

مصدر الضبط و علاقته بمهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد صنف اقل من 17 سنة

The source of the control and its relationship to the correction skill of handball players, less than 17 years old

قندوز هشام¹ ، رابحي محمد² .

Hichem guendouz¹ , mohemed rabhi² .

¹ قندوز هشام جامعة جلاي بونعامة - خميس مليانة مخبر علوم و ممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والاقاعية

h. Guendouz@univ-dbk.m.dz

² رابحي محمد جامعة جلاي بونعامة - خميس مليانة مخبر الرياضة ، الصحة و الأداء

m.rabhi@univ-dbk.m.dz

تاريخ النشر: 2021/06/03

تاريخ القبول: 2021/04/16

تاريخ الاستلام: 2021/01/04

الملخص:

تهدف هذه الدراسة لمعرفة علاقة مصدر الضبط بمهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد، حيث شمل مجتمع الدراسة ولاية المسيلة و تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة القصدية، و قد تكونت عينة البحث من 20 لاعب اقل من 17 سنة لفريق شباب بوسعادة لكرة اليد، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي و كذا مقياس مصدر الضبط النفسي، و خلصت الدراسة إلى وجود علاقة بين مصدر الضبط الداخلي بمهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد صنف اقل من 17 سنة.

الكلمات المفتاحية: التحضير النفسي- مصدر الضبط- الأداء المهاري- التصويب- كرة اليد - المراهقة.

Abstract :

This study aims to find out the relationship of the source of control with the correction skill of handball players, Where the study community included the mandate of M'sila and the study sample was chosen intentionally, and the research sample consisted of 20 players under 17 years of youth team Bou-Saada for handball, where the researchers used the curriculum Descriptive as well as the measure of the source of psychological control, and the study concluded that there is a relationship between the source of internal control with the skill of correction for handball players ranked less than 17 years.

Key words: psychological preparation - source of control - skill performance - aiming - handball .

مقدمة:

يمثل التدريب الرياضي عملية تربوية تخضع للأسس و المبادئ العلمية و تهدف أساسا إلى إعداد الفرد لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية (محمد حسن علاوي، 1990 ص36) ، كما يهدف التدريب الرياضي بشتى أنواعه إلى تحسين القدرات البدنية والنفسية والعقلية للفرد من خلال الممارسة الفعلية للنشاط الرياضي المعني، ومن ثم تحسين الصحة العامة وبناء وتكامل الشخصية ليصبح الفرد عضوا نافعا وفعال في المجتمع، وعلى ذلك يمكن القول بان التدريب الرياضي هدفه الرئيسي محاولة الوصول بالفرد إلى مستوى عالي أو أقصى ما تهيئه إليه نفسه في النشاط الرياضي الممارس (أمر الله احمد البساطي، 1998، ص ص 05-06) ، وتعد رياضة كرة اليد من أهم الرياضات التي يسعى لاعبيها إلى الوصول إلى المستويات الرياضية العالية، حيث أصبحت أكثر ممارسة على مستوى العالم في مختلف الأعمار والأجناس وتعتمد في أساسها على سرعة التنقل بالكرة إلى منطقة الخصم باستخدام المهارات الأساسية كالتمرير والتنطيط والخداع وغيرها من المهارات المختلفة في كرة اليد (إبراهيم محمد المحاسنة، 2006، ص223) و كما هو معلوم فقد أسهمت العلوم الحديثة في تطور و ارتقاء الرياضة إلى مستويات عالية من خلال تحليل دقيق يشمل مختلف الجوانب المهارية، الخططية، البدنية ، و كذا النفسية (قميني حفيظ، 2012، ص27) مما ألزمت الأمر على التحضير النفسي للرياضي الذي يشمل عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين بهدف خلق وتنمية الدوافع و الاتجاهات والثقة بالنفس والإدراك المعرفي و الانفعالي والعمل على تشكيل وتطوير السمات الإدارية بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي للاعبين (حسن السيد أبو عبيدة، 2001، ص263) الأمر الذي يسمح بتمنية و تطوير مختلف المهارات النفسية خاصة مصدر الضبط الذي يمثل بعدا من أبعاد الشخصية حيث يؤثر في العديد من أنواع السلوك، وان اعتقاد الفرد بأنه يستطيع التحكم في أموره الخاصة والعامة، يسمح ذلك له بالاستمرار على قيد الحياة دون قهر ويتمتع بحياته ومن ثم يمكنه التوافق مع البيئة التي يعيش فيها (طلعت حسن عبد الرحيم، 1895، ص129) .

لذا فإن إدراك الفرد أن التعزيز الذي يحصل عليه يعتمد على سلوكه أو خصائصه الدائمة نسبيا فإنه يكون ذا تحكم داخلي أما إذا أدرك الفرد أن التعزيز لا يعتمد على سلوكه أو خصائصه يكون ذا تحكم خارجي(رجاء عبد الرحمن الخطيب، 1990، ص 232)، و

حتى يتمكن اللاعب من أداء المهارة بمستوى عالي والتي تتمثل في القدرة على إتقان و تنفيذ اللاعب مجموعة من الحركات الرياضية بانسيابية و سهولة تامة يكتسبها من خلال حبه للعبة و الرغبة فيها ، و يسعى إلى تطويرها بوضع برامج تدريبية ، بالإضافة إلى الوسائل المساعدة كالمدرّبين و الأجهزة و غيرها من العوامل المساعدة بغرض تحقيق أفضل نتائج و الوصول إلى أعلى المستويات التي يرغب الوصول إليها (غلاب حكيم، مقاق كمال، 2018، ص04) ، و يعتبر التصويب على المرمى من أهم المهارات الأساسية الذي يمثل النتيجة الأخيرة لكل عمل هجومي سواء فرديا أو جماعيا ويحتم على المنفذ اندفاعا بدنيا كليا أثناء التنفيذ (محمد صبيح حسنين، 1995، ص11) لذا يتطلب لاعبي كرة اليد المهارات النفسية الأساسية الخاصة بهم لكي يتمكن اللاعبون من إتقان مختلف المهارات الهجومية و الدفاعية خاصة التصويب منها لتحقيق أفضل النتائج، الأمر الذي يتطلب الاهتمام بالناحية النفسية لهذه الفئة التي تمثل مرحلة انتقالية أي المراهق لا يكون طفلا و لا راشد، حيث يتميز بمجموعة من التغيرات الجسمية و العقلية و النفسية (عبد الرحمان عيسوي، 1995، ص25) فبالرغم من أهمية الإعداد النفسي وارتباطه الكبير بمستوى أداء اللاعبين و مدى تحكمهم في انفعالهم و أدائهم المهاري إلا أننا لاحظنا أن بعض المدربين لا يولون اهتماما كبيرا له عامة و بمهارة مصدر ضبط النفس خاصة ، لذا قمنا في بحثنا هذا على دراسة علاقة مصدر ضبط النفس بمهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد .

- إشكالية الدراسة:

يمثل التدريب الرياضي عملية تربوية منظمة و مخططة طبقا لمبادئ و أسس علمية تهدف إلى تطوير القدرات البدنية و مهارية و الخططية و النفسية و المعرفية لتحقيق مستوى عالي من الانجاز في النشاط الرياضي الممارس (أمر الله احمد البساطي، 1998، ص03)، كما تعتبر رياضة كرة اليد من الرياضات الجماعية التي تجرى بين فريقين، حيث أن اكتساب هذه الرياضة لشعبية كبيرة و احتلالها مكانة مرموقة بين مختلف الرياضات الأخرى المنتشرة على المستوى العالمي و ازدياد عدد ممارسيها، ما كان ليحصل لولا تميزها بالعديد من الخصائص المختلفة (ياسر دبور، 1996، ص19) الأمر الذي يفتح باب للبحث العلمي حيث يمثل الأسلوب الأمثل الذي يمكن من خلاله التحقق من النظريات العلمية المختلفة في مجال التدريب الرياضي و الاستفادة منها و تطويرها لخدمة الرياضة و تطويرها (هشام علي الأقرع، 2012، ص168) هذا وان الوصول باللاعبين للمستويات الرياضية العالية يعتبر أحد أهم أهداف

التدريب الرياضي المخطط طبقاً للأسس والمبادئ العلمية، كما يتوقف مستوى الأداء في كرة اليد بجوانبه المختلفة على التخطيط الدقيق لعملية التدريب الرياضي، وذلك بهدف التطور والارتقاء بالأداء والوصول إلى أعلى مستويات الرياضية، فنظراً للأداء الحديث في كرة اليد خاصة للاعبين وفرق المستويات العالية، فقد ظهر واضحاً خلال مباريات البطولات الدولية الإقليمية والأولمبية والعالمية تأثير الجانب النفسي على أداء اللاعبين والفرق وبالتالي على الجانب الفني سواء المهاري أو الخططي، حيث لعبت العديد من السمات النفسية كضبط النفس والثقة والتوتر والخوف وغيرها من السمات النفسية الأخرى دوراً هاماً ورئيسياً في حسم نتائج بعض المباريات (محمد حسن علاوي، 2003، ص39)، لذا فإن الإعداد النفسي يبحث عن الأسباب التي قد تؤثر في سلوك الرياضي ومن ثم الوصول إلى مخطط من خلال آليات محددة تساهم في تطوير وتعديل السلوك (بكيل حسين ناصر الصوفي، 2010، ص 167) و تنمية المهارات النفسية التي يجب أن تتوفر في اللاعب خاصة مهارة ضبط النفس الذي يتمثل في إدراك الفرد للعلاقة بين سلوكه وما يرتبط به من نتائج (سنة محمد سليمان، 1988، ص 63) هذا وان مصدر ضبط النفس يمثل إدراك الفرد لموجهات سلوكه ما إذا كانت داخلية أو خارجية و ما يترتب عليها من نتائج فان بعض الأفراد يعززون النجاح في مواقف الحياة المختلفة إلى ذواتهم والبعض الآخر إلى قوى خارجية عند نطاق ذواتهم (رشاد على عبد العزيز موسى، 1993، ص 319)، حيث تشير العديد من الدراسات منها دراسة جمال الدين بومنجل حول "وجهة الضبط الداخلي والخارجي في إطار الإرشاد النفسي الرياضي و علاقته بدافعية الانجاز الرياضي إلى تحديد وجهة الضبط عامل مهم في توجيه الرياضي إلى الرياضة المناسبة سواء كانت فردية أو جماعية لاسيما لارتباط هذه المهارة النفسية بنوعها بالأداء الرياضي عامة و الأداء المهاري خاصة ، ففي رياضة كرة اليد متطلبات مهارة خاصة و هادفة يقوم بها اللاعب في إطار قانون اللعبة من اجل الوصول إلى أفضل النتائج و تحقيق اكبر عدد من الأهداف و من بينها المتطلبات المهارية الهجومية خاصة منها مهارة التصويب من الأعلى بالوثب من أهم أنواع التصويب حيث أن هذه المهارة عبارة عن تصوية كبراجية من ارتفاع أعلى مستوى الرأس مع الوثب او يحاول المهاجم عن طريق الوثب عالياً للتصويب من فوق المدافع و تكمن مميزاتها في توقيتها المفاجئ وعدم قدرة الحارس المرمى على سرعة إدراكها (vick.buch, 1996, p110).

و للوصول إلى هذا يجب إيجاد طرق و حلول مناسبة و اكتشاف أساليب جديدة و حديثة في التدريب الرياضي باستخدام التحضير النفسي للرياضي حتى نتمكن من معرفة اتجاه مصدر الضبط لدى اللاعبين و ما له من علاقة كبيرة بالأداء المهاري عند القيام بالتصويب على المرمى لتحقيق أفضل النتائج، و من خلال إتباع الباحث لرياضة كرة اليد مع مشاهدته للعديد من المنافسات و من خلال اطلاعه على العديد من الدراسات السابقة وجد تفاوت مستمر بين فرق كرة اليد، فبالرغم من توفر القدرات المادية و تشابه عملية التحضير التقني و الخططي و البدني غير أن الاختلاف يكمن في التحضير النفسي للاعب و عليه جاءت فكرة التطرق إلى موضوع (مصدر الضبط و علاقته بمهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد صنف اقل من 17 سنة) و هذا ما دفعنا إلى طرح التساؤل التالي:

هل لمصدر الضبط علاقة بأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف اقل من 17 سنة ؟

التساؤلات الجزئية:

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف اقل من 17 سنة ؟

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف اقل من 17 سنة ؟

3- أهداف الدراسة :

- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد.

- معرفة العلاقة بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد.

4- أهمية الدراسة :

تكمن أهمية البحث في الحصول على قدر هائل من المعرفة العلمية والتطبيقية للمدربين واللاعبين خاصة في هذا الجانب و المتمثل في الجانب النفسي الذي يعتبر عامل مهم جدا في مرحلة ما قبل وأثناء المنافسة وما يلعبه من دور ايجابي على الأداء المهاري، وهذا ما يؤكد عن أهمية البحث في كونه حلقة ترابط بين العمل الأكاديمي والعمل الميداني. الاهتمام باستخدام التحضير النفسي و الذهني (مصدر الضبط) في تنمية و تحسين مهارة التصويب في الكرة اليد ، وكذا معرفة علاقة مصادر الضبط بمهارة التصويب و المواكبة للتطورات في الطرق التدريبية الحديثة.

- فرضيات الدراسة :

الفرضية العامة:

- لمصدر الضبط علاقة بأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف اقل من 17 سنة.

الفرضيات الجزئية:

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب لدى

لاعبي كرة اليد صنف اقل من 17 سنة

-توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب لدى

لاعبي كرة اليد صنف اقل من 17 سنة

الكلمات الدالة في الدراسة:

1 التحضير النفسي :

اصطلاحا :

الإعداد النفسي هو تلك العمليات التي من شأنها إظهار أفضل سلوك يعضد إيجابيا كلا من

الأداء البدني والمهاري والخططي للاعب- اللاعبه و الفريق و الوصول به إلى قمة المستويات

(مفتي إبراهيم حماد , 2001, ص 235)

- التعريف الإجرائي :

التحضير النفسي هو عبارة عن مجموعة مراحل و وسائل ومناهج التي من خلالها يصبح

الرياضي مستعدا نفسيا مع إعداده إعدادا متكامل مع جميع الجوانب الأخرى.

-مصدر الضبط :

-اصطلاحا : يوضح فاريس مركز التحكم على انه مدى مقدرة الفرد على إدراكه في النتائج

المهمة المكلف بتحقيقها، فمثلا إذا أدرك الفرد أن نتائج المهمة المكلف بها لا يمكن التنبؤ بها

أو إن النتائج تعود إلى الحظ أو الصدفة، فان الفرد لهذه الحالة يكون ذا تحكم خارجي، أما

إذا أدرك الفرد أن نتائج المهمة التي يقوم بها الفرد تعتمد على مدى إنجازه، فإنه في هذه

الحالة يكون ذا تحكم داخلي (زاكي محمد محمد حسن، 2004، ص 24)

- التعريف الإجرائي: هو مقدرة الفرد الرياضي على توجيه سلوكه و التحكم في الأحداث لكي

يكون متوافقا أكثر مع بيئته الداخلية و الخارجية، مما يسمح له بالاستمرار على الأداء

المطلوب طيلة فترة المنافسة الرياضية، ويكون التحكم داخليا عندما يدرك الرياضي أن

التعزيز الذي يحصل عليه بواسطة سلوكه ، في حين يكون هذا التحكم خارجيا عندما يدرك الرياضي أن التعزيز الذي يحصل عليه ليس بواسطة سلوكه.

- الأداء المهاري :

-اصطلاحا: يعرفه ثامر محسن 2006 يستهدف الإعداد المهاري للاعبين تعليم و تطوير و سقل و إتقان و تثبيت المهارات الحركية الرياضية التي يمكن استخدامها في منافسات الرياضية لتحقيق أعلى الانجازات الرياضية فمهما بلغ مستوى اللياقة البدنية للفرد الرياضي و مهما اتصف بها من سمات خلقية و إرادية فغنه لن يحقق النتائج المرجوة ما لم يرتبط ذلك كله بالإتقان التام للمهارات الحركية الرياضية في نوع النشاط التخصصي الذي يمارس(ثامر محسن إسماعيل، 2006، ص75).

- الإجرائي : هو قدرة اللاعب على تنفيذ مجموعة من الحركات بانسيابية و سهولة تامة تحت رغبة القيام بها، و يسعى إلى تطويرها بوضع خطط تدريبية محددة من أجل الوصول إلى أقصى مستوى..

-التصويب:

- اصطلاحا: تعد عملية التصويب بكرة اليد هي المرحلة الأخيرة من خلال مراحل الهجوم على مرمى الفريق المنافس إذ يقوم احد لاعبي الفريق بالتصويب لينهي الهجوم بنجاح ، ومن المعروف أن التصويب إما أن يكون ناجحا أو فاشلا على مرمى الفريق المنافس ، فالفريق الذي يجيد لابعوه مهارة التصويب يعد الأقرب إلى الفوز بنتيجة المباراة (فلاح حميد و آخرون،2012،ص78)

- إجرائيا:يعتبر التصويب من أهم المهارات الأساسية في نشاط كرة اليد و هو عمل هجومي يني به المهاجم الهجمة بتحقيق الهدف حيث ترتبط هذه المهارة بالنواحي البدنية و التقنية و خاصة الجانب النفسي للرياضي الذي يرتبط بشكل مباشر مع هذه المهارة من أجل تسجيل أكبر عدد من الأهداف .

-كرة اليد:

- اصطلاحا: الكرة إلى هي لعبة تتكون من فريقين، كل فريق يتكون من سبع لاعبين، يتنافسون من أجل امتلاك الكرة ، ليتبين الهدف في تسجيل الكرة في مرمى الخصم و العمل على دفاع لمنع الخصم من التسجيل في المرمى.(Thierry N, Ot,CIT,1988 , p16)

- إجرائيا: هي لعبة جماعية و الأكثر شعبية تتم بين فريقين مكون كل واحد منهما من سبع لاعبين محاولا كل فريق تحقيق أفضل النتائج في الإطار الذي تفرضه قوانين اللعبة.
-المراهقة: المراهقة أنها فترة الحياة الواقعة بين سن البلوغ و النضج و أنها تقع بالتقريب فما بين 09 سنوات و19 سنة و تتميز بتغيرات جسمية و نفسية ملحوظة (عبد الرحمان عيسوي، 1993، ص21) نقلا عن (قصارى علي، 2017، ص142).

التعريف الإجرائي: تعد مرحلة المراهق ومن المراحل العمرية الأساسية لبناء الرياضي بناء متكامل من جميع الجوانب الإعدادية البدنية و المهارية و الخططية و الجانب النفسي الذي يرتبط بهم ارتباطا وثيقا من خلال تحقيق التكيف و الضبط النفسي.

- الدراسات السابقة:

1- دراسة فيصل نويوة (2017-2018) بعنوان: النمو النفسي اجتماعي(فعليات الأنا) ومصدر الضبط وعلاقتها بقلق المستقبل لدى المراهق المتمدرس بمرحلة التعليم الثانوي. تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى النمو النفس اجتماعي واتجاه مصدر الضبط لدى أفراد العينة وكذا التعرف على مستوى قلق المستقبل لديهم و تكونت عينة الدراسة 111 تلميذ من الطور الثانوي واعتمد الباحث على المنهج الوصفي وأسفرت النتائج إلى أن متوسط العينة على مقياس فاعليات الأنا أكبر من المتوسط الفرضي للمقياس لدى العينة مصدر ضبط داخلي و متوسط العينة على مقياس قلق المستقبل أقل من المتوسط الفرضي للمقياس كما لم تظهر الدراسة وجود فروق في المتغيرات المدروسة تعزى لمتغيرات (الجنس، الشعبة الدراسية).

2-دراسة جمال الدين بومنجل (2012-2013) بعنوان: وجهة الضبط الداخلي والخارجي في إطار الإرشاد النفسي الرياضي وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي. تهدف هذه الدراسة الى معرفة سبب عدم إدراك الرياضي الجزائري لإمكانية الحقيقة و التحسيس المسؤولين في المنظمات الرياضية بأهمية عامل التوجيه والإرشاد النفسي الرياضي لرياضة المستوى العالي، النخبة والتأكد على ضرورة اصطحاب أخصائي نفسي رياضي وذلك للقيام بالعملية الإرشادية، و تكونت عينة الدراسة من60 لاعبا من رياضيين رفعي المستوى كما واعتمد الباحث على المنهج الوصفي، وأسفرت النتائج على أن هناك فرق بين متوسط الدرجات لمقياس دافعية الممارسة الرياضية للبطولة لصالح الرياضيين المتربصين بالخارج على حساب الرياضيين المتربصين بداخل الوطن وكذا الدافعية للإنجاز الرياضي لدى

الرياضيين الجزائريين المتربصين بالخارج مرتفعة ودالة إحصائيا، مقارنة بها لدى الرياضيين المتربصين داخل الوطن كما يتميز رياضيو الرياضات الجماعية بوجهة ضبط خارجي ورياضيو الرياضات الفردية بوجهة ضبط داخلية حيث أن أكثر من 68% من المدربين الجزائريين لهم تكوين خططي أي أنهم لا يستطيعون القيام ببناء أهداف موضوعية للرياضيين ومساعدتهم على حل مشكلاتهم.

3- دراسة راشيد أوباجي 2008-2009 بعنوان: انعكاس طبيعة النشاط الرياضي على العدوان وعلاقته بمركز التحكم لدى لاعبي النخبة.

وتهدف الدراسة إلى معرفة الفروق في السلوك الجازم بين لاعبي كرة اليد ولعابي الملاكمة، و الفروق في العدوان الرياضي بين لاعبي كرة اليد ولعابي الملاكمة و كذا معرفة الفروق في العدوان العام بين لاعبي كرة اليد ولعابي الملاكمة مع التعرف على الفروق في مركز التحكم بين لاعبي كرة اليد ولعابي الملاكمة و معرفة العلاقة بين مركز التحكم و السلوك الجازم لدى أفراد العينة الكلية و التعرف على العلاقة بين مركز التحكم والعدوان الرياضي لدى أفراد العينة الكلية وكذا معرفة العلاقة بين مركز التحكم و العدوان العام لدى أفراد العينة الكلية حيث اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي، أما عينة الدراسة فلقد اشتملت (46)

لاعب موزعين على فئتين (22) لاعب ملاكمة و (24) لاعب كرة يد و أسفرت الدراسة النتائج على وجود فروق دالة إحصائيا في السلوك الجازم بين لاعبي الملاكمة ولعابي كرة اليد لصالح لاعبي الملاكمة و عدم وجود فروق دالة إحصائيا في العدوان الرياضي بين لاعبي كرة اليد والملاكمة كما توجد فروق دالة إحصائيا في العدوان العام بين لاعبي كرة اليد ولعابي الملاكمة لصالح لاعبي كرة اليد.

- التعليق على الدراسات السابقة والمشاركة :

شملت معظم الدراسات مهارة الضبط النفسي بنوعيه الداخلي و الخارجي ، حيث كانت تهدف معظمها إلى معرفة اتجاه مصدر الضبط لدى الأفراد و بعض الحالات النفسية الأخرى و مدى علاقتها بمصدر الضبط الداخلي و الخارجي، و اعتمدت كل الدراسات على المنهج الوصفي و تنوع المجال البشري بين الأفراد و الرياضيين ماعدا لاعبي كرة اليد و أسفرت معظم النتائج على اتجاه مصدر الضبط للاعبين ما هو داخلي و البعض الآخر مصدر ضبط خارجي .

- الدراسة الاستطلاعية:

لضمان السير الحسن لتجربة البحث قام الباحث بهذه التجربة الاستطلاعية لأجل معرفة ظروف عمل النادي الرياضي للبحث من خلال توفر الوسائل و المنشأة التدريبية. تحديد انسب المقاييس لقياس مصدر الضبط..

الحصول على موافقة من الإدارة للقيام بهذه الدراسة .

معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث منها

الحصول على موافقة من إدارة النادي للقيام بالقياس.

معرفة مدى ملائمة الاختيار لمستوى عينة البحث

- المجال المكاني :

القاعة متعددة الرياضات بوسعادة.

- المجال الزمني:

الجانب التطبيقي انطلق من 2019/10/05 إلى غاية 2019/11/05.

- المنهج المتبع في الدراسة: استخدمنا في دراستنا هذه المنهج الوصفي.

- مجتمع وعينة الدراسة:

مجتمع الدراسة:

اعتمدنا في بحثنا هذا و ارتأينا على أن يكون المجتمع البحث الأصلي هذا هم فرق كرة

اليد لولاية المسيلة صنف اقل من 17 سنة والبالغ عددهم 06 فرق.

عينة البحث وكيفية اختيارها:

تمثل العينة الحجر الأساسي، حيث تشمل الجزء من الكل و اعتمد الباحث على عينة

البحث بالطريقة القصدية و التي تمثلت في فريق كرة اليد لشباب بوسعادة من صنف أقل

من 17 سنة.

خصائص عينة الدراسة:

حجم العينة:

تم إجراء الدراسة على عينة قوامها 20 لاعب تتراوح أعمارهم ما بين (16-17) سنة اي بنسبة

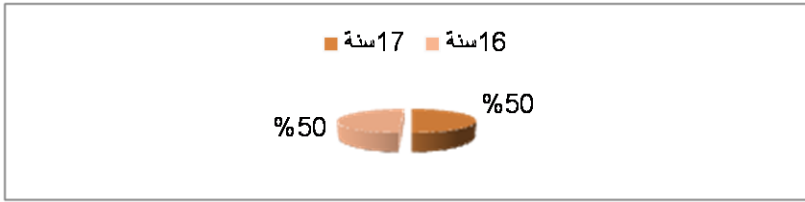
30.76 % من افراد مجتمع الدراسة.

موصفات العينة:

الجدول رقم (01): يمثل توزيع عينة الدراسة حسب العمر.

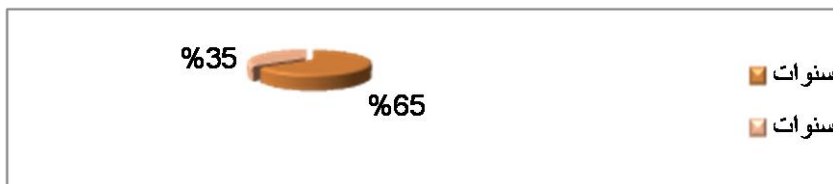
النسبة المئوية	التكرارات	العمر
%50	10	17 سنة
%50	10	16 سنة
%100	20	المجموع

من خلال نتائج الجدول رقم (01) يتبين أن هناك تساوي بين عدد اللاعبين الذين بلغ أعمارهم 17 سنة أي بنسبة %50. أعمارهم 16 سنة أي بنسبة %50.



الشكل البياني رقم 01: يمثل توزيع عينة الدراسة حسب العمر.
الجدول رقم (02): يمثل توزيع عينة الدراسة حسب الخبرة.

النسبة المئوية	التكرارات	العمر
%65	13	03 سنوات
%35	07	04 سنوات
%100	20	المجموع



من خلال نتائج الجدول رقم (02) يتبين أن هناك تساوي بين عدد اللاعبين الذين بلغ أعمارهم 17 سنة أي بنسبة 65% باللاعبين الذين تبلغ أعمارهم 16 سنة أي بنسبة 35%.

الشكل البياني رقم 02: يمثل توزيع عينة الدراسة حسب الخبرة.

- الأدوات والتقنيات المستعملة في البحث:

اعتمدنا في بحثنا:

- المقياس خاص بالضبط الداخلي و الخارجي الموجه إلى اللاعبين.

- يعتبر مقياس الضبط الداخلي و الخارجي (I.E) هو آخر صورة لمحاولات عديدة قام بها روتر Rotter والعديد من الباحثين ، ويتكون مقياس روتر من 29 بند، كل بند يتضمن زوج (2) من العبارات (أ-ب) ، إحداهما تشير إلى الضبط الخارجي، و الثانية إلى الضبط الداخلي، وستة من هذه البنود حشو، الغرض منها إضفاء الغموض على العرض من المقياس، حيث وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس على التوجه الخارجي، وتتعامل بنود هذا المقياس مع اعتقاد المستجيب له عن طبيعة العالم، أي أن عبارات بنود المقياس، مهتم بتوقعات المفحوص عن الكيفية التي يتم بها التحكم في التدعيمات، وبناء على ذلك، أعتبر مقياس مركز الضبط مقياسا للتوقع العام، وربما يرتبط هذا التوقع العام بالقيمة التي يوضعها المفحوص على الضبط، ولكن لا يوجد بالمقياس أي عبارة تتناول بشكل مباشر تفضيل للضبط الداخلي أو الضبط الخارجي :

طريقة التصحيح:

- الفقرات رقم: (1،8،14،19،24،27) فقرات تمويه، ولم تحسب لها أي علامة.

- الفقرات رقم: (2،6،7،9،16،17،18،20،21،23،25،29) تعطى درجة واحد (1) لكل فقرة

عند الإجابة عليها بالرمز (أ)، وتعطى درجة صفر (0) عند الإجابة عليها بالرمز (ب) .

- الفقرات رقم: (3،4،5،10،11،12،13،15،22،26،28) تعطى درجة واحد (1) عند الإجابة عليها بالرمز (ب)، وتعطى درجة (0) عند الإجابة عليها بالرمز (أ).
ويصنف المستجيبون على هذا المقياس إلى فئتين:
- الأولى: من (0-8) درجات، هم ذوي مركز ضبط داخلي .
- الثانية: من (9-23) هم من ذوي مركز ضبط خارجي. (بوالليف أمال، 2010، ص ص 110.109)

الاختبار المهاري:

- اختبار دقة التصويب و كان هدف الاختبار هو قياس دقة تصويب اللاعب على نقاط مختلفة من المرمى.

اختبار التصويب الكروي بالوثب عاليا من ارتفاع 200 سم على هدف 60سم * 60 سم.

وحدة القياس: عدد الأهداف

هدف الاختبار: دقة التصويب

الأدوات:

عدد(02) زاوية (60سم*60سم) بشبك يتم تركيبها في زاوية المرمى العليا لعمل (02) مربع (60سم*60سم) – ملعب كرة يد قانوني- جهاز وثب عالي (ارتفاع العارضة 200سم) يوضع على خط ال 09 أمتار.

الخصائص السيكمومترية:

صدق وثبات القياس

1- الثبات

الجدول رقم 03: يمثل ثبات القياس

القياس	العينة	معامل الثبات	القيمة الجداولية لمعامل الارتباط	درجة الحرية (1-ن)	مستوى الدلالة
مصر الضبط اختبار دقة التصويب	08	0.710	0.666	07	0.05
		0.729			

2- الصدق

الصدق يساوي جذر الثبات

الجدول رقم 04: يمثل الصدق الذاتي للقياس

القياس	العينة	معامل الصدق	القيمة الجداولية لمعامل الارتباط	درجة الحرية (1-ن)	مستوى الدلالة
مصدر الضبط اختبار دقة التصويب	08	0.842	0.666	07	0.05
		0.853			

من خلال الجدول رقم 04: نجد أن قيمة معامل الصدق للقياس و التي كانتا (0.842- 0.853) كلها اكبر من القيمة الجدولية المقدره ب(0.666) عند مستوى الدلالة (0.05) و درجة الحرية (07) .

إجراءات التطبيق الميداني:

تم القيام بطباعة الاستمارة القياس الموجهة للاعبين، حيث توجهنا بتاريخ 02 نوفمبر 2019 إلى فريق شباب بوسعادة ، فالتقينا بالمشرفين الذين استقبلونا أحسن استقبال رفقة المدرب و اللاعبين ، حيث سلمناهم استمارة القياس قصد الإجابة عليها، كما أننا قمنا بشرح بعض الأسئلة التي وجدوا فيها غموضا، وساعدناهم على الإجابة والسماح لهم بالوقت الكافي لها، وفي نفس اليوم قمنا بإجراء اختبار مهارة التصويب، وبعد كل هذه الزيارات قمنا باختيار طريقة تحليل ومناقشة هذه النتائج للفريق، و كان ذلك يوم 05 جانفي 2020 .

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS نموذج 22.

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

للتحقق من الفرضية الجزئية الأولى، والتي تنص على "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد صنف أواسط"، نقوم بحساب معامل بيرسون للارتباط.

الجدول رقم: (05) يمثل حساب معامل بيرسون للارتباط بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب.

العينة	معامل بيرسون للارتباط بين (مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب)	مستوى الدلالة	الدلالة
20	0.49	0,05	دال

من خلال نتائج الجدول رقم (05): نجد أن معامل الارتباط لبيرسون بين (مصدر الضبط الداخلي و أداء مهارة التصويب) هو (0,49)، عند مستوى الدلالة (0,05) أي انه توجد دلالة إحصائية، و منه نستنتج أن مصدر الضبط الداخلي علاقة بأداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد.

- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

للتحقق من الفرضية الجزئية الثانية، و التي تنص على " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد صنف أواسط"، نقوم بحساب معامل بيرسون للارتباط، والنتائج نوردها في الجدول الجدول رقم: (06) يمثل حساب معامل بيرسون للارتباط بين مصدر الضبط الخارجي و أداء مهارة التصويب

العينة	معامل بيرسون للارتباط بين (مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب)	الدلالة
20	- 1.00	غير دال

من خلال نتائج الجدول رقم (04): نجد أن معامل الارتباط لبيرسون بين (مصدر الضبط الخارجي و أداء مهارة التصويب) هو (-1.00) و هذا يعني أنه غير دال، و منه نستنتج أنه لا توجد علاقة دالة إحصائية لمصدر الضبط الخارجي بأداء مهارة التصويب، لدى لاعبي كرة اليد.

-مناقشة وتفسير النتائج:

- الفرضية الجزئية الأولى: و التي افترض الباحث أنها " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد صنف اقل من 17 سنة " من خلال النتائج التي تحصلنا عليها في الجدول رقم: (05) و المتعلقة بعلاقة مصدر الضبط الداخلي بأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف اقل من 17 سنة ، والتي

كان مفادها أن معامل بيرسون للارتباط دال، أي انه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي و أداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف اقل من 17 سنة ، هذا يعني أن مصدر نجاح كل لاعب في تحقيق هدفه أو فشله في ذلك قد يرتبط بما بداخل الرياضي ، وهذا راجع لما يمتلكه لاعب من خبرات نفسية إيجابية كالثقة بالنفس و القدرة على التركيز و الانتباه حيث يعتبر الرياضي الذي يتميز بمصدر الضبط الداخلي أن كل الأحداث الايجابية نتيجة لجهده و كفاءته و مهارته، كما نجد أن اللاعب يرى انه إذا حقق نتائج طيبة في المنافسة فإنه يعتقد انه نتيجة مجهوداته في العملية التدريبية أما إذا انخفض مستوى أدائه في المنافسة الرياضية يرجع هذا إلى قلة المجهودات و الإجراءات المتخذة في التدريبات اليومية و هذا ما يتفق مع نتائج دراسة فيصل نويوة (2017-2018) حول النمو النفسي اجتماعي(فعليات الأنا) ومصدر الضبط وعلاقتها بقلق المستقبل لدى المراهق المتمدرس بمرحلة التعليم الثانوي.

كما أكدت نتائج دراسة راشيد أوباجي 2008-2009 حول انعكاس طبيعة النشاط الرياضي على العدوان وعلاقته بمركز التحكم لدى لاعبي النخبة .

وعليه يمكن أن نقول أن فرضية البحث تحققت و هذا ما أكدته نتائج الدراسة. الفرضية الجزئية الثانية: و التي افترض الباحث أنها "توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي و أداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد صنف اقل من 17 سنة"

من خلال النتائج التي تحصلنا عليها في الجدول رقم: (06) و المتعلقة بعلاقة مصدر الضبط الخارجي بأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف اقل من 17 سنة، التي كان مفادها أن معامل بيرسون للارتباط غير دال، أي انه لا توجد علاقة دالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي و أداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف اقل من 17 سنة ، هذا يعني أن مصدر النجاح لدى اللاعب في الوصول إلى الهدف المطلوب أو فشله قد لا يرتبط بالبيئة الخارجية كمساعدة الآخرين أو كما يراه بعض العلماء إلى الحظوظ و القدر أو الصدفة، حيث يعتقد اللاعبين ذوي الضبط الخارجي أنه غير مسئول عن الأحداث التي تحدث له سواء كانت هذه الأحداث ايجابية أو سلبية حيث إذا حقق هذا اللاعب نتائج طيبة يرجع إلى القوى الخارجية وحسن الحظ و أما إذا كان عكس ذلك فقد يرجعه إلى سوء الحظ و هذا ما يتفق مع نتائج دراسة جمال الدين بومنجل (2012-2013) حول وجهة الضبط

الداخلي والخارجي في إطار الإرشاد النفسي الرياضي وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي إلى أن معظم الرياضات الجماعية تتميز بمصدر الضبط الخارجي.

وعليه يمكن أن نقول أن فرضية البحث لم تحقق وهذا ما أكدته نتائج الدراسة. استنتاجات عامة :

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد لفئة أقل من 17 سنة.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد لفئة أواسط.

التوصيات:

- العمل على استخدام تدريب مهارة مصادر الضبط سواء كانت داخلية او خارجية لدى اللاعبين عند الفئات العمرية و لكلا الجنسين.

- زيادة استعمال التدريبات النفسية لدى اللاعبين على الفرق التي لا تلم بهذا الجانب في التدريب و المنافسة.

- العمل على القيام بدراسات تحتوي على النواحي النفسية من مصدر الضبط النفسي و غيرها.

قائمة المراجع العربية:

- إبراهيم محاسنة، تعليم التربية البدنية ، ط1، دار جرير للنشر و التوزيع ، عمان، 2006.
- أمر الله احمد البساطي، قواعد و أسس التدريب الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998.
- حسن السيد عبيدة، الاتجاهات الحديثة في التخطيط و تدريب كرة القدم ، ط1، مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية، مصر، 2001.
- رشاد علي عبد العزيز موسى، دراسات في علم النفس الاجتماعي- سيكولوجية الفروق بين الجنسين، مؤسسة مختار للنشر، دار المعرفة القاهرة، 1993.
- زاكي محمد محمد حسن، مركز التحكم عند لاعبي كرة اليد، المكتبة المصرية، القاهرة، 2004.
- طلعت حسين عبد الرحيم، سيكولوجية التأثير الدراسي، دار الثقافة للطباعة و النشر، القاهرة، 1895.
- عبد الرحمان عيسوي، مشكلات الطفولة والمراهقة- اساسها الفسيولوجي و النفسية، دار العلوم العربية، لبنان، 1993.
- محمد حسن علاوي وآخرون، الإعداد النفسي في كرة اليد، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 2003.
- محمد حسن علاوي، علم التدريب الرياضي، ط11، دار المعارف ، القاهرة، 1990.

- محمد صبحي حسين، القياس والتقديم في التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995 .
- مفتي إبراهيم حماد، التدريب الرياضي الحديث تخطيط و تطبيق وقيادة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- ياسر دبور، كرة اليد الحديثة، منشأة المعارف الإسكندرية، 1996
- يعي السيد الحاوي، المدرب الرياضي، المركز العربي للنشر، مصر، 1998.
- قائمة المراجع باللغة الأجنبية:
- Thierry N, lesti fondemonts pédgojdtie ot tochneties di hand – ball , edion amthora, paris, 1988.
- Vick W- Buch, H. Fisher G, and Koch R, Suhulung des Hallen hand balls, BerlinverlayBartels wentlz.1996.

المجلات:

- بكيل حسين ناصر الصوفي، الإعداد النفسي و علاقته بحالة القلق أثناء المنافسات لدى الرياضيين في ميدان العاب القوى بالجمهورية اليمنية، مجلة الإبداع الرياضي، العدد 01ديسمبر، 2010، الصفحة 167
- رجاء عبد الرحمان الخطيب، الضبط الداخلي- الخارجي وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية، مجلة علم النفس ، تصدر عن الهيئة المصرية العامة للكتاب العدد 18، مصر , 1990 ، الصفحة 232
- سناء محمد سليمان، الانضباط لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية، مجلة علم النفس تصدر عن هيئة المصرية للكتاب، العدد 6، مصر، 1988ن الصفحة 63.
- غلاب حكيم ، كمال مفاق، اثر برنامج تدريبي مقترح للتحضير البدني المدمج على تنمية المرونة و مهارة الاستقبال لدى لاعبي الكرة الطائرة أقل من 17 سنة، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد رقم 9، العدد2، 2018، الصفحة 04.
- فلاح حميد و آخرون، التصويب من الخط الهجومي الأمامي للمنتخب الوطني العراقي و أثره على نتائج المباريات بكرة اليد، مجلة جامعة كركوك للدراسات الإنسانية، المجلد 4، العدد2، العراق، 2012، الصفحة 78
- قميني حفيظ، دراسة تحليلية للضغط النفسي عند لاعبي كرة القدم الجزائريين في المنافسات القارية و العربية، مجلة الإبداع الرياضي، العدد08، 2012 ، الصفحة 27.

- هشام علي الأقرع، تأثير التدريب البليومتري على القدرة العضلية و المستوى الرقمي لمنتخب قطاع غزة، العدد7، 2012، الصفحة 168.

المذكرات:

- بوالليف أمال، مركز الضبط وعلاقته بالتفوق الدراسي الجامعي، 2010.
- جمال الدين بومنجل، وجهة الضبط الداخلي والخارجي في إطار الإرشاد النفسي الرياضي وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي، 2012-2013
- رشيد أوباجي، انعكاس طبيعة النشاط الرياضي على العدوان وعلاقته بمركز التحكم لدى لاعبي النخبة، 2008-2009
- فيصل نويوة، النمو النفسي اجتماعي(فعليات الأنا) ومصدر الضبط وعلاقتهما بقلق المستقبل لدى المراهق المتمدرس بمرحلة التعليم الثانوي، 2017-2018.
- قصاري علي، فعالية أسلوب الاسترخاء العضلي التدريجي في إدارة الضغوط النفسية للاعب النخبة في كرة القدم، 2017
- ثامر محسن إسماعيل، التصويب في منطقة الزاوية والساعد و أثره على المباراة في كرة اليد، 2006.