

سمة الانبساطية والانطوائية وعلاقتها بضعف أداء مهارة الطبطة العالية بكرة السلة

بحث وصفي

على طالبات المرحلة الأولى / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى

م . م نسيمه عباس صالح

أ. م . دسها عباس عبود

ملخص البحث

يشتمل البحث على خمسة أبواب :

الباب الاول

المقدمة وأهمية البحث :

تكمن أهمية البحث من خلال الأهمية التي تلعبها مهارة الطبطة العالية بكرة السلة والتي تطبق في كثير من المواقف وان اتقان هذه المهارة يساعد الرياضيين في تحقيق مستوى عالي من الانجاز .
مشكلة البحث /

حددت مشكلة البحث بأن هناك ضعف في أداء مهارة الطبطة العالية بكرة السلة لذا يمكن صياغتها عن طريق التساؤل الآتي :
* هل ان (الانبساطية – الانطوائية) لدى الطالبات هي السبب في ضعف أداء المهارة .

* وللاجابة عن هذا التساؤل هي الاجراءات التي ستقوم بها الباحثتان للتوصل الى اهداف البحث .
أهداف البحث /

* التعرف على سمة (الانبساطية – الانطوائية) اثناء أداء مهارة الطبطة العالية بكرة السلة لدى طالبات المرحلة الاولى .

* التعرف على سمة (الانبساطية – الانطوائية) وعلاقتها بسرعة أداء مهارة الطبطة بكرة السلة لدى طالبات المرحلة الاولى .
فرض البحث :

وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين سمة الانبساطية – الانطوائية وسرعة أداء مهارة الطبطة العالية بكرة السلة .
الباب الثاني :

اشتمل على الدراسات النظرية فقد تناولت الباحثتان مفهوم الشخصية وخصائصها وابعادها .

الباب الثالث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لكونه انسب المناهج وأقصر طريق لحل

مشكلة البحث .

عينة البحث :
اختيرت العينة بطريقة عشوائية مثلت (٣٠) طالبة من طالبات المرحلة
الاولى كلية التربية الرياضية جامعة ديالى .
الباب الرابع :
اشتمل على عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها .
الباب الخامس :
توصلت الباحثتان الى الاستنتاجات التالية :
١ . توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين سمة (الانبساطية الانطوائية)
ومهارة المحاورة العالية بكرة السلة .
ونتيجة للاستنتاجات توصي الباحثتان بما يلي :
١ . ضرورة التركيز على سمة الانبساطية - الانطوائية في المناهج التدريبية .
٢ . اجراء بحوث تتعلق بسمة الانبساطية والانطوائية على المهارات الاخرى
لكرة السلة .
٣ . اجراء بحوث اخرى مشابهة للبحث الحالي في الالعاب الاخرى .

**Extraversion and introversion trait and their relationship
quickly perform high-skill clapotement basketball
Students at the first stage / Physical Education College /
University of Diyala**

A. M. Dr. Suha Abbas Aboud

Nasema Abbas Saleh

Abstract

Find Stml five sections:

Part I:

Provided and the importance of research:

Lies the importance of searching through the importance that play skill clapotement high basketball, which applies in many situations, and that mastering this skill will help athletes to achieve a high level of achievement.

The research problem /

Weakness in the research problem determines that there is a weakness in the performance of high-skill clapotement

basketball, so the research problem can be formulated by the following question:

*** Is that (Extraversion - introversion) among female students are the cause of poor performance of the skill?**

*** In order to answer this question are the procedures to be undertaken by researchers to achieve the objectives of the research.**

Objectives of the research /

*** Identify a theme (Extraversion - introversion) during the performance of high-skill clapotement basketball with the students of the first stage.**

*** Identify a theme (Extraversion - introversion) and their relation to the performance of a skill quickly clapotement basketball with students of the first stage.**

The imposition of Search:

A relationship statistically significant correlation between the trait (Extraversion - introversion) and the speed of the performance of high-skill clapotement basketball.

Part II:

Included theoretical studies and similar studies, researchers have addressed the concept of personal characteristics and dimensions.

Part III:

Research Methodology:

Researchers used a descriptive approach to the suitability of the nature of the problem.

Sample Search:

The research sample was selected randomly represented (30) female students from the first phase of the Faculty of Physical Education University of Diyala.

Part IV:

Included to display the results, analysis and discussion.

Part V:

Researchers came to what Aaala:

1. No significant correlation between moral attribute (Extraversion introversion) and high-skill Interviewing basketball.

As a result of the findings of researchers recommends the following:

1. Need to focus on feature Extraversion - introversion in the training curricula.
2. Conduct research on Extraversion and introversion smile on the other skills of basketball.
3. Further research is similar to the current search in the other games.

الباب الاول

١-التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته :

تعد لعبة كرة السلة من الالعاب الفرقية والتي لها انجازات عظيمة من خلالها يتم تحقيق النتائج الرياضية المتقدمة اعتماداً على السمات التي يتميز بها كل رياضي ، اذ ترتبط الانبساطية - الانطوائية ايجابياً بالاداء الرياضي فتؤدي الى نجاحه أو سلبياً فتؤدي الى عرقلته وتشكل الانبساطية - الانطوائية ركناً أساسياً ومهماً ولهما تأثير بارز على مدى نجاح سير الاداء الحركي وعلى دقته وهذا ما أكده " ناصر اللقاني " (عندما نصب تركيزنا على العالم الخارجي من الناس والاحداث ونوجه طاقتنا وانتباهنا صوب خارجنا ونحصل على طاقتنا من خلال الناس والاشياء والقيام بالافعال)^(١)

وتظهر في شخصية الرياضي سواء كان يتميز بالانطواء او الانبساط وظائف معينة هي التفكير والوجدان والاحساس إذ يحاول الرياضي بواسطة تفكيره ان يفهم الرياضيين من حوله ويفهم طبيعة نفسه ، أما الوجدان هو قيمة اللعبة التي يمارسها والتي تمنحه أحياناً مواقف مؤلمة ومحزنة وأحياناً أخرى مواقف سارة أما الاحساس هو ادراكه للمواقف واقعيّاً وهذا ما أشار الشه " محمود عبد الفتاح ومصطفى حسين باهي " (هناك بعض السمات لها قدرة دافعية للسلوك أكثر من غيرها وعليه فهناك اختلافات شاسعة في السمات من حيث مقدار هذا التأثير لكن هناك دائماً اشارة مسبقة ترتبط بتنشيط السمة وعادة ما يبحث الفرد بنشاط عن المنبهات التي تناسب ممارسة السمة)^(٢)

وتلعب الانبساطية - الانطوائية دوراً بارزاً ومهماً في الدراسات النفسية ويؤكد ذلك من خلال دراستنا لشخصية الرياضي الذي يتميز بالانبساط ، وشخصية الرياضي الذي يتميز بالانطواء وقد ساهم في هذا الدور الذي لعبته الانبساطية -

(١) ناصر اللقاني ؛ انماط الشخصية ومهارات العمل : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٩) ، ص ١٨ .

(٢) محمود عبد الفتاح عنان ومصطفى حسين باهي ؛ مقدمة في علم نفس الرياضة : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٠) ، ص ٦٤ .

الانطوائية عدد من العوامل منها السلوك الذي تحركه الدوافع والقدرات الجسمية والعقلية من أجل تحقيق أفضل مستوى من الانجاز .
وتشكل الانبساطية - الانطوائية جانباً مهماً في درس التربية الرياضية ، فالرياضي الذي يبذل جهداً كبيراً من أجل تحقيق انجازات عالية والوصول الى مستوى رياضي عالي يجب أن يمتلك مجموعة دوافع مختلفة تحرك سلوكه نحو ممارسة الرياضة ومنها دوافع فردية ودوافع اجتماعية وهذا ما أشار اليه " ناصر اللقاني " (عندما نصب تركيزنا على عالمنا الداخلي من الافكار والخبرات ونوجه طاقتنا صوب داخلنا ونحصل على طاقتنا من خلال تأمل وبصر الافكار والذكريات والأحاسيس)⁽¹⁾

وتأتي أهمية البحث من خلال الأهمية التي تلعبها مهارة الطبطبة العالية بكرة السلة والتي تطبق في كثير من المواقف وان اتقان هذه المهارة يساعد الرياضيين في تحقيق مستوى عالي من الانجاز .

٢-١ مشكلة البحث :

تلعب السمات الشخصية دوراً بارزاً ومهماً في حياة الرياضيين وبصورة عامة سمة (الانبساطية - الانطوائية) لأنها من السمات التي لها علاقة بسرعة أداء المهارة . إذ يسهم على النفس الرياضي بدراسته تلك السمات التي لها دوافع ايجابية أو سلبية نحو ممارسة الاداء الرياضي . وقد لاحظت الباحثتان من خلال عملهما في التدريس هناك ضعف في أداء مهارة الطبطبة العالية بكرة السلة ، لذا ارتأت الباحثتان صياغة مشكلة البحث عن طريق التساؤل الآتي :

* هل ان (الانبساطية - الانطوائية) لدى الطالبات هي السبب في ضعف أداء المهارة .

* وللإجابة عن هذا التساؤل هي الاجراءات التي ستقوم بها الباحثتان للتوصل الى اهداف البحث .

٣-١ هدفاً البحث :

يهدف البحث الى :

* التعرف على سمة (الانبساطية - الانطوائية) اثناء أداء مهارة الطبطبة العالية بكرة السلة لدى طالبات المرحلة الاولى .

* التعرف على سمة (الانبساطية - الانطوائية) وعلاقتها بسرعة أداء مهارة الطبطبة بكرة السلة لدى طالبات المرحلة الاولى .

٤-١ فرض البحث :

وجود علاقة ارتباط ذات دلالة احصائية بين سمة الانبساطية - الانطوائية وسرعة أداء مهارة الطبطبة العالية بكرة السلة .

(1) ناصر اللقاني ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ١٨ .

- ٥-١ مجالات البحث :
- ١-٥-١ المجال البشري / عينة من طالبات المرحلة الاولى / كلية التربية الرياضية / جامعة ديالى والبالغ عددهن (٣٠) طالبة .
- ٢-٥-١ المجال الزماني / من ٢٠١١/١/٤ ولغاية ٢٠١١/١/١٠ (ستة ايام فقط)
- ٣-٥-١ المجال المكاني / الملعب الخارجي لكرة السلة .

٦-١ تحديد المصطلحات

الشخصية : هي " هي ذلك النظام الكامل من الميول والاستعدادات الجسمية والعقلية الثابتة نسبياً التي تعد مميّزاً خاصاً للفرد والتي يتحدد بمقتضاها اسلوبه الخاص في التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية " (١) .

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

١-٢ الدراسات النظرية

١-١-٢ مفهوم الشخصية وتعريفاتها

لقد استحوذ موضوع الشخصية على اهتمام معظم علماء النفس وقد أسفر هذا الاهتمام عن تعدد وجهات النظر نحو مفهوم الشخصية وهذا التعدد تصبغ عن تنوع الاطر النظرية التي تتم الاعتماد عليها وعلى نوع الدراسات التي تم اجراؤها ومن ثم فليس هناك تعريف صحيح للشخصية وآخر خطأ فللشخصية معان كثيرة تختلف باختلاف الهدف من التعامل ومن الخلفية العلمية الي تم الاعتماد عليها (٢) .

وتعرف الشخصية بأنها " التنظيم الدينامي في الفرد لتلك الاجهزة الجسمية والنفسية التي تحدد طابعه الفريد في التوافق مع بيئته " (١)

وتختلف الشخصية الرياضية من فرد الى آخر حتى ولو اشترك الافراد في مجتمع رياضي واحد وفي نشاط رياضي واحد وتعرضوا للمثيرات بيئة رياضية واحدة ويرجع هذا الاختلاف بين الافراد في شخصياتهم الى ان لكل فرد مكوناته الوظيفية الاساسية التي تختلف درجاتها وخصائصها عن تلك المكونات الوظيفية للآخرين نتيجة لعامل الوراثة (٢) .

ان السمات التي تدخل في بناء الشخصية وتميزه عن باقي الناس هي السمات الثابتة نسبياً أي يظهر أثرها في عدد كبير من المواقف السمات العارضة العابرة التي تتوقف على طبيعة المواقف ومهما يكن من اختلاف في وجهة نظر العلماء والباحثين والمختصين بعلم النفس وفروعه كعلم نفس الشخصية وعلم النفس

(١) محمد عبد العزيز ؛ الاتجاهات النفسية ، ط١ : (مكتبة المجتمع العربي ٢٠٠٧م) ص٣٠ .

(٢) احمد أمين فوزي ؛ مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم - التطبيقات : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٣) ص١٣١ .

(١) ثائر غباري وآخرون ؛ علم النفس العام ، ط١ : (مكتبة المجتمع العربي ، ٢٠٠٨) ص٣١٠ .

(٢) أحمد أمين فوزي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص١٣٣ .

الرياضي فان السمات الشخصية هي التي تجعل كل فرد يتميز بطباعه الخاصة في السلوك والتصرفات اليومية (٣).

ويرتبط النشاط الرياضي ارتباطاً وثيقاً بانفعالات متعددة ويتميز بقوة جاذبية للانفعال مما يشكل الاساس اللازم للتأثير الايجابي في شخصية الرياضي فالخبرات الانفعالية في النشاط الرياضي تعد انفعالات سارة وغير سارة وتؤثر بصورة ايجابية أو سلبية في العمليات البيولوجية والسلوكية للرياضي (٤).

وفي دراسة طويلة الامد قام بها الباحثان فانك وهوزك في الفترة ١٩٦٤-١٩٦٨ اشارت النتائج الى اتصاف الرياضيون بالانبساطية في بعض الفعاليات بينما الصف رياضيو الفعاليات الاخرى بين الانبساطية والانطوائية (٥). ومن وجهة نظر الباحثان فالشخصية / هي مجموعة من السمات والسلوكيات والتصرفات النفسية والانفعالية والتي تميز الفرد عن غيره .

٢-١-٢ خصائص مفهوم الشخصية

بالرغم من تعدد وتنوع مفاهيم الشخصية الا ان جميعها مشتركة في ان للشخصية مجموعة واحدة من الخصائص ويمكن ايجاز اهم الخصائص التي تشمل عليها جميع مفاهيم الشخصية فيما يلي : (١)

٢-١-٢-١ الافتراضية : ان الشخصية مكون افتراضي يتم التعرف عليه من خلال السلوك الذي يمكن ملاحظته وقياسه .

٢-١-٢-٢ التفرد : تتميز الشخصية بالتفرد حيث تختلف من شخص الى آخر حتى ولو كان هناك تشابه بينهما في بعض الصفات نتيجة للظروف البيئة التي يعيشونها والمواقف الاجتماعية التي مروا بها .

٢-١-٢-٣ التكامل : الشخصية هي تنظيم متكامل من الجوانب البدنية والمعرفية والانفعالية للفرد حيث تتفاعل هذه الجوانب الثلاثة وتصدر نمطاً خاصاً ومميزاً من السلوك .

٢-١-٢-٤ الديناميكية : الشخصية هي نتاج العلاقة المتحركة غير الثابتة بين الفرد من جهته وبيئته الثقافية من جهة اخرى خلال مراحل حياته المختلفة فالفرد يكتسب الشخصية نتيجة تفاعلاته الاجتماعية ونشاطاته المختلفة على مدار حياته .

٢-١-٢-٥ الاستعداد للسلوك : الشخصية هي تنظيم مستعد لانماط معينة من السلوك يظهر في معظم المواقف التي يواجهها الفرد وهذا الاستعداد يتكون من مجموع العادات والخصائص والصفات والاتجاهات والدوافع التي تميز الفرد عن غيره من الافراد .

٢-١-٢-٦ الزمنية : ترتبط الشخصية بالزمن حيث لها ماض وحاضر ومستقبل فالمواقف التي تعرض لها الفرد في ماضيه تؤثر في شخصيته الحاضرة وهذه الشخصية الحاضرة تؤثر في شخصيته المستقبلية .

(٣) محمد جسام عرب وحسين علي ؛ علم النفس الرياضي ، ط١ : (النجف الاشرف ، ٢٠٠٩) ص١٨٠-١٨١ .

(٤) عكلة سليمان الحوري ؛ ميادئ على نفس التدريب الرياضي ، ط١ : (دار الاثير للطباعة ، ٢٠٠٨) ص٢٩ .

(٥) نزار الطالب ، ميادئ علم النفس الرياضي (مطبعة الشعب بغداد ، ١٩٧٦) ص٨٣ .

(١) أحمد أمين فوزي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص١٣١-١٣٢ .

٢-١-٣ ابعاد الشخصية

قسم ايزنك الشخصية الى ثلاثة ابعاد هي : (١)

٢-١-٣-١ البعد الاول : الانبساط – الانطواء : ومن خلال هذا البعد نجد شخصاً منبسطاً والآخر أمل انبساط والثالث أقل انبساط من الثاني الى ان يصل الى شخص انطواني والآخر اكثر انطوائية وهذا الاختلاف كفي في الدرجة وليس في النوع .

٢-١-٣-٢ البعد الثاني : العصابية – الاتزان الوجداني : نجد شخصاً عصابي بدرجة ما واخر اكثر عصابية والاختلاف في الدرجة وليس في النوع .

٢-١-٣-٣ البعد الثالث : الذهان – السواء : يحتل كل شخص موقعاً على الابعاد الثلاثة معاً في نفس الوقت أغلب الناس (ثلثي المجتمع) يقعون حول المنتصف بين الانطواء والانبساط يقع حوالي الثلث الباقي على الاطراف من خلال تجارب العلماء على بعض الانبساطيين والانطوائيين وحددوا ان للناس خصائص في الجهاز العصبي تؤدي الى ذلك حيث حددوا ان الشخص العصبي يرجع الى اختلال في الوراثة في درجة قابلية الجهاز العصبي للاستشارة وازافة الى ذلك العوامل البيئية التي تؤثر على شخصية الفرد .

٢-١-٤ نظرية النمط الانطوائي – الانبساطي ليونك : (٢)

ان اكثر نظريات الانماط شيوعاً هي نظرية يونك الذي يصنف شخصية جميع الاشخاص بمقتضاها الى ما يعرف بالشخصية الانبساطية ، الشخصية الانطوائية ، والليبدو لما يراه يونك يعرف على انه الطاقة النفسية **Psychic Energy** ففي حالة الانبساط توجه الطاقة نحو موضوعان خارجية كالفعاليات والاشخاص أما في حالات الانطواء فتوجه الطاقة نحو أمور داخلية كالخيارات واحلام اليقظة والافكار التي تركز حول الذات .

٢-٢ الدراسات المشابهة :

٢-٢-١ دراسة يوسف حمه صالح (٢٠٠٨) : (١)

سمة (الانبساطية – الانطوائية) وعلاقتها بالتفوق والتأخر الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية .

أهداف البحث :

(١) ثائر احمد غباري وخالد أبو شعيره ؛ سيكولوجيا الشخصية ، ط ١ ، (مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، ٢٠١٠) ص ١٣٤-

(٢) صابر خليفة ؛ مبادئ علم النفس : (عمان ، دار اسامة للنشر والتوزيع ٢٠٠٩)

ص ٢٤٨ .

(١) يوسف حمه صالح ؛ سمة (الانبساطية – الانطوائية) وعلاقتها بالتفوق والتأخر الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية ، (٢٠٠٨) .

١. التعرف على مستويات سمة (الانبساطية – الانطوائية) لدى الطلبة في المرحلة الاعدادية وبحسب الجنس والصف الدراسي .
٢. التعرف على دلالة الفروق في سمة (الانبساطية – الانطوائية) لدى أفراد العينة بحسب متغير الجنس والصف الدراسي .
٣. التعرف على دلالة الفروق في سمة (الانبساطية – الانطوائية) بين الطلبة المتفوقين والمتأخرين دراسياً بحسب الجنس والصف الدراسي .
٤. التعرف على العلاقة بين سمة (الانبساطية – الانطوائية) ومستوى التفوق والتأخر الدراسي لدى أفراد العينة وبحسب الجنس والصف الدراسي .

عينة البحث :

بلغت عينة البحث الاساسية ٢٤٠ طالباً وطالبة من الصف الرابع العام والخامس العلمي اختيرت بصورة طبقية قصدية من اثنتي عشرة مدرسة اعدادية وثانوية .

اهم الاستنتاجات :

١. على وسائل الاعلام كافة في اقليم كوردستان اقامة ندوات ولقاءات تربية لبحث الاسرة والمدرسة على احترام الجنسين من الطلبة وبالاخص البنت ومعاملتها بطريقة تشجيعها على تنمية الثقة بنفسها ودخولها مجالات الحياة ومشاركتها في الانشطة التي تساعد على بناء المجتمع كما هو الحال لدى الولد .
٢. ان التفوق والتأخر الدراسي قد يكونان نتيجة للعديد من المتغيرات داخل بيئة المدرسة مثل (أساليب المدرسين في ادارة الصف وأساليب تدريسيهم ، ووسائل التعليم المستخدمة) الامر الذي يدفع الباحث هنا الى ضرورة التوصية بالقاء الضوء على تلك المتغيرات نظراً لأسهامها في تأصيل التفوق والاقبال من تأثيرات التأخر الدراسي . لذا ينبغي على القائمين بأمر القرارات التربوية والتعليمية داخل المدرسة التأكد من تلك المتغيرات الخاصة بالتعليم لما لها من آثار بالغة الاهمية على متغير التفوق والتأخر الدراسي .

الباب الثالث

٣- منهج البحث واجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لكونه انسب المناهج وأقصر طريق لحل مشكلة البحث .

٣-٢ عينة البحث :

اشتملت عينة البحث على (٣٠) طالبة من طالبات المرحلة الاولى كلية التربية الرياضية جامعة ديالى للعام الدراسي (٢٠١٠-٢٠١١) واختيرت العينة

بالطريقة العشوائية عن طريق القرعة من مجتمع البحث والبالغ عددهن (٦٠) طالبة وتمثل ٥٠% من مجتمع الاصل .

٣-٣ وسائل جمع المعلومات والادوات المستخدمة في البحث :

٣-٣-١ وسائل جمع المعلومات :

لغرض جمع المعلومات استخدمت الباحثتان الوسائل الآتية :

• المصادر العربية والأجنبية .

٣-٣-٢ الادوات المستخدمة في البحث :

• ملعب كرة السلة .

• كرات سلة عدد (٨) .

• اهداف كرة سلة .

• اقلام رصاص .

• حاسبة يدوية .

٣-٤ اداة القياس : (١)

استخدمت الباحثتان مقياس فرايبورج* للشخصية قياس سمة الانبساطية والانطوائية لدى أفراد العينة وتكون المقياس من (٥٦) فقرة ايجابية - سلبية ومن مفتاحين هما (نعم - لا) .

ان أوزان العبارات الايجابية هي درجتان عند الاجابة بنعم ودرجة واحدة عند الاجابة بلا . وأوزان العبارات السلبية هي درجة واحدة عند الاجابة بنعم ودرجتان عند الاجابة بلا .

٣-٥ التجربة الاستطلاعية :

تعد التجربة الاستطلاعية تدريباً عملياً للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله اثناء عمله لتفاديها (٢) .

اجرت الباحثتان تجربتهما الاستطلاعية على عينة من خارج عينة البحث والبالغ عددهن (٥) طالبات في يوم الثلاثاء المصادف ٢٠١١/١/٤ والهدف منها معرفة مدى ملائمة فقرات المقياس للعينة والوقوف على السلبيات التي تواجه التجربة الرئيسية .

٣-٥ التجربة الرئيسية :

تم العمل بالتجربة الرئيسية على عينة البحث في يوم الاحد المصادف ٢٠١١/١/١٠ اذ جرى توزيع الاستمارات وتحليلها من قبل الباحثتان وكما مبين في اداة القياس وبعدها تم اجراء اختبار لمهارة الطبطة العالية بكرة السلة .

٣-٥ اختبار سرعة المحاورة : (١)

- الغرض من الاختبار : قياس سرعة المحاورة .

(١) نزار الطالب ، مصدر سبق ذكره ، ص ٩٦-٩٩ .

* ينظر ملحق رقم (١) .

(٢) قاسم المنذلاوي (وآخرون) ؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية : (الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٩٠) ، ص

١٠٧ .

(١) علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، ٢٠٠٤ ، ب ط ، ص ٤٩ .

- الادوات اللازمة : يستخدم اربعة كراسي توضع كما هو موضح بالرسم ، بحيث تكون المسافة بين خط البداية والكرسي الاول ٢٠ قدماً أي (٦) م في حين تكون المسافة بين بقية الكراسي ١٥ قدماً (٥,٤) م ، ساعة ايقاف ، كرة سلة .
 - مواصفات الاداء : على المختبر ان يقف خلف خط البداية والكرة امامه ، وعند سماع اشارة البدء عليه ان يلتقط الكرة ويقوم بجري الزجراج بين الكراسي مع المحاورة بالكرة ذهاباً واياباً وعليه عند العودة ان يتخطى خط البداية .
 - التسجيل : يجب الزمن الذي قطع فيه المختبر المسافة المحدودة ذهاباً واياباً ذلك من لحظة صدور الامر بالبدء وحتى تخطي المختبر لخط البداية وذلك بالثواني .

٣ ٨ الوسائل الاحصائية :

مج س

• الوسط الحسابي = $\frac{\text{---}}{ن}$ (٢)

ن

• الانحراف المعياري

$$(٣) \quad \frac{\text{مج س}^2 - (\text{مج س})^2}{ن - ١} = ع$$

• معامل الارتباط البسيط (بيرسون) :

ن مج س ص - (مج س) (مج ص)

(١)

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

(٢) وديع ياسين ومحمد حسن العبيدي ؛ التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية : (الموصل ، دار الكتب ، ١٩٩٩) ، ص ٢١٤ .

(٣) وديع ياسين ومحمد حسن العبيدي ؛ المصدر السابق .

(١) وديع ياسين ومحمد حسن العبيدي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ١٧٨ .

الباب الرابع

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

٤-١ عرض النتائج وتحليلها :

جدول رقم (١)

العلاقة بين السمة والمحاورة العالية بكرة السلة

المتغيرات	الوسط	الانحراف المعياري	الارتباط	الدلالة
المحاورة	١٠,٩٦٤٧	١,٣٠٦٤٠	-٠,٣٢	معنوي
السمة	٨٤,٨٦٦٧	٦,١٨٥٢٦		

ر الجدولية = ٠,٣٠ تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٨)

من خلال الجدول رقم (١) تبين ان الوسط الحسابي للمحاورة العالية هو (١٠,٩٦) وان الانحراف المعياري هو (١,٣٠) ، اما الوسط الحسابي لسمة الانبساطية والانطوائية فقد كان (٨٤,٨٦) وان الانحراف المعياري هو (٦,١٨) ، وقد اظهرت النتائج ان العلاقة بين المتغيرين بلغت (-٠,٣٢) .

٤-٢ مناقشة النتائج :

يتبين من الجدول رقم (١) ان العلاقة ما بين المحاورة العالية وسمة الانبساطية - الانطوائية بلغت (-٠,٣٢) وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٣٠) بدرجة حرية (٢٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) .
وبذلك توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين سمة الانبساطية - الانطوائية والمحاورة العالية بكرة السلة اذ اثبتت هذه الدراسة بأن سمة الانبساطية تؤثر ايجابيا على سير الاداء الحركي وعلى دقته ، أي كلما زاد مستوى الانبساطية ادى الى ارتفاع مستوى اداء المحاورة عالية وتتفق هذه الدراسة مع ما أكده (ناصر اللقاني) " عندما نصب تركيزنا على العالم الخارجي من الناس والاحداث ونوجه طاقتنا وانتباهنا صوب خارجنا ونحصل على طاقتنا من خلال الناس والاشياء والقيام بالافعال)^(١) .

في حين ان بأن سمة الانطوائية تؤثر سلبياً على اداء المحاورة ، أي كلما زاد مستوى الانطوائية ادى الى قلة اداء المحاورة وتتفق هذه الدراسة مع ما أشار اليه (ناصر اللقاني) " عندما نصب تركيزنا على عالمنا الداخلي من الافكار

(١) ناصر اللقاني ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ١٨ .

والخبرات ونوجه طاقتنا وانتباهنا صوب داخلنا ونحصل على طاقتنا من خلال تأمل وتبصر الأفكار والذكريات والاحاسيس " (٢) .

الباب الخامس

٥-الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

من خلال النتائج التي حصلت عليها الباحثان تم التوصل الى الاستنتاجات التالية :

١. توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين سمة الانبساطية ومهارة المحاوره العاليه بكرة السلة .
٢. توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين سمة الانطوائية ومهارة المحاوره العاليه بكرة السلة .

٢-٥ التوصيات :

- من خلال الاستنتاجات توصي الباحثان بما يلي :
٤. ضرورة التركيز على سمة الانبساطية الانطوائية في المناهج التدريبية .
 ٥. اجراء بحوث تتعلق بسمة الانبساطية والانطوائية على المهارات الاخرى لكرة السلة .
 ٦. اجراء بحوث اخرى مشابهة للبحث الحالي في الالعاب الاخرى .

(٢) ناصر اللقاني ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ١٨ .

المصادر

- ✓ احمد أمين فوزي ؛ مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم – التطبيقات : (القاهرة ، ٢٠٠٣) .
- ✓ ثائر احمد غباري وخالد أبو شعيره ؛ سيكولوجيا الشخصية ، ط ١ ، (مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، ٢٠١٠) .
- ✓ ثائر غباري وآخرون ؛ علم النفس العام ، ط ١ : (مكتبة المجتمع العربي ، ٢٠٠٨) .
- ✓ صابر خليفة ؛ مبادئ علم النفس : (عمان ، دار اسامة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٩) .
- ✓ عكلة سليمان الحوري ؛ مبادئ على نفس التدريب الرياضي ، ط ١ : (دار الاثير للطباعة ، ٢٠٠٨) .
- ✓ علي سلوم جواد الحكيم : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، جامعة القادسية ، ٢٠٠٤ ، ب ط .
- ✓ قاسم المندلأوي (وآخرون) ؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية : (الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٩٠) .
- ✓ محمد جسام عرب وحسين علي ؛ علم النفس الرياضي ، ط ١ : (النجف الاشرف ، ٢٠٠٩) .
- ✓ محمد عبد العزيز ؛ الاتجاهات النفسية ، ط ١ : (مكتبة المجتمع العربي ، ٢٠٠٧ م) .
- ✓ ١٠- محمود عبد الفتاح عنان ومصطفى حسين باهي ؛ مقدمة في علم نفس الرياضة : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٠) .
- ✓ ١١- ناصر اللقاني ؛ انماط الشخصية ومهارات العمل : (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ٢٠٠٩) .
- ✓ ١٢- نزار الطالب ، مبادئ علم النفس الرياضي (مطبعة الشعب بغداد ، ١٩٧٦) .
- ✓ ١٣- وديع ياسين ومحمد حسن العبيدي ؛ التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية : (الموصل ، دار الكتب ، ١٩٩٩) .

✓ ١٤- يوسف حمه صالح ؛ سمة (الانبساطية – الانطوائية) وعلاقتها بالتفوق والتأخر الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية ، (٢٠٠٨) .

بسم الله الرحمن الرحيم
(فقرات المقياس)
ملحق رقم (١)

ت	الفقرات	نعم	لا
١	انا دائماً مزاجي معتدل		
٢	يصعب علي ان اجد ما أقوله عند محاولة التعرف على الناس		
٣	أحياناً تسرع دقات قلبي أو تدق دقات غير منظمة بدون بذل مجهود عنيف		
٤	اشعر أحياناً ان دقات قلبي تعمل الى رقبتي دون ان اعلم عملاً شاقاً		
٥	افقد السيطرة على اعصابي ولكني استطيع التحكم فيها بسرعة أيضاً		
٦	يحمر أو يحتقن لوني بسهولة		
٧	أحياناً اجد متعة كبيرة في مضايقة أو معاكسة الاخرين		
٨	في بعض الاحيان لا احب رؤية بعض الناس في الشارع أو في مكان عام		
٩	إذا أخطأ البعض في حقي فأنني اتمنى ان يصيبهم الضرر		
١٠	سبق لي القيام بأداء بعض الاشياء الخطرة بغرض التسلية أو المزاح		
١١	إذا اضطررت لاستخدام القوة البدنية لحماية حقي فأنني افعل ذلك		
١٢	استطيع ان ابعث المرح بسهولة في سهرة مملة		
١٣	ارتبك بسهولة أحياناً		
١٤	اعتبر نفسي غير لبق في تعاملي مع الاخرين		
١٥	اشعر أحياناً بضيق في التنفس أو بضيق في الصدر		
١٦	اتخيل أحياناً بعض الضرر الذي قد يحدث نتيجة الاخطاء التي ارتكبتها		
١٧	اخجل من الدخول بمفردي في غرفة يجلس فيها بعض الناس وهم يتحدثون		
١٨	معدتي حساسة (اشعر بألم أو ضغط أو انتفاخ في معدتي)		
١٩	يبدو علي الخوف والاضطراب اسرع من غيري		
٢٠	عندما اصاب احياناً بالفشل فان ذلك لا يثيرني		
٢١	افعل اشياء كثيرة اندم عليا فيما بعد		

٢٢	الشخص الذي يؤذيني اتمنى له الضرر
٢٣	اشعر كثيراً بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوءة بالغازات
٢٤	عندما يغضب احد اصدقائي من بعض الناس فإنني ادفعه الى الانتقام منهم
٢٥	كثيراً ما افكر في ان الحياة لا معنى لها
٢٦	يسعدني ان اظهر اخطاء الآخرين
٢٧	يدور في ذهني غالباً عندما أكون وسط جماعة كبيرة احداث مشاجرة ولا استطيع مقاومة هذا التفكير
٢٨	يبدو علي النشاط والحيوية
٢٩	انا من الذين يأخذون الامور ببساطة وبدون تعقيد
٣٠	عندما يحاول البعض اهانتني فإنني احاول ان اتجاهل ذلك
٣١	عندما اغضب أو أثور فإنني لا اهتم بذلك
٣٢	ارتبك بسهولة عندما اكون مع اشخاص مهمين أو مع رؤسائي
٣٣	لا استطيع غالباً التحكم في ضيقي وغضبي
٣٤	احلم لعدة ليل في اشياء اعرف انها لن تتحقق
٣٥	يظهر علي التوتر والارتباك بسهولة عند مواجهة احداث معينة
٣٦	انا لسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة
٣٧	غالباً ما تدور في ذهني افكار غير مهمة تسبب لي الضيق
٣٨	اجد صعوبات في محاولة النوم
٣٩	اقول غالباً اشياء بدون تفكير واندم عليها فيما بعد
٤٠	كثيراً ما يراودني التفكير في حياتي الحالية
٤١	احب ان اعمل في الناس بعض المقالب غير المؤذية
٤٢	انظر غالباً الى المستقبل بمنتهى الثقة
٤٣	عندما تكون كل الامور ضدي فإنني لا افقد شجاعتي
٤٤	احب التنكيت على الآخرين
٤٥	عندما اخرج عن شعوري فإنني استطيع غالباً تهدئة نفسي بسرعة
٤٦	كثيراً ما استثار بسرعة من البعض
٤٧	اجد صعوبة في كسب الآخرين لصفى
٤٨	استطيع ان اصف نفسي بأنني شخص متكلم
٤٩	افرح أحياناً عند اصابة بعض من احبهم
٥٠	افضل ان تلحق بي اصابة بالغة على ان اكون جباناً
٥١	اميل الى عدم بدء الحديث مع الآخرين
٥٢	في احيان كثيرة افقد القدرة على التفكير
٥٣	كثيراً ما اغضب بسرعة من الآخرين
٥٤	غالباً ما اشعر بالانهاك والتعب والتوتر
٥٥	احياناً يراودني التفكير بأنني لا اصلح لأي شيء
٥٦	عندما افشل فإنني استطيع تخطي الفشل بسهولة