

تقدير الذات المهارية وانعكاسها على دقة الارسال الساحق لدى لاعبي كرة الطائرة

دراسة حالة لفريق نهضة تقدم شلف "صنف أكابر"

د. بن هيبه تاج الدين¹، أ. عوييتي هوارى²، أ. فراشة الطيب³1:مخبر العلوم الانشطة البدنية و الرياضية و الصحة العمومية جامعة سطيف tadjou06@hotmail.fr2:مخبر العلوم الانشطة البدنية و الرياضية و الصحة العمومية جامعة سطيف aouinti_houari@yahoo.fr

3:جامعة الشلف

ملخص البحث :

تهدف الدراسة الى التعرف على مستوى تقدير الذات المهارية ودقة الارسال الساحق لدى لاعبي كرة الطائرة و العلاقة بين درجة تقدير الذات المهارية ودقة الارسال للاعبي كرة الطائرة واستخدام الباحثون المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة واشتملت عينة الدراسة على لاعبي فريق نهضة تقدم الشلف للكرة الطائرة صنف أكابر، حيث بلغ افراد العينة 12 لاعبا ومن أجل قياس درجة تقدير الذات المهارية للاعبي كرة الطائرة، استخدم الباحثون مقياس الذات المهارية وكذلك اختبار دقة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة وأهم النتائج التي توصل إليها الباحثون وهي :

- يتمتع لاعبي فريق نهضة الشلف لكرة القدم بتقدير عالي لذاتهم البدنية.

- يتميز لاعبي فريق نهضة الشلف لكرة الطائرة بدقة جيدة أثناء أدائهم للإرسال الساحق.

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات المهارية و دقة الارسال الساحق للاعبي فريق نهضة الشلف لكرة الطائرة.

الكلمات المفتاحية: الذات المهارية -الارسال الساحق -لاعبي كرة الطائرة

The skillful self-esteem and its reflection on the accuracy of the overwhelming transmission of volleyball players

The study aims to identify the level of self-assessment skill and the accuracy of the overwhelming transfer of volleyball players and the relationship between the degree of self-assessment skill and accuracy of the transfer of volleyball players and used the descriptive method for the relevance of the nature of the study. The sample included the players of Nahdha team offers Chlef volleyball class Akbar, In order to measure the self-esteem of volleyball players, the researchers used the self-measure of skill, as well as the test of the accuracy of the volleyball's overwhelming transmission. The most important results were:

- The players of the Renaissance football Chlef enjoy high esteem for their physical selves.
- The players of the Chlef volleyball team are well-known for their excellent performance.
- There is a relationship of statistical significance between the self — assessment of skill and the accuracy of the overwhelming transfer of the players of the Renaissance Chlef volleyball team.

Keys words : The skillful self- The transmitter is overwhelming-players of volley- ball

1. مقدمة الدراسة:

إن من أهم مراحل الإعداد الرياضي للاعبين، مرحلة الإعداد النفسي والتي تعتبر الفيصل في تحديد النتائج عندما تتساوى مراحل الإعداد الأخرى (البدني، المهاري، التكتيكي) لذا وجب الاهتمام أكثر بالإعداد النفسي وإدراجه ضمن مختلف مراحل الإعداد، باعتباره عاملا أساسيا في تحقيق التفوق الرياضي " فالتفوق الرياضي يتوقف على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم العقلية على نحو لا يقل أهمية عن الاستفادة من قدراتهم البدنية، فالقدرات العقلية هي التي تساعد على تعبئة قدراتهم وطاقاتهم لتحقيق أقصى و أفضل أداء الرياضي (محمد العربي شمعون: 1996، ص 5).

ويعتبر مفهوم الذات أيضا من الجوانب الهامة التي تلعب دورا رئيسا في شخصية الفرد، ويعبر مصطلح مفهوم الذات كما أشار إليه كثير من علماء النفس أنه مفهوم افتراضي شامل يتضمن جميع أفكار ومشاعر الفرد التي تعبر عن خصائص جسمه وعقله وشخصيته ويشمل ذلك معتقداته وقيمه، ومن أهم هذه المفاهيم في المجال الرياضي مفهوم الذات المهارية والتي تعتبر من المفاهيم النفسية التي تلعب دورا بارزا في تطوير مستوى الأداء المهاري للاعب باعتبارها محددًا هامًا في التنبؤ بطريقة التي سوف يؤدي بها الرياضي أثناء المنافسة، فهي تعني تعبير الفرد عما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة ومدى كفاءته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الأساسية في تلك اللعبة (محمد حسن علاوي: 1987، ص 624).

وتعتبر لعبة كرة الطائرة من الرياضة الجماعية التي تعتمد على مجموعة من المهارات الأساسية، ومن بينها مهارة الإرسال الساحق والذي يعد عاملا مهما في اللعب فإتقانها من أهم عوامل التي تحقق للفريق النجاح و التفوق.

2. مشكلة البحث :

تعد لعبة كرة الطائرة كباقي الرياضة الجماعية والتي تتطلب من اللاعب تركيزا ودقة أثناء أدائه لمختلف المهارات الأساسية التي تواجهه خلال المباراة، ومن بينها مهارة الإرسال الساحق والتي تعتمد على تدريب مكثفا يشمل مختلف جوانب العملية التدريبية المتمثلة في جانب المهاري والبدني والنفسي هذا الأخير له أهمية كبيرة في الارتقاء بمستوى الأداء العام للاعب، وذلك من خلال الثقة بالنفس التي يكتسبها من المنافسة، ويعتبر ادراك اللاعب لذاته بشكل صحيح من العوامل النفسية الهامة التي تساعده أثناء أدائه لمختلف المهارات وهذا ما أكدته الدراسة التي قام بها (اسعد عدنان عزيز و اخرون 2007) حول الذات المهارية وعلاقتها بترتيب الفرق بالكرة الطائرة حيث أكدت نتائج الدراسة على أن الفرق التي حصلت على درجات عالية في إختبار الذات المهارية هي الفرق صاحبة المراتب المتقدمة على عكس الفرق صاحبة المراتب المتأخرة وهو نفسه ما توصلت اليه نتائج الدراسة التي قام بها(بشير العلوان 2015)والتي أكدت على أن تقدير الذات المهارية للاعب كرة الطائرة للمشرق العربي كانت كبيرة، انطلاقا مما سبق اهتمام الباحثون بدراسة مستوى تقدير الذات المهارية وانعكاسها على دقة الإرسال الساحق للاعب فريق نهضة تقدم الشلف للكرة الطائرة و من هنا يتسأل الباحثون : هل لدرجة تقدير الذات المهارية انعكاس على دقة الإرسال الساحق للاعب كرة الطائرة؟

ويتفرع الى تساؤلات التالية :

- 1 - ما هو مستوى تقدير الذات المهارية ودقة الإرسال الساحق لدى لاعبي كرة الطائرة ؟
- 2 - هل هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين درجة تقدير الذات المهارية و دقة الإرسال للاعب كرة الطائرة ؟

3. أهداف الدراسة:

- 1 - معرفة و مستوى تقدير الذات المهارية ودقة الإرسال الساحق لدى لاعبي كرة الطائرة.

2 - معرفة العلاقة بين درجة تقدير الذات المهارية ودقة الارسال للاعب كرة الطائرة.

4. مجالات الدراسة:

المجال البشري: لاعبي الكرة الطائرة لفريق نفضة تقدم الشلف.

المجال الزمني: 15 ديسمبر 2016.

المجال المكاني: قاعة متعددة الرياضات الشلف.

5. مصطلحات الدراسة:

مفهوم الذات :

تمثل الذات عند "أدلر" تنظيما يحدد للفرد شخصيته وفرديته ، وهذا التنظيم يفسر خبرات الكائن العضوي ويعطيها معناها. وتوسعي الذات في سبيل الخبرات التي تكفل للفرد أسلوبه المتميز في الحياة ، وأن لم توجد فإنها تعمل على خلقها و هو ما يسميه أدلر " بالذات المبتكرة " وهو يعتبرها حجر الزاوية في بناء وتنظيم الشخصية ، حيث تشغل مكانا متوسط بين المثيرات و الاستجابات(عبد الفتاح دويدات:1992، ص 32).

يعرف " مورفي " الذات على انها مدركات الفرد ومفاهيمه فيما يتعلق بوجوده الكلي و التي أو كيانه أي الفرد كما يدرك نفسه وفي رأيه أن الأنا عبارة عن جهاز من الأنشطة المعتادة التي تدعم الذات أو تحميمها عن طرق استخدام ميكانيزمات معينة مثل التبرير، التقمص و التعويض (احمد الظاهر: 2004، ص 23).

الذات المهارية:

ويعني تقدير لاعبي الكرة الطائرة لما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة كرة الطائرة، ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الأساسية في لعبة الكرة الطائرة (محمد حسن علاوي: 1987، ص 624).

الإرسال الساحق:

يعد الإرسال الساحق من الارسلات ذات الطابع الهجومى المباشر التي لها تأثير كبير في لعبة الكرة الطائرة، ويرجع ظهوره إلى عام 1955 في بولندا، في حين يعتقد البعض الأخر أن ظهوره كان في الستينيات، وقد احتل هذا النوع من الإرسال مكانة بارزة في معظم البطولات التي اقيمت في السنوات الماضية، إذ أصبح استخدامه مألوفا من العديد من فرق الرجال، إذ كانت له أهمية بارزة وقيمة خلال دورة الألعاب الاولمبية في لوس انجلوس عام (1984) حين تمكن الفريق البرازيلي من إحراز المرتبة الثانية في تلك الدورة من خلال الاستخدام الجيد والمتقن لإرسال الساحق من لاعبيه الأمر الذي مكنهم من إحراز تلك النتيجة وهو إحدى المهارات وحيدة الحركة، والتي تهدف إلى إيجاد العلاقة المترابطة للتوقيت الديناميكي ، وهذا يعني أن المرحلة الأساسية للحركة تحدث من خلال انتقال القوة من الأطراف إلى الجذع ومن الأطراف واليها مرة أخرى ولا نبدأ من مفاصل الجسم كلها مجتمعة (حبيب علي طاهر: 2004، ص 18).

6. الدراسات السابقة والمشابهة:

1 - أجرى الباحث ثائر رشيد 2005 دراسة بعنوان "تقدير الذات البدنية والمهارية وعلاقته بدقة أداء المهارات الهجومية في الكرة الطائرة" حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى تقدير الذات البدنية والمهارية لدى لاعبي كرة الطائرة، وكذا التعرف على دقة أدائهم للمهارات الهجومية، حيث بلغت عينة الدراسة 12 لاعب لمنتخب محافظة ديالى العراقية، مستخدما فيها مقياس

تقدير الذات البدنية والمهارة في الكرة الطائرة من تصميم (محمد حسن علاوي) ولقياس دقة أداء المهارات الهجومية استخدم بطاريات الأداء المهاري للكرة الطائرة، وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط موجب بين الذات البدنية وأداء المهارات الهجومية لدى لاعبي كرة الطائرة وبين الذات المهارة ومهارات الإرسال الساحق والحائط الصد، كما أسفرت النتائج على عدم وجود علاقة ارتباطية بين مهارة الإعداد وكل من تقدير الذات البدنية والمهارة.

2 - أجرى الباحث زواق أمحمد 2013 دراسة بعنوان تقدير الذات البدنية والمهارة وعلاقتها ببعض المهارات الهجومية عند لاعبي الكرة الطائرة، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة تقدير الذات لأفراد عينة الدراسة وكذا التعرف على العلاقة بين تقدير الذات البدنية والمهارة وبعض المهارات الهجومية لأفراد العينة، واشتملت عينة الدراسة على 24 لاعبا، واستخدم الباحث في هذه الدراسة كل من مقياس الذات البدنية ومقياس تقدير الذات المهارة للاعبي كرة الطائرة و اختبار دقة المهارات الهجومية وقد توصل الباحث إلى النتائج تمثلت في أن تقدير الذات لدى أفراد العينة كان بدرجة كبيرة وكذلك الحال لتقدير الذات البدنية و المهارة لديهم.

7. منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الدراسة

8. عينة الدراسة:

اشتملت عينة الدراسة على لاعبي فريق نهضة تقدم الشلف للكرة الطائرة صنف أكابر، حيث بلغ افراد العينة 12 لاعبا

9. أدوات الدراسة:

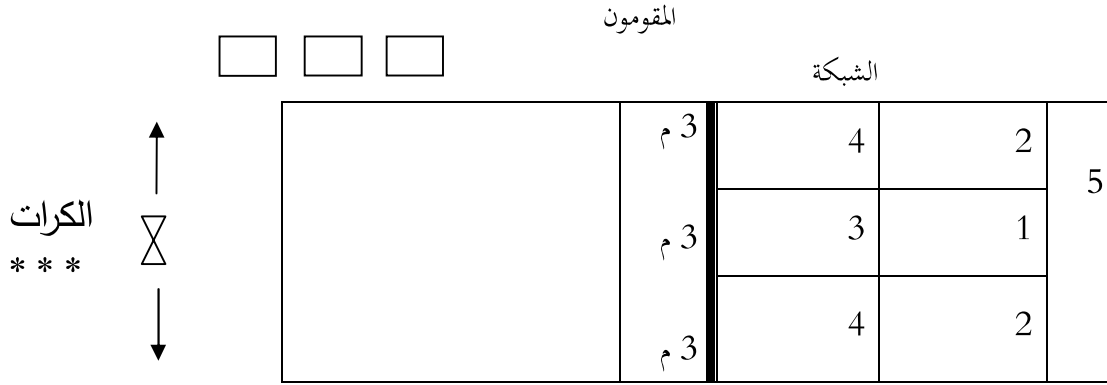
• مقياس الذات المهارة:

من أجل قياس درجة تقدير الذات المهارة للاعبي كرة الطائرة، استخدم الباحثون مقياس الذات المهارة الذي اعده كل من محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان والذي يتكون من 40 عبارة، ويتكون سلم الاستجابة من خمسة استجابات وهي على النحو الآتي: دائما (5) درجات، غالبا (4) درجات، أحيانا (3) درجات، نادرا (2) درجة، أبدا (1) درجة، أما بالنسبة للعبارة السلبية فقد تم عكسها على النحو الآتي: دائما (1) درجة، غالبا (2) درجة، أحيانا (3) درجات، نادرا (4) درجات، أبدا (5) درجات. وأرقام هذه العبارات السلبية هو كما يلي (2، 3، 4، 7، 9، 12، 15، 18، 20، 23، 24) (الملحق 01) محمد حسن علاوي: ، 1998، ص144).

• اختبار دقة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة

الهدف من الاختبار : قياس دقة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة .

الأدوات المستخدمة: ملعب كرة طائرة قانوني وكرة طائرة قانونية عدد (5)، وشريط ملون لتقسيم مناطق الملعب ، وكما هو موضح في الشكل (01) .



الشكل (01) يوضح اختبار دقة الأداء لمهارة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة

مواصفات الأداء : يقف الطالب المختبر في منتصف الخط النهائي للملعب (النصف المواجه لنصف الملعب المخطط) عن بعد (9) أمتار من الشبكة . وفي هذا المكان يكون الطالب المختبر ممسكاً بالكرة ليقوم بأداء الإرسال الساحق لتعبر الكرة الشبكة إلى النصف المخطط الآخر من الملعب .

شروط الأداء : في حالة لمس الكرة الشبكة وعبورها وفي حالة سقوطها خارج حدود الملعب تُعد محاولة للطالب المختبر (من ضمن المحاولات الخمسة) .

التسجيل : يأخذ الطالب المختبر درجة المنطقة التي تقع فيها الكرة لكل محاولة صحيحة ، إذ أن لكل طالب مختبر (5) محاولات ، وتكون الدرجات موزعة على المناطق من (1 - 5) ، فإن الدرجة العظمى لهذا الاختبار هي (25) درجة ، مع ملاحظة انه في حالة سقوط الكرة على الخط الفاصل بين منطقتين ، تحسب للطالب المختبر درجة المنطقة الأعلى (محمد صبحي حسانين وحمد عبد المنعم : 1997، ص 240) .

• الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

قام الباحثون بإيجاد معامل الثبات لكل من مقياس الذات المهارية واختبار دقة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة عن طريق تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار (test - retest) ، حيث تم توزيع المقياس و اجراء اختبار دقة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة على 10 لاعبين ، وبعد فترة زمنية دامت اسبوعين تم إعادة الاختبار الثاني على نفس المجموعة وتحت نفس الظروف و الشروط ، وقد بلغ معامل الارتباط بالنسبة لمقياس الذات المهارية (0.827) اما بالنسبة للاختبار فقد قدر ب (0.758) لذا اعتبر الباحثون ادوات البحث مناسبة لهذه الدراسة . وجدول رقم (01) و (02) يوضحان ذلك.

الجدول (01) يمثل معامل الارتباط لمقياس الذات المهارية بطريقة تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار (test - retest)

القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	الدلالة
الاول	132.4	13.29	**0.827	دال
الثاني	128.8	12.13		

** دال احصائيا عند مستوى ($\alpha = 0.01$)

الجدول (02) يمثل معامل الارتباط لاختباردقة الإرسال الساحق بالكرة الطائرة بطريقة تطبيق واعادة تطبيق الاختبار
(test - retest) ن = 10

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	الدلالة
الاول	14.3	1.25	*0.758	دال
الثاني	13.7	1.15		

*دال احصائيا عند مستوى $(\alpha = 0.05)$

• الوسائل الاحصائية المستخدمة :

- 1- الوسط الحسابي.
- 2- الانحراف المعياري .
- 3- معامل ارتباط (بيرسون).
- 4- الوسط الفرضي = أعلى درجة نظرية + أقل درجة نظرية ÷ 2

10. تحليل النتائج:

التساؤل الأولي: ما هو مستوى تقدير الذات المهارية ودقة الإرسال الساحق لدى لاعبي كرة الطائرة ؟
جدول (03) يوضح قيمة المتوسط الحسابي والفرضي وكذا الانحراف المعياري لعينة قيد الدراسة في مقياس تقدير الذات المهارية واختبار دقة الإرسال الساحق.

المقياس	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الذات المهارية	125	132.20	5.09
اختبار دقة الإرسال الساحق	15.00	15.70	1.25

انطلاقا من نتائج الجدول رقم (03) والذي يوضح قيمة المتوسط الحسابي والفرضي وكذا الانحراف المعياري لعينة قيد الدراسة في مقياس تقدير الذات المهارية واختبار دقة الإرسال الساحق، أن المتوسط الحسابي لمقياس الذات المهارية بلغ 132.2 عند انحراف معياري ب 5.09 وهو أعلى قيمة من المتوسط الفرضي المقدر ب 125 وهذا ما يدل على أن لاعبي فريق نفضة الشلف يتمتعون بتقدير جيد لذاتهم المهارية، بينما اختبار دقة الإرسال الساحق فقد بلغ المتوسط الحسابي 15.70 عند انحراف معياري قدره 1.25، وهو أعلى قيمة من متوسط الفرضي البالغ 15.00 ، ويرى الباحثون أن السبب في ارتفاع درجة تقدير الذات المهارية ودقة الإرسال الساحق، يعود إلى تمتع اللاعبين بمهارات عالية اكتسبوها من خلال عملية التدريب المستمر والمشاركة في مختلف المنافسات المحلية والإقليمية كون أفراد عينة الدراسة من لاعبي النخبة.

التساؤل الثاني: هل هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين درجة تقدير الذات المهارية ودقة الإرسال للاعبين كرة الطائرة ؟

جدول (04) يمثل قيمة المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وكذا معامل الارتباط بيرسون للمقياس تقدير الذات المهارة واختبار دقة الارسال الساحق.

الاساليب الاحصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط " بيرسون "	الدلالة
ادوات الدراسة	132.20	5.09		
الذات المهارة	15.70	1.25	*0.760	دال
اختبار دقة الارسال الساحق				

*دال احصائيا عند مستوى $(\alpha = 0.05)$

يتضح لنا من الجدول (04) والذي يمثل قيمة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وكذا معامل الارتباط بيرسون للمقياس تقدير الذات المهارة واختبار دقة الارسال الساحق، وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين تقدير الذات المهارة و اختبار دقة الارسال الساحق لدى لاعبي نفضة الشلف لكرة الطائرة ، حيث بلغ معامل الارتباط بيرسون 0.760 وهو دال احصائيا عند مستوى الدلالة 0.05، مما سبق يمكن القول أن للجوانب النفسية علاقة بمختلف جوانب التدريب الرياضي فلتقدير الذات المهارة انعكاس على مستوى أداء دقة الارسال الساحق للاعب كرة الطائرة ويشير " كراتي " إلي أن مستقبل تطور الأداء المهاري يعتمد حاليا على زيادة الاهتمام بالجوانب النفسية. و يعد مفهوم الذات اتجاهها يعكس فكرة الفرد عن نفسه و خبرته الشخصية أي كعملية يدرك الفرد خلالها حقائق شخصية و ويستجيب لها على نحو انفعالي. (CRATTY.B. :1970 . p217 vaink)

11. الاستنتاج العام:

- في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثون في حدود عينة البحث يمكن استخلاص ما يلي:
- 1- يتمتع لاعبي فريق نفضة الشلف لكرة القدم بتقدير عالي لذاتهم البدنية.
 - 2- يتميز لاعبي فريق نفضة الشلف لكرة الطائرة بدقة جيدة أثناء أدائهم للإرسال الساحق.
 - 3- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين تقدير الذات المهارة و دقة الارسال الساحق للاعبين فريق نفضة الشلف لكرة الطائرة.

12. التوصيات و الاقتراحات :

- 1 - ضرورة دعم الجهاز التدريبي بمختص نفسي يساعد اللاعبين في تحقيق الانجازات الرياضية.
- 2 - اهتمام المدربين بالجوانب النفسية مثلها مثل باقي مكونات العملية التدريبية.
- 3 - اجراء دراسات ماثلة وبصورة دورية على لاعبي كرة الطائرة.

13. المصادر والمراجع:

- 1- احمد الظاهر : مفهوم الذات النظرية و التطبيق ، دار وائل للنشر ، ط 1 ، 2004
- 2- حبيب علي طاهر: نسبة مساهمة بعض المتغيرات البيوميكانيكية بانطلاق الكرة في مهارة الارسال الساحق بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير، جامعة بابل، 2004
- 3- عبد الفتاح دويدات : سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات و الاتجاهات ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1992
- 4 - محمد العربي شمعون: التدريب العقلي في المجال الرياضي، ط 1، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1996

- 5 - محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة ، 1998
- 6 - محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: الاختبارات النفسية والمهارية، دار الفكر العربي، 1987
- 7 - محمد صبحي حسانين وحمدي عبد المنعم . الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس، ط1 ، القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، 1997
- 8-CRATTY.B. vank: psychology of the superior athlets . themacmillan company . London .1970