

ISSN: 2392-5442, ESSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 10 العدد: 01 السنة: 2023		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة الجزائر
الصفحات: 453-467		تاريخ الإرسال 09-12-2022 تاريخ القبول: 27-02-2023

تحديد المهارات النفسية المميزة لناشئي كرة اليد وعلاقتها بسمات الدافعية
دراسة ميدانية في بعض نوادي رياضة كرة اليد بولاية الشلف

Determination of the psychological skills of emerging handball and their relationship to the traits of motivation A field study in some handball clubs in Chlef

لعمش عبد الله¹، سعدي زروقي يوسف²، ماحي صفيان^{3*}، سعدي زروقي جمال⁴

¹مخبر الابداع والأداء الحركي، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، a.lameche@univ-chlef.dz

²مخبر الابداع والأداء الحركي، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، y.saidizerouki@univ-chlef.dz

³مخبر الابداع والأداء الحركي، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، s.mahi@univ-chlef.dz

⁴مخبر الابداع والأداء الحركي، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، djamalists@hotmail.com

ملخص:

تهدف هاته الدراسة لتحديد المهارات النفسية التي يتميز بها اللاعبين الناشئين في كرة اليد وعلاقتها بسمات الدافعية وتكونت عينة الدراسة من (30) لاعب ناشئي في كل من النادي الرياضي الهاوي لاكتشاف المواهب الشابة بسنجاس والامل الصاعد لبلدية حرشون بالشلف، وتم الاعتماد على اختبارا المهارات النفسية الذي صممه كل من ستيفان بل وكريستوفر شامبروك ومقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية، وتوصلت نتائج إلى أن اللاعبين الناشئين يتميزون بالمهارات النفسية (التصور، الاسترخاء، تركيز الانتباه، مواجهة القلق، الثقة بالنفس)، وكذا السمات الدافعية. كلمات مفتاحية: المهارات النفسية، سمات الدافعية، فئة الناشئين، كرة اليد.

Abstract:

This study aims to determine the psychological skills that characterize young players in handball and their relationship to the characteristics of motivation. Both Stefan Bell and Christopher Shambrook measured sports motivational traits estimation scale. The results concluded that young players are characterized by psychological skills (perception, relaxation, focus of attention, coping with anxiety, self-confidence), as well as motivational traits.

Keywords: Psychological skills; Motivation traits; Youth category; Handball.

*المؤلف المرسل

1. مقدمة:

وباعتبار كرة اليد أحد الأنشطة الرياضية التنافسية التي تتميز بالأداء الحركي المتغير والذي يتطلب القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المباراة، كما أنها تتميز بالكفاح المباشر بين فريقين، بالإضافة إلى أنها تزخر بالعديد من المواقف والضغوط النفسية التي تتميز بشدتها وسرعة تغيرها، والذي من شأنه أن يؤثر على الأداء المهاري والخططي للاعب ومن ثم على نتيجة المباراة ولذلك كان لزاما على المدربين التخطيط المبكر لتنمية المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعبين الناشئين في كرة اليد حتى تمكنهم من تحقيق الفوز في المنافسات بجانب إعدادهم البدني والمهاري والخططي، وانطلاقا مما سبق ذكره اتجه الباحث إلى هذه الدراسة والتي تهدف إلى التعرف على المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية التي يتصف بها اللاعب الناشئ في كرة اليد مما قد يسهم في الاستفادة من برامج الإعداد النفسي لزيادة الدافعية الرياضية للاعب مما يؤثر بصورة جيدة في أدائهم ونتائج المباريات بصفة عامة. (راتب. 2000، صفحة 21)

ويشير الواقع إلى اهتمام المدربين والعاملين في المجال الرياضي بالنواحي البدنية "المهارية والخططية" دون إعطاء أي اعتبار للجانب النفسي من شخصية اللاعب وبالرغم من أن الأداء الرياضي بصفة عامة يعتمد على ما لدى اللاعب من قدرات بدنية ومهارية وخططية ومهارات نفسية كلها مع بعض، هذا ولقد تقاربت طرق الإعداد البدني والمهاري والخططي ومبادئه إلى درجة كبيرة خلال السنوات الأخيرة فقد ظهرت الحاجة إلى المزيد من الاهتمامات بالناحية النفسية، فالتفوق الرياضي يتوقف على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية، فالقدرات النفسية تساعد الأفراد على تعبئة قدراتهم وطاقتهم البدنية لتحقيق أقصى وأفضل أداء رياضي ويمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج خاصة لذلك الغرض. (ابراهيم وطارق، 2001، صفحة 87)

فالمهارات النفسية تمثل بعدا هاما في إعداد اللاعبين فهي تلعب دورا أساسيا في تطوير الأداء وأصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنبا إلى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخططية فالأبطال على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ويحدد العامل النفسي نتيجة اللاعبين أثناء المنافسة حيث يلعب دورا رئيسيا في تحقيق الفوز، فالعربي شمعون (1996) يؤكد أن تنمية المهارات النفسية متمثلة في الاسترخاء- تركيز الانتباه- التصور العقلي- الاسترجاع العقلي يجب أن تسير جنبا إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال البرامج الطويلة المدى ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للأنشطة الرياضية المختلفة، إلا أن العديد من البحوث والدراسات أشارت إلى تعدد واختلاف العوامل التي يمكن أن تدفع الفرد للممارسة الرياضية وينبغي على المدرب الرياضي التعرف على تلك العوامل حتى يمكن توجيه الفرد لمساعدته على بناء الدافعية نحو الممارسة الرياضية حيث تعد الدافعية بمثابة محرك داخلي ينشط السلوك ويكون بدوره مستولا عن استمرارية وجهته وتحديدها ويذكر مصطفى أبو زيد عن لندزلي إلى الدافعية باعتبارها محرك ناتج عن مجموعة القوى التي تحرك السلوك سواء القوى الداخلية أو الخارجية وتتأثر مستويات الدافعية لدى الرياضيين نتيجة لدوافع معينة وهذا التأثير لا يكون بنفس المستوى بل يختلف من رياضي إلى آخر فبعضهم يستجيب بشكل أفضل عند سماعه لتعليمات المدرب لهم أو توجيههم لهم على بذل المجهود فمنح المكافأة أو تغيير مواقع اللاعبين في خطة اللعب أو تكليف الرياضي بمسئولية معينة أو توجيه العقاب له أو

تحذيره... الخ كلها أساليب يمكن استخدامها مع الرياضيين لذا يفضل التعرف على شخصية الرياضي وطبيعته حتى نستطيع اختيار الوسيلة المناسبة لاستثارة الدافعية لاستخدامها عند الحاجة دون أن نلجأ الى وضع جميع أفراد المجموعة تحت نفس المعاملة. (درويش، 2007، صفحة 65)

يرى أسامة راتب أن المهارات النفسية هي (برامج منظمة تربية تصمم لتقديم المساعدة لكل من اللاعب والمدرّب بغرض تحسين الأداء واثقانه فضلا عن جعل الممارسة الرياضية مصدرا للاستمتاع. (راتب، 2007، صفحة 104)، ويقصد الباحثون بالمهارات النفسية في دراسته القدرات التالية: القدرة على التصور، القدرة على الاسترخاء، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على مواجهة القلق، الثقة بالنفس، دافعية الإنجاز الرياضي.

أما الدافعية فتعني الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز المهام التي يكلف بها في التدريب أو المنافسة، وكذلك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور بالفخر والاعتزاز عند إنجاز الوجبات التي يكلف بها. (راتب، 1990، صفحة 32)، ويقصد الباحثون بسمات الدافعية أنها: الحافز، العدوان، التصميم، المسؤولية، القيادة، الثقة بالنفس، التحكم الانفعالي، الصلابة، التدريبية، الثقة بالآخرين.

وربما كرة اليد من بين أهم الأنشطة الرياضية التنافسية التي تتميز بالأداء الحركي المتغير والذي يتطلب القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المباراة كما أنها تتميز بالكفاح المباشر بين فريقين بالإضافة الى أنها تزخر بالعديد من المواقف والضغوط النفسية التي تتميز بشدتها وسرعة تغيرها والذي من شأنه أن يؤثر على الأداء المهاري للاعب ومن ثم على نتيجة المباراة ولذلك كان لزاما على المدربين التخطيط المبكر لتنمية المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعب الناشئ في كرة اليد حتى تمكنهم من تحقيق الفوز في المنافسات بجانب إعدادهم البدني والمهاري.

وفي ضوء ما السابق افترضنا مايلي:

- يتميز اللاعبون الناشئين في كرة اليد بولاية الشلف بالمهارات النفسية التالية (دافعية الانجاز الرياضي، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، الثقة بالنفس، القدرة على مواجهة القلق، القدرة على التصور).
- يتميز اللاعبون الناشئين في كرة اليد بولاية الشلف بسمات الدافعية الرياضية التالية (المسؤولية، الحالة التدريبية، الثقة بالنفس، القيادة، التصميم، الصلابة، الحافز، التحكم الانفعالي، العدوان).
- توجد هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين الناشئين في كرة اليد بولاية الشلف.

وهدفت الدراسة الحالية إلى:

- تحديد المهارات النفسية المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد.
- تحديد السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد.
- التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية للاعبين الناشئين في كرة اليد.
- جاءت هاته الدراسة لمعرفة التأثير المتبادل بين العناصر المكونة للفعالية الرياضية (المهارات النفسية والسمات الدافعية).

وعلى الرغم من قلة الدراسات التي تناولت موضوع الدراسة الحالي والذي سوف يتم البحث فيه يتبين أن معظم الدراسات كانت تتمحور حول موضوع القيادة الرياضية ودافعية الانجاز وكذا سمات الدافعية للاعب كرة السلة وسمات الدافعية لمتسابق المسافات القصيرة ولم توجد دراسة مفردة حول موضوع دراستنا لذلك جاءت الدراسة الحالية للبحث في هذه المتغيرات والتعمق فيها والكشف عن العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة اليد، حيث توصل أسامة كامل راتب محمد (1991) في دراسة بعنوان: "السمات الدافعية والخصائص الفسيولوجية لمتسابق المسافات القصيرة للناشئين"، إلى أن أصحاب المستويات الرقمية الأعلى أظهروا نتائج مرتفعة في سمات التحكم الانفعالي والتصميم والقبالية للتدريب، كما أشار محمود محمود سالم (1999) في دراسة بعنوان: "سمات الدافعية الرياضية المميزة لمراكز اللعب في كرة السلة"، إلى أن كل مركز من مراكز اللعب في كرة السلة يتطلب توافر سمات دافعية معينة لدى شاغليه من اللاعبين.

كما توصل شعبان إبراهيم وطارق بدر الدين (2001) في دراسة بعنوان: "العوامل النفسية المساهمة في الإنجاز الرياضي للاعب كرة السلة"، إلى أن ممارسة كرة السلة بانتظام ولسنوات طويلة تؤدي إلى تنمية وتطوير العوامل النفسية (طموح الإنجاز - التحمل النفسي - هدفية الاستجابة - القبول أو الانتماء الاجتماعي) وأنه لا توجد فروق في العوامل النفسية بين لاعبي المراكز المختلفة، وجاءت دراسة الزاملي (2009) بهدف بناء منهج تدريبي لتطوير بعض المهارات النفسية (الاسترخاء، الاستثارة وتركيز الانتباه، الإدراك الحس حركي، قلق المنافسة، تنظيم التنفس، وكذلك اثر المنهج في تطوير المهارات النفسية، وكذلك اثر المنهج في تطوير الأداء المهاري والتصرف الخططي، وقد توصلت الدراسة إلى وجود تطور في القدرات العقلية لدى افراد العينة وان الأداء المهاري والتصرف الخططي الأمثل يتطلب من اللاعب ان يكون على مستوى عال من تطويع المهارات النفسية وبحسب ضغوط المنافسة، ودراسة الزبيدي (2011) التي هدفت إلى إعداد برنامج للمهارات النفسية للاعب كرة القدم الشباب والكشف عن أثر البرنامج في تعبئة الطاقة النفسية المثلى ومستوى الانجاز والأداء الفني للاعب كرة القدم الشباب، وقد توصلت الدراسة إلى أن برنامج المهارات النفسية ذو تأثير إيجابي على تعبئة الطاقة النفسية المثلى ومستوى الانجاز ومستوى الأداء الفني للمجموعة التجريبية.

2. الطرق والأدوات

1.2 منهج البحث:

نظرا لطبيعة موضوع البحث تم استخدام المنهج الوصفيالمسحي الارتباطي، وذلك للملاءمته لأهداف البحث وفروضه.

2.2 مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار العينة بطريقة عشوائية وقدرة ب(30) لاعب ناشئ من لاعبي كرة اليد في ناديين من نوادي الفرق الرياضية لكرة اليد بولاية الشلف للموسم الرياضي (2019/2020).

النادي الرياضي الهاوي لاكتشاف المواهب الشابة بسنجاس و الامل الصاعد لبلدية حرشون،

وقد بلغ متوسط العمر (18.14) سنة بانحراف معياري (92.87)، والعمر التدريبي بمتوسط(7.45) وانحراف

معياري (21.33).

الجدول 1: يوضح عدد أفراد عينة الدراسة

الانحراف المعياري	متوسط العمر التدريبي	الانحراف المعياري	متوسط العمر	النادي الرياضي الهاوي لاكتشاف المواهب الشابة بسنجاس SSJT	الامل الصاعد لبلدية حرشون AST
21.33	7.45	92.87	18.14	15	15

المصدر: لعمش عبد الله، 2019

3.2 مجالات البحث:

المجال الزمني: قام الباحث خلال الفترة الممتدة من ديسمبر 2019 الى 20 مارس 2020 بتطبيق المقاس والاختبار على عينة البحث.

المجال المكاني: أجريه الدراسة بقاعة الشهيد دحنان محمد أين ينشط النادي الرياضي الهاوي لاكتشاف المواهب الشابة بسنجاس وقاعة الشهيد معمر الجيلالي أين ينشط الامل الصاعد لبلدية حرشون بولاية الشلف.

المجال البشري: أجريت الدراسة على عينة قوامها (30) لاعبي ناشئي ينشطون في الرابطة الولائية لكرة اليد بنادي ssjt سنجاس و نادي ast حرشون.

4.2 أدوات البحث:

تم الاعتماد على الأدوات الآتية:

أ- استخبارات المهارات النفسية:

ويسمى استخبار المهارات العقلية **Mental Skills Questionnaire** صممه كل من ستيفان بل Bull، وجون البنسون Albinson، وكريستوفر شامبروك Shambrook 1996 لقياس بعض الجوانب العقلية (النفسية) الهامة للأداء الرياضي وهي تشتمل على الأبعاد التالية: (القدرة على التصور، القدرة على الاسترخاء، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على مواجهة القلق، الثقة بالنفس، دافعية الإنجاز الرياضي).

ويتضمن الاستخبار (24) عبارة وكل بعد من الأبعاد الستة السابق تمثله (4) عبارات ويقوم اللاعب الرياضي بالإجابة على عبارات الاستخبار على مقياس سداسي الدرجات وقد قام محمد حسن علاوى بإعداده وتعريبه.

ب- مقياس تقدير السمات الدافعية الرياضية:

تصميم " تتكو " و " ريتشارد " وتتضمن المقياس (55) عبارة تقيس (10) سمة وهي: الحافز، العدوان، التصميم، المسؤولية، القيادة، الثقة بالنفس، التحكم الانفعالي، الصلابة، التدريبية، الثقة بالآخرين وقد قام بتعديله واقتباسه محمد حسن علاوى.

5.2 الدراسة الاستطلاعية:

تم زيارة النادي الرياضي الهاوي لاكتشاف المواهب بسنجاس من خلال إجراء مقابلة مع مسيري هذا النادي تم إعطائهم فكرة عن موضوع الدراسة والهدف المرجو منها حيث أفادوني بصورة كاملة عن واقع رياضة كرة اليد كما تم كذلك من خلال الدراسة الاستطلاعية ضبط جميع المتغيرات وحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) لأداة الدراسة لجمع البيانات ومدى ملائمتها لمستوى العينة وخصائصها.

صدق الأداة:

أ - صدق المحكمين: حيث تحصلت عبارات المقاييس نسبة اتفاق لدى المحكمين تقدر بـ (80%).

ب- الصدق الذاتي:

تميز هاته المقاييس بصدق الاتساق الداخلي نظرا لان معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الاداة والمحور الذي تنتهي إليه دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وكان معامل الصدق الذاتي يساوي (0.96).

اختبارات الثبات:

تم حساب معامل ثبات المقاييس بحساب معامل الارتباط وباستخدام طريقة إعادة الاختبار لأبعاد مقياس المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية على عينة قوامها (15) لاعب من لاعبي كرة اليد بالنادي الرياضي الهاوي لبلدية حرشون ثم أعيد تطبيق المقاييس مرة ثانية على نفس العينة وفي نفس الظروف بعد مرور أسبوع من تاريخ القياس الأول وقد توصلت النتائج بعد تطبيق المقياس وإعادة التطبيق (Test-Retest) إلى أن معامل الثبات يساوي (0.993).

جدول 2: يمثل معامل الارتباط لمقياس دافعية الانجاز بطريقة إعادة الاختبار

القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	الدلالة
الأول	62.50	3.98	0.73	دال
الثاني	60.83	2.28		

المصدر: لعمش عبد الله، 2019

الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل ألفا كرو نباخ للمقياس حيث قدر بـ (0.957) وهو معامل ارتباط قوي يعبر عن درجة الثبات التي يمتاز بها المقياس مما يجعله صالحا لقياس ما وضع لقياسه.

3. المناقشة

تحديد المهارات النفسية المميزة لناشئي كرة اليد وعلاقتها بسمات الدافعية

1.3 عرض، تحليل ومناقشة نتائج الفرضية: "يتميز للاعبين الناشئين في كرة اليد بولاية الشلف بالمهارات النفسية التالية (دافعية الانجاز الرياضي، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، الثقة بالنفس، القدرة على مواجهة القلق، القدرة على التصور)"

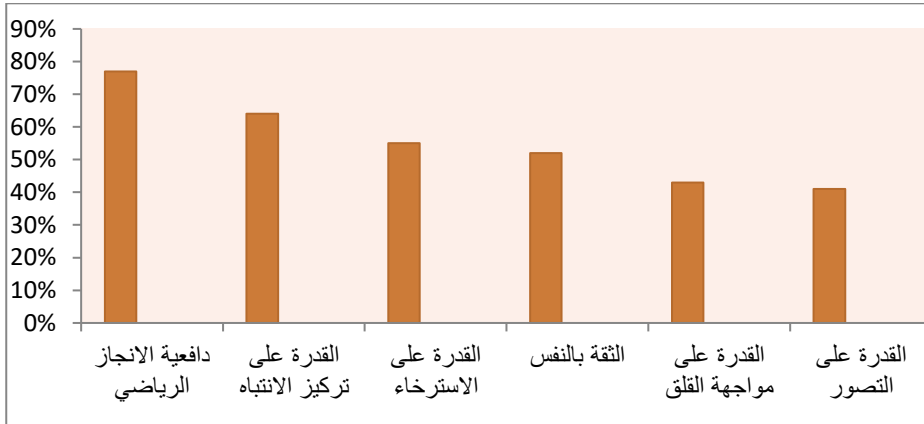
الجدول 3: يمثل نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للمهارات النفسية

المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد وترتيبها تنازليا

ترتيب المهارات النفسية	النسبة المئوية %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المعاملات الاحصائية للمهارات النفسية
الأولى	77,54 %	3,76	16,17	دافعية الانجاز الرياضي
الثانية	64,72 %	3,43	16,31	القدرة على تركيز الانتباه
الثالثة	55,64 %	04,67	14,15	القدرة على الاسترخاء
الرابعة	52,12 %	04,81	15,11	الثقة بالنفس
الخامسة	43,78 %	03,33	14,54	القدرة على مواجهة القلق
السادسة	41,43 %	04,86	13,90	القدرة على التصور

المصدر: ماحي صفيان، 2020

الشكل 1: أعمدة بيانية تمثل نتائج النسبة المئوية للمهارات النفسية المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد



المصدر: ماحي صفيان، 2020

يتضح من خلال نتائج الجدول رقم (03) الخاص بنتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للمهارات النفسية المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد بعد دراسة قيم المتوسطات الحسابية وكذلك النسبة المئوية والانحرافات المعيارية لكل مهارة بالترتيب على النحو التالي: دافعية الانجاز الرياضي، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، الثقة بالنفس، القدرة على مواجهة القلق، القدرة على التصور.

حيث تتصدر مهارة دافعية الإنجاز في الترتيب الأول للمهارات النفسية فلاعبي كرة اليد يقومون ببذل مجهود كبير أثناء المنافسات من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن للوصول للتفوق في الأداء والفوز مما يؤكد أن دافعية الانجاز أو دافعية التفوق تعد أقوى المهارات التي تكمن خلف كل نجاح أو تفوق في الأداء الرياضي .

كما تليه ثانيا تميز لاعبي كرة اليد بالقدرة على تركيز الانتباه حيث يعد الانتباه مهارة حيوية في مجالات التدريب والمنافسة بكل مستوياتها، وتعد قدرة الرياضي على توظيف كل من الانتباه والتركيز من العوامل الحاسمة والمؤثرة بصورة مباشرة على أداء المهارات الرياضية المختلفة.

وتأتي بعد ذلك في المرتبة الثالثة مهارة الاسترخاء حيث يوضح محمد العربي شمعون أن الاسترخاء يؤدي الى خفض تأثير الاستجابة للضغط العصبي والمساعدة على الوصول الى المستوى الأمثل من التوتر ومنع تراكم الضغط بواسطة العمل على الوصول الى مستوى منخفض من التوتر القاعدي والوصول الى درجة من الاسترخاء العميق يقل فيها مستوى التوتر عن المستوى القاعدية وهذا ما يحتاج اليه لاعبو كرة اليد حيث يساعدهم ذلك في رفع الروح المعنوية لهم وتحسين مستوى الأداء وبالتالي تحقيق الفوز.

أما بالنسبة لمهارة الثقة بالنفس فتأتي في المرتبة الرابعة حيث تؤكد نتائج دراسة صديقي نور الدين محمد التي أشارت الى أن الثقة بالنفس من المهارات النفسية المهمة في المجال الرياضي نظرا لتأثيرها على أداء اللاعبين وأن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدرا مهما لتحقيق الطاقة النفسية الإيجابية .

وتأتي في المرتبة الخامسة مهارة القدرة على مواجهة القلق حيث يواجه لاعبو كرة اليد الكثير من المواقف التي ترتبط بالقلق أثناء التدريب أو المنافسات الرياضية حيث تعد بمثابة إنذار أو إشارة لتعبئة كل قوة الفرد النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليها كما قد يؤدي الى فقدان التوازن النفسي، وهذا ما يتفق مع دراسة كرايبي الذي أشار الى أن القلق عند وصوله لمستوى معين يبدأ معه الاضطراب والانهيار الفسيولوجي والنفسي للاعب مما يؤدي الى قلة كفاءة مستوى الأداء المهاري .

وأخيرا نجد مهارة القدرة على التصور حيث يستحضر كل لاعب في ذهنه الأحداث والخبرات والمواقف السابقة مستعملا في ذلك كل حواسه المختلفة مع اشتراك جميع خبراته وانفعالاته ومشاعره ، ويشير أسامة راتب (2000) الى أن التصور الذهني النشط لأداء مهارات معينة ينتج عنه نشاط عضلي، ربما يكون محددا ولكن فائدته تتضح في تقوية الممرات العصبية الخاصة بالإشارات العصبية المرسل من الجهاز العصبي الى هذه العضلات العاملة فلاعبي كرة اليد الذي يحاول إتقان مهارة التصويب على المرمى يحتاج الى أداء هذه المهارة عشرات المرات و هو بذلك يقوي ويدعم الممرات العصبية التي تسيطر على توجيه العضلات المسؤولة عن أداء المهارة، والتصور يمثل إحدى الطرق التي تعمل على تدعيم هذه الممرات العصبية فاللاعب من خلال استحضار الصورة الذهنية للمهارة بشكل منظم يؤدي الى الاشتراك الفعلي لعضلات الجسم في أداء هذه المهارة.

تحديد المهارات النفسية المميزة لناشئي كرة اليد وعلاقتها بسمات الدافعية

ويتمشى ذلك مع نتائج الدراسة التي أجراها شعبان إبراهيم وطارق بدر الدين (2001) وتوصلت الى أن ممارسة كرة اليد بانتظام ولسنوات طويلة تؤدي الى تنمية وتطور العوامل النفسية التالية (طموح الإنجاز والتحمل النفسي وهدفية الاستجابة و القبول الاجتماعي).

ومن خلال مناقشة النتائج السابقة يتضح لنا تفسير هذه الفرضية والخاصة بالتعرف على المهارات النفسية المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد حيث تكمن المهارات النفسية التي يتميز بها اللاعبون الناشئين فمالي: (دافعية الانجاز الرياضي، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، الثقة بالنفس، القدرة على مواجهة القلق، القدرة على التصور).

2.3 عرض، تحليل ومناقشة نتائج الفرضية: "يتميز اللاعبون الناشئين في كرة اليد بولاية الشلف بسمات الدافعية الرياضية التالية (المسؤولية، الحالة التدريبية، الثقة بالنفس، القيادة، التصميم، الصلابة، الحافز، التحكم الانفعالي، العدوان)"

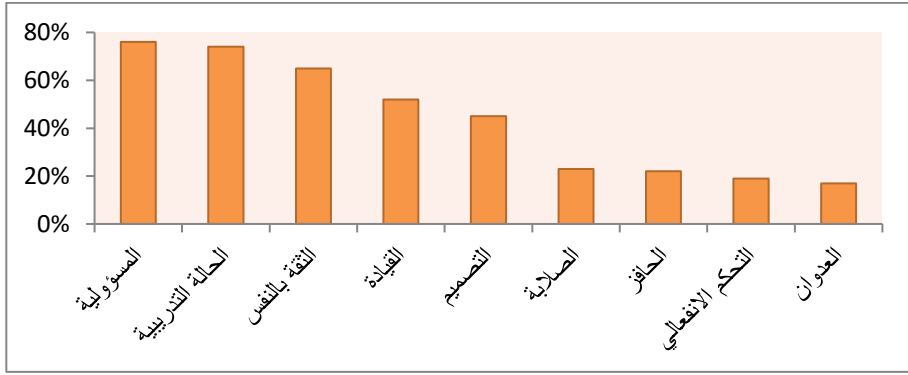
الجدول 4: يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للسمات الدافعية الرياضية

الميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد

السمات الدافعية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية %	ترتيب السمات الدافعية
المسؤولية	3,98	0,77	76,75%	الأولى
الحالة التدريبية	3,87	0,67	74,32%	الثانية
الثقة بالنفس	3,74	0,53	65,12%	الثالثة
القيادة	3,56	0,51	52,27%	الرابعة
التصميم	3,42	0,46	45,25%	الخامسة
الصلابة	3,34	0,42	23,98%	السادسة
الحافز	3,32	0,38	22,67%	السابعة
التحكم الانفعالي	3,29	0,32	19,32%	الثامنة
العدوان	3,27	0,31	17,54%	التاسعة

المصدر: سعدي زوقي يوسف، 2020

الشكل 2: أعمدة بيانية تمثل نتائج النسبة المئوية لسمات الدافعية المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد



المصدر: سعيدي زروقي يوسف، 2020

تبين نتائج الجدول رقم (04) الخاص بنتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للسمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين الناشئين كرة اليد وترتيبها تنازلياً و ترتيب السمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين كرة اليد على النحو التالي: الحالة التدريبية، المسؤولية، الثقة بالنفس، القيادة، التصميم، الصلابة، الحافز، التحكم الانفعالي، العدوان.

حيث تصدر سمة المسؤولية الترتيب تلمها الحالة التدريبية ثم في المرتبة الثالثة سمة الثقة بالنفس ثم رابعا سمة القيادة ويمكن تفسير تصدر هاته السمات لسمات الدافعية إذ نجد اللاعبين الناشئين في كرة اليد ينتظرون بشغف المنافسة القوية و يضعون لأنفسهم أهدافا عالية ويسعون دائما ليكونوا أفضل ويقبلون على المخاطر والصعاب على أمل أن ذلك سيساعدهم في إتمام الأعمال المسندة إليهم بنجاح، ومن ثم يتعزز سلوكهم بالإيجابية نحو المنافسة والسعي للارتقاء بمستواهم الرياضي، ولذلك ينضبطوا في التدريب بشغف ويعطونه كل اهتمامهم مقتنعين بأن ممارستهم لرياضة كرة اليد تشبع حاجاتهم ويسعى كل لاعب الى التدريب مع احترام قواعده بمحض إرادته منفذا إرشادات وتعليمات المدرب واحترام وتقبل نصائحه.

بينما أتت سمة التصميم والصلابة في الترتيب الخامس والسادس على التوالي حيث أن اللاعب الذي يتميز بالتصميم لا يستسلم بسهولة ويقبل على التدريب الجاد لفترات طويلة مما يمكن ذلك من تحقيق أهدافه، أي يبذل مزيدا من الجهد سواء كان ذلك في التدريب أم المنافسة و يستمر في العطاء بجهد بغض النظر عن طول فترة التدريب أو ما يحيط بالمنافسة من ظروف متغيرة ولأن الحافز (الدافع) هنا يمثل الدافع الشخصي لمزاولة اللعبة والكفاح للنجاح من أجل التفوق والامتياز وبذلك يعد مقياسا لجدية المحاولة من قبل اللاعب وأن يؤدي أفضل ما عنده .

في حين سمة العدوان جاءت في الترتيب السابع فهذه السمة تفرض على أداء اللاعب شيئاً من الخشونة في اللعب لا يهاب احتمالية الإصابة فاللاعب ذو السمة العدوانية يهتم كثيرا بعدم الاستسلام للهزيمة و التقهقر وبذلك يسهل عليه أن يقدم على السلوك الهجومي ويقدم على المواجهة و يستمتع بها و يعتقد أن تحقيق المكسب يتطلب منه أن يكون عنيفا في أدائه.

تحديد المهارات النفسية المميزة لناشئي كرة اليد وعلاقتها بسمات الدافعية

ومن خلال مناقشة النتائج السابقة لهذه الفرضية والخاصة بالتعرف على سمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد يمكن حصر السمات الدافعية المميزة للاعبين الناشئين في كرة اليد في (سمة المسؤولية والحالة التدريبية و الثقة بالنفس و القيادة و التصميم والحافز والصلابة).

3.3 عرض، تحليل ومناقشة نتائج الفرضية: "توجد هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين الناشئين في كرة اليد بولاية الشلف"

الجدول 5: يمثل قيم معامل الارتباط بين المهارات النفسية وأبعاد سمات الدافعية الرياضية للمقياس

المهارات النفسية سمات الدافعية	معامل الارتباط / مستوى الدلالة	القدرة علي الاسترخاء	القدرة على مواجهة القلق	القدرة على التصور	الثقة بالنفس	دافعية الانجاز الرياضي	القدرة على تركيز الانتباه
المسؤولية	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.402 0.01	0.267 0.05	0.521 0.05	0.382 0.05	0.459 0.01	0.249 0.05
التصميم	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.387 0.01	0.083 غير دالة	0.236 0.05	0.495 0.01	0.586 0.01	0.339 0.05
الصلابة	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.417 0.01	0.290 0.05	0.187 0.05	0.471 0.01	0.341 0.05	0.229 0.05
الثقة بالنفس	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.347 0.05	0.292 0.05	0.420 0.01	0.451 0.01	0.125 0.05	0.263 0.05
القيادة	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.0239 غير دالة	0.214 0.05	0.158 0.05	0.261 0.05	0.243 0.05	0.0498 غير دالة
التدريبية	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.351 0.01	0.117 0.05	0.160 0.05	0.83 0.01	0.432 0.01	0.175 0.01
التحكم الانفعالي	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.298 0.05	0.094 0.05	0.061 0.05	0.263 0.05	0.262 0.05	0.289 0.05
الثقة بالآخرين	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.286 0.05	0.416 0.01	0.385 0.05	0.075 0.05	0.430 0.01	0.220 0.05
العدوان	معامل الارتباط مستوى الدلالة	-0.024 غير دالة	0.213 0.05	-0.045 غير دالة	0.392 0.01	0.417 0.01	-0.127 غير دالة
الحافز	معامل الارتباط مستوى الدلالة	0.253 0.05	0.076 0.05	0.046 غير دالة	0.365 0.01	0.043 غير دالة	0.255 0.01

المصدر: سعدي زروقي جمال، 2020

تبين نتائج الجدول رقم (05) الخاص بقيم معامل الارتباط بين المهارات النفسية وأبعاد سمات الدافعية الرياضية للمقياس ، أن هناك ارتباطات بين بعض المهارات النفسية وبعض أبعاد مقياس السمات الدافعية لعينة الدراسة ، وقد

تراوحت تلك الارتباطات بين (0,507)، و(0,269) عند مستوى الدلالة (0,01) و(0,05) وظهرت تلك الارتباطات بشكل إيجابي على النحو التالي:

1- تفسير العلاقة بين مهارة القدرة على الاسترخاء وابعاد السمات الدافعية الرياضية:

تظهر نتائج الجدول رقم (5) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,05) بين القدرة على الاسترخاء وسمات الدافعية التالية (الثقة بالنفس، التحكم الانفعالي، الثقة بالآخرين، الحافز) في حين ظهرت علاقة إيجابية دالة احصائيا عند مستوى (0,01) بين القدرة على الاسترخاء والسمات التالية (الصلابة، المسؤولية، التصميم، التدريبية) وهذا ما اشار إليه العديد من العلماء في دراساتهم على أن الاسترخاء يمكن الفرد من توجيه انتباهه للعمل الذي سيقوم به ويؤكد محمد عنان أنه لا يمكن أن يوجد العقل القلق في جسم مسترخ حيث أنه يصعب أن يكون الفرد عصبيا ومتوترا في حال استرخاء جزء من أجزاء جسمه استرخاء تاما بمعنى أن العصبية وتوتر العضلات والأعضاء غير الإرادية يمكن تخفيفها إذا أصبحت العضلات الهيكلية في حالة استرخاء.

2- تفسير العلاقة بين مهارة القدرة على مواجهة القلق وابعاد السمات الدافعية الرياضية:

توضح نتائج الجدول رقم (05) أن هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,01) بين مهارة القدرة على مواجهة القلق وسمات الدافعية (الثقة بالآخرين) في حين ظهرت علاقة إيجابية دالة احصائيا عند مستوى (0,05) بين القدرة على مواجهة القلق والسمات الدافعية التالية (الثقة بالنفس، التحكم الانفعالي، الحافز، الصلابة، المسؤولية، التصميم، القيادة، التدريبية) وهذا ما أكدته دراسة سافوا: من ضروري خفض حدة التوتر والقلق الذي يهدد الطريق إلى زيادة تركيز الانتباه وبالتالي تحقيق افضل الإنجازات الرياضية ويتم ذلك عن طريق برامج التدريب العقلي ويمثل الحافز الدافع الشخصي لمزاولة اللعبة والكفاح للنجاح من أجل التفوق والامتياز مقياسًا لجدية المحاولة من قبل اللاعب للوصول للمستوى.

3- تفسير العلاقة بين مهارة القدرة على التصور وابعاد السمات الدافعية الرياضية:

يتبين من خلال نتائج الجدول (05) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,01) بين مهارة القدرة على التصور وسمات الدافعية (الثقة بالنفس) كما يظهر وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,05) بين مهارة القدرة على التصور وسمات الدافعية التالية (التصميم، التحكم الانفعالي، الثقة بالآخرين، الصلابة، المسؤولية، القيادة) وهذا ما يوكده عنان: كلما ارتفع المستوى التنافسي زادت فرصة استعمال القدرة على التصور في التدريب وأن اللاعبين ذوي الخبرة يستفيدون من التصور العقلي بدرجة أكبر من اللاعبين الجدد.

4- تفسير العلاقة بين مهارة الثقة بالنفس وابعاد سمات الدافعية الرياضية:

تظهر نتائج الجدول (05) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,01) بين مهارة الثقة بالنفس وسمات الدافعية التالية (التصميم، الصلابة، الثقة بالنفس، التدريبية، العدوان، الحافز) في حين نجد كذلك علاقة ارتباطية دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0,05) بين مهارة الثقة بالنفس وسمات الدافعية (القيادة، التحكم الانفعالي، الثقة بالآخرين، المسؤولية) فمهارة الثقة بالنفس صفة ضرورية لتحقيق النجاح فهي تساعد اللاعب الناشئ على تطوير

أدائه الرياضي، حيث يشير أسامة كامل راتب الى أن الثقة بالنفس هي درجة الاعتقاد التي يمتلكها الرياضي عن مدى قدرته على تحقيق النجاح، ولا شك أن توقع الرياضي لنتائج أدائه يعد عاملاً مهماً من حيث التأثير على نتائج الأداء، إن الثقة في توقع النتائج تجعل الرياضي أكثر استعداداً للبذل والعطاء، وكلما زادت درجة التوقع و صار الرياضي أكثر ثقة ضاعف ذلك من قدرته على التحمل والمثابرة والتصميم في مواجهة العقبات التي تقابله أو المشكلات التي تعترضه و يصبح ليس من السهل عليه أن يستسلم للهزيمة أو أن يفقد الأمل وتساعد أيضاً على تركيز الانتباه في المباراة وتستثير قدراته الكامنة، ويتميز أداؤه بالانسيابية والمزيد من القوة والسرعة وتساعد على الاحتفاظ بالهدوء والاسترخاء خاصة في مواقف المنافسة الضاغطة .

5- تفسير العلاقة بين مهارة دافعية الانجاز الرياضي وأبعاد سمات الدافعية الرياضية:

تبين نتائج الجدول رقم (05) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) بين مهارة دافعية الإنجاز الرياضي وسمات (المسؤولية، التصميم، التدريبية، الثقة بالأخرين، العدوان) في حين ظهرت علاقة إيجابية دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) بين مهارة دافعية الإنجاز الرياضي وسمات (الصلابة، الثقة بالنفس، القيادة، التحكم الانفعالي) وذلك يبين أن مهارة دافعية الإنجاز الرياضي كمهارة نفسية مميزة للاعب كرة اليد تتأثر وترتبط ببعض السمات الدافعية كسمة الحافز والتصميم والصلابة والتدريبية وأيضاً دافعية الإنجاز الرياضي والمسؤولية والقيادة، فرياضة كرة اليد تكون المنافسة فيها من أجل تحقيق أفضل مستوى أداء ممكن ولا بد أن يتميز أفرادها بالسمات الدافعية السابقة الذكر لتحقيق هذا المستوى المطلوب وهذا ما يؤكد لنا مدى ارتباط مهارة دافعية الإنجاز الرياضي كمهارة نفسية.

6- تفسير العلاقة بين القدرة على تركيز الانتباه وابعاد سمات الدافعية الرياضية:

تظهر نتائج الجدول رقم (05) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) بين القدرة على تركيز الانتباه وسمات (الحافز و التدريبية) في حين ظهرت علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) بين مهارة القدرة على تركيز الانتباه وسمات (المسؤولية ، التصميم، الصلابة ، الثقة بالنفس ، التحكم الانفعالي ، الثقة بالأخرين) وهذا يؤكد أن الانتباه يمثل بعداً حيويًا في مجالات التدريب والمنافسة بكل مستوياتها وتعد القدرة على تركيز الانتباه و التركيز الرياضي من العوامل الحاسمة والمؤثرة بصورة مباشرة على أداء المهارات الرياضية المختلفة وتبين نتائج الجدول (05) أنه توجد هناك علاقة ارتباطية سالبة بين بعض المهارات النفسية كمهارة القدرة على التصور والقدرة على تركيز الانتباه مهارة القدرة على الاسترخاء وبعض السمات الدافعية الرياضية كسمة العدوان ويشير محمد حسن علاوي إلى أنه قد يتخذ التنافس بين بعض الفرق الرياضية اتجاهًا سلبيًا.

من خلال مناقشة النتائج السابقة للفرضية الثالثة للدراسة التي تهدف للتعرف على العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية للاعبين الناشئين في كرة يتبين وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية للاعب كرة اليد ما عدا مهارة القدرة على الاسترخاء ومهارة القدرة على التصور ومهارة القدرة على تركيز الانتباه وسمات العدوانية حيث ظهرت بينهما علاقة سلبية.

4. خاتمة

أكدت النتائج صدق فرضيات الدراسة فاللاعبين الناشئين في كرة اليد يتميز المهارات النفسية التالية: "دافعية الانجاز الرياضي، القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، الثقة بالنفس، القدرة على مواجهة القلق، القدرة على التصور". كما يتسم اللاعبون الناشئين بسمات الدافعية الرياضية التالية: "سمة المسؤولية و الحالة التدريبية و الثقة بالنفس و القيادة و التصميم و الحافز و الصلابه" من أكثر السمات الدافعية المميزة للاعبين كرة اليد و يرجع الباحث تميز لاعبي كرة اليد بتلك السمات أكثر من باقي السمات الأخرى الى طبيعة اللعبة، كما أثبتت النتائج السابقة للدراسة على وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين المهارات النفسية و السمات الدافعية الرياضية للاعبين كرة اليد ما عدا مهارة القدرة على الاسترخاء و مهارة القدرة على التصور و مهارة القدرة على تركيز الانتباه و سمة العدوانية حيث ظهرت بينهما علاقة سلبية . كما يمكن التوصية بما يأتي:

-التأكيد على دور الأخصائي النفسي الرياضي لتطوير المهارات النفسية و السمات الدافعية للاعبين الناشئين في كرة اليد للتعرف على نواحي القوة و الضعف و تطويرها و مواصلة تقييمها.

-أن يعمل الأخصائي النفسي الرياضي على تدريب المهارات النفسية و السمات الدافعية للاعبين بما يتناسب مع أعمارهم و مستوياتهم.

-التأكيد لكل من الأخصائي النفسي الرياضي و للاعب بأن المهارات النفسية و السمات الدافعية تحتاج إلى تدريب متواصل حتى تصل إلى المستوى الذي يمكن به توظيفها في المواقف التنافسي.

-ضرورة التنسيق بين الأخصائي النفسي الرياضي و المدرب لنجاح العملية التدريبية.

-كلما أمكن تدريب المهارات النفسية و السمات الدافعية الرياضية في عمر مبكر كلما كان احسن.

5. قائمة المراجع:

- ابراهيم، شعبان، طارق بدر. (2001). العوامل النفسية المهمة في الإنجاز الرياضي للاعبين كرة السلة، نظريات وتطبيقات، مجلة كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان، المجلد 9، العدد 42، ص 87.
- أسامة كامل راتب. (1990). أسامة كامل، دوافع التفوق في النشاط الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي.
- أسامة كامل راتب. (2000). تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي.
- أسامة كامل راتب. (2007). علم نفس الرياضة (المفاهيم - التطبيقات)، القاهرة: دار الفكر العربي.

- أسامة كامل راتب، أسامة كامل. (1990). دوافع التفوق في النشاط الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي.
- علاوي محمد حسن. (1999). علم التدريب الرياضي، القاهرة: دار المعارف.
- علاوي محمد حسن، محمد نصر الدين رضوان. (1998). الاختبارات الماهرة والنفسية في المجال الرياضي، القاهرة: دار الفكر العربي.
- عنان، محمود عبد الفتاح. (1990). سيكولوجية التربية البدنية والرياضة "النظرية والتطبيق والتجريب، مصر: دار الفكر العربي.
- محمد حسن علاوي. (1997). مدخل في علم النفس الرياضي، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- درويشوفاء. (2007). إسهامات علم النفس الرياضي في الأنشطة الرياضية، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الاسكندرية.