Journal of Studies and Researches of Sport Education
spo.uobasrah.edu.iq



Self-efficacy and its relationship to the performance of certain fundamental skills using the hoop in rhythmic gymnastics

Authors: **Ayat Abbas Alwan[1]** **Huda Muaiad Ali[2]**
Tabarik Abbas Alwan[3] **Ammer Mohammed Khudhair**
University of Karbala / Department of Physical Education and Sport Sciences

Article information

Article history:
Received 30/06/2026
Accepted 28/09/2026
Available online 15, Nov ,2026

Keywords:

Artificial intelligence, strategic readiness, administrative bodies.

DOI:

https://doi.org/10.55998/jsrse.v36i6.1733

Journal of Studies and Researches of Sport Education
https://jsrse.edu.iq/index.php/home/index

Online ISSN: 2789-6560
Volume 36, Issue 6, 2026
Pages:174-187

Abstract

Through the researchers' experience and observation, it was noted that there is a significant disparity in the performance level of basic hoop skills among female students. Despite the continuous emphasis on physical aspects and skill repetitions within instructional or training curricula, this disparity persists. The researchers attribute this, in many cases, to the neglect of cognitive–psychological aspects, foremost of which is "Self–Efficacy"—defined as the student's awareness and confidence in her own feelings and capabilities to organize and execute the motor behavior required for successful skill performance. Weak self–efficacy may lead to feelings of hesitation or fear of failure while handling the hoop (such as the fear of dropping the apparatus or improper timing of throwing and catching), which negatively impacts the precision, fluency, agility, and overall motor performance.

Hence, the research problem lies in attempting to identify self–efficacy and its relationship with some basic hoop skills for female students in rhythmic gymnastics. The research aims to: Identify the level of self–efficacy and some basic hoop skills in rhythmic gymnastics for female students. Identify the nature of the correlational relationship between self–efficacy and those basic hoop skills in rhythmic gymnastics among the research sample. The researchers utilized the descriptive method via both survey and correlational approaches, due to its appropriateness for the nature of the investigated problem. The research population consisted of female students from the Colleges of Physical Education and Sports Sciences at the Middle Euphrates Universities for the academic year (2025–2026), totaling (124) students. The research sample included (100) students selected via the random sampling method. After conducting the tests, applying the instruments, and performing statistical analyses, the research reached the following conclusions: Female students at the Middle Euphrates Universities possess a high level of self–efficacy. There is a significant, positive correlational relationship between self–efficacy and the basic hoop skills in rhythmic gymnastics among the female students in the research sample.

©Authors, 2026. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.
This is an open-access article under the CC By 4.0 license (creative commons licenses by 4.0)

مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية
spo.uobasrah.edu.iq



الفعالية الذاتية وعلاقتها بأداء بعض المهارات الأساسية لأداة الطوق بالجمناستك الايقاعي

ايات عباس علوان [1]
هدى مؤيدعلي [2]
تبارك عباس علوان [3]
عامر محمد خضير [4]
جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

معلومات البحث

تاريخ البحث:
الاستلام: 2026/07/30
القبول: 2026/09/28
التوفر على الانترنت: 15 تشرين الثاني ,2026

الكلمات المفتاحية:
الذكاء الاصطناعي، الجاهزية الاستراتيجية، الهيئات الإدارية.

مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية
https://jsrse.edu.iq/index.php/home

Online ISSN: 2789-6560

مجلد 36 – العدد 6 2026

الصفحات: 174-187

الملخص

ومن خلال خبرة وملاحظة الباحثون، تبيّن أن هناك تفاوتاً ملحوظاً في مستوى أداء المهارات الأساسية بالطوق بين الطالبات، ورغم التركيز المستمر على الجوانب البدنية والتكرارات المهارية في المناهج التعليمية أو التدريبية، إلا أن هذا التفاوت يظل قائماً. ويرجع ذلك في كثير من الأحيان إلى إغفال الجوانب النفسية المعرفية، وعلى رأسها "الفاعلية الذاتية" ((Self-Efficacy)) وهي إدراك الطالِبة وثقتها بمشاعِرها وقدراتها الذاتية على تنظيم وتنفيذ السلوك الحركي المطلوب للنجاح في أداء المهارة. إن ضعف الفاعلية الذاتية قد يؤدي إلى شعور الطالِبة بالتردد أو الخوف من الفشل أثناء التعامل مع أداة الطوق (كخوف سقوط الأداة أو عدم ضبط توقيت الرمي والاستقبال)، مما ينعكس سلباً على دقة الانسيابية والرشاقة والأداء الحركي العام.، وتظهر مشكلة البحث في التعرف على الفعالية الذاتية وبعض المهارات الأساسية لاداة الطوق للطالبات بالجمناستك الايقاعي. وهدف البحث الى: – التعرف على الفعالية الذاتية وبعض المهارات الأساسية لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي للطالبات . –التعرف على العلاقة بين الفعالية الذاتية وبعض المهارات الأساسية لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي للطالبات , استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبي المسح والعلاقات الارتباطية لملاءمته لطبيعة البحث. و اشتمل مجتمع البحث على طالبات كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعات الفرات الأوسط للعام الدراسي (2025–2026) والبالغ عددهم (124) طالبة واما العينة الأساسية هي (100) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. واستنتج الباحث :– ظهر ان الطالبات بجامعات الفرات الاوسط بحدود المستوى العالي في الفعالية الذاتية. – وجود علاقة ارتباط حقيقية بين الفعالية الذاتية وكل من المهارات الأساسية لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي للطالبات بجامعات الفرات الأوسط .

©Authors, 2026. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.
This is an open-access article under the CC By 4.0 license (creative commons licenses by 4.0)

1-التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

ويُعد الجمناستك الإيقاعي من الأنشطة الرياضية الجمالية والتنافسية الفريدة التي تتطلب دمجاً عالياً بين الأداء الحركي الرشيق والموسيقى، والتحكم الفائق في الأدوات اليدوية المختلفة. وتعتبر أداة الطوق ((Hoop)) واحدة من أهم هذه الأدوات، حيث تتميز مهاراتها الأساسية (كالتدوير، الرمي والاستقبال، التدحرج، والمرجحة) بالتعقيد الحركي والحاجة إلى توافق عضلي عصبي دقيق، وسرعة استجابة حركية عالية، مما يضع لاعبة الجمباز تحت ضغط ذهني ونفسي مستمر طوال فترة الأداء.(Stroescu,2016) وتعتبر أداة الطوق من الأدوات التي تحتاج إلى دقة متناهية، وتوافق عضلي عصبي مركب، وسيطرة كاملة أثناء الحركات المختلفة كـ (الرمي، الاستقبال، الدحرجة، والتمرير)، مما يضع الطالِبة/اللاعبة تحت ضغط نفسي وبدني مستمر أثناء الأداء.(Ahmed et al., 2025)

وفي هذا السياق، يبرز مفهوم الفاعلية الذاتية ((Self-Efficacy)) كأحد أهم المتغيرات النفسية المؤثرة في السلوك الرياضي. وتشير الفاعلية الذاتية إلى مدى ثقة وفكرة الطالبة في قدراتها وإمكانياتها الذاتية على تنظيم وتنفيذ الإجراءات المطلوبة للتعامل مع المواقف المختلفة وتحقيق النجاح فيها. إن إيمان الطالبة المتعلمة لمهارات الجمناستك الإيقاعي بقدرتها على أداء مهارات الطوق المعقدة دون خطأ وبثقة عالية يلعب دوراً حاسماً في توجيه جهدها، وزيادة إصرارها ومثابرتها عند مواجهة الصعوبات الحركية، فضلاً عن تقليل حدة القلق والتوتر المرتبط بالأداء.(Adil & Suhair, 2021)

ومن هنا، تبلورت فكرة هذا البحث لدراسة الفاعلية الذاتية وعلاقتها بأداء بعض المهارات الأساسية لأداة الطوق في الجمناستك الإيقاعي، وذلك للوقوف على مدى التأثير الذي تحدثه الثقة بالنفس والاعتقاد بالقدرة الذاتية على جودة ودقة الأداء المهاري لهذه الأداة، مما قد يساهم في تقديم رؤية علمية وتطبيقية تفيد المدربين والعاملين في هذا المجال للاهتمام بالجانب النفسي لرفع مستوى الأداء المهاري لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

مما سبق تتضح أهمية البحث الحالي في التعرف على الفعالية الذاتية للطالبات وكذلك التعرف على العلاقة بينه وبين المهارات الأساسية بالجمناستك الايقاعي ،فالطالبة المتعلمة التي لديها فعالية ذاتية يتمتع بشخصية متزنة وهذا يساعد على تهيئة الطالبة لأداء المهارات بصورة جيدة للوصول إلى المستوى الأفضل بعيد عن أنواع الضغوط التي تلازم العملية التدريبية.

1-2 مشكلة البحث:

ومن خلال خبرة وملاحظة الباحثون، تبيّن أن هناك تفاوتاً ملحوظاً في مستوى أداء المهارات الأساسية بالطوق بين الطالبات، ورغم التركيز المستمر على الجوانب البدنية والتكرارات المهارية في المناهج التعليمية أو التدريبية، إلا أن هذا التفاوت يظل قائماً. ويرجع ذلك في كثير من الأحيان إلى إغفال الجوانب النفسية المعرفية، وعلى رأسها "الفاعلية الذاتية" ((Self-Efficacy)) وهي إدراك الطالِبة وثقتها بمشاعِرها وقدراتها الذاتية على تنظيم وتنفيذ السلوك الحركي المطلوب للنجاح في أداء المهارة.

إن ضعف الفاعلية الذاتية قد يؤدي إلى شعور الطالِبة بالتردد أو الخوف من الفشل أثناء التعامل مع أداة الطوق (كخوف سقوط الأداة أو عدم ضبط توقيت الرمي والاستقبال)، مما ينعكس سلباً على دقة الانسيابية والرشاقة والأداء الحركي العام.

، حيث تبين المشكلة في محاولة التعرف على الفعالية الذاتية وبعض المهارات الأساسية لاداة الطوق للطالبات بالجمناستك الايقاعي.

1-3 أهداف البحث :-

1- التعرف على الفعالية الذاتية وبعض المهارات الأساسية لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي للطالبات .

2-التعرف على العلاقة بين الفعالية الذاتية وبعض المهارات الأساسية لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي للطالبات .

1-4 فرضيتا البحث:

1- هناك علاقة ارتباط حقيقية بين الفعالية الذاتية وبعض المهارات الأساسية لاداة الطوق للطالبات بالجمناستك الايقاعي

1-5 مجالات البحث :-

1- 5-1 المجال البشري : أشتمل على طالبات كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة لجامعات الفرات الأوسط والبالغ عددهم (100) طالبة

1-5-2 المجال ألزماني : للمدة من 1/ 12/ 2025 ولغاية 2026/4/1.

1-5-3 **المجال المكاني** : القاعة المغلة في جامعات الفرات الاوسط .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:-

3-1 منهج البحث:-

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوبي المسح والعلاقات الارتباطية لملاءمته لطبيعة البحث.

3-2 مجتمع البحث وعينته :-

ان مجتمع البحث مكون من طالبات المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وكان عددهم (124) اما عينة البحث كانت (100) طالبة حيث اختيارهم بالطريقة العشوائية, جامعة كربلاء 35 , جامعة القادسية 30 , جامعة الكوفة 35 وان النسبة المئوية لعينة البحث هي (80.64%) .

3-3 أدوات البحث :-

1- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

2- المقابلات الشخصية.

3- **مقياس الفعالية الذاتية**

4- جهاز حاسوب نوع (**4 pinteurn**) عدد(1).

5- الاختبارات المهارية للمهارات الأساسية لاداة الطوق قيد البحث

6- أداة الطوق

7- بساط الجمناستك

8- كامرة تصوير عدد(4)

3-4 إجراءات البحث :-

3-4-1 المقياس المستخدمة في البحث:-

3- 4- 2وصف مقياس الفعالية الذاتية :-

استخدم الباحثون مقياس الفعالية الذاتية **(البرت باندورا)** والمتكون من (20) فقرة وموزعه على **المحاور الاربعة** من محاور المقياس فكان المحور الأول **(الثقة بالقدرة)** والمحور الثاني **(مواجهة التحديات)** والمحور الثالث **(تنظيم الذات)** والمحور الرابع **(التحكم الانفعالي)** وأيضا تم عرضها على

مجموعة من السادة الخبراء والمختصين من ذوي الخبرة والاختصاص من علم النفس العام وعلم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي لتحديد صلاحية الفقرات والبالغ عددهم (13) خبير وتمت موافقتهم 100% ، و حددت الأوزان من (1–5) درجات لكل فقرة ايجابيه ومن (5–1) الفقرات السلبية.

3–4–3 اختيار اختبارات تقويم الاداء للمهارات قيد البحث

اعتمد الباحثون على اختبارات تقويم الاداء الفني للمهارات برياضة الجمناستك الايقاعي على الشكل الظاهري للمهارة من خلال تقويم ثلاث محكمين في رياضة الجمناستك الايقاعي وان الدرجة الكلية من (10) درجات .

3–5التجربة الاستطلاعية :

أجريت التجربة الاستطلاعية بتاريخ (15–2026/2/16) على عينة مكونة من 10 طالبات من جامعة كربلاء لمقياس الفعالية الذاتية والمهارات الاساسية لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي في الساعة العاشرة صباحاً وبعد مرور 15 يوم تم اعادة التجربة بتاريخ (30–2026/2/31)وذلك للوقوف على المعوقات والصعوبات .

3–6 الأسس العلمية للمقياس والاختبارات:

3–6–1 الصدق : تم التحقق من صدق المقياس من خلال أيجاد الصدق الظاهري آذ تم عرض مقياس الفعالية الذاتية على مجموعة من الخبراء والمتخصصين وكانت نسبة الاتفاق ة100%

3–6–2 الثبات : لغرض التأكد من ثبات المقياس تم استخدام طريقة الاختبار واعادة الاختبار على المجموعة نفسها بعد خمسة عشر يوما من تطبيقه عليها لأول مرة، آذ تشير (Layla,2001) إلى أن "طريقة أعادة الاختبار تعد من أكثر الطرائق الإحصائية استخداماً في حساب معامل الثبات وخاصة في مجال التربية الرياضية فهي عبارة عن تطبيق الاختبار على مجموعة من الإفراد ويعاد اختبارهم مرة أخرى بالاختبار نفسه وبظروف الاختبار الأول نفسها ويجب أن لا تقل المدة بين الاختبارين عن أسبوع" وبعد جمع استجابات المختبرين تم معالجتها إحصائيا باستخدام معامل الارتباط(بيرسون)آذ ظهرت قيمة معامل الارتباط عالية .

3-6-3 الموضـــوعية: تعـرف الموضـوعية بأنهـا" مـدى تحـرر المحكـم أو الفـاحص مـن العوامـل الذاتيـة" وهـذا ماأشـارت اليـه(ليلـى) أي أن الاختبـار غيـر خاضـع للتقـديرات الذاتيـة ومـن اجـل اسـتخراج قـيم معامـل الموضـوعية لابـد مـن الاسـتعانة بموضـوعية الاختبـارات، ولهـذا قـام البـاحثون باسـتخراج موضـوعية الاختبـارات بإيجـاد معامـل الارتبـاط بـين درجـات مقـومين أثنـين (د حسـن علـي /جامعـة كـربلاء , د عـامر سـعيد /جامعـة بابـل) .وكانـت قـيم معامـل الارتبـاط عاليـة وهـذا يـدل علـى موضـوعية هـذه الاختبـارات، والموضح في جدول (2).

جدول (2) يبين الأسس العلمية للمتغيرات قيد البحث

ت	الاختبارات	معامـــل الثبات	الدلالـــــة الإحصائية	معامـــــل الموضوعية	الدلالـــــة الإحصائية
1-	مقياس الفعالية الذاتية	0.97	معنوي	مفتـــــاح التصحيح	معنوي
2-	اختبار الرمي والاستلام من الركض	0.87	معنوي	0.97	معنوي
3-	الوثب بالطوق من خلال الفقز بداخله	0.81	معنوي	0.95	معنوي
4-	الدحرجة على طول الذراع خلفا	0.89	معنوي	0.98	معنوي

3-4-4 التجربـة الميدانيـة الرئيسـة:نظـرا لاسـتكمال الإجـراءات التـي تؤهـل قيـام التجربـة الأساسـية والتـي أكـدت صـلاحية المقيـاس والتعـرف علـى تطبيـق الاختبـارات المهاريـة باشـر البـاحثون بتطبيـق المقيـاس والاختبـارات علـى إفـراد عينـة البحـث البـالغ عـددهم (100) طالبـة اسـتغرقت الاختبـارات(16) يومـا خـلال المـدة المحصـورة بـين2026/3/5 ولغايـة 2026/3/20 وتحـت الشـروط والتعليمـات نفسـها التـي ورد ذكرهـا فـي التجربـة الاسـتطلاعية وذلـك إرفـاق اسـتمارات المقيـاس مـع اسـتمارة الاختبـارات المهاريـة لكـل طالبـة لمعرفـة درجتهـا . وبعـد الانتهـاء مـن تنفيـذ التجربـة الأساسـية قـام البـاحثون بجمـع البيانـات الخاصـة بـإفراد عينـة البحث وترتيبها في جداول تمهيدا لتحليلها إحصائيا.

3-5 الوسائل الإحصائية : أعتمد الباحثون الوسائل الإحصائية المناسبة، الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات وتم استخدام الحقيبة في المواضيع الآتية :

1- قانون النسبة المئوي. 2. اختبار كا^2. 3- الوسط الحسابي. 4- الانحراف المعياري : 5- معامل الارتباط البسيط (بيرسون). 6- معنوية معامل الارتباط. 7-اختبار الزائي. 8- الالتواء

4- نتائج البحث، عرضها، تحليلها، مناقشتها

4-1التقدير الإحصائي لنتائج الطالبات .

4-2 نتائج مقياس الفعالية الذاتية وتحليلها ومناقشتها :-

الجدول (3) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف القيمة الزائية والدلالة لإفراد عينة البحث .

ت	المقياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	القيمة الزائية	الدلالة
1-	مقياس الفعالية الذاتية	233,37	20,62	% 8,84	22,31	معنوي

"من خلال استعراض نتائج الجدول (3) الخاص بمقياس الفاعلية الذاتية، يتضح أن الطالبات (عينة البحث) قد حققن وسطاً حسابياً مرتفعاً بلغ (233.37) وبانحراف معياري قدره (20.62)، وبقيمة زائية معنوية بلغت (22.31)، مما يشير إلى امتلاكهن مستوى عالٍ ومستقر من الفاعلية الذاتية، ويؤكد ذلك أيضاً انخفاض معامل الاختلاف الذي بلغ (8.84%) مما يدل على التجانس الكبير بين الطالبات في هذه السمة.

إن النجاح في أداء هذه المهارات التي تتطلب توافقاً عضلياً عصبياً عالياً وسرعة استجابة حركية فائقة لضبط مسار الطوق، ينعكس إيجابياً على الجانب النفسي للطالبات؛ فالخبرات التعليمية والتدريبية المتراكمة والتغلب على صعوبة التحكم في الأداة أدت إلى تعزيز "الفاعلية الذاتية" لديهن. وهذا يعني أن

الطالبات أصبحن يمتلكن اعتقاداً قوياً وثقة عالية في قدراتهن الذاتية على تنظيم وتنفيذ الحركات المطلوبة بنجاح ودون تردد أثناء العرض الإيقاعي.

ويؤكد التجانس العالي في إجابات الطالبات (معامل اختلاف 8.84%) أن المنهج التعليمي أو التدريبي المتبع قد ساهم بشكل متساوٍ في إزالة حاجز الخوف والاضطراب النفسي المرتبط بالرمي العالي للطوق أو تدحرجه على الذراع خلفا ، واستبداله بثقة نفسية عالية وجاهزية حركية متزنة.

4-1-3 عرض نتائج اختبارات المهارات الأساسية لاداة الطوق ومناقشتها :-

الجدول (4) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والخطأ المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لنتائج الطالبات لاداة الطوق في المتغيرات المبحوثة

المؤشرات الإحصائية / المتغيرات المبحوثة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	دلالة التوزيع
اختبار الرمي والاستلام من الركض	5.16	1.27	0.129	12.3	0.153	اعتدالي
الوثب بالطوق من خلال الفقز بداخله	5.84	1.03	0.098	4	0.44	اعتدالي
الدحرجة على طول الذراع خلفا	7.97	1.29	0.116	4.67	0.53	اعتدالي

"يبين جدول (4) اختلافاً وتبايناً في تقدير المتغيرات المبحوثة، فضلاً عن اختلاف قيمها الإحصائية تبعاً لطبيعة وصعوبة كل مهارة؛ ومن الملفت للنظر بأن جميع أفراد العينة حققوا التواءً مقبولاً (توزيعاً اعتدالياً) عند كل من المتغيرات المبحوثة, حيث تتميز رياضة الجمناستك الإيقاعي بخصوصية أدائية فريدة ترتبط بمدى التوافق العضلي العصبي، والرشاقة، والقدرة العالية على التحكم بأداة الطوق والربط بين حركات الجسم والأداة. ولذلك، كان لزاماً على كل طالبة تمارس هذه الفعالية أن تتعرف على المهارات الأساسية والمركبة الخاصة بالطوق وتتقنها بدرجة عالية من الدقة والانسيابية؛ حتى تمكنها من أداء التشكيلات

الحركيــة المتنوعــة بسلاســة فــوق بســاط العــرض, إن إتقــان هــذه المهــارات (كــالرمي والاســتلام، الوثــب، والدحرجــة) يعنــي تحقيــق أعلــى مســتويات الكفايــة البدنيــة والمهاريــة، ممــا يضــمن الحصــول علــى أفضــل تقيــيم للأداء الفني والجمالي مع الاقتصاد في بذل الجهد والحد من الأخطاء الفنية الفردية."

ويشـير (احمـد عبـد الحمـزه) الـى إن إتقـان المهـارات يعنـي الحصـول علـى النتـائج مـع الاقتصـاد فـي بـذل الجهد والعكس صحيح (Ahmed, 2006)

4-3 علاقة الفعالية الذاتية بأداء بعض المهارات الأساسية لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي:

الجـدول (5) يبـين عـرض نتـائج علاقـة الارتبـاط الفعاليـة الذاتيـة بـأداء بعـض المهـارات الأساسـية لاداة الطوق

المؤشرات / المتغيرات الإحصائية / المبحوثة	قيمة معامل الارتباط المحسوبة	قيمة(ت ر) لمعنوية معامل الارتباط المحسوبة	الدلالة
الفعالية الذاتية-اختبار الرمي والاستلام من الركض	0.48-	6.79-	معنوي
الفعالية الذاتية- اختبارالوثب بالطوق من خلال الفقز بداخله	0.45-	6.26-	معنوي
الفعالية الذاتية- اختبار الدحرجة على طول الذراع خلفا	0.42-	5.75-	معنوي

* تبلغ قيمة معنوية معامل الارتباط(ت ر) الجدولية(1.98)عند درجة حرية(98)ومستوى دلالة(0.05)

مـن خـلال ملاحظتنـا للجـدول (5)، إن قيمـة معامـل الارتبـاط المحسـوبة بـين الفاعليـة الذاتيـة واختبـار دقـة الرمـي والاسـتلام مـن الـركض لأداة الطـوق بلغـت (0.48-)، وعنـد الاسـتدلال عـن معنويـة الارتبـاط (ت ر) ظهـرت قيمـة معنويـة معامـل الارتبـاط المحسـوبة والبالغـة (6.79-)، وعنـد مقارنتهـا بالقيمـة الجدوليـة البالغـة (1.98) وعنـد مسـتوى دلالـة (0.05) وبدرجـة حريـة (98) تبـيّن أن القيمـة المحسـوبة أكبـر مـن القيمة الجدولية.

وهـذا يـدل ذلـك علـى أن هنالـك علاقـة ارتبـاط معنويـة بـين الفاعليـة الذاتيـة واختبـار دقـة الرمـي والاسـتلام مـن الركض لأداة الطوق في الجمناستك الإيقاعي.

ويـذكر(احمـد فاضـل)إن هـذا الارتبـاط يعكـس الحالـة المعنويـة للاعبـة بصـورة مباشـرة، وأن التـدريب المسـتمر يقود إلى زيادة الثقة بالنفس وإمكانية التعامل مع الضغوط والصعوبات الواقعية للمنافسة.

إن التجـارب والخبـرات التـي تكتسـبها الطالبـات عـن طريـق التـدريب الممـنهج تسـاعد علـى تحسـين قـدراتهن فـي أداء مهـارة الرمـي والاسـتلام بـالطوق، مـن خـلال الـربط والتفاعـل بـين الخبـرات الجديـدة والخبـرات والتجـارب القديمـة التـي اكتسـبتها الطالبـات سـابقاً، والـذي يـؤدي بـدوره إلـى التكيـف والارتقـاء بمسـتوى المهـارات الحركية للطالبات.

"ويـرى(Assam,2002)"إن إعـداد اللاعـب بـدنيا ومهاريـا بشـكل جيـد يـؤثر فـي الطاقـة النفسـية باعتبـار إن لياقـة الجسـم تعـد جـزءا مهمـا مـن الصـحة النفسـية فضـلا عـن تـأثير الطاقـة النفسـية فـي إعـداده بـدنيا ومهاريـا مـن خـلال الاتـزان والشـعور بفعاليـة ذاتيـة جيـد للاعـب قبـل وفـي إثنـاء المنافسـة والتـي تـؤدي إلـى قلـة الأعبـاء النفسـية وبالتـالي الوصـول إلـى حالـة نفسـية وبدنيـة ومهاريـة جيـدة ."ولتوضـيح مسـتوى نمـو الصـفة فـان علـى المـدرب إن يـنظم التـدريب بشـكل يسـمح باسـتخدام تمرينـات خاصـة تجبـر اللاعـب علـى إظهـار قـوة إراديـة عالية جداً"

وأظهـرت قيمـة معامـل الارتبـاط المحسـوبة بـين الفاعليـة الذاتيـة واختبـار دقـة الوثـب بـالطوق مـن خـلال القفـز بداخلـه (0.45-) ، وان معنويـة الارتبـاط والبالغـة (6.26)، وعنـد مقارنتهـا بالقيمـة الجدوليـة (1.98) تبيّن أن القيمة المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية.

ويـدل ذلـك علـى أن هنالـك علاقـة ارتبـاط معنويـة بـين الفاعليـة الذاتيـة واختبـار دقـة الوثـب بـالطوق مـن خـلال القفز بداخله في الجمناستك الإيقاعي.

ويعـزو البـاحثون سـبب ذلـك إلـى أن الطالبـات أثنـاء تـأديتهن لاختبـار دقـة الوثـب بـالطوق والقفـز بداخلـه كـنَّ بعيـدات عـن الخـوف والتـردد، فتميّـزنَ بإتقـانهنّ لهـذه المهـارة بصـورة جيـدة، واسـتقرار الحالـة الصـحية وشـعورهنّ بأمن نفسي جيد.

ويؤكـد (Ammer,2008) "إن امـتلاك اللاعـب لمبـادئ أساسـية جيـدة للعبـة سـترفع مـن ثقتـه بنفسـه وتجعلـه يشعر بالراحة والاطمئنان عند القيام بالحركات التكنيكية المطلوبة إثناء التدريب والمباراة".

ومن هنا نرى أن الارتباط وثيق بين النواحي المهارية والنواحي النفسية والتربوية التي تؤثر على الحالة المعنوية للطالبة بصورة مباشرة، وأن التدريب يقود إلى زيادة الثقة بالنفس وإمكانية التعامل مع الضغوط والصعوبات الواقعية للمنافسة.

"وأظهرت قيمة معامل الارتباط المحسوبة بين الفعالية الذاتية واختبار مهارة الدحرجة على طول الذراع خلفاً بأداة الطوق بالجمناستك الإيقاعي التي بلغت (0.42−)، وان معنوية الارتباط (ت ر) والبالغة (5.75−)، وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية والبالغة (1.98) تبين انها اكبر من الجدولية ، فإنه يدل على إن هنالك علاقة ارتباط معنوية بين الفعالية الذاتية واختبار مهارة الدحرجة على طول الذراع خلفاً بأداة الطوق بالجمناستك الإيقاعي للاعبات.

ويعزو الباحثون السبب أنه كلما كانت الاختبارات خلال الوحدات التدريبية كاملة وبدون خلل، وهذا ما يؤكد لنا تركيز المدربين على النواحي كافة وعدم إغفال أي ناحية ذات أهمية بالنسبة للطالبات، مما ساعد على ارتفاع أدائهن خلال الاختبارات وفقدان التذبذب في المستويات. ويشير (Qasim,2006) "إن التجارب والخبرات التي يكتسبها اللاعبين عن طريق التدريب تساعد على تحسين قدراتهم في أداء هذه المهارة من خلال الربط والتفاعل بين الخبرات الجديدة والخبرات والتجارب القديمة التي اكتسبها اللاعبين سابقاً والذي يؤدي إلى التكيف والارتقاء بمستوى المهارات الحركية للاعبين". لذلك تميزت الاختبارات المهارية والنفسية بالراحة والاستقرار للطالبات وكيفية التعامل مع أجواء الاختبارات بجدية.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

1- اتسمت طالبات جامعات الفرات الاوسط بالشعور بالفعالية الذاتية .

2- وجود علاقة ارتباط حقيقية بين الفعالية الذاتية للطالبات بجامعات الفرات الأوسط لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي.

4- وجود علاقة ارتباط حقيقية بين الفعالية الذاتية وكل من المهارات الأساسية لاداة الطوق بالجمناستك الايقاعي للطالبات .

5- 2 التوصيات

1- الاهتمام بالعامل النفسي للطالبات وليس فقط بالعامل البدني والمهاري والخططي والمعرفي في الوحدات التدريبية والفعالية الذاتية التي يتسم بها الطالبات (على وجه التحديد)،للتعامل على أساسها سواء إثناء التدريب او المسابقات.

2- إن زيادة الفعالية الذاتية للطالبات يؤدي إلى انخفاض سمات(العدوانية) و(السيطرة والتسلط) و(الاستثارة والتوتر).

3- الحد من ظهور المشكلات والظواهر النفسية الانفعالية في أثناء الوحدات التدريبية التي تؤدي إلى ظهور المشكلات الاجتماعية والنفسية

4- إن اطلاع الطالبات على حقيقة حالتهم النفسية وما مقدار قوة وضعف لديهن يؤدي إلى نوع من التوازن النفسي الذي يشجعهم على معالجات نفسية ناجحة والى تقليل التوجيه والإرشاد من قبل المدرب في هذا الجانب.

الشكر والتقدير

تعرب الباحثة عن شكرها لعينة البحث وجميع الكادر المساعد وأيضا كل من ساهم بأنجاز هذا العمل

تضارب المصالح

يعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

(ايات عباس علوان)

Thank you for your attention.

We gratefully acknowledge the research sample and all people work to done this work.

Conflict of Interest Statement:

The authors declare that they have no conflict of interest.

(Ayat Abbas Alwan)

References

Adil, O., & Suhair, R. (2021). The effect of the flipped learning strategy in learning the skills of turning the figure in the form of a number & and the front waltz step with turning in your rhythmic gymnastics. Journal of Studies and Researches of Sport Education, 31(3), 232–247.

Ahmed, D., Hammad, S. H., Mushref, A. J., & Nasser, M. M. (2025). The effect of mobile learning technology using QR Code in improving some floor movement skills in artistic gymnastics. Journal of Sports Education Studies and Research, 35(1), 76–86.

Al-Khaikani, A. S. (2008). Constructing and applying a personality traits scale for advanced football players. University of Babylon Journal of Human Sciences, 15(2).

Al-Nahi, E. M. A. R. (2002). Psychological security and its relationship with the level of emotional arousal among basketball players [Master's thesis, University of Mosul, College of Physical Education].

Farhat, L. A. (2001). Measurement and testing in physical education (1st ed.). Cairo: Al-Kitab Publishing Center.

Hamza, A. A. (2006). The effect of a proposed training field on developing motor control of selected basic football skills among 14-year-old players [Doctoral dissertation, University of Babylon, College of Physical Education].

Hussein, A. F. (2013). Self-efficacy among female players and its relationship with social support and the level of skill performance in volleyball [Master's thesis, University of Babylon].

Stroescu, S. (2016). Using Motor Skills Tests in the Selection of Women Gymnasts for Learning the “Forward Danilova” on Beam. The European Proceedings of Social and Behavioural Sciences.

Qasim, L. (2005). Topics in motor learning. Baghdad: College of Physical Education.