

## السمات النفسية لدى سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة (دراسة مقارنة)

\* أ.م.د. / عبد الحميد عيسى مطر

مقدمة البحث:

تعد أولى خطوات النجاح في أي مجتمع أو أي نشاط هي إتباع خطوات أسلوب البحث العلمي المناسب الذي يهدف إلي الإرتقاء بهذا المجتمع أو بالنشاط للوصول إلي أعلى المستويات الممكنة وتحقيق الأهداف المخططة، ولعل الطفرات الرياضية التي نشاهدها في الدورات الأولمبية والبطولات العالمية خير دليل علي ذلك، لذا أصبح من الضروري استخدام أسلوب البحث العلمي وتطبيقه علي البيئة الكويتية الرياضية.

ويعتبر التدريب الرياضي عملية تربوية هادفة وموجه ذات تخطيط علمي لإعداد اللاعبين بمختلف مستوياتهم (براعم وناشئين ومتقدمين) إعداداً متعدد الجوانب بهدف الوصول باللاعبين إلى أعلى مستوى ممكن في مختلف الأنشطة الرياضية. (٦:٢٤) (٧:٢٠١)

وإن الإرتقاء بالجوانب العلمية والتربوية للعملية التدريبية لا يمكن لها أن تتحقق إلا من خلال مدى فهمنا للعلوم المختلفة المرتبطة بالعملية التدريبية ومنها علم الفسيولوجيا وعلم النفس الرياضي والتي توضح لنا مدى الاستجابات والتكيفات والتغيرات التي يحدثها التدريب بمختلف أنواعه ( البدني - المهاري - الخططي - النفسي ) على الأجهزة الوظيفية للرياضي ومدى استجابة الرياضي لهذه التدريبات، والمدرّب الناجح هو الذي يمتلك المعلومات في فهم ما يحدث داخل الأجهزة الوظيفية للرياضي عند تنفيذ لاعبيه التدريبات الهوائية واللاهوائية ومراعاة السيوز والفروق الفردية نديهم. (٨:٧)

ويشير محمد حسن علاوي (١٩٩٠م) إلى أن تأثير أي برنامج تدريبي لكي يحقق النجاح امر جو منه فإنه يعتمد على عاملين أولهما يرتبط بالمعلومات المتوفرة عن العمليات الفسيولوجية والنفسية المرتبطة بتطوير الأداء، وثانيها القدرة على تطبيق هذه المعلومات على فسيولوجية العمل العضلي لإنتاج الطاقة اللازمة لحدوث الانقباض العضلي ومراعاة احتياجات اللاعب وقدراته الفردية وحالته واستعادته النفسي (١٥:١٥).

ولقد أصبح علم النفس ضرورة لا بد منها في كافة مجالات الحياة ، والمجال الرياضي هو احد تلك المجالات والذي تناوله علماء النفس باهتمام واسع، ولقد صاحب تطور البحوث في علم النفس الرياضي ارتفاع ملحوظ في مستوى الإنجاز الرياضي مما يدل على أهمية هذا العلم وتأثيره على مستوى الإنجاز، وكحصيلة لهذه البحوث اتضحت حقائق علمية عديدة تخص

\* أستاذ مساعد المناهج وطرق التدريس كلية التربية - جامعة الكويت

المجال الرياضي منها أن لكل لعبة خصائص نفسية تميزها عن اللعبة الأخرى وإهمال هذه الحقيقة يؤدي إلى سوء اختيار المؤهلين، مما يؤدي بالنتيجة إلى هبوط المستوى الرياضي. (٣٢:٣١٧)

ولقد شهدت السنوات الأخيرة تقدماً وتحسناً واضحاً في مختلف الأنشطة الرياضية بصفة عامة وفي رياضة السباحة بصفة خاصة على المستوى العالمي والأولمبي، والذي يعتبر نتاج التطور العلمي لأساليب التدريب الرياضي الحديث المتعدد الأهداف الذي تسعى إليه جميع دول العالم، وذلك لإعداد مدربيها ومن ثم لاعبيها بهدف الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية العالمية. (١:٢٣) (٢:٩٧).

وفي لعبة السباحة حيث أن التطور الحاصل في الأداء الفني، والمستوى الرقمي والابتكار هو تطور هائل لا يمكن أن يكون سببه فقط تطور في النواحي البدنية لولا وجود تطور في النواحي النفسية واختيار سليم للمؤهلين وتناسب خصائصهم النفسية مع متطلبات اللعبة، وحتى ضمن لعبة السباحة فإن وجود تعددية في الحمامات والأدوات هذا يعني أن هناك فوارق في المتطلبات النفسية لكل منها، لذا يجب أن ينتبه لها المختصون بالتعليم والتدريب. (١٠٢:٢) (١١٨:٢١)

وتعتبر رياضة السباحة من أبرز الرياضات التي تحظى بمكان الصدارة في كافة المسابقات الدولية والعالمية والأولمبية، فضلاً عن إعتراف العالم وتقديره لتطوير الأرقام القياسية التي تحطم يوماً بعد يوم، مما دعا العلماء والباحثين والمتخصصين إلى إجراء البحوث والدراسات وإعداد المؤلفات العلمية التي تعتمد عليها ويهتم بها كل المهتمين برياضة السباحة. (٥:٢٧)

#### أهم الخصائص النفسية لمسابقات السباحة:

- ١- تحظى مسابقات السباحة بالكثير من الثناء والتشجيع والعطف والحماس.
- ٢- تتميز مسابقات السباحة دون سائر الأنشطة الأخرى بوضوح تأثير الفوز والهزيمة أو النجاح والفشل.
- ٣- تنفرد مسابقات السباحة بحدوثها في حضور جمهور غفير من المشاهدين ويختلف أثر الجمهور على الرياضي وفقاً للسمات النفسية المميزة للرياضي.
- ٤- تجرى مسابقات السباحة وفقاً للوائح وقوانين محددة من قبل اتحاد اللعبة موضع المنافسة؛ مما يترتب عليه تحديد النواحي الفنية والتنظيمية لنوع النشاط الرياضي.
- ٥- تتطلب مسابقات السباحة ضرورة تعبئة الرياضي لبذل أقصى قدراته البدنية والنفسية لمحاولة تسجيل أفضل مستوى رقمي ممكن؛ الأمر الذي يسهم في تطوير وتنمية السمات النفسية وبخاصة السمات الخلقية والإرادية للرياضي.
- ٦- يرى بعض الرياضيين أن التنافس الرياضي في لعبة السباحة بطبيعته ما هو إلا صراع يستهدف الفوز على الآخرين وتسجيل الأرقام، ويتناسون أن الوصول إلى المستوى الرياضي

العالي ناحية من النواحي التي يسعى إليها آل مجتمع، ولكنها ليست بطبيعة الحال هدفه الأوحده. (٣٤:١)

الشكل التنظيمي لمسابقات السباحة:

تمارس السباحة التنافسية وفقا لقوانين وقواعد محددة ومعروفة ينظمها الاتحاد الدولي للسباحة وتتطلب السباحة التنافسية أن يبذل الشخص أقصى امكانياته واستعداداته البدنية والنفسية والعقلية لمحاولة تسجيل اقل زمن ممكن للمسابقات المقررة وفي سبيل ذلك فان السباح يخضع عادة لبرنامج تدريبي مقنن يتطلب بذل الكثير من الوقت والجهد؛ ويتطلب كذلك نمط حياة يومي من التغذية والنوم والنواحي الصحية؛ وتشتمل مسابقات السباحة التنافسية الأولمبية:-

- ١- مسابقات السباحة الحرة (١٠٠م و ٢٠٠م و ٤٠٠م و ٥٠٠م) لرجال (٨٠٠م) للسيدات.
- ٢- مسابقات سباحة الزحف على الظهر (١٠٠م و ٢٠٠م).
- ٣- مسابقات سباحة الصدر (١٠٠م و ٢٠٠م).
- ٤- مسابقات سباحة الفراشة (١٠٠م و ٢٠٠م).
- ٥- مسابقات الفردي المتنوع (٢٠٠م و ٤٠٠م).
- ٦- مسابقات التتابع الحرة (٤ × ١٠٠م) للرجال والسيدات و (٤ × ٢٠٠م للرجال فقط).
- ٧- مسابقات التتابع المتنوع (٤ × ١٠٠م).

ويحدد قانون السباحة تنظيم سباق الفردي المتنوع بحيث يبدأ المتسابق بسباحة الفراشة ثم سباحة الظهر ثم سباحة الصدر وأخيرا سباحة الزحف على البطن. وكذلك سباق التتابع المتنوع حيث يبدأ المتسابق بسباحة الظهر ثم سباحة الصدر ثم سباحة الفراشة وأخيرا سباحة الزحف على البطن. (٣٤)

تقسيم مسابقات السباحة بالنسبة للمسافات:-

- ١- المسابقات القصيرة (٥٠-١٠٠-٢٠٠) متر.
- ٢- المسابقات المتوسطة (٤٠٠-٨٠٠) متر.
- ٣- المسابقات الطويلة (١٠٠٠-١٥٠٠) متر.

ويظهر لنا الهدف الرئيسي من التدريب في رياضة السباحة كرياضة تنافسية وبالتحديد في المسافات القصيرة هو تحطيم الأرقام القياسية؛ أي قطع مسافة السباق بأقصى سرعة ممكنة وفي أقل زمن ممكن؛ لذا فلا بد من تطوير العملية التدريبية في رياضة السباحة لكي نحصل على الهدف المراد تحقيقه وهو الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية العالمية. (٨٣:٥)

لذا أصبحت مسابقات وبطولات السباحة سواء المحلية منها أو الدولية هي الختام للموسم التدريبي؛ فوفقاً لنتائجها تكون الثمرة التي ينتظرها المدربون والسباحون نتيجة الجهد الذي يبذل فيها على مدى شهور طويلة. (١٧:٣) (١٦٨:١٩)



## مشكلة البحث:-

أن الوصول إلى مستوى الرياضة المناسب في كافة الألعاب الفردية وخاصة لعبة السباحة لا يتطلب فقط الاهتمام بالإعداد البدني والمهاري؛ ولكن لابد أن تسير أيضا مع الإعداد النفسي

وان الارتقاء بالمستوى الرياضي يتطلب أعداد متواصل للاعبين وللسنوات عديدة ولجوانب مختلفة ويلازمها الإعداد النفسي؛ ومن خلال خبرة الباحث في مجال التربية الرياضية لاحظ أن اغلب المدربين يهتمون بمستوى اللياقة البدنية والفسولوجية وأداء المهارات الحركية وهناك قصور في معرفة السمات الشخصية عند السباحين بمختلف تخصصاتهم وما يتميز به السباحين عن غيرهم والفروق في السمات الشخصية لدى السباحين وحسب نوعية وخصوصية كل تخصص (مسافات قصيرة- مسافات متوسطة- مسافات طويلة) من سمات شخصية لكي تساهم مستقبلا في انتقاء الموهوبين في مجال السباحة ومن ثم الارتقاء بمستوى رياضة السباحة في دولة الكويت.

إذ ينبغي معرفة السمات الشخصية لدى السباحين لما لها من تأثير فعال عبر المراحل العمرية المختلفة لمساهماتها بدرجة كبيرة في الارتقاء بمستوى قدراتهم واستعداداتهم وعندها تمكن من تحقيق أفضل المستويات ليس فقط على مستوى المحافظة وإنما على مستوى الدولة والقارة وجعل مقعد لدولة الكويت في صدارة رياضة السباحة في المسابقات الاولمبية والعالمية.

## أهمية البحث:-

- 1- على حد علم الباحث هناك ندرة في الدراسات الخاصة برياضة السباحة بشكل عام ودراسة السمات الشخصية لدى السباحين في دولة الكويت.
- 2- إتاحة ببحوث في علم النفس الرياضة التي قد تؤدي إلى الارتقاء بالمستوى رياضة السباحة بشكل خاصة داخل أندية دولة الكويت.
- 3- توجيه القائمين على العملية التدريبية إلى الاهتمام بالإعداد النفسي داخل برامج التدريب الرياضية في رياضة السباحة.
- 4- بناء قاعدة لاختيار الموهوبين رياضيا في مجال رياضة السباحة أثناء عملية الانتقاء الرياضي تبعا لخصائصه النفسية.

## أهداف البحث :-

### يهدف البحث إلى ما يلي:-

- 1- التعرف على السمات الشخصية لدى سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة بأندية دولة الكويت.

٢- مقارنة السمات الشخصية بين سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة بأندية دولة الكويت.

فروض البحث :-

١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين سمات الدافعية والشجاعة والثقة في النفس لدى سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة.

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين السمات الشخصية لدى سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة.

تساؤلات البحث:-

١- ما هي السمات الشخصية لسباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة؟

٢- هل توجد فروق بين السمات الشخصية لدى سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة؟

مفاهيم البحث:-

١. مفهوم السمة:-

Attribute

هي الاتجاه المميز للشخص لكي يسلك بطريقة معينة أو هي صفة يمكن أن نفرق على أساسها بين فرد وآخر. (١٩٩:٩)(١١٠:٢٨)  
أو هي إبعاد الشخصية التي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها. (٢٠١:٢٩)

ويرى الباحث أن السمة هي ذلك الشيء المميز للفرد الذي نميزه على غيره، وكذلك هي محصلة مجموعة من الجوانب التي تكمن في الشخص وتميزه عن غيره.

Personal

٢. مفهوم الشخصية :-

هي الحصيلة الخاصة والفريدة للصفات والأفكار والاتجاهات والسلوك التي قد تفاعلت وتناسقت لتكوين وحدة ديناميكية تميز الشخص عن غيره، وتسهل له التكيف والتعامل مع الظروف. (٨٥ :٢٤)

هي الأسلوب العام لسلوك الفرد كما يظهر في عاداته، التفكيرية وعاداته واتجاهاته وميوله وطريقة سلوكه وفلسفته الشخصية في الحياة. (١٨٤:١٨)

ويرى الباحث أن الشخصية هي نظام متعدد ومترابط الجوانب تكمن في الشخص وكذلك هي مجموعة من المؤهلات والخبرات الماضية التي ينفرد بها الشخص.

### Personal attributes

٣. مفهوم السمات الشخصية :

هي انعكاس للاتساق النسبي للسلوك بالنسبة للعديد من المواقف. (١٠٦:٩)

وهي هي استعداد أو ميل ثابت لسلوك معين. (١١٠:١٦)

ويرى الباحث أن السمات الشخصية ترابط مجموعة من الجوانب لإظهار سلوك معين.

### Sports Psychology

٤. علم النفس الرياضي:

هو ذلك العلم الذي يدرس سلوك وخبرة الإنسان تحت تأثير ممارسة التربية البدنية

والرياضة، ومحاولة تقويمها للإفادة منها في مهاراته الحياتية. (٣٥)(٣١٢:٣٣)

### Swimming

٥. السباحة

هي حركة الكائنات الحية في الماء دون المشي في القاع (٨٠:٣١)

ويرى الباحث أن السباحة هي احد الرياضات الفردية التي تتدرج تحت قسم الرياضات

المائية ولها أربعة أشكال ( سباحة الصدر - الفراشة - الظهر - الدولفن) ولها ثلاث مسابقات

قصيرة ومتوسطة وطويلة طبقا لقانون السباحة الدولي.

الدراسات السابقة:-

١- دراسة رائد عبد الأمير عباس (٢٠٠٨م) (١٢) بعنوان "مقارنة في السمات الشخصية عند

ناشئي منتخبات بعض الألعاب الرياضية الفردية في محافظة بابل" واستهدفت الدراسة

التعرف على السمات الشخصية لدى ناشئي بعض الألعاب الفردية (الجمانستيك-

المصارعة- كرة الريشة) قيد الدراسة واشتملت عينة البحث على ٢٠ لاعب في مختلف

التخصصات قيد الدراسة؛ واستخدم الباحث المنهج التجريبي؛ وكانت من أهم النتائج وجود

فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الفروقات بين السمات النفسية لدى كل لعبة منفردة.

٢- دراسة ميثم صالح كريم (٢٠٠٧م) (٢٢) بعنوان "دراسة مقارنة لبعض السمات الشخصية

بين لاعبي المستويات الرياضية العالية في الألعاب الفرقية" واستهدفت الدراسة مقارنة

بعض السمات الشخصية بين لاعبي الألعاب الفرقية " واشتملت عينة البحث على ٧٢ لاعب

مقسم على الأربع لاعبات بالتساوي لكل لعبة ١٢ لاعب؛ واستخدم الباحث المنهج الوصفي؛

وكانت من أهم النتائج تميز ممارسي تلك الألعاب بسمات إيجابية تمكنهم من الارتقاء

بمستوى الفريق.

٣- دراسة منذر إسماعيل فرحان (٢٠٠٤م) (٢٠) بعنوان "دراسة مقارنة للاتجاه النفسي بين

الرماة الناشئين والمتقدمين" واستهدفت الدراسة التعرف على الفروق النفسية بين لاعبي

الرمي الناشئين والمتقدمين واشتملت عينة البحث على ١٦ لاعب بواقع (٨) متقدمين، (٨)

ناشئين؛ واستخدم الباحث المنهج الوصفي؛ وكانت من أهم النتائج عدم وجود فروق ذات

دلالة إحصائية بين المتقدمين والناشئين في الاتجاهات النفسية.

٤- دراسة حامد صالح مهدى (٢٠٠٢م) (١٠) بعنوان "تحديد السمات الشخصية لدى الرباعيات" واستهدفت الدراسة تحديد السمات الشخصية لدى الرباعيات على لاعبات المنتخب الوطني النسوي برفع الأثقال واستخدم الباحث المنهج الوصفي للدراسة المسحية واشتملت عينة البحث على طالبة ١٧ طالبة؛ وكانت من أهم النتائج وجود فروق معنوية بين الرباعيات والممارسات للرياضة في السمات مسيطرة، جادة، جريئة، واقعية، صريحة، معتمدة على ذاتها، مسترخية لصالح الرباعيات كما تتصف الرباعيات بالسمات المشتركة محافظة، أكثر ذكاء، منضبطة، واثقة بنفسها.

٥- دراسة زهرة شهاب احمد (٢٠٠٢م) (١١) بعنوان "دراسة مقارنة السمات الشخصية لدى لاعبات الجمناستيك الفني والإيقاعي" واستهدفت الدراسة مقارنة بين السمات الشخصية لدى اللاعبات الجمناستيك الفني والإيقاعي لمنتخبات كلية التربية الرياضية في الجمناستيك الفني والإيقاعي؛ واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي؛ واشتملت عينة البحث اشتملت عينة البحث على ١٤ لاعبه يمثلون ٦ لاعبات جمناستيك فني و ٨ لاعبات جمناستيك إيقاعي وكانت من أهم النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبات الجمناستيك الفني والإيقاعي في السمات الشخصية المدروسة وعدم وجود أية تناقض في أية سمة بين لاعبات الفني والإيقاعي.

٦- دراسة ياسين علون إسماعيل (٢٠٠٢م) (٣٠) بعنوان "السمات الشخصية لدى لاعبي ولاعبات الكرة الطائرة" استهدفت الدراسة التعرف على السمات الرئيسة لدى لاعبي ولاعبات الكرة الطائرة واشتملت عينة البحث على ١٦ لاعب ولاعبة واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت من أهم النتائج أن لاعبي ولاعبات الكرة الطائرة يتميزون بشخصية جيدة وبدافعية عالية وان شخصية اللاعبين أقوى من شخصية اللاعبات في كرة الطائرة.

٧- دراسة فراس حسن عبد المحسن (٢٠٠٠م) (٢٥) بعنوان "بناء مقياس التردد النفسي في المجال الرياضي" واستهدفت الدراسة بناء مقياس لمعرفة مدى التردد في التقدم لبعض المخاطر في المجال الرياضي واشتملت عينة البحث على ٧٢ رياضي؛ واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت من أهم النتائج تحقيق المقياس النفسي لدرجة عالية من الثبات والصدق في قياس مستوى التردد النفسي لدى الرياضيين.

٨- دراسة عامر سعيد الحاسم (١٩٩٧م) (١٣) بعنوان "السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى الإنجاز للاعبين المبارزة" استهدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين بعض السمات الشخصية ومستوى الإنجاز الرياضي لدى لاعبي المبارزة واشتملت عينة البحث على (٢٨) لاعب مبارزة متقدم؛ واستخدم الباحث المنهج الوصفي؛ وكانت من أهم النتائج أن لاعبي المبارزة المتقدمين يتميزون بالسمات التالية (أكثر ذكاء- أكثر عملية)



٩- دراسة عبد الستار جبار صمد (١٩٩٢م) (١٤) بعنوان " دراسة بعض السمات النفسية كمؤشر لاختيار الناشئين" استهدفت الدراسة التعرف على السمات النفسية لبعض الألعاب الرياضية كأسس لانتقاء والتوجيه المبكر إلى الرياضة واشتملت عينة البحث على ٣٥ ناشئا واستخدم الباحث المنهج التجريبي؛ وكانت من أهم النتائج وجود بعض السمات المتشابهة بين الرياضات قيد البحث.

١٠- دراسة أسامة كامل راتب (١٩٩٠م) (٤) بعنوان " اثر المعرفة بالأداء والنتيجة على مستوى أداء السباح" واستهدفت الدراسة معرفة اثر معرفة الأداء والمعرفة بالنتيجة على مستوى أداء السباحة ومعرفة معدل تغير السباحة لكل من معرفة الأداء ومعرفة النتيجة واشتملت عينة البحث ٢٨ طالبا بكلية التربية الرياضية بجامعة أم القرى؛ واستخدم الباحث المنهج الوصفي؛ وكانت من أهم النتائج بان معرفة أخطاء الأداء أفص من معرفة درجة النتيجة في تحسين تعليم ومستوى الأداء في السباحة.

#### طرق وإجراءات البحث:

##### المنهج المستخدم :

استخدم الباحث المنهج الوصفي نظراً لطبيعة هذه الدراسة، وانطلاقاً من مختلف تصورات الباحث للإشكالية، والمعطيات المحددة لها، وكذلك من أهداف البحث المبنية على تحليل وتفسير ما هو كائن وإبراز الأحداث والظواهر.

##### مجتمع البحث :

مجتمع البحث الذي تمثل في سباحي المستويات العليا بأندية دولة الكويت.

##### عينة البحث :

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية العشوائية وقد اشتملت العينة على سباحي نادي ( العربي) الكويتي وعددهم (١٥) سباحا مقسمين إلى (٥) سباحين مسافات قصيرة، (٥) سباحين مسافات متوسطة، (٥) سباحين مسافات طويلة.

##### الأدوات المستخدمة :

في إطار خصائص المنهج الوصفي استعان الباحث في جميع البيانات بالأدوات التالية :

أ- تطبيق مقياس فرايبورج لقياس للشخصية:-

اعتمد الباحث على استمارة الاستبيان المعدة من قبل أستاذ علم النفس في جامعة فرايبورج بألمانيا والتي عربت وفتنت من قبل محمد حسن علاوي فضلا عن تقويمها من قبل خبراء في مجال علم النفس الرياضي وهم د. نزار الطالب ، د. كامل لسويس، ويقيس هذا المقياس ثمانية أبعاد شخصية وهي ( العدوانية -العصبية -السيطرة -قابلية الاستثارة-الكف -الاكتئابية -الاجتماعية -الهدوء) وانداء الأبعاد الثمانية التي تقيسها الصورة المعدلة من المقياس:



- ١- العصبية: الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية واضطرابات حركية ونفس جسمية عامة كاضطرابات النوم والإرهاق والتوتر وسرعة الإحساس بالتعب وفقدان الراحة ووضوح بعض المظاهر العصبية والجسمية 'مصابة للاستثارة الانفعالية.
- ٢- العدوانية: الدرجة العالية على هذا البعد تشير إلى الأفراد الذين يقومون تلقائيا بالإعمال العدوانية البدنية أو اللفظية أو التخيلية ويستجيبون بصورة انفعالية ويتصدون للآخرين بالهجوم والمشاحنات والعراك ويتميزون بالانديفاع وعدم القدرة على السيطرة على أنفسهم وعدم الهدوء وعدم النضج الانفعالي.
- ٣- الاكتئابية: الدرجة العالية في هذا البعد تتميز الأفراد والذين يتسمون بالاكتئاب والتذبذب المزاجي والتشاؤم والشعور بالتعاسة وعدم الرضا والخوف والإحساس بمخاوف غير محدودة والميل للعدوان على الذات والإحساس بالذنب.
- ٤- القابلية للاستثارة: الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية وشدة التوتر وضعف المقدرة على مواجهة الاحباطات اليومية العادية والانزعاج وعدم الصبر والغضب والاستجابات العدوانية عند الإحباط وسعة التأثير الحساسية.
- ٥- الاجتماعية: أصحاب الدرجة العالية على هذا البعد يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرون ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميزون بالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون بالمجاملة وكثرة التحدث وسرعة البديهية.
- ٦- الهدوء: يتصف أصحاب الدرجة العالية بهذا البعد بالثقة بالنفس وعدم الارتباك أو تشتت الفكر وصعوبة الاستثارة واعتدال المزاج والتفاؤل والابتعاد عن السلوك العدواني والسدأب على العمل.
- ٧- السيطرة: أصحاب الدرجة العالية بهذا البعد يتميزون بالاستجابة بردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية أو جسمية أو تخيلية والارتباب وعدم الثقة بهم والميل للسلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض اتجاهاتهم على الآخرين.
- ٨- الكف: أصحاب الدرجة العالية بهذا البعد يتميزون بعدم القدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وخاصة في المواقف الجماعية، كما يتصفون بالخجل والارتباك خاصة عند قيام الآخرين بمراقبتهم. (٨٢:٢٨) (٩٣:٢٩).

## مفتاح مقياس فرايبورج للشخصية

بعد أن تم استطلاع آراء الخبراء والمتخصصين ضمن صلاحية تطبيق فقرات المقياس فرايبورج والملائمة لأعمار عينة البحث وبعد أن تم تحديد فقرات محاور الاختبار الثمانية للمقياس والمتضمنة المحور الأول وهو محور العصبية وفقراته هي ( ٢١،١٦،١٣،٤،٣،٣٥ ) وهي ستة فقرات، والمحور الثاني هو محور العدوانية وفقراته (٤٥،٤٠،٣٧،٢٥،٢٤،٩،٦) وهي سبعة فقرات والمحور الثالث هو محور الاكتئابية وفقراته (٥٠،٤٨،٣٤،٣١،٢٣،١٩) وهي ستة فقرات والمحور الخامس هو محور الاجتماعية وفقراته (٤٧،٤٤،٤٣،٢٦،٢٠،١١) وهي ستة فقرات والمحور الرابع هو محور القابلية للاستئثار وفقراته(٢٩،٢٤،٣٦،٣٣،٣٠) وهي خمس فقرات، والمحور السادس هو الهدوء وفقراته (٤٩،٤١،٣٩،٣٨،٢٧،١٨،١) وهو سبع فقرات والمحور السادس هو محور السيطرة وفقراته(٤٦،٢٨،٢٢،٢٠،١٤،١٠،٨) وهي سبع فقرات والمحور السابع هو محور الكف وفقراته(٣٢،١٧،١٥،١٢،٧،٥) وهي ست فقرات علما بان جميع فقرات المقياس جميعها ايجابية ماعدا ثلاث فقرات سلبية من محور الاجتماعية وهي أرقام (٤٧،٣٤،٢) ذات الإجابة (بنعم) ودرجة واحد لاختيار(لا)، وإعطاء درجتين للإجابات السالبة ذات الإجابة (لا) ودرجة واحدة لإجابة (نعم)، وبعد مراجعة كل ذلك تم إجراء التجربة الاستطلاعية وإيجاد معاملات الصدق والثبات وأجراء التجربة الأساسية تمهيدا لاستخراج النتائج النهائية.

ب- تحليل الوثائق والنتائج.

ج- استمارة استطلاع رأى الخبراء حول صلاحية الاستمارة.

مبررات اختيار مقياس فرايبورج لقياس للشخصية:-

- ١- إجماع الدراسات السابقة على اختيار مقياس فرايبورج لقياس للشخصية.
- ٢- رأى السادة الخبراء في مقياس فرايبورج لقياس للشخصية وتناسبه مع الأبحاث في مجال التربية الرياضية.
- ٣- سهولة تطبيقه لوضوح عباراته.
- ٤- إعطاء نتائج سريعة ومباشرة.

الوسائل الإحصائية:

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية:

- ١- الوسط الحسابي.
- ٢- الانحراف المعياري.
- ٣- معامل الالتواء.
- ٣- اختبار ت.

### التجربة الاستطلاعية للبحث:

استخدم الباحث هذه التجربة كبدائية لعمله للتعرف على السلبيات التي قد ترافق تطبيق هياس فرايبورج للشخصية وتجاوزها من اجل سلامة الإجراءات الأساسية للبحث؛ فـضل إجراء التجربة الاستطلاعية يمكن للباحث معرفة السلبيات التي مر بها المختبرون وتجاوزها بالاختبار القادم مرفق (١) لذا قام الباحث بتوزيع استمارات الاختبار لعينة من السباحين بواقع ثلاثة سباحين من كل مسافة بواقع (٣) سباحين مسافات قصيرة؛ (٣) سباحين مسافات متوسطة؛ (٣) سباحين مسافات طويلة لمعرفة الصعوبات التي قد يواجهها الباحث في عمله الأساسي وتم للقيام بالتجربة الاستطلاعية في ٢٠/٢/٢٠١٠م

### التجربة الرئيسية للبحث:

قام الباحث بعد إجراءاته الاستكشافية بتوزيع استمارات اختبار السمات الشخصية لفرايبورج على عينة البحث الأساسية بإتباع أسلوب الاتصال المباشر مع أفراد العينة وشرح أهداف البحث لهم وأهميته وضرورة الإجابة عن جميع الأسئلة بعناية وصدق عالين حيث يجب أن يعلم المختبر بان الباحث مهتم بأجراء بنود البحث به بدقة وتركيز وترى أن ذلك مهم ليعطي المختبر إجاباته بدقة أكثر وقد أكدنا على رفع مستوى التوعية لإفراد العينة في إجاباتهم حول أسئلة الاختبار عن طريق إيضاح أهمية الإجابة الصادقة في توضيح معالم شخصية كل منهم وتأكد أنهم يستطيعون التعرف على شخصياتهم بعد ظهور نتائج الاختبار، وبعد جمع إجابات العينة قام الباحث بتفريغ البيانات اعتمادا مفتاح حل الأسئلة، وبذلك حصل على الدرجات الخام كنتائج لهذا الاختبار ثم قام الباحث باعتماد جدول تقويم ثابت لإجابات الاختبار بتحويل هذه الدرجات إلى الدرجات النهائية وحصل بعد ذلك على نتائج خاصة بتحديد السمات الشخصية لسباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة.

#### جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات الدراسة ( الطول - الوزن - العمر

التدريبي) للعينة الأساسية (ن = ١٥)

م	وحدة القياس	المتغيرات	س	ع	الوسيط	معامل الالتواء
١	السن	سنة	١٤,٣٨	٠,٣٩	١٤,٤٥	١,٥٦
٢	الطول	سم	١٦٣,٠٩	٨,٤٨	١٦٣,٥٠	٠,٦٨
٣	الوزن	كجم	٥٨,٩٥	٦,١٠	٦٠	٠,٣٢
٤	العمر التدريبي	سنة	٢,٨٦	٠,٧١٠	٣	٠,٢٠

يتضح من الجدول (١) أن قيم معامل الالتواء محصورة بين (-٣ ، ٣) مما يدل على أن متغيرات الطول والوزن والسن و العمر التدريبي موزعة توزيعا اعتداليا بالنسبة للعينة المختارة وذلك يدل على تجانس العينة في هذه المتغيرات .



### المعاملات العلمية المستخدمة في البحث:

قام الباحث بإجراء المعاملات العلمية ( صدق - ثبات - موضوعية ) لاستمارة تحليل السمات النفسية المرتبطة بالدراسة .

#### صدق الاختبار:-

يعد معامل الصدق واحد من المعاملات العلمية التي ينبغي الحصول عليها للوصول إلى مصداقية الاختبارات أو المقياس المستخدم ، وبذلك اعتمد الباحث على صدق المحكمين اعتماداً على حكم الخبراء والمتخصصين في مجال علم النفس عام وعلم النفس الرياضي بشكل خاص، ومن خلال توزيع استمارة الاستبيان على الخبراء للحصول على الاختبار الصادق والذي يشتر على أن الاختبار الذي يقيس السلوك أو القدرة أو السمة الشخصية التي وضع من أجلها البحث وبعد استبيان الخبراء والمختصين لمعرفة مدى مصداقية المقياس ومدى ملائمة فقراتة لعين البحث تم الحصول على النسب المنوبة التالية في صدق الفقرات وقد جاءت النتائج لمقياس فرايبورج للشخصية ما بين (٧٥% إلى ١٠٠%).

#### جدول(٢)

النسبة المنوبة لأراء الخبراء في مصداقية اختبار مقياس فرايبورج للشخصية

ت	النسبة المنوبة	قبول الترشيح		ت	النسبة المنوبة	قبول الترشيح		ت	النسبة المنوبة
		لا	نعم			لا	نعم		
١	%٨٧,٨	مقبول	%١٠٠	٢٠	%٨٨,٣	مقبول	%٩٠	٣٩	%٩٠
٢	%١٠٠	مقبول	%١٠٠	٢١	%٨٨,٣	مقبول	%٩٠	٤٠	%٩٠
٣	%٩٠	مقبول	%١٠٠	٢٢	%١٠٠	مقبول	%٨٠,٩	٤١	%٨٠,٩
٤	%١٠٠	مقبول	%٩٠	٢٣	%١٠٠	مقبول	%١٠٠	٤٢	%١٠٠
٥	%٨٠,٩	مقبول	%٩٠	٢٤	%١٠٠	مقبول	%١٠٠	٤٣	%١٠٠
٦	%٨٨,٣	مقبول	%٨٠,٩	٢٥	%٨٥,٣	مقبول	%٨٠,٩	٤٤	%٨٠,٩
٧	%١٠٠	مقبول	%١٠٠	٢٦	%٨٠,٩	مقبول	%٩٨,١	٤٥	%٩٨,١
٨	%١٠٠	مقبول	%١٠٠	٢٧	%١٠٠	مقبول	%١٠٠	٤٦	%١٠٠
٩	%٨٥,٣	مقبول	%٩٠	٢٨	%٩٠	مقبول	%١٠٠	٤٧	%١٠٠
١٠	%٩٨,١	مقبول	%٩٨,١	٢٩	%٩٠	مقبول	%٨٨,٣	٤٨	%٨٨,٣
١١	%٩٨,١	مقبول	%٩٨,١	٣٠	%١٠٠	مقبول	%٨٨,٣	٤٩	%٨٨,٣
١٢	%٨٧,٨	مقبول	%٨٧,٨	٣١	%٨٧,٨	مقبول	%٨٧,٨	٥٠	%٨٧,٨
١٣	%١٠٠	مقبول	%٨٨,٣	٣٢	%٨٨,٣	مقبول	%٨٥,٣	٥١	%٨٥,٣
١٤	%١٠٠	مقبول	%٩٠	٣٣	%٩٠	مقبول	%٨٥,٣	٥٢	%٨٥,٣
١٥	%٨٥,٣	مقبول	%٩٠	٣٤	%٩٠	مقبول	%١٠٠	٥٣	%١٠٠
١٦	%٨٥,٣	مقبول	%٩٠	٣٥	%٩٠	مقبول	%٩٠	٥٤	%٩٠
١٧	%٨٨,٣	مقبول	%٨٠,٩	٣٦	%٨٥,٣	مقبول	%٨٠,٩	٥٥	%٨٠,٩
١٨	%٨٨,٣	مقبول	%٨٥,٣	٣٧	%٨٠,٩	مقبول	%٨٥,٣	٥٦	%٨٥,٣
١٩	%٩٨,١	مقبول	%٨٥,٣	٣٨	%١٠٠	مقبول	%٨٥,٣		%٨٥,٣

#### ج - حساب معامل ثبات اختبار مقياس فرايبورج للشخصية :-

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات للاختبار فرايبورج للشخصية عن طريق تطبيق وإعادة تطبيق الاختبارات ( Test.Re.Test ) وذلك على عينة عمدية من سباحي نادي العربي الكويتي



قوامها (٩) سباحين وتم التطبيق من يوم السبت ٢٧/٢/٢٠١٠م إلي ٢/٣/٢٠١٠م وقد راعى الباحث ما يلي:

- ١ - أن تكون الفترة بين القياس الأول والثاني أسبوع.
- ٢ - أداء الاختبارات بنفس طريقة القياس الأول .
- ٣ - استخدام نفس الأسلوب في القياس الأول ، والجدول التالي يوضح ذلك .

#### جدول ( ٣ )

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل ارتباط البيان

ثبات الاختبار مقياس فرايبورج للشخصية قيد البحث ( ن = ٩ )

٤	السباحين	عدد العينة	وحدة القياس	القياس الأول		القياس الثاني		معامل الارتباط
				س١	ع١	س٢	ع٢	
١	سباحي المسافات القصيرة	٣	الدرجة	٩,٤٠	١,٨٨	٩,٨٨	١,٩٨	٠,٩٢
٢	سباحي المسافات المتوسطة	٣	الدرجة	٩,٤٦	٢,٠١	٩,٩٨	٢,١١	٠,٩١
٣	سباحي المسافات الطويلة	٣	الدرجة	٩,١٦	٢,١٤	٩,٢٨	٢,١٨	٠,٩٢

يوضح جدول ( ٣ ) وجود علاقة ارتباط بين القياسين الأول والثاني للاختبارات السمات النفسية ، حيث تراوح معامل الارتباط ما بين ( ٠,٨٣ ، ٠,٩٢ ) مما يدل على ثبات الاختبارات النفسية قيد البحث .

#### عرض وتحليل ومناقشة النتائج :-

بعد توزيع استمارات الاستبيان على عينة البحث وجمع الأجوبة ومعالجة هذه الأجوبة

حصائيا وتم التوصل :-

جدول (٤)

بوضح قيم T المحسوبة والجدولية لدى سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة

النتيجة	الآلة	T الجدولية	T المحسوبة	ع	س	مسافة السباحة	السمعة	
عشوائي	٠,٠٥	١,٨٨	٠,١٧	٢,٢٢	٩,٨٣	قصيرة	العصبية	
عشوائي				٢,٢٩	٩,٨٧	متوسطة		
عشوائي				٢,٣٣	٩,٩٨	طويلة		
عشوائي			٠,٥٢		١,٤١	٩,٠٠	قصيرة	العدوانية
عشوائي					٠,٧١	٩,٣	متوسطة	
عشوائي					٠,٩٨	٩,١٥	طويلة	
عشوائي			٠,٣٠		١,٧٥	١١,٣٣	قصيرة	الاكتئابية
عشوائي					١,٠٦	١٢,٠	متوسطة	
عشوائي					١,٠٩	١٢,٠٥	طويلة	
عشوائي			١,٦٠		١,٠٤	٩,٠٥	قصيرة	الاستثارة
عشوائي					١,١٨	١١,٣	متوسطة	
عشوائي					١,٢٠	١١,٨	طويلة	
عشوائي			٠,١٨		٢,٠٤	١١,١٦	قصيرة	الاجتماعية
عشوائي					١,١٨	١١,٠٦	متوسطة	
عشوائي					١,٨٨	١١,١٠	طويلة	
عشوائي			٠,٦٣		٠,٨١	١٠,٣	قصيرة	السيطرة
عشوائي					١,٥١	٩,٦	متوسطة	
عشوائي					١,٦٦	٩,٩	طويلة	
عشوائي			٠,٣٨		١,٢٦	١١,٠٠	قصيرة	الكف
عشوائي					١,٠٦	١٠,٣	متوسطة	
عشوائي					١,٠٩	١٠,٨	طويلة	
عشوائي			٠,٣٩		١,٢٦	١٢,٠	قصيرة	الهدوء
عشوائي					١,٨٣	١١,٢٥	متوسطة	
عشوائي					١,٩٣	١١,٧٥	طويلة	

يتضح من الجدول رقم ( ٤ ) أن الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الشخصية لعينة

البحث السباحين للمسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة على التوالي هي:-

بالنسبة لبعد العصبية لدى سباحي المسافات القصيرة كانت النتائج (٢,٢٢/٩,٨٣) ولدى

سباحي المسافات المتوسطة كانت النتائج (٢,٢٣/٩,٨٧) ولدى سباحي المسافات الطويلة كانت

النتائج (٢,٣٣/٩,٩٨).

بالنسبة لبعء العدوانية لدى سباحي المسافات القصيرة كانت النتائج (١,٤١/٩,٠٠) ولدى سباحي المسافات المتوسطة كانت النتائج (٠,٧١/٩,٠٣) ولدى سباحي المسافات الطويلة كانت النتائج (٠,٩٨/٩,١٥).

بالنسبة لبعء الاكتئابية لدى سباحي المسافات القصيرة كانت النتائج (١,٧٥/١١,٣٣) ولدى سباحي المسافات المتوسطة كانت النتائج (١,٠٦/١٢,٠) ولدى سباحي المسافات الطويلة كانت النتائج (١,٠٩/١٢,٠٥).

بالنسبة لبعء الاستثارة لدى سباحي المسافات القصيرة كانت النتائج (١,٠٤/٩,٠٥) ولدى سباحي المسافات المتوسطة كانت النتائج (١,١٨/١١,٣) ولدى سباحي المسافات الطويلة كانت النتائج (١,٢٠/١١,٨).

بالنسبة لبعء الاجتماعية لدى سباحي المسافات القصيرة كانت النتائج (٢٩,٠٤/١١,١٦) ولدى سباحي المسافات المتوسطة كانت النتائج (١,١٨/١١,٠٦) ولدى سباحي المسافات الطويلة كانت النتائج (١,٨٨/١١,١٠).

بالنسبة لبعء الكف لدى سباحي المسافات القصيرة كانت النتائج (١,٢٦/١١,٠٠) ولدى سباحي المسافات المتوسطة كانت النتائج (١,٠٦/١٠,٣٠) ولدى سباحي المسافات الطويلة كانت النتائج (١,٠٩/١٠,٨).

بالنسبة لبعء الهدوء لدى سباحي المسافات القصيرة كانت النتائج (١,٢٦/١٢,٠٠) ولدى سباحي المسافات المتوسطة كانت النتائج (١,٨٣/١١,٢٥) ولدى سباحي المسافات الطويلة كانت النتائج (١,٩٣/١١,٧٥).

أن نظرة بسيطة للبيانات السابقة تشير إلى كون الدرجات التي سجلها الرياضيات من عينة السباحين في المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة في مقياس الشخصية تقع ضمن المعدل أو الوسط إذا اعتبرنا المعدل يقع بين الدرجتين 9 و 12.

وهناك ظاهرة في هذه النتائج تجلب الانتباه هي كون درجات السباحين في المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة لكل من أبعاد الشخصية متقاربة المحتسبة لمقياس فرايبورج للشخصية (t) كما ويلاحظ من الجدول رقم (٤) أن قيمة بابعاده الثمانية بالنسبة للسباحين في المسافات الثلاثة (قصيرة - متوسطة - طويلة) قيد البحث حيث بلغت لسمة العصبية (٠,٠١٧) ولسمة العدوانية (٠,٥٢) والاكتئابية (٠,٣٠) والاستثارة (١,٦) والاجتماعية (٠,٠١٨) ولسمة السيطرة (٠,٦٣) ولسمة الكف (٠,٣٨) والهدوء (٠,٣٩) وهي جميعا قيم عشوائية.

#### الاستنتاجات:-

بعد تنفيذ إجراءات البحث الميدانية وتبويب البيانات ومناقشتها توصل الباحث إلى مجموعة من

#### الاستنتاجات وهي:-

- ١- تميز مجموعة السباحين عينة البحث بسمات القابلة للاستثارة والاجتماعية.
- ٢- تميز مجموعة السباحين عينة البحث بسمة الهدوء والظبط.
- ٣- لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السمات الشخصية لدى السباحين للمسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة.
- ٤- ممارسة رياضة السباحة تقلل من الشعور بالاكئاب.

#### التوصيات:-

- ١- استخدام مقياس فير ابويج المعدل والملائم للرياضيين وخاصة فئة الناشئين على لاعبي بعض الألعاب الأخرى.
- ٢- إجراء دراسات مشابهة باستخدام مقاييس السمات الشخصية ولفاءات عمرية أخرى ولرياضات مختلفة ومقارنة تلك النتائج بين ( الناشئين - والشباب - والمتقدمين ) لان السمات الشخصية متغيرة وليست ثابتة.
- ٣- الاستعانة بنتائج تلك الدراسة في عملية انتقاء وتوجيه الناشئين في رياضة السباحة.
- ٤- استخدام مقاييس شخصية أخرى وتطبيقه على عينات أخرى لإثراء رياضة السباحة في دولة الكويت.



## المراجع

أولاً: المراجع العربية:-

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح: تدريب السباحة للمستويات العليا، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٤م.
- ٢- أبو العلا أحمد ، محمد صبحي حسنين : "فسيولوجيا ومورفولوجيا الرياضة وطرق القياس" ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧م .
- ٣- أسامة كامل راتب: تعليم السباحة، دار الفكر العربي، القاهرة، ط٢، ١٩٩٠م.
- ٤- أسامة كامل راتب: "إثر المعرفة بالأداء والنتيجة على مستوى أداء السباحة" بحث علمي منشور، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية، العدد٨، ٧، كلية التربية الرياضية بنين الهرم، جامعة حلون، ١٩٩٠م.
- ٥- أسامة كامل راتب، علي محمد ذكي: "الأسس العلمية للسباحة (طرق التدريب - تخطيط البرامج - التحليل الحركي - التدريبات المساعدة لتحسين التكنيك)"، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٨م.
- ٦- بسطويس أحمد بسطويس: "أسس ونظريات التدريب الرياضي"، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٩م.
- ٧- بهاء الدين إبراهيم سلامة: "فسيولوجيا الرياضة" دار الفكر العربي، ط٢، القاهرة، ١٩٩٤م.
- ٨- جبار رحيمة الكعبي: "الأسس الفسيولوجية والكيميائية للتدريب الرياضي"، مطبعة قطر الدولية ، قطر ٢٠٠٧م.
- ٩- جمال القاسم (وآخرون): "ميلاد علم النفس" ط١، عمان، دار الفكر العربي للنشر، ٢٠٠٠م.
- ١٠- حامد صالح مهدي: "تحديد السمات الشخصية لدى الرباعيات" بحث علمي منشور ، مجلة التربية الرياضية المجلد الحادي عشر، عدد الأول، كلية التربية الرياضية، بغداد، ٢٠٠٢م.
- ١١- زهرة شهاب احمد: "دراسة مقارنة السمات الشخصية لدى لاعبات الجمناستيك الفني والإيقاعي" بحث علمي منشور، مجلة التربية الرياضية ، المجلد الحادي عشر، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية، بغداد، ٢٠٠٢م
- ١٢- رائد عبد الأمير عباس: "مقارنة في السمات الشخصية عند ناشئي منتخبات بعض الألعاب الرياضية الفردية في محافظة بابل" ، المجلة العلمية لعلوم الرياضة، المجلد الأول، العدد٨، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، ٢٠٠٨م.

- ١٣- عامر سعيد جاسم: " السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى الإنجاز للاعبين المبارزة" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٧م.
- ١٤- عبد الستار جبار صمد: "دراسة بعض السمات النفسية كمؤشر لاختيار ناشئين" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، العراق، ١٩٩٢م.
- ١٥- محمد حسن علاوى: "علم التدريب الرياضي"، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٠م.
- ١٦- \_\_\_\_\_: "المدخل في علم النفس الرياضي" ط١، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٨م.
- ١٧- محمد علي القط: "استراتيجية السباق في السياحة"، المركز العربي للنشر، القاهرة، ٢٠٠٤م.
- ١٨- محمود عبد الفتاح عثمان: - "سيكولوجية التربية البدنية والرياضية" ط١، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٧م.
- ١٩- مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتدريب وقيادة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة، ٢٠٠١م.
- ٢٠- منذر إسماعيل فرحان: "دراسة مقارنة للاتجاه النفسي بين الرماة الناشئين والمتقدمين" بحث علمي منشور مجلة التربية الرياضية، المجلد ١٣، العدد ٢٠٠٤، ٢٠٠٤م.
- ٢١- موسى فهمي إبراهيم: اللياقة البدنية والتدريب الرياضي، الإعداد البدني، ط١، دار الفكر العربي، ١٩٩٦م.
- ٢٢- ميثم صالح كريم: "دراسة مقارنة لبعض السمات الشخصية بين لاعبي المستويات الرياضية العالية في الألعاب الفرقية" بحث علمي منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد ٢، المجلد ٦، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، ٢٠٠٧م.
- ٢٣- مصطفى الزناتي محجوب "تأثير برنامج تدريبي ايزوكينتك على مستوى القدرة العضلية لدى ناشئى السياحة" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، مصر، ٢٠٠٩م.
- ٢٤- فخري الدباغ: "أصول الطب النفسي" ط ٣، بيروت، دار الطليعة للطباعة والنشر، ١٩٨٣م.
- ٢٥- فراس حسن عبد المحسن: "بناء مقياس التردد النفسي في المجال الرياضي" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، العراق، ٢٠٠٠م.
- ٢٦- نبيلة احمد محمود: المهارات النفسية المميزة للاعبين كرة السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية" بحث علمي، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠١م.

٢٧- زجدي مصطفى الفاتح، طارق صلاح فضلي: "دليل رياضة السياحة"، (الجزء الأول)، دار الهدى للنشر والتوزيع، المنيا، ١٩٩٩م.

٢٨- نزار الطالب، كامل لويس: "علم النفس الرياضي" بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩٣م.

٢٩- وجيه محجوب وآخرون: "طرق البحث العلمي ومناهجه في التربية الرياضية" بغداد مطبعة التعليم العالي والبحث العلمي، ١٩٨٨م.

٣٠- ياسين علون إسماعيل: "السمات الشخصية لدى لاعبي ولاعبات الكرة الطائرة" بحث علمي منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، مجلد ٧، العدد ٢، ٢٠٠٢م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:-

31- David,Thomas,Ms:"Swimming Steps to success",Leisure press ,U.S.A ,1989.

32. Alderman, R.B. Psychological Behaviour in sport: Wbaunders company. 1974 .

33. Craighcad, D. J ( and other) . Personality characteristics of Basketball players. Starters And Non. Starters. Int J. sp. Psy. Vol 17. N. 2.U.S.A: 1986.

ثالثاً: توثيق شبكة المعلومات:-

34- [http://www.esf-eg.org/home.html1-](http://www.esf-eg.org/home.html1)

35- <http://www.kashfitekani.com/vp/showthread.php? 288>

## السمات النفسية لدى سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة (دراسة مقارنة)

\* أ.م.د/ عبد الحميد عيسى مطر

يهدف البحث إلي التعرف علي السمات الشخصية لدى سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة بأندية دولة الكويت ، ومقارنة السمات الشخصية بين سباحي المسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة بأندية دولة الكويت، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي علي عينة عشوائية من سباحي نادي العربي الكويتي وعددهم (١٥) سباح ، ومن أهم النتائج تميز مجموعة السباحين عينة البحث بسمات القابلة للاستثارة والاجتماعية والهدوء والضبط ، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السمات الشخصية لدى السباحين للمسافات القصيرة والمتوسطة والطويلة.

---

\* أستاذ مساعد المناهج وطرق التدريس كلية التربية - جامعة الكويت



**Psychological characteristics have a short –  
Distance swimmers, medium and long  
( comparative study )**

**Dr / Abdul-Hamid Issa Matar**

**ABSTRACT**

The research aims to identify the personality traits of swimmers at short, medium and long distances in Kuwait, and compare personality traits between the swimmers at short, medium and long distances in the State of Kuwait, has the researcher used the descriptive method on a random sample of swimmers Al Arabi of Kuwait and the number (15) swimmers, and main results characterize the research sample group swimmers features potentially raising and social tranquility and the settings, there is no statistically significant differences in personality traits between short- distance swimmers, medium and long.