مجلة الابداع الرياضي : ISSN 2170-0818 : EISSN 2602 - 5094
المجلد رقم "(13) " / العدد رقم " (02) " – 2022 / الصفحة : 165 - 188

مصدرالضبط (التحكم) وعلاقته بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد

The source of control (control) and its relationship to the skill performance of handball players

رابحي أمحمد. قندوز هشام
Rabhi Mhamed Guendouze Hicham

جامعة جيلالي بونعامة خميس مليانة / مخبر الرياضة الصحة والأداء / m.rabhi@univ-dbkm.dz
جامعة جيلالي بونعامة خميس مليانة / مخبر الرياضة الصحة والأداء / hichemgreb1999@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2022/06/19 تاريخ القبول: 2022/10/13 تاريخ النشر: 2022/12/01

الملخص : تهدف الدراسة الى ابراز العلاقة بين مصدر الضبط (التحكم) والأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد U19 حيث استعمل الباحث المنهج الوصفي لدراسة هذه الظاهرة، كما استعان بعينة بحث قدرت بـ: 43 لاعب مستعملا الأدوات العلمية المتمثلة في مقياس الضبط التحكم الداخلي والخارجي، ومن اهم النتائج المتوصل إليها في الأخير أن مصدر الضبط الداخلي بالنسبة للاعبين الذين يعزون النجاح في الأداء المهاري راجع إلى القوى الخارجية عن البيئة النفسية الداخلية حيث لم يعد البعد المهيمن لدى لاعبي كرة اليد. وأن مصدر الضبط الداخلي بالنسبة للاعبين الذين يعزن النجاح في الأداء المهاري راجع إلى القوى الداخلية من ذات الفرد الرياضي يعد البعد المهيمن لدى لاعبي كرة اليد. كما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد أي أن لاعبي كرة اليد لا يعتمدون على الإدراكات المرتبطة بسلوكياتهم وخصائصه من التحكم الخارجي (مصدر الضبط الخارجي).

الكلمات المفتاحية : مصدر الضبط الداخلي .مصدر الضبط الخارجي . المهارة.

Abstract : The source of control is considered one of the modern psychological factors that play a vital and important The study aims to highlight the relationship between the source of control (control) and the skill performance of U19 handball players. The conclusion reached in the end is that the source of internal control for players who attribute success in skill performance is due to external forces from the internal psychological environment, where the dominant dimension of handball players is no longer. And that the source of internal control for players who cherish success in skill performance is due to the internal forces of the athlete itself, which is the dominant dimension for handball players. There is also no statistically

المؤلف المرسل: رابحي محمد. البريد الالكتروني للمرسل : m.rabhi@univ-dbkm.dz

– حقوق النشر محفوظة لدى جامعة محمد بوضياف – المسيلة – . الموقع الالكتروني : https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/316

significant relationship between the source of external control and the skill performance of handball players, meaning that handball players do not depend on the perceptions associated with their behavior and characteristics from external control (external control source).

Keywords: The source of internal control. The source of external control. Skill.

مقدمة:

الفرد الرياضي عندما يدرك أن التعزيز يتم من خلال سلوكه فهذا يعتمد على التحكم الداخلي، في حين ذاك الذي يدرك التعزيز ليس من خلال السلوك فهو خارجي وفي هذا الصدد يرى روتر أن الضبط الداخلي يصف الفرد الذي يعتقد في موقف معين أو مجموعة من المواقف بأنها حدث أو يحدث أو سيحدث مرتبط ارتباطا مباشرا بأفعاله، فهو يرجع الأحداث الجيدة لما بذله من جهد وما أظهره من مهارة عالية، إذا حدثت أحداث سيئة فهو يشعر أيضا تجاه هذه الأحداث وأنه مسئول عن فشله وسوء حظه في الماضي والحاضر والمستقبل (وليد مرازقة، 2009، ص 47)، حيث تشير العديد من الدراسات منها دراسة بن عبد الله يزيد (2012-2013) حول انتقاء لاعبي الكراتي في ضوء بعض العوامل النفسية (وجهة الضبط ودافعية الإنجاز والتوجه نحو المنافسة) إلى أنه كلما زادت فترة الممارسة الرياضية كلما زادت اتجه الرياضيين إلى الضبط الداخلي أكثر منه إلى الخارجي لا سيما لعبة كرة اليد التي تعتمد بشكل مباشر على هذه المهارة، أما التحكم الخارجي يتمثل في مجموعة من العوامل التي يعتقد الشخص بأنها المسببة لنتائج سلوكية من خير أو شر، وترجع في الوقت نفسه إلى عوامل خارجية فوق طاقته، وخارجة عن إرادته ولا دخل له فيها، وليس له السيطرة عليها، أو التحكم بها مثل الحظ، الصدفة والقدر والنصيب والناس الآخرين (دروزه نظير أفنان، 2007، ص 445)، كما توصل جمال الدين بومنجل في دراسته (2013-2013) حول وجهة الضبط الداخلي والخارجي في إطار الإرشاد النفسي الرياضي وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي إلى إن رياضيو الرياضات الجماعية بوجهة ضبط خارجية، وتشير نتائج الدراسات والبحوث في هذا المجال على أن الصفات النفسية والأسس البدنية مرتبطان ويؤثر كل منهما في الأخر والارتقاء بمستوى الإنجاز الحركي يرتبط ارتباط وثيق بالجانب التربوي أيضا (أمر الله أحمد البساطي، 1998، ص 05)، كما تعتبر مهارة الضبط من أكثر المهارات ذات علاقة كبيرة بالأداء المهاري الذي يتميز عند اللاعب بالفعالية والكفاية والتكيف بمعنى أن يحقق

اللاعب الهدف من الأداء في الوقت المحدد وتحت أي ظروف معيقة لأدائه لذلك يجب أن يتميز سلوكه الحركي بتناسق وتسلسل ودقة وتوقيت سليم يتناسب مع موقف الخصوم والزملاء حيث أن ملعب كرة اليد صغير نسبيا لعدد اللاعبين داخله لذلك يجب أن يتم الأداء بسرعة في التحرك و التمرير والتصويب وبدرجة عالية من الفاعلية والإنجاز (ياسر دبور، 1997، ص 19)، والهجوم من بين أنواع الأداء المهاري الواجب تعلمه وإتقانه من خلال تنفيذ خطط الهجوم الجماعية التي هي عبارة عن تعاون مجموعة من اللاعبين مهاجمين أو أكثر بغرض الإعداد لبدء وقيادة محاولة هجومية لإصابة الهدف (منير جرجس، 2004، ص 232) من خلال استخدام مهارة التصويب بمختلف أنواعه والتمرير والاستقبال...الخ، ويرى الباحث أن مصدر الضبط (التحكم) من المهارات والعوامل الهامة بل والضرورية لرياضة كرة اليد مما لها علاقة كبيرة بالأداء المهاري الهجومي الذي ينجزه الفرد الرياضي في المباراة لتحقيق وتسجيل اكبر عدد ممكن من الأهداف والوصول إلى أعلى مستوى ممكن في ضل سيرورة ممارسة التدريبات للموسم الرياضي غير أن هناك بعض اللاعبين يعتمدون على مصدر الضبط الداخلي والبعض الأخر على مصدر الضبط الخارجي.

الملاحظة العلمية أشارت أن هناك اختلاف في مستوى الأداء المهاري خاصة الهجومي منه لدى اللاعبين رغم تلقي تدريبات متميزة في هذا النوع من الجانب الإعدادي للمنافسات الرياضية وعدم وجود ثبات في المستوى والتفاوت يرجع إلى العديد من العوامل النفسية منها مهارة مصدر الضبط التي لها علاقة بهذا الجانب، كما لوحظ أن هناك عدد من اللاعبين يمتازون بمصدر ضبط داخلي والبعض الأخر لديهم مصدر ضبط خارجي مما جعل هذا كسبب رئيسي أدى إلى خلق التفاوت بين اللاعبين، مما لمسنا نقصا في التعامل مع مثل هذه المهارات النفسية وما ينجر عنها من اختلاف كبير في الأداء المهاري لذا فعلى القائم على عملية التدريب الرياضي وتحضير اللاعبين من جميع الجوانب أن يهتم بتحضير المهارات النفسية عامة وخاصة مهارة مصدر الضبط لدى اللاعبين لمعرفة البعد المهيمن من نوعي هذه المهارة، ونحن في دراستنا هذه نريد كشف ومعرفة علاقة مصدر الضبط (التحكم) بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد.

تعتبر الدراسات السابقة نقطة انطلاق أي باحث في فكرته وهي القاعدة الأساسية لبناء بحث علمي لأن هذه الدراسات مبنية على معرفة تراكمية والهدف منها تحقيق أغراض علمية ومعرفية.

قام الباحث بالاطلاع على العديد من الدراسات المحلية والأجنبية وكذا الاستفادة من الطرق المستعملة في البحث والاستدلال بها.

دراسة عبد المحسن عبد الله المجنوني (2019) الهوية الأخلاقية بوجهة الضبط الداخلي والخارجي لدى طالبات جامعة أم القرى.حيث اعتمد الباحث التعرف على العلاقة الارتباطية بين الأهمية الذاتية للهوية الأخلاقية ووجهة الضبط الداخلي – الخارجي مستعملا المنهج: الوصفي فيما العينة اشتملت عينة الدراسة 310 طلبات جامعة أم القرى الملتحقات بالتدريب العلمي في المدارس، مستعملا مقياس الأهمية الذاتية للهوية الأخلاقية، مقياس الضبط الداخلي – الخارجي فكانت نتائج البحث على وجود علاقة عكسية بين بعد التجسيد والاستدماج والضبط الخارجي، ووجود فروق في وجهة الضبط بين مرتفعي ومنخفضي الأستدماج.

دراسة وجدان صبيح حسين (2018) بعنوان التوتر النفسي وعلاقته بمركز الضبط (الداخلي والخارجي) لدى لاعبي كرة اليد في المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية، هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة التوتر النفسي ومركز الضبط لدى لاعبي كرة اليد (ذكور) في المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية، وكذا التعرف على الفروق في التوتر النفسي ومركز الضبط وأفراد العينة، والتعرف على العلاقة بين التوتر النفسي ومركز الضبط لدى لاعبي كرة اليد، فيما اشتملت عينة الدراسة لاعبي كرة اليد في المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية والبالغ عددهم 28 لاعب، و تم اختيار العينة بطريقة عمدية. مستخدما المنهج الوصفي فكانت النتائج على أن لاعبي كرة اليد، يمتلكون مستوى مرتفعا من التوتر النفسي، وان لاعبي كرة اليد ومن ذوي مركز الضبط الداخلي، كما هناك وجود علاقة ارتباط بين التوتر النفسي ومركز الضبط الضبط الداخلي، لدى لاعبي المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية للاعبي كرة اليد.

دراسة يحي نوقي (2013-2014) اقتراح برنامج إرشادي نفسي رياضي لتنمية مصادر الضبط لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.الهدف تصميم برنامج إرشادي نفسي يتلاءم مع تلاميذ المرحلة المتوسط ضمن بيئتهم المدرسية الاجتماعية وفق الأنظمة العلمية المتبعة في

بناء البرنامج الإرشادي يعمل على تنمية مصدر الضبط الداخلي – الخارجي لديهم. فاعتمد الباحث على المنهج التجريبي على عينة بلغ أفراد العينة والبالغ عددها (30) تلميذ من المرحلة المتوسط. ميتعملا أدوات برنامج الإرشادي النفسي، مقياس مصدر الضبط.فكانت النتائج أن البرنامج الإرشادي النفسي الرياضي المقترح يؤثر إيجابيا على بعد عزو النتيجة (عزو الفوز، عزو الهزيمة) لدى تلاميذ المرحلة المتوسط.

واستنتج بالا توجد فروق دالة إحصائيا في مصدر الضبط بين متوسطات درجات تلاميذ الأقسام التربوية العادية من العينة التجريبية.

دراسة جمال الدين بومنجل (2012- 2013) وجهة الضبط الداخلي والخارجي في إطار الإرشاد النفسي الرياضي وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي. الهدف للتعرف على معرفة سبب عدم إدراك الرياضي الجزائري لإمكانياته الحقيقة فاعتمد الباحث على المنهج الوصفي وعلى عينة اشتملت (60) لاعبا من رياضيين رفيعي المستوى. من خلال أدوات مقياس دافعية الإنجاز،مقياس دافعية الممارسة الرياضية، مقياس تحديد وجهة الضبط، مقياس المدرب في مجال التوجيه والإرشاد في المنافسة. فتوصل الى نتائج مفادها وجود فرق بين متوسط الدرجات لمقياس دافعية الممارسة الرياضية للبطولة لصالح الرياضيين المتربصين بالخارج على حساب الرياضين المتربصين بداخل الوطن. كما يتميز رياضيو الرياضات الجماعية بوجهة ضبط خارجي ورياضيو الرياضات الفردية بوجهة ضبط داخلية وأكثر من 68% من المدربين الجزائريين لهم تكوين خططي أي أنهم لا يستطيعون القيام ببناء أهداف موضوعية للرياضيين ومساعدتهم على حل مشكلاتهم.

في دراستنا نريد كشف ومعرفة علاقة مصدر الضبط (التحكم) بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد، وهذا ما دفعنا إلى طرح التساؤل التالي:

-هل لمصدر الضبط (التحكم) علاقة بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة من خلال **التساؤل العام التالي**:

- هل لمصدر الضبط (التحكم) علاقة بالأداء المهارى لدى لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة؟ والتي انبثقت منها **تساؤلات جزئية** تمثلت في:

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الداخلي بالأداء المهارى الهجومي لدى لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة؟

- هل توجد علاقة بين مصدر الضبط الخارجي بالأداء المهارى الهجومي لدى لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة؟
- هل مصدر الضبط الداخلي بعد مهيمن لدى لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة؟

فكانت فرضيات الدراسة **فرضية عامة** تمثلت في:

- لمصدر الضبط (التحكم) علاقة بالأداء المهارى لدى لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة.

فكانت **الفرضيات الجزئية** كما يلي:

- توجد علاقة بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهارى الهجومي لدى لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة.
- توجد علاقة بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهارى الهجومي لدى لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة.

مصدر الضبط الداخلي هو البعد المهيمن لدي لاعبي كرة اليد لفئة أقل من 19 سنة.

كما أن لكل دراسة أهداف وتكمن أهمية الدراسة في اعتبار أن موضوع مصدر الضبط (التحكم) يعد من أهم العمليات الإعدادية في عملية التحضير النفسي الرياضي ومن أهم المواضيع التي تشكل أساسا مرجعيا في علم الرياضة كا نتيجة حتمية وجب الاهتمام بها طيلة المواسم الرياضية، حيث إذا تمت دراسة هذا الموضوع بطريقة علمية ممنهجة نتمكن من معرفة العلاقة القائمة بين التحضير وعمليات الإعداد النفسي والجوانب الإعدادية الأخرى (الأداء المهارى الهجومي)

معرفة مدى علاقة مصدر الضبط بالأداء المهارى لدى لاعبي كرة اليد. والتعرف على علاقة مصدر الضبط الداخلي بالأداء المهارى الهجومي ثم على علاقة مصدر الضبط الخارجي بالأداء المهارى الهجومي لدى اللاعبين والكشف عن مصدر الضبط الداخلي أم الخارجي كبعد مهيمن لدى لاعبي كرة اليد وفي الأخير إبراز أهمية مهارة مصدر الضبط على الأداء المهارى الهجوم لدى لاعبي كرة اليد.

الدراسة الاستطلاعية هي:" تجربة صغيرة استطلاعية لاختيار مدى صحة التجربة الرئيسية فنحدد مجتمع الأصل ومفردات أو نوعية الاختبار وعينة صغيرة من هذا المجتمع لتجري عليها التجربة "(وجيه محجوب، 1993، ص 235) ولضمان السير الحسن لدراسة البحث قام الطالب الباحث بهذه التجربة الاستطلاعية من اجل الوصول إلى نتائج دقيقة

ومضبوطة، قام الباحث بتوزيع المقياس يوم 02/26/ 2022، وبعد مدة 16 يوم تم القيام بإعادة القياس وذلك يوم 2022/03/10 وإجراء الاختبارات الخاصة بالأداء المهاري وبعد 04 أيام قام الباحث بإعادة الاختبار وذلك يوم على عينة الدراسة والمكونة من 07 لاعبين تم استبعادهم فيما بعد، وقد ساعدت الباحث في رصد بعض الملاحظات وهي تحديد المقاييس اللازمة لقياس مهارة مصدر الضبط (التحكم). وتحديد انسب الاختبارات المتعلقة بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليدو مدى سلامة وكفاية الأجهزة والأدوات المستخدمة في لإجراء الاختبارات. مدى تفهم فريق العمل للمنهجية والطريقة التي يتم بها البحث والتعرف على مدى صعوبة وسهولة الدراسة المجمع القيام بها، كذلك تحديد الوقت المستغرق والمدة الزمنية ومعرفة مدى ملائمة الاختيار لمستوى عينة الدراسة. التأكد من سلامة أجهزة القياس والأدوات المستعملة لإجراء الاختبارات. والتعرف على مدى اهتمام المدربين بالجانب النفسي للاعبين، وقد تم العمل على الدراسة الاستطلاعية على مرحلتين أما المرحلة الأولى:قام الباحث بإعداد مقاييس تضم مجموعة من الأسئلة المرتبطة بالدراسة وذلك اعتمادا على الدراسات السابقة والمراجع ولغرض تحديد القياس المناسب للمهارة النفسية المطلوبة، حيث قمنا بعرض هذه المقاييس على مجموعة من المختصين والمدربين في مجال التدريب الرياضي والعاملين في ميدان علم النفس بهدف تحديد أي المقاييس يناسب ويلاءم مهارة مصدر الضبط بنوعيها الداخلي والخارجي وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد، اما المرحلة الثانية قام الباحث باختيار عينة تتكون من 07 لاعبين ممن تتوفر فيهم نفس خصائص عينة البحث من حيث الطول والوزن والعمر التدريبي وطبق عليهم مجموعة الاختبارات المحكمة بهدف التأكد من ثبات هذه الاختبارات و كان ذلك باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار بمدة زمنية تراوحت 04 أيام، فبالنسبة لمقياس مصدر الضبط فقد تراوحت بمدة زمنية قدرها 16 يوم حيث كان القياس الأول يوم 2022/02/26 وإعادة القياس في يوم 2022/03/10 بقاعتي التدريب بعد تنظيم لقاء مع الطاقم الرئيسي للفريقين واللاعبين لغرض شرح الاختبارات والمقياس المستخدم أين اشرف الباحث بنفسه وبمساعدة كل من المدرب وبعض طلبة الدكتوراه على إجراء المقياس والاختبارات المهارية المستخدمة.

الجدول رقم(01): نتائج تطبيق الاختبارات المهارية ومقياس مصدر الضبط.

الاختبار	الاختبار		إعادة الاختبار		قيمة "t"	Sig "t"	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
مقياس مصدر الضبط	30.00	6.68	30.14	7.08	0.21-3	0.838	0.05
اختبار تصويب كرة يد من الوثب عاليا لأقصى مسافة	7.55	1.07	7.54	0.91	0.162	0.877	
اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد الخداع	2.71	1.60	2.57	1.71	0.354	0.736	
اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد تمرير و استلام	2.57	1.71	2.71	1.60	-0.311	0.766	
اختبار التصويب بعد التنطيط	2.85	1.57	2.71	1.60	0.354	0.736	

حيث أن طبيعة الظاهرة المدروسة هي التي تحدد نوع المنهج المتبع، لأنه مهما كان موضوع البحث فأن قيمة النتائج تتوقف على قيمة المناهج المستخدمة (موريس أنجرس، 2004، ص97).

يعتبر المنهج الوصفي واحدا من المناهج الأساسية في العلوم الاجتماعية عامة، لأنه يهتم بدراسة مختلف الظواهر الاجتماعية والتربوية والنفسية والاقتصادية والسياسية وغيرها من الظواهر الموجودة في المجتمع، بقصد تجميع الحقائق واستخلاص النتائج اللازمة لحل مشاكل هذا المجتمع ويمكن تعريف المنهج الوصفي بانه المنهج الذي يقوم فيه الباحث بالوصف المنظم الدقيق للظواهر الاجتماعية أو الطبيعية كما هي مستخدما التحليل والمقارنة والتصنيف والتفسير والتقويم من اجل الوصول إلى تعميمات يزيد بها الرصيد المعرفي حول الظاهرة موضوع الدراسة بغية التنبؤ والتخطيط للمستقبل (برو محمد، 2014، ص ص66-67)، حيث يستخدم المنهج الوصفي في دراسة الأوضاع الراهنة للظواهر من حيث خصائصها وأشكالها، والعوامل المؤثرة في ذلك، وهذا يعني أن المنهج الوصفي يهتم بدراسة حاضر الظواهر والأحداث (ربحي مصطفى عليان، 2000، ص42)، يرتكز المنهج الوصفي على وصف دقيق وتفصيلي لظاهرة أو موضوع محدد على صورة نوعية أو كمية رقمية، وقد يقتصر هذا المنهج على وضع قائم في فترة زمنية محددة أو تطوير يشمل فترات زمنية عدة (محمد عبيدات وآخرون، 1999، ص 46)، تم استخدام المنهج الوصفي في بحثنا على شكل دراسة العلاقة بين المتغيرات فالبحوث التي تهدف إلى دراسة العلاقات بين المتغيرات تحاول التعرف على العوامل أو المتغيرات التي ترتبط بالمتغيرات المركبة مثل التحصيل الأكاديمي والدافعية ومفهوم الذات، وتحذف في الدراسات التي لا علاقة لها بمتغيرات الدراسة (رجاء محمود أبو علام، 2004، ص 237)، وفي بحثنا هذا شملت دراسة العلاقة بين مصدر الضبط (التحكم) والأداء المهاري لدى لاعبي كرة اليد.

تعتمد عملية اختيار عينة البحث على عدة خطوات رئيسية من اجل القيام ببحث علمي في المستوى، اذ يجب على الباحث اختيار عينة تتلاءم مع طبيعة الظاهرة المراد دراستها، بحيث تكون هذه العينة ممثلة لمجتمع البحث تمثيلا صادقا.

يتكون مجتمع البحث من لاعبي كرة اليد صنف أقل من 19 سنة المنظمين لرابطة المسيلة الجهوية للموسم الرياضي 2022/2021 والبالغ عددهم ب120 لاعب.

تم اختيار العينة بطريقة قصدية (عمدية) متمثلة في فريقي: نادي شباب بوسعادة لكرة اليد وفريق أمل بوسعادة لكرة اليد الذان ينشطان في البطولة الجهوية بوقد قدر عدد اللاعبين ب 43 لاعب من الفريقين، وتم اختيار 07 لاعبين بطريقة

عشوائية لإجراء الدراسة الاستطلاعية، بحيث تصبح العينة الأساسية في الدراسة مقدرة بـ 36 لاعب التي تمثل بنسبة 30% تتراوح أعمارهم بين (17-19) سنة. مما يشير الى أن نسبة 10في المائة هي الحد الأدنى لقبول عينة معينة من مجتمعها الأصلي وعليه فهي مقبولة وتفي بالشرط العلمي المقبول.

الجدول رقم (02): يبين عدد أفراد العينة ونسبتها من المجتمع.

	التكرارات	النسبة المئوية
مجتمع الدراسة	120	%100
عينة الدراسة	36	%30

من خلال الجدول رقم (02) يتبين أن نسبة العينة من المجتمع تقدر ب 30% وهذا ما يمكننا من اعتمادها للدراسة.

الجدول رقم (04): يبين توزيع أفراد العينة حسب الطول.

الطول	التكرارات	النسبة المئوية
من 1.68 م إلى 1.75م	18 لاعب	%50
من 1.76م إلى 1.85م	18 لاعب	%50
المجموع	36 لاعب	%100

الجدول رقم (04) يتضح لنا أن طول معظم اللاعبين بين من 1.68 م إلى 1.75م ومن 1.76م إلى 1.85م بالتساوي. الشكل البياني رقم (02): يوضح مدى توزيع أفراد العينة حسب الطول.

الجدول رقم (05): يبين توزيع أفراد العينة حسب الوزن.

الوزن	التكرارات	النسبة المئوية
من 65 كلغ إلى 72 كلغ	18 لاعب	%50
من 73 كلغ إلى 80 كلغ	18 لاعب	%50
المجموع	36 لاعب	%100

من خلال الجدول رقم (05) يتضح لنا أن وزن معظم اللاعبين بين من 65 كلغ إلى 72 كلغ ومن 73 كلغ إلى 80 كلغ بالتساوي.

الجدول رقم (06): يبين توزيع أفراد العينة حسب العمر التدريبي.

الطول	التكرارات	النسبة المئوية
من 02 سنوات إلى 04 سنوات	20 لاعب	%55.55
من 05 سنوات إلى 06 سنوات	16 لاعب	%44.44
المجموع	36 لاعب	%100

من خلال الجدول رقم (06) يتضح لنا أن العمر التدريبي لدى معظم اللاعبين بين 02 سنوات إلى 04 سنوات من 05 سنوات إلى 06 سنوات بالتساوي.

و من اجل إضفاء الموضوعية والدقة اللازمة لأي دراسة لا بد من استعمال الأدوات العلمية والوسائل التقنية التي بواسطتها يصل الباحث إلى كشف الحجاب على الظاهرة المجمع دراستها حيث تمثلت في ما يلي تحديد المقاييس اللازمة لمهارة مصدر الضبط والاختبارات المهارية الخاصة بالأداء المهاري الهجومي واستمارات تسجيل نتائج الاختبارات المهارية.

فالاختبارات هي من اهم الطرق استخداما في مجال التربية البدنية والرياضية وخاصة في البحوث التجريبية باعتبارها أساس التقييم الموضوعي وأهم وأنجع الطرق للوصول إلى نتائج دقيقة في مجال البحوث العلمية.

والهدف من هذه الاختبارات هو قياس النواحي البدنية كالقوة، السرعة، التحمل والمرونة، وهي تعطي لنا صورة واضحة عن الحالة البدنية للأفراد حتى نتمكن من الوصول إلى الوقوف على القدرات البدنية من اجل تقييم المستوى البدني للفرد، كما تسمح لنا هذه الاختبارات البدنية في المجال الرياضي بمعرفة حالة الأفراد الحالية، حتى نتمكن من بناء البرامج التدريبية والتخطيطية لها بشكل سليم، مراعين في ذلك عامل الوقت والجهد والمال.

الجدول رقم (09): يوضح الاختبارات المحكمة من قبل الخبراء والمختصين.

الرقم	المقياس و الاختبارات الأداء المهاري		عدد موافقة المختصين	النسبة المئوية %
01	مقياس مصدر الضبط	مصدر الضبط الداخلي	07	%100
		مصدر الضبط الداخلي		
	اختبارات الأداء المهاري			
01	اختبار الأداء المهاري	اختبار تصويب كرة يد من الوثب عاليا لأقصى مسافة	07	%100
02		اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد الخداع	07	%100
03		اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد تمرير واستلام	07	%100
04		بالوثب عاليا بعد التنطيط	07	%100
المجموع	//	05	07	%100

من جهة ثانية فإن للأدوات العلمية شروط واسس علمية وجب مراعاتها قبل وبعد استخدامها في جمع المعلومات فهي الصدق والثبات والموضوعية.،فالثبات من العوامل الهامة أو الخصائص الواجب توافرها لصلاحية استخدام أي اختبار أو جهاز القياس أو جهاز الثابت سوف يعطي نفس النتيجة تقريبا لنفس الشخص عند إجراء القياس لمرات عديدة في نفس اليوم أو أيام مختلفة، وقد قام الباحث بتطبيق المقياس والاختبار الأول على عينة مكونة من 07 لاعبين و أعيد إجراء المقياس بعد 16 يوم على نفس العينة في نفس الظروف والتي تم استبعادها من عينة البحث فقام الباحث باستخراج معامل الارتباط البسيط بيرسون و هي موضحة في الجدول رقم (10).

الجدول رقم (07): يمثل ثبات المقياس واختبارات الأداء المهاري.

المقياس واختبارات الأداء المهاري	العينة	معامل الثبات	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط	درجة الحرية (1- ن)	مستوى الدلالة
مقياس مصدر الضبط	07	0.838	0.707	06	0.05
اختبار تصويب كرة يد من الوثب عاليا لأقصى مسافة		0.877			
اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد الخداع		0.736			
اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد تمرير واستلام		0.766			
اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد التنطيط		0.736			

الصدق: يعد الصدق من أهم شروط الاختبار الجيد وهو يعني: المدى الذي يحقق به الاختبار أو أي متغير أخر الغرض قيد الدراسة قام بعرضهم على أهل الاختصاص في الكرة اليد و في التدريب الرياضي و الذين اتفقت آراؤهم حول مصداقية الاختبارات في قياس الصفات التي تم اختيارها في البحث، كما تم احتساب الصدق الذاتي للاختبار بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات وتراوحت القيم 0.736 -0.877 مما يدل على أن الاختبارات تتمتع بدرجة صدق ذاتي عالية كما هو موضح في الجدول: الصدق = جذر الثبات

الجدول رقم (08): يمثل الصدق الذاتي للقياس واختبارات الأداء المهاري.

المقياس و اختبارات الأداء المهاري	العينة	معامل الصدق	القيمة الجدولية لمعامل الارتباط	درجة الحرية (1- ن)	مستوى الدلالة
مقياس مصدر الضبط	07	0.915	0.707	06	0.05
اختبار تصويب كرة يد من الوثب عاليا لأقصى مسافة		0.936			
اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد الخداع		0.857			
اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد تمرير واستلام		0.875			
اختبار التصويب بالوثب عاليا بعد التنطيط		0.857			

من خلال الجدول رقم (08): نجد أن قيمة معامل الصدق لجميع الاختبارات والتي كانت (0.936- 0.915-0.857- 0.875-0.857) كلها اكبر من القيمة الجدولية المقدرة ب0.707 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية.

موضوعية الاختبار: من أهم صفات الاختبار الجيد أن يكون موضوعيا لقياس الظاهرة التي وضع أصلا لقياسها والموضوعية هي التحرر من التحيز او التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر لآرائه وميوله الشخصية وحتى تحيزه أو تعصبه، فالموضوعية تعني قدرات الفرد كما موجودة فعلا لاكما نريدها أن تكون حيث أن التسجيل تم باستخدام وحدات الزمن والمسافة وعدد المرات والدقة وبذلك تعد الاختبارات المستخدمة ذات موضعية جيدة.

صدق وثبات المقياس المستخدم في الدراسة: صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحث بدمج عبارات التحكم الداخلي والخارجي في استمارة واحدة ثم تم تطبيقها على عينة بلغت (80) من لاعبي كرة اليد تحت 19 سنة، لإجراء الاتساق الداخلي للإختبار عن طريق حساب صدق مفرداته، وذلك بإيجاد معامل الارتباط بين درجات عينة اللاعبين على كل فرد من مفردات الإختبار والدرجة الكلية للإختبار، مما أسفر عن حذف ثمانية عبارات لم تحصل علي قيمة إرتباط داله عند مستوى 0,05 مما يدل على عدم اتساق هذه العبارات مع الإختبار ككل، والجدول التالي يوضح أرقام العبارات التي تم حذفها وبالتالي أصبحت عدد مفردات الإختبار(40) عبارة.

الجدول (09): يمثل قيمة معامل الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي للإختبار ككل.

م	قيمة (ر)	م	قيمة (ر)	م	قيمة (ر)
1	0,1977	17	0,1684	33	0,2811
2	0,2849	18	0,2194	34	0,3818
3	0,2232	19	0,2341	35	0,2855
4	0,3065	20	0,2981	36	0,5235
5	0,3107	21	0,1502	37	0,4183
6	0,2759	22	0,1816	38	0,2824
7	0,2406	23	0,2138	39	0,2839
8	0,3757	24	0,3393	40	0,3083
9	0,3005	25	0,1348	41	0,2806
10	0,3121	26	0,4346	42	0,3061
11	0,3019	27	0,2325	43	0,4543
12	0,2822	28	0,2846	44	0,2872
13	0,2182	29	0,2190	45	0,1764
14	0,2575	30	0,4050	46	0,2104
15	0,2410	31	0,3082	47	0,5242
16	0,3030	32	0,4620	48	0,2489

قيمة (ر) عند مستوى (0,01) = 0,283

قيمة (ر) عند مستوى (0,05) = 0.218

- يتضح من الجدول السابق ما يلي: تراوحت معاملات الارتباط ما بين 0,134 و 0,524. يوجد إرتباط عند مستوى 0,05 ماعدا العبارات أرقام 1, 17, 21, 22, 23, 25, 45, 46.

الصدق المرتبط بالمحك: تم حساب صدق الإختبار باستخدام سالم حسن سالم كمحك وذلك بتطبيق كل من الاختبارين وإيجاد معامل الارتباط بينما على العينة قوامها 60 لاعب وكان معامل الارتباط لدرجات اللاعبين بين الاختبارين (0,72) وهو دال عند مستوى (0,01).

الثبات : (طريقة أعادة التطبيق): تم إعادة التطبيق مرة آخري بفاصل زمني قدره (15) يوماً على نفس العينة السابقة وذلك لحساب معامل الثبات للاختبار ككل ثم لكل عبارة على حده وذلك عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين التطبيق الأول و الثاني فالنسبة

للإختبار ككل كان معامل الثبات مساوياً 0,86 وهي قيمة إرتباط دالة عند مستوي (0,01) وقد تم ذلك خلال شهر فبراير 2004 أما بالنسبة لقيم معامل الإرتباط بين التطبيق الأول والثاني لكل عبارة على حده سوف يوضحها الجدول التالي.

الجدول رقم (10): قيم معامل الإرتباط بين التطبيق الأول والثاني لكل عبارة.

م	قيمة (ر)	م	قيمة (ر)	م	قيمة (ر)
1	0,88	15	0,62	29	0,85
2	0,74	16	0,81	30	0,76
3	0,81	17	0,75	31	0,73
4	0,78	18	0,81	32	0,75
5	0,89	19	0,82	33	0,82
6	0,81	20	0,88	34	0,86
7	0,82	21	0,77	35	0,81
8	0,86	22	0,81	36	0,89
9	0,81	23	0,83	37	0,91
10	0,84	24	0,76	38	0,76
11	0,66	25	0,72	39	0,83
12	0,75	26	0,66	40	0,75
13	0,69	27	0,68	-	-
14	0,64	28	0,87	-	-

قيمة (ر) عند مستوى (0,1) = 0,33

يتضح من الجدول (10) أن قيم الإرتباط تراوحت ما بين (0,62 ، 0,91) وهي قيم دالة إحصائيا عند مستوى (0,1).

الثبات (طريقة التجزئة النصفية): كما استخدم الباحث لحساب ثبات الإختبار أيضا طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان وبراون، وذلك عن طريق إيجاد معامل الإرتباط بين درجات العبارات الفردية والزوجية فكان مساوياً 0,86 وبالتعويض في معادلة التجزئة النصفية أصبح معامل الثبات مساويا 0,86 تقريبا وهو دال مستوى (0,01) (33 - 520)

-إعادة توزيع درجتين اللاعبين في الإختبار

أما عن الإجراءات الميدانية للدراسة فكانت بدراسة الفرضيات كما يلي

الفرضية الأولى : توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة اليد فئة أقل من 19 سنة.

الجدول (13): يمثل حساب معامل بيرسون للارتباط بين مصدر الضبط الداخلي أداء مهارة التصويب العالي.

العينة	متوسط مصدر الضبط الداخلي	متوسط أداء مهارة التصويب العالي	معامل بيرسون للارتباط بين(مصدر الضبط الداخلي أداء مهارة التصويب العالي)	القيمة الاحتمالية sig	مستوى الدلالة	درجة الحرية
36	20.05	7.83	-0.337	0.044	0,05	34

من خلال تحليل الجدول(13) حققت العينة متوسط حسابي لمصدر الضبط الداخلي (20.05) كما حققت متوسط حسابي لأداء مهارة التصويب العالي (7.83)، وبلغ معامل الارتباط بيرسون (0337-) عند القيمة الاحتمالية sig (0.044) بمستوى الدلالة(0,05) ودرجة الحرية (34)، والقيمة (0.05) أي.05) أي انه توجد دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب العالي وهذا ما يتفق ودراسة جرادي التجاني (2022) تحت عنوان مصدر الضبط والالتزام بالإجراءات الوقائية من وباء كورونا، والتي أسفرت على أن كلما كان الطالب لديه اعتقاد في الضبط الداخلي، كلما ارتفع لديه الالتزام بالتدابير الوقائية من جائحة كورونا الأمر الذي يؤشر على السلوك السوي بالاتزان الانفعالي.

الجدول رقم (14): يمثل حساب معامل بيرسون للارتباط بين مصدر الضبط الداخلي أداء مهارة التصويب بعد التمرير.

العينة	متوسط مصدر الضبط الداخلي	متوسط أداء مهارة التصويب بعد التمرير	معامل بيرسون للارتباط بين(مصدر الضبط الداخلي أداء مهارة التصويب بعد التمرير)	القيمة الاحتمالية sig	مستوى الدلالة	درجة الحرية
36	20.05	3.88	-0.355	0.034	0,05	34

من خلال تحليل الجدول(14) حققت العينة متوسط حسابي لمصدر الضبط الداخلي (20.05) كما حققت متوسط حسابي لأداء مهارة التصويب بعد التمرير (3.88)، وبلغ معامل الارتباط بيرسون (0.355-) عند القيمة الاحتمالية sig (0.034) بمستوى الدلالة(0,05) ودرجة الحرية (34)، والقيمة (0.034 < 0.05) أي انه توجد دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب بعد التمرير، وبالتالي توجد علاقة دالة إحصائيا بين مصدر الضبط الداخلي وأداء مهارة التصويب بعد التمرير، لدى لاعبي كرة اليد وهي نتيجة تتطابق مع نتيجة دراسة سعيد قارة، بلال بن التومي (2022) تحت عنوان مصدر الضبط السائد وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم والتي أظهرت بأن مصدر الضبط لدى العبي عينة الدراسة من الاعبي كرة القدم هو الضبط الخارجي، إضافة إلى وجود عوامل أخرى من شأنها أن تسهم في أن يكون مصدر الضبط لدى عينة الدراسة هو ضبط خارجي، يتأثر بضغط الجمهور، ضغط العالم، اللعب داخل الديار أو خارجها، ...إلخ.

الفرضية الثانية: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي والأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة اليد فئة أقل من 19 سنة.

الجدول رقم (15): يمثل حساب معامل بيرسون للارتباط بين مصدر الضبط الخارجي أداء مهارة التصويب العالي.

العينة	متوسط مصدر الضبط الخارجي	متوسط أداء مهارة التصويب العالي	معامل بيرسون للارتباط بين(مصدر الضبط الخارجي أداء مهارة التصويب العالي)	القيمة الاحتمالية sig	مستوى الدلالة	درجة الحرية
36	30.55	7.83	-0.080	0.643	0,05	34

من خلال تحليل الجدول(15) حققت العينة متوسط حسابي لمصدر الضبط الخارجي (30.55) كما حققت متوسط حسابي لأداء مهارة التصويب العالي (7.83)، وبلغ معامل الارتباط بيرسون (-0.080) عند القيمة الاحتمالية sig (0.643) بمستوى الدلالة(0,05) ودرجة الحرية (34)، والقيمة (0.643> 0.05) أي انه لا توجد دلالة إحصائية بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب العالي، وبالتالي لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب العالي لدى لاعبي كرة اليد.

الفرضية الثالثة: البعد المهيمن لدى لاعبي كرة اليد هو مصدر الضبط الداخلي فئة أقل من 19 سنة.

الجدول رقم (16): يمثل عدد العينة والنسبة المئوية للضبط الداخلي.

مجموع العينة	عدد العينة للضبط الداخلي	النسبة المئوية للضبط الداخلي
36	29	%80.55

تحليل ومناقشة النتائج: حيث ان نتائج البحث تشير الى تحقق الفرضية الأولى ذلك أن الضبط الداخلي هو المؤثر في الأداء الهجومي للاعبي كرة اليد نستشف ذلك من خلال

الجدول أعلاه الذي يبين أن قيمة الدلالة أكبر عند مستوى 0.05 وهو ما يفسر أنه ذو دلالة إحصائية. وهو ما يتوافق مع الدراسات السابقة المذكورة،

-حيث تتفق نتائج الفرضية مع دراسة كل من بورجي شاكر أمير الدين، حوى عمر (2021) بعنوان مصدر الضبط الصحي وفعالية الذات كخصائص شخصية في تفاعل مع الحالة الصحية عند المصابين بأمراض القلب في دراستهم والتي تظهر أن ذوي مصدر الضبط الداخلي يكونون أقل توترا مقارنة بذوي الضبط الخارجي.

أما الفرضية الثانية لم تتحقق حيث جاءت عكس اتجاه الفرضية الأولى، ذلك أن الفرضية الثانية دلت على أن الضبط الخارجي غير دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 وهو ما يؤكد على صحة وسلامة الفرضية الأول كذلك توافقت مع الدراسات السابقة التي تقول أنه كلما كان مصدر الضبط الداخلي أعلى كان مصدر الضبط الخارجي أقل، ومنه فإن الفرضية الثانية لم تتحقق حيث توافقت مع الدراسة السابقة لـ (قندوز هشام، رابحي محمد) بعنوان مصدر الضبط وعلاقتها بمهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد، والتي أسفرت على أنها لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين مصدر الضبط الخارجي وأداء مهارة التصويب لدى لاعبي الكرة اليد صنف أواسط، هذا يعني أن مصادر 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.

الفرضية الثالثة تحققت من خلال الجدول تبين أن البعد المهيمن على الأداء الهجومي هو بعد الضبط الداخلي بدليل أنه دال إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.05 فالقيمة المحسوبة أكبر من القيمة المجدولة، وهي نتيجة تختلف مع دراسة قارة السعيد(2022) الذي قام بجراء دراسة بعنوان، مصدر الضبط السائد لدى ممارسي الرياضات الجماعية والفردية، والتي أظهرت النتائج تمتع لاعبي الرياضة الجماعية (كرة القدم) بمصدر ضبط خارجي على عكس لاعبي الكرة اليد الذين يتمتعون بمصدر ضبط داخلي في هذه الدراسة.

خلاصة: من خلال هذا الدراسة تم إبراز الأهمية البالغة لمصدر الضبط (التحكم) للاعبي كرة اليد وفي هذ النوع من الفئة السنية من أجل تحقيق نتائج رياضية تخدم الفرد والفريق الرياض والمجتمع في كرة اليد، ولقد أردنا أن نبين ما إذا كان لهذ النوع من المهارة النفسية (مصدر الضبط) يلقى العناية من طرف المدربين ومسئولي الفرق من جهة ومن جهة أخرى نريد التعرف على أهمية مصدر الضبط النفسي ومدى انعكاسه على الأداء المهاري الهجومي للاعبي كرة اليد.

ومن هذا المنطلق تم تقسيم مصدر الضبط (التحكم) إلى بعدين الأول ضبط داخلي والثاني ضبط خارجي ومن أجل معرفة مدى تأثير هما على الأداء المهاري الهجومي لدى لاعبي كرة اليد وكذا معرفة ما هو البعد المهيمن لديهم، فأصحاب البعد الداخلي هم أفراد يؤمنون بأن نتائج التي يحصلون عليها أثناء ممارستهم النشاط هي نتائج قدراتهم الشخصية وجهدهم المبذول.

ومن خلال النتائج المتحصل عليها نجد أن لمصدر الضبط (التحكم) دور فعال في أداء الفريق، فلاعبي كرة اليد يعزون مصادر النجاح والفشل إلى القوى الداخلية أي داخل ذواتهم وهذا نتيجة لما يتمتعون به من القدرة على ضبط النفس عند الأداء المهاري.

- قائمة المراجع:

1- موريس أنجرس، ترجمة بوزيد صحراوي كمال، كمال بوشرف، سعيد سبعون، منهجية البحث العلمي في العلوم النفسية – تدريبات عملية، دار القصبة للنشر، الجزائر، 2004.

2- وليد مرازقة، مركز ضبط الألم وعلاقته باستراتيجيات المواجهة لدى مرضى السرطان – رسالة ماجيستير في علم النفس الصحة جامعة الحاج لخضر – باتنة / الجزائر (200 – 2009).

3- بن عبد الله يزيد، بعنوان انتقاء لاعبي الكراتي في ضوء بعض العوامل النفسية (وجهة الضبط ودافعية الانجاز والتوجه نحو المنافسة)، 2013.

4- دروز نظير أفنان، النظرية في التدريس وترجمتها عملياً، دار النشر الشروق للنشر والتوزيع،

5- جمال الدين بومنجل، بعنوان وجهة الضبط الداخلي والخارجي في إطار الإرشاد النفسي الرياضي وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي، 2013.

6- أمر الله احمد البساطي، قواعد وأسس التدريب الرياضي، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1998.

7- ياسر محمد حسن دبور، كرة اليد الحديثة، منشأة المعارف، الاسكندرية، 1997.

8- منير جرجس، كرة اليد للجميع التدريب الشامل والتميز المهارى، ملتزم الطبع والنشر دار الفكر العربي، مدينة نصر – القاهرة، 2004.

9- عبد المحسن عبد الله المجنوني، بعنوان الهوية الأخلاقية بوجهة الضبط الداخلي – الخارجي لدى طالبات جامعة أم القرى، 2019.

10- وجدان صبيح حسين، بعنوان التوتر النفسي وعلاقته بمركز الضبط (الداخلي والخارجي) لدى لاعبي كرة اليد في المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية، 2018.

11- يحي نوقي، بعنوان اقتراح برنامج إرشادي نفسي رياضي لتنمية مصادر الضبط لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة، 2014.

12- وجيه محجوب، طرائق البحث العلمي ومناهجه، دار الحكمة، بغداد، 1993.

13- محمد عبيدات، محمد أبو نصر، عقلة مبيضين، منهجية البحث العلمي – القواعد والمراحل والتطبيقات، ط02، دار وائل للنشر، عمان، 1999.

14- رجاء محمد أبوعلام، مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط 4، دار النشر للجامعات- مصر، 2004.

المقالات العلمية:

15- قندوز , هـ., & رابحي , أ. (2021). مصدر الضبط وعلاقته بمهارة التصويب لدى لاعبي كرة اليد صنف أقل من 17 سنة. مجلة الإبداع الرياضي بالمسيلة , 12(02), 540–558.

16- قارة , س., & بن التومي , ب. (2022). مصدر الضبط السائد وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم. مجلة الابداع الرياضي بالمسيلة, 13(01), 580–592.

17- أمير الدين بوربي , ش., & حوى , ع. (2021). مصدر الضبط الصحي وفعالية الذات كخصائص شخصية في تفاعل مع الحالة الصحية عند المصابين بأمراض القلب . مجلة الابداع الرياضي بالمسيلة, 12(03), 50–59

18- قارة , س. (2022). مصدر الضبط السائد لدى ممارسي الرياضات الجماعية والفردية - دراسة مقارنة -. مجلة الابداع الرياضي بالمسيلة, 13(01), 422–438

19- جرادي , ا. (2022). مصدر الضبط والالتزام بالاجراءات الوقائية من وباء كورونا لدى عينة من طلاب جامعة عمار ثليجي الاغواط الجزائر . مجلة الابداع الرياضي بالمسيلة, 02(13), 391–404