

علاقة الصحة النفسية بالأداء المهاري للاعب كرة السلة

على لاعبي أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط للموسم ٢٠١٤-٢٠١٥

م.م محمد عبد الرضا سلطان/طالب دكتوراه

ا.د عبد الجبار سعيد

جامعة كربلاء/ كلية التربية البدنية وعلوم

جامعة القادسية/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الرياضة

mohamd.rida@uokerbala.edu.iq

ملخص البحث باللغة العربية

لعبة كرة السلة وما تمتلكه من مميزات خاصة جداً تختلف عن بقية الألعاب بأسلوب اللعب إذ أي خطأ أثناء المباراة يؤدي إلى خسارة نقطتين أو ثلاثة عكس بقية الألعاب الجماعية ، وهذا يتطلب أعداد اللاعبين أعداداً خاصاً من جميع النواحي (المهارية ، البدنية ، النفسية الخ) ، لكي يكون اللاعب على أتم الاستعداد لتحمل المسؤولية أثناء المباراة ، وان الإخلال بأي ناحية يؤدي ألي حدوث السلبيات وأخطاء كبيرة تؤدي إلى خسارة الفريق .

وتعتبر الصحة النفسية للرياضي أو لاعب كرة السلة من النواحي المهمة الدقيقة في أعداد لاعبي كرة السلة قبل وأثناء المباريات إذ إن ((المتطلبات النفسية للعبة متعددة ، ويجب أن يضع عالم النفس في اعتباره الخصائص الفنية للعب الجماعي ، وفي نفس الوقت مراعاة متطلبات لعبة كرة السلة من الممارسين ، مع الأخذ بالاعتبار تباينات سيكولوجية للعب الجماعي في كرة السلة بالمقارنة مع الألعاب الجماعية الأخرى)) ومن هذه الحالات هي التدني في مستوى الصحة النفسية للرياضي جميعها وهناك حالات سلبية تؤدي إلى خسارة الفريق بسبب خسارة نقطتين أو ثلاثة أو عدم تمكن اللاعب من الأداء بالمستوى المطلوب . على العكس من ذلك فهناك حالات إيجابية تعمل على ثبات المستوى بالنسبة للاعبين في تحقيق الفوز . وهذه كلها ترتبط ارتباط وثيق بالأداء المهاري عند لاعبي كرة السلة . وهنا تكمن أهمية البحث من معرفة مستوى الصحة النفسية لدى اللاعبين ومن ثم معرفة العلاقة بين الصحة النفسية والأداء المهاري للاعبين وكانت مشكلة البحث ان الصحة النفسية عند لاعبي كرة السلة والأداء المهاري تلعبان دوراً مهماً في الوصول بلاعبين إلى المستوى الرياضي الذي يؤهلهم لخوض غمار المباريات وهذا يأتي من خلال الأعداد الصحيح أثناء العملية التدريبية وهذا هو واجب كل مدرب حتى يصل بفريقه إلى المستوى الطموح في لعبة كرة السلة ان ما تشكله الصحة النفسية عند الرياضيين من مردود سلبي خاصة عند فقدان الرياضيين لأعصابهم أثناء المباريات وان كانوا من ذوي المستويات المهارية العالية ، وخاصة في بطولات دوري الدرجة الممتازة في العراق لهذا تم التطرق إلى هذه المشكلة ومعرفة تأثيرها السلبي على المستوى المهاري للاعب الدرجة الممتازة في العراق من خلال التعرف على علاقة الصحة النفسية بالأداء المهاري للاعبين الدوري الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة في العراق . وكان هدف البحث التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية ومستوى الأداء المهاري للاعب كرة السلة للدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق أما فرض البحث وجود علاقة ارتباط عالية بين الصحة النفسية والأداء المهاري للاعب كرة السلة للدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق أما مجالات البحث المجال البشري : لاعبو أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط

بكرة السلة للموسم ٢٠١٤ - ٢٠١٥ وتشمل أندية (الكوفة ، أمام المتقين ، الجماهير ، بابل ، الديوانية ، الهندية ، الروضتين) . المجال الزمني: من ٢٦ / ٢ / ٢٠١٤م ولغاية ٢٨ / ٤ / ٢٠١٥ م .

المجال المكاني: الفاعات الرياضي المغلقة في محافظات (بابل ، القادسية ، النجف ، كربلاء)

وإستخدم الباحث المنهج الوصفي لأنه أفضل طريق للوصول لحل مشكلة البحث .

أما عينة البحث تم اختيار عينة البحث من لاعبي أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة للموسم ٢٠١٤ - ٢٠١٥ إذا كان عدد الأندية المشاركة (٨) أندية تم استبعاد نادي (الروضتين ، الهندية) لانسحابهما من التصفيات وبذلك كان عدد الأندية المختبرة (٦) أندية وكان عدد أفراد العينة (٤٨) لاعباً من أصل (٩١) لاعباً ولهذا تكون نسبة المئوية ٥٢,٧٤ %

وإستنتج الباحث هناك علاقة ارتباط عالية ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري بكرة السلة .

وأن الصحة النفسية للاعب كرة السلة لها دور مهم في تقديم ما يمكن أن يقدمه اللاعب أثناء المباريات . أما التوصيات :

- الاهتمام بالصحة النفسية لما لها من دور مهم في التعرف على قابليات اللاعبين الحقيقية أثناء المباريات .

- بناء مناهج تدريبية تهتم بالصفات النفسية لدى لاعبي كرة السلة وربطها بالأداء المهاري للاعبين .

- التأكيد على مدى العلاقة القوية ما بين المدرب واللاعب حتى يمكن تقييم الحالة النفسية للاعب والسيطرة عليها والتغلب على كل السلبيات التي يمكن أن ينتج عنها .

- أن الأساليب الحديثة لرفع مستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبين من خلال التشجيع وبث روح الحماس ورفع المعنويات قبل المباريات من الأمور المهمة التي يجب على مدرب أن يهتم بها .

- إجراء اختبارات نفسية دورية للاعب كرة السلة حتى يمكن مواكبة أي تغيرات نفسية لدى اللاعبين .

Relationship between psychological health and skills performance of basketball players

The players are Premier League for the Middle Euphrates region clubs for the season

2014-2015

By

Abdul Jabbar Saeed Ph.D. Prof Al-Qadisiyah University/ College of Physical Education and Sports Science

Abdul Redha Mohammed Sultan Lecturer Assistant. Karbala University / College of Physical Education and Sports Science

mohamd.rida@uokerbala.edu.iq

Abstract

The game of basketball and is owned by the very special features different from the rest of the games in a manner to play as any error during the game lead to the loss two or three Unlike the rest of the mass games, and that the numbers of the players require special numbers in all respects (skills, physical, psychological.... . etc.), in order to be a player ready to assume responsibility

during the match, and that the prejudice to any hand lead to a big negatives and errors lead to the loss of the team.

Mental health is the athlete or basketball player respects minute in the number of basketball players before the mission and during the games as the ((psychological requirements for multi-game, and we must put a psychologist in mind the technical characteristics of team play, and at the same time taking into account the basketball game requirements practitioners, taking into account the variations psychology of team play in basketball compared to other team sports)), and these cases are declining in mental health level of the athlete all and there is a negative cases lead to the loss of the team because of the loss of two points or three or inability of the player of the performance required level . On the contrary, there are positive cases we work on the stability level for the players to win. These are all closely linked to performance skills at basketball players are linked. Here lies the importance of research to know the health level of the psychological with the players and then find out the relationship between mental health and performance skills of the players and was a research problem that the mental health of basketball players and performance skills are playing an important role in the players access to the sports level that qualifies them to fight in the games and this comes from During the correct setting during the training process and this is the duty of every coach until it reaches his team to the level of ambition in the game of basketball that is posed by the mental health of athletes from a private negative returns when the loss of the athletes for their temper during matches and that they were highly skill levels, particularly in the League Championships Premier in Iraq for this has been addressed to this problem and find out the negative impact on the skill level of the premium-class player in Iraq by recognizing the relationship of mental health performance skills of the players for the excellent league basketball Middle Euphrates in Iraq. The objective of the research to identify the relationship between mental health and level of performance skills of basketball players for the excellent degree of the Middle Euphrates region in Iraq The imposition of research and there is a high correlation between mental health and performance skills of basketball players do with the excellent degree of the Middle Euphrates region in Iraq The research areas of the human sphere: Players in the Premier League for the Middle Euphrates region basketball clubs for the season 2014 2015 and include clubs (Kufa, Imam Al-motaqen, Babylon, Diwaniyah, Hindia, Raudhatain). Temporal area: from 02.26.2014 until 28/04/2015.

Spatial area: sports halls closed in the provinces (Babylon, Qadisiyah, Najaf, Karbala)

The researcher used the descriptive method because it is the best way to reach to solve the problem of the research.

The research sample was selected sample of Premier League players to the Middle Euphrates region clubs basketball season 2014 - 2015 if the number of participating clubs (8) clubs were excluded Club (Raudhatain, Hindia) for their withdrawal from the qualifiers and so were a number of clubs tested (6) Clubs and the number of respondents (48) players out of (91) players and this percentage is 52.74%

The researcher concluded there is a high between mental health and performance skills basketball correlation.

And that the mental health of basketball players have an important role in providing what could be provided by the player during the games. The

recommendations:

- Attention to mental health because of their important role in identifying the capabilities of the players the truth during the games.
- Building a training curriculum concerned with the psychological qualities basketball players linked to performance and skills of the players.
- To emphasize the extent of the strong relationship between the coach and the player can even psychological state of the player, control and overcome all the negatives that can result in evaluation.
- That modern methods to raise the players' self-confidence by encouraging level of enthusiasm inspire the spirit and morale of important games before the things that the coach should care about.
- Conduct periodic psychological tests for basketball players so that it can keep pace with any psychological changes among the players.

١. التعريف بالبحث

١ - ١ المقدمة وأهمية البحث

يتطلب تطور المستوى الرياضي العالي إلى مستويات بدنية ومهارية ونفسية عالية حتى يمكن الرقي والتقدم بتلك المتطلبات . وهذا لا يأتي اعتباراً وإنما عن طريق البحث العلمي الدقيق المعتمد على التحليل السليم لأي حالة تخص الألعاب الرياضية و منها لعبة كرة السلة ، إذ تعتبر هذه اللعبة لما تمتلكه من مميزات خاصة جداً تختلف عن بقية الألعاب بأسلوب اللعب إذ أي خطأ أثناء المباراة يؤدي إلى خسارة نقطتين أو ثلاثة عكس بقية الألعاب الجماعية ، وهذا يتطلب أعداد اللاعبين أعداداً خاصاً من جميع النواحي (المهارية ، البدنية ، النفسية الخ) ، لكي يكون اللاعب على أتم الاستعداد لتحمل المسؤولية أثناء المباراة ، وإن الإخلال بأي ناحية يؤدي إلى حدوث السلبيات وأخطاء كبيرة تؤدي إلى خسارة الفريق .

وتعتبر الصحة النفسية للرياضي أو لاعب كرة السلة من النواحي المهمة الدقيقة في أعداد لاعبي كرة السلة قبل وأثناء المباريات إذ إن ((المتطلبات النفسية للعبة متعددة ، ويجب أن يضع عالم النفس في اعتباره الخصائص الفنية للعبة الجماعية ، وفي نفس الوقت مراعاة متطلبات لعبة كرة السلة من الممارسين ، مع الأخذ بالاعتبار تباينات سيكولوجية اللعب الجماعي في كرة السلة بالمقارنة مع الألعاب الجماعية الأخرى)) (محمد صبحي ، حمدي عبد المنعم ١٩٩٧ص ٤٠٩)

ومن هذه الحالات هي التدني في مستوى الصحة النفسية للرياضي جميعها وهناك حالات سلبية تؤدي إلى خسارة الفريق بسبب خسارة نقطتين أو ثلاثة أو عدم تمكن اللاعب من الأداء بالمستوى المطلوب . على العكس من ذلك فهناك حالات إيجابية تعمل على ثبات المستوى بالنسبة للاعبين في تحقيق الفوز . وهذه كلها ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالأداء المهاري عند لاعبي كرة السلة أذان فعاليات (المناولة ، والطبوبة ، والتصويب) كل هذه الفعاليات المهارية يجب أن يمتلكها لاعب كرة السلة بالمستوى المطلوب لإحراز النقاط ثم الفوز بالمباريات وكلما تكامل الأداء المهاري ثم الوصول إلى أفضل المستويات . وكلما كان ارتباط ما بين الصحة النفسية للاعبين داخل المباريات إيجابياً بمدى الأداء المهاري المثالي للاعبين كرة السلة يمكن القول أن كل فريق يمتلك تلك المقومات يمكنه تحقيق الفوز وهذا ما تصبوا إليه كل الأندية والمنتخبات .

مما تقدم تتجلى أهمية البحث من التعرف على مدى العلاقة ما بين الصحة النفسية بالأداء المهاري بكرة السلة عند لاعبي الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق .

١ - ٢ مشكلة البحث:-

إن الصحة النفسية عند لاعبي كرة السلة والأداء المهاري تلعبان دوراً مهماً في الوصول بلاعبين إلى المستوى الرياضي الذي يؤهلهم لخوض غمار المباريات وهذا يأتي من خلال الأعداد الصحيح أثناء العملية التدريبية وهذا هو واجب كل مدرب حتى يصل بفريقه إلى المستوى الطموح في لعبة كرة السلة .

من خلال اطلاع الباحث على البحوث السابقة وجد انه قد تم التطرق إلى الصحة النفسية بشكل قليل جداً بالإضافة إلى خبرة الباحث كلاعب ومدرب وملاحظة ما تشكله الصحة النفسية عند الرياضيين من مردود سلبي خاصة عند فقدان الرياضيين لأعصابهم أثناء المباريات وان كانوا من ذوي المستويات المهارية العالية ، وخاصة في بطولات دوري الدرجة الممتازة في العراق لهذا تم التطرق إلى هذه المشكلة ومعرفة تأثيرها السلبي على المستوى المهاري للاعب الدرجة الممتازة في العراق من خلال التعرف على علاقة الصحة النفسية بالأداء المهاري للاعبين الدوري الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة في العراق .

١ - ٣ هدف البحث :-

١- التعرف على العلاقة بين الصحة النفسية ومستوى الأداء المهاري للاعب كرة السلة للدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق .

١ - ٤ فرض البحث :-

١. وجود علاقة ارتباط عالية بين الصحة النفسية والأداء المهاري للاعب كرة السلة للدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط في العراق .

١ - ٥ مجالات البحث :-

- ١-٥-١ المجال البشري : لاعبو أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة للموسم ٢٠١٤ - ٢٠١٥ وتشمل أندية (الكوفة ،أمام المتقين، الجماهير، بابل، الديوانية، الهندية، الروستين) .
- ١-٥-٢ المجال الزمني: من ٢٦ / ٢ / ٢٠١٤م ولغاية ٢٨ / ٤ / ٢٠١٥م
- ١-٥-٣ المجال المكاني: القاعات الرياضي المغلقة في محافظات (بابل ، القادسية ، النجف ، كربلاء)

٢- الدراسات النظرية :-

١.٢ الصحة النفسية (Mental Health) : صيغت تعاريف متعددة لمفهوم الصحة النفسية، بعض منها تستعمل مفهوم التوافق وبعضها الآخر استعمل مفهوم التكيف في حين نجد بعضها يلجأ إلى استعمال مفهوم التكامل، ومن هذه التعريفات: هي "اكتساب الفرد العادات المناسبة، الفعالة التي تساعده في معاملة الآخرين ومواجهة المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ قرارات" (١) وعرفها المنظرون المعرفيون بأنها : " القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الأمل واستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات وحل المشكلات" (٢)

وعرفتها منظمة الصحة العالمية:

(١) عبد السلام عبد الغفار: مقدمة في الصحة النفسية، القاهرة، دار النهضة العربية، ١٩٧٧، ص ٤٠-٤١.

(٢) جنان عبد الحميد العناني: الصحة النفسية، عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٧، ص ١٨.

هي ليست مجرد خلو الفرد من المرض النفسي أو العقلي فقط وإنما هي فوق ذلك، حالة من الاكتمال الجسمي والنفسي والاجتماعي لدى الفرد^(٣)

وعرفها كل من: كولدبرغ (١٩٧٢) : أنها حالة افتراضية من السواء يكون الفرد فيها منسجماً مع نفسه ومع البيئة المحيطة به، قادراً على أداء الوظائف السوية، وتتدرج الحالة النفسية على محور يتراوح ما بين السواء الافتراضي الذي تتوافر فيه طاقة صحية إيجابية تمكن الفرد من التفاعل مع المواقف المختلفة، والاضطرابات الحادة، حيث تظهر الأعراض أو يشعر بها الفرد، وتوجد بينها درجات متفاوتة من الصحة النفسية^(٤)

* تعريف الباحث: هي حالة دائمة نسبياً تتمثل في درجة عالية من توافق الفرد مع نفسه ومع بيئته ومع الآخرين، أي حالة من الاكتمال المعرفي والجسمي والنفسي والاجتماعي.

٣. منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

- ١- منهج البحث : استخدام الباحث المنهج الوصفي لأنه أفضل طريق للوصول لحل مشكلة البحث .
 - ٢- عينة البحث : تم اختيار عينة البحث من لاعبي أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط بكرة السلة للموسم ٢٠١٤ - ٢٠١٥ إذا كان عدد الأندية المشاركة (٨) أندية تم استبعاد نادي (الروضتين ، الهنديّة) لانسحابهما من التصنيفات وبذلك كان عدد الأندية المختبرة (٦) أندية وكان عدد أفراد العينة (٤٨) لاعباً من أصل (٩١) لاعباً ولهذا تكون نسبة المنوية ٥٢,٧٤ % كما في الجدول (١)
- الجدول (١) يبين فيه عينة الدراسة المختلفة للاعبين أندية الدرجة الممتازة بكرة السلة لمنطقة الفرات الأوسط .

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين المختبرين	المستبعدين	العدد النهائي
١	الكوفة	١٢	٤	٨
٢	أمام المتقين	١١	٣	٨
٣	الجماهير	١٠	٢	٨
٤	بابل	١٢	٤	٨
٥	الديوانية	١١	٣	٨
٦	الحسينية	١١	٣	٨
٧	الهندية	١٢	١٢	صفر
٨	الروضتين	١٢	١٢	صفر
المجموع	٨ أندية	٩١	٤٣	٤٨

(٣) محمد السيد الهابط: التكيف والصحة النفسية، الأمراض النفسية، الأمراض العقلية، مشكلات الأطفال وعلاجها كيف يحافظ الفرد على صحته النفسية، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث ١٩٨٥، ص ١٧.

(٤) Gold berg ,D.P : The detection of psychiatric illness by questionnaire technique of the identification and assessment of non-psychiatric illness. 2ed Oxford University press, London, 1972: 1-4 .

٣-٣ أدوات البحث:-

١-المصادر والمراجع.

٢-استمارة استطلاع آراء الخبراء

٣- فريق العمل المساعد.*

٤-القياسات والاختبارات .

٣-٤ المقاييس المستخدمة

١-مقياس الصحة النفسية:-وهو مقياس مقنن وتم عرضه على مجموعة من الخبراء بينوا انه ملائم للبيئة العراقية في الملحق (١) والملحق (٢) .

٢-مقياس تقييم الأداء المهاري :-وهي استمارة لتقييم أداء اللاعبين أثناء المباريات جميعها للمهارات المختلفة التي يقوم بها اللاعب أثناء كل مباراة وتم عرضها على مجموعة من الخبراء لبيان فلائمتها لتحقيق النتائج المطلوبة كما في الملحق رقم (٣) .

٣-٥ الأسس العلمية للاختبار :-

١-معامل الثبات:-

قام الباحث بتطبيق الاختبار على عينه مكونة من (١٨) لاعب يمثلون نادي أمام المتقين والجمهور بتاريخ ٢٠١٤/٢/١٥ أعيد تطبيق الاختبار بعد أسبوع تحت ظروف الاختبار الأول نفسها وعلى العينة نفسها ثم تم حساب معامل الارتباط البسيط يبين نتائج الاختبارين الأول والثاني لمعرفة معامل الثبات بينها وقد تبين من خلال الجدول (٢) إن هناك علاقة ارتباط عالية دالة إحصائياً بين الاختبارين الأول والثاني ولكل من الصحة النفسية والأداء المهاري .

إذا أتم عرض استمارات على اللاعبين في الاختبار الأول مع إجراء مباراة بكرة السلة ثم تم إعادة اختبار بإعطاء نفس الاستمارات لنفس اللاعبين وإجراء مباراة ثانية ومن خلال الاختبارين تم التوصل إلى النتائج . إذا كانت قيمة معامل الارتباط البسيط للصحة النفسية والأداء المهاري (٠.٥٤٦) (٠.٧١٣) على التوالي وهي أكبر من قيمتها الجدولية البالغة (٠.٤٦٨) عند مستوى دلالة ٠.٠٥ درجة الحرية (١٦)

جدول (٢)

يبين معامل الثبات بأسلوب أعاده الاختبار للصحة النفسية والأداء المهاري

الوسائل الإحصائية الاختبارية	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدالة	درجة الحرية
الصحة النفسية	٠.٥٤٦	٠.٤٦٨	٠.٠٥	١٦
الأداء المهاري	٠.٧١٣	٠.٤٦٨	٠.٠٥	١٦

٢- معامل الصدق:-

من خلال جذر معامل الثبات تم إيجاد معامل الصدق الذاتي كما في الجدول (٣)

جدول (٣) يبين معامل الصدق الذاتي للاختبار للصحة النفسية والأداء المهاري

معامل الصدق الذاتي	معامل الثبات	الوسائل الإحصائية الاختيارات
٠.٧٣٨	٠.٥٤٦	الصحة النفسية
٠.٨٤٤	٠.٧١٣	الأداء المهاري

٦-٣ الوسائل الإحصائية :-

١. الوسط الحسابي.
٢. الانحراف المعياري.
٣. معامل الارتباط .
٤. النسبة المئوية .
٥. معامل الصدق الذاتي .

٤- عرض النتائج ومناقشتها

٤-١ عرض ومناقشة نتائج علاقة الارتباط ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري لدى لاعب أندية الدرجة الممتازة بكرة السلة لمنطقة الفرات الأوسط .

جدول (٤) يبين العلاقة ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري لدى لاعب كرة السلة .

الدلالة الإحصائية	القيمة المحتسبة	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الوسائل الإحصائية المتغيرات
معنوي	٠.٧٣٨	١٤.١٧	١٦٣.٥٦	الصحة النفسية
		٣.١٢	٣٩.٩٧	الأداء المهاري

القيمة الجدولية (٠.٢٧) عند مستوى دلالة ٠.٠٥ ودرجة حرية ٤٦

من خلال الجدول (٤) تبين معامل الارتباط ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري هي ٠.٧٣٨ وهي اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (٠.٢٧) عند مستوى دلالة (٠.٠٥٠) ودرجة حرية (٤٦) وهذا يؤكد على مدى العلاقة الارتباطية العالية ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري بكرة السلة لدى أندية الدرجة الممتازة لمنطقة الفرات الأوسط وترجع هذه العلاقة القوية إلى مدى الترابط ما بين الفكر به أثناء المباراة وما يعمل به فعلاً .

إذ إن كلما كانت ثقة اللاعب بنفسه عالية يؤدي بذلك إلى حصول إجابات للاستجابات الحقيقة أثناء المباراة من خلال أداء المهارات المختلفة بصورة جيدة كما كان يتصورها في ذهنه . وهذه الثقة بالنفس متأتية من خلال الأداء المرضي الذي يقوم به اللاعب أثناء المباريات خلال تقديره لنفسه بمثابة التنبؤ بالأداء المرضي أو الجيد من خلال الاستجابات السلوكية التي تعود إلى ادراكات نفسية خاصة باللاعب والنتائج التي يحصل

عليها أو يظهرها أثناء المباريات من خلال الحسم وتحقيق الفوز، ومن أمثلة هذه النتائج للاعب تضمن (الرضا ، التفوق والنجاح و التآلف) (محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين ، خوان ، ١٩٨٧ ، ص٤٠٠).

وهذا ما يؤكد أحد المشاهير الرياضية في أحد كتبه استخلاص لنتائج نشاطه الرياضي ((العمل ، المسيرة ، والتدريب المنظم الهادف والثقة بالنفس قوة الأداء هذه الأشياء التي يقوم عليها نصر الرياضي)) (ريسان - ناهد رسن : ١٩٨٨ ، ص ٣٩). وهذا ما يؤكد (روي كمان) من ((أن اللاعبين الذين يعوزهم الثقة بالنفس يكون فريسة للفشل والخوف لتصوراتهم السلبية أثناء المباراة مما تؤدي إلى الاضطراب النفسي بسبب النقص العضوي والإهمال والنقص والإحباط في أعمالة محاولاً التعويض)) (Rycman - 1987 . p 48). وهذه النتائج يمكن الوصول إليها من خلال دور المدرب في تهيئة الظروف النفسية المساعدة للاعب بالإضافة إلى قابلية في تحقيق الإنجاز واهتمامه بلاعبيه والإصرار على التدريب وتقوية وتطوير الصفات النفسية والأداء والإنجازات الرياضية في المحافل المحلية والدولية خاصة بلعبة كرة السلة والألعاب الأخرى بصورة عامة .

١-٥ الاستنتاجات

- ١- هناك علاقة ارتباط عالية ما بين الصحة النفسية والأداء المهاري بكرة السلة .
- ٢- أن الصحة النفسية للاعب كرة السلة لها دور مهم في تقديم ما يمكن أن يقدمه اللاعب أثناء المباريات.

٢-٥ التوصيات :-

- ١- الاهتمام بالصحة النفسية لما لها من دور مهم في التعرف على قابليات اللاعبين الحقيقية أثناء المباريات
- ٢- بناء مناهج تدريبية تهتم بالصفات النفسية لدى لاعبي كرة السلة وربطها بالأداء المهاري للاعبين .
- ٣- التأكيد على مدى العلاقة القوية ما بين المدرب واللاعب حتى يمكن تقييم الحالة النفسية للاعب والسيطرة عليها والتغلب على كل السلبيات التي يمكن أن ينتج عنها.
- ٤- أن الأساليب الحديثة لرفع مستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبين من خلال التشجيع وبث روح الحماس ورفع المعنويات قبل المباريات من الأمور المهمة التي يجب على مدرب أن يهتم بها .
- ٥- إجراء اختبارات نفسية دورية للاعب كرة السلة حتى يمكن مواكبة أي تغيرات نفسية لدى اللاعبين.

المصادر العربية والاجنبية

- احمد محمد عبد الخالق : أسس علم النفس الرياضي ، دار الجامعية ، الإسكندرية ١٩٩٠ .
- أر نوف وينتج ترجمة عادل عز الدين وآخرون : مقدمة في علم النفس ، مطبعة الأهرام ، القاهرة ١٩٨٣ .
- جمال الدين عبد العاطي : التعليم المبرمج في التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي القاهرة ، ١٩٩٧
- ريسان خريبط مجيد ، ناهد رسن : علم النفس في التدريب والمسابقات الرياضية الحديثة، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨٨
- عبد علي الجماني : علم النفس وتطبيقه ، دار الفكر العربي ، بغداد ١٩٨٤ .
- محمد عادل رشدي : علم النفس التجريبي الرياضي ، دار الجماهيري للنشر والتوزيع ، بنغازي ١٩٨٦ .
- محمد حسن علاوي : محمد نصر الدين رضوان : الاختبارات النفسية والمهارية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٨٧ ،
- محمد صبحي حسانين ، حمدي عبد المنعم : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس ، ط . دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٩٥ .
- محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية التطرية والتطبيق والتجريب ط . دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٩٥ .
- مروان عبد المجيد إبراهيم : الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع : عمان ٢٠٠١،
- مروان عبد المجيد ، محمد جاسم اليساري : القياس والتقديم في التربية البدنية والرياضية ط . مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان ٢٠٠٣ .
- مروان أبو صويح ، سمير أبو مقلبي : المدخل الى علم النفس التربوي ، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع ، عمان ، ٢٠٠٤ .
- وديع ياسين محمد التكريتي ، حسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدام الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل ، ١٩٩٩ .

- Janu zcz . Gzewiski,pixkar egzna , cdnsk , 1983
- Schubert, f, The role of the ability to anticipation . the athlet actioncontrol : internationul journal of sport . psychlogy (12) . 1981 .
- Robert -singer . motorleaining and human mahce , now york , 1980 .
- Rycman , the ories of perso nality , p . vannostrand com , ney , 1987.

ملحق (١) أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض المقياسين عليهم من حيث ملاءمتها لعينة البحث والبيئية العراقية .

ت	أسماء الخبراء	اللقب العلمي	الاختصاص الدقيق	مكان العمل
١	د . محمد جاسم اليساري	أستاذ	اختبارات قياس وتقويم	جامعة بابل / كلية التربية الرياضية
٢	د . ياسين علوان التميمي	أستاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل / كلية

التربية الرياضية.				
جامعة بابل / كلية التربية الرياضية.	علم النفس الرياضي	أستاذ	د. عامر سعيد الخيكاني	٣
جامعة بابل / كلية التربية الرياضية	تدريب كرة سلة	أستاذ	د. جمال صبري	٤
جامعة بابل / كلية التربية الرياضية	تدريب /سلة	أستاذ	عايد حسين عبد الأمير	٥
جامعة القادسية/ كلية التربية الرياضية	تدريب /سلة	أستاذ مساعد	د. قاسم محمد عباس	٦
جامعة بابل / كلية التربية الرياضية	تدريب /سلة	أستاذ مساعد	نصر حسين عبد الأمير	٧
جامعة ديالى /كلية التربية الرياضية	تدريب - سلة	مدرس	عدي عبد الحسين	٨

ملحق (٢) مقياس الصحة النفسية

اسم اللاعب : اسم النادي

:

عمر اللاعب : التاريخ

:

العمر التدريبي : رقم اللاعب :

أن التعليمات : ضع علامة () أمام الفقرة التي تصف حالتك بدقة ، أجب من كل عبارة بصدق وفي ضوء ما تشعر به عامة وينطبق عليك .

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	ابداً
١	لا اعتبر لعيبي ذا قيمة ما لم يقترب من أحسن مستوى لي .					
٢	يمتلكني الخوف من المنافس العدواني .					
٣	المضايقات البسيطة يمكن أن تشتت تركيزي .					
٤	أستطيع الاحتفاظ بتفكري دائماً أثناء المباراة .					
٥	أنا واثق كل الثقة في قدرتي على الأداء .					
٦	اعتذر عندما أخطئ أو حينما أكون غير موفق .					
٧	أفكر في خطة اللعب قبل المباراة .					

					أمارس اللعب أساسا بقصد الترويح .	٨
					ابدي رأبي بصراحة إذا كان لي بعض الملاحظات على المباراة .	٩
					تكون أعصابي قوية (من الحديد) أثناء المباراة .	١٠
					تكثر أخطائي في أثناء الوقت الحرج من المباراة .	١١
					افتقر إلى الثقة في أدائي أثناء المباراة .	١٢
					لا اهتم بما ارتكبته من أخطاء .	١٣
					العب ارتجالاً دون أن يكون في ذهني خطة.	١٤
					أريد أن أكون أحسن لاعب في الملعب .	١٥
					أفضل الابتسامه في مواجهة غضب المنافسين حرصاً على عدم تماديهم في ذلك.	١٦
					أناثر بآراء الآخرين في مستوى أدائي الرياضي .	١٧
					أستطيع أن أتحكم في أعصابي أثناء المباراة.	١٨
					أتوقع الفوز قبل المباراة .	١٩
					أخطائي في المباراة تجعلني في حالة سيئة لعدة أيام .	٢٠
					التزم بنظام ثابت سواء في التدريب أو في المباريات .	٢١
					أفضل اللعب مع اللاعبين اللذين لا يجعلون من المباراة صراعاً .	٢٢
					أتحمل المسؤولية كاملة في اللعب .	٢٣
					يملكني الشعور بعدم المبالاة أثناء المباراة .	٢٤
					(نرفزتي) تؤثر على أدائي في المباراة .	٢٥
					أخشى الهزيمة حتى قبل أن تبدأ المباراة .	٢٦
					أفكر في الأخطاء التي قد يقع فيها المناقش أكثر من تفكيري في اللعب .	٢٧
					أتعجل الانتقال من طريقة إلى أخرى محاولاً تحسين مستواي .	٢٨
					لا اشعر بالميل للعب إلا في حالة وجود التحدي .	٢٩
					عندما يظهر الغضب على المنافسين أحاول تجاهلهم خشية زيادة غضبهم	٣٠
					أي تعليق جارح يمكن أن يؤثر على أدائي أثناء المباراة .	٣١
					استمع بالوقت الحرج في المباراة لأنني أحسن التصرف فيه .	٣٢
					أميل إلى تحدي المنافسين الأقوياء .	٣٣
					اشعر بالضيق عند الفشل أكثر من شعوري بالفرح عند النجاح .	٣٤

٣٧	١٦٥		
٤٧	١٨٨		
٤٢	١٦٢		
٤٨	١٧٧		
٤٣	١٦٤		
٤١	١٥٢		
٤٣	١٧٣	أمام المتقين	٢
٤٧	١٨٥		
٣٩	١٦٦		
٤٠	١٧٢		
٤١	١٧١		
٣٧	١٦٥		
٤٤	١٦٧		
٤١	١٧٧		
٤٧	١٨٢		
٤٠	١٦٣		
٣٧	١٥٠		
٣٩	١٤٢		
٤٠	١٦٥		
٣٩	١٨٧		
٤١	١٦٢		
٤٠	١٥٧		
٤٢	١٧٥		
٣٩	١٦٢	بابل	٤
٤٠	١٧٤		
٤١	١٧٥		
٣٧	١٦٢		
٣٨	١٦٦		
٣٥	١٤٧		
٣٦	١٥٧		
٤٢	١٧٢		
٤٣	١٨٢	الديوانية	٥
٣٩	١٤٥		
٣٧	١٣٣		
٣٨	١٧٥		
٣٩	١٦٦		
٤٠	١٦٢		
٣٦	١٤٢		
٣٩	١٦٢		
٤٠	١٦٧		

٣١	١٣٢		
٣٢	١٣٥		
٣٧	١٤٤		
٣٦	١٤٥		
٣٨	١٥٦		
٣٧	١٦٧		

علماً أن الوسط الحسابي للدرجات الخام للصحة النفسية هو (١٦٣.٥٦) وانحراف معياري (١٤.١٧)
أما الوسط الحسابي للدرجات الخام لتقييم الأداء المهاري هو (٣٩.٩٧) وانحراف معياري (٣.١٢) .