

## علاقة التوافق النفسي البدني الصحي بدقة المهارات الهجومية بكرة قدم الصالات لدى لاعبات منتخب كليات الجامعة

م.د حسنين ناجي حسين [Dr.hasanainnaji@gmail.com](mailto:Dr.hasanainnaji@gmail.com)

كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى

الكلمات المفتاحية: التوافق النفسي البدني الصحي

**Keywords: The psycho-physical health compatibility**

تاريخ استلام البحث : ٢٠١٨/١٢/٣١

**DOI:10.23813/FA/73/9**

**FA-201803-73P-96**

### مستخلص البحث:

ان التوافق النفسي البدني الصحي من الجوانب النفسية المهمة لجميع الالعاب الرياضية ومنها لعبة كرة القدم الصالات والقدرة على التعامل مع العوامل النفسية المتغيرة وضرورة امتلاك الصحة النفسية ومعرفة علاقتها بدقة المهارات الهجومية، لذي عمد الباحث دراسة علاقة التوافق النفسي البدني الصحي بدقة المهارات الهجومية بكرة قدم الصالات للاعبات منتخب الكليات بالجامعة، وقد استعمل الباحث المنهج الوصفي على عينة من لاعبات منتخب كليات الجامعة للعام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨ وعددها (١٠) لاعبات، وقد استنتج الباحث بعدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين التوافق النفسي البدني الصحي ومهارة الدحرجة ودقة التهديد ومعنوية الارتباط مع مهارة المناولة بكرة قدم الصالات للاعبات منتخب كليات الجامعة.

## **The Relationship of Psycho-Physical Health Compatibility with the Accuracy of Offensive Skills in Futsal for University Team Female-Players**

**By: Inst. Hasanain Naji Hussein  
College of Basic Education  
University of Diyala**

### **Abstract :**

The psycho-physical health compatibility which is one of the important psychological aspects in all sports including futsal, in addition to the ability of dealing with the changeable psychological factors, the necessity of possessing psychological health and knowing their relationship with the accuracy of offensive skills, all are the concern of this study. Therefore, the researcher studies intentionally the relationship between the psycho-physical health compatibility and the accuracy of offensive skills in futsal for the colleges female players of the university team. He applies the descriptive approach to a sample of these players in the academic year 2017-2018 . This sample consists of (10) female-players. The researcher concludes that there is no significant correlation between the psycho-physical health compatibility and the skills of dribbling and accurate shooting, while there is a significant correlation with the passing skill of the university futsal female-players.

## ١ - التعريف بالبحث:

### ١ - ١ مقدمة البحث واهميته :

اصبحت لعبة كرة القدم اللعبة الشعبية السائدة في العالم بسبب سهولة مزاولتها، اذا استقطبت الكثير من اللاعبين ومن مختلف البلدان لا يمنعهم اللون او الجنس او المعتقد او العمر او المستوى الثقافي وكونها لعبة ممتعة للجماهير سعى المعنيين والباحثين للارتقاء بها ودراسة جميع العوامل النفسية والبدنية المتعلقة بها. ان الانجازات الاكاديمية والتعليمية الحديثة التي افادت في رفع المستوى والانجاز الرياضي العالي الذي تحقق من قبل الرياضيين في الالعاب الرياضية المختلفة بصورة عامة لم تحدث صدفة وانما جاءت نتيجة لتطور مختلف العلوم الرياضية والفلسفية والنفسية والاجتماعية واتباع المتخصصين والمدربين المناهج الصحيحة والدراسات النفسية الحديثة تبين ان كثيراً من الاخفاقات وعدم الوصول الى نتائج رياضية جيدة ترجع الى عوامل واسباب نفسية كثيرة ، و التوافق النفسي واحدة من تلك المفاهيم النفسية المهمة للاعبات كرة القدم ، اذ يعد مفهوماً أساسياً لعلم النفس بصورة عامة و من المفاهيم الأساسية للصحة النفسية والبعد الاساسي الذي يفرض نفسه على الصحة النفسية فالصحة النفسية تقود الى توافق الفرد كما ان توافق الفرد يؤدي بدوره الى الصحة النفسية فالعلاقة جدلية بينهما فهي تأثير وتأثر (داود، ١٩٨٨ : ٥) ، كما ان الصحة النفسية والتوافق النفسية ليسا اسمين مترادفين لمفهوم واحد بل يعد التوافق مفهوماً اوسع واكثر شمولاً اذ انه يتمثل في انسجام الشخص وتناغمه مع ذاته ومع القيم الخلقية والروحية ومع الاخرين كما ان هدف الصحة النفسية هو تحقيق التوافق النفسي (الجسماني، ١٩٩٤ : ٤٣).

ومن خلال ما تقدم تكمن اهمية الدراسة ، في ان مفهوم التوافق النفسي الصحي البدني متغير مهم في اداء اللاعبات ، اذ ان دراسته وبحثه عملية ضرورية لذا ارتأى الباحث دراسة مستوى التوافق النفسي البدني الصحي لدى لاعبات منتخبات كليات جامعة ديالى وعلاقته بدقة اداء المهارات الهجومية بكرة قدم الصالات لدى لاعبات منتخب كليات الجامعة.

### ١ - ٢ مشكلة البحث:

ان التوافق النفسي من المفاهيم النفسية الاساسية المتصلة بشخصية الرياضي وصحته النفسية ومن العوامل المهمة لإيصال الرياضي للمثالية في الاداء وجزء مهم من الاعداد النفسية الى جانب الاعداد البدني والمهاري والخططي، ان قلة العناية بالأعداد النفسية للاعبات كرة القدم يعد من العوامل التي قد تؤدي الى ضعف الاداء المهاري للاعبات كرة القدم مما يؤثر على تحقيق الانجاز، ومما تقدم تتجلى مشكلة

البحث بالإجابة عن التساؤل التالي : هل للتوافق النفسي البدني الصحي علاقة بدقة المهارات الهجومية بكرة القدم الصالات للاعبات منتخب كليات الجامعة.

### ٣-١ اهداف البحث

ويهدف البحث الى :

١ – التعرف على مستوى التوافق النفسي البدني الصحي للاعبات منتخب كليات الجامعة.

٢ – التعرف على علاقة التوافق النفسي البدني الصحي بدقة المهارات الهجومية بكرة القدم للاعبات منتخب كليات الجامعة.

### ١ - ٤ فرضية البحث:

لا توجد علاقة بين التوافق النفسي البدني الصحي بدقة المهارات الهجومية بكرة القدم للاعبات منتخب كليات الجامعة.

### ١ - ٥ مجالات البحث فهي:

١-٥-١ المجال البشري: لاعبات منتخب كليات جامعة ديالى بكرة القدم الصالات.

١-٥-٢ المجال الزمني: الفترة من ٢٠١٧/٩/١٤ ولغاية ٢٠١٧/١٢/٣

١-٥-٣ المجال المكاني: ملاعب كليات جامعة ديالى.

### الباب الثاني

٢ – الدراسات النظرية والسابقة .

١-٢ الدراسات النظرية

٢-١-١ التوافق النفسي البدني الصحي :

ان التوافق النفسي من المفاهيم النفسية والاجتماعية واحد مظاهر الصحة النفسية اذ يعرف بأنه تفاعل الفرد مع بيئته المحيطة به وفقاً لقدراته وامكانياته لإشباع حاجاته ورغباته وفقاً للظروف الخارجية التي تملئها عليه تلك البيئة(عبد الحسن وعبد الزهرة، ٢٠١١: ١٨١) ويعرف بأنه العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الفرد مستهدفاً تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من جهة، وبينه وبين البيئة من جهة اخرى(نسيمة، ٢٠١٤: ١٢٥)، وان التوافق البدني الصحي مفهوم انساني يسعى لحل الصراعات ومواجهة المشكلات من اشباع واحباط وصولاً الى الصحة النفسية، ويختلف اللاعبون في قدراتهم واستعداداتهم الجسمية والعقلية وامكانياتهم الشخصية طبقاً للفروق الفردية فالتوافق النفسي البدني الصحي يتمثل بقدرة الفرد على مواجهة المواقف النفسية باتزان دون تسرع وتحمل الصعاب دون انهيار والحفاظ على

المستوى البدني والصحي بدرجة عالية من الاستقرار (مرسي، ١٩٧٩: ١١)، وان التوافق النفسي البدني الصحي يعني تقبل اللاعب لمظهره الخارجي والتمتع بحالة صحية جيدة خالية من الامراض سواء اكانت جسمية ام نفسية ام اجتماعية والتي تؤثر على صحته وحيويته وقدرته على الحركة والاتزان والاستمرار في التدريب او المنافسة دون اجهاد او ضعف لهيمته ونشاطه (احمد، ٢٠١٤: ٩١).

## ٢-١-٢ المهارات الاساسية بكرة القدم:

ان المهارات الاساسية احدي مكونات لعبة كرة القدم والعامل المهم لتنفيذ خطط اللعب، وتعد عماد الاداء وبدون اجادتها بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط صعبة، وتعد سلاح اللعب في الملعب من خلال قدرته على التحكم بالكرة بسهولة وبدون جهد زائد كما انها تساعد اللاعب على التغلب على المنافس، وان امتلاك اللاعب للمهارات الاساسية تساعد في تطبيق خطط اللعب والوصول الى مرمى المنافس وهي كل الحركات التي تؤدي بهدف محدد بقانون اللعبة وهي جوهر الانجاز خلال المباريات (سعد الله وخورشيد، ٢٠١١: ١٩٧)، وتعرف بانها الحركات التي يتحتم على اللاعب ادائها في جميع المواقف بغرض الوصول الى افضل النتائج مع الاقتصاد بالجهد (حسانين وعبد المنعم، ١٩٨٨: ١٥٣).

## ٢-٢ الدراسات السابقة:

### ٢-٢-١ دراسة شهباء احمد (٢٠١٤)

التوافق النفسي البدني الصحي وعلاقته بدقة بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة هدفت الدراسة الى : التعرف على علاقة التوافق النفسي البدني الصحي بدقة بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة

منهج الدراسة: اتبعت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية .  
عينة الدراسة: تكون مجتمع الدراسة الاصلي على طلبة المرحلة الرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة ديالى للعام الدراسي ٢٠١٢-٢٠١٣ وبلغ عددهم (٣٨) طالب.

## الباب الثالث

### ٣ - منهجية البحث و اجراءاته الحياتية

٣-١ منهجية البحث : استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة البحث.

### ٢-٣ مجتمع وعينة البحث

اشتملت على لاعبات منتخبات كليات جامعة ديالى ( ٢٠١٧/٢٠١٨ ) وبلغ (٧) فرق بمعدل (١٠) لاعبات لكل فريق بمجموع (٧٠) لاعبة، اما المقياس النهائي فتم تطبيقه على (١٠) لاعبات ويمثلون (٢٨،٤١%) من مجتمع الاصل .

### ٣-٣ الاجهزة والادوات ووسائل جمع المعلومات:

#### ١-٣-٣ الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

- ١- جهاز حاسوب لاب توب عدد (١) نوع (Dell) (صيني الصنع).
- ٢- اقراص ليزرية (CD) عدد (٤) (Imation) ، شريط قياس نسيجي لقياس المسافات بول (٢٠م) ، كرة قدم عدد (٥) (ياباني الصنع) .
- ٣- طبقات ملونة ، واشرطة دالة ، وشريط لاصق لتوضيح مناطق الدقة .
- ٤- ملعب كرة القدم للصالات قانوني ، استمارات لتفريغ البيانات .

### ٣ - ٢-٣ وسائل جمع المعلومات :

- ١- المراجع والمصادر العربية والاجنبية .
- ٢- الملاحظة والتحليل .
- ٣- الشبكة المعلوماتية العالمية (الانترنت) .
- ٤- الاختبار والقياس .

### ٣-٤ إجراءات البحث الميدانية :

#### ٣-٤-١ مقياس التوافق النفسي البدني الصحي:

بعد اطلاع الباحث على المصادر والمراجع ذات الصلة بمتغير البحث تم اعتماد مقياس التوافق النفسي البدني الصحي المعد من قبل (احمد ، ٢٠١٤) وفق الذي تم بنائه وتقنيته في العراق على عينة من طالبات جامعة ديالى، ويتكون المقياس من (١٥) فقرة، يحتوي على ثلاثة بدائل للإجابة (دائماً، احياناً، نادراً)، وتحسب الدرجة الكلية للمختبرة من خلال جمع الدرجات التي حصلت عليها من خلال الاجابة على فقرات المقياس، يحتوي المقياس العبارات السلبية ( ٣ ، ٧ ، ٨ ، ١٢ ، ١٥ ) . ما تبقى من الفقرات (عبارات ايجابية). وبذلك تكون اقل درجة تحصل عليها المختبرة (١٥) درجة واعلى درجة (٤٥)

### ٣ - ٤ - ٣ حساب الاسس العلمية لفقرات المقياس :

يعرف الصدق بأنه " الدقة التي يقيس بها الاختبار الغرض الذي وضع من اجله ) (محمد، ١٩٩٩: ١٣٣) وتهدف الاختبارات المعرفية ، في اغلب الاحيان الى قياس

بعض القدرات الادراكية والدقة التي يتم خلالها قياس القدرة الادراكية الواحدة ما هي في حقيقتها الا الصدق الذي هو شرط لتحقيق الصلاحية للاختبار او المقياس الكتابي، ولا شك في ان المقياس الذي يكون صالحاً لمجال معين يكون صادقاً لذلك المجال، اما اذا استخدم لغرض اخر غير الذي وضع من اجله فأن ذلك يؤثر على دقته (فرحات، ٢٠٠٠: ٦٧) ، وللصدق عدة انواع، وانواع الصدق ما هي الا طرائق تستعمل في جمع الادلة التي تثبت تمتع الاختبار او المقياس به ، وكلما قدم الباحث ادلة كثيرة على صدق مقياسه تثبت تمتع الاختبار او المقياس به ، وكلما قدم الباحث ادلة كثيرة على صدق مقياسه زادت ثقة مستخدميه لكونه يقيس حتماً ما اعد لقياسه، وقد استعمل الباحث هنا الصدق الظاهري ، وصدق الدراسات السابقة، وصدق البناء (التمييز).

### ٣-٤-٣-١ الصدق الظاهري :

يمكن استعمال النسب المئوية التي تعكس اتفاق آرائهم حول هذه الفقرة او تلك، في ايجاد الصدق الظاهري او استعمال (كا) في ذلك ولقد تم تحقيق هذا النوع من الصدق عندما تم عرض فقرات المقياس على (٥) من المختصين في ميدان البحث لتحديد صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس وقد بلغت نسبة اتفاق المحكمين (٨٠%)

### ٣-٤-٣-٢ الثبات :

وقد اعتمد الباحث باستخراج معامل الثبات المتعلقة بمقياسه المعتمد في البحث، عن طريق اتباع طريقة التجزئة النصفية للفقرات وذلك لملاءمتها هذه الدراسة والتباين ولأجل استخراج معامل الثبات بالطريقة المختارة عن طريق استخدامه معادلة (سبيرمان) كأساس لإيجاد معامل ثبات المقياس للسهولة، وعليه طبق المقياس على مجموعة من عينة البحث المقياس المكون من (١٥) فقرة وبعد معالجة اجاباتهم وتصحيحها ، قسم المقياس الى نصفين شمل النصف الاول اجابات التسلسل الفردي للفقرات وشمل النصف الثاني اجابات التسلسل الزوجي للفقرات ، اذ بلغ معامل الارتباط (٠,٨٥) وباحتمالية خطأ اصغر او يساوي (٠,٠٥) ، ظهر بأن فقرات المقياس ثابتة بدرجة جيد جداً وذات دلالة معنوية عالية .

### ٣-٤-٣-٣ الموضوعية:

يقصد بالموضوعية مدى ابتعاد النتائج عن الحكم الذاتي والتأثيرات الاخرى وان الاسلوب الذي وضع فيه المقياسين على وفق طريقة (ليكرت) يعد من الاختبارات الموضوعية لان عملية تصحيحها وفق الدرجة لكل تدرج وهذه العملية من التصحيح واستخراج النتائج لا تتأثر بذاتية المصححين وعليه يعد الاختبار موضوعياً .

### ٣-٤-٤-٤ الاسس العلمية للاختبارات المهارية :

#### ٣-٤-٤-٤-١ صدق الاختبار :

يعد الصدق من الصفات المهمة التي يجب ان يتصف بها الاختبار الجيد ، فالاختبار الذي لا يتمتع بنسب جيدة من الصدق لا يمكن ان يؤدي وظيفته والصدق ليست صفة مطلقة بمعنى انه لا يمكن القول ان هذا الاختبار صادقاً او غير صادق باللفظ المطلق انما تحده نسبة صدقه ، والصدق معناه ان يقيس الاختبار ما وضع لقياسه على ان يناسب قدرة المفحوصين ايضاً واستعمل الباحث الصدق الظاهري من خلال تحديد مكونات الاختبارات جميعها من الخبراء، ومن خلالهم تم الحصول على صدق الاختبارات، وكذلك استخرج الباحث الصدق الذاتي من خلال الجذر التربيعي للثبات وذكر(باهي، ١٩٩٩: ٢٦) نقلاً عن (ثورندائك وهاجان ) " ان الصدق هو تقدير لمعرفة ما اذا كان الاختبار يقيس ما نريد ان نقيسه به ، ولا شيء غير مما نريد نقيسه به " .

#### ٣-٤-٤-٤-٢ ثبات الاختبار:

الثبات يعني خلو الاختبار من الاخطاء غير المنتظمة التي يتعرض له القياس، بمعنى خلوه من الاخطاء العشوائية التي تضعف ثبات الاختبار، مثل عدم وضوح مفردات الاختبار او انخفاض دافعية المختبرين فضلاً عن التخلص من الاخطاء المنتظمة، " فالثبات يعني مدة الدقة التي يقيس بها الاختبار الظاهرة موضوع القياس (المندلأوي، ١٩٨٩: ١٠٧) ولغرض معرفة نقاء الاختبارات من الاخطاء، عمد الباحث الى اختبار عينة التجربة الاستطلاعية ومن ثم اعادة الاختبارات عليهم بعد مرور خمسة ايام ومن ثم معالجة بيانات الاختبارات احصائياً من خلال معامل الارتباط البسيط ( بيرسون).

#### ٣-٤-٤-٤-٣ موضوعية الاختبار :

الموضوعية تعني ان الاختبار غير خاضع للتقديرات الذاتية ، فالاختبارات الموضوعية تعني " الاختبارات كلها التي تخرج رأي المصحح او حكمه ، من عملية التصحيح لان الجواب محدد كما انها لا تتأثر بالعوامل الذاتية والشخصية للمصحح وتعني عدم اختلاف المقدرة في الحكم على شيء ما ... او على موضوع معين " (ناجي وبسطويسي احمد، ١٩٨٧: ١٣١) ولهذا حددت موضوعية الاختبارات من خلال المحكمين ، والجدول (١) يوضح قيم الاسس العلمية للاختبار .

### الجدول (١)

#### قيم مفردات الاختبارات ومعاملات الثبات والصدق الذاتي والموضوعية

ت	الاختبارات	الثبات	قيم الدلالة	الصدق الذاتي	الموضوعية	قيم الدلالة
١.	المناولة	٠,٨٥٥	٠,٠٠١	٠,٩٢٤	٠,٩٧	٠,٠٢٠
٢.	الدرجة	٠,٨٥٠	٠,٠٢٣	٠,٩٢١	٠,٩٦	٠,٠٤١
٣.	دقة التهديد	٠,٨٦١	٠,٠٠٤	٠,٩٢٧	٠,٩٨	٠,٠٠١

#### ٣-٤-٥ الاختبارات المهارية :

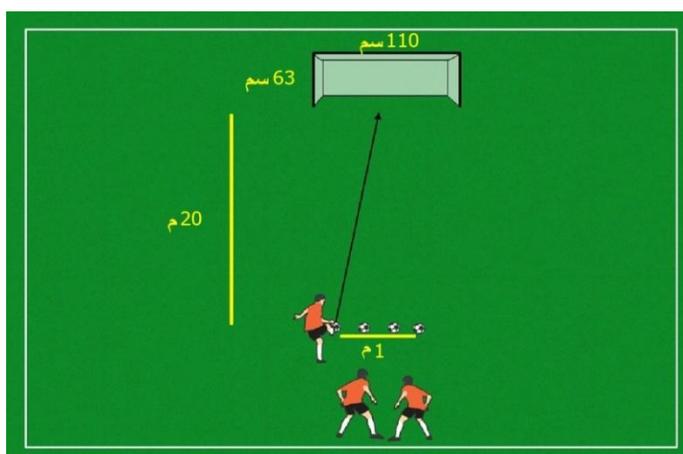
#### ٣-٤-٥-١ اختبار مهارة المناولة :

اختبار المناولة نحو هدف صغير يبعد مسافة ٢٠م (اسماعيل واخرون، ١٩٩١: ٧٧).  
 الهدف من الاختبار : قياس دقة المناولة .

الادوات المستعملة : كرات قدم عدد (٥)، وهدف صغير ابعاده (١٠سم × ٦٣سم).  
 اجراءات الاختبار : يرسم خط بطول (١م) على مسافة (٢٠م) عند الهدف الصغير وتوضع كرة ثابتة على خط البداية بحسب ما موضح في الشكل.  
 وصف الاختبار : يقف اللاعب خلف خط البداية مواجهاً للهدف الصغير ويبدأ عند اعطاء الاشارة بمناولة الكرة نحو الهدف لتدخل اليه وتعطى لكل لاعب (٥) خمس محاولات متتالية .

التسجيل : تحسب الدرجة بمجموع الدرجات التي حصل عليها اللاعب من مناولة الكرات الخمس وعلى النحو الاتي :

- درجتان لكل محاولة صحيحة تدخل الى الهدف الصغير .
- درجة واحد اذ مست الكرة القائم او العارضة ولم تدخل الهدف .
- صغر في حالة خروج الكرة عن الهدف الصغير.

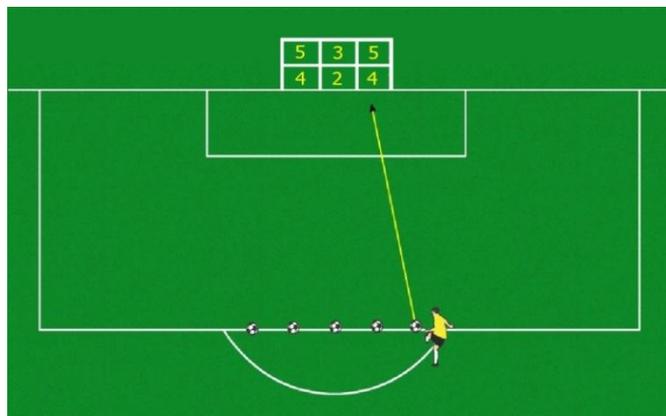


الشكل رقم (١)

٣-٤-٥-٢ اختبار الدحرجة ( حماد، ١٩٩٤ : ٢٢٢ ).  
اسم الاختبار : الدحرجة بين (٥) شواخص ذهاباً واياباً :  
الهدف من الاختبار : قياس القدرة على سرعة الدحرجة بتغيير الاتجاه .  
الادوات المستعملة : يحدد خط على بعد (٢م) من الشاخص الاول واربعة شواخص  
متتالية المسافة بين شاخص واخر (٥, ١م) ، كرات قدم ، ساعة توقيت ، صافرة .  
اجراءات الاختبار : بعد سماع المختبر اشارة البدء يقوم المختبر بدحرجة الكرة بسرعة  
واجتياز الشواخص الخمسة والعودة ايضاً والوصول الى خط البداية والنهاية بأسرع  
وقت .  
التسجيل : يحتسب الزمن لأقرب ١/١٠٠ من الثانية .

٣-٤-٥-٣ اختبار دقة التهديف (حماد، ١٩٩٤ : ٢٦٠).  
التهديف نحو مرمى مقسم الى مربعات :  
هدف الاختبار : قياس دقة التهديف نحو المرمى .  
الادوات : ( شريط لتعيين منطقة التهديف ، هدف كرة قدم قانوني ، ملعب كرة قدم ،  
كرات قدم عدد (٥)).  
طريقة الاداء : توضع (٥) كرات على خط الجزاء الذي يبعد ١٨ يارد عن خط المرمى  
والمسافة بين كرة واخرى (١ يارد ) حيث يقوم اللاعب بالتهديف في المناطق المؤشرة  
بالاختبار وحسب أهميتها وصعوبتها وبشكل متسلسل الكرة بعد الاخرى على ان يتم  
الاختبار من وضع الركض .  
طريقة التسجيل : تحتسب عدد الاصابات التي تدخل الاهداف المحددة من كلا الجانبين،  
اذ تحتسب درجات كل كرة من الكرات الخمسة كالاتي : تحتسب كل كرة بالنقاط  
المحدد للمنطقة المحسوبة مع مراعاة في حال مس الكرة للشريط تحسب للمنطقة

الاعلى حسب المناطق المرقمة، وصفر عند خروجها خارج حدود المرمى، (٥ درجات) الى المنطقة رقم (٥ ، ٤) درجات الى المنطقة رقم (٤ ، ٣) درجات الى المنطقة رقم ٣ درجات الى المنطقة رقم (٣ ، ٢) درجة الى المنطقة رقم (٢) درجة واحد الى المنطقة رقم (١) (العارضة والعمود) صفر خارج حدود المرمى .



الشكل رقم (٢)

٣-٥ التجربة الاستطلاعية : تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من لاعبات كليات منتخبات الجامعة بلغ عددهم (٥) لاعبات في يوم الاربعاء ٢٠١٧/١٠/١٨ وذلك لمعرفة مدى صلاحية تعديل الاختبارات والوقت المستغرق لأجراء الاختبارات وكذلك لتدريب فريق العمل المساعد على الاجراءات والواجبات استغرقت (٥٥٠) .

٣-٦ التجربة الرئيسية : بعد اجراء التجربة الاستطلاعية والاطلاع على الوقت المستغرق والتي بينت ان زمنها اقل من زمن الوحدة التدريبية (٩٠د) اجري الباحث التجربة في يوم الاربعاء ٢٠١٧/١٠/٢٥ وانتهت يوم الخميس ٢٠١٧/١١/٩ .

٣-٧ الوسائل الاحصائية : استعمل الباحث الحقيبة الاحصائية (SPSS) لاستخراج نتائج البحث وكالاتي ( النسبة المئوية ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط).

## الباب الرابع

٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

٤ - ١ عرض نتائج التوافق النفسي البدني الصحي الرياضي وبعض المهارات الاساسية (المناولة ، الدرجة ، دقة التهديد ) وتحليلها :

### جدول (٢)

قيم الاوساط الحسابي والانحراف المعياري للتوافق النفسي البدني الصحي وبعض المهارات الاساسية (المناولة ، الدرجة ، دقة التهديد)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	التوافق النفسي البدني الصحي	زمن	٣٠,٤٠	٥,٤٨
٢	المناولة	درجة	٨,٤٠	٢,٠١١
٣	الدرجة	زمن	٩,٧١	٠,٣٧
٤	دقة التهديد	درجة	١٧,٦٠	٢,٣١

تبين من الجدول (٢) بلغ الوسط الحسابي للتوافق الصحي البدني (٣٠,٤٠) والانحراف المعياري (٥,٤٨) ان اعلى مستوى لدرجات العينة اذا ما حسبت بالنسبة المئوية هو لمتغير التوافق البدني الصحي ويعادل (٧٠%) وافضل انحراف معياري اذا ما قورن بمستوى الدرجة الحاصلة عليها العينة.

اما الترتيب الثاني بمستوى الدرجات فكان لمهارة دقة التهديد وهي تعادل (٦٨%) وكذلك مستوى انحرافها المعياري ، اذا ما قورنت بمستوى الدرجة الحاصلة عليها العينة . اما مهارة المناولة فكان ترتيبها الثالث وهي تعادل (٥٦,٣٥%) وكذلك انحرافها المعياري ، اذا ما قورنت بمستوى الدرجة الحاصلة عليها العينة . اما الترتيب الاخير فكان لمهارة الدرجة وهي تعادل (٤٩,٩٦%) ، اما انحرافها المعياري فقد تساوى مع الانحراف العياري لمهارة المناولة اذا ما قورنت بمستوى الدرجة الحاصلة عليها العينة . وتظهر النتائج من خلال معدل مجموع الدرجات للمهارات الثلاث بالنسبة للعبة كرة القدم للصالات هو بمستوى (٥٨,١٠%) وهو مؤشر لضعف المهارات الاساسية لديهم وهذا يحق الهدف الاول للبحث.

٤ - ٢ عرض وتحليل قيم معامل الارتباط البسيط ونسبة الخطأ للتوافق النفسي البدني الصحي وبعض المهارات الاساسية (المناولة ، الدرجة ، دقة التهديف) ومناقشتها:

### جدول (٣)

قيم معامل الارتباط البسيط ونسبة الخطأ للتوافق النفسي البدني الصحي الرياضي وبعض المهارات الاساسية (المناولة ، الدرجة ، دقة التهديف)

المعالجات	المناولة	الدرجة	دقة التهديف
التوافق النفسي البدني الصحي	معامل الارتباط	٠,٤٩	-٠,١٧
	نسبة الخطأ	٠,١٥	٠,٦٦

تبين من الجدول (٣) وجود علاقة ارتباط سالبة وضعيفة بين متغير التوافق النفسي البدني الصحي ومهارة الدرجة والبالغة (٠,٢٢) والتهديف (٠,١٧) وتجد علاقة طردية واحدة بين التوافق النفسي ومهارة المناولة بلغت (٠,٤٩)، وتعني انه كلما كان هناك تحسن بالتوافق النفسي البدني الصحي لعينة البحث كان ذلك له تأثير على مستوى مهارة المناولة اذ بلغت نسبتها (٠,٤٩) وبنسبة خطأ اقل من المهارات الاخرى وبلغت نسبة الخطأ (٠,١٥) وهي اكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، ويعزو الباحث العلاقة السلبية بين التوافق النفسي البدني الصحي والمهارات موضوع البحث من خلال نسبة الخطأ والتي هي اكبر من مستوى الدلالة أي ان تنفيذ واداء المهارات كان بدرجة ضعيفة جداً وهذا انعكس على العلاقة بين التوافق النفسي البدني الصحي واداء تلك المهارات .

### ٤-٥ مناقشة النتائج :

من خلال نتائج الجداول (٢,٣) يتضح وجود علاقة سالبة بين التوافق النفسي البدني الصحي واداء مهارة الدرجة ودقة التهديف موضوع البحث، اذ يعزو الباحث السبب الى ضعف التدريب الواضح لمنتخبات فرق الكليات الجامعة وهذا ناتج عن قلة البطولات وكذلك قلة الكوادر التدريبية المتخصصة في مجال كرة القدم للصالات، مستوى اللاعبين من الناحية المهارية والخططية، فضلاً عن ذلك ان تجمع اللاعبين يتم قبل البطولة بأيام وبالتالي لا يستطيع اي مدرب اعطاء الوحدات التدريبية الكافية واعداد اللاعبين من الناحية النفسية بشكل يساعد على الوصول للأداء العالي للمهارة

علماء ان اغلب اللاعبات هم من اعمار كبيرة أي اكبر من الوقت الواجب تدريبهم على اداء واتقان المهارات، أي في فرق الفئات العمرية .  
اذ ان اللاعبة لاتصل الى التوافق النفسي الا من خلال التكيف مع الظروف التي تمر بها اثناء التدريب واللعبة اذ يصعب على الفرد تحقيق التوافق النفسي في ظل ظروف لا يستطيع التكيف معها فالإنسان يتكيف بيولوجيا ويتوافق نفسياً (عبد الحميد، ٢٠٠١: ٦٢-٦٧) وان هناك اختلافاً بين اللاعبات من حيث قدراتهم واستعداداتهم الجسمية والعقلية وامكانياتهم الشخصية في شتى المجالات، اذ ان هناك بعض اللاعبات تختلف طبيعتهم الجسمية عما هو مألوف عند الاخرين فطول القامة عن الحد اللازم او قصرها كالأقزام او ضخامة الجسم او نحافته بشكل كبير تجعل اللاعبة غير متوافقة مع نفسها ومع الاخرين ومع بيئتها ايضاً (مرسي، ١٩٧٩: ٣٠). وتوجد علاقة طردية خطية بين التوافق النفسي البدني الصحي ومهارة المناولة وان هذا التحسن كان له تأثير على مستوى مهارة المناولة وان التوافق من المتطلبات الاساسية لمهارة المناولة، اذ ان التوافق النفسي الايجابي يساعد على استثمار الطاقات وتحقيق النتائج الايجابية من خلال السيطرة على احداث البيئة المحيطة في التدريب (الحوري، ٢٠٠٦: ٣).

## الباب الخامس

### ١-٥ الاستنتاجات:

- من خلال ما تم الحصول عليه من نتائج استنتج الباحث ما يأتي:
- ١- ان التوافق النفسي البدني الصحي لعينة البحث تناسب مهارة المناولة في علاقته الاحصائية اكثر من مهارتي دقة التهديف والدرجة .
  - ٢- أن التوافق النفسي البدنية الصحي للاعبات هو بمستوى ( فوق المتوسط )
  - ٣- أن معدل مجموع الدرجات للمهارات الثلاث بالنسبة للوحدة التدريبية هو بمستوى (مقبول) دون المتوسط وهو مؤشر لضعف المهارات الاساسية لديهم .
  - ٤- عدم وجود علاقة ارتباط بين التوافق النفسي البدني الصحي ومهارتي الدرجة ودقة التهديف.

### ٥-٢ التوصيات:

- ١- تأكيد اجراء وحدات تدريبية منتظمة للمهارات الاساسية لكرة القدم الصالات .
- ٢- العناية بالأعداد النفسي وضرورة تمتع اللاعبات بالصحة النفسية.
- ٣- اجراء دراسات وبحوث مشابهة على الالعاب الرياضية الاخرى.

## المصادر:

- باسم نزهت السامرائي وطارق البلداوي، (١٩٨٧) ؛ بناء مقياس الاتجاهات نحو مهنة التدريس ، المجلة العربية للبحوث التربوية، المجلد ٥٧ ، العدد ٢٠ .
- بومعروف نسيم (٢٠١٤)، تأثير النشاط البدني الرياضي في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي للمراهق، مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية ، جامعة الوادي، العدد (٨).
- ثامر محسن اسماعيل واخرون، (١٩٩١) ؛ الاختبار والتحليل بكرة القدم ، الموصل ، مطبعة جامعة الموصل .
- سيد عبد الحميد مرسي (١٩٧٩) ؛ الارشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني ، ط ١ ، القاهرة ، مكتبة الخانجي.
- شهباء احمد، (٢٠١٤)، التوافق النفسي البدني الصحي وعلاقته بدقة بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة، مجلة كلية التربية الرياضية للبنات، المجلد ١٣ ، العدد ٢ .
- عبد علي الجسماني، (١٩٩٤) ؛ علم النفس وتطبيقاته الاجتماعية والتربوية ، بيروت ، الدرار العربية للعلوم.
- عزيز حنا داود، (١٩٨٨) ؛ الصحة النفسية والتوافق ، بغداد ، المديرية العامة للأعداد والتدريب ، مكتب المنتصر .
- علي عبد الحسن وحسين عبد الزهرة (٢٠١١)، التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء، المجلد (١١) العدد (٣).
- عمر ابو المجد، (٢٠٠١)؛ الالعاب التكنيكية والترويحية الحديثة لتطوير برامج تدريب الكبار والناشئين في كرة القدم، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر.
- عكلة سليمان الحوري (٢٠٠٦)، التوافق النفسي وعلاقته بالإنجاز الرقمي في فعاليات ركض المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة للاعبين الساحة والمضمار، بحث منشور ، شبكة المعلومات الدولية.
- فرات جبار سعد الله وهافال خورشيد، (٢٠١١)؛ التجريب المعرفي والعقلي للاعبين كرة القدم ، ط ١ ، عمان، شارع الملك حسين، مجمع الفحيص التجاري.
- قاسم حسن المندلوي واخرون، (١٩٨٩) ؛ الاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، الموصل ، مطبعة التعليم العالي.
- قيس ناجي وبسطويسي احمد، (١٩٨٧) ؛ الاختبارات ومبادئ الاحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة التعليم العالي .

- محمد عبد السلام احمد، (١٩٨١) ؛ القياس النفسي والتربوي ، م ١ ، القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية .
- محمد صبحي حسنين وحدي عبد المنعم، (١٩٨٨) ؛ التقويم والقياس في التربية الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- مصطفى حسين باهي، (١٩٩٩) ؛ المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق (الثبات ، الصدق ، الموضوعية ، المعايير ) ، ط ١ ، القاهرة ، مركز الكتاب والنشر .
- مفتي ابراهيم حماد، (١٩٩٤) ؛ الدفاع لبناء الهجوم في كرة القدم : ( القاهرة ، دار الفكر العربي .

### ملحق (١)

#### استمارة استبانة

#### مقياس التوافق النفسي البدني الصحي

#### عزيزتي اللاعبة :

يروم الباحث اجراء البحث الموسوم (( علاقة التوافق النفسي البدني والصحي بدقة المهارات الهجومية بكرة قدم الصالات للاعبات منتخب كليات الجامعة )) ويعرف التوافق النفسي الصحي والبدني : هو تقبل الرياضي لمظهره الخارجي والتمتع بحالة صحية جيدة خالية من الامراض سواء كانت جسدية او نفسية او اجتماعية والتي تؤثر على صحته وحيوته وقدرته على الحركة والاتزان والاستمرار في التدريب او المنافسات دون اجهاد او ضعف لهتمته ونشاطه .  
وقد تبنى الباحث مقياس التوافق النفسي البدني الصحي حسب ما تقتضيه الدراسة، وهو مجموعة من الفقرات يرجى قرأتها والإجابة عنها بما ينطبق مع شعورك الحقيقي، علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، بل إن جميع إجاباتكم تحظى باحترام الباحث وتقديره، وسوف لن يطلع عليها أحد، ولا تستعمل إلا لأغراض البحث العلمي، لذا كل ما يطلب منك هو الإجابة بصدق عن تلك الفقرات وبما يعبر عن انطباعتك الشخصي كما يرجو الباحث عدم ترك أية فقرة من دون إجابة وذلك بوضع علامة (✓) تحت البديل الذي تراه ينطبق عليك تماما .  
هذا ولك مني كل الاحترام والتقدير...

التوقيع: -

اسم اللاعبة: -

المواليد: -

الكلية:

**الباحث**  
**م.د. حسنين ناجي حسين**  
**مقياس التوافق النفسي الصحي والبدني**

ت	الفقرات	دائماً	احياناً	نادراً
١.	اشعر باضطراب معدل النبض عند اقل جهد			
٢.	انا راض عن مظهري الخارجي			
٣.	كثيراً ما اكون مفعماً بالنشاط اثناء التمارين في الدرس			
٤.	اشعر بضيق في التنفس قبل الامتحان.			
٥.	اعرق كثيراً في بداية الامتحان			
٦.	استعيد نشاطي بسرعة بعد الاداء السريع			
٧.	تناسق اعضاء جسمي يميزني عن باقي اللاعبين			
٨.	اتعب بسرعة عند القيام باي جهد			
٩.	اشعر بانني سالم من اي عائق نفسي او عقلي يمنعني من التمارين في الدرس.			
١٠.	انا واثق من قدراتي الجسمية في اداء تمارين المحاضرات والامتحان.			
١١.	اشعر بتوتر عصبي اثناء الامتحانات الصعبة .			
١٢.	ضغوط التمرين في الدروس او الامتحان لا تؤثر في قدراتي النفسية.			
١٣.	تضعف قابليتي البدنية من وقت لآخر .			
١٤.	تنتابني حالات من المرض قبل يوم الامتحان.			
١٥.	تتحسن حالتي النفسية قبل يوم الامتحان .			

## الملحق (٢) الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي

ت	اسم الخبير	التخصص	مكان العمل
١	أ.د غازي صالح محمود	علم النفس الرياضي	الجامعة المستنصرية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	أ.م.د كامل عبود حسين	علم النفس الرياضي	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٣	أ.م.د فراس عبد المنعم	علم النفس الرياضي	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤	أ.م.د سناريا جبار	علم النفس الرياضي	جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
٥	م.د جنان محمد نوروز	علم النفس الرياضي	مديرية تربية ديالى