

البعد المعرفي للقلق وعلاقته بدقة أداء مهارة ضربة الإرسال بالريشة الطائرة

م.م. أضواء ورور نعمة

## ملخص البحث

اشتمل البحث على خمسة أبواب هي:

احتوى هذا الباب على مقدمة البحث وأهميته والتي تعد البحوث والدراسات من العوامل المهمة للوصول إلى المستوى الأفضل ولعبة الريشة الطائرة ، من الألعاب المشوقة والمحبة لدى عدد كبير من محبي الرياضة ، لذا أخذت اللعبة في الانتشار في جميع أنحاء العالم ، ولقد تطور التدريس في مجال لعبة الريشة الطائرة من مفهوم عام شامل إلى مفهوم خاص ودقيق وعلم النفس من العلوم الأساسية التي تعتمد عليها العملية التدريسية من خلال الدراسة العملية لسلوك الأفراد والمتمثل بكل فعل أو نشاط رياضي يقوم به الفرد ويمكن للإنسان أن يشاهده.

ومن هنا أرتى الباحث إن يسلط الضوء على الحالة النفسية للرياضي من خلال معرفة القلق بوصفه حالة شخصية وتأثيرها في دقة أداء مهارة ضربة الإرسال بالريشة الطائرة مستخدماً البعد المعرفي للقلق ودراسة علاقته بدقة أداء ضربة الإرسال لدى لاعبي الريشة الطائرة .

ويهدف البحث إلى

- التعرف على البعد المعرفي للقلق لدى عينة البحث.
- التعرف على دقة أداء ضربة الإرسال بالريشة الطائرة لدى عينة البحث.
- التعرف على العلاقة بين البعد المعرفي للقلق ودقة أداء مهارة ضربة الإرسال لدى عينة البحث.

أما فروض البحث:

فهناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين البعد المعرفي للقلق ودقة أداء مهارة ضربة الإرسال بالريشة الطائرة للاعبين .

أما مجالات البحث فكانت:

• المجال البشري: عينة من لاعبي منتخب كلية التربية الأساسية – جامعة ديالى.

• المجال الزمني: للمدة من 2009/1/17 ولغاية 2009/5/2.

• المجال المكاني: ملعب قاعة كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى.

الباب الثاني: الدراسات النظرية والمشابهة

تضمن هذا الباب عدة محاور تتعلق بموضوع البحث ، وقد تناول مفهوم القلق وأنواعه ومستويات القلق وأساليب التعرف على القلق لدى الرياضيين ونظرية القلق المتعدد الأبعاد والبعد المعرفي للقلق فضلاً عن أهداف المجال المعرفي.

الباب الثالث: منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

أُستخدم في البحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث، وتضمن هذا الباب وصفاً لعينة البحث وإجراءات الاختبار وتحديد أهم الاختبارات المناسبة فضلاً عن التجربة الاستطلاعية للبحث والطرائق الإحصائية المستخدمة في معالجة النتائج.

الباب الرابع: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

ضم هذا الباب عرضاً للنتائج وتحليلها ومناقشتها وتكون عن طريق جداول للتقليل من احتمالات الخطأ والتعزيز بالأدلة العلمية.

الباب الخامس: الاستنتاجات والتوصيات:

عبر مناقشة ما عرض من نتائج فقد توصل الباحثان الى الاستنتاجات

الآتية:

1. وجود حالة القلق مرتفعة عند لاعبي منتخب الكلية.

2. هناك ارتباط غير معنوي بين البعد المعرفي للقلق ودقة الإرسال بالريشة

الطائرة.

3. التأكيد على المدربين بضرورة الاهتمام بالقلق والذي يعد حالة فردية تؤثر استجابتها على الملاعب وتحدد البعد المؤثر بالأداء.

#### التوصيات

1. الاهتمام بالإعداد النفسي شأنه شأن جوانب التدريب الأخرى .
2. التأكد على الاهتمام بدراسة قلق البعد المعرفي بوصه حالة شخصية تؤثر استجابتها في الرياضي وتحديد المؤثرات على الأداء.
3. معرفة علاقة تأثير البعد المعرفي للقلق على دقة أداء مهارة الإرسال بالريشة الطائرة لما له من أهمية في الإعداد النفسي للرياضيين .
4. استخدام أساليب التدريب النفسي كالتدريب العضلي والاسترخاء لما له من تأثير على تجاوز الكثير من القلق.

#### Abstract

**The cognitive dimension of concern and its relationship with the accuracy and performance of the serve in Badminton**

**The researchers: Assis.Teach. Adhwaa Warwar.**

**:Coach games.Rafid Habeb Qadare**

**The research had included five sections:**

**The first section:**

**This section contains the introduction and its importance as well as the studies which are important factors to reach the best level.**

**Badminton is exciting and popular individual game among alarge number of games. So the game spread all over**

**the word. The development of the training make the game more from a general concept to the special concept. Psychology is one of the basic sciences on which the training depends on it.**

**The researcher through light on the psychological state of the athlete through the study of anxiety and its influence in the accuracy of the serve performance in Badminton.**

**The aims of the research:**

- Identify the cognitive dimension of concern in the research sample.**
- Identify the accurately the serve performance in Badminton for the research sample.**
- Identify the relationship between the cognitive dimension of concern and the accurately of serve performance in the research sample.**

**The hypothesis of the research:**

**There is statistics relation between the cognitive dimension of concern with the accuracy and serve performance in Badminton for the players.**

**Areas of research:**

**The human scope:**

**The team of Diyala university/physical Education**

**Temporal scope:**

**From 17-1-2009 to 2-5-2009**

**Spatial scope:**

## **The field of Diyala university Education**

**The second section:**

### **Theoretical and similar studies**

**This section contains the concept of anxiety and its types and the levels of anxiety and the identify the anxiety in the players as well as the aim of the research.**

**The third section: Research methodology and its procedures .**

**This section contains the descriptive the research sample and its procedures also the definition of the tests and choice the best tests.**

**The fourth section: Analyze and discuss the results.**

**This section included the analyze and discuss the research's results through the statistical tables.**

**The fourth section: conclusions and recommendations**

- The anxiety is high in the players in the team's college.**
- There is a link between the cognitive dimension of concern and the accuracy of serve performance in Badminton.**
- The trainers should give more importance to the anxiety which is influence in the level of performance.**

## الباب الأول

### 1- التعريف بالبحث

#### 1-1 المقدمة البحث

لعبة الريشة الطائرة من الألعاب الفردية المشوقة والمحبة لدى عدد كبير من محبي الرياضة ، لذا أخذت اللعبة بالانتشار في جميع أنحاء العالم وازداد إقبال الجماهير لممارسة اللعبة ، إذ إنها تتميز بالسرعة والإثارة والتشويق خاصة بعد التعديلات القانونية الجديدة . لقد تطور مفهوم التدريب في مجال لعبة الريشة الطائرة من مفهوم عام وشامل إلى مفهوم خاص ودقيق وفي ظل الاندماج بين العلوم الأساسية الحديثة والمختلفة مثل علم الفسلجة وعلم الحركة وعلم النفس ، وعلم النفس هو أحد العلوم الأساسية التي تعتمد عليها العملية التدريسية من خلال الدراسة العملية لسلوك الأفراد والمتمثلة بكل فعل او نشاط رياضي يقوم به الفرد .

#### 1-2 مشكلة البحث

البعد المعرفي للقلق هو أحد الانفعالات النفسية التي تؤثر على دقة الأداء المهاري والذي لم يفسر بالطريقة الصحيحة . ومن خلال ممارسة الباحث للعبة وجمع المعلومات عنها لاحظ ان لاعبي الريشة الطائرة لم يحققوا مستوى عالي في الاداء وذلك بسبب الاهتمام بالنواحي الفنية والبدنية دون الاهتمام الكافي بالجانب النفسي والتمثل بالبعد المعرفي للقلق والذي يعد احد أسس الإعداد المتكامل للاعب وصولاً إلى المساهمة في الارتقاء لمستوى إعداد اللاعبين نحو الأفضل.

#### 1-3 أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- التعرف على البعد المعرفي للقلق لدى عينة البحث.
- التعرف على دقة أداء ضربة الإرسال بالريشة الطائرة لدى عينة البحث.
- التعرف على العلاقة بين البعد المعرفي للقلق ودقة أداء مهارة ضربة الإرسال لدى عينة البحث.

#### 4-1 فرض البحث:

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين البعد المعرفي للقلق ودقة اداء مهارة ضربة الإرسال بالريشة الطائرة للاعبين.

#### 5-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري : عينة من لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى – للعام الدراسي 2008.-2009

2-5-1 المجال الزمني : للمدة من 2009/1/17 ولغاية 2009./5/2

3-5-1 المجال المكاني : ملاعب قاعة كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى.

#### 6-1 تحديد المصطلحات:

القلق: "دافع أو استعداد سلوكي مكتسب يدفع الفرد إلى إدراك ظروف أو أحداث غير خطيرة موضوعياً . على أنها مهددة له ، والاستجابة لهذه الظروف أو الأحداث بحالة من القلق لا تتناسب شدتها الخطر مع حجم الموضوعي" (1).

القلق المعرفي:

" يعني إدراك الرياضي للتهديدات من خلال المشاعر والانفعالات مقابل الاستجابات الفسيولوجية لحالة القلق الجسمي ، يحدث هذا النوع من القلق بسبب التوقعات السلبية بالنجاح والتقييم السلبي وضعف التركيز وتشتت الانتباه والأفكار غير السارة" (2).

### الباب الثاني

#### 2- الدراسات النظرية والمشابهة

##### 1-2 مفهوم القلق:

يعد القلق في وقتنا الحاضر مشكلة العصر ومحنة الإنسان في عالم اليوم وأشد أمراض البشرية خطراً على سعادة الإنسان ، فهو القلق بأرق إمامك فلا تنام . ويربك تفكيرك ولا تستطيع تنظيم أفكارك او التصرف بحكمة وانضباط ، ويشد

(1) محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي ، ط1: ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 ) ، ص442.

(2) محمد حسن علاوي ؛ نفس المصدر ، 1998، ص442.

أعصابك فيتركك متشائماً متوتراً . والقلق الذي ليس مرضاً نفسياً يذهب بصحتك النفسية بل يتحول الى مرض يربك أجهز الجسم وأعضاء البدن ، ويتحول القلق الى مشكلة مرضية.

" وللقلق أعراض متعددة من أهمها : عدم الارتياح وسرعة التهيج والنرفزة وضعف القدرة على التركيز والانتباه وشروذ الذهن وفقد الشهية وارتفاع ضغط الدم مع شحوب وعرق ، ومن أهم الاعراض المميزة للقلق تظهر مظاهر القلق في السلوك الترددي سواء على المستوى الحركي او الانفعالي او العضلي"(1).

ويعد "القلق من أهم الانفعالات المهمة وينظر اليه على اساس انه من اهم الظواهر النفسية التي تؤثر فيه اداء الرياضيين ، وإن هذا التأثير قد يكون إيجابي يدفعهم لبذل المزيد من الجهد او يعوق الاداء"(2).

"وللقلق ظواهر ذاتية اخرى موضوعية تتراوح الظواهر الذاتية بين الاحساس الشديد بالتيقظ الى الخوف الشديد من حصول كارثة او موت ، والقلق : فعل طبيعي لدى الانسان إزاء الخطر الذي يهدده ويساعده في السيطرة على الوضع وبالتالي يؤثر في النمو الشخصي"(3).

## 2-1-1 انواع القلق:

### - القلق الموضوعي :

ان القلق الموضوعي " هو رد فعل لخطر خارجي معروف كقلق طالب قبل دخول الامتحانات. إن هذا النوع من القلق يتصف بكونه حالة مؤقتة تزول بزوال المؤثر ، وهنا يمكن استخدام مطلق الخوف والقلق بشكل متبادل لانهما يعبران عن الظاهرة والاعراض نفسها"(4).

### - القلق العصابي:

(1) ريسان خريبط مجيد ؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية الرياضية والبدنية، ج2: (دار الكتب والوثائق ، مطابع التعليم العالي ، 1989)، ص9.

(2) أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي ، المفاهيم والتطبيقات ، ط3 : ( دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 ) ، ص157.

(3) محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس ، 1998، ص381.

(4) نزار الطالب وكامل لويس ؛ علم النفس الرياضي ، ط2 : (وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، بغداد ، 2000 ) ، ص205-206.



ان القلق العصابي " هو رد فعل غريزي مصدره غامض واسبابه غير معروفة ، ويكمن غالباً في الجانب الغريزي للفرد . إن هذا النوع من القلق يشكل حالة مرضية تعيق الفرد عن ممارسة حياته الطبيعية وتتصف بدرجة من الديمومة التي تؤدي احياناً الى ظهور بعض الاعراض الجسمية التي يسببها القلق"<sup>(1)</sup> .  
- القلق الأخلاقي :

يختلف هذا النوع من القلق عن النوعين السابقين كونه يكمن في الضمير ، إذ ان هذا النوع من القلق يسببه ضمير الانسان نتيجة الشعور بالإثم والخجل من فعل او سلوك معين يتقاطع مع الضمير الذي يكون السلطة العليا التي تنظم سلوك الفرد ولحسابه على كل سلوك يتقاع مع ذلك . فالفرد الذي يسلك سلوك لا يقبله المجتمع يعيش حالة من الصراع مع نفسه خشية اكتشاف نفسه مما يؤدي الى القلق وهذا ما يسمى بحساب الضمير"<sup>(2)</sup> .

### 2-1-3 مستويات القلق<sup>(3)</sup>

ليس من الغريب ان نقول بأن القلق يقترن بالحياة فأينما وجدت الحياة وجد القلق . ويختلف القلق من مرحلة الى اخرى من مراحل العمر ، كذلك مستويات القلق وتأثيره . وعلى الرغم من عدم وجود فاصل بين درجات القلق المختلفة يمكن تقسيم القلق ومستوياته الى ثلاثة أنواع هي:

### 2-1-3-1 المستوى الواطئ:

إن درجة معينة من القلق تعد ضرورة لتساعد في الاستعداد او لمجابهة متطلبات الحياة . لذا فإن مستوى واطئ من القلق يعمل عمل الواقع او الحافز او العنصر المنشط يسمى احياناً (القلق الميسر) أي القلق الذي يزيد استعداد الفرد لمجابهة الظروف الداخلية دون الحد من قدرته على السيطرة التامة على سلوكه.

### 2-3-1-2 المستوى المتوسط:

(1) نزار الطالب وكامل لويس ؛ نفس المصدر ، 2000 ، ص206 .  
(2) نزار الطالب وكامل لويس ؛ نفس المصدر ، 2000 ، ص206 .  
(3) نزار الطالب وكامل لويس ؛ نفس المصدر ، 2000 ، ص207-208 .

في بعض الاحيان يزداد مستوى القلق الى الحد الذي يؤثر سلباً في الاداء "ففي هذا المستوى يفقد الرياضي جزءاً من قدرته على السيطرة ان يصبح اقل قدرة على السيطرة ان يفقد السلوك مرونته وبمستوى الجمود بوجه عام على استجابات الفرد في المواقف المختلفة ويحتاج الفرد الى المزيد من بذل الجهد للمحافظة على السلوك المناسب والملائم في مواقف الحياة المتعددة"<sup>(1)</sup>.

### 2-1-3-3 المستوى العالي:

عندما يصل القلق الى المستوى العالي تبدأ الاثار السلبية واضحة في سلوك الرياضي وأدائه ، فيفقد الرياضي قدرته على التركيز وتكثر أخطاؤه ويتصف سلوكه بالعصبية الشديدة. ان الرياضي الذي ينتابه القلق العالي يتصف بالحركات القوية السريعة التي تفتقر الى الإتقان ، كما انه " يبذل طاقة عالية دون مبرر تؤدي الى تعب في وقت مبكر"<sup>(2)</sup>.

### 2-1-4 اساليب التعرف على القلق لدى الرياضيين<sup>(3)</sup>

يمكن استخدام أساليب مختلفة للتعرف على درجة القلق لدى الرياضيين من ذلك استخدام قائمة المنافسة الرياضية او قياس حالة القلق ، ومن خلال تطبيق هذا المقاييس بشكل منتظم قبل المنافسة الرياضية يمكن التوصل الى معرفة مستوى القلق الذي يتميز به الرياضي وبذلك يمكن للمدرب التعرف على زيادة درجة القلق لدى الرياضيين من خلال ملاحظة بعض مظاهر السلوك أثناء الأداء. ومن هذه الأساليب:

- يمكن تفسير كثرة أخطاء الرياضيين وخاصة في مواقف المنافسة مؤشراً لزيادة القلق.
- يمكن ان يكون ضعف اداء الرياضيين في مواقف الأداء الحرجة أو الحاسمة.

(1) محمد حسن علاوي ؛ علم النفس الرياضي ، ط4: ( دار المعارف ، القاهرة ، 1994 )، ص279.  
(2) نزار الطالب وكامل لويس ؛ علم النفس الرياضي: ( دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، 2002 ) ، ص212.  
(3) أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي ، 2000، ص194-195.

• يمكن ان يكون ميل الرياضي لادعاء الإصابة مؤشراً لقلق المنافسة الرياضية.

• يعد عدم الالتزام بالواجبات الخطئية او نسيان الواجبات المكلف بها أثناء المنافسات مؤشراً أحياناً لارتفاع مستوى القلق.

## 2-1-5 نظرية القلق متعدد الأبعاد

أشارت بعض المراجع ( ليبرت وموريس ، 1967 )<sup>(1)</sup> الى انه في مجالات ودراسات وبحوث قلق الاختبار (قلق الامتحان النظري) تم التوصل الى وجود بعدين منفصلين للقلق هما الانزعاج او القلق المعرفي والذي يقصد به الوعي الشعوري الانفعالات غير السارة.

وللقلق ثلاثة أبعاد هي :

القلق المعرفي:

يعني إدراك الرياضي للتهديد من خلال المشاعر والانفعالات ، ويحدث هذا النوع من القلق بسبب التوقعات السلبية بالنجاح والتقييم السلبي وضعف التركيز وتشنت الانتباه والأفكار غير السارة<sup>(2)</sup>.

## 2-1-6 البعد المعرفي للقلق

يوضح (وليامز) إن المجال المعرفي هو "أول مجموعة من الصفات والسمات التي تؤجل المعرفة وتعمقها وان تأخذ شكل المهارات المتعددة الأبعاد والتي تعتمد على التفكير من اجل تسجيل الفرد للمعلومات واسترجاعها ومعالجتها. ويروي (سنجروديك) ان المجال المعرفي في التربية البدنية يتضمن التعلم وحل المشكلات المرتبطة بالاهداف والمواد والطرق والاجراءات والقواعد مشيراً الى وجوب الاهتمام بتلك السلوكيات المعرفية لإثراء النشاط الرياضي"<sup>(3)</sup>.

(1) أسامة كامل راتب ؛ نفس المصدر، 2000، ص163.

(2) محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي ، 1998 ، ص441.

(3) كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسانين ؛ اسس التدريب الرياضي : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997 ) ، ص219.

والمجال المعرفي كما يراه (وليامز) يمثل " أول مجموعة من الصفات او السمات التي توصل من أجل تسجيل ادراك الفرد للمعلومات واسترجاعها ومعالجتها"<sup>(1)</sup>.

وتؤكد (هيلين ابكرت) "ان اغراض التربية البدنية يجب ان تكون متعلقة بصورة مباشرة بالأداء البدني او النواحي المعرفية المتعلقة بتأثير هذا الاداء في حياة الانسان"<sup>(2)</sup>.

### الباب الثالث

#### 3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

##### 3- المنهج المستخدم

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة البحث.

##### 3-2 عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمرية وهم لاعبو منتخب كلية التربية الرياضية لجامعة ديالى للريشة الطائرة البالغ عددهم 12 لاعب يمثلون مجتمع الأصل.

##### 3-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث

1. استمارة استطلاع لقياس القلق لكل لاعب ملحق رقم (1).
2. استمارة استطلاع رأي الخبراء والمختصين في مجال لعبة الريشة الطائرة لاختيار دقة الإرسال في التجربة الرئيسية ملحق رقم (2).

##### 3-4 ادوات البحث

1. ملعب الريشة الطائرة نظامي مع ملحقاته.
2. مضرب ريشة نوع (Yonex) عدد (2).
3. علب للريشة الطائرة نوع (Yonex).

---

(1) أمين أنور خولي ؛ أثر الوسائل السمعية والبصرية في المجال المعرفي في التربية الرياضية : (رسالة دكتوراه غير منشورة ، القاهرة ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية للبنين ، 1982 ، ص134 .  
(2) أمين الخولي ؛ نفس المصدر السابق ، ص139 .

4. قوائم إضافية بارتفاع (2.50سم) لغرض الاختبار.

5. شريط ملون لاصق – طباشير- اقلام رصاص لاختبار القلق .

3-5 الاختبارات المستخدمة في البحث

3-5-1 الاختبار الاول : اختبار البعد المعرفي للقلق

يتضمن مقياس البعد المعرفي للقلق (15عبارة) يقوم اللاعب بالإجابة على العبارات القائمة على المقياس المدرج من (أبداً ، تقريباً ، احياناً ، غالباً ، دائماً تقريباً) ويتم تصحيح المقياس للعبارات التي تكون باتجاه البعد بالدرجات التالية: درجة واحدة (أبداً تقريباً) – درجتان (احياناً) – ثلاث درجات (غالباً) – أربع درجات (دائماً تقريباً).

أما العبارات التي تكون بعكس اتجاه البعد فيتم تصحيحها على الوجه التالي: اربع درجات (أبداً تقريباً) – ثلاث درجات (أحياناً) – درجتان (غالباً) – درجة واحدة (دائماً تقريباً).

او يتراجع مدى الدرجات للوصول الى الحد الاقصى وكلما اقتربت درجة اللاعب من الدرجة القصوى كلما تميز بزيادة الخاصة التي يقيسها البعد .

### جدول رقم (1)

أرقام العبارات التي تقيس البعد المعرفي للقلق

المقياس	ارقام العبارات باتجاه البعد	ارقام العبارات عكس اتجاه البعد	المجموع
البعد المعرفي	42،39،33،30،24،21،18،15،12،9،3	45،36،6	15

3-4-2 الاختبار الثاني : اختبار اداء مهارة ضربة الارسال<sup>(1)</sup>

غرض الاختبار : قياس اداء مهارة ضربة الارسال.

تطبيق الاختبار : طبق على لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية للريشة الطائرة-

جامعة ديالى.

(1) Ray Collins & Patrik Hedges. 1978.OP.Cit. p.48-51.

الادوات المطلوبة : مضارب ريش، ريش طبيعة، حبل مطاطي، قوائم إضافية  
بارتفاع (213سم) ، مساعد ، ملعب مخطط.

طريقة تنفيذ الاختبار

يقف اللاعب في المكان المخصص له (×) ويقوم باداء ضربة الارسال  
محاوياً إسقاط الريشة في المنطقة ذات الدرجة الاعلى بشرط ان تمر من فوق  
الشبكة ومن تحت الحبل المثبت خلف الشبكة على بعد (60سم) بارتفاع (213سم)  
ويقوم اللاعب باداء (12محاولة) مع ملاحظة الارسال.  
حساب النقاط:

- يقوم اللاعب باداء (12محاولة) ويحسب مجموع افضل (10محاولات)  
ويحسب مجموع افضل 10 محاولات.
- تعطى الدرجة حسب مكان سقوط الريشة.
- اذا لم تعبر الريشة من فوق الشبكة تحت الحبل او سقطت خارج المناطق  
المحددة يعطى صفر.
- الريشة التي تقع على خط بين منطقتين تعطى الدرجة الاعلى.
- الدرجة مقسمة من (1،2،3،4،5).

3-5 التجربة الاستطلاعية

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2009/3/15 وذلك بعد (6 أيام) من  
التجربة الاستطلاعية وبعد ان جمع المعلومات ثم تفريغ الاستمارة لكل فقرة على  
حده واعطيت لكل فقرة حقيقية الدرجة التي حددت من مفاتيح التصحيح بالنسبة  
للبعد المعرفي للقلق وذلك مع اداء ضربة الإرسال وإعادة الاختبار وبنفس الظروف  
وقد عملت الباحثة على جمع درجات كل لاعب للاختبار الثاني واستخراج الوسط  
الحسابي والنتائج الإحصائية.

### 7-3 الوسائل الاحصائية

تم استخراج نتائج البحث باستخدام الوسائل الاحصائية الاتية :

$$(1) \text{الوسط الحسابي س} = \frac{\text{مج س}}{ن}$$

$$(2) \text{الانحراف المعياري ع} = \sqrt{\frac{\text{مج (س-س)}^2}{ن}}$$

$$(3) \text{معامل الارتباط البسيط (بيرسون)} = \frac{\text{مج س ص} - \frac{(\text{مج س})(\text{مج ص})}{ن}}$$

$$= \frac{[\text{مج س}^2 - \frac{(\text{مج س})^2}{ن}] [\text{مج ص}^2 - \frac{(\text{مج ص})^2}{ن}]}{\dots}$$

- 
- (1) علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي : ( بغداد ، مطبعة العين ، 2004 ) ، ص269.  
(2) وديع ياسين و محمد حسن العبيدي ؛ التطبيقات الاحصائية واستخدام الحاسوب في بحث التربية الرياضية : ( الموصل ، دار الكتب ، 1999 ) ، ص214.  
(3) وديع ياسين و محمد حسن علاوي ؛ نفس المصدر السابق ، 1999 ، ص214.

## الباب الرابع

### 4- عرض ومناقشة النتائج

4-1 عرض ومناقشة النتائج عن طريق جداول للتعليل من احتمالات الخطأ ولتعزيز الادلة العلمية

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل

الارتباط البسيط لمتغيرات البحث

الدالة	معامل الارتباط		ع <sup>-</sup>	س <sup>-</sup>	المعالجات الإحصائية المتغيرات	ت
	الجدولية	المحسوبة				
معنوية	0.576	0.284 <sup>-</sup>	2.679	31.500	البعد المعرفي	1
			4.8832	28.416	دقة الارسال بالريشة	2

من خلال الجدول رقم (3) وبعد معالجة البيانات إحصائياً تم احتساب الوسط الحسابي للبعد المعرفي للقلق الذي بلغ 31.500 وقيمة الانحراف المعياري للبعد المعرفي للقلق وهو 2.679.

أما الوسط الحسابي لدقة الارسال هو 28.416 وقيمة الانحراف المعياري لدقة الارسال بالريشة الطائرة هو 4.832.

أما العرقة بين البعد المعرفي ودقة اداء مهارة ضربة الإرسال بالريشة الطائرة وباستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) كانت قيمة معامل الارتباط للقيمة المحسوبة هي 0.284<sup>-</sup> وهي أصغر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط والبالغة 0.576 وذلك بدرجة حرية 12-2=10 وعند مستوى دلالة (0.05) وبذلك توجد علاقة غير معنوية بين البعد المعرفي للقلق ودقة اداء مهارة الارسال بالريشة الطائرة.

ومن خلال الجدول (3) يتضح ان البعد المعرفي للقلق لدى لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية كانت على مستوى ضعيف وبهذه الحالة فهو مؤثر على



مستوى الاداء اذ حضور هذا التذبذب بالمستوى يعود الى عدم الاستقرار في الحالة النفسية التي يعاني منها اللاعبون وبذلك يرجع الى النواحي الاجتماعية فضلاً عن عدم الاعداد الصحيح الذي يتناسب بالمستوى يعود الى عدم الاستقرار في الحالة النفسية التي يعاني منها اللاعبون وبذلك يرجع الى النواحي الاجتماعية فضلاً عن عدم الاعداد الصحيح الذي يتناسب مع المواصفات النفسية لرياضيين بشكل خاص الذي يتطلب الاهتمام بالناحية البدنية وهذا ما ذهبت إليه الدراسات التي نصت على ان الفرق في مستوى الاعداد بالامكانيات البدنية تعد عاملاً مهماً في حدوث فرق في مستويات القلق بين اللاعبين فضلاً عن ما تقدم فإن التذبذب في المستوى وعدم الاستقرار يؤدي القلق حول حدوث الاخطاء وذلك بسبب الهبوط في الاداء وعدم تحقيق الاهداف .

## الباب الخامس

### 5- الاستنتاجات والتوصيات

#### 5-1 الاستنتاجات

1. تميز لاعبو المنتخب بارتفاع القلق.
2. هناك ارتباط غير معنوي بين البعد المعرفي للقلق ودقة الارسال بالريشة لدى لاعبو المنتخب.
3. التأكيد على المدربين بضرورة الاهتمام بالقلق والذي يعد حالة فردية تؤثر استجابتها على اللاعب وتحدد البعد المؤثر بالاداء.

#### 5-2 التوصيات

1. الاهتمام بالإعداد النفسي شأنه شأن جوانب التدريب الأخرى .
2. التأكيد على الاهتمام بدراسة قلق البعد المعرفي بوصفه حالة شخصية تؤثر استجابتها في الرياضي وتحديد المؤثرات على الأداء.
3. معرفة علاقة تأثير البعد المعرفي للقلق على دقة أداء مهارة الإرسال بالريشة الطائرة لما له من أهمية في الإعداد النفسي للرياضيين.

4. استخدام أساليب التدريب النفسي كالتدريب العضلي والاسترخاء لما له من تأثير على تجاوز الكثير من القلق.

### المصادر

1. اسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي ، المفاهيم والتطبيقات ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000).
2. أمين أنور خولي ؛ أثر الوسائل السمعية والبصرية في المجال المعرفي في التربية الرياضية:(القاهرة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، 1982).
3. ريسان خربيط مجيد ؛ موسوعة القياسات والاختبارات في التربية الرياضية والبدنية (مطابع التعليم العالي، دار الكتب والوثائق ، 1989).
4. علي سلوم جواد ؛ الاختبارات والقياس والاحصاء في المجال الرياضي : ( بغداد ، مطبعة العين ، 2004).
5. كمال عبد الحميد ومحمد صبحي حسنين ؛ أسس التدريب الرياضي : ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997).
6. محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي : ( القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998).
7. نزار الطالب وكامل لويس ؛ علم النفس الرياضي : (بغداد ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، 2000).
8. وديع ياسين و محمد حسن العبيدي ؛ التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحث التربية الرياضية : (الموصل ، دار الكتب ، 1999).
9. Ray Collins & Patrik Hedges. 1978.OP.Cit. p.48-51.

## ملحق رقم (1)

### استمارة استطلاع رأي

السيد الخبير المحترم

تروم الباحثة اجراء بحثها الموسوم ( البعد المعرفي للقلق وعلاقته بدقة اداء مهارة ضربة الارسال بالريشة الطائرة ) يرجى تفضلكم بأبداء الرأي حول صحة اختبار الاختبار الخاص لعينة البحث بما يتناسب وعنوان البحث .

شاكرين تعاونكم معنا

اسم الخبير:.....

اللقب العلمي:.....

التاريخ:

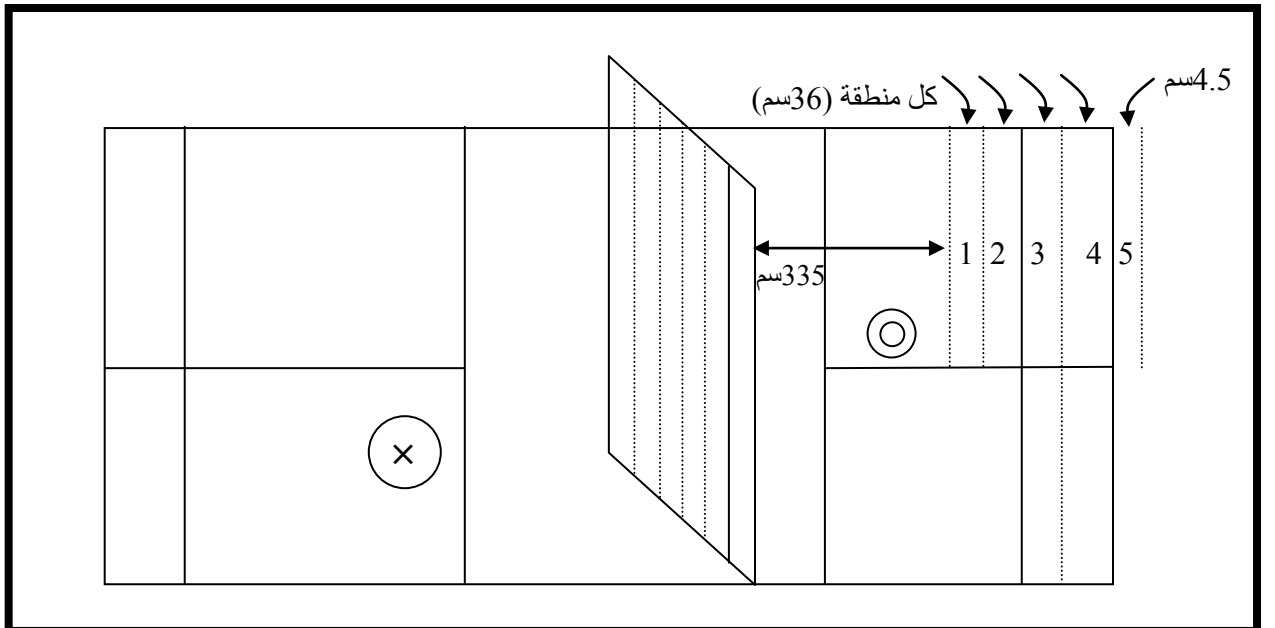
اختبار دقة الإرسال:

غرض الاختبار : قياس دقة أنجاز مهارة ضربة الإرسال .

تطبيق الإرسال : على عينة من لاعبي منتخب كلية التربية الرياضية الرياضي .

الأدوات المطلوبة : مضارب ريشة ، ريشة طائرة ، مساعد وملعب مخطط.

بتصميم الاختبار كما في الرسم الآتي :



## ملحق رقم (2)

### استمارة استبيان

يروم الباحثان باستطلاع أرائكم ضمن إجراءات بحثهما الموسوم (البعد المعرفي للقلق وعلاقته

بدقة أداء مهارة ضربة الإرسال بالريشة الطائرة).

- فيما يلي بعض العبارات التي يستخدمها اللاعب الرياضي ليصف شعوره عند الإرسال في الريشة الطائرة.
- أقرأ كل عبارة ثم ضع علامة (√) تحت العبارة التي تنطبق مع حالتك التي تشعر بها قبل اشتراكك في مباراة رياضية هامة.
- لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة لان كل لاعب رياضي يختلف في شعوره عن اللاعب الأخر.

شاكرين تعاونكم

## قائمة مقياس القلق

ت	العبارات	أبداً تقريباً	أحياناً	غالباً	دائماً تقريباً
1	أخشى الهزيمة				
2	اشعر بالتفاوت بالنسبة لنتيجة المباراة				
3	بالي مشغول من ناحية نتيجة المباراة				
4	أخشى من عدم التوفيق بالمباراة				
5	فكري مشغول خوفاً من سوء مستواي في المباراة				
6	تراودني أفكار بعدم الاشتراك بالمباراة				
7	بالي مشغول خوفاً من عدم رضا مدربي عن مستوى أدائي				
8	أخشى من عدم أجادتي				
9	أهمية المباراة تشتت أفكاري				
10	كلما فكرت بالمباراة كلما زاد ارتبائي				
11	تنتابني بعض التشاؤم				
12	أشعر بأنني سوف احضى بأحسن حالاتي بالمباراة				
13	تدور في ذهني أفكار عن الهزيمة في المباراة				
14	أجد نفسي أفكر في عدم قدرتي على استكمال المباراة				
15	عندي ثقة بالفوز بالمباراة				