



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الأساسية / قسم التربية الرياضية

الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري وفقاً لترتيب فرق الدوري لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم

رسالة تقدم بها

حكمت عبد العزيز غفوري سعد العبيدي

إلى مجلس كلية التربية الأساسية – جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة
الماجستير في التربية الرياضية

بإشراف

أ.د. مهند محمد عبد الستار

أ.د. عبد الرحمن ناصر راشد

2012م

1433هـ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

﴿ نَرْفَعُ دَرَجَاتٍ مِّنْ نَّشَأٍ وَفَوْقَ كُلِّ ذِي عِلْمٍ عَلِيمٌ ﴾

صدق الله العظيم

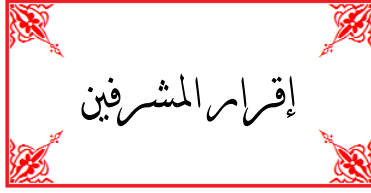
سورة يوسف "76"



الإهداء

- إلى نور الهدى حبيبنا محمد . . . (صل الله عليه وسلم) . . .
إلى من تكألت عليه الدنيا وظل شامخاً . . . وطني الغالي . . .
إلى من علمني معنى الفداء والتضحية . . .
إلى من استقي القدرمة من عنز مه . . .
إلى القلب النابض بالدعاء . . . أبي مرعك الله . . .
إلى نبع الحنان إلى شمسي إلى بسمتي وفرحتي . . .
إلى أناشيدي . . .
إلى جنتي . . . أمي مرعك الله . . .
إلى من سهرت لأجلي الليالي صابرة مراضية . . . نزوجتي . . .
إلى الطيور التي أنست وحدتي وزينت حديقتي وزهور عطرت
بالحب مسيرتي . . . أطفالي حفظهم الله . . .
إلى أعمامي وأولادهم . . . تقديراً . . .
إلى أحبائي أخوتي وأخواتي . . . تقديراً . . .
إلى كل من علمني وساندني وشجعني وأرشدني إلى الخير . . .
أهدي ثمرة جهدي المتواضع





نشهد أن أعداد هذه الرسالة الموسومة: **(الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري وفقاً لترتيب فرق الدوري لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم)**. والتي تقدم بها طالب الماجستير (حكمت عبد العزيز غفوري) قد تمت تحت إشرافنا في جامعة ديالى / كلية التربية الأساسية ، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية الرياضية ولأجله وقعنا.

المشرف
أ . د . مهند محمد عبد الستار

المشرف
أ . د . عبد الرحمن ناصر راشد

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوافرة نرشد هذه الرسالة للمناقشة .

التوقيع:

أ . د . نبيل محمود شاكر

معاون العميد للشؤون العلمية

كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى

2012 / /



إقرار المقوم العلمي

اشهد أنّ هذه الرسالة الموسومة بـ **(الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري وفقاً لترتيب فرق الدوري لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم)** التي تقدم بها طالب الماجستير (حكمت عبد العزيز غفوري) قد تمت مراجعتها من الناحية العلمية تحت إشرافي وأصبحت الآن صالحة من الناحية العلمية ولأجله وقعت.

التوقيع :

الاسم : خالد إبراهيم احمد

اللقب العلمي : استاذ

الجامعة : بغداد

الكلية : كلية التربية الرياضية بنات



إقرار المقوم اللغوي

اشهد أنّ هذه الرسالة الموسومة بـ **(الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري وفقاً لترتيب فرق الدوري لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم)** التي تقدم بها طالب الماجستير (حكمت عبد العزيز غفوري) قد تمت مراجعتها من الناحية اللغوية إذ أصبحت بأسلوب علمي خال من الأخطاء والتعابير اللغوية والنحوية غير الصحيحة ، ولأجله وقعت .

التوقيع :

الاسم : إبراهيم رحمن حميد الاركبي

اللقب العلمي : استاذ

الجامعة : ديالى

الكلية : كلية التربية للعلوم الانسانية



إقرار لجنة المناقشة

نشهد أننا أعضاء لجنة المناقشة والتقويم اطلعنا على هذه الرسالة الموسومة بـ **(الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري وفقاً لترتيب فرق الدوري لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم** ولقد ناقشنا الطالب (حكمت عبد العزيز غفوري) في محتوياتها وفيما له علاقة بها ونقر أنها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية .

التوقيع
عضو اللجنة
2012 / /

التوقيع
عضو اللجنة
2012 / /

التوقيع
رئيس اللجنة
2012 / /

صادق مجلس كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى بجلسته المنعقدة بتاريخ / / 2012 على قرار لجنة المناقشة .

التوقيع :
أ . د عباس فاضل الدليمي
عميد كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى
2012 / / م



قائمة المحتويات

رقم الصفحة	العنوان	التسلسل
	العنوان	
ب	الآية القرآنية	
ج	إقرار المشرفين	
د	إقرار المقوم اللغوي	
هـ	إقرار المقوم العلمي	
هـ	إقرار لجنة المناقشة والتقويم	
ز	الإهداء	
ح - ط	شكر وامتنان	
ي - س	المستخلص باللغة العربية	
ع - ق	فهرست المحتويات	
ر	فهرست الجداول	
ر	قائمة الجداول	
الباب الأول		
2	التعريف بالبحث	1
2	مقدمة البحث وأهميته	1 - 1
4	مشكلة البحث	2 - 1
5	أهداف البحث	3 - 1
6	فرضيات البحث	4 - 1
6	مجالات البحث	5 - 1
6	المجال البشري	1 - 5 - 1
6	المجال الزمني	2 - 5 - 1
6	المجال المكاني	3 - 5 - 1
7	تحديد المصطلحات	6 - 1



الباب الثاني

9	الدراسات النظرية والمشابهة	2
9	الدراسات النظرية	1-2
9	مفهوم الصلابة النفسية	1-1-2
10	ماهية الصلابة النفسية في المجال الرياضي	2-1-2
12	الابعاد النفسية والاجتماعية للصلابة النفسية	3-1-2
16	أنواع الصلابة النفسية	4-1-2
18	النظريات التي فسرت الصلابة النفسية	5-1-2
20	الأداء المهاري	6-1-2
21	الاية الوصول للأداء المهاري	1-6-1-2
21	المهارات الأساسية في كرة القدم	2-6-1-2
25	الدرجة (الجري بالكرة)	1-2-6-1-2
27	المناوله	2-2-6-1-2
29	الإخماد (التحكم بإيقاف الكرة)	3-2-6-1-2
31	المرأوغه والخداع	4-2-6-1-2
32	التهديف	5-2-6-1-2
35	الدراسات المشابهة	2-2
35	دراسة امل علي خليل (2006)	1-2-2
36	دراسة مايكل جم (2006)	2-2-2
37	دراسة الاء زهير (2011)	3-2-2
38 - 37	مناقشة الدراسات السابقة	2-2-2

الباب الثالث

40	منهج البحث وإجراءاته الميدانية	3
40	منهج البحث وإجراءاته الميدانية	1-3
40	مجتمع وعينة البحث	2-3
42	وسائل جمع المعلومات	3-3
42	وسائل جمع البيانات	1-3-3



42	المقابلة	1 - 1 - 3 - 3
42	الاستبانة	2 - 1 - 3 - 3
43	وسائل جمع المعلومات	2 - 3 - 3
43	وسائل تحليل البيانات	3 - 3 - 3
43	الوسائل المساعدة	4 - 3 - 3
44	مقياس للصلاية النفسية	4 - 3
44	تحديد المقياس	1 - 4 - 3
44	عرض المقياس على ذوي الخبرة والاختصاص	2 - 4 - 3
45	التجربة الاستطلاعية	5 - 3
46	الخصائص الاكومترية للمقياس	6 - 3
46	صدق المقياس	1 - 6 - 3
47	الثبات	2 - 6 - 3
48	الموضوعية	3 - 6 - 3
48	تحديد أسلوب المقياس للاداء المهاري	7 - 3
49	تطبيق المقياس	8 - 3
51	الوسائل الإحصائية	9 - 3

الباب الرابع

52	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	4
53	عرض النتائج	1 - 4
53	عرض نتائج الهدف الأول: تعرف مستوى الصلاية النفسية لدى لاعبي فرق دوري نخبه لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها	1-1-4
54	عرض نتائج الهدف الثاني: تعرف مستوى الاداء المهاري لدى لاعبي فرق دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها :	2-1-4
56	عرض نتائج الهدف الثالث: تعرف العلاقة بين الصلاية النفسية والأداء المهاري لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها :	3-1-4



58	عرض نتائج الهدف الرابع: تعرف الفروق في الصلابة النفسية بين لاعبي فرق المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها :	4-1-4
60	عرض نتائج الهدف الخامس: تعرف الفروق في الاداء المهاري بين لاعبي فرق المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لدى لاعبي دور النخبة لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها :	5-1-4
65-61	مناقشة النتائج	2 – 4
الباب الخامس		
66	النتائج والتوصيات	5
67	النتائج	1 – 5
68	التوصيات	2 – 5
79-69	المصادر العربية والأجنبية	
94-80	الملاحق	
A – B – C – D	ملخص البحث باللغة الانكليزية	



قائمة المحتويات

رقم الصفحة	الموضوع	التسلسل
41	توزيع عينة البحث .	1.
54	مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم	2.
55	مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم	3.
56	معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء لفرق المراكز الاولى	4.
56	معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء لفرق الوسط	5.
57	معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء للفرق المتأخرة	6.
58	تحليل التباين للفرق في ابعاد الصلابة النفسية لدى افراد عينة البحث	7.
59	نتائج اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D.) بين مجاميع البحث في بعد التحكم	8.
60	تحليل التباين بين مجاميع البحث الثلاثة في مقياس مستوى الأداء	9.
60	نتائج اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين مجاميع البحث في مستوى الأداء	10.

قائمة الملاحق

الصفحة	العنوان	ت
81	استمارة آراء الخبراء والمختصين في مقياس الصلابة النفسية لأندية بغداد دوري النخبة بكرة القدم	1
84	استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين حول ملاءمة مقياس الأداء المهاري حول صلاحية المقياس أو عدم صلاحيته لقياس الأداء المهاري	2
86	يوضح أسماء الخبراء والمختصين في مجال لعبة كرة القدم (لتحديد مدى ملائمة مقياس الأداء المهاري لتقييم اللاعبين في بعض المهارات الحركية وإعطاء التقدير المناسب للأداء)	3
87	يوضح أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض مقياس الصلابة النفسية عليهم لأندية بغداد دوري النخبة بكرة القدم	4
88	مقياس الصلابة النفسية الذي تم توزيعه على العينة المطلوبة في الدراسة لأندية بغداد دوري النخبة بكرة القدم	5
91	يبين المقياس للأداء المهاري بالصورة الذي تم عرضه على الخبراء والمحللين الرياضيين والمدربين لمقياس مستوى الأداء المهاري للاعبين دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم	6
93	فريق العمل المساعد	7
94	الخبراء الاكاديميون والمحللون الرياضيين الذين تم تقييمهم لمستوى اللاعبين وإعطائهم التقدير المناسب لمستوى أداء اللاعبين	8



شكر وثناء

الحمد لله رب العالمين ، والصلاة والسلام على من لا نبي من بعده محمد (صل الله عليه وسلم) تسليماً كثيراً وعلى آله وأصحابه الغر الميامين أما بعد..
فبعد أن يسر الله سبحانه وتعالى لي في إعداد هذه الرسالة أرى من الواجب علي أن أتقدم بالشكر والعرفان إلى عمادة كلية التربية الأساسية ، ووفاء مني أتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ الدكتور عبد الرحمن ناصر راشد والأستاذ الدكتور مهند محمد عبد الستار المشرفين على الرسالة لما قدموا لي من إرشادات علمية وملاحظات دقيقة وتعاونهما البناء في تذليل الصعاب من أجل إخراج هذه الرسالة بشكل علمي دقيق فجزاهما الله عني خير الجزاء . . .

وأتقدم بالشكر والامتنان إلى الأساتذة الأفاضل جميعاً الذين تتلمذت على أيديهم في السنة التحضيرية لما قدموه من معلومات وإرشادات علمية فجزاهم الله عني خير الجزاء .

وأتقدم بجزيل الشكر والامتنان إلى الأستاذ الدكتور نبيل محمود شاكر معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا والأستاذ الدكتور ناظم كاظم جواد والأستاذ المساعد الدكتور اياد حميد رشيد والأستاذ المساعد الدكتورة بشرى عناد مبارك التميمي والأستاذ الدكتور فرات جبار سعد الله والأستاذ المساعد الدكتورة ماجدة حميد كمبش والأستاذ المساعد الدكتورة مها محمد صالح ، فجزاهم الله عني خير جزاء ووفاء مني أتقدم بالشكر إلى عمادة كلية التربية الرياضية وإلى الدكتورة الاء زهير لما قدمته من مشورة علمية ونصائح اغنت هذا البحث وكذلك الأستاذ المساعد الدكتورة مها صبري والدكتور كامل عبود حسين وطالب الدكتوراه محمد فاضل والمدرس المساعد محمد وهيب مهدي والمدرس المساعد واثق وسمي راضي والمدرس المساعد مثنى ستار والمدرس المساعد مهند وهيب مهدي والسيد نصير حميد وطالب الماجستير حسين جبار لما قدموه من مشورة علمية أعاننتي كثيراً وذللت لي الصعاب فجزاهم الله خير الجزاء .

وأشكر مدربي أندية (القوة الجوية ، الطلبة ، التاجي ، الصناعة ، الحدود وبغداد) لمساعدتهم الباحث في إجراء الدراسة على لاعبيهم فجزاهم الله خير الجزاء كما أشكر الهيئات الإدارية لتلك الأندية و أسجل عميق شكري إلى عينة البحث والكاادر المساعد لما أبدوه من تعاون تام ومتميز وبحسن التزامهم وتجاوبهم المستمر طيلة مدة تطبيق الدراسة فجزاهم الله خير الجزاء .

وأقدم شكري إلى السيد عمران علي عباس والسيد جبار ثائر وإلى طلاب الدراسات العليا في قسم التربية الرياضية كافة (كمال محمد ، قيس جليل ، ياسر محمود ، وسام جليل ، ايهاب نافع ، محمد جمال ، احمد حسن ، نبيل احمد ، المعتصم بالله وهيب ومروة خالد) .

ویدعوني واجب العرفان بالجميل أن أتقدم بالشكر إلى موظفي الدراسات العليا وإلى موظفي مكتبة كلية التربية الأساسية وخصوصاً السيد حكيم والسيد معن وكلية التربية الرياضية / جامعة ديالى لما قدموه من عون ومساعدة فجزاهم الله خير الجزاء .

ویدعوني واجب الوفاء والاعتراف بالفضل أن أقف أجلاً واحتراماً معبراً عن الفضل الكبير إلى والدي الغالي أمد الله في عمره وأنعم عليه بالصحة والعافية ووالدتي الغالية وزوجتي وأولادي وأخوتي وأخواتي الذين تحملوا عناء دراستي وادعوا الله العلي القدير أن يمكنني من برهم وحسن معاملتهم .

ختاماً التمس العذر إلى كل من لم تسعفني ذاكرتي ذكرهم وبيان فضلهم ، وآخر دعوانا إن الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على محمد وعلى آله وصحبه أجمعين .

والله ولي التوفيق



الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم

الباحث حكمت عبد العزيز غفوري

بإشراف أ. د. عبد الرحمن ناصر راشد

أ. د. مهند محمد عبد الستار

اشتملت الرسالة على خمسة أبواب :

الباب الأول :التعريف بالبحث :

احتوى هذا الباب على مقدمة البحث وأهمية وتم التطرق على أهمية الصلابة النفسية في الاعداد النفسي التي لها الاثر المهم والفعال في الارتقاء بمستوى قدرات اللاعب واستعداداته بهدف الوصول بالرياضي والفريق إلى مستوى انجاز عالي في المنافسات التي يسعى إليها كل من (المدرب واللاعب والإدارة) وإن للصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام ، التحكم و التحدي) أهمية كبيرة للرياضيين وخاصة في ضغوط المنافسات التي يستهلك فيها اللاعب الطاقة البدنية والنفسية وما تمتاز به هذه المرحلة (مرحلة التصفيات) من فترات طويلة ومهمة للمنافسات وهذا يتطلب من اللاعب أن يتسم بقوة تحمل وصلابة نفسية لكي يواجه الضغط خلال هذه المرحلة والآثار السلبية التي يتعرض لها ، و تم التطرق في هذا الباب أيضا إلى أهمية الأداء المهاري الذي يعد الجانب المهم والأساس في نجاح الفريق وتحقيق الانجازات .

مشكلة البحث :

كما تطرق الباحث في هذا الباب إلى مشكلة البحث ، وكشفت (الصلابة النفسية (في المقدمة العوامل النفسية التي تلعب دوراً أساسياً في إعداد اللاعبين باعتبار الصلابة النفسية ما يمتلكه اللاعب من صفات شخصية مهمة ومن خلال هذه الصفات يصبح اللاعب قادراً على مواجهة المواقف الضاغطة والظروف الصعبة بالتالي قدرة اللاعب على تحديد كل ما يواجهه لغرض تحقيق الانجازات الرياضية .

وهدفت الدراسة إلى :

1. تعرف مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي فرق دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .
2. تعرف مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .
3. تعرف العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .
4. تعرف الفروق في الصلابة النفسية بين لاعبي فرق المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .
5. تعرف الفروق في الأداء المهاري بين لاعبي فرق المراكز الأولى والوسط



والمراكز الأخيرة لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .

فرضيتا البحث :

1. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والأداء المهاري

لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري بين لاعبي النخبة لأندية بغداد

بكرة القدم .

3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية بين لاعبي النخبة لأندية

بغداد بكرة القدم .

5 – 1مجالات البحث :

1 – 5 – 1المجال البشري: لاعبو النخبة بكرة القدم لأندية بغداد .

2 – 5 – 2المجال الزمني : للمدة من 16 / 12 / 2011 ولغاية 15 / 4 / 2012 .

3 – 5 – 3المجال المكاني: ملاعب الأندية المشمولة بالبحث .

الباب الثاني :**الدراسات النظرية والدراسات السابقة :****الدراسات النظرية :**

تتاول الباحث القسم الاول من هذا الباب الدراسات النظرية الخاصة بالمتغير

الاول لموضوع البحث ايضاً في هذا القسم المواضيع الخاصة بالاداء المهاري .

اما في القسم الثاني فتتاول الباحث عدد من الدراسات السابقة للدراسة الحالية :

دراسة أمل علي خليل (2006)، دراسة مايكل جم (2006)، دراسة الاء زهير

(2011).

الباب الثالث :**منهج البحث وإجراءاته الميدانية :**

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح وكذلك العلاقات الارتباطية

حيث اختار الباحث ستة اندية من اندية النخبة بكرة القدم (مجموعة بغداد) اذ اختار

الباحث (14) لاعبا من هذه الاندية هم يشكلون ما نسبته (19,9) من مجتمع

البحث البالغ عددهم (440) لاعبا وقد استعان الباحث بالادوات والاجهزة والوسائل في

الحصول على المعلومات وتم تطبيق مقياس الصلابة النفسية الذي اعده (مخيمر

(2011) باعتبار انسب المقاييس وقد أجرى الباحث على المقياس الأسس والشروط العلمية من صدق وثبات وموضوعيته كما تم تقييم أداء اللاعبين من خلال عرض المباريات على شكل قرص (CD) على مجموعة من الخبراء لغرض إعطاء التقييم المناسب لهم وقد استعان الباحث بالوسائل الإحصائية المناسبة لانجاز عمله .

الباب الرابع :

عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

اشتمل الباب الرابع على عرض نتائج البحث وتحليلها ومناقشتها بعد أن تم استخراج النتائج باستخدام الوسائل الإحصائية وتم عرض النتائج وتحليلها حسب أهداف البحث الموضوعية من قبل الباحث بعدها تم مناقشة النتائج بأسلوب علمي مع الاعتماد على المصادر العلمية .

الباب الخامس :

النتائج :

1. وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق المراكز الأولى (الجوية والطلبة) .
2. وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق الوسط (الصناعة وبغداد) .

3. وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء

المهاري لدى لاعبي فرق المراكز الأخيرة (التاجي والحدود) .

4. لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين مجاميع البحث في الصلابة النفسية .

5. ظهرت فروق ذات دلالة معنوية بين مجاميع البحث في مستوى الأداء ولصالح

فرق المراكز الأولى .

التوصيات :

1. ضرورة التمتع بالصلابة النفسية والدعم الحقيقي والفاعل للأندية والاتحادات

الرياضية من قبل الجهات والمؤسسات ذات العلاقة بالرياضية كافة وبصورة

متساوية .

2. ضرورة الاهتمام بالحوافز والمكافئات التشجيعية لأنها أصبحت عاملاً أساسياً

في اندفاع اللاعبين نحو الأداء الجيد .

3. ضرورة قيام الإدارة والمدرّب بإدخال الإعداد النفسي ضمن المنهاج التدريبي

السنوي للاعبين وتعيين أخصائي نفسي مختص بعلم النفس .

4. على المدرّب أن ينمي العلاقة الطيبة الإنسانية بينه وبين لاعبيه وأن يدافع عن

حقوقهم المشروعة .

الباب الأول

1 - التعريف بالبحث

1 - 1 أهمية البحث

1 - 2 مشكلة البحث

1 - 3 أهداف البحث

1 - 4 فروض البحث

1 - 5 مجالات البحث

1 - 5 - 1 المجال البشري

1 - 5 - 2 المجال المكاني

1 - 5 - 3 المجال الزمني

1 - 6 تحديد المصطلحات

1 - التعريف بالبحث:

1 - 1 المقدمة وأهمية البحث :

تسهم معطيات علم النفس الرياضي في تشكيل القواعد الرئيسية لعملية التدريب وبدونها فإنه من الصعب تحقيق مستوى انجاز متكامل فالأداء الجيد ليس بكفيل لوحده لتحقيق الفوز وإنما هناك عوامل عدة تتحكم في الحصول على التفوق في المباراة منها مستوى المنافسة والظروف المحيطة والجمهور فضلاً عن الدافعية للفوز وهذه جميعها أمور تتدرج تحت مسمى العوامل النفسية إذ أن العوامل اعلاه من شأنها أن تقلب موازين المباراة وتساعد في تغلب الفريق على منافسة ، أما الجوانب الأخرى والمتمثلة بالجانب البدني والمهاري والخططي فإنه يمكن السيطرة عليها وبالتالي تطويرها عند اللاعبين كأفراد ثم للفريق كمجموعة بفضل التدريب الجيد المبني على الأسس العلمية الحديثة لهذا يعد علم النفس الرياضي علماً مهماً في تحقيق التفوق في المجال الرياضي لأن الاستثمار الأمثل لقدرات اللاعبين البدنية والمهارية والخططية والنفسية إنما يعتمد على توظيف ما يتطلبه هذا العلم من مبادئ ونظريات.

وأن الصلابة النفسية إحدى العوامل النفسية المهمة التي تلعب دوراً فائقاً وحيوياً في صنع الانتصارات والتفوق في المجال الرياضي من حيث الاستعداد النفسي والبدني والمهاري والخططي في كرة القدم بالذات لما يتعرض له لاعبو كرة

القدم من ضغوط داخلية وضغوط خارجية كبيرة جداً ، فضغوط المنافسات والتدريب والخصم والبيئة المحيطة ومتغيرات المباريات المتعددة كلها أمور تعد من معوقات الانجاز والتفوق أن لم نجد لاعباً قادراً على مواجهتها والحد من تأثيرها بل تحديها .

أن الصلابة النفسية بإيعادها (الالتزام والتحكم والتحدي) لها أهمية واسعة في عملية التدريب وفي ضغوط المنافسات التي تؤدي إلى استهلاك الطاقة البدنية والنفسية بسبب طول فترات المنافسات وما يحدث في اثناء هذه المنافسات وحتى يجب أن يمتلك اللاعب روح التحدي والصمود والارادة هي جميعها صفات شخصية يمتلكها اللاعب الذي يتصف بالصلابة النفسية وبالتالي يكون قادراً على مواجهة المواقف الضاغطة والظروف الصعبة الطارئة وبالنتيجة فأن تحقيق الانجاز والتفوق وخاصة في المنافسات ذات المستوى العالي يكن للصلابة النفسية فيها الدور الفاعل .

أما الاداء المهاري فهو أحد الجوانب الأساسية لتطوير الحالة الرياضية للاعبين وفي قدرتهم على تطبيق اقسام المهارات الأساسية بكل دقة وتكامل ومن مختلف الوضعيات وتحت أي ظرف من ظروف المباراة .

أن اهمية هذا البحث تتجلى في كونه يحاول تسليط الضوء على طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية كجانب وبين الاداء المهاري باعتباره من أهم الجوانب

التي يؤدي تكاملها عند اللاعب تحقيق الانتصارات ، فضلاً عن أن دراسة هذه العلاقة وفي كرة القدم بالذات سوف يعطي تصوراً واضحاً لنوع الجهد المبذول من اللاعبين في لعبة تعد الأكثر قوةً من حيث شعبيتها ومن حيث تأثيرها وما تعطيه من متعة وتشويق لمتابعيها .

ومن جهة أخرى وجد الباحث ان ماسوف تخرج به هذه الدراسة سوف يعطي المدربين ومن ثم للاعبين صورة واضحة عن دور واهمية الصلابة النفسية في تحقيق الانتصارات في كرة القدم .

1 - 2 مشكلة البحث:

يعد إعداد الرياضي نفسياً أحد الأعمدة المهمة التي تتضمنها العملية التدريبية ويتوقف على هذا الاعداد جملة من الأمور تصب في نهايتها بتحقيق الفوز والانجاز والاداء الجيد .

وأن الباحث كونه أحد اللاعبين السابقين ومدرب احد الفرق الشعبية لكرة القدم حالياً ومن خلال ملاحظته العديدة ومن خلال إطلاعه على المصادر التي تناولت موضوع الصلابة النفسية وجد أن هذا الموضوع يؤثر في نتائج المباراة سلباً وإيجاباً إذ أن الضغوط المتمثلة بالتفكير بالمباريات وبالفوز والخسارة وبتبعات هذه الأمور هي التي تحدد مستوى الصلابة النفسية للاعبين وفيما إذا كانوا قادرين على مواجهتها أم لا .

وأن مشكلة البحث تركز حول الإجابة عن السؤالين الآتيين :

- ما هي العلاقة بين الصلابة النفسية والأداء المهاري لدى لاعبي أندية بغداد دوري النخبة بكرة القدم ؟
- وهل للصلابة النفسية علاقة المهاري أداء لاعبي كرة القدم ؟

1- 3 أهداف البحث:

1. تعرف مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي فرق دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .
2. تعرف مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .
3. تعرف العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم .
4. تعرف الفروق في ابعاد الصلابة النفسية بين لاعبي فرق المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم
5. تعرف الفروق في الأداء المهاري بين لاعبي فرق المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم.

1- 4 فرضيات البحث:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية بين لاعبي المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لأندية بغداد في دوري النخبة بكرة القدم
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأداء المهاري بين لاعبي المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لأندية بغداد في دوري النخبة بكرة القدم
3. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والأداء المهاري لدى لاعبي المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لأندية بغداد في دوري النخبة بكرة القدم
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في إبعاد الصلابة النفسية بين لاعبي المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لأندية بغداد في دوري النخبة بكرة القدم

1- 5 مجالات البحث :

- 1- 5- 1 المجال البشري: لاعبو أندية النخبة بكرة القدم - أندية بغداد .
- 1- 5- 2 المجال الزمني: للمدة من 16 / 12 / 2011 ولغاية 15 / 4 / 2012.
- 1- 5- 3 المجال المكاني: مجموعة من ملاعب أندية بغداد دوري النخبة بكرة القدم.

6-1 تحديد المصطلحات:

1. الصلابة النفسية : اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل

المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث

الحياة الضاغطة " (1).

والتعريف الإجرائي للصلابة النفسية هي الدرجة التي يحصل عليها اللاعب من

خلال تطبيق فقرات مقياس الصلابة النفسية .

2. الأداء المهاري : اكتساب اللاعبين المهارات الأساسية من خلال التمرينات

والمعلومات بهدف الوصول إلى الدقة والإتقان في أدائها " (2).

3. الالتزام : وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه واهدافه وقيمة

والاخرين من حوله .

4. التحكم : هو مدى اعتقاد الفرد انه يكون له تحكم فيها بلقائه من احداث

ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له .

5. التحدي: هو اعتقاد الفرد ان مايطراً من تغير على جوانب حياته هو امر مثير

وضروري للنمو اكثر من كونه تهديداً له³

(1) نبيل كامل وبشير ابراهيم ؛ الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعات الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية

لديهم : (مجلة الجامعة الإسلامية ، المجلد الرابع عشر ، العدد الثاني ، 2006) ص 372 .

(2) مفتي ابراهيم حماد ؛ الإعداد المهاري الخططي للاعبين كرة القدم ، ط 1 (القاهرة ، دار الفكر العربي ،

1985)، ص 19 .

(3) عماد محمد مخيمر؛ استبيان الصلابة النفسية ، (مكتبة الانجلو المصرية ، 2011) ص 31-32.

الباب الثاني

2- الدراسات النظرية والمشابهة

2-1 الدراسات النظرية

2-1-1 مفهوم الصلابة النفسية

2-1-2 ماهية الصلابة النفسية في المجال الرياضي

2-1-3 بعض المضامين التطبيقية في الصلابة النفسية

2-1-4 أنواع الصلابة النفسية

2-1-5 النظريات التي فسرت الصلابة النفسية

2-1-6 الأداء المهاري

2-1-6-1 تطوير كفاءة الأداء المهاري للوصول للألية

2-1-6-2 أهداف تطوير كفاءة الأداء المهاري

2-1-6-3 المهارات الأساسية في كرة القدم

2-1-6-3-1 الدرجة (الجري بالكرة)

2-1-6-3-2 المناولة

2-1-6-3-3 الإخماد (التحكم بإيقاف الكرة)

2-1-6-3-4 المراوغة والخداع

2-1-6-3-5 التهديف

2-2 الدراسات المشابهة

2-2-1 دراسة أمل علي خليل (2006)

2-2-2 دراسة مايكل جم (2006)

2-2-3 دراسة غادة الشواف (2010)

2-2-4 مناقشة الدراسات السابقة

2- الدراسات النظرية والمشابهة :

2-1 الدراسات النظرية :

2-1-1 مفهوم الصلابة النفسية⁽¹⁾ :

يشير مصطلح الصلابة النفسية إلى اعتقاد الفرد في قدرته على استخدام كل الوسائل النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية الأحداث الضاغطة . وهي امتلاك الفرد لمجموعة سمات للذين يتمتعون بالصلابة النفسية وهي :

1. درجة عالية من الالتزام في أثناء تأدية المهام المطلوبة .
2. درجة عالية من التحدي .
3. درجة عالية من التحكم في الأمور الوظيفية والحياتية .

والصلابة النفسية مظهر من مظاهر الشخصية السوية وعنصر هام في عملية التوافق الفعال وأن الفرد الذي لديه تحمل عال لديه مستوى عال من القدرة على التوافق والتعامل مع ضغوط الحياة وقد طرحت كوباسا مفهوم الصلابة النفسية عام 1979 واعتمدت في صياغته على الفلسفة الوجودية وتنظير علماء نفس الوجود ، (تعني الوجودية محاولات الشخص ليحس بوجوده من خلال إيجاد معنى لهذا الوجود ثم يتولى أعماله الخاصة مهما حاول أن يعيش طبقاً لقيمة ومبادئه) .

(1) اسماء سعد ياس ؛ أثر الاسلوب العقلاني العاطفي في تنمية التفاؤل لدى طالبات المرحلة الإعدادية : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة ديالى ، كلية التربية الأصمعي ، 2008) : 16 .

وفي ضوء ذلك ترى أن الأفراد قادرون على مواجهة الظروف الصعبة وتحويل حوادث الحياة المجهدة إلى احتمالات وفرص لمصلحتهم .

طبقاً لهذا فإن الفرد الذي يحتل درجة عالية من الضغوط من دون ان يصاب بالمرض فإن له بناء للشخصية يختلف عن الفرد الذي يمرض عند تعرضه لنفس الدرجة من الضغوط والتي أطلقت كوباسا عليه (Hardiness) أي القدرة على التحمل وتوصلت كوبازا الى أن السبب في عدم تأثر بعض الأشخاص بالضغوط يعود إلى العوامل الوسيطة بين التعرض للضغوط ونواتجها وقدمت كوباسا انموذجها الأول عن العلاقة بين الضغوط والأمراض والذي يشير إلى وجود علاقة بين إدراك الضغوط والتعرض لها ونواتجها (الصحية ، الجسمية ، النفسية ، المرض النفسي والجسمي) ووجود علاقة غير مباشرة بين إدراك الضغوط والتعرض لها وبين نواتجها وتوصلت كوباسا إلى ثلاث مكونات للصلابة وهما (الالتزام ، التحكم والتحدي) :

2-1-2 : ماهية الصلابة النفسية في المجال الرياضي (1):

تعد من المفاهيم المهمة والمتصلة بشخصية اللاعب وصحته النفسية وفي علاقته التفاعلية مع البيئة ويتفاوت اللاعبون في صلابتهم النفسية تبعاً للفروق الفردية ونظراً لما تزخر به حياة اللاعب من ضغوط شتى تختلف في أنواعها وبحسب المواقف التي يتعرض لها ، فالموقف الذي يتضمن تحدياً للاعب ربما

يكون غير مهتداً للاعب آخر فاللاعب الأول يتشجع للتعامل مع هذا الموقف ويحاول حل هذا التحدي ويرى فيه فرصة لتعزيز ذاته بينما يسعى اللاعب الآخر إلى تجنب الموقف لأنه يرى هذا الموقف تهديداً له ، وأن تأثيرات الصلابة النفسية يمكن أن تتخذ أشكالاً مختلفة يعبر عنها بعدم الارتياح أو عدم التركيز على الأداء وأن أوضاع الصلابة النفسية المتجانسة قد تحفز لاعباً لزيادة انجازه بينما تعيق آخر عن أداء مهاراته بشكل جيد سواء بالتدريب أو بالمنافسات ولهذا فإن اللاعب يتعلم في حياته كيف يتحمل ويتعايش مع الموقف الضاغط فأن لم يتمكن من ذلك فإنه سيواجه صعوبات كثيرة لا يستطيع التوافق معها وذلك لضعف الصلابة النفسية لديه مما يؤدي إلى قلة التركيز وزيادة النرفزة والعصبية لديه ، أن جهد التدريب لا ينسجم فقط مع حجم التدريب وكثافته وتكرار التدريب ورتابة الجهد وإنما يتعلق أيضاً بالحالة النفسية الآتية لدى الرياضي وأن درجة الصلابة النفسية للاعب تعتمد على درجة تكوين خصائصه الشخصية وبضمنها أبعاد وتوجه نشاطه مثل (الاهتمامات - الاحتياجات - الأهداف) وعلى نوع سمات الشخصية التي يحملها وكذلك على المواقف والحالات الآتية التي يواجهها في بيئته العامة أو الرياضية.

وهناك عوامل مؤثرة في الصلابة النفسية في المجال الرياضي منها " (1):

1. الحالة الصحية والجسمية والنفسية للاعب .

2. خبرات اللاعب السابقة .
3. التنشئة وأساليب المعاملة الوالدية في السنوات الأولى للاعب .
4. القدرات العقلية .
5. ثقافة اللاعب .
6. القيم والتقاليد الاجتماعية التي ينشأ عليها اللاعب.

2- 1- 3 الابعاد النفسية والاجتماعية للصلابة النفسية " (2) :

من أهم المتغيرات النفسية التي تساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية في مواجهة الضغوط هو متغير " الصلابة النفسية " ويمكن الافادة من الصلابة النفسية في المجالات الآتية :

1. التنشئة الاجتماعية : أن نمو الصلابة النفسية يتوقف بصفة أساسية على طبيعة العلاقة بين الوالدين وأبنائهم وتشجعهم على اتخاذ القرارات بأنفسهم وحل المشكلات المناسبة لسنهم . والمساواة والاستكشاف والاقتحام والتحدي يجعلهم أكثر صلابة وشعوراً بالقيمة والفعالية ويكون لديهم صلابة نفسية فلا بد من أساليب التنشئة إشعار الأبناء بالدفء الذي يمثل قاعدة الأمن والأمان والتحكم والتحدي وتحقيق الذات .

(2) سالم عبد الله المفرجي ، عبد الله علي ابو عراد الشهري ؛ الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة : (بحث منشور في مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية ، جامعة المنيا ، العدد 19 ، أكتوبر 2008) .

2. البرامج الوقائية والإرشادية والعلاجية : يجب أن تركز البرامج الوقائية

والإرشادية والعلاجية على الخبرات التي من شأنها أن تزيد الصلابة النفسية.

3. في العلاقات مع الآخرين : ان الصلابة عندما تتفاعل مع المساندة

الاجتماعية فأن الآثار السلبية للضغوط النفسية تقل كثيراً لدى الفرد ومن ثم

يجب إعطاء الأبناء الثقة في أنفسهم وفي الآخرين ، ونعلمهم طلب العون من

الآخرين عند الحاجة وتقديم العون للآخرين عند الحاجة وكذلك الالتزام

الأخلاقي تجاه ذات الآخرين .

4. في مجالات أخرى : ويمكن أن تفيد الصلابة النفسية ومكوناتها (الالتزام -

التحكم - التحدي) في الكثير من مجالات الحياة الأخرى منها على سبيل

المثال :

- التخلص من الوزن الزائد .
- مقاومة الأمراض الجسمية وسرعة الشفاء منها .
- النجاح الدراسي .
- التغلب على خبرات الفشل سواء كان فشل في العلاقات أو في الدراسة أو في العمل .
- النجاح في الألعاب والسباقات الرياضية والمنافسة فيها .
- تدريبات القيادة والإدارة .

• في المهن التي تتطلب التعرض لضغوط مستمرة (المحامي -

الطبيب - رجال الأعمال) .

• في مرحلة المراهقة والشباب للمساعدة في تحقيق الأهداف والهوية من

خلال التحكم والتحدي والمثابرة .

وأيضاً التنشئة الاجتماعية للأفراد وخاصة العلاقة التي تتم بالدفع بين الطفل

ووالديه إذ تمثل أهم سند اجتماعي له وتجعله أكثر شعوراً بالفعالية عند مواجهة

الضغوط فإدراك الأبناء للدفع أي اعتقادهم أنهم محبوبون، إذا اقترن هذا الاعتقاد

بإعطائهم قدراً معقولاً من الحرية في اتخاذ القرارات فإن هذا يزيد من شعورهم بالثقة

والكفاية، ويجعلهم أكثر قدرة على المثابرة، والتحدي مما يجعلهم يعتقدون أن الضغوط

التي تواجههم ليست تهديداً لهم بقدر ما هي اختبار لمدى صلابتهم النفسية وقدرتهم

على التحدي فالدفع المدرك يجعلهم يكونون صيغة إيجابية عن الذات العالم

والمستقبل وهذه الصيغة تتضمن إدراكهم لكفايتهم وفعاليتهم مما يجعلهم يعتقدون أن

بإمكانهم مواجهة المشكلات والأزمات بنجاح أما الرفض الوالدي خاصة الإهمال فإنه

يؤثر على صلابة الفرد ويقلل من قدرته على التحكم والتحدي إذ إن خبرات الرفض

التي تتضمن (العداة و العدوان ، والإهمال واللامبالاة ، الرفض غير المحدد

وتجعل الطفل يشعر بعدم الأمن وعدم القيمة وعدم الكفاية ، مما قد يجعله يكون

صيغة سلبية إجمالية عن ذاته فيشعر بعدم الفاعلية و أنه يحرف الخبرات التي ترد

إليه في اتجاه توقع الفشل وتوقع الشر والخطر فبدلاً من المبادأة واقتحام المشكلات

لحظها يضل الفرد يستشعر خطراً مستمراً مما يجعله يببالغ في تقييم الأحداث التي يمر بها وهي بالوقت نفسه يقلل من قدرته على مواجهتها مما يزيد من شعوره بالعجز وعدم القيمة وتنتهي - كوباسا - من سلسلة دراساتنا إلى أن الدراسة في مجال الضغوط يجب أن تتجاوز مجرد دراسة العلاقة بين الضغوط والأمراض إلى دراسة وتقوية متغيرات المقاومة (كالصلابة النفسية أو الفعالية الذاتية أو المساندة الاجتماعية) إذ إن تعرضنا للضغوط أمر حتمي لا مفر منه ، بل أن كوباسا رأّت أن الضغوط قد تكون فرصة للنمو النفسي واختبار مدى فاعلية الفرد وقدراته على استخدام مصادره النفسية والاجتماعية ، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية الأحداث الضاغطة " (1).

2- 1- 4 أنواع الصلابة النفسية⁽¹⁾:

1. تحمل الإحباط : الإحباط هو إدراك الفرد لعائق يحول دون إشباع حاجاته أو

رغباته أو تحقيق هدف أو توقع هذا في المستقبل .

وهي حالة انفعالية تظهر حين تتدخل عقبة ما في طريق إشباع رغبة أو

حاجه أو هدف أو توقع عمل ما كذلك هي حالة غير مرغوبة وتحدث

تغييراً في السلوك تتراوح بين الغضب والعدوان إلى التراجع والانسحاب .

يسبب الإحباط ظاهرة جديدة هي مقاومة الإحباط : أي محاولة الفرد بتبديد

الآثار السلبية للإحباط وتحويلها لصالحه ويرى (ستيلي) أن تحمل الإحباط

طاقة تكيفيه يمتلكها الإنسان لمواجهة المواقف الخطرة والمؤلمة .

أو هي قدرة الفرد على الصمود أمام الضغوط من دون فشل في التوافق

النفسي وينشأ الإحباط عن تكرار أحداث ضاغطة لا يمكن السيطرة عليها أو

تجنبها وطرق معالجتها هي جعل الناس يغيرون تفكيرهم عن الأحداث التي

تواجههم في حياتهم وبعد تحمل الإحباط مظهراً من مظاهر التحمل النفسي

أو الصمود ضد مظاهر الآثار التي تتولد عند منع الشخص من الوصول

إلى الهدف الذي يرغب فيه .

2. تحمل الغموض : يعني قدرة الفرد على مواجهة مشاعره المتناقضة واستجابته

لكل المواقف الاجتماعية والإدراكية والانفعالية وهو يرتبط بالمجال المعرفي

للفرد لأنه يرتبط بقدرة الفرد على التمييز بين الخصائص الإيجابية والسلبية للموضوع بنفسه أو قدرة الفرد ليصمد أو يقاوم الفشل المتولد عن المثيرات غير المنظمة أو الغامضة هي المواقف الجديدة على خبرة الفرد أو المواقف المتناقضة بتفاصيلها أو محتواها يحدث تحمل الغموض في مستويين هما المستوى الظاهري والإجرائي.

3. تحمل عدم التطابق : والتطابق هو مصطلح (Congruence) جاء به روجرز (Rogers) ويعني الاتساق بين ما يخبره الفرد نحو الداخل وبين ما يعبر عنه نحو الخارج " (1).

2- 1- 5 نظرية كوباسا في الصلابة النفسية : " (2)

انطلقت هذه النظرية من التأكيد الوجودي للفرد ككائن حي في العالم . وترى ان الفرد نوع من البناء المستمد الديناميكي . او ان مهمة الفرد كوجود هي في مجابهة الضغط وعدم تجنبه والانتفاع من التعامل الفعال مع الوجود باعطاء شكل لهذه الحياة لقد. طرحت كثيرا من التساؤلات بخصوص فشل الافراد الذين يكافحون اكثر من اجل النجاح غير انه قد تم ادراك ذلك من خلال الحقل الفلسفي . ان الاشخاص يمكن ان يتحدوا ببيئاتهم ويحولوا احداث الحياة الضاغطة الى اشياء محتملة او الى فرص لنمو الشخصية والاستفادة منها كما ان المفاهيم الوجودية

(1) <http://www.iraqacad.org/Lib/hazim>

(2) kobasa ,surnone .(1979) .stressfol life evento .perasenality an dhealia on inguiry in to hardiness. Jonrual of personal by and nocial psychology .vo. 37.N.1.

ظهرت انها ذات علاقة بالتكيف والالتزام والسيطرة والتحدي . هذه المفاهيم مع بعضها تعطي نموذج الشخصية المقاومة للضغط او الشخصية ذات التحمل العالي للضغط والذي اصطلح على تسميتها قوة تحمل الشخصية Hrdiness وطبقا لنظرية كوباسا فان الفرد الذي نجبر درجة عالية من الضغط من دون ان يتعرض للمرض فانه يمتلك بناءا للشخصية يختلف عن الفرد الذي يصاب بالامراض عند تعرضه لنفس الدرجة من الضغط . لقد وضعت كوباسا ثلاث افتراضات وعملت على اختيارها :-

الافتراض الاول : ان الفرد الذي يتعرض للضغط ويمتلك احساسا للسيطرة على الاحداث في حياته يظهر بصحة افضل من اولئك الذين يشعرون بعدم امتلاكهم القوة للسيطرة على مثل هذه الاحداث . لقد اعتمدت كوباسا افتراض اقوال من ملاحظات المختبرية ان هناك بناءات شخصية منتظمة بشكل لا تضعف اتجاه المنبهات الضاغطة . وقد افترض ان الشخص السليم يمتلك:

(1) السيطرة الحاسمة او القدرة على اختيار البديل المناسب وذلك للسيطرة

على الضغط.

(2) السيطرة المعرفية او القابلية على تفسير التقييم ودمج مختلف انواع

الاحداث الضاغطة لخطط الحياة المتطورة .

(3) مهارات التعامل او المجموعة الكبيرة للاستجابات المناسبة اتجاه

الضغط من خلال الدوافع الشخصية للانجاز عبر المواقف وقد خلص افول

الى ان الشخص الذي يتعرض للمرض نتيجة تأثير الضغط يكون بدون طاقة او القدرة للسيطرة ، ولديه دافعية قليلة للايجاز فيصبح فاقداً لاي وسيلة للتصميم والعزم ويقوده عجزه بالتالي الى الاستسلام للمرض .

الافتراض الثاني :-

عندما يتعرض الفرد الذي يشعر بالالتزامات الى الضغط في مجالات حياته المختلفة فإنه يبدو سليماً من الامراض اكثر من اولئك الذين يظهرون الاغتراب حيث يظهرون درجة عالية من الامراض النفسية .

ان الشخص الملتزم يمتلك اعتماداً دائماً ويدرك قيمة التهديد على انه بدرجة اقل ما هو عليه في الواقع لدى تعرضه لاحداث الحياة الضاغطة ولذلك فان مواجهة للبيئة الضاغطة يخفف منها ولذلك تهون عليها مواجهتها . فضلاً من الشخص الملتزم يشعر دائماً انه يشارك الاخرين ، وهذا يشكل قوة او مصدراً مهماً لمقاومة الضغط كما ان الشخص الملتزم يمتلك القدرة والقابلية للعودة للاخرين لمساعدتهم في الوقت الذي يحتاج فيه الى اعادة تكيفه .

الافتراض الثالث :-

ان الشخص الذي يواجه التغيير كتحدي يكون عند تعرضه للضغط في منأب عن الاصابة بالامراض ، فالشعور الايجابي عند التغيير الذي يحصل من البيئة يعد حافزاً نحو ادراك القيمة الحياة وتعلقة بها فضلاً من يجد في هذه

الخبرات نوعاً من المتعة وتمكنه من البحث عن المصادر التي تساعده في

تعامل مع الضغوط .

2- 1- 6 الأداء المهاري :

يعد الإعداد المهاري في كرة القدم احد الجوانب الأساسية لتطوير الحالة الرياضية للاعبين وقدرتهم الفائقة على تطبيق أقسام المهارات الأساسية بكل دقة وتكامل ومن مختلف الوضيعات ، ويعد ضرورة لا بد منها إذ عرفة (صباح رضا وآخرون ، 1991) " هو كل الإجراءات التي يتبعها المدرب بهدف وصول اللاعب إلى الدقة والإتقان والتكامل في أداء جميع المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم بحيث يمكن أن يؤديها اللاعب بصورة آلية متقنة تحت أي ظرف من ظروف المباراة " (1).

وعرفه (مفتي ابراهيم حماد ، 1994) " هو اكتساب اللاعب المهارات الأساسية من خلال التمرينات والمعلومات والمعارف بهدف الوصول إلى الدقة والإتقان في أدائها " (2). وهناك علاقة مترابطة بين المهارات والمبادئ الأخرى للعبة ولا يمكن تجاهل واحد من هذه المبادئ أن أراد الفريق أن يحقق أفضل النتائج وهذا ما أشار إليه (الوحش ، 1994) " أن المهارات الأساسية تعد حجر الزاوية في

(1) صباح رضا وآخرون ؛ كرة القدم للصفوف الثالثة : (الموصل ، مطبعة دار الحكمة للنشر ، 1991) ص 142 .

(2) مفتي ابراهيم حماد ؛ الجديد الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994) ص 19 .

الأداء خلال مباريات كرة القدم وكفاءتها تعتمد إلى حد كبير على الإعداد البدني للاعب كما يبني عليها الإعداد الخططي " (1).

2-1-6-1 آلية الوصول للأداء المهاري :

1. تنمية الأداء المهاري تعني تحضير اللاعبين للوصول لأعلى درجة أو رتبة للمهارات الحركية بحيث يؤدي بأعلى درجات الآلية والدقة والانسيابية والدافعية تسمح بها قدراتهم خلال المنافسة الرياضية بهدف تحقيق أفضل النتائج مع الاقتصاد في الجهد .
2. تنمية الأداء المهاري هي المرحلة الثانية بعد أن يكون اللاعبون قد أتقنوا تعلم المهارات الحركية في المرحلة الأولى .

2-1-6-2 المهارات الأساسية في كرة القدم :

تعد المهارات الحركية في لعبة كرة القدم عاملاً مهماً في تطوير اللعبة فضلاً عن الإعداد البدني والإعداد الخططي والإعداد النفسي ، فإن لعبة كرة القدم مازالت تعتمد المهارات الحركية في تنفيذ الواجبات الخططية إذ تبقى دائماً المهارات الحركية العامل المهم في اللعبة .

(1) محمد عبدة صالح الوحش ، مفتي ابراهيم ؛ أساسيات كرة القدم : (المنصورة دار عالم المعرفة ، 1999) ص 27 .

فالمهارات الحركية هي الركيزة الأولى لتحقيق الانجاز في مباريات كرة القدم ، إذ تحتل جانباً مهماً في وحدة التدريب اليومية إذ يتم التدريب عليها لمدة طويلة إذ يتم إتقانها لكون درجة إتقان المهارات الحركية لنوع النشاط الممارس يعد من الأمور المهمة التي يعتمدها التنفيذ الخططي في مواقف اللعب المختلفة " (1) .

وتعد المهارة سلاحاً للاعب كرة القدم في الملعب وهذا يعني قدرته على التحكم في الكرة بسهولة وبدون مجهود زائد فضلاً عن أنها تساعد اللاعب في التغلب على أكثر من خصم فضلاً عن أنها تخلق لحظات عصبية لفريق الخصم أمام مرماه " (2) .

وان امتلاك اللاعب للمهارات الحركية يساعده في تطبيق خطط اللعب وان يصل إلى مرمى الخصم ويستحوذ على الكرة بفرصة وإمكانية أفضل وبما أن المهارات الأساسية في كرة القدم كثيرة ومتداخلة ومتراصة مع بعضها البعض فقد اختلف المختصون في تصنيفهم لها فمنهم من قسمها تبعاً لاستخدام الكرة إلى مهارات أساسية مع الكرة ومهارات أساسية من دون الكرة ومنهم من قسمها تبعاً لمواقف ومراكز اللاعب في الفريق إلى مهارات دفاعية ومهارات هجومية وهناك تصنيف تبعاً لاستخدام القدم أو الرأس أو بقية أجزاء الجسم " (1) .

(1) محمد حسن علاوي ؛ سيكولوجية التدريب والمنافسات : (ط4 ، القاهرة دار المعارف ، 1978) ص 133 .

(2) كوزنة ، الفريد ؛ كرة القدم ، (ترجمة) ماهر البياتي وسليمان علي : (الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1980) ص 80 .

(1) جمهورية العراق وزارة التربية ؛ منهاج التربية الرياضية للمرحلة المتوسطة ، 1991 ، ص 53 .

ويرى وجيه محجوب أن المهارات هي الدقة في الأداء عندما يلتقي المجال الحركي مع مسار الأداء بدون الانتباه الكامل لمجريات الأمور" (2).

ويرى (جارلس هيوز، 1990) أن المهارة هي "قابلية الوجود في المكان الصحيح والزمان الصحيح والإحساس المهاري يرتبط باتخاذ القرار والاختبار" (3)

أما (طلحة حسام الدين ، 1993) فيعرف المهارة بأنها قدرة عالية على الانجاز ، سواء كانت بشكل فردي داخل الفريق أو ضد الخصم بأداة أو دونها " (4).

في حين عرفها (بسطويسي أحمد ، 1996) هي كل ما يمكن أن يعبر عنه بالانجاز إذ يدل هذا الانجاز على ما تعلمه الفرد وعن مستوى إجادته لما تعلمه " (5).

وعرفها (وجيه محجوب ، 2002) أيضا بأنها ترتيب وتنظيم المجاميع العضلية بما ينسجم وهدف الحركة وعلاقتها بالجهد والسهولة على وفق القانون" (6).

والمهارات الحركية برأي (قاسم لزام ، 2005) " هي عملية اكتساب بالتدريب والممارسة والتكرار ، وهي تبدأ من المحاولات البسيطة (مرحلة التوافق الخام) وانتهاء بالثبات والآلية والدقة " (1).

(2) وجيه محجوب ؛ علم الحركة : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1985) ص 139 .

(3) جارلس هيوز ؛ كرة القدم الخطط والمهارات ، ترجمة ؛ موفق محمد الموكي : (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990) ص 24 .

(4) طلحة حسام الدين ؛ الميكانيكا الحيوية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1993) ص 11 .

(5) بسطويسي احمد ؛ أسس ونظريات التعلم : ط 1 (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996) ص 40 .

(6) وجيه محجوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : (عمان دار وائل للنشر ، 2000) ص 444 .

(1) قاسم لزام؛موضوعات في التعلم الحركي: (بغداد،جامعة بغداد/كلية التربية الرياضية،2005، ص 60

وتعد المهارات الأساسية واحدة من مكونات لعبة كرة القدم، إذ إنها العامل المساعد والمهم في تنفيذ خطط اللعب وحسم المباراة، ويذكر (مفتي ابراهيم، 1994) " أن المهارات الأساسية في لعبة كرة القدم هي عماد الأداء فيها وبدون إجادتها بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط صعبة، فهي الوسيلة الوحيدة لتعامل اللاعب مع الكرة، إذ هناك علاقة ارتباطية إيجابية بين إجادة المهارات الأساسية وارتفاع مستوى الأداء الخططي وأن إتقان أداء المهارات الأساسية وارتفاع مستوى الأداء الخططي وأن إتقان أداء المهارات الأساسية يجعل اللاعب يصل إلى تنفيذها بصورة آلية من دون تفكير في جزئيات المهارة" (2).

ويشير (فرات جبار ، 2001) إلى أن أهم ما يميز الأداء الجيد للمهارات الأساسية هو " (3):

1. السهولة في الأداء .
2. الدقة والتحكم في الأداء .
3. التوافق في أداء الحركة .
4. الاقتصاد في أداء الحركة .

(2) مفتي ابراهيم ؛ الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي للطباعة ، 1994) ص 38 .

(3) فرات جبار ؛ تأثير أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخطوية لكرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2001) ص 5 .

ومما يتقدم يرى الباحث أن المهارة هي قدرة اللاعب على أداء الحركة المطلوبة بالكرة أو بدون الكرة ويتوافق عضلي وعصبي مما يؤدي بالتالي إلى أداء جيد بدقة متناهية ويحقق انجازاً عالياً .

وفيما يأتي توضيحاً للمهارات الأساسية المختارة للدراسة :

2-1-2-6-1-2 الدرجة (الجري بالكرة) :

وهي من المهارات التي يجب على جميع أعضاء فريق كرة القدم إجادتها أي لا يمكن لأي من اللاعبين مدافع أو مهاجم الاستغناء عن هذه المهارة . وتتحدد أهمية الدرجة في كثير من مواقف اللعب التي تتطلب الانطلاق السريع للأمام من اللاعب لكسب مساحة وخاصة في المناطق الخالية ، وعند مراوغة المنافس والمرور منه ثم الجري السريع بالكرة للابتعاد عنه " (2) .

هناك عوامل كثيرة تؤثر في الدرجة منها سرعة حركة اللاعب ، أرضية الملعب ، موقع الزملاء ، موقع المنافس ، الريح ، . . . ، وغيرها ، وعلى اللاعب أن يأخذ كل هذه العوامل بالحساب لتحقيق الغاية التي تمت من أجلها الدرجة " (1) .

ويمكن تصنيف أنواع الدرجة كالآتي " (2) :

(2) محمد كشك . أمر الله البساطي ؛ أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم : (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 2000) ص 52 .

(1) سامي الصفار (وآخرون) ؛ كرة القدم : (بغداد ، مديرية مطبعة وزارة التربية ، 1992) ص 132 .

(2) سامي الصفار (وآخرون) ؛ نفس المصدر ، 1992 ، ص 133 .

• درجة الكرة بخارج سطح القدم . (الدرجة المستخدمة في المنهج التعليمي) .

• درجة الكرة بداخل سطح القدم .

• درجة الكرة بالقسم العلوي لمشط القدم .

ويرى (مختار احمد ، 1989) " أن الركض بالكرة من المهارات الأساسية المهمة لكل لاعب ، والكرة الحديثة تعتمد الحركة السريعة مع تغيير الأماكن والمراكز سواء بالكرة أو بدونها " (3).

2-1-6-2 المناولة :

يشار في الكثير من الأحيان إلى أن لعبة كرة القدم لعبة مناولات بالدرجة الأساس ، ومهما اختلفت المدارس الكروية في تسمية الخطط والتشكيلات فان العامل

(3) مختار ابراهيم احمد ؛ المهارات الأساسية بكرة القدم : ط 1 (الكويت ، مطابع صوت الخليج ، 1989) ص 128 .

الضروري والأساس في التطبيق هو المناولة ، والمناولة هي الوسيلة الأساسية في عملية بدء الهجوم وبنائه وتطويره وإنهائه .

وتؤدي عملية الإتقان في المناولة وظيفة أساسية ومهمة، إذ إن الوصول إلى مرمى الخصم وإجراء عملية التهديد تعتمد كلياً على مدى إتقان اللاعب لهذه المهارة وكثيراً ما نلاحظ في المباريات قيام الفريق ببناء الهجمات ، ووصوله إلى الثلث الهجومي وتضييع الهجمة نتيجة مناولة غير صحيحة إذ يذكر (ثامر محسن وموفق مجيد المولي ، 1999) " أن الفريق الذي لا يجيد لاعبه المناولات الدقيقة وبأنواعها لا يمكنه الوصول إلى الهدف ومن ثم تحقيق الفوز " (1) .

ويرى الباحث أن عملية تبادل المناولات بين لاعبي الفريق قد لا يكون الهدف منها تحقيق هدف في مرمى الخصم بحد ذاته ، إنما قد تشغل من أجل التمويه وإخفاء تحركات معينة يكون لها غرض معين ، وقد تستعمل في محاولة التهدة أو تأخير اللعب ، وهذا ما نلاحظه خاصة عند الفرق المتقدمة التي تكون قادرة على تحقيق أغراضها وغاياتها بعدة أساليب .

" والمناولة الصحيحة هي التي تتوافر فيها الشروط الثلاثة الآتية (الدقة ، التوقيت، والقوة) " وتقسم المناولات على أنواع هي " (1):

(1) ثامر محسن وموفق مجيد المولي ؛ التمارين التطويرية بكرة القدم : ط1 (الأردن ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999) ص 16 .

(1) ثامر صبحي محمد ؛ استخدام تمارينات البلايومتركس في تنمية القوة السريعة وأثرها في سرعة الأداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، 2007) ص 55 .

- المناولة بباطن القدم .
 - المناولة بالقسم الخارجي من القدم .
- وحدد (ثامر محسن وموفق مجيد المولي ، 1999) أنواع المناولات هي " (2):

1. المناولات العميقة (الاختراق) .

- المناولة العرضية .

- المناولة القطرية .

- المناولة الخلفية .

2. المناولات بحسب الارتفاع .

- المناولات الأرضية .

- المناولات العالية .

3. المناولات بحسب المسافة .

- المناولات القصيرة .

- المناولات المتوسطة .

2- 1- 6- 2- 3 الإخماد (التحكم بإيقاف الكرة) :

يعد الإخماد من المهارات الرياضية المهمة في كرة القدم والتي يجب على جميع اللاعبين إتقانها ، إذ من دون إتقانها لا يستطيع اللاعب أن يقوم بالتهديف

والمناولة أو المراوغة بطريقة صحيحة ، وأن لهذه المهارة أهمية بالغة ، إذ يتوقف أداء أغلب المهارات الأخرى على حسن تسلّم الكرة وإخمادها ، وهي تعدّ عنصراً مهماً من عناصر السيطرة على الكرة " (1) .

وعلى الرغم من أن اللعب الهجومي في كرة القدم الحديثة يتميز بأداء اللعب المباشر على هيئة تمريرات إلا أن عملية الإخماد هي وسيلة ضرورية لمواقف أخرى تحددها ظروف اللعب المختلفة ، إذ أن إخماد الكرة والتحكم بها بحرية يعني بدء مرحلة جديدة في الهجوم على المرمى الخصم " (2) .

فلاعب الذي يتقن مهارة الإخماد يكون أكثر أمكانية في التصرف والتحكم بها وهو في حالة حركة ، فهي تجعله لا يعطي الفرصة للمدافع لقطع الكرة فضلاً عن أنه يكسب الوقت ، فلاعب يهيئ الكرة في تحقيق سرعة تنفيذ الواجبات الخطئية " (3) .

ويجب على اللاعب المستقبل للكرة عدم الاحتفاظ بالكرة بعد استقبالها حرصاً على زيادة سرعة المباراة ، إلا إذا كان ذلك ضرورياً جداً ، لأن ذلك يبطئ الهجوم ويعطي الخصوم الوقت لتنظيم صفوفهم .

(1) حسن عبد الجواد ؛ كرة القدم - المبادئ الأساسية - الألعاب الإعدادية - القانون الدولي : ط 2 (بيروت ، دار العلم للملايين ، 1980) ص 28 .

(2) بهاء الدين ابراهيم سلامة ؛ الإعداد المهاري في كرة القدم ، تعليم قانون : (القاهرة ، مكتب الطابعي الجامعي ، 1987) ص 28 .

(3) يوسف لازم كماش ؛ المهارات الأساسية في كرة القدم - تعليم - تدريب : (عمان ، مكتبة دار الخليج ، 1999) ص 57 .

لذلك يجب على اللاعب استقبال الكرة بحركة بسيطة أو بعدد قليل من الحركات التمهيديّة ، ويمكن استخدام ذلك بنجاح من الناحية التكتيكية إذا كان اللاعب قادراً على أن يهيئ الكرة أمامه بأقل عدد من اللمسات بقصد التمرير أو التهديف بعد ذلك ، ويجب على المهاجمين عندما يكونون مراقبين بشدة أن يخفوا عن المدافعين الطريقة التي سيستخدمونها في استقبال الكرة حتى يصعب عليهم مهمة مهاجمتهم وقطع الكرة منهم ، ويساعد المهاجمين على ذلك أن يكونوا متقنين طرقاً مختلفة ومتنوعة لاستقبال الكرة .

وأخيراً فإن على اللاعب المستقبل للكرة أن يكون مدركاً للعوامل الآتية عند قيامه بعملية الإخماد " (1) :-

- 1- سرعة المناولة والتحريك والسيطرة عليها .
- 2- وضع جسم اللاعب بالمكان الصحيح لحماية الكرة من الخصم .
- 3- تغيير السرعة بعد السيطرة على الكرة لنقلها بعيداً عن الخصم .

2-1-6-2-4 المراوغة والخداع :

هي تلك الحركات والفعاليات الفنية والبدنية والخطبية التي يقوم بها اللاعب مع الكرة أو بدونها من أجل الاحتفاظ بالكرة والتخلص من الخصم للحفاظ على ظروف المباراة " (1).

وتعد المراوغة من أمتع المهارات في كرة القدم لكونها تتال استحسان الجماهير وبالرغم من أن كرة القدم لعبة جماعية إلا أنه لا يمكن الاستغناء عن هذه المهارة الفردية نظراً لتكرار موقف لاعب ضد لاعب كثيراً في مباراة كرة القدم ، لذا فإن اللاعب الذي يجيد مهارة المراوغة يعد لاعباً مميزاً في الفريق .

تكتسب المراوغة أهميتها في محاولة اللاعب المهاجم التخلص من المدافع مما يساعد على أن يكون لديه الوقت والمساحة في الملعب والتصرف بالطريقة الصحيحة " (2).

ويؤكد (زهير الخشاب وآخرون ، 1999) على أن " مراحل تنفيذ المراوغة هي ثلاث مراحل الأولى هي مرحلة التفكير والحل الذهني لما سيقوم به اللاعب طبقاً للمواقف الذي هو فيه والثانية هي الحركة الكاذبة والعملية الوهمية لخداع الخصم أما المرحلة الأخيرة فهي أداء الفعالية الحقيقية للتغلب على الخصم ويجب أن تكون سريعة ومفاجئة وغير معلومة للخصم . . . ويضيف إلى أن أنواع المراوغة

(1) مفتي ابراهيم حماد ؛ كرة القدم للفتيات ، ط 1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999) ص 79 .

(2) مفتي ابراهيم حماد ؛ نفس المصدر ، ص 80 .

والخدع منها ما يكون في الهجوم ومنها ما يكون في الدفاع الفردي و الزوجي و الجماعي و والفرقي و بالرجلين أو بالخداع أو بالرأس بالإشارة أو الإيماء أو الكلام أو النظر " (1).

ومن الوسائل المهمة لتنفيذ المراوغة والخداع فهي أما تغيير سرعة الركض أو اتجاه الركض أو استخدام أسلوب تبادل القدمين أو أسلوب دفع الكرة بسرعة من جهة الخصم والتخلص منه من الجهة الثانية " (2).

2- 1- 6- 2- 5 التهديف :

ان إدخال الكرة في مرمى الخصم هو الهدف النهائي في لعبة كرة القدم ، لذا فان كل الحركات المهارات التي يؤديها اللاعبون يجب أن تخدم هذا الهدف لتحقيق الفوز على الخصم ، لذا تعد مهارة التهديف من أهم المهارات والتي عن طريقها تحسم نتائج المباريات ، وكل شيء يفعله اللاعبون داخل الملعب يحسب في اتجاه خلق فرصة مناسبة للتهديف ، فالتهديف أحد وسائل الهجوم الفردي ، والذي يتطلب من اللاعب القدرة على التركيز والمهارة الفنية العالية في الداء لمختلف أنواع ركل الكرة بالقدم ، وتأتي فرصة التهديف دائماً بعد المحاورة

(1) زهير قاسم الخشاب (وآخرون) ؛ كرة القدم للصفوف الثالثة ، ط 1 : (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1999) ص 171 .

(2) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 85 .

أو بعد اللعب الجماعي بين اللاعبين" (1). والتهديف بالقدم هو أفضل، وأقوى، وأسرع أنواع التهديف سواء في أثناء ضرب الكرة الثابتة أو المتحركة" (2).

ويشير (وميض شامل ، 2003) إلى أن القوة والدقة عنصران مطلوبان في التصويب وعلى اللاعب أن يوازن بين كل منهما في التصويب طبقاً للمواقف الذي يتواجد فيه ، و أن اعتبار الدقة والقوة عنصران مهمان في تحقيق متطلبات الأداء المهاري مثل التهديف والمهارات السابقة الذكر ، إلا أنه يجب أن نذكر أن السرعة تلعب دوراً بارزاً جداً في تحقيق الأهداف ، وهذا ما يتطلبه اللعب الحديث بكرة القدم الذي يتحتم على اللاعبين امتلاك القوة والدقة والتركيز على السرعة في الأداء بدرجة كبيرة، إذ أن اللاعب الذي يتميز بهذه المواصفات يستطيع أن يؤدي واجباته المهارية بصورة جيدة، والتغلب على الخصم ، وتحقيق الأهداف المطلوبة" (3) ، ويمكن اللاعب في أثناء التهديف التمويه أو الخداع كان ينظر إلى اتجاه غير حقيقي ، ثم يسدد الكرة إلى الاتجاه الآخر ، ومن حيث ارتفاع الكرة عند التهديف فالكرات المنخفضة هي الأفضل لأنها أسرع" (4).

(1) موفق احمد محمود ، أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، جامعة البصرة / كلية التربية الرياضية ، 1989) ص 32 .

(2) مختار سالم ؛ كرة القدم للملايين : (بيروت ، مكتبة المعارف ، 1988) ص 49 .

(3) وميض شامل كامل ؛ تأثير تمارين خاصة في تطوير السرعة والرشاقة والسرعة الحركية وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، 2003) ص 24 .

(4) عبد المجيد نعمان ، محمد عبدة صالح ؛ كرة القدم - تمرين - خطط : (شبكة جمهور الامبراطور www.google.com ، 2004) ص 3 .

وأن " التهديف على المرمى من مسافات بعيدة ليس قاعدة تتبع باستمرار ، إذ أن هناك منطقة أمام المرمى تسجل منها غالباً النسبة العالية من الأهداف ، كما نلاحظ أنه كلما اقترب التهديف من المرمى ازدادت نسبة تسجيل الأهداف " (1).

وأن نجاح عملية التهديف على المرمى أو فشله ليس بالضرورة أن يكون السبب وراءها عدم أداء الطريقة الصحيحة إنما هناك عوامل رئيسة تسهم في مدى نجاح التصويب أو فشله ، إذ يذكر (مفتي ابراهيم ، 1994) " أن هناك عناصر عدة تحدد مدى نجاح التهديف أو فشله وهي " (2):

1. دقة وقوة التهديف .
2. ارتفاع مسار الكرة وهي مصوبة إلى المرمى .
3. الزاوية التي تصوب إليها الكرة .
4. توقيت التصويب (التهديف) .

(1) مفتي ابراهيم حماد ؛ الإعداد المهاري الخططي للاعبين كرة القدم ، ط 1 (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1985) ص 68 .

(2) محمد عبدة الوحش ، ومفتي ابراهيم حماد ؛ أساسيات كرة القدم ، ط 1 (القاهرة ، دار عالم المعرفة ، 1994) ص 99 .

2 - 2 الدراسات السابقة :

2 - 2 - 1 دراسة أمل علي خليل (2006) :

"الصلابة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط لدى سباحي المسافات القصيرة"⁽¹⁾

يمثل مجتمع البحث السباحين والسباحات المقيدون في الاتحاد المصري لسباحة المسافات القصيرة والذين يتراوح أعمارهم من (14 - 17) سنة لعام 2006 من أندية (المعاري - الأهلي - الزمالك) وهدف البحث تعرف الفروق بين سباحي المسافات القصيرة (ذكور وإناث) في ابعاد مقياس الصلابة النفسية ومواجهة الضغوط والتعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية ومواجهة الضغوط للسباحين (ذكور وإناث) وبينت الاستنتاجات يوجد ارتباط معنوي موجب لمقياس الصلابة النفسية لدى السباحين والسباحات في بعد التحكم والانفعال وارتباط موجب لدى السباحين في بعد الالتزام وسالب لدى السباحات .

(1) أمل علي خليل حسين ؛ الصلابة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط لدى سباحي المسافات القصيرة : بحث منشور في كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد 50 ، 2007) .

2 - 2 - 2 دراسة مايكل جم (2006) :

"تأثير برنامج نفسي على تدريب مهارات السباحة والتطوير النفسي الايجابي" (1)

ذلك على عينة مكونة من (36) سباح مرهق من ذوي المستويات العليا (13 ذكر - 23 أنثى) وشمل البرنامج النفسي التدريب لمدة سبعة أسابيع بواقع (45) دقيقة أسبوعياً على مجموعة من المهارات النفسية (تجديد الأهداف ، التصور ، الاسترخاء ، التركيز ، توقف الأفكار) وقد خضع السباحون لسبع قوائم لقياس جودة أداء كذلك ستة مقاييس لقياس الايجابية النفسية منها مقياس الصلابة النفسية وقد أظهرت النتائج تحسن في أداء ضربات الرجلين كذلك تحسن الأداء الايجابي النفسي .

(1) Michael - S , Gim - J (2006) ; Effect of psychological skills training on swimming performance and positive psychological development , international journal of sport and exercise psychology . vo 14 (2) jun .

2-2-3 دراسة آلاء زهير (2011) :

"التفاؤل وعلاقته بالصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام ، التحكم التحدي) للاعبين

دوري اندية شباب العراق " (1)

كانت هذه الدراسة على (171) لاعباً من دوري شباب العراق في كرة اليد لعام 2011 وهدفت الدراسة في التعرف على التفاؤل والصلابة النفسية والعلاقة بينهما وقد اظهرت النتائج وجود علاقة دالة بين التفاؤل والصلابة النفسية ببعديها التحكم والتحدي وعدم وجود علاقة بين التفاؤل وبعد الالتزام وكانت ايضاً من الاستنتاجات للباحثة انه يمتلك لاعبو كرة اليد لفئة الشباب سمة التفاؤل والصلابة النفسية وبدرجات مختلفة .

2-2-2 مناقشة الدراسات السابقة :

بعد اطلاع الباحث على مجموعة من الدراسات السابقة التي أشارت إلى هذه الموضوعات باعتبارها تتضمن مجموعة من النقاط التي تلتقي في بعض أوجه التشابه مع البحث يمكن إجمالها وتلخيصها كآتي :

1. قامت الدراسات السابقة المتمثلة بدراسة أمل علي خليل بتطبيق مقياس

الصلابة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط لدى السباحين وطبقت هذا

المقياس على الألعاب الفردية المذكورة آنفاً في حين طبق المقياس في

(1) آلاء زهير ؛ التفاؤل وعلاقته بالصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام ، التحكم والتحدى) للاعبين دوري اندية شباب العراق : (مجلة علوم الرياضية ، جامعة ديالى) ، 2011.

الدراسة الحالية على الألعاب الجماعية وخصوصاً كرة القدم فيمكن من خلاله الكشف عن أثر الصلابة النفسية في القدرة على الفوز في جهة والتعرف على الفرق الفردية لدى اللاعبين من جهة أخرى .

2. أما دراسة مايكل جم 2006 ماستخدم الباحث جم أثر البرنامج النفسي في تدريب المهارات من خلال أخذ عينة من مجموعة سباحين مختلفة وبيان المقاييس الايجابية لنفسيتهم ومن ضمنها مقياس الصلابة النفسية الذي استخدمه البحث الحالي في عينته المتمثلة بدوري النخبة لكرة القدم أندية بغداد إذ استخدم المقياس نفسه في كلتا الدراستين ونتج عن الدراسة الحالية في أن الصلابة النفسية اثر فاعل ومؤثر في تنمية وأقدام اللاعبين.

3. طبق المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية في دراسة الاء زهير وطبق في الدراسة الحالية نفس المنهج في الدراسة السابقة وايضاً لأستخدم نفس المقياس الذي استخدم في دراسة الاء زهير وتوصل الى مجموعة نتائج تشبه سابقتها .

الباب الثالث

3 - منهج البحث وإجراءاته الميدانية

3 - 1 منهج البحث

3 - 2 مجتمع البحث وعينته

3 - 3 وسائل جمع المعلومات

3 - 3 - 1 وسائل جمع البيانات

3 - 3 - 1 - 1 الملاحظة

3 - 3 - 1 - 2 المقابلة

3 - 3 - 1 - 3 الاستبانة

3 - 3 - 2 وسائل جمع المعلومات

3 - 3 - 3 وسائل تحليل البيانات

3 - 3 - 4 الوسائل المساعدة

3 - 4 خطوات اختبار القياس

3 - 4 - 1 تحديد المقياس

3 - 4 - 2 عرض المقياس على ذوي الخبرة والاختصاص

3 - 4 - 3 الصورة النهائية للمقياس

3 - 5 التجربة الاستطلاعية

3 - 6 الأسس العلمية للمقياس

3 - 6 - 1 صدق فقرات المقياس

3 - 6 - 2 الثبات

3 - 6 - 3 الموضوعية

3 - 7 تحديد أسلوب قياس الأداء

3 - 8 تطبيق المقياس

3 - 9 الوسائل الإحصائية

3 - منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

3 - 1 منهج البحث :

يعد المنهج الوصفي من البحوث الواسعة الانتشار والاستخدام في مختلف المجالات فهو يركز على الظواهر القائمة وجمع الحقائق، والمعلومات، والملاحظات عنها، إذ ان المنهج الوصفي يتمثل في " دراسة ظاهرة أو معالجة مشكلة ما كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها من خلال استخدام الأدوات الموضوعية لجمع البيانات وتحليلها وتفسير نتائجها " (1).

ولهذا استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية والعلاقات الارتباطية التي تهتم بالكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات عنها بصورة رقمية " (2) .

3 - 2 مجتمع البحث وعينته :

من الأمور الواجب مراعاتها اختيار عينة تمثل مجتمع البحث تمثيلاً صادقاً إذ إنها الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل أو الانموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليه (3) .

(1) نوري ابراهيم الشوك ، رافع صالح الكبيسي ؛ دليل البحوث في التربية الرياضية : (بغداد ، مطبعة الشهيد ، 2004) ص 55 .

(2) نوري ابراهيم الشوك ، رافع صالح الكبيسي ؛ المصدر نفسه ، ص 57 .

(3) وجيه محبوب ؛ أصول البحث العلمي ومناهجه ، ط1: (عمان، دار المناهج والتوزيع، 2000) ص164.

لذا كان مجتمع البحث هم فرق اندية النخبة بكرة القدم البالغ عددهم (20) فريقاً
 اختار الباحث منهم (6) اندية حسب مراكزهم في ترتيب الدوري ، إذ اختار الباحث
 فريقين من فرق المراكز الاولى (القوة الجوية والطلبة) وفريقين من فرق الوسط (
 بغداد والصناعة) وفريقين من فرق المراكز الاخيرة (التاجي والحدود) اذ شكلت
 مانسبته (30%) من فرق مجتمع البحث ، ولغرض اجراء الدراسة اختار الباحث
 (84) لاعباً من عينة البحث ، (14) لاعباً من كل فريقين من الفرق الستة وقد
 شكلت عينة البحث مانسبته (19.09%) من مجتمع البحث والجدول (1) يبين توزيع
 عينة البحث .

جدول (1)

توزيع عينة البحث

ت	أسم النادي	المركز	عدد اللاعبين
1.	القوة الجوية	فرق	14
2.	الطلبة	المراكز الاولى	14
3.	بغداد	فرق	14
4.	الصناعة	الوسط	14
5.	التاجي	فرق المراكز	14
6.	الحدود	الأخيرة	14
		المجموع	84

3-3 وسائل جمع المعلومات :

" هي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات ، بيانات أو عينات أو أجهزة" (1) إذ استعان الباحث بالأدوات الآتية في انجاز بحثه :

3-3-1 وسائل جمع البيانات :

3-3-1-1 المقابلة :

أجرى الباحث مقابلات شخصية مع ذوي الخبرة والاختصاص في مجال كرة القدم للفادة من آرائهم وخبراتهم في هذه الدراسة* .

3-3-1-2 الاستبانة :

تعد الاستبانة أو الاستقصاء أداة ملائمة للحصول على معلومات وبيانات وحقائق مرتبطة بواقع معين إذ أعد الباحث استمارات الاستبانة الآتية :

1. استمارة استبانة لأستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول مقياس الصلابة

النفسية** .

2. استمارة استبانة لأستطلاع آراء الخبراء والمختصين حول مقياس الأداء

المهاري*** .

(1) وجيه محجوب ؛ اصول البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2003) ص 163 .

(*) ملحق (3) .

(**) ملحق (4) .

(***) ملحق (2) .

3-3-2 وسائل جمع المعلومات :

1. المصادر والمراجع العلمية :

إذ أطلع الباحث على العديد من المصادر والمراجع العلمية في مجال كرة القدم وعلم النفس الرياضي، وعلم النفس العام، والاختبار والقياس لدعم خطوات الدراسة بما هو علمي ورصين .

2. الاختبارات والمقاييس .

3. الشبكة الدولية (الانترنت) .

3-3-3 وسائل تحليل البيانات :

1. استمارات جمع البيانات وتفرغها .

2. حاسبة إلكترونية نوع لاب توب .

3. حاسبة يدوية .

3-3-4 الوسائل المساعدة :

1. ساعة إلكترونية .

2. أقلام جاف .

3-4 مقياس الصلابة النفسية :

3-4-1 تحديد المقياس :

بعد إطلاع الباحث على العديد من المصادر العلمية وجد ان هناك مقاييس مختلفة للصلابة النفسية وبعد التدقيق اختار الباحث مقياس الصلابة النفسية لعماد محمد مخيمر (2011)⁽¹⁾ وقد اختار الباحث المقياس لأنه دقيق ذو ثلاث أبعاد ولوضوح فقراته وحدائته حيث يتكون من (47) فقرة تقيس جوانب الصلابة النفسية للفرد ، وتقع الإجابة عن المقياس في ثلاثة مستويات (دائماً - أحياناً - أبداً) وللتركيز على عدم اتخاذ نمط ثابت للإجابة وللتقليل من تمييز المفحوص وإعطاء نتائج مضبوطة من قبل اللاعبين فأنا لم نقم بالتنويه بأننا نقوم بتوزيع استمارات للصلابة النفسية عليهم وإنما هي استمارات بخصوص جانب نفسي لديهم بشكل عام.

3-4-2 عرض المقياس على ذوي الخبرة والاختصاص* :

بعد تحديد المقياس تم عرضه على ذوي الخبرة والاختصاص لغرض التداول معهم بخصوص قدرة المقياس وتحقيق الأهداف المطلوبة فضلاً عن ذلك وضوح العبارة المستخدمة بالموضوع والملحق (4) يبين الخبراء الذين تم عرض المقياس عليهم .

(1) مخيمر ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 34 .

* انظر ملحق (4) .

3-5 التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية " تدريباً عملياً للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابله في أثناء إجراء التجربة لتفاديها مستقبلاً " (1) وقد أجرى الباحث مع فريق العمل المساعد (*) تجربة استطلاعية بتاريخ 16 / 12 / 2011 على 13 لاعباً من لاعبي نادي الخالص الرياضي بكرة القدم وانتهت بتاريخ 2012/1/1 وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية ما يأتي :

1. التعرف على مدى ملائمة الفقرات المعدة لهذا الغرض .
2. مدى وضوح الفقرات للمستجوب ودرجة استجابته لها .
3. التأكد من وضوح تعليمات المقياس .
4. احتساب زمن الاجابة والوقت الذي يستغرقه المستجوب للاجابة على فقرات المقياس .
5. الاجابة عن تساؤلات المستجوبين حول فقرات المقياس .

(1) قاسم المندلاوي وآخرون ؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية : (جامعة بغداد ، بيت الحكمة ، 1989) ص 157 .
* انظر ملحق (7) .

3-6 الخصائص السالكومترية للمقياس :

3-6-1 صدق فقرات المقياس :

يعد الصدق أهم شروط الاختبار الجيد ، فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في قياس ما وضع من أجله وقد اعتمد الباحث على الصدق الظاهري إذ اشار (Eble 1972) في هذا المجال إلى أن " أفضل وسيلة للتأكد من صدق الاداة هو ان يقرر عدد من المختصين مدى تغطية وشمولية فقرات المقياس لجوانب الصفة المراد قياسها " (1) ولغرض التأكد من صدق المقياس عرض الباحث المقياس بفقراته على السادة الخبراء والمحكمين وذوي الاختصاص في علم النفس العام وعلم النفس الرياضي وفي القياس والتقويم والتعلم الحركي وفي طرائق التدريس ملحق (4) وقد تم استخدام النسب المئوية معياراً حول مدى صدق المقياس للغرض الذي وضع من أجله إذ اتفقت اراء السادة الخبراء بنسبة (100 %) على صلاحية فقرات المقياس لتمثيل الظاهرة المطلوب قياسها إذ يشير (بلوم واخرون ، 1983) إلى أن " على الباحث أن يحصل على نسبة اتفاق الخبراء في صلاحية الفقرات وامكانية اجراء تعديلات بنسبة لا تقل عن (75 %) " (2) .

(1) Eble , R.L. (1972) : Essential of educational measurement 2nd ed , prentice-hall .
Englewood cliff ,new jersey , PP555 .

(2) بلوم بنيامين واخرون ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد امين المفتي واخرون ، دار ماكروهيين ، القاهرة ، 1983 (ص 126 .

3-6-2 الثبات :

يعد الثبات من الشروط المهمة للأداة الجيدة بمعنى "لو تكررت عمليات قياس الفرد تبينت درجته شيئاً من الاستقرار ومعامل الثبات وهو معامل ارتباط بين درجات الأفراد في الاختبار في مرات الإجراءات المختلفة" (1) .

وأن هناك بعض المصادر تشير " الى أن هذه التطبيق بين اختبائي الثبات تتراوح بين (10 - 20) يوماً" (2) وبعد جمع الاستمارات تمت معالجتها إحصائياً باستخدام معامل ارتباط الرتب (سبيرمان) فتبين أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات عالية جداً .

حيث استخدم الباحث طريقة إعادة الاختبار لمقياس الصلابة النفسية إذ قام بتطبيق المقياس على عينة التجربة الاستطلاعية وأعاد تطبيق المقياس على نفس المجموعة بفاصل زمني مقداره 15 يوماً من التطبيق الأول، إذ بلغ عدد عينة التجربة الاستطلاعية 13 لاعباً من لاعبي نادي الخالص الرياضي بكرة القدم ، حيث كان قيمة معامل الارتباط 0.86 وهو معمل ارتباط عالي .

(1) مصطفى حسن باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق (الصدق ، الثبات ، الموضوعية ،

المعايير) ، ط 1 : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) ص 50 .

(2) حردان عزيز سلمان ؛ التفكير الإبداعي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية لحراس مرمى دوري النخبة

العراقي بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ، 2008) ص 66 .

3-6-3 الموضوعية :

ويقصد بها أن تكون الأسئلة لمختلف أفراد العينة بعيدة عن التأويل أو الجدل ،
وعرض الباحث استمارة الاستبانة على مجموعة من عينة البحث الذين تم استبعادهم
من التجربة الرئيسية فأكدوا وضوحها ولم يختلف معنى الأسئلة لديهم ، مما حقق
موضوعية الاختبار والتي يقصد بها " عدم تدخل ذاتية الباحث ومعتقداته في نتائج
الاختبار " (1) .

3-7 تحديد أسلوب قياس الأداء :

أن من الأمور المهمة في هذه الدراسة هو قياس مستوى أداء اللاعبين المهاري ،
فبعد أن اطلع الباحث على المصادر والمراجع والدراسات المختلفة في هذا المجال
وبعد الاستفسار من ذوي الخبرة في مجال كرة القدم ، توصل الباحث إلى أن أفضل
أساليب تحديد مستوى الاداء المهاري للاعبين في اثناء المباراة عرض الاداء على
المحللين الرياضيين والخبراء الاكاديميين في كرة القدم إذ تم تسجيل المباريات لدوري
النخبة العراقي (اندية بغداد)(2011-2012) على قرص (CD) والطلب من السادة
المحللين والخبراء مشاهدتها وتقييم أداء اللاعبين المهاري على وقف استمارة وضعت
لهذا الغرض ملحق(6) حيث تتكون هذه الاستمارة من خمس مهارات إذ يطلب من
المقوم بعد أن يشاهد المباراة أن يضع لكل لاعب تقدير من(1-5) أمام كل مهارة
علماً أن التقديرات السابقة تقابلها المستويات الآتية:

(1) عبد الله عبد الرحمن ومحمد احمد عبد الدايم ؛ مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم
الإنسانية ، ط2 (الكويت ، مكتب الفلاح للنشر والتوزيع ، 1999) ص 153 .

التقدير 1 يقابلها المستوى ضعيف .

التقدير 2 يقابلها المستوى تحت المتوسط .

التقدير 3 يقابلها المستوى متوسط .

التقدير 4 يقابلها المستوى فوق متوسط .

التقدير 5 يقابلها المستوى جيد جداً .

أما الدرجة النهائية لكل لاعب في المستوى المهاري فهي مجموع ما حصل عليه كل لاعب عند كل مقوم ثم يقسم مجموع الدرجات على عدد الخبراء لغرض استخراج الدرجة النهائية لكل لاعب في الاداء المهاري .

3- 8 تطبيق المقياس :

بعد الانتهاء من الاجراءات الخاصة بمقياس الصلابة النفسية ووضعه في صورته النهائية وكذلك تحديد اسلوب قياس مستوى الاداء المهاري للاعبين ثم تطبيق مقياس الصلابة النفسية على عينة البحث على النحو الموضح في الجدول الاتي :

الفريق	اليوم والتاريخ
القوة الجوية	السبت 2012/2/4
الطلبة	الأثنين 2012/2/6
الصناعة	الخميس 2012/2/9
الحدود	السبت 2012/2/11
بغداد	الخميس 2012/2/16
التاجي	الثلاثاء 2012/2/21

إذ كان الباحث يقوم بشرح المقياس وكيفية الإجابة عليه قبل توزيعه على عينة البحث موضحاً أهمية البحث والهدف منه وأن هذا المقياس يقيس جانب نفسي بصورة عامة ثم قام البحث بتوزيع استمارات المقياس على (14) لاعب من كل فريق وبعد الانتهاء من تطبيق المقياس قام الباحث بتفرغ إجابات عينة البحث ثم أجرى المعالجات الإحصائية المناسبة عليها وحسب أهداف البحث .

3- 9 الوسائل الإحصائية :

$$\bullet T^{(1)} = \frac{U-Y}{V} \sqrt{N}$$

• الوسط الحسابي " (2) : $\bar{س} = \frac{\text{مج س}}{ن}$

• النسبة المئوية " (3) : $\frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100 =$

$$\bullet \sqrt{\frac{\text{مج س}^2 - \frac{(\text{مج س})^2}{ن}}{ن - 1}}$$

• الانحراف المعياري " (4) :

6 ف 2

• معامل ارتباط سبيرمان : $رت = 1 -$

$$ن(ن - 2)$$

(1) الراوي ، خاشع محمد ، (2000) ، المدخل الى الاحصاء ، جامعة الموصل ، كلية الزراعة ، العراق ، ص309 .

(2) مصطفى حسن باهي ؛ الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية ، ط 1 : (القاهرة ، مصر الجديدة ، 21 شارع الخليفة المأمون ، 1999) ص56 .

(3) وديع ياسين ، محمد العبيدي ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية : (الموصل ، دار الكتب ، 1999) ص94 .

(1) مصطفى عبد المنعم ، لبيه حسب النبي ؛ مقدمة في الإحصاء : (الاسكندرية ، كلية التجارة ، الدار الجامعية للطبع والنشر والتوزيع ، 2000) ص123 .

- معامل ارتباط بيرسون " (1) :

$$r = \frac{\text{مج س ص} - \frac{\text{مج س} \times \text{مج ص}}{ن}}{\sqrt{\left(\text{مج س}^2 - \frac{\text{مج ص}^2}{ن}\right) \left(\text{مج ص}^2 - \frac{\text{مج س}^2}{ن}\right)}}$$

- تحليل التباين " (2) :

$$F = \frac{\text{متوسط المربعات بين المجموعات}}{\text{متوسط المربعات داخل المجموعات}}$$

- أقل فرق معنوي " (3)

$$L.S.D. = \frac{2 \times \text{متوسط المربعات داخل المجموعات}}{ن} \quad *$$

-
- (1) وديع ياسين ، محمد العبيدي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 214 .
 - (2) وديع ياسين ، محمد العبيدي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 289 .
 - (3) وديع ياسين ، محمد العبيدي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 289 .

الباب الرابع

4 – عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4 – 1 عرض النتائج وتحليلها

4 – 2 مناقشة النتائج

4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4 - 1 عرض النتائج :

لغرض الوصول إلى أهداف البحث والتحقق من صحة الفرضيات عرض الباحث نتائج المعالجات الإحصائية لأهداف البحث على شكل جداول ثم حل هذه النتائج ومناقشتها لمعرفة واقع الفروق ودلالاتها الإحصائية على وفق المنظور العلمي الدقيق لمجاميع البحث الثلاثة ، إذ استخرج الباحث الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسط الفرضي وقيمة (t) المحسوبة لمجاميع البحث في مقياس الصلابة النفسية وفي مستوى الأداء ، بعدها استخرج علاقات الارتباط بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء لكافة مجاميع البحث ثم استخدم الباحث قانون تحليل التباين لاستخراج الفروق بين مجاميع البحث في مقياس الصلابة النفسية ومستوى الأداء وأخيراً استخدم الباحث أقل فرق معنوني L.S.D. ليتعرف على أي مجاميع كانت أفضل من غيرها في مستوى الأداء ، بعدها ناقش الباحث نتائج هذه الجداول وعلى النحو الآتي :

1-1-4 عرض نتائج الهدف الأول: تعرف مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي

فرق دوري نخبه لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها :

لتحقيق هذا الهدف استعمل الباحث الاختبار التائي لعينه واحده إذ اظهرت

نتائج البحث ان متوسط درجات الصلابة النفسية لدى لاعبي دور النخبة لأندية

بغداد بكرة القدم تساوي(106.8) ويانحراف معياري قدره (8.87) وعنده مقارنته

بالمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ(94) .

جدول (2)

مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم

مستوى الدلالة	قيمة t الجدولية	قيمة t المحسوبة	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
دال	1.960	13.06	94	8.87	106.8

ظهر ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (13.06) وهي اكبر من القيمة التائية

الجدوليه البالغة (1.960) عند درجة حرية (83) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يعني

ان عينة البحث لديها مستوى عال من الصلابة النفسية والجدول (2) يبين ذلك .

4-1-2 عرض نتائج الهدف الثاني: تعرف مستوى الاداء المهاري لدى لاعبي

فرق دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها :

لتحقيق هذا الهدف استعمل الباحث الاختبار التائي لعينه واحده إذ أظهرت

نتائج البحث ان متوسط درجات الاداء المهاري لدى لاعبي دور النخبة لأندية بغداد

بكرة القدم تساوي (15.22) وبانحراف معياري مقداره (2.59) وعند مقارنته بالمتوسط

الفرضي والبالغ (15).

جدول (3)

مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية	مستوى الدلالة
15.22	2.59	15	6.03	1.960	معنوي

ظهرت ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (6.03) والقيمة التائية الجدوليه تساوي

(1.960) والجدول (3) يبين ذلك .

4-1-3 عرض نتائج الهدف الثالث: تعرف العلاقة بين الصلابة النفسية والأداء

المهاري لدى لاعبي دوري النخبة لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها :

جدول (4)

معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء لفرق المراكز الاولى

مستوى الدلالة	قيمة (ر)		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية فرق المقدمة
	الجدولية*	المحسوبة			
معنوي	0,37	0,88	9,14	109,46	الصلابة النفسية
			2,27	19,39	مستوى الأداء

يتضح من الجدول (4) ان معامل الارتباط المحسوب بين الصلابة النفسية

ومستوى الاداء لفرق المراكز الأولى يساوي (0.88) وهو اكبر من قيمة (ر)

الجدوليه البالغة (0.37) تحت درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05) والجدول

(4) يبين ذلك .

جدول (5)

معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء لفرق الوسط

مستوى الدلالة	قيمة (ر)		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية فرق المقدمة
	الجدولية*	المحسوبة			
معنوي	0,37	0,80	31	102,79	الصلابة النفسية
			7,99	14,93	مستوى الأداء

* قيمة (ر) الجدولية تساوي (0,37) تحت درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0,05)

يتضح من الجدول (5) ان معامل الارتباط المحسوب بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء لفرق الوسط يساوي (0.80) وهو اكبر من قيمة (ر) الجدوليه والبالغة (0.37) تحت درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05), والجدول (5) يوضح ذلك .

جدول (6)

معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء للفرق المتأخرة

مستوى الدلالة	قيمة (ر)		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المعالجات الإحصائية فرق المقدمة
	الجدولية	المحسوبة			
معنوي	0,37	0,76	7,99	105	الصلابة النفسية
			3,48	15,75	مستوى الأداء

يتضح من الجدول (6) ان معامل الارتباط المحسوب بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء لفرق المراكز الأخيرة يساوي (0.76) وهو اكبر من قيمة (ر) الجدوليه البالغة (0.37) تحت درجة حرية (26) ومستوى دلالة (0.05) .

4-1-4 عرض نتائج الهدف الرابع: التعرف على الفروق في أبعاد الصلابة

النفسية بين لاعبي عينة البحث :

جدول (7)

تحليل التباين للفروق في ابعاد الصلابة النفسية لدى افراد عينة البحث

ت	الأبعاد	مصدر القياس	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	قيمة F الجدولية	مستوى الدلالة
1	الالتزام	بين المجموعات	83	2	41,5	2,83	3,11	عشوائية
		داخل المجموعات	1190	81	14,69			
2	التحكم	بين المجموعات	346	2	173,5	16,91	3,11	معنوية
		داخل المجموعات	841	81	10,38			
3	التحدي	بين المجموعات	22	2	11	0,37	3,11	عشوائية
		داخل المجموعات	2430	81	30			

لتحقيق هذا الهدف استعمل الباحث تحليل التباين لغرض استخراج الفرق بين

مجاميع عينة البحث في ابعاد مقياس الصلابة النفسية إذ ظهر في جدول (7) أن

قيمة (F) المحسوبة في بعد الالتزام كانت تساوي (2,83) وهي أقل من قيمة

(F) الجدولية تحت درجة حرية (2 - 81) والتي تساوي (3,11) بينما كانت قيمة

(F) المحسوبة في بعد التحكم تساوي (16,67) وهي أكبر من قيمة (F) الجدولية

تحت درجة حرية (2 - 81) والتي تساوي (3,11) وبذلك تكون الفروق معنوية ، أما

في بعد التحدي فقد كانت قيمة (F) المحسوبة تساوي (0,37) وهي أقل من قيمة (F) الجدولية التي تساوي (3,11) والجدول (7) يبين ذلك .

جدول (8)

نتائج اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D.) بين مجاميع البحث في بعد التحكم

مستوى الدلالة	قيمة L.S.D المحسوبة	الفرق في الأوساط الحسابية	المجموعات
معنوي لصالح فرق المراكز الأولى	1,70	3,25=33,11-36,36	المراكز الأولى- الوسط
معنوي لصالح فرق المراكز الأولى		4,9=31,46-36,36	المراكز الأولى - المراكز الأخيرة
غير معنوي		1,65=31,46-33,11	الوسط - المراكز الأخيرة

ومن خلال جدول (8) يتضح أن الفرق في الأوساط الحسابية بين فرق

المراكز الأولى كان 3,25 وهو أكبر من قيمة L.S.D. البالغة (1,70) ولصالح

فرق المراكز الأولى كما ظهر أن الفرق بين الأوساط الحسابية بين فرق المراكز

الأولى وفرق المراكز الأخيرة كان يساوي (4,9) هو أكبر من قيمة L.S.D. البالغة

(1,70) ولصالح فرق المراكز الأولى بينما كان الفرق في الأوساط الحسابية بين

فرق الوسط وفرق المراكز الأخيرة عشوائي .

4-1-5 عرض نتائج الهدف الخامس: تعرف الفروق في الاداء المهاري بين لاعبي فرق المراكز الأولى والوسط والمراكز الأخيرة لدى لاعبي دور النخبة لأندية بغداد بكرة القدم وتحليلها :

لتحقيق هذا الهدف استعمل الباحث قانون تحليل التباين لغرض استخراج الفروق بين مجاميع البحث الثلاثة في مستوى الاداء المهاري إذ ظهرت ان قيمة F المحسوبة بين مجاميع البحث في مستوى الاداء تساوي (20.59) وهي اكبر من قيمة F الجدوليه تحت درجة حرية (2-81) مستوى دلالة (0.05) البالغة (3.07) .

جدول (9)

تحليل التباين بين مجاميع البحث الثلاثة في قياس مستوى الأداء

الاختبارات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	قيمة F الجدولية	مستوى الدلالة
مستوى الأداء	بين المجموعات	316	2	158	20,59	3,07	معنوي
	داخل المجموعات	621	81	7,67			

ويتضح من الجدول (9) ان هناك فروقاً بين مجاميع البحث في مستوى

الاداء ولهذا استخدم الباحث L.S.D (اقل فرق معنوي) لكي يتعرف على ماهية هذه

الفروق والتي يوضحها الجدول التالي جدول (10) .

جدول (10)

نتائج اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين مجاميع البحث في مستوى الأداء

المجموعات	الفرق في الأوساط الحسابية	قيمة L.S.D المحسوبة	مستوى الدلالة
المراكز الأولى- الوسط	4,46=14,93-19,39	1,23	معنوي لصالح فرق المراكز الأولى
المراكز الأولى - المراكز الأخيرة	3,64=15,75-19,39		
الوسط - المراكز الأخيرة	0,82=15,75-14,93		

من خلال الجدول (10) يتضح أن الفرق في الأوساط الحسابية بين فرق المقدمة وفرق الوسط في مستوى الأداء كان (4,46) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) البالغة (1,23) مما يعني أن فرق المقدمة قد تفوقت على فرق الوسط في مستوى الأداء و أن الفرق في الأوساط الحسابية بين فرق المقدمة وفرق المراكز المتأخرة في مستوى الأداء كان (3,64) وهو أكبر من قيمة (L.S.D) البالغة (1,23) مما يعني أن فرق المقدمة قد تفوقت أيضاً على فرق المراكز الأخيرة في مستوى الأداء بينما لم تظهر فروق معنوية بين فرق الوسط وفرق المراكز الأخيرة في مستوى الأداء، إذ بلغ الفرق بين الوسطين الحسابيين يساوي (0,82) وهو أقل من قيمة (L.S.D.) البالغة (1,23) .

4 - 2 مناقشة النتائج :

من خلال جدول (2) ظهر لنا أن قيمة T المحسوبة كانت أكبر من قيمة T الجدولية في الصلابة النفسية بين لاعبي اندية النخبة بكرة القدم ، وهذا يعني أن عينة البحث كان لديها مستوى عالٍ من الصلابة النفسية ، أما جدول (3) فأردنا من خلاله التعرف على مستوى الاداء المهاري لدى لاعبي النخبة بكرة القدم ومن خلال استعمال الاختبار التائي بين لاعبي النخبة ظهرت لنا أن قيمة T المحسوبة كانت أكبر من قيمة T الجدولية مما يدل على معنوية الفروق بين لاعبي النخبة في مستوى الاداء المهاري ، اما جدول (4) والذي أردنا من خلاله التعرف على العلاقة

بين الصلابة النفسية والاداء المهاري لدى فرق المراكز الاولى للعينة حيث ظهرت لنا قيمة (ر) المحسوبة اكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يدل على معنوية الفروق بين الصلابة النفسية والاداء المهاري لدى فرق المراكز الاولى ، أما جدول (5) فتم فيها التعرف على معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ومستوى الاداء المهاري لدى فرق الوسط ، إذ ظهر من خلال نتائجه أن قيمة (ر) المحسوبة اكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يدل على معنوية هذه الفروق ، أي وجود علاقة ارتباط بين الصلابة النفسية والاداء المهاري لفرق الوسط ، اما جدول (6) فاردنا من خلاله التعرف على معامل الارتباط بين الصلابة النفسية والاداء المهاري لفرق المراكز الاخيرة ، إذ ظهرت قيمة (ر) المحسوبة اكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يدل على معنوية الفروق بين الصلابة النفسية والاداء المهاري لهذه الفرق (المؤخرة) ، أما جدول (7) فان نتائجه عالجت الفروق في ابعاد الصلابة النفسية بين افراد عينة البحث ككل ، إذ ظهر لنا بعد أن استخدمنا تحليل التباين أنه لا توجد فروق معنوية بين افراد عينة البحث في بعدي الالتزام والتحدي ، وظهرت بينهما فروق في بعد التحكم ، لغرض معرفة لصالح لمن هذه الفروق استخدم الباحث اختبار (L.S.D) أقل فرق معنوي ، فظهرت لنا نتائج جدول (8) تبين ان الفروق معنوية بين فرق المراكز الاولى والوسط ولصالح فرق المراكز الاولى ومعنوية بين المراكز الاولى والمراكز الاخيرة ولصالح فرق المراكز الاولى ، وغير معنوية بين فرق مراكز الوسط والاخيرة ، اما نتائج

جدول (9) فيه استخدمنا تحليل التباين بين مجاميع البحث الثلاثة في مستوى الاداء المهاري وظهرت لنا قيمة F المحسوبة الكبر من قيمة F الجدولية مما يدل على معنوية هذه الفروق ، لذلك استخدمنا اختبار (L.S.D) لمعرفة لصالح من هذه الفروق ، فظهرت لنا من خلال نتائج جدول (10) ان هذه الفروق معنوية بين فرق المراكز الأولى و فرق الوسط والصالح فرق المراكز الأولى ، وكذلك معنوية بين فرق المراكز الأولى والأخيرة ولصالح فرق المراكز الأولى ، وكانت غير معنوية بين فرق الوسط و فرق المراكز الأخيرة .

والباحث بعد أن ظهرت له هذه النتائج يرى أن عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مجاميع البحث في الصلابة النفسية هو من الأمور التي تحسب لصالح هذه المجموعات، إذ إن عدم وجود هذه الفروق يتبين أن لاعبي هذه المجموعة لديهم ما يأتي :

1. التزام أي نوع من التعاقد النفسي يلتزمون به تجاه أنفسهم وأهدافهم وقيمهم والآخرين من حولهم .
 2. لديهم اعتقاد أنه بإمكانهم أن يكون لهم تحكم في ما يلقونه من أحداث وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث لهم وأن لهم القدرة على اتخاذ القرارات والقدرة على تسير الأحداث والقدرة على المواجهة الفعالة للضغوط .
 3. اعتقادهم أن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياتهم هو أمر مفيد وضروري وليس تهديد لهم مما يساعدهم على مواجهة الضغوط بفاعلية .
- وقد وافقت دراسة آلاء زهير مع دراسة عماد محمد مخيمر الرأي إذ تشير إلى " أن الصلابة النفسية تساعد اللاعب للوصول إلى الأداء الأمثل سواء بالتدريب أو

المنافسات وأن لأبعاد الصلابة النفسية (الالتزام ، التحكم والتحدي) أهمية كبيرة للرياضيين ضد ضغوط المنافسات التي تؤدي إلى استهلاك الطاقة النفسية والبدنية لدى اللاعبين مما يجعل اللاعبين الذي يتسمون بالصلابة النفسية إلى مواجهة لهذه الضغوط " (2).

أن لعبة كرة القدم من الألعاب الرياضية ذات المتطلبات العديدة والمتشعبة وان المتغيرات التي يحتمل حدوثها في أثناء التدريب أو المنافسات كثيرة منها ما يتعلق بطبيعة المباراة والخصم وهناك متغيرات تتعلق بالمنافسة ودور الجمهور والأعلام وبالتالي فإن ما يقع على لاعب كرة القدم من ضغوط كبيرة وكثيرة وبالتالي فإن من يستطيع تجاوز هذه الضغوط هو اللاعب الذي يتصف بالصلابة النفسية العالية وأن ما يعزز هذا الكلام هو ما حددته (Kobassa 1982) من أن الأدوار التي يؤديها متغير الصلابة النفسية عند الافراد هي ¹ :

1. تخفف من الشعور بالإجهاد الناتج عن الإدراك السلبي للأحداث والوقاية من الإجهاد المزمن .
2. ترتبط بالمواجهة الفعالة للضغوط والتوافق الصحي معها .
3. تفيد الإدراك المعرفي للأحداث .
4. تدعم عمل متغيرات المقاومة والمتغيرات المساعدة على سلامة الأداء النفسي.

وأن (عادة الشواف 2010) تدعم النقاط أعلاه وتشير إلى " أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر صموداً ومقاومة وإنجازاً وضبطاً داخلياً وقيادة واقتداراً ونشاطاً وواقعية لأن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد فالأشخاص الأكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون " (1) .

" (2) آلاء زهير ؛ مصدر سبق ذكره ، 2011 .

(1) kobassa , Cit , 1982 .

" (1) عادة الشواف؛ مصدر سبق ذكره .

أما بالنسبة إلى مستوى الأداء المهاري فإن الباحث يلاحظ هناك ثلاث مستويات للأداء المهاري فنلاحظ هناك أندية حصلت على مستوى جيد من الأداء المهاري وهي المتمثلة (بأندية المقدمة) نادي الطلبة والقوة الجوية وأندية حصلت على أداء متوسط وهي المتمثلة (بأندية الوسط) نادي الصناعة وبغداد ويعزو الباحث إلى أن قوة الإسناد والدعم المادي والمعنوي لها تأثير نفسي إيجابي على الفرد الرياضي، إذ إن تلبية حاجاته ومشاركته في مشاعره والوقوف معه في أثناء التدريب والمنافسات كل ذلك سيعكس الصورة الإيجابية لديه فضلاً عن متابعة من الأهل والأصدقاء أو من المدرب فضلاً عن اهتمام الإدارة في هذه المؤسسات بالفرد الرياضي وتوفير الإمكانيات، وتسهيل السبل كافة من أجل الارتقاء في لعبة كرة القدم⁽¹⁾.

أما الأندية التي حصلت على مستوى أداء ضعيف وهي متمثلة (باندية المراكز الاخيرة) وهي نادي (التاجي والحدود) فيعزو الباحث السبب في ضعف مستوى الأداء الى انعدام أو قلة الإسناد والدعم للاعبين الرياضيين والذي ينعكس سلباً على مستوى أداء اللاعبين ومن ثم على نتائج الفريق في دوري النخبة وهذا ما أكده محمد حيدر سليمان " إن قلة الإسناد والدعم للفرد الرياضي وعدم تقديم المساعدة الفعلية له في الوقت المناسب وإلا فسيترب على ذلك مواقف قد تهدده وتؤدي إلى ظهور علامات القلق أو الكآبة وقلة الدافعية والاستنفار من اللعب أو التدريب مما يؤدي إلى عدم تقديم ما لديه من طاقات وإمكانيات فعلية وبالتالي تؤثر على مستوى أداء الفريق في دوري النخبة⁽¹⁾.

"(1) we inert G.A, social support measure : PRO 85 . Nursing research . 1987 . P.P.15 , P.P.273.

" (1) محمد حيدر سليمان ؛ الإسناد الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالذات والسلوك الاجتماعي لدى بعض منتخبات محافظات القطر بالتايكواندو للمتقدمين : (أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2005) .

الباب الخامس

5 – الاستنتاجات والتوصيات

5 – 1 الاستنتاجات

5 – 2 التوصيات

5 – النتائج والتوصيات :

5 – 1 النتائج :

1. وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق المراكز الأولى (الجوية والطلبة) .
2. وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق الوسط (الصناعة وبغداد) .
3. وجود علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء المهاري لدى لاعبي فرق المراكز الأخيرة (التاجي والحدود) .
4. لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين مجاميع البحث في بعدي الالتزام والتحدي وظهرت فروق معنوية بين المجاميع في بعد التحكم .
5. ظهرت فروق ذات دلالة معنوية بين مجاميع البحث في مستوى الأداء ولصالح فرق المراكز الأولى .

5 - 2 التوصيات :

في ضوء الاستنتاجات التي توصل إليها البحث يوصي بما يأتي :

1. ضرورة والدعم الحقيقي والفاعل للأندية والاتحادات الرياضية من قبل الجهات

والمؤسسات ذات العلاقة بالرياضية كافة وبصورة متساوية .

2. ضرورة الاهتمام بالحوافز والمكافئات التشجيعية لأنها أصبحت عاملاً

أساسياً في اندفاع اللاعبين نحو الأداء الجيد وتطوير المستوى بل أن هذه

الأمور تجعل أداء اللاعبين يتسم بالكفاح والأداء الرجولي والمثابرة وهي

عوامل مساعدة ومكملة لتحقيق الإنجازات .

3. ضرورة قيام الإدارة والمدرّب بإدخال الإعداد النفسي ضمن المنهاج التدريبي

السنوي للاعبين وتعيين أخصائي نفسي مختص بعلم النفس الرياضي لمرافقة

الفريق في أثناء المنافسة فضلاً عن تدريب اللاعبين على إكساب المهارات

النفسية لمواجهة الأحداث الضاغطة خلال المباراة .

4. على المدرّب أن ينمي العلاقة الطيبة الإنسانية بينه وبين لاعبيه وأن يدافع

عن حقوقهم المشروعة ويساعد لاعبيه في حل مشكلاتهم وإبعاد بعض

الأعباء الخارجية عن اللاعب ومساعدته على التركيز في المباراة .

المطبخ العربي والأجنبي

المصادر

- القرآن الكريم .
- اسماء سعد ياس ؛ أثر الاسلوب العقلانى العاطفى فى تنمية التفاؤل لدى طالبات المرحلة الإعدادية : (رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة ديالى ، كلية التربية الأصمعي، 2008) .
- آلاء زهير ؛ التفاؤل وعلاقته بالصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام ، التحكم والتحدى) للاعبى دوري أندية شباب العراق : (بحث قيد النشر ، مجلة علوم الرياضية ، جامعة ديالى) .
- امل علي خليل حسين ؛ الصلابة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط لدى سباحي المسافات القصيرة : (بحث منشور في كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد 50 ، 2007) .
- بسطويسي احمد وعباس احمد ؛ طرق التدريس في مجال التربية الرياضية : (الموصل ، مطبعة الجامعة ، 1984) .
- بسطويسي احمد ؛ أسس ونظريات التعلم : ط 1 (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1996) .

- بلوم بتيامين وآخرون ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ،
ترجمة ، محمد أمين المفتي وآخرون ، دار ماكروهي ، القاهرة ،
(1983) .
- بهاء الدين إبراهيم سلامة ؛ الإعداد المهاري في كرة القدم ، تعليم
قانون : (القاهرة ، مكتب الطابع الجامعية ، 1987) .
- ثامر صبحي محمد ؛ استخدام تمرينات البلايومتركس في تنمية القوة
السريعة وأثرها في سرعة الأداء بعض المهارات الأساسية بكرة القدم :
(رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، 2007) .
- ثامر محسن وموفق مجيد المولي ؛ التمارين التطويرية بكرة القدم :
ط1 (الأردن ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 1999) .
- جارلس هيوز ؛ كرة القدم الخطط والمهارات ، ترجمة ؛ موفق محمد
الموكي : (الموصل ، مطابع التعليم العالي ، 1990) .
- جمهورية العراق وزارة التربية ؛ منهاج التربية الرياضية للمرحلة
المتوسطة ، 1991 .

- حردان عزيز سلمان ؛ التفكير الإبداعي وعلاقته ببعض المهارات الأساسية لحراس مرمى دوري النخبة العراقي بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى ، 2008) .
- حسن عبد الجواد ؛ كرة القدم - المبادئ الأساسية - الألعاب الإعدادية - القانون الدولي : ط 2 (بيروت ، دار العلم للملايين ، 1980) .
- خير الدين علي احمد عويس ؛ دليل البحث العلمي : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999).
- زهير قاسم الخشاب (وآخرون) ؛ كرة القدم ، ط 2 : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988) .
- زهير قاسم الخشاب (وآخرون) ؛ كرة القدم للصفوف الثالثة ، ط 1 : (جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1999) .
- سالم عبد الله المفرجي ، عبد الله علي ابو عراد الشهري ؛ الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة : (بحث منشور في مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية ، جامعة المنيا ، العدد 19 ، أكتوبر 2008) .

- سامي الصفار (وآخرون) ؛ كرة القدم : (بغداد ، مديرية مطبعة
وزارة التربية ، 1992) ص 132 .
- سامي محمد ملحم ؛ مناهج البحث في التربية وعلم النفس : (عمان
دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2000) .
- صباح رضا وآخرون ؛ كرة القدم للصفوف الثالثة : (الموصل ،
مطبعة الحكمة للنشر ، 1991) .
- طلحة حسام الدين ؛ الميكانيكا الحيوية : (القاهرة ، دار الفكر العربي
، 1993) .
- عبد الله عبد الرحمن ومحمد احمد عبد الدايم ؛ مدخل إلى مناهج
البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، ط2 (الكويت ، مكتب
الفلاح للنشر والتوزيع ، 1999) .
- عبد المجيد نعمان ، محمد عبدة صالح ؛ كرة القدم - تمرين - خطط
: (شبكة جمهور الامبراطور www.google.com ، 2004) .
- عماد محمد مخيمر ؛ استبيان الصلابة النفسية : (مصر ، مكتبة
الانجلو المصرية ، 2011) .

- غادة الشواف ؛ الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغط النفسية والإبداع في مرحلة المراهقة في المملكة العربية السعودية : (رسالة ماجستير غير منشورة ،البحرين،جامعة الخليج العربي2010) .
- فرات جبار ؛ تأثير أساليب متنوعة للتدريب العقلي في النواحي المعرفية والمهارية والخططية لكرة القدم : (أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2001) .
- قاسم المندلأوي وآخرون ؛ الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية : (جامعة بغداد ، بيت الحكمة ، 1989) .
- قاسم لزام ؛ موضوعات في التعلم الحركي : (بغداد ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية ، 2005) .
- كونزة ، الفريد ؛ كرة القدم ، (ترجمة) ماهر البياتي وسليمان علي : (الموصل ، دار الكتب للطباعة ، 1980) .
- محمد حسن علاوي ؛ سيكولوجية التدريب والمنافسات : (ط4 ، القاهرة دار المعارف ، 1978) .
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي : (ط 1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987) .

- محمد حيدر سليمان ؛ الإسناد الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالذات والسلوك الاجتماعي لدى بعض منتخبات محافظات القطر بالتايكواندو للمتقدمين : (أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2005) .
- محمد صبحي حسانين ؛ التقويم والقياس في التربية الرياضية : ج 1 ط 2 (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1989)
- محمد عبدة الوحش ، ومفتي ابراهيم حماد ؛ أساسيات كرة القدم ، ط 1 (القاهرة ، دار عالم المعرفة ، 1994) .
- محمد عبدة صالح الوحش ، مفتي ابراهيم ؛ أساسيات كرة القدم : المنصورة دار عالم المعرفة ، 1999 .
- محمد كشك . أمر الله البساطي ؛ أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم : (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 2000)
- مختار ابراهيم احمد ؛ المهارات الأساسية بكرة القدم : ط 1 (الكويت ، مطابع صوت الخليج ، 1989) .
- مختار سالم ؛ كرة القدم للملايين : (بيروت ، مكتبة المعارف ، 1988) .

- مصطفى حسن باهي ؛ الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية
والنفسية والاجتماعية والرياضية ، ط 1 : (القاهرة ، مصر الجديدة ،
21 شارع الخليفة المأمون ، 1999) .
- مصطفى حسن باهي ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق (الصدق ، الثبات ، الموضوعية ، المعايير) ، ط 1 : (القاهرة ،
مركز الكتاب للنشر ، 1999) .
- مصطفى عبد المنعم ، لبيبة حسب النبي ؛ مقدمة في الإحصاء : (الاسكندرية ، كلية التجارة ، الدار الجامعية للطبع والنشر والتوزيع ،
2000) .
- مفتي ابراهيم ؛ الإعداد الهاري والخططي للاعب كرة القدم : ط 2 (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1985) .
- مفتي ابراهيم ؛ الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم : (القاهرة ، دار
الفكر العربي للطباعة ، 1994) .
- مفتي ابراهيم حماد ؛ الإعداد المهاري الخططي للاعب كرة القدم ، ط
1 (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1985) .
- مفتي ابراهيم حماد ؛ التدريب الرياضي الحديث ، تخطيط وتطبيق
وقيادة : ط 1 (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998) .

- مفتي ابراهيم حماد ؛ الجديد الإعداد المهاري والخططي للاعب كرة القدم : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1994) .
- مفتي ابراهيم حماد ؛ كرة القدم للفتيات ، ط 1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999) .
- موفق احمد محمود ، أثر برنامج تدريبي مقترح لتطوير بعض المهارات الأساسية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، جامعة البصرة / كلية التربية الرياضية ، 1989)
- نبيل كامل وبشير ابراهيم ؛ الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعات الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم : (مجلة الجامعة الإسلامية ، المجلد الرابع عشر ، العدد الثاني ، 2006) .
- نوري ابراهيم الشوك ، رافع صالح الكبيسي ؛ دليل البحوث في التربية الرياضية : (بغداد ، مطبعة الشهد ، 2004)
- وجيه محجوب ؛ أصول البحث العلمي ومناهجه ، ط 1 : (عمان ، دار المناهج والتوزيع ، 2000) .
- وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2003) .

- وجيه محبوب ؛ علم الحركة : (الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1985)
- وجيه محبوب ؛ نظريات التعلم والتطور الحركي : (عمان دار وائل للنشر ، 2000) .
- وديع ياسين ، محمد العبيدي ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية : (الموصل ، دار الكتب ، 1999) .
- وميض شامل كامل ؛ تأثير تمرينات خاصة في تطوير السرعة والرشاقة والسرعة الحركية وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم : (رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد ، 2003) .
- يوسف لازم كماش ؛ المهارات الأساسية في كرة القدم - تعليم - تدريب : (عمان ، مكتبة دار الخليج ، 1999) .

* Eble , R.L. (1972) : Essential of educational measurement
2nd ed , prentice-hall . Englewood cliff ,new jersey

* <http://www.iraqacad.org/Lib/hazim>

* Kobasa, S. (1979). Stressful life events, personalty and health: an inquiry into hardiness. *Journal of personal and social psychology* .vo. 37.N.1.

* Michael – S , Gim – J (2006) ; (Effect of psychological skills training on swimming performance and positive psychological development) , *international journal of sport and exercise psychology* . vo 14 (2) jun .

* Weinert G.A, social support measure : PRO 85 . *Nursing research* . 1987 . P.P.15 , P.P.273.

الملك
المعز
القيصري

ملحق (1)

بسم الله الرحمن الرحيم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الأساسية

الدراسات العليا / الماجستير

استمارة آراء الخبراء والمختصين في مقياس الصلابة النفسية

لأندية بغداد دوري النخبة بكرة القدم

الأستاذ الفاضل المحترم

م / استبانة

تحية طيبة . . .

في النية إجراء دراسة بعنوان (الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي النخبة
 لأندية بغداد بكرة القدم) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية في هذا المجال أضع بين
 يدي سيادتكم مقياس الصلابة النفسية راجين إبداء رأيكم حول فقرات هذا المقياس ومدى ملائمتها
 للتطبيق على هذه العينة . . .

مع فائق الاحترام .

أسم الخبير:

اللقب العلمي:

التخصص:

التوقيع:

التاريخ:

طالب الماجستير

حكمت عبد العزيز غفوري

رقم	العبارة	تصلح	لا تصلح	التعديل
1.	مهما كانت العقبات فإنني أستطيع تحقيق أهدافي .			
2.	أخذ قراراتي بنفسى ولا تملى علي من مصدر خارجي .			
3.	أعتقد أن متعة الحياة وأثارها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها .			
4.	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم .			
5.	عندما أضع خططي المستقبلية غالباً ما أكون متأكداً من قدرتي على تنفيذها .			
6.	أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها .			
7.	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها .			
8.	نجاحي في أموري (عمل ، دراسة . . . الخ) يعتمد على مجهودي وليس على الحظ أو الصدفة .			
9.	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا اعرفه .			
10.	أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله .			
11.	الحياة فرض وليست عمل وكفاح .			
12.	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تتطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها .			
13.	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها .			
14.	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه .			
15.	لدي قدرة على المثابرة حتى انتهي من حل أي مشكلة تواجهني .			
16.	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها .			
17.	أعتقد أن كل ما يحدث لي غالباً هو نتيجة تخطيطي .			
18.	المشكلات تستتفر قواي وقدرتي على التحدي .			
19.	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه .			
20.	لا يوجد في الواقع شيء أسمه الحظ .			
21.	أشعر بالخوف والتهديد لما يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث .			
22.	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة .			
23.	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دوراً هاماً في حياتي .			
24.	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى .			
25.	أعتقد أن " البعد عن الناس غنيمة " .			

رقم	العبارة	تصلح	لا تصلح	التعديل
26.	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي .			
27.	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة .			
28.	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر .			
29.	أعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط .			
30.	لدي حب المغامرة والرغبة في استكشاف ما يحيط بي .			
31.	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي .			
32.	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي .			
33.	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها .			
34.	أهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا و أحداث .			
35.	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوة خارجية لا سيطرة لهم عليها .			
36.	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي .			
37.	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن محياها .			
38.	أؤمن بالمثل الشعبي " قيراط حظ ولا فدان شطارة " .			
39.	أعتقد أن الحياة التي لا تتطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية .			
40.	أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم .			
41.	أعتقد أن لي تأثير قوي على ما يجري حولي من أحداث .			
42.	أتوجس من تغييرات الحياة فكل تغير ينطوي على تهديد لي ولحياتي .			
43.	أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن .			
44.	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية .			
45.	التغير في سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح .			
46.	أغير قيمي ومبادئ إذا دعت الظروف لذلك .			
47.	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث .			

ملحق (2)

بسم الله الرحمن الرحيم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الأساسية

الدراسات العليا / الماجستير

استمارة استطلاع آراء الخبراء والمختصين حول ملائمة مقياس الأداء المهاري

حول صلاحية المقياس أو عدم صلاحيته لقياس الأداء المهاري⁽¹⁾

الأستاذ الفاضل المحترم

م / استبانة

تحية طيبة . . .

يروم الباحث [حكمت عبد العزيز غفوري] بإجراء بحثه الموسوم
 (الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي النخبة لأندية بغداد بكرة القدم) وعليه
 نضع بين يديكم مقياس للأداء المهاري راجين إبداء آرائكم حول صلاحية المقياس أو عدم
 صلاحيته لقياس الأداء المهاري .

مع فائق الاحترام .

أسم الخبير:

اللقب العلمي:

التخصص:

التوقيع:

التاريخ:

طالب الماجستير

حكمت عبد العزيز غفوري

(1) مفتي ابراهيم حماد ؛ مصدر سبق ذكره ، 1998 .

أسماء اللاعبين													أسماء اللاعبين
													الأنشطة التطبيقية
													الجري بالكرة
													التمرير
													الاستقبال والسيطرة
													التمويه والخداع
													التهديف
													الدرجة الكلية

توضع الدرجة طبقاً لمقياس التقدير الآتي :

جيد جداً = 5 درجات

فوق المتوسط = 4 درجات

متوسط = 3 درجات

تحت المتوسط = درجتان

ضعيف = درجة واحدة

ملحق (3)

يوضح أسماء الخبراء والمختصين في مجال لعبة كرة القدم
(لتحديد مدى ملائمة مقياس الأداء المهاري لتقييم اللاعبين في بعض المهارات الحركية
وإعطاء التقدير المناسب للأداء)

رقم	الاسم	اللقب العلمي	مكان العمل
1.	ناظم كاظم جواد	أ . د	كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى
2.	قاسم لزام	أ . د	كلية التربية الأساسية / جامعة بغداد
3.	فرات جبار سعد الله	أ . د	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى
4.	احمد رمضان احمد	أ . م . د	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى
5.	يوسف عبد الأمير	أ . م . د	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
6.	كاظم الربيعي	أ . م . د	كلية التربية الرياضية / جامعة بغداد
7.	عادل عباس ذياب	م . م	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى
8.	قصي حاتم خلف	م . م	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى
9.	شهاب احمد محمود	م . م	كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى
10.	مثنى ستار حسين	م . م	كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى

ملحق (4)

يوضح أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض مقياس
الصلابة النفسية عليهم لأندية بغداد دوري النخبة بركة القدم

رقم	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1.	ناظم كاظم جواد	أ . د	اختبارات وقياس	كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى
2.	نبيل محمود شاكر	أ . د	تعلم حركي	كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى
3.	فرات جبار سعد الله	أ . د	تعلم حركي	كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى
4.	احمد رمضان احمد	أ . م . د	علم نفس رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
5.	كامل عبود حسين	أ . م . د	علم نفس رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
6.	سها عباس عبود	أ . م . د	علم نفس رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
7.	ماجدة حميد خميس	أ . م . د	طرائق تدريس	كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى
8.	مها صبري محمد	أ . م . د	علم نفس رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
9.	اخلاص علي حسين	أ . م . د	علم نفس	كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى
10.	الاء زهير	م . د	علم نفس رياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى

ملحق (5)

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس الصلابة النفسية الذي تم توزيعه على العينة المطلوبة في الدراسة

لأندية بغداد دوري النخبة بكرة القدم

أسئلة استبيان

عزيزي اللاعب المحترم

تعليمات :

أمامك عدد من العبارات التي تمثل رؤيتك لذاتك في مواجهة عدد من المواقف

والمطلوب منك :

أن تقرأ كل عبارة بعناية ثم تضع علامة (✓) في إحدى الخانات الثلاث المقابلة للعبارة :

- فإذا كانت العبارة ينطبق عليك دائماً فضع علامة (✓) تحت خانة تنطبق دائماً .

- وإذا كانت العبارة تنطبق عليك أحياناً فضع علامة (✓) في خانة تنطبق أحياناً .

- وإذا لم تنطبق العبارة عليك فضع علامة (✓) أمام لا تنطبق أبداً .

ونأمل ألا تترك عبارة واحدة دون أن تجيب عليها مع ملاحظة أنه لا توجد عبارة

صحيحة وأخرى خاطئة ، فالإجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به

تجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة .

ولك الشكر

رقم	العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق أحياناً	لا تنطبق أبداً
1.	مهما كانت العقبات فإنني استطيع تحقيق أهدافي			
2.	أأخذ قراراتي بنفسي ولا تملئ علي من مصدر خارجي			
3.	أعتقد أن متعة الحياة وأثارها تكمن في قدرة الفرد على مواجهة تحدياتها			
4.	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم			
5.	عندما أضع خططي المستقبلية غالباً ما أكون متأكداً من قدراتي علي تنفيذها			
6.	أقتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حدوثها			
7.	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها			
8.	نجاحي في أموري (عمل ، دراسة . . . الخ) يعتمد على مجهودي وليس على الصدفة			
9.	لدي حب استطلاع ورغبة في معرفة ما لا أعرفه			
10.	أعتقد أن لحياتي هدفاً ومعنى أعيش من أجله			
11.	الحياة فرص وليست عمل وكفاح			
12.	أعتقد أن الحياة المثيرة هي التي تتطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها			
13.	لدي قيم ومبادئ معينة ألتزم بها وأحافظ عليها			
14.	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه			
15.	لدي القدرة على المثابرة حتى أنتهي من حل أي مشكلة تواجهني			
16.	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها			
17.	أعتقد أن كل ما يحدث لي غالباً هو نتيجة تخطيطي			
18.	المشكلات تستتفر قواي وقدرتي على التحدي			
19.	لا أتردد في المشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه			
20.	لا يوجد في الواقع شيء اسمه الخط			
21.	أشعر بالخوف والتهديد لما قد يطرأ على حياتي من ظروف وأحداث			
22.	أبادر بالوقوف بجانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة			
23.	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دوراً هاماً في حياتي			
24.	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى			
25.	أعتقد أن " البعد عن الناس غنيمة "			

رقم	العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق أحياناً	لا تنطبق أبداً
26.	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي			
27.	أعتقد أن مواجهة المشكلات اختبار لقوة تحملي وقدرتي على المثابرة			
28.	اهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر			
29.	أعتقد أن سوء الحظ يعود إلى سوء التخطيط			
30.	لدي حب المغامرة والرغبة في اكتشاف ما يحيط بي			
31.	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي أو مجتمعي			
32.	أعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي			
33.	أبادر في مواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها			
34.	أهتم كثيراً بما يجري من حولي من قضايا وأحداث			
35.	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها			
36.	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي			
37.	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها			
38.	أؤمن بالمثل الشعبي " قيراط حظ ولا فدان شطارة "			
39.	أعتقد أن الحياة التي لا تنطوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية			
40.	أشعر بالمسؤولية تجاه الآخرين وأبادر بمساعدتهم			
41.	أعتقد أن لي تأثير قوي على ما يجري حولي من أحداث			
42.	أتوجس من تغييرات الحياة فكل تغير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي			
43.	أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها كلما أمكن			
44.	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها تحت رحمة الصدفة والحظ والظروف الخارجية			
45.	التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على مواجهته بنجاح			
46.	أغير قيمي ومبادئ إذا دعت الظروف لذلك			
47.	أشعر بالخوف من مواجهة المشكلات حتى قبل أن تحدث			

ملحق (6)

يبين المقياس للأداء المهاري بالصورة الذي تم عرضه على الخبراء والمحليلين الرياضيين
والمدرّبين لمقياس مستوى الأداء المهاري للاعبين دوري النخبة أندية بغداد بكرة القدم⁽¹⁾

عزيزي المدرب المحترم

تحية طيبة . . .

في النية إجراء دراسة بعنوان (الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي
النخبة لأندية بغداد بكرة القدم) لذا نضع بين يديك مقياس لتقييم لاعبيك في بعض
المهارات الحركية راجين إعطاء التقدير المناسب لكل لاعب وحسب ما موضح في
المقياس . . .

مع فائق الاحترام .

طالب الماجستير

حكمت عبد العزيز غفوري

(1) مفتي ابراهيم حماد ؛ مصدر سبق ذكره ، 1998 .

أسماء اللاعبين													أسماء اللاعبين
													الأنشطة التطبيقية
													الجري بالكرة
													التمرير
													الاستقبال والسيطرة
													التمويه والخداع
													التهديف
													الدرجة الكلية

توضع الدرجة طبقاً لمقياس التقدير الآتي :

جيد جداً = 5 درجات

فوق المتوسط = 4 درجات

متوسط = 3 درجات

تحت المتوسط = درجتان

ضعيف = درجة واحدة

ملحق (7)

فريق العمل المساعد

الجامعة	الدرجة العلمية	الاسم	ت
كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	طالب ماجستير	حسين جبار كاظم	1.
كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى	طالب ماجستير	واثق رسمي راضي	2.
معلم تربية / ديالى	معلم جامعي	فائق عبد الله عبد الوهاب	3.
كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى	طالب ماجستير	المعتصم بالله وهيب	4.
كلية التربية الأساسية / جامعة ديالى	طالب ماجستير	إيهاب نافع	5.

ملحق (8)

الخبراء الاكاديمون والمحفلون الرياضيين الذين تم تقييمهم لمستوى اللاعبين

وإعطائهم التقدير المناسب لمستوى أداء اللاعبين

ت	الاسم	الدرجة العلمية	مكان العمل
1.	احمد رمضان احمد	أ . م . د	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
2.	مثنى ستار حسين	م . م	كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى
3.	صباح جمعة	م	محلل قناة الرياضية العراقية
4.	علي هادي	م	محلل قناة الرياضية العراقية

**Ministry of Higher Education
And Scientific Research
University of Diyala
College of basic Education**



**MENTAL TOUGHNESS AND THEIR RELATIONSHIP
SKILLS AND PERFORMANCE ACCORDING TO THE
LEAGUE STANDINGS WITH ELITE PLAYERS TO
CLUBS BAGHDAD FOOTBALL**

A Thesis

**Submitted To The Council Of The College of basic Education -
University of Diyala In Apart Of Requirements For The Degree Of
Master In Physical Education**

By:

hikmat abid al-aziz ghafori saad

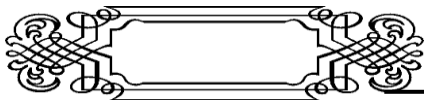
Supervised by :

Prof . mohanad mohammed abid al-sabaar

Prof. abid al-rahman nassier

2012 A.D

1433 H



**MENTAL TOUGHNESS AND THEIR RELATIONSHIP SKILLS AND
PERFORMANCE ACCORDING TO THE LEAGUE STANDINGS
WITH ELITE PLAYERS TO CLUBS BAGHDAD FOOTBALL**

By : hikmat abid al-aziz ghafori saad

**College of Basic Education
Diyala University**

A.D. mohanad mohammed abid al-sabaar

A.d. abid al-rahman nassier

THIS THESIS HAS FIVE SECTIONS :

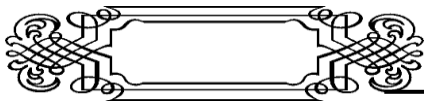
FIRST SECTION INTRODUCTION ABOUT RESEARCH :

It contains an introduction and the importance of research it also discuss the importance and the importance of Psychological hardness in the operation and competitions which has the important and active role in advance of player's ability and his real nesses to have the athletic and team in high level of accomplishment during competitions which wanted by player trainer and management .

The psychological hardness in it's points (obligation , control and challenge) has big importance for especially in competitions pressure in which player uses physical and psychological energy , as well as the period (final stage) which has long time that world be important to competitions .

This needs from player to have strongest and psychological hardness in order to face pressure and bad affects .

Also this section has tackled skill accomplishment which is important matter to develop state for athletic and his abilities to apply skill accomplishments or parts of basic skills accurately and completely in different ways .



THE PROBLEM OF RESEARCH :

Problem research is concentrated in lack and weakness of support and gelidness .

This will be done by strengthening athlete personality and showing the strength of psychological hardness through his encouragement and insist to win and advance in competition .

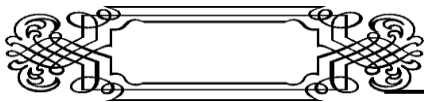
The big role to achieve that by following the player by the tarter and encomagi y him directly or indirectly .

RESEARCH'S AIMS :

1. To know the level of psychological hardness for elite players of Baghdad clubs in football.
2. To know the level of skill accomplishment for elite players of Baghdad club in football .
3. To know the relationship between psychological hardness and skill accomplishment for elite players of Baghdad club in football .
4. To know the difference in psychological hardness between players of first levels, meddle levels and last level of Baghdad clubs in football.
5. To know the difference in skill accomplishment between players of first levels, meddle levels and last level for elite players of Baghdad clubs in football .

PROPOSALS OF RESEARCH :

1. There are difference which are statistical point at level of psychological hardness between elite players of Baghdad clubs in football .
2. There is connected relation with statistical point between psychological hardness and skill accomplishment for elite players of Baghdad clubs in football .



RESEARCH FIELDS :

1. Human field : players of elite clubs in football , for Baghdad clubs .
2. Time field : for period from 16 / 12 / 2011 to 15 / 4 / 2012 .
3. Place field : clubs fields which concerned with study .

SECOND SECTION :

The researcher first section of this chapter theoretical studies first variable research topic also in this section Threads of performance skills In the second section Researcher handled a number of previous studies of the current study: study Amal Ali Khalil (2006), Michael gm study (2006), a study Alaa Zuhair (2011).

THIRD SECTION :

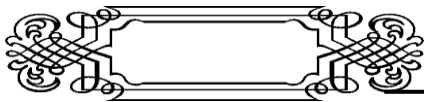
The program of research it's field operations the research uses example program with connected relations style and the research sample is about (84) players from elite players in football . concerning the used devices in collecting information date from and personal interview , sources , Arabic resources and internet . the skill in football and prections funlations have been limited for measure of psychological hardness .

THE STATISTICAL DEVICES :

(mathematical level , al-anheraf al-meari , maomel , alartebaad siberson and tahleel al-tabayn and personates) .

FORTH SECTION :

Showing results and analysis and discuss this section contains showing results of research and analyzing and discussing them . The results have been fund by statistical devices . also it shows al-awsad al-hesabea and



al-enherafat al-meyaria and maamel al-artibad (Person) and numbers of players and point level by tables and have been discussed in scientific style depending on scientific sources .

FIFTH SECTION :

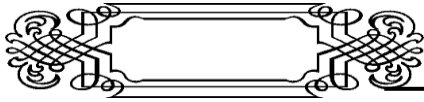
Conclusions and Recommendation .

CONCLUSIONS

1. The presence of a significant correlation between moral rigidity and psychological level of performance skills centers teams players first (air and students).
2. The presence of a significant correlation between moral rigidity and psychological level of performance skills center-teams players (industry and Baghdad).
3. The presence of a significant correlation between moral rigidity and psychological level of performance skills teams players last centers (coronary border).
4. Did not show significant differences between research groups in mental toughness.
5. Emerged significant differences between research groups in the level of performance and in favor of the first rank teams.

RECOMMENDATION

1. Need to enjoy the mental toughness and real and effective support for clubs and sports federations by the authorities and relevant institutions Sports all equally.
2. Need to focus on promotional incentives and rewards they have become a key factor in the rush of players towards good performance.



3. The need for management and trainer enter the psychological part of the annual curriculum for the players and the appointment of a psychologist who specializes in psychology.
4. The coach to develop the good relationship between him and the human players, and to defend their legitimate rights.