي تعتمد على استغلال نواحي الضعف في الفرق المنافسة.				
	٤-	المدرب ساعدني في تحسين مهاراتي لخدمة الفريق.				
	٥-	تساعد طرائق لعب الفريق على إظهار كل قدرات ومواهب اللاعبين				
الثقة بالنفس	٦-	لدي القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة عند تعرض فريقي للضغوط النفسية				
	٧-	يتأثر أدائي بضغوط المنافسة.				
	٨-	يحالفني النجاح عندما أركز بصورة جيدة في المنافسة				
	٩-	أستطيع التكيف بسهولة مع مواقف اللعب المختلفة.				
	١٠-	ثقتي بنفسي هي مفتاح نجاحي				
	١١-	أستثمر جميع قدراتي العقلية بنجاح أثناء المنافسة.				
	١٢-	أتنافس بكل قوة لتحقيق الفوز.				
	١٣-	ثقتي بأدائي سبباً لتوقعي الفوز دائما.				
الإرادة	١٤-	أرتبك عندما تسير المنافسة لصالح المنافسين.				
	١٥-	عندما أفكر بالفرق الأخرى أكون متفائلا وأتوقع الأداء الأفضل.				
	١٦-	عندما أكون احتياطاً فاني أكون دائما جاهزا للاشتراك في اللعب.				
	١٧-	عند تعرضي للإصابة أشعر أن مستقبلي الرياضي قد انتهى.				
	١٨-	تقل رغبتي في الفوز عند إصابة احد الزملاء.				
	١٩-	أرادتي سر تألقي.				
	٢٠-	أتحدى الظروف الصعبة أثناء المباراة.				
	٢١-	أرادة الفريق ساعدتنا على مواجهة الكثير من المواقف الصعبة.				
	٢٢-	أرادتي ساعدتني على تجاوز الكثير من الأخطاء				
	٢٣-	أستطيع دائما هزيمة أي منافس حتى وان كان أقوى مني.				
	٢٤-	أتدرب طويلاً ودون ملل لتحسين قدراتي.				
الدافعية	٢٥-	التفوق على المنافسين من أهدافي الأساسية.				
	٢٦-	أستطيع تحمل أية مهمة يرى زملائي إنها صعبة.				
	٢٧-	أؤمن بان الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد.				
	٢٨-	اشعر بالخوف قبل إشراكي في المنافسة.				
	٢٩-	لدي استعداد للتدريب بدون انقطاع لكي انجح في رياضتي.				
	٣٠-	مؤازرة الجمهور لي تمنحني درجة كبيرة من الرضا.				
	٣١-	حبي للعبتي سر نجاحي في التدريب والمنافسة.				
	٣٢-	لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في رياضتي				
	٣٣-	عندما أرتكب خطأ ما أبذل أقصى جهدي لتعويضه.				
	٣٤-	عزيمتي تجعلني من أفضل اللاعبين.				
	٣٥-	حب الجمهور يدفعني للتميز في لعبتي.				
السلوك الجازم	٣٦-	أواجه المنافس الذي يغلب عليه طابع الإصرار والتحدي.				
	٣٧-	أتحدى المنافس بالقوة ضمن أطار القانون.				
	٣٨-	لا أخشى المنافس وان كان ذو مستوى عال.				
	٣٩-	أتميز بالحزم والانضباط أثناء المنافسة.				
	٤٠-	عندما تسوء الأمور استطيع أن أكافح بأقصى جهد.				

	٤١-	لا استسلم بسهولة حتى وان كان فريقي ناقص العدد .				
الاتزان الانفعالي	٤٢-	أحافظ على اتزاني عندما أتعرض إلى موقف صعب أثناء المنافسة.				
	٤٣-	أواجه ضغوطا عندما تكون لدي مباراة مع منافس أقوى مني.				
	٤٤-	صعوبة تركيزي عندما يتحدث معي المدرب قبل المباراة .				
	٤٥-	عندما أخطا في المهام التي تعلمتها من المدرب فاني افقد تركيزي .				
	٤٦-	اشعر بالضغط عندما أشعر أن الجمهور غير راضي عني.				
	٤٧-	أني متقلب المزاج في بعض المباريات.				
التوجه نحو المنافسة	٤٨-	استطيع تقديم أفضل ما عندي في الظروف الصعبة.				
	٤٩-	عندما يشجعني المدرب تزداد حماستي.				
	٥٠-	أسعى أن أضع فريقي في المراكز الأولى في المنافسات.				
	٥١-	أحافظ على مستوى أدائي وتركيزي في المباريات.				
	٥٢-	لا أخشى المهارات الصعبة للمنافسين .				
	٥٣-	اجعل الفوز شعاري عندما العب خارج ملعبي.				
	٥٤-	ممارستي للعبتي متعة و تحدي.				
	٥٥-	أسعى لتحدي أي موقف صعب أثناء المنافسة.				
الأمن النفسي	٥٦-	اطمئن دائما عندما العب مع أي فريق.				
	٥٧-	لااشعربالارتياحعندماأكونوحيداً.				
	٥٨-	لست أنانيا في لعبي هكذا يصفني زملائي.				
	٥٩-	أحاول تجنب الأشياء غير السارة عندما أواجه منافساً قوياً.				
	٦٠-	أظل متفائلاً حتى بعد تعرضي للخسارة.				

الملحق (٢) قائمة بأسماء السادة الخبراء الذين تم عرض مقياس السمات الانفعالية عليهم

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
١-	أ.د عامر سعيد الخيكاني	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل
٢-	أ.د ياسين علوان التميمي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل
٣-	أ.د حيدر عبد الرضا الخفاجي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل
٤-	أ.د سلمان عكاب الجنابي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الكوفة
٥-	أ.د حيدر ناجي حبش الشاوي	علم النفس الفسيولوجي	كلية التربية –قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة –جامعة الكوفة
٦-	أ.م.د علي حسين هاشم	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية
٧-	أ.م.د هيثم حسين الجبوري	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل

٨-	أ.م.د رعد فنجان	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل
٩-	أ.م.د فاضل كردي الشمري	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الكوفة
١٠	أ.م.د رأفت عبد الهادي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية
١١-	أ.م.د حسن صالح	علم النفس الرياضي	كلية التربية –قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة –جامعة الكوفة
١٢-	م.د حسن هادي الشريفي	علم النفس الرياضي	قسم الأنشطة الرياضة –رئاسة جامعة الكوفة
١٣-	م.د أيمن هاني الجبوري	اختبار وقياس	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الكوفة
١٤-	م.د محسن محمد الوزان	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الكوفة
١٥	م.د سلام محمد الكريعي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل

عزيز اللاعب:بين يديك قائمة من العبارات يرجى الإجابة عنها بمراعاة الملاحظات الآتية:

- اقرأ كل عبارة وبعد أن تفهم معناها اجب مباشرة بما ينطبق عليك شخصيا علما انه لا توجد هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.
- ضع علامة (√) أمام العبارة و أسفل كلمة أذا كانت العبارة تنطبق عليك ولو بدرجة قليلة.
- تأكد أن أجابتك ستكون سرية و لأغراض البحث العلمي فقط لذا يرجى الإجابة بدقة وصدق عن جميع العبارات وعدم ترك أي عبارة دون إجابة.

الباحثتان

ت	العبارة	أوافق بدرجة كبيرة	أوافق	لا رأي لي	لا أوافق	لا أوافق بدرجة كبيرة
١-	أنا مستعد للإجابة على جميع الأسئلة بصدق وأمانة.					
٢-	قناعاتي بالقيادة الإدارية والفنية للفريق ليست بالمستوى المطلوب.					
٣-	يتبع فريقي نظاماً دقيقاً خلال التدريب والمنافسات.					
٤-	طرائق لعب فريقي تعتمد على استغلال نواحي الضعف في					

	الفرق المنافسة.					
٥-	المدرب ساعدني في تحسين مهاراتي لخدمة الفريق.					
٦-	تساعد طرائق لعب الفريق على إظهار كل قدرات ومواهب اللاعبين					
٧-	لدي القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة عند تعرض فريقي للضغوط النفسية					
٨-	يتأثر أدائي بضغوط المنافسة.					
٩-	يحالفني النجاح عندما أركز بصورة جيدة في المنافسة					
١٠-	أستطيع التكيف بسهولة مع مواقف اللعب المختلفة.					
١١-	ثقتي بنفسي هي مفتاح نجاحي					
١٢-	أستثمر جميع قدراتي العقلية بنجاح أثناء المنافسة.					
١٣-	أتنافس بكل قوة لتحقيق الفوز.					
١٤-	ثقتي بأدائي سبباً لتوقعي الفوز دائما.					
١٥-	أرتبك عندما تسير المنافسة لصالح المنافسين.					
١٦-	عندما أفكر بالفرق الأخرى أكون متفائلا وأتوقع الأداء الأفضل.					
١٧-	عندما أكون احتياطاً فاني أكون دائما جاهزا للاشتراك في اللعب.					
١٨-	عند تعرضي للإصابة أشعر أن مستقبلي الرياضي قد انتهى.					
١٩-	تقل رغبتي في الفوز عند إصابة احد الزملاء.					
٢٠-	أرادتي سر تألقي.					
٢١-	أتحدى الظروف الصعبة أثناء المباراة.					
٢٢-	أرادة الفريق ساعدتنا على مواجهة الكثير من المواقف الصعبة.					
٢٣-	أرادتي ساعدتني على تجاوز الكثير من الأخطاء					
٢٤-	أستطيع دائما هزيمة أي منافس حتى وان كان أقوى مني.					
٢٥-	أتدرب طويلاً ودون ملل لتحسين قدراتي.					
٢٦-	التفوق على المنافسين من أهدافي الأساسية.					
٢٧-	أستطيع تحمل أية مهمة يرى زملائي إنها صعبة					
٢٨-	أؤمن بان الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد.					
٢٩-	اشعر بالخوف قبل إشراكي في المنافسة .					
٣٠-	لدي استعداد للتدريب بدون انقطاع لكي انجح في رياضتي					
٣١-	مؤازرة الجمهور لي تمنحني درجة كبيرة من الرضا.					
٣٢-	حبي للعبتي سر نجاحي في التدريب والمنافسة.					
٣٣-	لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في رياضتي					
٣٤-	عندما أرتكب خطأ ما أبذل أقصى جهدي لتعويضه.					
٣٥-	عزيمتي تجعلني من أفضل اللاعبين.					
٣٦-	حب الجمهور يدفعني للتميز في لعبتي.					
٣٧-	أواجه المنافس الذي يغلب عليه طابع الإصرار والتحدي.					

٣٨-	أتحدى المنافس بالقوة ضمن أطار القانون.					
٣٩-	لا أخشى المنافس وان كان ذو مستوى عال.					
٤٠-	أتميز بالحزم والانضباط أثناء المنافسة.					
٤١-	عندما تسوء الأمور استطيع أن أكافح بأقصى جهد.					
٤٢-	لا استسلم بسهولة حتى وان كان فريقي ناقص العدد .					
٤٣-	أحافظ على اتزاني عندما أتعرض إلى موقف صعب أثناء المنافسة.					
٤٤-	أواجه ضغوطا عندما تكون لدي مباراة مع منافس أقوى مني.					
٤٥-	صعوبة تركيزي عندما يتحدث معي المدرب قبل المباراة .					
٤٦-	عندما أخطا في المهام التي تعلمتها من المدرب فاني افقد تركيزي .					
٤٧-	اشعر بالضغط عندما أشعر أن الجمهور غير راضي عني.					
٤٨-	أني متقلب المزاج في بعض المباريات.					
٤٩-	استطيع تقديم أفضل ماعندي في الظروف الصعبة.					
٥٠-	عندما يشجعني المدرب تزداد حماستي.					
٥١-	أسعى أن أضع فريقي في المراكز الأولى في المنافسات.					
٥٢-	أحافظ على مستوى أدائي وتركيزي في المباريات.					
٥٣-	لا أخشى المهارات الصعبة للمنافسين .					
٥٤-	اجعل الفوز شعاري عندما العب خارج ملعبي.					
٥٥-	ممارستي للعبتي متعة و تحدي.					
٥٦-	أسعى لتحدي أي موقف صعب أثناء المنافسة.					
٥٧-	اطمئن دائما عندما العب مع أي فريق.					
٥٨-	لا اشعر بالارتياح عندما أكون وحيداً.					
٥٩-	لست أنانيا في لعبي هكذا يصفني زملائي.					
٦٠-	أحاول تجنب الأشياء غير السارة عندما أواجه منافساً قوياً.					
٦١-	أظل متفائلاً حتى بعد تعرضي للخسارة.					
٦٢-	أنا متأكد من إجابتي على جميع الفقرات بصدق وأمانة.					

الملحق (٣)

استبيان الخبراء والمختصين حول تحديد اختبارات دقة التصويب عاليا بكرة القفز

بسم الله الرحمن الرحيم

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

تحية طيبة :

في النية إجراء البحث الموسوم بـ :(**أهم السمات الانفعالية وعلاقتها بدقة التصويب من القفز للاعبي كرة اليد الناشئين)** ، ولكون سيادتكم خبراء في هذا المجال يرجى تفضلكم بإبداء آرائكم القيمة حول اختيار أي الاختبار الأصلح للاختبارات المختارة مع إبداء أي ملاحظة أو اختبار أخر ترونه مناسب ضمن متطلبات موضوع بحثي . مع فائق الشكر والتقدير لتعاونكم ...

الاسم:-

اللقب العلمي وتاريخه :-

الاختصاص :-

مكان العمل :-

التوقيع :-

الاختبار	الاختيار
(١) التصويب من القفز ومن مستوى الرأس على مربعات دقة التصويب (٥٠ × ٥٠)	
(٢) التصويب من القفز عاليا على مربعات دقة التصويب(٥٠ x٥٠)	

الملحق (٤)

قائمة بأسماء الخبراء والمختصين الذين عرضت عليهم استمارة تحديد اختبار دقة التصويب عاليا

ت	الاسم	مكان العمل	التخصص
١	أ.د. أحمد يوسف متعب	جامعة بابل	تدريب – كرة اليد
٢	أ.د. سامر يوسف متعب	جامعة بابل	تعلم – كرة اليد
٣	أ.د. احمد عبد الزهرة	جامعة القادسية	فسلجة – كرة اليد
٤	أ.د. أثير عبد الله اللامي	جامعة القادسية	تدريب – كرة اليد
٥	أ.م.د. مشرق عزيز طنيش	جامعة القادسية	تدريب – كرة اليد
٦	م.د أيمن هاني عبد الجبوري	جامعة الكوفة	اختبار وقياس

الملحق (٥) قائمة بأسماء كادر العمل المساعد

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
١-	م.د أيمن هاني الجبوري	اختبار وقياس – حكم كرة اليد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة الكوفة
٢-	م.م يوسف حسين	لاعب ومدرب كرة اليد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة القادسية
٣-	حيدر سلمان مظلوم	بكلوريوس تربية رياضية – حكم كرة اليد	الاتحاد العراقي المركزي لكرة اليد
٤-	احمد عبد الرحيم	حكم كرة اليد	الاتحاد العراقي المركزي لكرة اليد
٥-	حسين عبد الأمير	لاعب المنتخب الوطني ونادي الكرخ بكرة اليد	محافظة القادسية