

دراسة مقارنة في مستوى الاستثارة الانفعالية بين لاعبي الفرق المشاركة ببطولة
الجامعات العراقية لبعض الالعاب الفرقية

م.د. سمير صبري حسن

قسم النشاطات الطلابية

جامعة ديالى

ملخص البحث العربي:

تتضمن الدراسة الحالية على المقدمة واهمية البحث حيث ان الاساليب الحديثة في علم النفس الرياضي تسهم بفعالية في تحقيق الفوز للرياضيين , وكان هدف البحث الحالي, هو التعرف على الفروقات المعنوية في مستوى الاستثارة الانفعالية بين الالعاب الرياضية (كرة القدم -كرة السلة- وكرة الطائرة) لدى لاعبي منتخبات جامعة كركوك.

بلغ عدد عينة البحث (120)لاعب وتم الاعتماد على مقياس الاستثارة الانفعالية حيث يتكون من (27)فقرة وتم اجراء التجربة الاساسية لعينة البحث و بأستخدام (spss) الحقيبة الاحصائية لاستخراج النتائج ومن خلال الباب الرابع تم عرض النتائج واتضح ان هنالك فروق بين اندية فرق (القدم ,السلة ,الطائرة) في مستوى الاستثارة الانفعالية .وكانت اهم النتائج :

- 1- ظهور ارتفاع في درجة الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي كرة الطائرة مقارنة مع السلة وكرة القدم .
- 2- تفوق بعد الثقة بالنفس على بعدي قلق الحالة (المعرفي والبدني لدى الاعبين.
- 3- تفوق لاعبي كرة القدم الثقة بالنفس لحالة الاستثارة الانفعالية.

**A comparative study of the level of emotional arousal among players participating
in the Iraqi universities championship in volleyball, basketball, and foot**

Dr. Sameer Sabri Hasan / Diyala University / Department of Student Activities

Research Summary:

The current study includes the introduction and the importance of research, as modern methods in sports psychology contribute effectively to achieving victory for athletes, and the aim of the current research was to identify the moral differences in the level of emotional arousal between sports (football - basketball - volleyball) at Kirkuk University teams

The sample number reached (120) players, and the emotional arousal measure was relied upon as it consists of (27) items. The basic experiment of the research sample was conducted using the (spss) statistical bag to extract the results. Through the fourth chapter, the results were presented and it became clear that there are differences between the teams of Al-Qadam. Basket, plane) in the level of emotional arousal. The most important results were:

- 1-The appearance of an increase in the degree of emotional arousal among volleyball players, compared to basketball and football.
- 2- After self-confidence, he outweighed the two dimensions of anxiety (cognitive and physical) among the players.
- 3- Football players outperform the emotional arousal.

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث

في السنوات الاخيرة اصبحت النظريات والاساليب المنبثقة من علم النفس الرياضي تسهم بفاعلية مميزة في تحقيق الفوز للرياضيين والوصول الى الانجاز للفرق الرياضية , ومدى تأثر الرياضة بالحالات النفسية او بمدى تأثير العمليات النفسية على نوع الفعالية الرياضية . وهذا يشير الى تزايد العلاقة المتفاعلة بين علم النفس وعلوم الرياضة المختلفة , ويبدو ان الهدف العام من دراسة الشخصية الرياضية هو التوصل الى تعميمات وظيفية تعطي الفرصة والامكانيات لتفسير سلوك الرياضي والتنبؤ به اذا امكن ذلك . وتعد الانفعالات من اهم الظواهر النفسية التي تؤثر على اداء الرياضيين , وان هذا التأثير قد يكون ايجابيا يدفعهم لبذل المزيد من الجهد وبصورة سلبية تعوق الاداء

وتزايد الاهتمام بتدريب الرياضي على المهارات النفسية ،ومن المفترض ان يواكب ذلك تطور المقاييس النفسية التي تعيد في معرفة فعالية وتأثير مثل هذه البرامج الخاصة بالأداء النفسي ،وربما كانت الاتجاهات الرئيسية المتوقعة تؤدي الى طلب المزيد من البحوث لمعرفة الفروق بين حالة الاستثارة الانفعالية ونوع الفعالية الرياضية وحالة الثقة بالنفس "وهناك الكثير من الدراسات التي اهتمت بالتمييز بين نوع الاستثارة الانفعالية كحالة وكسمة " ولكون المنافسة تتحدد بدرجة كبيرة فيما يجب ان يفعله الفرد في انجاز الاهداف المراد تحقيقها ،كالفوز على المنافس وموقف المنافسة يتحدد من خلال متطلبات البيئة بالنسبة للفرد ، وان هذه المتطلبات تتضمن بعض مصادر الاستثارة الانفعالية بالنسبة للفرد منها ما يرتبط بالعوامل الاجتماعية ومنها ما يرتبط بالعوامل البدنية ، اذ ان المنافسة تعد بمثابة موقف تقويمي لقدرات وانفعالات الفرد فانه من المتوقع ان تتضمن مصادر عديدة تعد نوعا من الاستثارة الانفعالية بالنسبة للفرد"

وربما تختلف الاستثارة الانفعالية تبعا للنشاط الرياضي الممارس فمتغيرات لعبة كرة السلة او القدم والتي يكون فيها اللاعب في تماس مباشر مع الخصم قد تختلف عن المتغيرات التي يتعرض لها لاعب كرة الطائرة. وفي ضوء ذلك اهتمت الدراسة الحالية بتناول حالة الاستثارة الانفعالية المنافسة لدى لاعبي (كرة القدم ،كرة السلة ،وكرة الطائرة)0

1-2 مشكلة البحث :

تعتبر الانفعالات النفسية احد المتغيرات المهمة للرياضيين وخاصة مفهوم الاستثارة الانفعالية الذي يؤثر بشكل مباشر على اداء المهارة حيث ان لها علاقة مهمة في الاداء ولها دور مهم في التأثير في الصفات البدنية للاعبين وخاصة الالعب الفرقة و ان العامل النفسي هو احد اركان الاساسية في تحديد كيفية الحصول على المراكز والانجازات ومن هنا انبثقت مشكلة البحث الحالي في تحديد الفروق بين الاندية المشاركة والتعرف على العوامل النفسية للاعبين وبشكل دقيق و يتفق اغلب من المختصين في مجال علم النفس بأن الرياضيين يشعرون بدرجات مختلفة من الحالات النفسية والتي تؤثر على مستوى ادائهم،وان التفوق في رياضة معينة مرهون ر بمدى ملائمة الحالات النفسية للفرد و بطبيعة المتطلبات والخصائص المميزة لنوع الفعالية.

3-1 هدف البحث

1- التعرف على الفروقات المعنوية في مستوى الاستثارة الانفعالية بين الألعاب الرياضية (كرة القدم - كرة السلة - وكرة الطائرة) للاعبين منتخبات جامعة كركوك

4-1 فرضية البحث

1- وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الاستثارة الانفعالية للاعبين الفرقية المحددة (كرة قدم - كرة الطائرة - كرة السلة) .

5-1 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : لاعبي منتخبات جامعة كركوك (كرة قدم - كرة الطائرة - كرة السلة) .

2-5-1 المجال الزمني : الفترة من 2019/2/12 لغاية 2020/2/1

3-5-1 المجال المكاني : ملاعب وقاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (جامعة كركوك)

6-1 تحديد المصطلحات

1-6-1 الاستثارة " بانه انفعال ذاتي مباشر ومرتفع الشدة يحدث عند ادراك التهديد او الخطر في المواقف الرياضية التنافسية التي تهدد مكانة الفرد" .

1-6-2 حالة الاستثارة الانفعالية عرفه (7 : 190) : "بانه الحالات التي تتتاب اللاعب من توترات كنتيجة لاحداث المنافسة وما يرتبط بها من مثيرات او احداث

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة**2-1 الدراسات النظرية****2-1-1 مفهوم الاستثارة الانفعالية ونظرياتها :-**

لقد ظهرت بعض التعاريف التي تبين مفهوم مصطلح الاستثارة الانفعالية: فهو " عبارة عن حالة تمتاز بقوة ورغبة في عمل سلوك معين اما ارنوف فبين ان " الانفعالات او الوجدانيات حدث داخلي لان هذا الحدث قد يثير بدوره مظهرا خارجيا يدل عليه وحيانا ينزع لمظهر فجأة ويصعب التحكم به " ، او قد يكون الانفعال " عبارة عن حالة شعورية ذاتية في الكائن الحي تصاحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر تعبيرية خارجية قد تعبر غالبا عن نوع الانفعال " .

لذا فإن الانفعال عبارة عن حالات فسيولوجية تحدث للأفراد وتعمل على توجيه سلوكهم حسب نوع الاستثارة ان كانت ايجابية او سلبية وبالتالي تؤثر في مستواه . وكثيراً ما يستخدم في أثناء المنافسات عبارات تدل على الإثارة وبث روح الحماس للاعب وتحديداً من قبل المدربين بغية الوصول للاعب للأداء المطلوب إنجازه . وتكثر حالات الاستثارة والتعبئة النفسية قبل المنافسة وخلالها عن طريق تشجيع اللاعبين وبث روح الحماس في نفوسهم لضمان تحقيقهم لأحسن مستوى في الأداء . وكذلك نجد ان "الانفعالات تلعب دوراً مهماً وبالغ الأثر

في حياة اللاعب الرياضية ، إذ ترتبط بسمات شخصيته وسلوكه ودوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة التي يمارسها ، إذ لا توجد على الإطلاق أنواع من الممارسات الرياضية دون أن تصطبغ بالانفعالات".

اما نظريات الاستثارة الانفعالية فهي :

1- نظرية الاثارة :تفترض هذه النظرية ان السلوك الانفعالي والسلوك الدافعي لهما نفس الاساس الفسيولوجي .

2- نظرية جيمس -لانج : تشير هذه النظرية الى ان التغيرات العضوية في الجسم تسبق الانفعال وان هذه التغيرات العضوية تأتي بعد حدوث المنبة .

3- نظرية جان بول سارتر : تنصهذه النظرية ان الانفعال هو حدث سايكولوجي او هو سلوك سحري يرمي الى غاية وهي التخلص من موقف معين .

4- نظرية السلوكيين : توصل واطسن مؤسس مدرسة السلوكيين الى انه يوجد لدى الاطفال ثلاثة انفعالات لكل واحد منها منبه خاص واستجابته خاصة لذلك المنبة والانفعالات هي الخوف والغضب والحب .

2-2 الدراسات المشابهة

2-2-1 (دراسة صدقي نور الدين ومصطفى كاظم ، 1998)

"الاستثارة الانفعالية والثقة بالنفس لدى طلاب جامعة الامارات العربية المتحدة "

هدفت الدراسة الى :

- اختبار مقياسالاستثارة الانفعالية متعدد المحاور على طلبة جامعة الامارات العربية المتحدة .
- التعرف على الفروق بين ابعاد مقياسالاستثارة الانفعالية (معرفي - بدني - ثقة بالنفس) لدى طلبة جامعة الامارات العربية المتحدة .

تكونت عينة البحث من (200) طالباً وطالبة من جامعة الامارات العربية المتحدة ، تم اختبارها بطريقة عشوائية وتمثلت اداة البحث من مقياسالاستثارة الانفعالية متعدد المحاور الذي اعده مارتنر وآخرون (1990) .
ويعد الحصول على البيانات ومعالجتها بالوسائل الاحصائية المناسبة توصل الباحث الى العديد من الاستنتاجات ابرزها :

- ارتفاع مستوىالاستثارة الانفعالية لدى كل من الطلاب والطالبات .
- صدق وصلاحيه استخدام مقياس الاستثارة الانفعالية في مجال الرياضة الجامعية بدولة الامارات العربية المتحدة .

وفي ضوء الاستنتاجات اوصى الباحثبأهمية استخدام مقياسالاستثارة الانفعالية في مجال الرياضة الجامعية حتى يمكن توجيههم بصورة اكثر فاعلية نحو مواقف الممارسة الرياضية .

3- اجراءات البحث

3-1 منهج البحث : استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح لملائمته لطبيعة البحث .
3-2 مجتمع البحث وعينته :

تمثل مجتمع البحث بلاعبي منتخبات جامعة كركوك والبالغ بشكل عمدي والبالغ عددهم (120) لاعب أي ما يعادل (94.4%) من المجتمع الاصلي للبحث وتم اختيار (40) لاعب في كرة القدم أي ما يعادل (33.33%) من العينة الكلية ، وتم اختيار نفس العدد والنسبة من لاعبي كرة السلة وكرة الطائرة للمنتخبات المشاركة ببطولة الجامعة كافة .

3-3 وسائل جمع المعلومات والبيانات

- 1- المصادر والمراجع العربية والاجنبية .
- 2- الاستبيان .
- 3- المقابلة الشخصية .

3-4 أدوات البحث

تمثلت ادوات البحث بمقياس الاستتارة الانفعالية :

تكون المقياس من (27) فقرة موزعين على ثلاثة ابعاد وهي (حالة الاستتارة الانفعالية المعرفية، الاستتارة الانفعالية البدنية ، حالة الثقة بالنفس) وتوزعت الفقرات بواقع (9) فقرات لحالة الاستتارة الانفعالية المعرفية و (9) فقرات لحالة الاستتارة الانفعالية البدنية و (9) فقرات لحالة الثقة بالنفس ، اما بدائل المقياس فتحددت ب (4) بدائل (نادراً ، احياناً ، بدرجة متوسطة ، بدرجة كبيرة جداً) اذ تحددت درجة اجابات اللاعبين بين (9-36) كدرجة كلية للمقياس .

3-5 التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (5) لاعبين من خارج عينة التجربة الاستطلاعية وكان الهدف من هذه التجربة هو :

- 1- التعرف على الزمن الذي يستغرقه اللاعبين في الاجابة عنالمقياس.
- 2- التعرف على المصاعب والمعوقات التي تواجه الباحث اثناء تطبيق المقياس.
- 3- التعرف على مدى وضوح فقراتا لمقياس لمستوى افراد العينة .
- 4- اختبار كفاءة فريق العمل المساعد .
- 3-6 الخصائص العلمية للمقياسين:-

3-6-1 الصدق:- يعد الصدق من الشروط والصفات العلمية للاختبار الجيد ، اذ ان الصدق يعني "ان الاختبار يقيس ما وضع لاجل قياسه ولايقيس شيئاً اخر وقد تم التحقق من صدق المقياسين من خلال ايجاد الصدق الظاهري لهما وذلك من خلال عرضه على مجموعه من الخبراء والمختصين* واكدو صلاحية المقياس بنسبة 80%.

3-6-2 ثبات المقياس :

تم تطبيق المقياس على مجموعة من اللاعبين والبالغ عددهم (6) لاعبين وبعد فترة اسبوع تم اعادة تطبيق المقياس، وبعد اجراء معامل الارتباط البسيط بلغت قيمة معامل الثبات (0.81) في مقياس الاستثارة الانفعالية و (0.88) وهذا يؤكد على ان المقياس يتميز بثبات عالي يمكن الاعتماد عليه .

3-7 التجربة النهائية :

تم البدء باجراء التجربة النهائية بتوزيع الاستمارات للمقياس على اغلب لاعبي المشاركين ببطولة الجامعة للالعاب الفرقية وبمساعدة فريق العمل ، وتم توزيعها قبل البدء بالمنافسة (المباراة) بساعة ، وذلك في الملاعب والقاعات الرياضية التي جرت فيها المنافسات .

3-8 الوسائل الاحصائية :

1-الوسط الحسابي

2-الانحراف المعياري

3-تحليل التباين ذات الاتجاه المتعدد

4-اختبار اقل فرق معنوي (L.S.D.) للعينات المتساوي

5-الحقيبة الاحصائية spss

4- عرض ومناقشة النتائج

4-1 عرض وتحليل النتائج :

4-1-1 عرض الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاستثارة الانفعالية للانشطة الفرقية المحددة .

الجدول (1)

يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في مقياس الاستثارة الانفعالية

كرة الطائرة		كرة السلة		كرة القدم		معامل احصائية متغيرات الاستثارة الانفعالية
ع +	س'	ع +	س'	ع +	س'	
3,08	15,66	3,01	13,2	2,9	12,5	السمة
3,71	20,04	4,09	20,28	4,6	19,8	معرفي
3,68	12,76	3,42	11,89	2,1	9,95	بدني
4,68	23,44	3,79	27,53	3,24	30,71	ثقة في النفس

يتضح من الجدول (1) ما يأتي :

بلغت الاوساط الحسابية لمستوى الاستثارة الانفعالية الاندية الفرقية (قدم -السلة - الطائرة) وعلى التوالي (15,66 - 13,2-12,5) وانحرافات معيارية (3,08 - 3,01 -2,9).

كما بلغت الاوساط الحسابية للبعد المعرفية للانشطة الفرقية المحددة وعلى التوالي (20,04-20,28-19,8) وانحرافات معيارية (3,71-4,09-4,6) .

وبلغت الاوساط الحسابية للبعد البدني وعلى التوالي (12,76-11,89-9,95) بانحرافات معيارية (2,1 - 3,42 - 3,68) .

في حين بلغت الاوساط الحسابية لبعد الثقة في نفس الانشطة الفرقية وعلى التوالي 30,71 - 27,53 - 23,44) وبانحرافات معيارية (3,68 - 3,79 - 3,24) .

4-1-2 عرض الفروق في مستوى الاستثارة الانفعالية لدى الانشطة الفرقية المحددة :

الجدول (2) يبين تحليل التباين في لمستوى الاستثارة الانفعالية لدى الانشطة الفرقية المحددة

مصادر الاختلاف	مجموع المربعات	د.ح	متوسط المربعات	ف المحتسبة*
بين المجموعات	160.38	2	80.19	9.45
داخل المجموعات	993.12	117	8.48	
المجموع الكلي	1153.5	119		

*قيمة (ف) الجدولية تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (119.2) = 3.07 .

يتضح من الجدول (2) ما يأتي :

بلغت قيمة (ف) المحتسبة (9.45) في حين بلغت قيمة (ف) الجدولية (3.07) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (119.2) ولما كانت القيمة المحتسبة اكبر من الجدولية فهذا يدل على وجود فرق بين الاندية الفرقية (قدم - طائرة - سلة) في الاستثارة الانفعالية وهذه النتيجة تتفق مع فرضية البحث الاولى مما يدل على قبول فرضية البحث .

الجدول (3)

يبين المقارنة بين فروقات المتوسطات الحسابية لمستوى الاستثارة الانفعالية باستخدام اختبار (L. S. D)

المتغيرات	س	كرة القدم	كرة السلة	كرة الطائرة	L.S.D
		12,5	13,9	15,66	1.07
كرة القدم	12,5	-	0.5	*2.65	
كرة السلة	13,9	-	-	*2.15	
كرة الطائرة	15,66	-	-	-	

* فرق ذو دلالة معنوية .

يتضح من الجدول (3) ما يأتي :

-تفوق لاعبي كرة الطائرة على لاعبي كرة القدم والسلة في مقياس الاستثارة الانفعالية

- لا توجد فروق في مستوى الاستثارة الانفعالية بين لاعبي كرة السلة وكرة القدم .
 4-1-3 عرض الفروق بين ابعاد حالة الاستثارة الانفعالية على وفق الانشطة الفرقية المحددة .

الجدول (4) يبين تحليل التباين متعدد الاتجاه بين ابعاد حالة الاستثارة الانفعالية من حيث الانشطة (قدم. طائرة-سلة)

مصادر الاختلاف	مجموع المربعات	د.ح	متوسط المربعات	ف المحتسبة*
العامل (أ) ابعاد الاستثارة الانفعالية	62.65	2	31.32	*15.74
العامل (ب) الانشطة (قدم-طائرة-سلة)	13.70	2	6.85	*3.44
العامل (أ×ب) التفاعل بين ابعاد حالة الاستثارة الانفعالية والانشطة الفرقية	51.21	4	12.8	*6.43
الخطأ (داخل المجموعات)	221.7	111	1.99	
المجموع الكلي	349.26	119		

*فروق ذات دلالة معنوية

من الجدول (5) يتضح ما يأتي :

- ان قيمة (ف) المحسوبة لابعاد (الاستثارة الانفعالية) العامل (أ)= (15.74) وهي اكبر من قيمة (ف) الجدولية والبالغة (3.07) عند درجة حرية (2-111) وتحت مستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية لدى افراد عينة البحث في ابعاد الاستثارة الانفعالية .

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين قيمة (ف) المحسوبة للانشطة الفرقية (قدم-طائرة-سلة) العامل (ب) تساوى (3.44) وهي اكبر من قيمة (ف) الجدولية السابق ذكرها ، وهذا يدل على وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الانشطة الفرقية في ابعاد الاستثارة الانفعالية .

- وجود فروق ذات دلالة معنوية بين قيمة (ف) المحسوبة والبالغة (6.43) للتفاعل بين ابعاد حالة الاستثارة الانفعالية والانشطة الفرقية العامل (أ×ب) وقيمة (ف) الجدولية والبالغة (2.44) امام درجة حرية (4-11) وتحت مستوى (0.05) وهذه النتائج تتفق مع فرضية البحث الثانية مما يدل على قبول فرضية البحث .

الجدول (5) يبين مقارنة الفروق بين متوسطات درجات محاور حالة الاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث باستخدام اختبار L.S.D

المحاور	س	المعرفية	البدني	الثقة بالنفس	L.S.D
المحاور	س	المعرفية	البدني	الثقة بالنفس	L.S.D
	19,8	19,8	10,80	30,71	
المعرفية	19,8	-	*11.04	*6.85	
البدني	10,80	-	-	*17.89	
الثقة بالنفس	30,71	-	-	-	

*فروق ذات دلالة معنوية .

يتضح من الجدول (5) ما يأتي :

- تفوق بعد الثقة بالنفس على بقية ابعاد الاستثارة الانفعالية (المعرفية والبدني) .

- تفوق بعد المعرفية على المحور البدني في مقياس الاستثارة الانفعالية .

الجدول (6)

يبين مقارنة الفروق بين متوسطات درجات محاور الاستثارة الانفعالية وفق الانشطة الفرقية

باستخدام اختبار L.S.D

L.S.D	كرة السلة	كرة الطائرة	كرة القدم	س	الانشطة الفرقية
0.52	18,45	18,46	19,5	19,5	كرة القدم
	*1.14	*0.67	-	18,46	كرة السلة
	0.47	-	-	18,45	كرة الطائرة
	-	-	-		

*فروق ذات دلالة معنوية .

يتضح من الجدول (6) ما يلي :

- تفوق لاعبي كرة القدم على لاعبي كرة السلة والطائرة في ابعاد الاستثارة الانفعالية .

- لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي كرة السلة وكرة الطائرة في ابعاد الاستثارة الانفعالية .

جدول (7)

يبين المقارنة بين متوسطات درجات ابعاد مقياس الاستثارة الانفعالية وفق الانشطة الفرقية المحددة

والتفاعل بينهما باستخدام اختبار L.S.D

L.S.D	فروق المتوسطات لدرجات المحاور			س	النشاط الفرقي	ابعاد مقياس الاستثارة الانفعالية
	كرة الطائرة	كرة السلة	كرة القدم			
0.52	0.22	0.47	-	19,8	قدم	المعرفية
	0.25	-	-	20,28	سلة	
	-	-	-	20,04	طائرة	
	*2.56	*2.14	-	9,95	قدم	البدني
	0.45	-	-	11,89	سلة	
	-	-	-	12,76	طائرة	
	*7.29	*3.09	-	30,71	قدم	ثقة بالنفس
	*4.2	-	-	27,53	سلة	
	-	-	-	23,44	طائرة	

*فروق ذات دلالة معنوية .

يتضح من الجدول (7) ما يأتي :

-تفوق لاعبي كرة السلة وكرة الطائرة على لاعبي كرة القدم في المحور البدني .

- تفوق لاعبي كرة القدم على لاعبي كرة السلة وكرة الطائرة في بعد الثقة بالنفس .
- لا توجد فروق بين لاعبي الأنشطة الفرقية (قدم-طائرة-سلة) في المحور المعرفية .

4-2 مناقشة النتائج

من خلال عرض النتائج وتحليلها احصائيا ظهرت وجود فروق معنوية بين لاعبي كرة الطائرة وكل من لاعبي كرة القدم والسلة ويعزى ذلك الى الخبرة التي يتمتع بها لاعبو كرة الطائرة مقارنة بلاعبي كرة القدم والسلة حيث كانوا اغلبهم من اللاعبين الممارسين للعبة اي ان عمرهم التدريبي اطول ,وهذا بدوره انعكس على قدرتهم في ادراك مواقف المنافسة بشكل اكبر كالخوف من الخسارة او الاداء دون المستوى والذي دفعهم للاداء بشكل افضل ومرضي " ان الرياضيين ذو الاستثارة الانفعالية المرتفعة ، مقارنة مع اقرانهم ذوي الاستثارة الانفعالية المنخفضة يتميزون بانهم اكثر قلقاً نحو حدوث الاخطاء ، وعدم الاداء الجيد ، وعدم اللعب في حدود اقصى قدراتهم ، وعدم الاداء الجيد في المنافسة ، والفشل في تحقيق الاهداف ، كذلك يتوقعون ادائهم اقل جودة فضلا عن انهم اكثر تأثر بخبرة الفشل ولاسيما من حيث الاستثارة الانفعالية والشعور بالخجل ونقد الذات ،فضلا عن انهم يعانون بدرجة اكبر من حيث اضطرابات النوم والشعور بأن مدى تعصبهم يؤثر على ادائهم سلبيا "0 ويؤكد ذلك(محمد حسن علاوي 1998)"ان اللاعب الذي يتميز بدرجات مرتفعة من الاستثارة الانفعالية سوف يدرك مواقف المنافسة على انها مهددة له وبالتالي يشعر بدرجات عالية من القلق وعدم الرضا في مواقف المنافسة المختلفة بالمقارنة باللاعب الذي يتميز بدرجة منخفضة من الاستثارة الانفعالية " .

كما يبين الجدول (7) تفوق لاعبي كرة القدم على لاعبي كرة السلة والطائرة في ابعاد حالة الاستثارة الانفعالية ويعود سبب ذلك الى ان لعبة كرة القدم يواجه لاعبوها احتكاكا اشد واكبر مما يواجه لاعبو كرة السلة وكرة الطائرة في مواقف المنافسة المختلفة ويؤكد كل من (سيمون ومارنتر ، 1997) الى ان الرياضات ذات الطابع المميز بالاحتكاك تؤدي الى ارتفاع حالة الاستثارة الانفعالية لدى الممارسين مقارنة بالرياضيات التي لا تعتمد على الاحتكاك ، وقد يعود سبب ذلك الى زيادة فرص التهديد الناتجة عن المواجهة المباشرة مع المنافس في الرياضات ذات طابع الاحتكاك . كما يتضح من الجدول (7) تفوق لاعبي كرة السلة في بعد حالة الاستثارة الانفعالية البدنية ، ان هذه النتيجة تكون لها علاقة بالاستثارة الانفعالية (اذ تشير النتائج صدق اختبار الاستثارة الانفعالية الى انه يعد مؤشراً دالاً لكل من حالة الاستثارة الانفعالية المعرفية الجسمي ، كما ان اختبار الاستثارة الانفعالية سجل علاقة طردية اقوى مع حالة المنافسة الجسمي وقد يكون للعوامل الموقفية المختلفة للمنافسة والتي يتعرض لها لاعبو كرة السلة سببا في ظهور النتيجة . والسبب الاخر والمحمول لهذه النتيجة قد يعود الى عامل (مستوى الانجاز المهاري) فاللاعب الذي يتميز بمستوى مهاري افضل يظهر درجة اقل في حالة الاستثارة الانفعالية البدنية والمعرفية ودرجة اكبر في حالة الثقة بالنفس وقد يعود نفس السبب لتفوق لاعبي كرة القدم على لاعبو كرة الطائرة والسلة في بعد الثقة بالنفس وهذه النتيجة تتفق مع دراسة(الى ان الرياضيين

ذو الخبرة القليلة و المهارة المحددة يكون تركيزهم على المخاوف الداخلية ، بينما الرياضيون ذو المهارة العالية يوجه اهتمامهم نحو الاداء ذاته.

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

1- في ضوء نتائج البحث تم التوصل الى الاستنتاجات الاتية : ظهور ارتفاع في درجة الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي كرة الطائرة مقارنة مع السلة وكرة القدم .

2- تفوق بعد الثقة بالنفس على بعدي قلق الحالة (المعرفي والبدني لدى اللاعبين).

3- تفوق لاعبي كرة القدم الثقة بالنفس لحالة الاستثارة الانفعالية.

5-2 التوصيات :

ويوصي الباحث ما يأتي :

1- ضرورة الاهتمام باستخدام مقياس الاستثارة الانفعالية كسمة وكحالة لدى لاعبي الانشطة الفرقية من اجل ادراك المواقف المثيرة التي تواجه اللاعبين في المنافسات .

2 - تدريب اللاعبين على مواجهة المواقف الضاغطة التي قد يتعرض لها في مواقف المنافسات الرياضية من اجل تجنب لحالة الاستثارة الانفعالية المعرفية والبدنية ولان المواقف الضاغطة تعد كمثير لهذين النوعين من حالة الاستثارة الانفعالية .

3 - ضرورة اهتمام المدربين والمشرفين على اعداد برامج نفسية باستخدام اسلوب بناء الثقة بالنفس لدى اللاعبين والتركيز على الافكار المرتبطة بخبرات الاداء .

4 - اجراء بحوث ودراسات حول الاستثارة الانفعالية كسمة وكحالة في مختلف الانشطة الرياضية لمواجهة المواقف الضاغطة التي يتعرض لها اللاعب اثناء المنافسات الرياضية .

المصادر العربية والاجنبية

1- اسامة كامل راتب (1997) : الاستثارة الانفعالية (ضغوط التدريب - احتراق الرياضي) ، ط1، دار الفكر العربي ، جامعة حلوان ، القاهرة .

2- اسامة كامل راتب (1997) : (علم نفس الرياضة) ، ط2 ، دار الفكر العربي ، جامعة حلوان ، القاهرة .

3- آلان قادر رسول (1999) : مستويات الاستثارة الانفعالية التنافسي واثرها في اداء بعض المهارات الاساسية بكرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الرياضية ، جامعة صلاح الدين .

4- شارلز هيكس (1984) : المفاهيم الاساسية في تصميم التجارب ، ترجمة قيس خماس ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .

5- صدقي نور الدين محمد ، ومصطفى كاظم مختار (1998) : الاستثارة الانفعالية المعرفية ، والقلق البدني، والثقة بالنفس لدى طلاب وطالبات جامعة الامارات العربية المتحدة ، المؤتمر العلمي لبحوث التربية الرياضية ، جامعة الامارات العربية المتحدة .

6- كامل طه لويس ، (1984) : علم النفس الرياضي ، مطبعة جامعة بغداد ، بغداد .

7- محمد حسن علاوي (1998) : مدخل في علم النفس الرياضي ط 1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

8- محمد خضر اسمر (1998) : اثر اسلوب المنافسات والتغذية الراجعة المقارن في الرضى الحركي والتحصيل بكرة القدم ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .

9- وديع ياسين التكريتي ، وحسن محمد العبيدي (1996) : التطبيقات الاحصائية في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل .

10-Gruber (1979) : Relevancy of the competitive stat , Anxiety inventory in sport environment , Re – Qu .

11-Martens – Et al (1990) : “ Competitive anxiety in sport – Tlumankinitics” re-Qu .

12-Workman, J.F, etal, (1987). Changes in Self-Concept, Locus of Control and Anxiety Among Semal College Student as Related to asses Training, Educational Research Qua P89

ملحق (1)

مقياس الاستثارة الانفعالية

ت	الفقرات	نادرا	احيانا	غالبا
1	اشعر بالاستقرار النفسي عندما استخدم تمارين الاسترخاء			
2	أحقق أفضل اداء عندما أكون هادئاً			
3	أفضل الفوز على الهزيمة عندما تكون المنافسة مهمة			
4	يزداد قلقي عندما أتعرض لإصابة ما.			
5	يثيرني الحكم الذي يعطي قرارات خاطئة			
6	أصلي لله قبل المباراة داعيا بالنجاح والموفقية			
7	اشعر بالارتياح لتقبل نصائح زملاء في اللعب			
8	يزداد توترني واضطرابي عند التفكير بأهمية المنافسة			
9	نقد المدرب لي يعوق مقدرتي على التركيز والانتباه في المنافسة			
10	الجأ الى دخول الحمام لمرات عديدة قبل البدء بالمنافسة			
11	أتألم من صيحات اللاعبين البذيئة			

ت	الفقرات	نادرا	احيانا	غالبا
12	أشعر بالثقة بالنفس عندما يقرأ المدرب سورة الفاتحة معنا			
13	أحقق أفضل أداء عندما يشجعني المدرب			
14	ترداد استشارتي عندما يكون الشخص الإداري غير رياضي			
15	أتصور ذهنياً خطة اللعب قبل تنفيذها.			
16	ألوم نفسي عند ارتكابي خطأ حتى ولو كان بسيطاً			
17	اهتمام المدرب بخطة اللعب يجعلني أكثر تفكيراً بأهمية المباراة			
18	صيححتي مع زملائي قبل المباراة تشد من ازري			
19	أطمئن نفسياً عندما ألعب مع فريق يفهم قانون اللعبة جيداً			
20	يكون أدائي افضل عندما يشاهدني والدي وأخوتي واحبتي			
21	أشعر بالنزفرة عندما لم تكن توجيهات المدرب مجدية.			
22	يثيرني ضعف التحكيم الذي يسبب هزيمة فريقي			
23	أطمئن نفسياً عندما أرى اهتمام المسؤولين بي كثيراً قبل المنافسة وخلالها وبعدها			
24	أشعر بعدم الارتياح لتحيز الإداريين لبعض اللاعبين			