

مفهوم الذات البدنية وعلاقتها بالسلوك الجازم لدى لاعبي نادي اربيل بكرة اليد
م. سامي حميد محمد

العراق. جامعة صلاح الدين. كلية العلوم

Samihamid01@gmail.com

الملخص

يعتبر النشاط البدني بأنواعه المختلفة من الأنشطة التي تؤثر على الاداء والمواقف التي قد يكون لها الاثر على شخصية الفرد منها على السلوك الجازم لدى اللاعبين حيث وجود الاصرار والاندفاع للعب ضروري وخصوصاً في لعبة كرة اليد ، ولهذا يهدف البحث الى التعرف على العلاقة بين (الذات البدنية) و(السلوك الجازم) لدى لاعبي نادي اربيل الرياضي بكرة اليد ، من خلال تطبيق مقياسين على لاعبي نادي اربيل بكرة اليد والبالغ (16) لاعباً . وقد تم استخدام المنهج الوصفي من خلال استخدام كل من مقياسين للذات البدنية والسلوك الجازم للاعبين كأداتين للبحث، واستخدم الباحث عدد من الوسائل الاحصائية لمعالجة النتائج التي حصلت عليها مثل الوسط الحسابي والانحراف المعياري معامل الارتباط البسيط (بيرسون). وبعد عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث الى عدد من الاستنتاجات التي من بينها انه قد اظهرت النتائج ان هناك فرقاً في الابعاد الذات البدنية للاعبين نادي اربيل والسلوك الجازم، وكذلك اظهرت النتائج عدم وجود علاقة معنوية بين الابعاد الذات البدنية والسلوك الجازم.

وفي ضوء هذه النتائج توصل الباحث الى عدد من التوصيات منها العمل ببناء برامج تدريبية لتنمية (الصفات البدنية) و(السلوك الجازم) لدى لاعبي نادي اربيل في محافظة اربيل بكرة اليد ويجب الاهتمام بالبرامج الجديدة من التدريبات الخاصة بلاعبي كرة اليد وبتلاءم مع التطور الحاصل في هذه اللعبة على مستوى العالم ، بل يجب الاخذ بنظر الاعتبار ان يطور منهجية التدريب والحصول على تهيئة اللاعب بالمستوى المطلوب من الناحية البدنية وكذلك الاهتمام بالجانب النفسي أيضاً وذلك من خلال وجود برامج مستمرة لتهيئة اللاعبين الى الحالة النفسية الجيدة وزيادة حالة السلوك الجازم لديهم من خلال الاندفاع والاصرار للوصول الى افضل النتائج في نطاق القوانين واحترام الفريق المقابل أيضاً.

الكلمات المفتاحية: مفهوم الذات البدنية ، السلوك الجازم ، كرة اليد

The concept of the physical self and its relationship to the assertive behavior of the handball players of Erbil Club

M. Sami Hamid Muhammad

Iraq. Salahaddin University. College of Science

Samihamid01@gmail.com

Abstracts

The various types of physical activity are among the activities that affect performance and situations that may have an impact on the individual's personality, including the assertive behavior of the players, where the presence of determination and impulse to play is necessary, especially in the game of handball, and for this research aims to identify the relationship between (the physical self) And (the assertive behavior) of the handball players of the Erbil Sports Club, through the application of two measures to the players of the Erbil Handball Club, which amount to (16) players. The descriptive approach was used through the use of both measures of the physical self and assertive behavior of the players as tools for research, and the researcher used a number of statistical methods to address the results obtained, such as the arithmetic mean, standard deviation, and the simple correlation coefficient (Pearson). After presenting and discussing the results, the researcher reached a number of conclusions, including that the results showed that there is a difference in the dimensions of the physical self of the Erbil club players and assertive behavior, as well as the absence of a significant relationship between the dimensions of the physical self and assertive behavior. In light of these results, the researcher reached a number of recommendations, including working to build training programs for the development of (physical qualities) and (firm behavior) for the players of the Erbil Club in the Erbil Governorate handball. The game is worldwide, but it must be taken into account that it develops the training methodology and obtains the preparation of the player at the required level in terms of physicality, as well as attention to the psychological aspect as well, through the presence of continuous programs to prepare the players to a good psychological state and increase the state of their assertive behavior through rush and determination to reach To the best results within the scope of the rules and respect for the opposing team as well.

Keywords: physical self-concept, assertive behavior, handball

1- المقدمة:

يعد علم النفس الرياضي احد فروع علم النفس العام وهو من العلوم المهمة التي تحتاج الى المزيد من البحث والدراسة في مجالاته المقدره لما له من مؤثرات مباشرة في تطوير مستوى الاداء عند الرياضيين كونه يبحث في المتطلبات البدنية والعضلية والنافعالية ويدخل الي ابعاد من ذلك في شخصية الرياضي والتعرف على الدوافع الحركية. وتعد الصفات البدنية لدى الفرد والتي تعبر عن خصائص جسمية وعضلية وشخصية ويذهب الى ابعاد من ذلك.

(احمد عزت ، 1994 ، ص23)

من هنا تعد الصفات البدنية في المجال الرياضي من المفاهيم الاساسية المهمة لكل شخص ذا ببذل الكثير من اجل حمايه ذاته وغالباً فان المدربين الكفاء يسمحون الى تدعيم الحالة النفسية لدى الرياضيين اقتناعاً أن قيمة الرياضي لذاته هو مفتاح الواقعة.

(اسامه كامل ، راتب ، 1997 ، ص79)

إن محور العملية التدريبية سواء في الالعاب الجماعية او الفردية بشكل عام تدور حول بناء المتطلبات البدنية من قوة وسرعة وتحمل ورشاقة وتحتاج اليه تلك الفعالية من عناصر بدنية وربط وتدعيم هذه المتطلبات مع الاداء المهارى للوصول الى لإنجاز الافضل الا أن ظروف المنافسة وما يحيط بها من التأثير الكبير المباشر في وصول الرياضي الى افضل ما يستطيع تقديمه يوم المنافسة ففكرة الرياضي عن نفسه تؤثر على ادائه والطريقة التي يدركونه بها الاخرون تؤثر على علاقته بهم وتحدد شخصيه استجاباته للأخريين وروح التنافسية وانجازاته وفشله ومستوى طموحه.

(حامد عبد السلام ، زهران ، 1982 ، ص88)

ويمثل السلوك الجازم اهم دعائم الفوز في المنافسات الرياضية لأي رياضي ، حيث إن لهذا السلوك الاثر الفعال في كيفية تعامل اللاعب على الفوز في المنافسات التي تحكمها كثير من الالفاعلات التي تؤثر على سلوك اللاعب ومن ثم خلق حالة سلبية تؤثر في سلوك الرياضي-

ومن خلال ما تقدم فإن لاعبي (كرة اليد) يتأثرون بالحالة البدنية والنفسية ، وفي ضوء ما عرضناه نرى بأن الحالة البدنية له دور كبير على السلوك الجازم وبالتالي يؤثر على نتيجة المباريات وذلك من خلال تأثيرها على اداء اللاعب خاصتا والفريق بشكل كامل. ان تحقيق المستويات العليا والالانجازات في الالعاب والفعاليات الرياضية تتوقف على الالارتقاء بالقدرات البدنية والحركية والعقلية والخططية والنفسية والمهارية كافة للاعبين ، ولعبة الكرة اليد من الالعاب التي تتميز بتعدد المهارات وتنوع الحركات ، وبناء على ذلك بات لزاماً ان يعد اللاعبون أعداداً بدنيا ومهاريا وحركيا ونفسياً لذلك يجب ان يكون تنفيذ المهارات الاساسية

بسرعة وتوقيت مناسبين وادراك المواقف السريعة والمفاجئة والتي تحدث اثناء سير المباريات. وبما ان الباحث من خلال مشاهدته لنادي اربيل بكرة اليد، الذي شارك في بطولة النادية بإقليم كردستان العراق كان مستواهم متواضع الى حد بعيد وذلك من نواحي كثيرة ولكن الشيء الذي انتبه له هو الحالة البدنية وتأثيرها على السلوك الجازم وتأثيرها على اداء اللاعبين اثناء المباريات وبالتالي كان له تأثير مباشر على نتائج مباريات ناديهم ولهذا اجري البحث هذا على نادي اربيل بكرة اليد ومن خلال هذا البحث ارتأى الباحث ان يعرف مدى علاقة الحالة البدنية بالسلوك الجازم.

ويهدف البحث الى:

- 1- قياس (الذات البدنية) و(السلوك الجازم) لدى لاعبي اندية محافظة اربيل بكرة اليد.
- 2- التعرف على العلاقة بين (الذات البدنية) و(السلوك الجازم) لدى لاعبي اندية نادي اربيل بكرة اليد.

2- اجراءات البحث:

- 1-2 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

- اشتملت عينة البحث لاعبي نادي اربيل الرياضي بكرة اليد والبالغ عددهم (16) لاعباً وشمل البحث المجتمع بأسلوب العمدي جميع لاعبي نادي اربيل بكرة اليد.

3-2 أدوات ووسائل جمع البيانات:

- المصادر والمراجع العربية
- استمارة استبيان لتوزيعها على اللاعبين .
- استمارة خاصة لتفريغ البيانات .
- قرطاسية (قلم)-.
- الوسائل الاحصائية .
- الحاسبة الالكترونية .

2-4 خطوات اجراء البحث:

تضمنت خطوات اجراء البحث ما يلي:

1- عرض استمارة الاستبيان

(محمد حسن علاوي , كمال الدين عبدالرحمن درويش , عماد الدين عباس ابو زيد , 2003 , ص422-445)

مقياس(الذات البدنية) وكذلك مقياس (محمد حسن علاوي , ص465-467)

(السلوك الجازم) على مجموعة من الخبراء والمختصين , للتأكد من صلاحية الاستمارة وإضافة أو حذف أي فقرة يرونها مناسبة لتحقيق هدف البحث .

2- بعد جمع الاستمارة التي عرضت على الخبراء والمختصين(*) تم الأخذ بآرائهم وملاحظاتهم والتي دلت على ان استمارة صالحة وذلك لأنه مقنن ولا حاجة الى أي تغيير ولذلك عمل به الباحثون .

3- القيام بالتجربة الاستطلاعية على عينة مجتمع البحث الذين لم تدخل نتائجهم بنتائج البحث.

4- القيام بتوزيع الاستمارة على عينة البحث ومن ثم تفريغ البيانات لغرض معالجتها بالوسائل الاحصائية .

2-4-1 مقياس الحالة البدنية: (محمد حسن علاوي , 1998 , ص124-125)

يتكون الاختبار من (30) عبارة وكل بعد من الابعاد الخمسة تقيسه (6) عبارات نصفها في اتجاه البعد والنصف الاخر في عكس اتجاه البعد-

ويقوم اللاعب بالاستجابة على العبارات الاختبار على المقياس خماسي التدرج (تنطبق على درجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، بدرجة قليلة جدا) ، وابعاد المقياس يتكون من(القوة العضلية ، التحمل ، السرعة ، المرونة ، الرشاقة)-.

• الخبراء والمختصين:

- أ.د. عزيمة علي/كلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين .
- أ.م.د. ثالان قادر/كلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين .
- م.د. علي حسين/كلية التربية الرياضية - جامعة صلاح الدين .

2-4-2 مقياس السلوك الجازم:

يتكون المقياس من (20) عبارة ، يميز اللاعبين الذين يتميزون بالسلوك الجازم وللاعبين اخرين لا يتميزون بالسلوك الجازم.

ويقوم اللاعب بالاستجابة على العبارات الاختبار على المقياس رباعي التدرج (موافق بشدة ، موافق ، غير موافق ، غير موافق بشدة) ، وتصحح العبارات الموجبة في المقياس والتي تشير الى السلوك الجازم للاعب وهي (1/3/6/7/9/10/12/14/15/16/18/19/20) ، ويتم تصحيحها (مرافق بشدة=4 درجات ، موافق=3 درجات ، غير موافق=2 درجة ، غير موافق بشدة=درجة واحدة)، والعبارات الاخرى هي سالبة كما يلي(2/4/5/8/11/13/17) ، ويتم تصحيحها (مرافق بشدة=درجة واحدة ، موافق=درجتان ، غير موافق=3 درجات ، غير موافق بشدة=4 درجات)-.

2-5-5 الاسس العلمية للاختبارين:

2-5-1 صدق الاستثمارتين:

من اجل التأكد من صدق فقرات الاستثمارتين ، تم حساب صدق الاستثمارتين في البحث الحالي بطريقة الصدق الظاهري، وذلك بعرض الاستثمارة على مجموعة من الخبراء والمختصين للتأكد من صلاحية فقراتها من انها تقيس ما وضعت من اجل قياسه .

2-5-2 ثبات الاستثمارة:

لاختبار ثبات الاستثمارتين قام الباحث بإيجاد ثبات الاستثمارة بطريقة إعادة الاختبار حيث قام الباحث بتوزيع الاستثمارة على(4)لاعبين من نفس عينة البحث ولكن لم يخضعوا للتجربة الاستطلاعية والرئيسية وبعد مرور اسبوع بين توزيع الاستثمارتين وبين توزيع الاستثمارتين للمرة الثانية على نفس العينة وب نفس الظروف.

تم احتساب معامل ثبات الاستثمارة باستخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين الاختبارين الاول والثاني ، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط مقداره (0.84) و(0.87) ويعد معامل ثبات عالي.

2-6 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ (2021/8/11) قبل التجربة الرئيسية على (3) لاعبين يمثلون (نادي اربيل الرياضي) وكان الهدف من التجربة هو معرفة مدى استيعاب اللاعبين للاستمارة وكذلك معرفة المشاكل التي قد تواجهها الباحث أثناء التجربة الرئيسية .

2-7 كيفية تطبيق الاختبار:

قام الباحث بتطبيق الاختبار وذلك من خلال توزيع الاستمارة على لاعبي نادي اربيل الرياضي لكرة اليد وذلك بتاريخ 2021/8/16-14 بعد توزيع الاستمارة قام اللاعبون بالإجابة على الفقرات وتم توضيح الفقرات التي لم يكن واضحاً تم توضيحها وبعد الاجابة على جميع الفقرات تم سحب الاستمارات وبذلك انتهت الاجراءات اللازمة لتطبيق الاختبار-

2-8 الوسائل الاحصائية:

أجريت المعالجات الإحصائية باستخدام البرنامج الإحصائي (spss) وتضمنت الوسائل ألاتيه:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

3- عرض وتحليل مناقشة النتائج:

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (للذات البدنية والسلوك الجازم) للاعبين عينة البحث:

جدول (1) يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسط الفرضي (للذات البدنية والسلوك الجازم) للاعبين عينة البحث

ت	المقياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي
1	الذات البدنية	119.6739	6.70341	120
2	السلوك الجازم	32.6739	6.42237	40

يتبين من خلال الجدول (1) والخاص بالأوساط الحسابية والانحراف المعياري ل(الذات البدنية ، السلوك الجازم)، ان (الذات البدنية ، السلوك الجازم) كانت درجاتهم اقل من الوسط الفرضي وهذا دليل على ان هذين المقياسين لا يتسمان بدرجة عالية عند اللاعبين وهذا نتيجتاً لضعف اللاعبين من الناحية البدنية، ولهذا يجب على مدرب نادي اربيل الرياضي ان يهتم بالجانب البدني بشكل افضل وتحديد اي من العناصر لديهم ضعيفة وبالتالي اثر على الحالة النفسية أيضاً.

3-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقات الارتباط بين (للذات البدنية والسلوك الجازم) للاعبين عينة البحث:

جدول (2) يبين درجات علاقة الارتباط بين (للذات البدنية والسلوك الجازم) للاعبين عينة البحث

Sig	علاقة الارتباط	المقياسين	
0.098	0.247	الذات البدنية	
		السلوك الجازم	

تحت مستوى دلالة (0.05)

يبين من خلال جدول (2) والذي يبين نتائج علاقات الارتباط بين (الذات البدنية) و(السلوك الجازم) ، فقد تبين انه لا يوجد علاقة ارتباط بينهما وهذا يكاد يكون نتيجة طبيعية نظراً لانخفاض الذات البدنية ادى الى انخفاض في السلوك الجازم ويرى الباحث ان جزء من هذا الامر يقع على عاتق المدربين في تنمية الصفات البدنية وكذلك اهتمام اللاعبين بالتدريبات بشكل جيد وعدم اهمال الجانب البدني والخططي أيضاً، إذ أن هذا المتغير مهم جداً في الإجابة عن ما يقدمه اللاعب من تحركات وخطط ، فضلاً ان طبيعة لعبة كرة اليد يتكون من مهارات صعبة ومتداخلة وكذلك تحتاج الى جهد بدني قوي أي أن كل مهارة تعتمد على المهارة التي قبلها والتي تليها، حيث لن من بين اهم العوامل التي تعتمد عليها تطوير المهارات الحركية هو

تطوير الصفات البدنية حيث لا يمكن الوصول الى تطوير الكفاءة الاداء المهاري بدون الحصول على مستوى عالي من الصفاة البدنية:

(مفتي ابراهيم حماد ، 1998 ، ص211)

وكل مهارة لها استجاباتها وتحركاته لذا فمن الضروري التأكيد على أهمية هذه الصفة في المباريات. ومن خلال هذا السرد الصغير يتبين بان اللاعبين يتميزون بقابليتهم البدنية ليس جيداً جداً ، إذ أن مبدأ التخصص المهاري غير متوافر في لعبة كرة اليد الأمر الذي يجعل من اللاعب أن يتمتع ويتدرب على كل المهارات الأساسية فهو أحياناً مدافعاً وأحياناً آخر مهاجماً وبالعكس فضلاً عن الترابط البدني والمهاري والنفسي أي أن لكل مهارة قابليتها البدنية وهذا ما يجعل صفة مطاولة السرعة لأهميتها في الحفاظ على مستوى سرعة اللاعب والانتقال من مكان إلى آخر حتى في حالة ظهور التعب .اما الجانب النفسي يجب الاهتمام بها من قبل ادارة النادي ووضع المختصين في المجال النفسي مع الفرق وذلك لتحسين الجانب النفسي مع الجانب البدني والخططي، وبما ان السلوك الجازم هو نوع من السلوك الذي يقوم به اللاعب الرياضي اثناء اللعبة و الذي يتميز بالقوة والشدة والحزم والتصميم والكفاح وعدم خروج هذا السلوك إلا في اطار القوانين و القواعد الخاصة بلعبة كرة اليد-

(محمد جاسم عرب وحسين علي كاظم ، 2009 ، ص140)

ويرى الباحث ان الاهتمام بشكل اكبر بالجانب البدني لتطوير الجانب المهاري وكذلك الاهتمام بالجانب النفسي لتطوير المتغيرات المختلفة بالتالي تؤدي الى تطوير مستوى اللاعبين و تحسين نتائجهم في المنافسات و لبطولات التي يشاركون فيها-

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- ظهر وصف الذات البدنية بأنه اقل من الوسط الفرضي فبالنتالي يؤكد بان ليس لديهم مستوى جيد من الحالة البدنية.

2- ظهر وصف للسلوك الجازم بأنه اقل من الوسط الفرضي فبالنتالي يؤكد بان مستواهم ضعيف الى حد ما.

3- لا توجد علاقة ارتباط بين (الذات البدنية) و(السلوك الجازم) للاعبين عينة البحث.

4-2 التوصيات:

1- اجراء التمرينات اكثر للحالة البدنية وتطوير بشكل اكبر لكي يتحسن الاداء اثناء المباريات.

2- اجراء البحوث والدراسات المشابهة وذلك للتعرف على حالة الصف البدني لديهم.

3- اجراء البحوث والدراسات النفسية الاخرى للفريق وذلك لمعرفة الحالة النفسية بشكل اكثر.

4- اداء الاختبارات البدنية بشكل عملي من خلال الاختبارات البدنية للتعرف على الحالة البدنية بشكل ادق للحالة البدنية.

المصادر

- احمد عزت ، راجع ، (1994): اصول علم النفس ، دار المعارف ، الاسكندرية.
- اسامه كامل ، راتب ، (1997): علم النفس الرياضية المفاهيم والتطبيقات ، دار الفكر العربي ، مصر-
- حامد عبدالسلام ، زهران ، (1982): علم النفس الاجتماعي ، عالم الكتب ، القاهرة.
- محمد جاسم عرب وحسين علي كاظم ، (2009): علم النفس الرياضي : (النجف الناشر ، دار الضياء للطباعة والتصميم)
- محمد حسن علاوي ، كمال الدين عبدالرحمن درويش ، عماد الدين عباس ابو زيد ، (2003): الاعداد النفسي في كرة اليد (نظريات - تطبيقات) ، ط 1, القاهرة ، مركز الكتاب للنشر .
- محمد حسن علاوي ، (1998): موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، (القاهرة ، مركز الكتاب للنشر) ، ط1-
- مفتي ابراهيم حماد،(1998): التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة: (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط1)

