

# الذات المهارية وعلاقتها بدقة مهارة التصويب بكرة اليد لدى طالبات المرحلة المتوسطة

طالبة الماجستير - رشا عبد الرزاق عبد

## ملخص البحث

هدف البحث الى :-

1- التعرف على الذات المهارية لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

2- التعرف على العلاقة بين الذات المهارية ومهارة دقة التصويب.

ولتحقيق أهداف البحث إفترضت الباحثة:-

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذات المهارية ومهارة دقة التصويب بكرة اليد لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة البحث، وتحقيقاً لأهداف هذا البحث تم تطبيق مقياس الذات المهارية إذ قامت الباحثة بتكييفه على المرحلة المتوسطة إذ تألفت عينة تطبيق مقياس الذات المهارية من ( 25 ) طالبة من طالبات المرحلة المتوسطة تم اختيارهن بالأسلوب العشوائي المتساوي من متوسطة أم البنين للبنات في مركز مدينة بعقوبة ، ولمعالجة بيانات البحث تم اعتماد عدة وسائل إحصائية منها (معامل ارتباط بيرسون -الاختبار التائي لعينة واحدة)

في ضوء النتائج التي حصلت عليها الباحثة تم التوصل الى الاستنتاج الاتي :  
هنالك علاقة ارتباط معنوية بين تعلم مهارة التصويب في كرة اليد وبين الذات المهارية.

توصي الباحثة بالآتي:

1 -حث مدرسي ومدرسات التربية الرياضية على الاهتمام بالإعداد النفسي للطالبات

ولاسيما عند تدريبهن على الالعاب الرياضية في درس التربية الرياضية.

2 -إجراء دراسات مماثلة لمختلف الفعاليات الرياضية .

**Self technique and its relationship with Accuracy skill  
correction in Handball among middle school stage for girls**

**Rasha Abdul Razaq Abd**

**Abstract**

The objective of the research is to discover the following points:

- Measuring Self technique of middle school female students.
- Finding a relation between Self technique and Correction skill in hand ball for the middle school female students.

For achieving the aims of this study, tool have been used: Self technique that the researcher prepared.

The Self technique measure sample consists (25) students of Om Alban middle school female students who have been chosen in a random way from the schools of Baquba center.

In order to process data statistically, Pearson correlation coefficient, T-test for one sample.

The researcher concluded the following point:

There was relation between Self technique and Correction skill in hand ball .

In the light of the findings of the current study; the researcher recommended the following:

- Motivate the teachers of sport educational to pay attention to psychological preparation for the students when training them in lesson of sport education.
- Using similar study in different athletic activities

## الباب الاول

### 1- التعريف بالبحث:

#### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

يعد التعلم الحركي احد العلوم التي اهتم بها الباحثون في مجال التربية الرياضية لاهميته في تعليم واكتساب الفرد للمهارات الحركية الجديدة , اذ انه جزء مهم من اجزاء التعلم وقد تنوعت طرائقه وتعددت اساليبه مما جعله اكثر أهمية في البحوث والدراسات التي تهدف للارتقاء بالمستوى وفي مختلف الالعاب الرياضية ومنها لعبة كرة اليد .

ويعد مفهوم الذات حجر الزاوية في الشخصية , إذ أن الذات البشرية بصفة عامة تسعى دائماً إلى إيجاد مفهوم واضح للعديد من الجوانب التعليمية سواء كانت بدنية أو مهارية أو خططية ، وعلى ذلك فإن مفهوم الذات يؤدي دوراً مهماً في مجال التعلم الرياضي , وتعد الذات المهارية من بين الأبعاد التي لها دورا مهما في مفهوم الذات وتحتل مكانه كبيرة في المجال الرياضي، فهي التي يقدم فيها الطالب وجهة نظرة عن ما يتمتع به من مهارات إذ تحدد مستوى أدائه الحركي، وطموحه، وإنجازاته، وفشله.

من الألعاب المهمة التي تتعلمها طالبات المرحلة المتوسطة في درس التربية الرياضية هي لعبة كرة اليد والتي تعد من الالعاب الجماهيرية والمحبية لكثير من الناس , وتتلقى الطالبات دروساً خاصة في هذه اللعبة في المدارس العراقية منذ الصف الاول المتوسط وذلك يجسد اهمية هذه اللعبة وموقعها بالنسبة للالعاب الرياضية المختلفة .

وتكمن أهمية البحث الحالي في أهمية متغير الذات المهارية لما له من تأثير على إداء المهارات في أي لعبة رياضية و أهمية المرحلة الدراسية لعينة البحث, إذ تعد المرحلة المتوسطة من المراحل الدراسية المهمة لكونها مرحلة انتقالية في حياة الطالب حيث تتميز بالعديد من التغيرات الفسيولوجية

والنفسية التي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل التالية من عمره.

## 1-2 مشكلة البحث:

يعد متغير الذات المهارية أحد المتغيرات النفسية التي ترتبط بالأداء المهاري للأفراد في أي لعبة رياضية, إذ يظهر إرتباطه في مراحل مختلفة من حياتهم والتي تبدأ في مرحلة التعلم والتدريب المبكر وصولاً إلى المستويات العليا في التنافس الرياضي, إذ تظهر حالة من عدم التوازن بين المتطلبات الأساسية التي يسعى الأفراد إلى تحقيقها ، وبين ما يمتلكونه فعلاً من مهارات في تلك اللعبة.

ولعل البرامج الإرشادية والنفسية التي يتم إعدادها وتنظيمها على وفق أسس علمية، هي إحدى الوسائل الهامة المستخدمة في تحديد المسببات التي تقود إلى حل المشكلات النفسية عند الرياضيين ومنها إنخفاض مستوى الذات المهارية. إذ تساعد هذه البرامج الإرشادية الأفراد على أن يتخذوا لأنفسهم أهدافاً واقعية تتفق مع قدراتهم واستعداداتهم, كما تساعدهم على تفهم أنفسهم تفهماً سليماً وذلك بمعاونتهم على تقويم أنفسهم ومعرفة قدراتهم ونواحي الضعف والقوة لديهم، ومعاونتهم على استخدام إمكانياته إلى أقصى حد ممكن.

من أهداف التربية الرياضية الإهتمام بالجانب البدني والحركي والنفسي للمهارات ولمختلف الألعاب الرياضية , ومن خلال عمل الباحثة مدرسة للتربية الرياضية في إحدى المدارس المتوسطة وأثناء تدريبها للطالبات في درس التربية الرياضية على لعبة كرة اليد لاحظت إنخفاض مستوى الذات المهارية لديهن في مهارة التصويب نحو الهدف وهذا يبدو واضحاً في إنخفاض مستوى مشاركتهن في البطولات المدرسية مما يؤدي الى عزوفهن عن ممارسة هذه اللعبة, لذا إستدعت الحاجة الى التعرف على الذات المهارية لديهن والتعرف على علاقتها بتلك المهارة.

### 3-1 هدف البحث :- يهدف البحث إلى:

- 1- تعرف الذات مهارية لدى طالبات المرحلة المتوسطة.
- 2- تعرف العلاقة بين الذات مهارية ومهارة التصويب بكرة اليد.

### 4-1 فرض البحث:

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذات مهارية ومهارة التصويب بكرة اليد لدى طالبات المرحلة المتوسطة.

### 5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري :- عينة من طالبات المرحلة المتوسطة (الصف الأول المتوسط).

2-5-1 المجال الزماني :- المدة من 2013/2/17 ولغاية 2013/3/17

3-5-1 المجال المكاني :- ساحة مدرسة متوسطة أم البنين للبنات.

### 6-1 تحديد المصطلحات

#### الذات مهارية

عرفها (محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان, 1987) "إنها أحد أنواع الذات فهي تعني تعبير الفرد عما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة ما ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الأساس في تلك اللعبة"<sup>(1)</sup>.

<sup>(1)</sup> محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ؛ الاختبارات النفسية والمهارية : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1987 ، ص 624 .

## الباب الثاني

### 2- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

#### 2-1 الدراسات النظرية:

##### 2-1-1 الذات المهارية:

تعد الذات المهارية من انواع الذات, وامتلاك اللاعب لهذه الصفة تتولد من خلال الاستمرارية في التجريب واكتساب الخبرة من خلال المشاركات في البطولات<sup>(1)</sup>.

وهناك عوامل تؤثر في مدى فاعلية الذات المهارية و هي<sup>(2)</sup>:-

أ- إنجازات الأداء : وتعد من أهم العوامل التي ترتبط بفاعلية الذات ففي حالة مرور اللاعب في خبرة نجاح في أداء معين فإن ذلك يعطي مؤشرات واضحة عن مستوى قدراته وانه قادر وفاعل في هذا النوع من الأداء وعلى العكس من ذلك في حالة فشله فإن ذلك سوف يثير الشكوك حول قدرته وفاعليته .

ب- الخبرة البديلة : يقوم اللاعب في أثناء عملية التعلم بأداء مهارة حركية معينة لم يسبق له أدائها من قبل, فقد يتقابل مع منافس لأول مرة لم يواجهه سابقا, ففي هذه الحالة فإن فاعلية الذات لا تتأسس على الخبرة الذاتية السابقة , لكن يمكن عن طريق مراعاة المدرب لاداء نموذجي جيد للمهارة الجيدة وامكانية مشاهدة عرض مرئي تسجيلي لمباراة يشترك فيها المنافس الذي لم يسبق للاعب مواجهته أو قيام المدرب بشرح أهم نقاط القوة والضعف لهذا المنافس ولهذا يطلق الباحثون على الخبرة البديلة مصطلح التعلم بالنمذجة.

ج- الإقناع اللفظي : يقوم المدرب أو بعض الزملاء باستجابات لفظية شفوية مع لاعب في الفريق بغية إقناعه بأنه يمتلك قدرات تمكنه من أداء معين بنجاح مثل إقناعه بقدرته على الفوز على منافس معين مثلا.

(1) محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان؛ المصدر السابق: ص 624 .

(2) محمد حسن علاوي . مصدر سبق ذكره ، ص 267 .

د- الحالة الفسيولوجية : هناك حالات وظيفية مثل ارتفاع مستوى الاستثارة الفسيولوجية المرتبطة بحالة ما قبل بداية المنافسات الرياضية أوفي أثنائها أو بعدها وكذلك اللياقة البدنية أو التعب أو الاجهاد أو الألم أو تميز اللاعب بحالة وظيفية عالية يمكن أن تؤثر في تقدير اللاعب لمستوى فاعلية الذات لديه حيث ترتبط فاعلية الذات بنوع التغيرات الفسيولوجية التي تحدث قبل لحظة الأداء أو قبل لحظة بداية الاشتراك في المنافسة.

## 2-2 المهارات الأساسية بكرة اليد:-(1)

تقسم المهارات الحركية الأساسية بكرة اليد إلى:-

أ- مسك الكرة. ب- الطبطة ج- مناولة الكرة د- استلام الكرة ه- الخداع و- التصويب.

وستتناول الباحثة مهارة التصويب والتي هي إحدى متغيرات البحث:-

**التصويب من فوق مستوى الكتف:** يكون هذا التصويب مشابه إلى حد كبير لعملية المناولة من فوق مستوى الكتف من ناحية الأداء الحركي إلا أن الكرة في التصويب تدفع باتجاه الهدف بقوة وسرعة أكبر من المناولة, ويؤدي هذا النوع من التصويب في حالة الهجوم الخاطف وعدم وجود مدافعين وكذلك في حالة وجود ثغرة واسعة بين المدافعين يستغلها المهاجم بالتصويب من فوق مستوى الكتف.(2)

## 2-3 الدراسات السابقة:

### 2-3-1 دراسة احمد مؤيد حسين علي العنزي ( 2011)(3)

( بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق )  
هدفت الدراسة إلى ما يلي:- بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق.

(1) احمد عربي عودة : كرة اليد وعناصرها الأساسية: ليبيا . دار المطبوعات. جامعة الفاتح . 1998.ص42.

(2)كمال عارف ظاهر ، سعد محسن اسماعيل؛ **كرة اليد** : دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل : 1989 ، ص 63-64.

(3) احمد مؤيد حسين علي العنزي؛ **بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق** . مجلة علوم التربية،ع4،م4،الأكاديمية العراقية الرياضية،2011، ص25-48.

استخدم الباحث المنهج الوصفي, واشتملت عينة البحث على لاعبي كرة اليد الذين يمثلون أندية المنطقة الشمالية في العراق المشاركين في بطولة دوري القطر بكرة اليد للموسم 2011/2010 والبالغ عددهم ( 96).وقام الباحث ببناء مقياس الذات المهارية تحقيقا لاهداف بحثه.

واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية:-الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، معامل ارتباط بيرسون, معادلة سبيرمان – براون. وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

1- تم بناء مقياس تقييم الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق.

2-تم إيجاد المستويات المعيارية لمقياس تقييم الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق.

### الباب الثالث

#### 3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

##### 3-1 منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي بإسلوب العلاقة الارتباطية لملائمته طبيعة البحث .

##### 3-2 مجتمع وعينة البحث:

ويشمل طالبات الصف الاول المتوسط من متوسطة أم البنين للبنات في مركز مدينة بعقوبة والبالغ عددهم(50) طالبة , وتم اختيار عينة البحث من طالبات الصف الاول المتوسط في متوسطة أم البنين للبنات اذ تألفت من ( 25 ) طالبة وذلك لغرض لقياس الذات المهارية لدى الطالبات فضلا عن علاقتها بدقة مهارة التصويب بكرة اليد.

##### 3-3 أدوات البحث ووسائل جمع المعلومات :-

لغرض تحقيق إجراءات البحث الميدانية فقد تم الاستعانة بالأدوات والوسائل المساعدة الآتية :-

1 -المصادر العربية والاجنبية.

2 -ساعة توقيت إلكترونية عدد (2).

3 -كرات يد عدد (10).

4 -شريط قياس.

5 -شواخص عدد(2).

6 -طباشير.

7 -استمارة استبيان .

8 -آراء الخبراء والمختصين(\*) .

9 -المقابلات الشخصية.

10 - فريق العمل المساعد(\*\*)

### 3-4 خطوات تكيف المقياس الذات المهارية:-

تبنت الباحثة مقياس الذات المهارية في كرة اليد الذي اعده ( أحمد مؤيد

العنزي,2010 ) لقياس الذات المهارية في كرة اليد لدى لاعبي المنتخبات (ملحق 1  
) وقامت بتكيفه حيث عرضت الباحثه المقياس على مجموعه من الخبراء في التربية  
الرياضية ( ملحق 2) لاجل تكيف المقياس على المرحلة المتوسطة وفي ضوء آراء  
الخبراء والمناقشات التي اجريت معهم حصلت نسبة اتفاق ( 90 % ) على استخدام  
المقياس على المرحلة المتوسطة , مع اجراء تعديلات لغويه لعدد من فقرات المقياس  
( ملحق 3 )

و قد تبنت الباحثة مقياس (أحمد مؤيد العنزي, 2011) للذات المهارية للأسباب  
التاليه :-

1-ان هذا المقياس يعد المقياس الوحيد الذي يقيس الذات المهارية في كرة اليد في  
العراق على حد علم الباحث.

2-يعد من المقاييس الحديثه اذ اعد عام 2011.

### 3-4-1 مواصفات مقياس الذات المهارية:

(\*)ملحق (2)

(\*\*)اسيل رضا/بكلوريوس تربية رياضية/مدرسة في متوسطة ام البنين للبنات  
بان أحمد/بكلوريوس تربية رياضية/مدرسة في متوسطة ام البنين للبنات

- 1- يتكون مقياس (أحمد مؤيد العنزي, 2011) للذات المهارية من ( 22 ) فقره , منها ( 11 ) فقرة ايجابية , ( 11 ) سلبية . يجاب عليها بأختيار أحد البدائل الخمس الموجوده امام كل فقره وهي ( دائماً , غالباً , احياناً , نادراً , ابدأ ) . وتحسب الدرجة عن كل فقره من فقرات المقياس , لذلك فإن اعلى درجه يمكن الحصول عليها هي ( 110 ) درجه و اقل درجه هي ( 22 ) درجه . هذا وبلغ المتوسط الفرضي للمقياس ( 66 ) درجه .
  - 2- تم استخراج صدق الاداة بالاعتماد على عدة انواع من الصدق وهي ( صدق المحتوى وصدق البناء ) .
  - 3- مفتاح التصحيح يعتمد على كون الفقره ايجابيه او سلبية , فلقد اعطيت الدرجه ( 5 ) للبدل دائماً , و ( 4 ) للبدل غالباً و ( 3 ) للبدل احياناً و ( 2 ) للبدل نادراً و ( 1 ) للبدل ابدأ في كون الفقره ايجابيه , اما اذا كانت الفقره سلبية فتعطى الدرجه العكس .
  - 4- استخراج القوه التمييزية للمقياس بإستخدام اسلوب المجموعتان المتطرفتان .
  - 5- ثبات المقياس استخراج ثبات المقياس بأسلوب معامل الاتساق الداخلي بطريقه التجزئه النصفيه وقد كان مقدار الثبات ( 0.89 ) .
- 3-4-2 اجراءات الباحثه في تكيف مقياس الذات المهارية :-**
- لتحقيق هذه الاجراءات قامت الباحثه باستخراج مؤشرات صدق وثبات المقياس :-
- 1 - **الصدق :-** اعتمدت الباحثه لأستخراج صدق المقياس بـ ( الصدق الظاهري ) والذي يشير الى الدرجه التي يظهر فيها المقياس انه يقيس ما وضع لاجله<sup>(1)</sup> , وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما عرضت الباحثه فقراته على مجموعه من الخبراء في التربية الرياضية والتربيه وعلم النفس ( ملحق 2 ) .

(1) زكريا محمود الظاهر وآخرون ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربيه : مكتبة دار الثقافه للنشر والتوزيع, عمان , الاردن , 1999, ص140.

2 - **الثبات** : يراد بثبات المقياس هو مدى الدقة والاتساق في أداء الافراد والاستقرار في نتائجة والمقياس الثابت يعطي نفس النتائج اذا تم تطبيقه على نفس الافراد مرة ثانية, كما ان الثبات يعني ان الاختبار موثوق به ويعتمد عليه<sup>(1)</sup>.

وقامت الباحثة بأستخراج ثبات المقياس بطريقة:-

**طريقه الإختبار واعدادة الإختبار:-** يرى فيركسون ان استخراج معامل الثبات بهذه الطريقة هو بإعادة تطبيق المقياس مرتين في زمنيين مختلفين وعلى نفس المجموعة من الافراد<sup>(2)</sup>

### 3-5 الاختبارات المستخدمة في البحث :-

يعد اختيار الاختبارات من الخطوات المهمة في البحوث العلمية وذلك لقياس المتغيرات التي تتعلق بالبحث فالإختبار " هو مجموعة من التمرينات تعطى للفرد بهدف التعرف على قدراته أو استعداداته أو كفايته"<sup>(3)</sup> نتيجة لإطلاع الباحثة لأغلب المصادر العلمية المتوفرة التي تتعلق بدراستها فقد تم اختيار إختبار دقة التصويب المقنن ملحق ( 4 ) من دراسة(أحمد مهدي صالح,2004)<sup>(4)</sup>.

### 3-6 التجربة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2013/2/17 على عينة مؤلفة من (12) طالبة من طالبات المرحلة المتوسطة ، حيث تم فيها إختبار (مقياس الذات المهارية)، وكان الهدف منها هو الكشف عن :

1 -مدى وضوح الفقرات. 2- معوقات العمل التي تواجه الباحثة.

3 - مدى تحقيق الأهداف المرجوة.

<sup>(1)</sup> جورج فيركسون ؛ التحليل الاحصائي في التربيه وعلم النفس : ترجمة هناء محسن العكليي , دار الحكمة , بغداد , العراق ,1999,ص527 0

<sup>(2)</sup> جورج فيركسون,مصدر سابق,ص528.

<sup>(3)</sup> محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية: القاهرة , دار الفكر العربي , 1995, ص 213.

<sup>(4)</sup> احمد مهدي صالح العبيدي؛ منهج تعليمي مقترح لتعليم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد وعلاقته بموقع الضبط لطلاب الصف الأول المتوسط:رسالة ماجستير غير منشورة.كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى,2004.

### 3-7 التجربة الرئيسية :

بعد تحديد عينة البحث الأساسية، قامت الباحثة بتاريخ 2013/3/17 بإجراء الاختبار القبلي مقياس الذات المهارية على عينة البحث الرئيسية البالغة (25) طالبة من طالبات الصف الاول المتوسط.

### 3-8 الوسائل الإحصائية :<sup>(1)</sup>

- 1- الوسط الحسابي
- 2- الانحراف المعياري
- 3- معامل ارتباط بيرسون
- 4- الاختبار التائي لعينة واحدة.

## الباب الرابع

### 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

#### 4-1 الهدف الأول:

تحقيقاً للهدف الأول الذي يهدف إلى التعرف على درجة الذات المهارية لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، تم حساب الوسط الحسابي لإجابات عينة البحث لطالبات المرحلة المتوسطة وقد بلغ (63,5) وانحراف معياري (17,5) وهو أقل من الوسط الفرضي البالغ (66). وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة لم تظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (0,54) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية (2,80) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (24). وجدول (1) يوضح ذلك .

<sup>(1)</sup> عبد الجبار توفيق، وزكريا اثناسيوس؛ الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس : البصرة , العراق : دار الكتب للطباعة و النشر , جامعة البصرة, (1977), ص 78-162-180-254.

## جدول (1)

### الاختبار التائي في الذات المهارية لإفراد عينة البحث

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي للذات المهارية	عدد أفراد العينة
	الجدولية	المحسوبة					
0,05	2,80	0,54	24	66	17,5	63,5	25

ويتبين من النتائج الموضحة في جدول ( 1 ) ، إنخفاض مستوى الذات المهارية لدى أفراد عينة البحث .

وتعزو الباحثة سبب ذلك الى إفتقار المدارس المتوسطة الى البرامج التي تعمل على تنمية الذات المهارية في كرة اليد , إذ إن أن فكرة الفرد عن نفسه وإحساسه بالطريقة التي يدركه بها الآخرون يؤثران على أدائه وعلى علاقته بالآخرين واستجابته لهم ، ويحددان شخصيته وروحه التنافسية وإنجازاته وفشله ويؤثران على مستوى طموحه كما يؤثر مفهوم الذات على مستوى الأداء الرياضي فالأنشطة الرياضية تقدم فرصاً كبيرة لتنمية مفهوم الفرد عن نفسه من خلال ممارسة الإحساس والشعور بالنجاح في التغلب على المهارات الحركية ، كما أن الخبرة الرياضية الناجحة تعمل على تدعيم مفهوم الذات الإيجابي لديه<sup>(1)</sup>.

#### 4-2 الهدف الثاني:

تحقيقاً لهذا الهدف وهو التعرف على العلاقة بين الذات المهارية ومهارة دقة التصويب في كرة اليد , لتحقيق هدف البحث الثاني طبقت الباحثة معامل الارتباط البسيط (Pearson) بين متغير الذات المهارية و مهارة دقة التصويب وجدول (2) يوضح ذلك.

(1) وليد عبدالمنعم محمد, العلاقة بين مفهوم الذات الجسمية والقدرة الحركية لدى لاعبي الكاراتيه بجمهورية مصر العربية, رسالة ماجستير, كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة, جامعة حلوان, 1998م.

## جدول (2)

يبين قيم معاملات الارتباط بين متغيرات البحث ومعنويتها لأفراد عينة البحث

المتغيرات	الذات المهارية	دقة التصويب	المجموع
الذات المهارية	1	0,761	1,761
دقة التصويب	0,761	1	1,761

من خلال الجدول السابق نرى قيم معاملات الارتباط البسيط بين متغيرات البحث وجميع أفراد عينة البحث متحققة لكونها معاملات ارتباط موجبة، وتفسير ذلك بأن هناك علاقة إيجابية بين (الذات المهارية) ومهارة (دقة التصويب) وهذا نجده منطقي لأن مدلولات الذات المهارية تتأتى من خلال إجادتهن للمهارة المتعلمة (دقة التصويب) ، إذ أن الشعور بقيمة الذات من أهم الحاجات التي تحرك الدوافع نحو ممارسة النشاط الرياضي، كما أن النجاح في الممارسة يعد مؤشر يؤكد ذاتية الفرد<sup>(1)</sup>.

### الباب الخامس

#### 5- الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات :

##### 1-5 الاستنتاجات :

- 1- هناك علاقة ارتباط معنوية بين تعلم مهارة التصويب وبين الذات المهارية.
- 2- لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية بين عينة البحث في مقياس الذات المهارية.

(1) أسامة كامل راتب؛ دوافع التفوق في النشاط الرياضي. القاهرة: دار الفكر، 1990، ص75.

## 2-5 التوصيات والمقترحات:

- 1 -حث مدرسي ومدرسات التربية الرياضية على الاهتمام بالإعداد النفسي للطلبات ولاسيما عند تدريبهن على الالعب الرياضية في درس التربية الرياضية.
- 2 -إجراء دراسات مماثلة لمختلف الفعاليات الرياضية .
- 3 -الإهتمام بدرس التربية الرياضية في المدارس المتوسطة والثانوية والذي بدوره يعزز من نمو الذات بشكل عام والذات المهارية بشكل خاص.

## المصادر

- \* احمد مؤيد حسين علي العنزي؛ بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق . مجلة علوم التربية، ع4، م4، الأكاديمية العراقية الرياضية، 2011، 2.
- \* أحمد عربي؛ تخطيط التدريب في كرة اليد. جامعة القاهرة: ط1، 2002.
- \* احمد عربي عودة؛ كرة اليد وعناصرها الأساسية: ليبيا، دار المطبوعات، جامعة الفاتح، 1998.
- \* احمد مهدي صالح العبيدي؛ منهج تعليمي مقترح لتعليم بعض المهارات الأساسية بكرة اليد وعلاقته بموقع الضبط لطلاب الصف الأول المتوسط: رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الأساسية/جامعة ديالى، 2004.
- \* أسامة كامل راتب؛ دوافع التفوق في النشاط الرياضي . القاهرة: دار الفكر، 1990.
- \* جورج فيركسون؛ التحليل الاحصائي في التربيه وعلم النفس : ترجمة هناء محسن العكيلي، دار الحكمة، بغداد، العراق، 1999.
- \* زكريا محمود الظاهر وآخرون؛ مبادئ القياس والتقويم في التربيه : مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن، 1999.
- \* عبد الجبار توفيق، وزكريا اثناسيوس؛ الاحصاء الوصفي والاستدلالي في التربية وعلم النفس : البصرة، العراق : دار الكتب للطباعة و النشر، جامعة البصرة، (1977).
- \* كمال عارف ظاهر، سعد محسن اسماعيل؛ كرة اليد : دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1989.
- \* محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان؛ الاختبارات النفسية والمهارية . القاهرة: دار الفكر العربي، 1987.

\* محمد حسن علاوي؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين: مركز الكتاب للنشر  
القاهرة, 1998.

\* محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية الرياضية : القاهرة , دار الفكر  
العربي , 1995.

\* وليد عبدالمنعم محمد , العلاقة بين مفهوم الذات الجسمية والقدرة الحركية لدى  
لاعبي الكاراتيه بجمهورية مصر العربية : رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية  
للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، 1998.

## ملحق(1)

فقرات مقياس الذات المهارية المقدم للسادة المحكمين

الاستاذ الفاضل.....المحترم

التخصص .....

تحية طيبه وبعد :-تروم الباحثه الى القيام بدراسة بعنوان (الذات المهارية وعلاقتها بمهارة التصويب في كرة اليد لطالبات المرحلة المتوسطة ) . ولتحقيق ذلك تقتضي متطلبات البحث تبني مقياس الذات المهارية لـ (أحمد مؤيد العنزي 2012) لدى لاعبي المنتخبات . وتود الباحثه ان تكيفه على المرحلة المتوسطة وقد تبنت الباحثه تعريف (محمد حسن علاوي)في الذات المهارية والذي يعني بها (هي إحدى انواع الذات وتعني تعبير الفرد عما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة ما ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الاساس في تلك اللعبة) .

وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة علمية يرجى التفضل بقراءة فقرات المقياس وتوضيح مدى صلاحيتها واقتراح التعديل المناسب لاي فقرة تحتاج الى ذلك .

مع فائق الشكر والتقدير

الباحثة

## مقياس الذات المهارية بكرة اليد بصورته الاولية

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	تحتاج الى تعديل
1	أستطيع أداء المناولات الطويلة بسهولة			
2	بإمكاني التغطية الصحيحة للزميلة القريبة في الدفاع.			
3	يمكنني الاختراق والدخول في منطقة اللاعب المدافعة الأضعف في الفريق الخصم			
4	يمكنني اجتياز أكثر من لاعبة من الفريق الخصم في أثناء عملية الطبطبة بالكرة			
5	بإمكاني التغلب على مدافعتين اثنتين واختراقهما والقيام بالتهديف.			
6	أتردد عند الخروج للدفاع ضد لاعبة مهاجمة اشعر بأنه أفضل مني بدنياً ومهارياً.			
7	أخاف في ان أتسبب في تسجيل هدف ضد فريقي نتيجة لسوء دفاعي			
8	بإمكاني التهديف بأكثر من نوع من أنواع التهديف			
9	لا أستطيع التهديف من الزوايا بسهولة			
10	يصعب علي الاحتفاظ بنفس القدرة في المهارات طيلة فترة المباراة.			
11	لا أجيد اللعب سوى في مركز واحد فقط.			
12	تتميز تمريراتي خلال المباراة بالدقة المتناهية للزميلات.			
13	من الصعب علي الدفاع لاعبه للاعبه في المباراة			
14	بإمكاني التحرك بسهولة وسرعة لبدء هجوم ضد الفريق الخصم			
15	أخاف ان تمارس الفرق الأخرى الدفاع رجل لرجل ضدي في المباراة			
16	أخشى من تأدية التصويب من السقوط أو الطيران خوفاً من الإصابة.			
17	يمكنني أن امسك الكرة بيد واحدة بكل سهولة.			
18	لا أجيد استعمال مناولة الدفع مع الزملاء بسهولة			
19	إذا أصبحت في موقف محرج خلال المباراة فيإمكاني التصرف الصحيح والسليم.			

			20	يصعب علي توجيه الكرة إلى اللاعبة الأمامية والمتقدم في الهجوم السريع.
			21	أجيد الدفاع في منطقة الارتكاز بصورة جيدة
			22	أتردد عند اختياري لتنفيذ ضربة جزاء لصالح فريقي

## ملحق (2)

اسماء الخبراء والمختصين الذين استعانت بهم الباحثة في تقويم أداة البحث

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1.	أ.د عكلة الحوري	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية/ جامعة الموصل
2.	أ.د غازي صالح محمود	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية/ الجامعة المستنصرية
3.	أ.م.د مؤيد عبد الرزاق	علم النفس الرياضي	كلية التربية للبنات/ جامعة الموصل
4.	أ.م.د ثامر محمود ذنون	علم النفس الرياضي	كلية التربية الاساسية/ جامعة الموصل
5.	أ.م.د احمد رمضان احمد	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى

### ملحق (3)

#### مقياس الذات المهاريّة بصورته النهائيّة

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1.	أستطيع أداء المناولات الطويلة بسهولة					
2.	بإمكاني التغطية الصحيحة للزميلة القريبة في الدفاع					
3.	يمكنني الاختراق والدخول في منطقة اللاعبة المدافعة الأضعف في الفريق الخصم					
4.	يمكنني اجتياز أكثر من لاعبة من الفريق الخصم في أثناء عملية الطبطة بالكرة					
5.	بإمكاني التغلب على مدافعتين اثنتين واختراقهما والقيام بالتهديف					
6.	أتردد عند الخروج للدفاع ضد لاعبة مهاجمة اشعر بأنها أفضل مني بدنياً ومهارياً					
7.	أخاف في ان أتسبب في تسجيل هدف ضد فريقي نتيجة لسوء دفاعي					
8.	بإمكاني التهديف بأكثر من نوع من أنواع التهديف					
9.	لا أستطيع التهديف من الزوايا بسهولة					
10.	يصعب علي الاحتفاظ بنفس القدرة في المهارات طيلة فترة المباراة					
11.	لا أجد اللعب سوى في مركز واحد فقط					
12.	تتميز تمريراتي خلال المباراة بالدقة المتناهية للزملاء					
13.	من الصعب علي الدفاع لاعبة للاعبة في المباراة					
14.	بإمكاني التحرك بسهولة وسرعة لبدء هجوم ضد الفريق الخصم					
15.	أخاف ان تمارس الفرق الأخرى الدفاع لاعبة للاعبة ضدي في المباراة					
16.	أخشى من تأدية التصويب من السقوط أو الطيران خوفاً من الإصابة					
17.	يمكنني أن امسك الكرة بيد واحدة بكل سهولة					
18.	لا أجد استعمال مناولة الدفع مع الزملاء بسهولة					
19.	إذا أصبحت في موقف محرج خلال المباراة فبإمكاني التصرف الصحيح والسليم					
20.	يصعب علي توجيه الكرة إلى اللاعبة الأمامي والمتقدم في الهجوم السريع					
21.	أجد الدفاع في منطقة الارتكاز بصورة جيدة					
22.	أتردد عند اختياري لتنفيذ ضربة جزاء لصالح فريقي					

#### ملحق (4)

##### اختبار دقة التصويب المقتن والمتبنى في البحث

الهدف من الاختبار :- قياس دقة التصويب

الأدوات المستخدمة :- كرة يد، مرمى كرة يد مرسوم على حائط ( 2×3 ) م ثم يقسم المرمى إلى تسعة مستطيلات لقياس دقة التصويب ويرسم خط على الأرض يبعد ( 9 ) م عن المرمى كما في الشكل ( 3 ) .

طريقة الأداء :- تقوم الطالبة بالتصويب من خلف الخط بخطوة الارتكاز مع مراعاة ما يأتي :-

-إصابة المستطيلات ( 9,7,3,1 ) والتي تمثل زوايا المرمى والتي تبلغ أبعادها ( 100 × 60 ) سم ينال أربع درجات .

-إصابة المستطيلين ( 8,2 ) والتي تمثل المنطقة فوق رأس حارس المرمى وبين قدميه والتي تبلغ أبعادها ( 60×100 ) سم ينال ثلاث درجات .

-إصابة المستطيلين ( 6,4 ) والتي تمثل منطقة مدى ذراعي حارس المرمى والتي تبلغ أبعادها ( 80 × 100 ) سم ينال درجتين .

-إصابة المستطيل ( 5 ) يمثل منطقة صدر وجذع حارس المرمى والتي تبلغ أبعادها ( 80×100 ) سم ينال درجة واحدة .

-إذا جاءت الكرة خارج ذلك ينال صفراً .

-تؤدي كل طالبة عشرة رميات ولكل طالب محاولة واحدة فقط.

	3	2	1
	4	5	6
	9	8	7