

التحمل النفسي وعلاقته بأداء بعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للطلاب

م.د. حيدر محمود عبود

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Haider.m7011@gmail

الملخص

يؤدي التحمل النفسي دوراً فاعلاً في الحد من حدوث التأثيرات النفسية السلبية التي تسببها ضغوط التعلم والتنافس الرياضي في جميع الالعاب والفعاليات الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة ، وبرغم هذا كله فقط لاحظ الباحث قلة الاهتمام بهذا المفهوم النفسي المهم والمؤثر في الاداء المهاري للطلاب الرياضيين لذلك ارتأى الباحث الخوض فيه ودراسة علاقته بأداء الطلاب لبعض من مهارات لعبة الكرة الطائرة كونها واحدة من الالعاب الفرقية المهمة في المجال الرياضي . ويهدف البحث الى :

- 1- التعرف على التحمل النفسي لدى عينة البحث من الطلاب .
- 2- التعرف على الاداء الفني لبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للطلاب .
- 3- التعرف على علاقة التحمل النفسي لدى الطلاب بأدائهم الفني لبعض المهارات الاساسية في لعبة الكرة الطائرة .

استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي والدراسات الارتباطية لملائمتها طبيعة المشكلة ، وتحدد مجتمع البحث بطلاب السنة الثالثة من الدراسة الصباحية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل للعام الدراسي 2017-2018 ، والبالغ عددهم (140) طالباً ، في حين بلغ حجم العينة (70) طالباً تم اختيارهم عشوائياً وبأسلوب القرعة بنسبة بلغت (50%) .

ولتحقيق اهداف البحث استعمل الباحث مقياس التحمل النفسي الذي استعمله الباحث (بهاء متي روفائيل مرقس) وقام بتعديله للمجال الرياضي الباحث(كامل عبود حسين العزاوي ، عام 2004) والمتألف من (16) فقرة، فضلاً عن استعمال اختبارات الاداء الفني لبعض المهارات الاساسية (الارسال واستقبال الارسال والدفاع عن الملعب) بالكرة الطائرة.

استنتج الباحث الاتي :

- هناك علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين التحمل النفسي لدى عينة البحث من الطلاب وادائهم لبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة .

الكلمات المفتاحية : التحمل النفسي ، الكرة الطائرة ، للطلاب

Psychological endurance and its relation to the performance of some basic volleyball skills among students

Lect.Dr. Haidar Mahmoud Aboud

Iraq. University of Babylon. College of Physical Education and Sports Sciences

Haider.m7011@gmail

Abstract

Psychological endurance plays an active role in reducing the negative psychological effects caused by the pressures of learning and sports competition in all sports and games such as volleyball. Despite all this, the researcher noted the lack of interest in this important psychological concept in the skill performance of athlete students. Therefore, the researcher studied the relationship between students' performance of some skills of volleyball as one of the important sports games in the field of sports. The research aims to

1. Identify the psychological endurance of the research sample of the students
2. Identify the technical performance of some basic volleyball skills for students
3. Identify the relationship of psychological endurance of students with their technical performance of some basic skills in volleyball.

The researcher used the descriptive approach by method of surveying and correlative studies to suit the nature of the problem. The research community consisted of students of the third year of the morning study in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences at Babel University for the academic year 2017-2018 (140) students, while the sample size (70), selected by lot manner of (50%)

To achieve the objectives of the research, the researcher used the psychological endurance scale used by researcher Bahaa Mitti Rufail Marks and modified it for the field of sports by Kamel Aboud Hussein Al-Azzawi in 2004, consisting of (16) items as well as the use of technical performance tests for some basic skills (service and receiving service and defense of court) in volleyball

The researcher conclude that there is a significant correlation between psychological endurance among the research sample students and performance of some basic skills in volleyball

Keywords: psychological endurance, volleyball, for students.

1- المقدمة :

يعد التحمل النفسي من المفاهيم المهمة والمتصلة بشخصية الطالب وصحته النفسية وفي علاقته التفاعلية مع البيئة المحيطة به ، ونظراً لما تزخر به حياة الطالب - ولا سيما في العصر الحديث- من ضغوط شتى تتفاوت في أنواعها وشدتها ، بحسب المواقف التي يتعرض لها الطالب وإدراكه لها لذا يتفاوت الطلاب في تحملهم النفسي لهذه الضغوط والمواقف تبعاً لفروقهم الفردية . فالموقف الذي يتضمن تحدياً لطالب ما ، ربما يبدو غير مهم لطالب آخر . لذا يشجع التحمل النفسي هنا الطالب الأول على التعامل مع هذا الموقف ويحاول من خلاله حل المشكلة الظاهرة ويوفر له فرصة لتعزيز ذاته ، بينما يسعى الطالب الآخر الى تجاهل هذا الموقف لأنه لا يرى فيه أهمية له .

ولأن التحمل النفسي من اهم مكونات الاداء البدني والحركي والمهاري والنفسي وغير ذلك فهو القاسم المشترك في معظم الانشطة والفعاليات والالعاب الرياضية المتنوعة ومنها لعبة الكرة الطائرة التي تتطلب اعلى درجات الاداء الفني من قبل لاعبيها على اختلاف مهاراتها (كالإرسال واستقبال الارسال والدفاع عن الملعب) التي تتطلب اعداداً نفسياً جيداً . ومن هنا جاء الاهتمام بدراسة مفهوم التحمل النفسي الذي يعد عصباً هاماً في القدرة على التوافق مع المحيط والتعامل مع ضغوط البيئة لان المواقف الضاغطة للطالب المتمتع بمستوى عال من التحمل النفسي ستمنحه فرصة جيدة لتعزيز ذاته وثقته بنفسه وهذا ينعكس - بالإيجاب - على ادائه المهاري وانجازه الرياضي لأنه يؤثر في تحفيز الاستعداد للأداء والانجاز في الالعاب الرياضية كافة ومنها لعبة الكرة الطائرة .

و يؤدي التحمل النفسي دوراً فاعلاً في الحد من حدوث التأثيرات النفسية السلبية التي تسببها ضغوط التعلم والتنافس الرياضي في جميع الالعاب والفعاليات الرياضية ومنها لعبة الكرة الطائرة . فالطلاب الذين يتمتعون بتحمل نفسي جيد سيساعدتهم ذلك في التعامل مع تلك الضغوط على نحو ايجابي والاحتفاظ باتزانهم النفسي متحدين الصعوبات التي يمرون بها في اثناء تحقيق الانجازات الرياضية والاهداف الموضوعية .

وبرغم هذا كله فقد لاحظ الباحث قلة الاهتمام بدراسة هذا المفهوم النفسي المهم والمؤثر ، لذلك ارتأى الباحث الخوض فيه ودراسة علاقته بأداء الطلاب للبعض المهارات الاساسية لكرة الطائرة كونها واحدة من الالعاب الفرقية المهمة في المجال الرياضي .

ويهدف البحث الى :

- 1- التعرف على التحمل النفسي لدى طلاب السنة الثالثة من الدراسة الصباحية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل للعام الدراسي 2017-2018 .
- 2- التعرف على الاداء الفني للمهارات الاساسية (الارسال واستقبال الارسال والدفاع عن الملعب) بالكرة الطائرة للطلاب .
- 3- التعرف على علاقة التحمل النفسي بالأداء الفني لبعض المهارات الاساسية بالكرة الطائرة للطلاب .

2- اجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استعمل الباحث المنهج الوصفي بأسلوبيه المسحي والدراسات الارتباطية لملاءمتها طبيعة مشكلة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينته: بما أن مجتمع البحث كان قد تحدد بطلاب المرحلة الثالثة من الدراسة الصباحية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل للعام الدراسي (2017-2018) البالغ عددهم (140) طالباً موزعين على ثلاث شعب هي (ب ، ج ، د) هذا وبلغت عينة البحث المختارة بالطريقة العشوائية وبأسلوب القرعة ومن شعبي (ب ، ج) المختارتين بالقرعة ايضاً (70) طالباً وبنسبة مئوية مقدارها (50%) بعد استبعاد عدد من أفراد المجتمع لتحقيق التجانس والمستبعدين هم: أفراد التجربة الاستطلاعية ، والمؤجلون ، والراسبون ، والمعلمون ، ولاعبو فريق الكلية والجامعة بالكرة الطائرة .

3-2 أدوات البحث : استعان الباحث بالأدوات البحثية الآتية :

- الملاحظة .
- المقابلات الشخصية الملحق (1) .
- الاختبارات والمقياس الملحق (2) .
- المصادر .
- ملعب قانوني للكرة الطائرة .
- كرات طائرة قانونية عدد (5) .
- شريط قياس .
- شريط لاصق ملون بعرض (5) سم .
- اقلام رصاص .
- حاسبة يدوية نوع (KENKO) .
- حاسوب نوع (DELL) .

4-2 إجراءات البحث :

1-4-2 اختيار اختبارات الأداء الفني للمهارات المبحوثة بالكرة الطائرة :

بعد الاستعانة بالمصادر العلمية والدراسات والبحوث السابقة التي أجريت على عينات مماثلة لعينة البحث ، قامت الباحثة باختيار اختبارات الأداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث ، وعرض تلك الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (5) (ملحق 1) الذين اتفقوا على أنها صالحة لقياس ما صممت له .

2-4-2 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية يوم الأربعاء المصادف (2017/11/8) على عينة مكونة من (10) طلاب من المرحلة الثالثة من الدراسة الصباحية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل تم اختيارهم عشوائياً بالقرعة وعلى ملعب الكرة الطائرة في تمام الساعة العاشرة صباحاً إذ كان الغرض منها هو التعرف على الآتي :

1- الوقت المستغرق في الإجابة عن فقرات المقياس (والذي تراوح ما بين (10-16) دقيقة وبمتوسط قدرة (13) دقيقة .

2- الوقت المستغرق في إجراء اختبارات الاداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث

3- كيفية تنظيم فريق العمل عملية إجراء الاختبارات . (ملحق 1)

4- التعرف على الأسس العلمية لكل من مقياس التحمل النفسي واختبارات الاداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث .

5- التعرف على مدى مناسبة الأدوات المستعملة لأجراء البحث .

6- التعرف على المعوقات والصعوبات التي تواجه الباحثين لتجاوزها في التجربة الرئيسية .

وقد جاءت نتائج التجربة الاستطلاعية جيدة على نحو كبير بسبب جدية العينة في تنفيذ الاختبارات والمقياس وكفاءة فريق العمل المساعد ودقته في تقويم الاداء .

2-4-3 مقياس التحمل النفسي : (بهاء متي روفائيل مرقس، اقتبسه عبد الودود احمد خطاب الزبيدي

وحسين عمر سليمان الهوتي، 2016، ص140-142)

استعمل الباحث مقياس التحمل النفسي الذي استعمله بهاء متي روفائيل مرقس (2003) اذ تم تعديله للمجال الرياضي وبما يخص لعبة الكرة الطائرة ، وذلك بعرضه على مجموعة من المختصين في مجال لعبة الكرة الطائرة البالغ عددهم (5) مختصين ينظر الملحق (2) للتأكد من صلاحية فقرات المقياس . تكون المقياس من (16) فقرة وضعت على صيغة مواقف لفظية ووضع لكل موقف ثلاثة بدائل ، يقيس البديل الاول التحمل النفسي بدرجة عالية والثاني التحمل بدرجة معتدلة والثالث يدل على وجود قدره ضعيفة على التحمل . وقد اعطيت الدرجات (3 ، 2 ، 1) على التوالي .

2-4-4 الأسس العلمية لمقياس التحمل النفسي :

2-4-4-1 الصدق :

اعتمد الباحث صدق المحتوى للتأكد من صدق المقياس اذ يهدف هذا النوع من الصدق الى معرفة مدى تمثيل الاختبار أو المقياس لجوانب السمة او الصفة المطلوب قياسها وعما اذا كان الاختبار او المقياس يقيس جانباً من الظاهرة ام يقيسها كلها أي مدى مطابقتها محتواه لما يريد قياسه ويستعمل في تحديده اراء الخبراء والمختصين في المجال الذي يحاول الاختبار قياسه (محمد حسن علاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان ، 2000 ، ص258)

وقد تحقق هذا النوع عندما تم عرض مقياس التحمل النفسي على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال (لعبة الكرة الطائرة) لإقرار صلاحية فقراته ومدى قدرة تلك الفقرات على قياس التحمل النفسي وقد بلغ عددهم (5) مختصين ينظر الملحق (1) وقد اجمعوا في آرائهم على صلاحية كل الفقرات .

2-4-4-2 الثبات :

طريقة الاتساق الداخلي (الفا - كرونباخ) :

تعد من اكثر مقاييس الثبات شيوعاً واكثرها ملائمة للمقاييس ذات الميزان المتدرج اذ تعتمد هذه الطريقة مدى ارتباط الفقرات مع بعضها داخل المقياس وكذلك ارتباط كل فقرة مع المقياس ككل اذ ان معدل معاملات الارتباط الداخلي بين الفقرات هو الذي يحدد معامل الفا- كرونباخ . (مصطفى حسين باهي ، 1999 ، ص18)

وقد طبقت المعادلة على افراد التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (10) طلاب وباستعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ظهر ان قيمة معامل الثبات لمقياس التحمل النفسي تساوي (0.80) وهذه القيمة تعطي مؤشراً عالياً على ثبات المقياس مما يدل على إمكانية الوثوق به .

2-4-4-3 الموضوعية :

يعد مقياس التحمل النفسي من المقاييس الموضوعية لأنه يعتمد بدائل الاجابة الثلاثة (التحمل النفسي بدرجة عالية ، والتحمل بدرجة معتدلة أي متوسطة ، والتحمل بدرجة ضعيفة) أي ان لكل اجابة درجة محددة لا تتسبب بالالتباس ولا يختلف عليها الخبراء في اثناء تصحيحهم اجابات المختبرين للمقياس .

2-4-5 وصف اختبارات الاداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث:

2-4-5-1 وصف اختبار الاداء الفني لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى (التنس) بالكرة الطائرة :
(ناهدة عبد زيد الدليمي ، 2002 ، ص48)

اسم الاختبار: اختبار تقويم الاداء الفني لمهارة الإرسال المواجه من الأعلى بالكرة الطائرة:
الهدف من الاختبار: تقويم الأداء الفني (التكنيك) للإرسال المواجه من الأعلى من خلال الشكل الظاهري للمهارة وبأقسامها الثلاث (التحضيرى والرئيس والنهائى).
الادوات المستعملة: ملعب الكرة الطائرة قانوني ، كرات طائرة قانونية عدد (3) ، استمارة تقويم الاداء المعدة مسبقاً .

طريقة الأداء: يقوم الطالب المختبر بأداء الإرسال المواجه من الأعلى من منطقة الإرسال المحدد بـ (9 م) الى الملعب المقابل على ان تعبر الكرة الشبكة محاولاً إسقاطها في النصف المقابل من الملعب .

التسجيل: يقوم ثلاثة مقومين (أ.د. سهيل جاسم/التدريب الرياضي-الكرة الطائرة ، أ.م.د. وسام رياض/التعلم الحركي- الكرة الطائرة ، أ.م.د. انيس حسين/البايوميكانيك-الكرة الطائرة/جامعة بابل/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة)

بتقويم المحاولات الثلاث لكل طالب مختبر ويمنح عنها ثلاث درجات عن كل ضربة علماً ان درجة التقويم النهائية لكل محاولة هي (10) درجات موزعة على أقسام المهارة الثلاثة وهي : (3) درجات للقسم التحضيرى و(6) درجات للقسم الرئيس و(1) درجة للقسم النهائي . ويتم بعدها اختيار أفضل درجة عن كل مقوم ومن خلال استخراج الوسط الحسابي لأفضل ثلاث درجات يتم احتساب الدرجة النهائية لكل طالب مختبر .

2-4-5-2 اختبار تقويم الاداء الفني لمهارة استقبال الإرسال من الاسفل بالكرة الطائرة .

(نغم صالح ، 2004 ، ص49-50)

الهدف من الاختبار : تقويم الاداء الفني لمهارة استقبال الارسال من الاسفل بالكرة الطائرة وفقاً للبناء الظاهري للمهارة وبأقسامها (التحضيرى والرئيس والنهائى).

الادوات المستعملة : ملعب الكرة الطائرة قانوني ، كرات طائرة قانونية عدد (3).

طريقة الاداء : يقوم الطالب المختبر بأداء مهارة استقبال الارسال ، ومن وضع الوقوف ، ولثلاث محاولات متتالية.

التسجيل: يقوم ثلاثة مقومين بتقويم المحاولات الثلاث لكل طالب مختبر ويمنح عنها ثلاث درجات عن كل مقوم وان درجة التقويم النهائية لكل محاولة هي (10 درجات) مقسمة على اقسام المهارة الثلاثة وهي : (3) درجات للقسم التحضيرى ، و(4) درجات للقسم الرئيس ،

و(3) درجات للقسم النهائى ، ويتم بعدها اختيار افضل درجة عن كل مقوم ، ومن خلال استخراج الوسط الحسابي لأفضل ثلاث درجات ، يتم استخراج الدرجة النهائية لكل طالب مختبر .

2-4-3 وصف اختبار تقويم الاداء الفني لمهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة :

(حيدر محمود عبود ، 2010 ، ص73)

اسم الاختبار : اختبار تقويم الاداء الفني لمهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة:

الهدف من الاختبار : تقويم الاداء الفني لمهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة.

الادوات المستعملة : ملعب الكرة الطائرة قانوني ، كرات طائرة قانونية عدد (3) ، استمارة تقويم الاداء المعدة مسبقاً .

طريقة الاداء : يقوم الطالب المختبر بأداء مهارة الدفاع عن الملعب بالذراعين من الاسفل من وضع الوقوف اذ يقوم المدرس (المدرّب) بأداء الضرب الساحق على الطالب الذي يقف في المركز (6) ليقوم الطالب نفسه بمحاولة الدفاع عن الملعب .

التسجيل: يقوم ثلاثة مقومين بتقويم المحاولات الثلاث لكل طالب مختبر ويمنح عنها (3) درجات عن كل محاولة علماً ان درجة التقويم النهائية لكل محاولة هي (10) درجات مقسمة على اقسام المهارة الثلاثة وهي : (3) درجات للقسم التحضيرى و(4) درجات للقسم الرئيسى و(3) درجات للقسم النهائى . ويتم بعدها اختيار أفضل درجة عن كل مقوم ومن خلال استخراج الوسط الحسابي لأفضل (3) درجات يتم احتساب الدرجة النهائية لكل طالب مختبر .

2-4-6 الأسس العلمية لاختبارات الاداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث:

2-4-6-1 صدق الاختبارات :

للتأكد من صدق اختبارات الاداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث ، اعتمد الباحث في ذلك صدق المحتوى ، اذ تم عرض الاختبارات على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال لعبة الكرة الطائرة (الملحق 1) والذين اجمعوا على صدقها كلها .

2-4-6-2 ثبات الاختبارات :

المقصود بثبات الاختبار هو "ان يعطي الاختبار النتائج نفسها او مقاربة لها اذا ما اعيد اجراؤه على الافراد انفسهم تحت الظروف نفسها اكثر من مرة" . (محمد جاسم الياسري ، 2010 ، ص52) اعتمد الباحث طريقة الاختبار واعادة الاختبار في استخراج معامل الثبات إذ اجرت الباحثة الاختبارات للمرة الاولى على افراد التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (10) طلاب في يوم الاربعاء الموافق 2017/11/8 ، الساعة العاشرة صباحاً وعلى ملعب الكرة الطائرة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل وبعد سبعة ايام من الاجراء الاول أي بتاريخ 2017/11/15 تم اعادة الاختبارات على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها ، اذ تم بعدها حساب قيم معاملات الارتباط البسيط (لبيرسون) بين الإجراءين الاول والثاني وكما مبين في الجدول (1) والتي كانت اعلى من قيمة (ر) الجدولية البالغة (0.632) عند درجة حرية (8) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على الثبات الجيد للاختبارات المشمولة بالبحث .

الجدول (1)

يبين معاملات الثبات والموضوعية لاختبارات الاداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث

ت	الاختبارات	معامل الثبات	معامل الموضوعية
		قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) المحسوبة
1	الاداء الفني للإرسال	0.86	0.91
2	الاداء الفني لاستقبال الارسال	0.88	0.92
3	الاداء الفني للدفاع عن الملعب	0.84	0.90

(*) قيمة (ر) الجدولية = 0.632 عند درجة حرية (8) ومستوى دلالة (0.05)

2-4-6-3 موضوعية الاختبار :

لكون الاختبار الموضوعي هو الاختبار الذي لا يحدث فيه تباين بين آراء المحكمين

(المقومين) إذا ما قام بالتحكيم للمختبر أكثر من حكم ، عليه تم أيجاد موضوعية اختبارات الاداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث من خلال استخراج معاملات الارتباط البسيط ليبرسون (معاملات الموضوعية) بين نتائج المقومين (أ.د. سهيل جاسم/التدريب الرياضي-الكرة الطائرة ، أ.م.د. وسام رياض/التعلم الحركي- الكرة الطائرة/ جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة) كما مبين في الجدول (1) ولكون قيم (ر) المحسوبة كانت اعلى من قيمة (ر) الجدولية البالغة (0.632) عند درجة حرية (8) ومستوى دلالة

(0.05) فقد دل ذلك على تمتع جميع الاختبارات بموضوعية عالية.

2-5 إجراء التجربة الرئيسية:

باشر الباحث بإجراء التجربة الرئيسية التي شملت اختبارات الأداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث ومقياس التحمل النفسي يوم الأربعاء 2017/11/22 الساعة التاسعة صباحاً على عينة البحث من طلاب المرحلة الثالثة في شعبتي (ب ، ج) من الدراسة الصباحية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل للعام الدراسي (2017-2018) والبالغ عددهم (70) طالباً تم اختيارهم عشوائياً وبطريقة القرعة داخل إحدى القاعات الدراسية وعلى ملعب الكرة الطائرة داخل القاعة الرياضية المغلقة في الكلية وفي اثناء درس مادة لعبة الكرة الطائرة اذ لم يكن هناك درس اخر في القاعة الرياضية عند اجراء التجربة . وبعد جمع النتائج وتفرغها في جداول تمت معالجتها احصائياً تمهيداً لعرضها وتحليلها ومناقشتها .

2-6 الوسائل الإحصائية :

استعان الباحث بالحقيبة الإحصائية (SPSS) لاستخراج ما يأتي :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- معامل الارتباط البسيط ليبرسون .
- معامل الفا - كرونباخ المستعمل لاستخراج ثبات المقياس .
- النسبة المئوية .

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

تحقيقاً لأهداف البحث وفرضه ستقوم الباحثة بعرض النتائج التي توصلت إليها وتحليلها ومناقشتها وكما يأتي :

1-3 التعرف على أداء عينة البحث من الطلاب في كل من اختبارات الأداء الفني لبعض من مهارات الكرة الطائرة ومقياس التحمل النفسي:

الجدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لاختبارات الأداء الفني لبعض من مهارات الكرة الطائرة ومقياس التحمل النفسي لدى الطلاب المشمولين بالبحث

الانحراف المعياري (ع)	الوسط الحسابي (س)	وحدة القياس	المعالم الإحصائية الاختبارات والمقياس
1.73	6.15	الدرجة	الأداء الفني للإرسال
1.95	5.83	الدرجة	الأداء الفني لاستقبال الإرسال
2.21	5.70	الدرجة	الأداء الفني للدفاع عن الملعب
5.04	36	الدرجة	مقياس التحمل النفسي

عند ملاحظة الجدول (2) يتبين لنا ان قيم الأوساط الحسابية لنتائج اختبارات الأداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث وهي (الإرسال ، واستقبال الإرسال ، والدفاع عن الملعب) ولمقياس التحمل النفسي لدى الطلاب قد بلغت (6.15 ، 5.83 ، 5.70 ، 36) درجة على التوالي ، كما تتبين لنا قيم الانحرافات المعيارية لكل من نتائج اختبارات الأداء الفني للمهارات المذكورة والمقياس والتي بلغت (1.73 ، 1.95 ، 2.21 ، 5.04) على التوالي وهي جميعها قيم جيدة .

2-3 التعرف على العلاقة بين التحمل النفسي واداء بعض المهارات الاساس بالكرة الطائرة لدى عينة البحث من الطلاب :

من خلال المعالجة الاحصائية التي أجراها الباحث لنتائج اداء عينة البحث من الطلاب في كل من اختبارات الاداء الفني لمهارات الكرة الطائرة المشمولة بالبحث والتحمل النفسي ووجد ان هناك علاقة ارتباط عالية وذات دلالة معنوية بين كل من المعالم الاحصائية سابقة الذكر وكما في الجدول (3) .

الجدول (3)

يبين علاقة الارتباط بين كل من التحمل النفسي لدى عينة البحث من الطلاب وادائهم لبعض المهارات الاساس في الكرة الطائرة

ت	المهارات	معامل الارتباط (ر) بالتحمل النفسي	نوع الدلالة
1	الارسال	0.89	معنوية
2	استقبال الارسال	0.86	معنوية
3	الدفاع عن الملعب	0.83	معنوية

من ملاحظة الجدول (3) يتضح ان هناك علاقة ارتباط (ر) ذات دلالة معنوية بين كل من التحمل النفسي لدى عينة البحث من الطلاب وادائهم لبعض من المهارات الاساس في الكرة الطائرة ، لان قيم (ر) المحسوبة كانت اعلى من قيمة (ر) الجدولية البالغة (0.250) عند درجة حرية (68) وتحت مستوى دلالة (0.05) .

ويرجع الباحث سبب هذه النتائج الى ان التحمل النفسي هو مظهر من مظاهر الشخصية السوية وعنصر هام في عملية توافق الطالب (الفاعل) مع محيطه ، فالطالب الذي لديه تحمل نفسي عال سوف يتمتع بمستوى عال ايضا من القدرة على التعامل مع ضغوط الاداء ، كالرغبة في تحقيق النجاح ومواجهة عوامل الخسارة او الفشل والسعي نحو التفوق واثبات جدارته في اثناء المنافسة والتغلب على العقبات التي تجابهه لبلوغ اهدافه ، لان المواقف الضاغطة تمنحه فرصة لتعزيز ذاته وثقته بنفسه ، كما تؤدي زيادة قابلية الطالب على تحمل اعباء العمل الذي يمارسه من خلال استمراره بأداء المهارات المطلوبة في اثناء اللعب

او التنافس الى تنمية وتطوير ادائه على نحو متصاعد مما يساهم في خفض مستوى توتره وتحقيق التوازن النفسي الذي يؤثر في جودة الاداء بصفته طاقة نفسية ايجابية ويؤكد (كامل العزاوي) ذلك بقوله : ان للتحمل النفسي تأثير مباشر في الدافعية نحو الاداء المتميز اذ يؤدي الى تحفيز الاستعداد للإنجاز الرياضي . (كامل عبود حسين العزاوي ، 2004 ، ص27)

كذلك ان الطالب الذي يدرك الموقف ادراكاً صحيحاً يساعده ذكائه على التصرف المناسب الذي يجنبه الاحباط و لانفعال والتوتر كما ترى دراسة (هانك ، 1995) " ان التحمل النفسي بعناصره (السيطرة - الالتزام - التحدي) يسهم بشكل فاعل في حفظ مستوى التوتر والتمتع بالصحة الجيدة وادراك تغيرات الحياة بشكل ايجابي فضلاً عن التوافق والالتزام"

(Irving , L . 1971 . P. 26)

لذلك وصفت (كوباسا ، 1992) نمط الشخصية التي تستطيع مواجهة الضغوط بثلاث خصائص وهي الاحساس بالسيطرة والتحكم بمجريات اللعب والشعور بالالتزام بالتمرين والاحساس بالتحدي لتعديل ما يرى انه فرصه لتطوير الطالب اكثر من مصدر لتهديد ذاته .

(اسامة كامل راتب ، 2004 ، ص139)

كذلك يعزو الباحث العلاقة الارتباطية المعنوية بين التحمل النفسي واداء مهارات (الارسال والاستقبال والدفاع عن الملعب الى امور عدة منها خبرة الطالب في ممارسة اللعبة كذلك الاعداد البدني اللذان يسهمان في خفض الضغوط النفسية والذي يؤدي الى قوة التركيز والانتباه والشعور بالمسؤولية ويزيد من قدرة الطالب على الاتزان والتكيف .

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات : استنتج الباحث الاتي :

- 1- تمتع عينة البحث من الطلاب بتحمل نفسي جيد .
- 2- حصول الطلاب على نتائج جيدة في اختبارات الأداء الفني لبعض المهارات الاساسية (الارسال واستقبال الارسال والدفاع عن الملعب) بالكرة الطائرة المشمولة بالبحث.
- 3- هناك علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين التحمل النفسي لدى عينة البحث من الطلاب والاداء الفني لبعض المهارات الاساسية (الارسال واستقبال الارسال والدفاع عن الملعب) بالكرة الطائرة .

4-2 التوصيات : يوصي الباحث بالاتي :

- 1- استعمال مقياس التحمل النفسي من قبل المدرسين لتشخيص الطلاب ذوي التحمل النفسي الايجابي والسلبي ومراعاة ذلك في الوحدات التعليمية .
- 2- استخدام المقياس للمقارنة بين التحمل النفسي لدى الطلاب ومتغيرات اخرى لديهم كالقلق والعدوانية والصحة النفسية وغيرها .
- 3- اجراء دراسات مشابهة على العاب فرقية وفردية اخرى تضم البعض من متغيرات الدراسة الحالية .
- 4- اجراء دراسات مشابهة تشمل عينات اخرى كالتالبات لغرض المقارنة مع الدراسة الحالية .

المصادر

- اسامة كامل راتب : النشاط البدني والاسترخاء (مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة) ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2004 .
- حيدر محمود عبود : تأثير استراتيجيتي التعلم التعاوني والتنافسي في تطوير مفهوم الذات المهارية والاداء الدفاعي بالكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2010 .
- عبد الودود احمد خطاب الزبيدي وحسين عمر سليمان الهروتي : موسوعة المقاييس النفسية في مجال علم النفس الرياضي ، ج1 ، ط1 ، عمان ، شركة دار الاكاديميون للنشر والتوزيع ، 2016 .
- كامل عبود حسين العزاوي : بناء مقياس لقوة التحمل النفسي لدى لاعبي الدرجة الاولى لبعض الالعاب الفردية في العراق ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2004 .
- محمد جاسم الياسري : الاسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية ، ط1 ، النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، 2010 .
- محمد حسن علاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000 .
- مصطفى حسين باهي : المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1999 .
- ناهدة عبد زيد الدليمي : تأثير التداخل في اساليب التمرين على تعلم مهارتي الارسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة ، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2002 .
- نغم صالح : تأثير التغذية الراجعة باستعمال الحاسوب في تعلم مهارتي الاعداد واستقبال الارسال للكرة الطائرة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2004 .
- Irving , L : "Stress and Frustration Harcourt " , Barce and World , Inc , 1971 , P. 26 .

يوضح أسماء المختصين الذين عرضت عليهم استمارة الاستبانة الخاصة بتحديد صلاحية فقرات مقياس التحمل النفسي لدى الطلاب

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1-	د. سهيل جاسم	استاذ	علم التدريب الرياضي - الكرة الطائرة	جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2-	د. ميثم لطيف	استاذ مساعد	التعلم الحركي - الكرة الطائرة	جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3-	د. وسام رياض	استاذ مساعد	التعلم الحركي - الكرة الطائرة	جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4-	د. انيس حسين	استاذ مساعد	بايوميكانيك - الكرة الطائرة	جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5-	د. نغم صالح	استاذ مساعد	التعلم الحركي - الكرة الطائرة	جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الملحق (2) يبين مقياس التحمل النفسي بصيغته النهائية

جامعة بابل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

عزيزي الطالب :

نضع بين أيديكم مجموعة من (الفقرات) التي تعكس بعض الآراء وردود الأفعال التي يهدف الباحثان من خلال إجاباتكم عنها الوقوف على مواقفكم الحقيقية بشأنها ، لما لذلك من أهمية كبيرة للبحث العلمي خاصة ولتطوير المجتمع عامة ، كونكم تمثلون شريحة اجتماعية مهمة ومستوى متقدم من الوعي والمعرفة . ونظرا لما نعهده فيكم من موضوعية وصراحة في التعبير عن آرائكم لذا تأمل الباحثة تعاونكم معهم في الإجابة عن جميع الفقرات بما يعكس آرائكم الحقيقية تجاهها . علما ان إجاباتكم لن تطلع عليها سوى الباحث ولا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي .

يرجى قراءة كل فقرة بدقة وإمعان والإجابة عن جميع الفقرات دون ترك أية فقرة بلا إجابة وذلك بوضع إشارة (√) امام البديل الذي تعتقد انه يناسبك او يعبر عن إجابتك وان لكل فقرة إشارة (√) واحدة فقط .
مثال يوضح كيفية الإجابة:

إذا كانت الفقرة الآتية (إذا قررت ومجموعة من اصدقائك القيام بلعبة ترفيهية في الكرة الطائرة وكنت متحمساً لها كثيراً لكنهم اجلو موعد اللعبة فانك :) اذا اخترت البديل الثاني أي (تتقبل الوضع بهدوء) من الفقرة (2) فضع إشارة (√) امام البديل الذي اخترته ، وهكذا بقية الفقرات .

ت	الفقرات	البدائل	الاجابة
2	إذا قررت ومجموعة من اصدقائك القيام بلعبة ترفيهية في الكرة الطائرة وكنت متحمساً لها كثيراً لكنهم اجلو موعد اللعبة فانك :	- تقبل الوضع بهدوء - تشعر بالضيق - تثور عليهم	√

نرجو كتابة ما يأتي :

الاسم الثلاثي :

العمر الزمني :

الباحث

مقياس التحمل النفسي المعدل بصيغته النهائية

ت	الفقرة
1-	إذا رفض اهلك اختيارك لنوع الرياضة (الكرة الطائرة) التي تحبها وترغب بممارستها فانك : - تفكر في اسباب رفضهم . - تقنعهم بهدوء باختيارك . - تبدي غضبك تجاههم .
2-	إذا قررت ومجموعة من اصدقائك القيام بلعبة ترفيهية في الكرة الطائرة وكنت متحمسا لها كثيرا لكنهم اجلوا موعد اللعبة فانك: - تتقبل الوضع بهدوء . - تشعر بالضيق . - تثور عليهم .
3-	إذا كنت تشاهد مباراة مهمة في الكرة الطائرة وفجأة توقف جهاز التلفزيون عن العمل بسبب عطل ما فانك: - تحاول ممارسة هواية ما . - تشعر بالضجر . - تتألم وتنزعج كثيراً .
4-	عندما تكون جائعا وتعرف ان موعد انتهاء التدريب سيتأخر فانك : - تتحمل الجوع لحين انتهاء التدريب . - تشعر بعدم الارتياح ويبدو عليك الاستياء . - تنزعج وتلوم الاخرين على التأخير .
5-	إذا اردت الاتصال بشخص ما ومنعك المدرب فانك : - تواجه منعه بهدوء وتحاول معرفة السبب . - تتفعل من غير ان تظهر ذلك لهو . - تحتج وترفض منعه لك .
6-	إذا كنت بحاجة لشراء ملابس رياضية لمباراة مهمة في الكرة الطائرة ولكن الظروف المالية لم تسمح بذلك فانك : - تنتظر لحين تحسن ظروفك المالية . - تشعر بالألم . - تتوتر وتتفعل .
7-	عندما تواجه حالات تحكيمية في الكرة الطائرة وتعجز عن حلها فانك : - تستمر في التفكير حتى تصل للحل . - تتهرب من الحل والحالة التحكيمية . - تقوم بسؤال المدرب عن حلها .
8-	إذا كان لديك امتحان في مادة الكرة الطائرة في اليوم التالي وعندما اردت المراجعة في دفاترك واكتشفت ان احد افراد عائلتك عبث بها فانك : - تحاول معالجة الموضوع بهدوء . - تنزعج من الحالة . - تثور وتغضب غضباً شديداً .
9-	إذا كنت مشغولاً بوضع خطة لمباراة الكرة الطائرة المكلف بها من قبل المدرب وتدخل احد الأشخاص في عملك

	<p>فانك :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تستمر بعملك بهدوء ولا تبالي به . - تشعر بعدم الارتياح من تدخله . - تثور وتمنعه من التدخل .
10-	<p>إذا كنت ذاهب لمباراة مهمة في الكرة الطائرة وإذا بسيارة مسرعة تلوث ملابسك بالمياه القذرة فانك :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تحاول معالجة الموقف بهدوء . - تتنمر مع نفسك . - تتفوه بكلمات حادة .
11-	<p>إذا كنت تتدرب لمباراة مهمة وعاجلة في الكرة الطائرة وكانت هنالك ضوضاء قريبة منك فانك :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تبقى مستمرا بالتدرب ولا تبالي . - تستمر رغم شعورك بعدم الارتياح . - تثور وتترك التدريب
12-	<p>إذا كنت تتوقع مكافأة لتفوقك في الاداء الرياضي ولم تحصل عليها لسبب ما فانك :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تحاول الحصول عليها دون انفعال بعد ذلك . - تستاء وتحاول ايجاد طريقة اخرى لحصول عليها . - تتألم وتتنمر .
13-	<p>إذا كنت على موعد مع احد الزملاء في الفريق للتمرين وتأخر في الوصول فانك :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تنتظره لا طول وقت ممكن . - تنزعج وتحاول انتظاره لدقائق قليلة . - تتوتر وتتفعل ولا تنتظره مطلقاً
14-	<p>إذا فقدت زميلاً عزيزاً عليك في الفريق فانك :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تشعر بالحزن وتقبل بالأمر الواقع . - تتألم مع نفسك . - تنفعل وتنهار .
15-	<p>لو تعرضت لهجوم في اثناء لعبة الكرة الطائرة من قبل الفريق المنافس فانك :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تحاول مواجهة الموقف بهدوء . - تشعر بالخوف . - تضطرب وتشعر بالذعر .
16-	<p>إذا أحسست بألم شديد في بطنك في وقت مبكر من مباراة الكرة الطائرة فانك :</p> <ul style="list-style-type: none"> - تحاول تحمل الألم الى نهاية المباراة . - تضطرب وتستنجد بالآخرين . - تطلب نقلك الى المستشفى .