

## المؤشرات المساهمة والقيم التنبؤية بدلالة بعض المتغيرات (النفسية - البدنية) على مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا

د/ مروى محمد طلعت الغريابى (\*)  
د/ أسامة محمد الكيلانى (\*\*)

### الملخص

يهدف البحث إلى التعرف على نسب مؤشرات المساهمة واستخلاص معادلة لتنبؤ بمستوى لاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا بدلالة بعض المتغيرات (النفسية - البدنية) على مستوى أداء لاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا. واستخدم المنهج الوصفي على عينة قدرها (٥٠) لاعب وتم تقنين مقياس المتغيرات النفسية واستمارة تقييم الأداء المهارة والاختبارات البدنية على (٢٠) لاعب. وأظهرت النتائج ترتيب المتغيرات النفسية كمؤشرات مساهمة في مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو جاء مستوى تركيز الانتباه بنسبة مساهمة قدرها (٥٢.٢٦%) بينما جاء مستوى تركيز الانتباه والقلق بنسبة مساهمة قدرها (٦٤.٤٤%)، وحقق مستوي القلق الرياضي نسبة مساهمة قدرها (١٢.١٨%)، وحقق مستوى تركيز الانتباه والقلق ودافعية الانجاز بنسبة مساهمة قدرها (٧٤.٦٤%)، وحقق بعد دافعية الانجاز نسبة مساهمة قدرها (١٠.٢٠%). معادلة المؤشر التنبؤي لمستوى الاداء المهاري بدلالة المتغيرات النفسية لدى لاعبي التايكوندو =  $١٧.١٦٣ + (٠.٣٧١ \times \text{تركيز الانتباه}) + (٠.٢٥٩ \times \text{القلق}) + (٠.٢١٦ \times \text{دافعية الانجاز})$ . أظهرت النتائج ترتيب المتغيرات البدنية كمؤشرات مساهمة في مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو جاء الوثب العريض من الثبات (القوة المميزة بالسرعة) كأكبر متغير مساهم بنسبة قدرها (٥٥.٤٠%) بينما عدو ٣٠ متر بداية متحركة (السرعة الحركية) نسبة مساهمة قدرها (٢١.٨٠%)، والوقوف على عرضة التوازن (التوازن) نسبة مساهمة قدرها (٩.٢٠%)، وحقق اختبار الوثبة الرباعية (الرشاقة) نسبة مساهمة قدرها (٥.٧٠%)، وحقق اختبار مرونة مفصل الحوض (مرونة) نسبة مساهمة قدرها (٣.٣٠%). ومعادلة المؤشر التنبؤي لمستوى الاداء المهاري بدلالة المتغيرات البدنية لدى لاعبي التايكوندو =  $٨.٢٧٨ + (٠.٣٩٦ \times \text{الوثب العريض من الثبات}) + (٠.٢٩٣ \times \text{عدو ٣٠ متر بداية متحركة}) + (٠.٢٥٨ \times \text{الوقوف على عرضة التوازن}) + (٠.٢١١ \times \text{الوثبة الرباعية}) + (٠.١٠٨ \times \text{مرونة مفصل الحوض})$ .

الكلمات الدالة: القلق - دافعية الانجاز - تركيز الانتباه - اللياقة البدنية - مهارات التايكوندو

\* أستاذ مساعد بقسم المنازلات والرياضات الفردية .

\*\* مدرس بقسم علم النفس الرياضي

## مقدمة ومشكلة البحث

إن مجال التدريب الرياضي يسعى الى تحقيق التناسق والتكامل للاعبين وفقاً لقدراتهم الجسمية والنفسية والعقلية والمهارية والبدنية بما يساعدهم على تحقيق أعلى مستويات الأداء في تخصصاتهم المتنوعة وبدون شك يتوقف ذلك على إيجابية إعدادهم من كل الجوانب السابقة خلال عملية التدريب.

ويجب على كل لاعب أن يستغل كافة قدراته وطاقاته الاستغلال الأمثل من أجل أن يساعده ذلك على تحقيق أفضل النتائج له بمجال تخصصه ولذا فإن الارتقاء بالمستوى الرياضي بصفة عامة في كافة الرياضات النزالية يركز بشكل أساسي على مدى إعداد اللاعب وتدريبه في كل ما يتعلق بجوانب إعداده (شمعون، ٢٠٠١، ص ٥٧؛ عباس وعباس، ٢٠١٢، ص ٢).

وتذكر كلاً من **صفاء صالح حسين (١٩٩٥)**، **عفاف الديب (١٩٩٥)**، **مروة طلعت الغرباوى (٢٠٠٧)** على أن القدرات البدنية من العوامل التي لها أهمية كبيرة في رياضة التايكوندو ويحتاج لاعب التايكوندو إلى مكونات بدنية خاصة (القوة العضلية، السرعة، المرونة، الاتزان، الرشاقة، التحمل، الدقة، التوافق) وذلك حتى يحافظ على مستوى الأداء الفني للمهارات الحركية وذلك حتى يمكن النجاح في أداء المهارات الحركية المختلفة. (: ٥)، (: ٦)، (: ٢)

وأن الاهتمام بالإعداد البدني والمهاري للاعب فقط دون الإعداد النفسي له يؤدي بشكل كبير إلى عدم ثبات واستقراره في المنافسات الرياضية المتنوعة بالإضافة إلى عدم تمكنه من الأداء بشكل لائق كما أن هناك العديد من اللاعبين والمدربين قد ذكروا في تقاريرهم الذاتية على أن النجاح في رياضة تخصصهم يرجع إلى عوامل نفسية وعقلية بنسبة تتراوح ما بين (٤٠٪: ٩٠٪) مما ساعدهم على تحقيق الهدف المطلوب والإنجاز في الأداء (راتب، ٢٠٠٤، ص ١٤؛ Kimiecik, Stein, 1992, P128؛ شمعون، ٢٠٠١، ص ١٦).

وتعتمد المتغيرات النفسية في اختيار لاعبي الأنشطة النزالية المتنوعة على العديد من العناصر التي تتمثل في التوازن الانفعالي كالشجاعة والمبادأة بالإضافة إلى السمات الإدارية والتي تتمثل في الدافعية والإنجاز والتحدي والتركيز والتصميم وتلك المتغيرات تلعب دوراً هاماً في تفوق اللاعبين حيث أنه عند تساوي القدرات البدنية والخطوية لدى المنافسين سواء كان ذلك لدى المنافسين في الرياضات الفردية فإن العوامل النفسية تحسم العديد من النتائج أثناء المنافسات، إلى أن ممارسة النشاط الرياضي يحتاج إلى متطلبات نفسية محددة بجانب المتطلبات البدنية (زهرا، ٢٠٠٤، ص ٢٨٠؛ زهران، ٢٠٠٨، ص ٢٣٦).

وهناك العديد من الدراسات والبحوث التي تؤكد على أهمية العامل النفسي وأن له دور في تحديد مستوى أداء اللاعبين فكل الأنشطة الرياضية عامة ورياضات النزال خاصة ومنها دراسة كل من **Gould et al (1991)؛ الوسيمي (٢٠٠٠)؛ أبو زيد (٢٠٠٠)؛ Matsumoto et al (2001)؛ الشافعي (٢٠٠٧)؛ زهران (٢٠٠٨)؛ عبده (٢٠٠٨)؛ عمرو (٢٠٠٩)؛ Ghorbanzadeh et al (2013)؛ عباس (٢٠١٤)**.

ومما سبق يتضح أنه لا توجد دراسة تناولت بعض المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى لاعبي التايكوندو (المستوى العالي)، والتي تعتمد في أدائها على المواقف المتغيرة وذلك

لمواجهة متطلبات وظروف المباراة والتي يتوقف الفوز فيها على الجانب النفسي وخاصة في المستويات العليا نظراً لتقارب المستويات البدنية والمهارية بين لاعبي تلك المستويات ويعطي الجانب النفسي فرصة أكبر للفوز في المباريات (زهرا، ٢٠٠٣، ص ٢٧٩؛ زهران، ٢٠٠٤، ص ٢١٢).

ويرى الباحثان أنه تعد رياضة التايكوندو من رياضات الدفاع عن النفس التي تتطلب إعداد اللاعب في كافة الجوانب ومنها النفسية حتى يحقق الإنجاز المطلوب في المباريات ، لذا تبرز الأهمية العلمية للبحث في كونه الدراسة الأولى من نوعها على حد علم الباحثان في رياضة التايكوندو التي تتناول دراسة بعض المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد المستوى البدني ومستوي الأداء المهاري لدي لاعبي رياضة التايكوندو ذوي المستوى العالي ، حيث يُعد العامل النفسي من أهم العوامل التي لها تأثير كبير في تحقيق المستوى الرياضي العالي، ومن خلال العرض السابق ظهرت أهمية الجوانب النفسية بالنسبة للأنشطة الرياضية بصفة عامة ومدى تأثيرها في تطوير اللاعبين في كل الجوانب البدنية والمهارية والفنية، ولذلك رأى الباحثان إجراء هذا البحث في محاولة لدراسة أهم المتغيرات النفسية الخاصة برياضة التايكوندو ونسب مساهمة المتغيرات النفسية في التنبؤ بالمستوى البدني ومستوي الأداء المهاري وهذا قد يساعد العاملين في مجال تدريب رياضة التايكوندو على الاهتمام بتطوير المتغيرات النفسية والبدنية والمهارية والعمل على الاستفادة منها في تطوير الجانب التنافسي للاعبي المستويات العليا.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:

- ١- بعض المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا.
  - ٢- التعرف على استمارة تقييم مستوى أداء لاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا.
  - ٣- العلاقة بين مؤشرات بعض المتغيرات (النفسية - البدنية) المختارة قيد البحث ومستوى أداء لاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا.
  - ٤- نسب مساهمة مؤشرات بعض المتغيرات (النفسية - البدنية) على مستوى أداء لاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا.
  - ٥- استخلاص معادلة لتنبؤ بمستوى لاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا بدلالة بعض المتغيرات (النفسية - البدنية) المختارة.
- فروض البحث:
- ١- يوجد مؤشر ايجابي لمستوي بعض المتغيرات النفسية المختارة للاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.
  - ٢- يوجد مؤشر ايجابي لتقييم مستوى الأداء المهاري للاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.
  - ٣- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين مؤشرات بعض المتغيرات النفسية ومستوي الأداء المهاري للاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.
  - ٤- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين مؤشرات بعض المتغيرات البدنية ومستوي الأداء المهاري للاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.

- ٥- تتباين نسب مساهمة مؤشرات بعض المتغيرات النفسية قيد البحث في مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.
- ٦- تتباين نسب مساهمة مؤشرات بعض المتغيرات البدنية قيد البحث في مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.
- ٧- يمكن استخلاص معادلة لتنبؤ بمستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا بدلالة بعض المتغيرات النفسية قيد البحث.
- ٨- يمكن استخلاص معادلة لتنبؤ بمستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا بدلالة بعض المتغيرات البدنية قيد البحث.

مصطلحات البحث:

- القلق: هو حالة انفعالية مزمنة تصاحبها اضطرابات عصبية وعقلية، وتتسم بالخوف والشعور بالتهديد، وتنتج بسبب شعور الفرد بالوحدة والعجز (علاوي، ١٩٩٨، ص ٥٩).
- دافعية الإنجاز: إن سمة دافعية الإنجاز تعنى الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز الاختبارات الحركية التي يكلف بها الفرد في التدريب والمنافسة (راتب، ٢٠١١، ص ١٥٧).
- تركيز الانتباه: ويعرف تركيز الانتباه على أنه "القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن فعندما يكون مثير معين في بؤرة الانتباه مما يعني أن انتباه الفرد مركزاً عليها خلال لحظة زمنية معينة (راتب، ٢٠٠٤، ص ٢٧٢).

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي، بالأسلوب المسحي كأحد أنماطه وذلك لملاءمته لطبيعة البحث وأهدافه.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

(أ) مجتمع البحث:

يمثل مجتمع البحث (٧٠) لاعب تايكوندو ذوي المستوي العالي في المرحلة السنوية من ١٧-٢٥ سنوات نادي الشبان المسلمين والأستاذ الرياضي بمدينة طنطا ونادي البلدية بمدينة المحلة الكبرى بمحافظة الغربية في العام التدريبي ٢٠١٦/٢٠١٧م.

(ب) عينة البحث:

وقد قام الباحثان باختيار عينة قدرها (٥٠) لاعب وذلك بنسبة مئوية (٧١.٥٪) من إجمالي مجتمع البحث كما تم اختيار (٢٠) لاعب لتقنين أدوات البحث وهم من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية للبحث.

## جدول (١)

### حجم العينة ونسبتها إلى المجتمع الأصلي

م	البيان	عدد اللاعبين	النسبة المئوية
١	عينة الدراسة الاستطلاعية	٢٠	٢٨.٥%
٢	عينة الدراسة الأساسية	٥٠	٧١.٥%
	إجمالي	٧٠	١٠٠%

شروط اختيار العينة:

- العمر التدريبي يتراوح ما بين ١٧-٢٥ سنوات.
- مسجلين بالاتحاد المصري لرياضة التايكوندو.
- حاصلين على الحزام الأسود.
- أن يكون اللاعبين حاصل على بطولات جمهورية او دولية.

## جدول (٢)

الدلالات الإحصائية لتوصيف أفراد عينة البحث في المتغيرات قيد البحث لبيان اعتدالية البيانات

ن = ٥٠

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	انحراف معياري	التقاطع	الالتواء
أ معدلات دلالات النمو							
١	العمر الزمني	سنة/شهر	٢٠.٨١٣	٢١.٠٠٠	٠.٨٣٤	١.٤٤٣-	٠.٣٩١
٢	الطول	سم	١٧٢.٨١٣	١٧٢.٥٠٠	٢.٧١٣	٠.٢٢٣	٠.٥٤٦
٣	الوزن	كجم	٧٣.٣١٣	٧١.٥٠٠	٤.٣٠١	٠.٠٠٣	٠.٧٦١
٤	العمر التدريبي	سنة/شهر	٩.٠٠٠	٩.٥٠٠	٠.٩٦٦	٠.٧٣٥-	٠.٥٠٧-
ب مقياس المتغيرات النفسية							
١	القلق الرياضي	درجة	١.٤٥٠	١.٥٠٠	٠.٥٠٠	٠.٧٢١	٠.٣٠٠-
٢	دافعية الانجاز	درجة	٢.٤٧٠	٢.٥٠٠	٠.٤٩٠	٠.٤١٨-	٠.١٨٤-
٣	تركيز الانتباه	درجة	٢.٤٢٠	٢.٥٠٠	٠.٥٦٠	٠.٥١٦-	٠.٤٢٩-
-	المتوسط العام للمقياس	درجة	٢.١١٣	٢.٠٠٠	٠.٦٣٤	٠.٤٢٨-	٠.٥٣٥
ج الاختبارات البدنية							
١	الوثب العرض من الثبات	م	٢.٢٢٠	٢.٢٥٠	٠.١٤٠	١.١٤٨-	٠.٢٤٨-
٢	عدو ٣٠ متر بداية متحركة	ث	٤.٤٠٠	٤.٢٨٥	٠.٤١١	٢.١٢٥	١.٢٢٤
٣	الوقوف على عرضة بمشط القدم	ث	٧١.٥٠٠	٧١.٥٠٠	٧.٠٥٩	٠.٠٢٦	٠.٥٣٧-
٤	الوثبة الرباعية	عدد	٧.١٦٠	٦.٩٥٠	٠.٨٣٧	١.٢٨٤	١.١٠٥
٥	مرونة مفصل الحوض	سم	٢٥.١٣٠	٢٤.٩٥٠	٤.٣٣٧	١.٨٠٢-	٠.١٥٤
د مستوى الاداء							
		درجة	٢١.٥٠٠	٢٢.٠٠	١.٧٩١	٠.٣٦٣-	٠.١٢٢-

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدى أفراد العينة في المتغيرات الأساسية قيد البحث ويتضح قرب البيانات من اعتدالية التوزيع وتمثل المنحنى الاعتدالي حيث تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين  $(\pm 3)$  مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

ثالثاً: أدوات وسائل جمع البيانات:  
الأجهزة المستخدمة في القياس:

- كارنية الاتحاد المصري لتايكوندو لتحديد العمر الزمني والتدريبي لعينة البحث.

- رستاميتير لقياس الطول الكلي للاعبين.
  - ميزان طبي إلكتروني معاير لقياس الوزن.
  - ساعة إيقاف لقياس الزمن.
  - وسادة لكم (شاخص).
  - بساط تاكوندو.
  - علامات ارشادية لاصقة.
  - كاميرا تصوير فيديو ديجتال بحامل ثلاثي لتصوير مستوى الأداء المهاري.
  - فلاش ميوموري لتحميل فيديو تصوير مستوى الأداء المهاري عليها وتقديمه للمحكمين.
- أداة البحث:

- مقياس المتغيرات النفسية للاعبين التايكوندو ذوي المستوى العالي. (إعداد الباحثان).
  - اختبارات المتغيرات البدنية.
  - استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري. (إعداد الباحثان).
- خطوات بناء وتقنين أداة البحث:
- (أ) مقياس المتغيرات النفسية للاعبين التايكوندو ذوي المستوى العالي. (إعداد الباحثان).  
الهدف من المقياس:
- التعرف على المتغيرات النفسية للاعبين التايكوندو ذوي المستوى العالي.  
إجراءات إعداد المقياس:

قام الباحثان بإعداد المقياس وفقاً للخطوات التالية:

- ١- قام الباحث بإجراء مسح مرجعي للعديد من المراجع العلمية التي تناولت المتغيرات النفسية في مجال علم النفس الرياضي للاعبين المنازل ولاعبين الأنشطة الرياضية الأخرى مثل دراسة كل من محمود (٢٠١٥): (٢٠١٥)؛ جاد (٢٠١٠)؛ خضر (٢٠٠٦)؛ أحمد (٢٠٠٣).
- ٢- توصل الباحثان إلى تحديد للتعريف الإجرائي لمفهوم المتغيرات النفسية على النحو التالي " هي الصفات والحاجات النفسية الكلية والفردية التي يتميز بها لاعب التايكوندو عن غيره من اللاعبين اللذين هم من مجتمعه وبيئته ومنها القلق الرياضي ودافعية الانجاز وتركيز الانتباه.
- ٣- ومن خلال التعريف الإجرائي والمسح المرجعي توصل الباحثان إلى عدد (٥) أبعاد يمكن أن تمثل أبعاد رئيسية لمقياس المتغيرات النفسية.
- ٤- وقام الباحثان بعرض الأبعاد المبدئية المقترحة على مجموعة من الخبراء من أساتذة علم النفس وعلم النفس الرياضي والمنازلات والتايكوندو لإبداء الرأي نحو الأبعاد المقترحة. مرفق (١)، مرفق (٢)

قام الباحثان بإجراء المعاملات العلمية لمقياس المتغيرات النفسية لعينة البحث وذلك على

النحو التالي:

أولاً: صدق المقياس

١- صدق المحتوى (الصدق الظاهري):

قام الباحثان بعرض أبعاد المقياس وعباراته على (٩) خبراء في مجال علم النفس الرياضي ورياضات المنازل والتايكوندو خاصة، وقد تم الاتفاق بين المحكمين على أن هذا

المقياس يقيس المتغيرات النفسية لدى لاعبي التايكوندو، كما هو موضح من نتائج جدول (٤) و جدول (٥) الخاص بعبارات أبعاد المقياس.

### جدول (٣)

التكرار والنسبة المئوية والأهمية النسبية لآراء السادة الخبراء حول أبعاد مقياس المتغيرات النفسية للاعبين التايكوندو ذوي المستوى العالي

ن = ٩

م	الأبعاد	أوافق		لا أوافق		الوزن النسبي	الأهمية النسبية
		ك	%	ك	%		
١	القلق الرياضي	٩	١٠٠.٠٠٠	٠	٠.٠٠٠	٩	١٠٠.٠٠٠
٢	دافعية الإنجاز	٩	١٠٠.٠٠٠	٠	٠.٠٠٠	٩	١٠٠.٠٠٠
٣	الشجاعة	٤	٤٤.٤٤٤	٥	٥٥.٥٥٦	٤	٤٤.٤٤٤
٤	تركيز الانتباه	٩	١٠٠.٠٠٠	٠	٠.٠٠٠	٩	١٠٠.٠٠٠
٥	الجرأة	٤	٤٤.٤٤٤	٥	٥٥.٥٥٦	٤	٤٤.٤٤٤

يوضح جدول (٣) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية لآراء السادة الخبراء حول محاور مقياس المتغيرات النفسية اللازمة لناشئ المسافات القصيرة حيث تراوحت الآراء ما بين (٤٤.٤٤٤٪ - ١٠٠.٠٠٠٪) وقد ارتضى الباحثان بثلاثة أبعاد الأعلى في اتفاق الخبراء. لذا فإنه تم حذف البعد رقم (٣) وهو الشجاعة، والبعد رقم (٥) وهو الجرأة ليصبح العدد النهائي لأبعاد مقياس المتغيرات النفسية (٣) أبعاد.

٥- قام الباحثان بصياغة عبارات المقياس المبدئية مرفق (٤) في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل بعد وأيضاً بالاسترشاد بالمقاييس والاختبارات السابقة حيث تم صياغة العبارات بما يتناسب مع طبيعة رياضات المنازلات عامة ورياضة التايكوندو خاصة والمرحلة السنية قيد البحث مع مراعاة ما يلي:

- أن تكون العبارات سهلة وواضحة.
- أن تحمل العبارة وتشير لمعنى واحد.
- أن تكون مناسبة للهدف المراد قياسه.
- ألا تستغرق وقتاً طويلاً في قراءتها بحيث لا تبعث الملل في نفوس أفراد العينة.

#### جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس المتغيرات النفسية للاعبين التايكوندو ذوي المستوى العالي

ن = ٩

البعد الثالث تركيز الانتباه		البعد الثاني دافعية الانجاز		البعد الأول القلق الرياضي	
م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %
١	١٠٠.٠٠	١	٨٨.٨٩	١	١٠٠.٠٠
٢	٨٨.٨٩	٢	١٠٠.٠٠	٢	٨٨.٨٩
٣	١٠٠.٠٠	٣	٤٤.٤٤	٣	١٠٠.٠٠
٤	١٠٠.٠٠	٤	٧٧.٧٨	٤	٨٨.٨٩
٥	٦٦.٦٧	٥	١٠٠.٠٠	٥	٨٨.٨٩
٦	١٠٠.٠٠	٦	٨٨.٨٩	٦	٥٥.٥٦
٧	١٠٠.٠٠	٧	٣٣.٣٣	٧	٨٨.٨٩
٨	٤٤.٤٤	٨	٧٧.٧٨	٨	١٠٠.٠٠
٩	١٠٠.٠٠	٩	١٠٠.٠٠	٩	١٠٠.٠٠
١٠	٨٨.٨٩	١٠	١٠٠.٠٠	١٠	٨٨.٨٩
١١	١٠٠.٠٠	١١	٨٨.٨٩	١١	١٠٠.٠٠
١٢	١٠٠.٠٠	١٢	٧٧.٧٨	١٢	٣٣.٣٣
١٣	٧٧.٧٨	١٣	٨٨.٨٩	١٣	١٠٠.٠٠
		١٤	٧٧.٧٨	١٤	٦٦.٦٧
		١٥	٨٨.٨٩	١٥	٨٨.٨٩
				١٦	١٠٠.٠٠

يوضح جدول (٤) النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس الآثار المتغيرات النفسية اللازمة لناشئ المسافات القصيرة ويتضح تراوح النسبة المئوية للعبارات ما بين (٣٣.٣٣% - ١٠٠.٠٠%) وقد ارتضى الباحثان بالعبارات التي حصلت على أهمية نسبية قدرها ٧٧.٧٨% فأكثر.

#### جدول (٥)

العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لمقياس المتغيرات النفسية قيد البحث

ن = ٩

م	الابعاد	العدد المبدئي	عدد العبارات المحذوفة	أرقام العبارات المحذوفة	عدد العبارات المعدلة	أرقام العبارات المعدلة	العدد النهائي
١	القلق الرياضي	١٦	٣	١٤-١٢-٦	٠	٠	١٣
٢	دافعية الانجاز	١٥	٢	٧-٣	١	١	١٣
٣	تركيز الانتباه	١٣	٢	٨-٥	٢	٩-٤	١١
-	الإجمالي	٤٤	٧	٧	٣	٣	٣٧

يوضح جدول (٥) العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لمقياس المتغيرات النفسية قيد البحث ويتضح ان العدد المبدئي للمقياس (٤٤) عبارة وبعد العرض على السادة الخبراء قام الباحثان بحذف عدد (٧) عبارة، ليصبح إجمالي عدد العبارات (٣٧) عبارة مع تعديل (٣) عبارات وبدون أي اضافة (صدق المحكمين).



## ٢- صدق الاتساق الداخلي للمقياس:

قام الباحث بحساب معامل صدق الاتساق الداخلي لمقياس المتغيرات النفسية يوم الاثنين الموافق ١٠ / ٧ / ٢٠١٦ على عينة عددها (٢٠) لاعب اختيروا من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وجدول (٦)، (٧) يوضح معامل صدق الاتساق الداخلي للمقياس وكما يأتي:

### جدول (٦)

#### صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والبعد وبين العبارة

#### والمجموع الكلي لمقياس المتغيرات النفسية

ن=٢٠

البعد الثالث تركيز الانتباه			البعد الثاني دافعية الانجاز			البعد الاول القلق الرياضي		
العبارة مع المجموع	العبارة مع البعد	م	العبارة مع المجموع	العبارة مع البعد	م	العبارة مع المجموع	العبارة مع البعد	م
٠.٨٦	٠.٩٢	١	٠.٨٥	٠.٨٩	١	٠.٨٢	٠.٩١	١
٠.٨٤	٠.٨٧	٢	٠.٩٠	٠.٨٨	٢	٠.٩١	٠.٨٤	٢
٠.٩٠	٠.٨٦	٣	٠.٩١	٠.٨٤	٣	٠.٧٩	٠.٨٣	٣
٠.٨٨	٠.٨٣	٤	٠.٨٧	٠.٨٣	٤	٠.٩١	٠.٨٥	٤
٠.٨٦	٠.٩١	٥	٠.٧٩	٠.٨٨	٥	٠.٧٨	٠.٩٠	٥
٠.٨١	٠.٨٥	٦	٠.٩٣	٠.٨٩	٦	٠.٧٩	٠.٨٨	٦
٠.٩١	٠.٨٧	٧	٠.٨٩	٠.٨٠	٧	٠.٨٩	٠.٨٣	٧
٠.٨٨	٠.٨٣	٨	٠.٨٢	٠.٩١	٨	٠.٨٩	٠.٨٠	٨
٠.٩٠	٠.٨٤	٩	٠.٨٩	٠.٩٠	٩	٠.٨٤	٠.٨٩	٩
٠.٨٣	٠.٨٨	١٠	٠.٩١	٠.٨٨	١٠	٠.٧١	٠.٧٧	١٠
٠.٨٩	٠.٨٣	١١	٠.٨٣	٠.٩١	١١	٠.٨٩	٠.٨٤	١١
			٠.٩٢	٠.٨٧	١٢	٠.٨٦	٠.٩٠	١٢
			٠.٨٦	٠.٩٢	١٣	٠.٩١	٠.٨٨	١٣

\*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (٦) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والبعد حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (٠.٧٧ - ٠.٩٢) وكذلك وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والمجموع الكلي للمقياس حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (٠.٧١ - ٠.٩٣) وذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس قيد البحث.

## جدول (٧)

صدق الاتساق الداخلي بين البعد والمجموع الكلي لمقياس المتغيرات النفسية

ن=٢٠

م	ابعاد المقياس	معامل الارتباط
١	القلق الرياضي	**٠.٨٩٠
٢	دافعية الانجاز	**٠.٩١٤
٣	تركيز الانتباه	**٠.٩٠٤

\*\* دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) \* دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥)

يوضح جدول (٧) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين مجموع البعد وبين المجموع الكلي لمقياس المتغيرات النفسية حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (٠.٨٩٠ - ٠.٩١٤) ذلك عند مستوى معنوية ٠.٠٥. ثانياً: ثبات المقياس

قام الباحثان بحساب معامل الثبات لمقياس المتغيرات النفسية قيد البحثن طريق تطبيق المقياس على (٢٠) لاعبممثلين لمجتمع البحث لإجراء اختبار التجزئة النصفية ومعامل ألفا (كرونباخ) وذلك يوم الثلاثاء الموافق ٢٥/٧/٢٠١٦م لبيان معامل الثبات كما هو موضح بجدول(٨).

## جدول (٨)

التجزئة النصفية ومعامل الفا لبيان معامل الثبات لمقياس المتغيرات النفسية

ن=٢٠

م	ابعاد المقياس	اختبار التجزئة النصفية		معامل الفا
		سبيرمان -براون	جتمان	
١	القلق الرياضي	٠.٨٤٣	٠.٨٦١	٠.٨٧٣
٢	دافعية الانجاز	٠.٨٥٧	٠.٨٧١	٠.٨٦٩
٩	تركيز الانتباه	٠.٧٤٩	٠.٨٥٣	٠.٨٧٥
	الدرجة الكلية	٠.٨٦٣	٠.٨٧٢	٠.٨٧٧

يوضح جدول (٨) اختبار التجزئة النصفية بطريقتيسبيرمان - براون وجتمان وكذلك معامل الفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لأبعاد البحث الثلاثة لمقياس المتغيرات النفسية بالإضافة الى إجمالي المقياس ويتضح وجود دلالات احصائية قوية تشير الى ثبات المقياس. صلاحية مقياس المتغيرات النفسية: مرفق(٥)

وفى ضوء صلاحية مقياس المتغيرات النفسية للاعبى التايكوندو عينة البحث تم وضعه في صورته النهائية وهو يتكون من (٣) أبعادوهي: البعد الأول القلق الرياضي ويتكون من (١٣ عبارة)، البعد الثاني دافعية الإنجاز ويتكون من (١٣ عبارة)، البعد الثالث تركيز الانتباه ويتكون من (١١ عبارة).

يتم استجابة المفحوصين على المقياس من خلال ثلاث استجابات وفقاً لميزان تقديري ثلاثي على التوالي بدرجات (دائماً (٣) - أحيانا (٢) - نادراً (١)).  
(ب) المعاملات العلمية للاختبارات البدنية.  
الهدف من الاختبارات البدنية:

التعرف من خلال الاختبارات البدنية لمتغيرات (بك تشاجي - نى تشاجي - نارا تشاجي) على مستوى الجانب البدني لاعي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث.

قام الباحثان باختيار عناصر اللياقة البدنية والاختبارات وفقاً للخطوات التالية:

١- قام الباحثان بإجراء مسح مرجعي للعديد من المراجع العلمية التي تناولت تقييم الجانب البدني لاعي رياضة التايكوندو خاصة مثل دراسة كل حافظ وأحمد ومصطفى (٢٠١٥)؛ على (٢٠١٤)؛ صالح (٢٠٠٩)؛ شومان (٢٠٠٩)؛ الغرباوي (٢٠٠٧)، ومرجع زهران (٢٠٠٤)؛ زهران (٢٠٠٣).

٢- وقام الباحثان بعرض استمارة استطلاع رأى الخبراء في الاختبارات البدنية على مجموعة من الخبراء من أساتذة المنازلات والتايكوندو لإبداء الرأي نحو محتوى الاستمارة المقترحة. مرفق (٥)  
١- حساب صدق الاختبارات البدنية:  
صدق المحتوي (الصدق الظاهري)

قام الباحثان بعرض مجموعة من الاختبارات البدنية على (١٠) خبراء في مجال رياضات المنازلات والتايكوندو مرفق (٦)، مرفق (٩) وقد تم الاتفاق بين المحكمين على أن هذه الاختبارات البدنية، مرفق (١٠) لتقييم اللياقة البدنية الخاصة لدى لاعبي التايكوندو بنسبة ١٠٠٪. صدق المقارنة الطرفية

قام الباحثان بحساب صدق المقارنة الطرفية لاختبارات البدنية تقييم المستوى البدني على (٢٠) لاعب ممثلين لمجتمع البحث عن طريق التمييز بين أفراد عينة التقنين (الاستطلاعية) مرتفعي الدرجات ومنخفضي الدرجات في استمارة التقييم كما هو موضح بجدول (٩).

## جدول (٩)

### دلالة الفروق بين متوسطي الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى للاختبارات البدنية لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	الاختبارات البدنية	الارباعي الأعلن=٥		الارباعي الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا ٢	معامل الصدق
		س	ع±	س	ع±				
١	الوثب العرض من الثبات	٢.٣٨٣	٠.٢٠٤	١.٨٧٥	٠.٠٥٠	٠.٥٠٨	٥.٨٤٣	٠.٨١٠	٠.٩٠٠
٢	عدو ٣٠ متر بداية متحركة	٤.٣٢٥	٠.٢٦٣	٦.٣٠٠	٠.٨٢٩	٠.٩٢٥	٥.٤٣٧	٠.٧٨٧	٠.٨٨٧
٣	الوقوف على عرضة بمشط القدم	٧٥.٨٣٣	٤.٠٧٠	٥٩.٢٥٠	١.٥٠٠	١٦.٥٨٣	٧.٦٧٧	٠.٨٨٠	٠.٩٣٨
٤	الوثبة الرباعية	٧.٦٠٠	٠.٨٢٩	٥.٦٢٥	٠.٢٦٣	١.٩٧٥	٦.٧٨٨	٠.٨٥٢	٠.٩٢٣
٥	مرونة مفصل الحوض	٢٨.٠٨٣	٣.٠٦٤	٢٠.٧٠٠	٠.٧٠٢	٧.٣٨٣	٥.٦٨٢	٠.٨٠١	٠.٨٩٥

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطي الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى لدى عينة التقنين للاختبارات البدنية قيد البحث، كما يتضح حصول الاختبارات على قوة تأثير وصدق عالية.

٢- حساب ثبات استمارة التقييم

قام الباحثان بحساب معامل الثبات للاختبارات البدنية لتقييم المستوى البدني عن طريق تطبيق المقياس على (٢٠) لاعب ممثلين لمجتمع البحث وإعادة تطبيقه مرة أخرى يوم الثلاثاء الموافق ٢٥ / ٧ / ٢٠١٦م لبيان معامل الثبات كما هو موضح بجدول (١٠).

## جدول (١٠)

### معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق للاختبارات البدنية لبيان معامل الثبات

ن=٢٠

م	الاختبارات البدنية	التطبيق		إعادة التطبيق	
		س	ع±	س	ع±
١	الوثب العرض من الثبات	٢.١٢٩	٠.٢٣٦	٢.١٣٦	٠.٣١١
٢	عدو ٣٠ متر بداية متحركة	٥.٧٠٨	٠.٤٣٧	٥.٦٩٨	٠.٣٨٦
٣	الوقوف على عرضة بمشط القدم	٦٧.٥٤٢	٤.٧٥٤	٦٨.١٢٠	٣.٤٣٧
٤	الوثبة الرباعية	٦.٧١٣	٠.٩٥٣	٦.٧٧٣	٠.٧٨٤
٥	مرونة مفصل الحوض	٢٤.٣٩٢	٣.٣٦٥	٢٤.٣٨٩	٢.٨٢١

\*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (١٠) وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق (إعادة تطبيق الاختبار) للاختبارات البدنية لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٠٥، مما يشير الى ثبات الاختبارات.

(ج) المعاملات العلمية لاستمارة تقييم مستوي الأداء المهاري. (إعداد الباحثان).

الهدف من الاستمارة:

التعرف من خلال استمارة تقييم أداء مهارة (بك تشاجي - نى تشاجي - نارا تشاجي) الأكثر استخداماً في المباريات على مستوى الاداء للاعبى التايكوندو ذوي المستوى العالى عينة البحث.

خطوات إعداد الاستمارة:

### قام الباحثان بإعداد الاستمارة وفقاً للخطوات التالية:

٣- قام الباحثان بإجراء مسح مرجعي للعديد من المراجع العلمية التي تناولت تقييم الاداء لاعبي الانشطة الرياضية والمنازلات ورياضة التايكوندو خاصة مثل دراسة كلعلى (٢٠١٤)؛ صالح (٢٠٠٩)؛ الغريايوي (٢٠٠٧).

٤- وقام الباحثان بعرض استمارة تقييم مستوى الاداء المهاري على مجموعة من الخبراء من أساتذة المنازلات والتايكوندو لإبداء الرأي نحو محتوى الاستمارة المقترحة. مرفق (٧) أسلوب تقييم الأداء:

٥- سوف يتم تقييم الاداء خلال تصوير الاداء المهاري وتحكيمها من قبل الحكام المسجلين بالاتحاد المصري للتايكوندو مرفق (٨) ولا تقل درجة الحكم عن الدرجة الاولى كحد أدنى، واستخدم لذلك استمارة لتقييم الاداء (تصميم الباحثان) واستمارات لتسجيل نتائج الاداء للاعبين مرفقة بها أسطوانة لعرضها على جهاز الكمبيوتر وتحكيمها من قبل المحكمين حيث يمنح اللاعب درجة من كل حكم على حده ثم يتم تجميع درجات الحكام الثلاثة واخذ الدرجة المتوسطة لهم كدرجة تقييم نهائية لمستوى الاداء المهارى. حيث يتفق كلا من (على، ٢٠١٤؛ صالح، ٢٠٠٩؛ الغريايوي، ٢٠٠٧) على التصوير بالفيديو من الوسائل الهامة والاساسية حيث يتميز بإمكانية اعادة عرض ما يتم ملاحظته اثناء الاداء الفعلي واتاحة الفرصة للتسجيل وتكرار الملاحظة في وقت واحد.

١- حساب صدق لاستمارة:

صدق المحتوى (الصدق الظاهري)

قام الباحثان بعرض استمارة تقييم مستوى الاداء على (١٠) خبراء في مجال رياضات المنازلات والتايكوندو مرفق (٥)، وقد تم الاتفاق بين المحكمين على أن هذه الاستمارة مناسبة لتقييم مستوى الاداء المهاري لدى لاعبي التايكوندو بنسبة ١٠٠٪. صدق المقارنة الطرفية

قام الباحثان بحساب صدق المقارنة الطرفية لاستمارة تقييم مستوى الاداء قيد البحث على (٢٠) لاعب ممثلين لمجتمع البحث عن طريق التمييز بين أفراد عينة التقنين (الاستطلاعية) مرتفعي الدرجات ومنخفضي الدرجات في استمارة التقييم كما هو موضح بجدول (١١).

### جدول (١١)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى  
لاستمارة تقييم مستوى الاداء لبيان معامل الصدق

ن=٢٠

م	الاستمارة	الارباعي الاعلى ن=٥		الارباعي الادنى ن=٥		فروق المتوسطات	قيمة ت	ايتا٢	معامل الصدق
		س	ع±	س	ع±				
١	تقييم مستويا الاداء	٢٤.٧٢٥	٢.١٣٣	١٩.٧٦٠	١.٦٢١	٤.٩٦٥	٦.١٣٣	٠.٨٢٥	٠.٩٠٨

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦

يتضح من جدول (١١) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين متوسطي الارباعي الأعلى والارباعي الأدنى لدى عينة التقنين لاستمارة تقييم مستوى الاداء قيد البحث، كما يتضح حصول الاستمارة على قوة تأثير وصدق عالية.  
٢-حساب ثبات استمارة التقييم

قام الباحثان بحساب معامل الثبات لاستمارة تقييم مستوى الاداء قيد البحث عن طريق تطبيق المقياس على (٢٠) لاعب ممثلين لمجتمع البحث وإعادة تطبيقه مرة أخرى يوم الثلاثاء الموافق ٢٥ /٧/ ٢٠١٦م لبيان معامل الثبات كما هو موضح بجدول (١٢).

## جدول (١٢)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لاستمارة تقييم مستوى الاداء لبيان معامل الثبات  
ن=٢٠

معامل الارتباط	إعادة التطبيق		التطبيق		الاستمارة	م
	ع±	س	ع±	س		
٠.٩٢٥	٣.٦٤٢	٢٢.٤٨٠	٥.٤٢٢	٢٢.٣٣٥	تقييم مستوى الاداء	١

\*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح جدول (١٢) وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق (إعادة تطبيق الاختبار) لاستمارة تقييم مستوى الاداء لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية ٠.٠٥، مما يشير الى ثبات الاستمارة.

رابعاً: إجراء الدراسة الأساسية:  
١- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية على (٢٠) لاعب من مجتمع البحث ومن خارج العينة أساسية للبحث، وذلك يوم الاثنين الموافق ٢٠١٦/٧/١٠، وكان الهدف من إجراء الدراسة الاستطلاعية التعرف على الآتي:

- مدى فهم عينة البحث لعبارات مقياس المتغيرات النفسية التي يتضمنها المقياس.
- التعرف على الصعوبات المحتمل ظهورها أثناء تطبيق استمارة تقييم الأداء للعمل على تلافيها.
- إجراء المعاملات العلمية للمقياس والاختبارات البدنية واستمارة تقييم مستوي الأداء المهاري.

وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن ما يلي:

- فهم عينة البحث للعبارات التي يتضمنها المقياس حيث لم يبد أحد من السباحين عينة البحث استفساراً عن أي عبارة من عبارات المقياس.
- تحديد زمن المقياس: في ضوء نتائج الدراسة الاستطلاعية للمقياس تم تحديد زمن المقياس بـ (٢٠) تقريباً.
- تلافي الصعوبات المرتبطة بالاختبارات البدنية وبتصوير أداء عينة البحث لإجراء تقييم مستوي الأداء من خلال المحكمين.

٢- الإجراءات الإدارية:

قام الباحثان بالإجراءات الإدارية لتسهيل الإجراءات الخاصة بالدراسة وذلك بالحصول على بيان بأعداد لاعبي التايكوندو ذوي المستوي العالي بغرض التعرف على حجم مجتمع البحث وتحديد أنسب الأوقات التي يمكن تنفيذ الاختبارات البدنية والمهارية وتطبيق المقياس وكذلك الموافقة على إجراء وتطبيق الدراسة على عينة الدراسة.

وقد قام الباحثان بمقابلة العينة المختارة بالطريقة العمدية في وجود المدرب بهدف:

- شرح أهداف البحث للعيينة والتأكد من رغبتهم بالاشتراك في البحث.

- تطبيق استمارة المقياس المستخدمة في البحث.

٣- تطبيق مقياس البحث:

بعد التأكد من توافر كافة الشروط العلمية للاختبارات البدنية مرفق (١١) وتقييم مستوي الأداء المهاري مرفق (٧) ومقياس المتغيرات النفسية مرفق (٥) للاعبين التايكوندو، قام الباحثان بتطبيق الاختبارات وكذلك المقياس في صورته النهائية، على عينة البحث الأساسية بواقع (٥٠) لاعب، وذلك خلال الفترة من يوم السبت ٢٠ / ٨ / ٢٠١٦ إلى يوم الاثنين ٢٩ / ٩ / ٢٠١٦ م.

- وعند تطبيق المقياس قام الباحثان بالتأكيد على أفراد العينة بأهمية استجاباتهم للاستفادة منها وضرورة الإجابة على جميع العبارات وعدم اختيار أكثر من إجابة للعبارة الواحدة مع ضرورة قراءة التعليمات قبل الإجابة.

- تم التأكيد على أفراد العينة بأهمية استجاباتهم وأنها من أجل البحث العلمي لإزالة أي مخاوف قد تقلل من تفاعلهم في الإجابة على المقياس.

٤- جمع وتفرغ البيانات:

بعد الانتهاء من تطبيق الاختبارات البدنية والمهارية وكذلك استمارة المقياس قام الباحثان بتفرغ البيانات وتنظيمها في كشوف التفرغ المعدة لذلك وكذلك تصحيح المقياس وفقاً لمفتاح التصحيح (نعم وتقدر لها ثلاث درجات - إلى حد ما وتقدر لها درجتان - لا وتقدر لها درجة واحدة) وتم رصد الدرجات لإعدادها للمعالجة الإحصائية بما يتماشى مع أهداف البحث. خامساً: المعالجات الإحصائية:

قام الباحث بمعالجة البيانات احصائياً باستخدام برنامج SPSS وذلك من خلال

المعاملات الاحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
  - الانحراف المعياري.
  - الالتواء.
  - معامل الارتباط (ر).
  - معامل الاختلاف.
  - الأهمية النسبية.
  - الانحدار المتعدد بطريقة Stepwise.
  - العرض ومناقشة النتائج:
- الوسيط.
  - التقلطح.
  - النسبة المئوية (%).
  - معامل ألفا كرونباخ.
  - الوزن النسبي.
  - نسبة المساهمة.

جدول (١٣)

تحليل عبارات المحور الاول الخاص بالقلق الرياضي

ن = ٥٠



م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	الأهمية النسبية
١	أشعر ب (الارتباك، التوتر، الضيق، العصبية، ...) قبل بدء المنافسة.	١.١٨٠	٠.٣٩٠	٣٣.٠٥١	٣٩.٣٣٣
٢	عضلاتي تكون مشدودة قبل اشتراكي في المنافسة.	١.٢٨٠	٠.٦٤٠	٥٠.٠٠٠	٤٢.٦٦٧
٣	تتسارع دقات قلبي كلما اقترب موعد بدء المباراة.	١.٩٠٠	٠.٤٦٠	٢٤.٢١١	٦٣.٣٣٣
٤	أخشى ارتكاب أخطاء خلال المنافسة.	١.١٢٠	٠.٣٣٠	٢٩.٤٦٤	٣٧.٣٣٣
٥	أرتكب مزيداً من الأخطاء كلما ازدادت أهمية المنافسة.	١.٢٤٠	٠.٥٩٠	٤٧.٥٨١	٤١.٣٣٣
٦	يمني (شعوري بالتوتر قبل المنافسة) من إجابة اللعب في المنافسة.	٢.٠٤٠	٠.٤٩٠	٢٤.٠٢٠	٦٨.٠٠٠
٧	أفقد قدرتي على ضبط انفعالاتي خلال المباراة.	٢.٠٠٠	٠.٥٣٠	٢٦.٥٠٠	٦٦.٦٦٧
٨	تتخفض روحي الرياضية أثناء المنافسة.	١.٩٤٠	٠.٤٧٠	٢٤.٢٢٧	٦٤.٦٦٧
٩	تقلقتي آراء الآخرين في أدائي الرياضي.	١.١٤٠	٠.٣٥٠	٣٠.٧٠٢	٣٨.٠٠٠
١٠	أشعر بالتوتر عندما يشاهد أدائي بعض الأشخاص المهمين.	١.٣٠٠	٠.٥٨٠	٤٤.٦١٥	٤٣.٣٣٣
١١	أشعر بالخوف عند حضور عدداً كبيراً من الجمهور.	١.٣٠٠	٠.٦٥٠	٥٠.٠٠٠	٤٣.٣٣٣
١٢	يربطني اشتراكي مع منافس ذو مستوى عالي من الأداء.	١.٢٢٠	٠.٥٥٠	٤٥.٠٨٢	٤٠.٦٦٧
١٣	يصعب عليّ تقبل تعديل مدربي لخطة اللعب قبل بدء المنافسة مباشرة.	١.٢٢٠	٠.٤٢٠	٣٤.٤٢٦	٤٠.٦٦٧
-	المتوسط العام للمحور	١.٤٥٠	٠.٥٠٠	٣٤.٤٨٣	٤٨.٣٣٣

يوضح جدول (١٣) الخاص ببعد القلق الرياضي أن المتوسط المرجح للبعد ككل (١.٤٥) لاستجابات أفراد العينة وبأهمية نسبية (٤٨.٣٣٣%) لاستجاباتهم مما يشير الى انخفاض مستوى القلق الرياضي المرتبط بالمنافسة لدى لاعبي المستويات العليا.

جدول (١٤)

تحليل عبارات المحور الثاني الخاص بدافعية الانجاز

ن = ٥٠

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	الأهمية النسبية
١	يمثل التفوق الرياضي أحد أهدافي الأساسية.	٢.٧٨٠	٠.٥٤٥	١٩.٦٠٤	٩٢.٦٦٧
٢	أبذل قصارى جهدي حتى أكون أفضل لاعب.	٢.٨٤٠	٠.٣٧٠	١٣.٠٢٨	٩٤.٦٦٧
٣	أرحب بالتدريب لساعات إضافية لتحسين أدائي.	٢.٧٠٠	٠.٦١٤	٢٢.٧٤١	٩٠.٠٠٠
٤	أستطيع أداء المهام التي يرى زملائي أنها مهام صعبة.	٢.٨٢٠	٠.٤٣٨	١٥.٥٣٢	٩٤.٠٠٠
٥	أصمم على الفوز رغم تمتع المنافس لي بمستوى مرتفع من الأداء.	٢.٧٠٠	٠.٦٧٨	٢٥.١١١	٩٠.٠٠٠
٦	ارتكابي لخطأ في الأداء يؤثر على أعصابي طوال فترة المنافسة.	١.٣٠٠	٠.٦٧٨	٥٢.١٥٤	٤٣.٣٣٣
٧	أشعر بالتوتر قبل بدء المنافسة مباشرة.	٢.٠٦٠	٠.٤٢٤	٢٠.٥٨٣	٦٨.٦٦٧
٨	أخشى الهزيمة في المنافسة.	٢.٧٨٠	٠.٥٤٥	١٩.٦٠٤	٩٢.٦٦٧
٩	يصعب عليّ النوم ليلة اشتراكي في المنافسة.	١.٩٨٠	٠.٣١٩	١٦.١١١	٦٦.٠٠٠
١٠	أنا دائم التفكير بما يمكن أن يحدث في المنافسة.	٢.٨٦٠	٠.٤٥٢	١٥.٨٠٤	٩٥.٣٣٣
١١	أحاسب نفسي عما ارتكبته من أخطاء في الأداء.	٢.٥٨٠	٠.٧٠٢	٢٧.٢٠٩	٨٦.٠٠٠
١٢	الفوز في المنافسة يمنحني درجة عالية من الرضا.	٢.٧٨٠	٠.٣٥١	١٢.٦٢٦	٩٢.٦٦٧
١٣	أواصل التدريب بعد فوزي في المنافسة دون انقطاع.	١.٩٨٠	٠.٢٤٧	١٢.٤٧٥	٦٦.٠٠٠
	المتوسط العام للمحور	٢.٤٧٠	٠.٤٩٠	١٩.٨٣٨	٨٢.٣٣٣

يوضح جدول (١٤) الخاص ببعد بدافعية الانجاز أن المتوسط المرجح للبعد ككل (٢.٤٧٠) لاستجابات أفراد العينة وبأهمية النسبية (٨٢.٣٣٣٪) لاستجاباتهم مما يشير الى ارتفاع مستوى الدافعية للإنجاز لدى لاعبي المستويات العليا.

## جدول (١٥)

### تحليل عبارات المحور الثالث الخاص بتركيز الانتباه

ن = ٥٠

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف النسبية	الأهمية النسبية
١	أجيد التحليل السريع لأداء المنافس خلال المنافسة، والتعرف على مواطن قوته وضعفه.	١.٩٨٠	٠.٣١٩	١٦.١١١	٦٦.٠٠٠
٢	لدي القدرة على الرؤية السريعة في مواقف اللعب.	٢.٦٢٠	٠.٦٩٧	٢٦.٦٠٣	٨٧.٣٣٣
٣	أستطيع التفكير في العديد من الحركات التي أنوي أدائها أثناء المنافسة.	٢.٧٠٠	٠.٦١٤	٢٢.٧٤١	٩٠.٠٠٠
٤	أركز انتباهي على عديد من الأفكار التي سأنفذها لمواجهة حركات المنافس.	٢.٥٦٠	٠.٧٠٥	٢٧.٥٣٩	٨٥.٣٣٣
٥	أحفظ بانتباهي رغم تفكيري في عدة أمور في وقت واحد أثناء المباراة.	١.٩٢٠	٠.٤٤٤	٢٣.١٢٥	٦٤.٠٠٠
٦	أستطيع ملاحظة أكثر من حدث يحدث في وقت واحد أثناء المنافسة دون أن أفقد تركيزي.	٢.٧٠٠	٠.٦٤٧	٢٣.٩٦٣	٩٠.٠٠٠
٧	أستطيع الانتباه لموقف اللعب ككل.	٢.٧٦٠	٠.٥٥٥	٢٠.١٠٩	٩٢.٠٠٠
٨	أمكنني عزل تفكيري عن أي أفكار دخيلة أثناء المنافسة.	١.٩٠٠	٠.٥٤٤	٢٨.٦٣٢	٦٣.٣٣٣
٩	أحافظ على انتباهي بعيداً عن المؤثرات الخارجية أثناء المنافسة.	١.٩٦٠	٠.٥٧٠	٢٩.٠٨٢	٦٥.٣٣٣
١٠	أشعوري بالتوتر قبل المنافسة لا يؤثر على تركيزي في كل ما يحدث داخل الملعب.	٢.٧٨٠	٠.٥٤٥	١٩.٦٠٤	٩٢.٦٦٧
١١	أستطيع اتخاذ القرار عندما أواجه موقفاً له خيارات متعددة خلال المنافسة.	٢.٧٠٠	٠.٥٤٤	٢٠.١٤٨	٩٠.٠٠٠
-	المتوسط العام للمحور	٢.٤٢٠	٠.٥٦٠	٢٣.١٤٠	٨٠.٦٦٧

يوضح جدول (١٥) الخاص ببعيد بتركيز الانتباه أن المتوسط المرجح للبعد ككل (٢.٤٢٠) لاستجابات أفراد العينة وبأهمية النسبية (٨٠.٦٦٧٪) لاستجاباتهم مما يشير الى ارتفاع مستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي المستويات العليا.

## جدول (١٦)

### المتوسط الحسابي والنسبة المئوية لتقييم مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو

ن = ١٠

م	مستوي الأداء المهاري	وحدة القياس	متوسط الدرجة	الدرجة العظمى	النسبة المئوية
١	مهارة بك تشاجي	درجة	٧.٢٠٠	١٠	٧٢.٠٠٠
٢	مهارة نى تشاجي	درجة	٧.٠٠٠	١٠	٧٠.٠٠٠
٣	مهارة نارا تشاجي	درجة	٧.٣٠٠	١٠	٧٣.٠٠٠
	إجمالي مستوى الأداء المهاري	درجة	٢١.٥٠٠	٣٠	٧١.٦٦٧

يوضح جدول (١٦) أن نتائج استمارة تقييم الحكام لمستوى اداء لاعبي التايكوندو ذوي المستوي العالي عينة البحث في المهارات قيد التقييم قد حقق نسبة (٧١.٦٦٧٪) من اجمالي تقييم مستوى الأداء المهاري.

## جدول (١٧)

مصفوفة الارتباط البسيط بين محاور مقياس المتغيرات النفسية على  
المستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو

ن=٥٠

م	المتغيرات النفسية	القلق الرياضي	دافعية الانجاز	مستوى تركيز الانتباه
١	القلق الرياضي			
٢	دافعية الانجاز	٠.٢٢٨		
٣	مستوى تركيز الانتباه	٠.٠١٧	٠.٢١١	
-	مستوى الأداء المهاري	*٠.٦٠٣-	*٠.٤١٠	*٠.٤٤٠

\*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 0.304$

يوضح جدول (١٧) مصفوفة الارتباط البسيط بين ابعاد مقياس المتغيرات النفسية على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو من المستويات العليا عينة البحث حيث قد تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين ( -٠.٦٠٣ الى ٠.٤٤٠).

جدول (١٨)

مصفوفة الارتباط البسيط بين الاختبارات البدنية على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو

ن=٥٠

م	الاختبارات البدنية	الوثب العرض من الثبات	عدو ٣٠ متر بداية متحركة	الوقوف على عرضة التوازن	الوثبة الرباعية	مرونة مفصل الحوض
١	الوثب العرض من الثبات					
٢	عدو ٣٠ متر بداية متحركة	٠.١٤٢				
٣	الوقوف على عرضة التوازن	٠.٢١٨	٠.١١٧			
٤	الوثبة الرباعية	٠.٣٦٩	٠.٣٠٨-	٠.١٠٤		
٦	مرونة مفصل الحوض	٠.١٤٤	٠.٠٨٦	٠.٠٥٣	٠.١٨٥	
-	مستوى الأداء المهاري	*٠.٩٥٤	*٠.٨٢١-	*٠.٧٦٤	*٠.٧٠٢	*٠.٦٥٤

\*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 0.273$

يوضح جدول (١٨) مصفوفة الارتباط البسيط بين بعض المتغيرات البدنية ومستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو من المستويات العليا عينة البحث حيث قد تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين (٠.٦٥٤ الى ٠.٩٥٤)

## جدول (١٩)

### تحليل الانحدار لأبعاد مقياس المتغيرات النفسية على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو

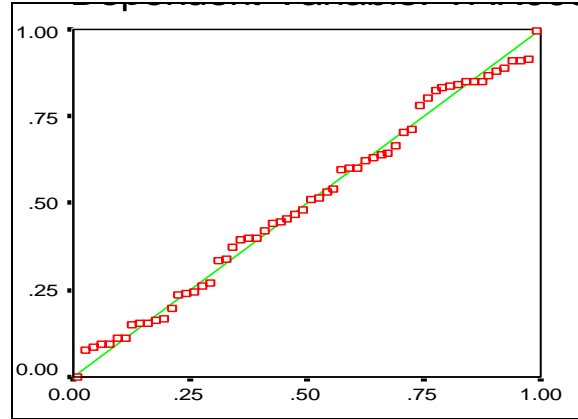
المؤشرات المساهمة	الخطأ المعياري	المقدار الثابت	قيمة ف	معاملات الانحدار	نسب المساهمة
مستوى تركيز الانتباه	٢.٦٥٤	١١.٨٩٦	٤٣.٦٨٨	٠.٤١٦	٥٢.٢٦
مستوى تركيز الانتباه + القلق	٣.٤٥٩	١٣.٠٦٧	٣٧.٥٤٩	٠.٣٧٨	٦٤.٤٤
مستوى تركيز الانتباه + القلق + دافعية الانجاز	٥.٢٧١	١٧.١٦٣	٣١.٤٦٢	٠.٣٧١	٧٤.٦٤

يوضح جدول (١٩) نتائج تحليل الانحدار لأبعاد مقياس المتغيرات النفسية على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو حيث قد تراوحت معاملات الانحدار ما بين (٠.٤١٦ : ٠.٢٥٩) مما يشير الى أن الجزء الثابت من المتغيرات حقق قيمة موجبة أكبر من الصفر بالإضافة الى ان معامل الانحدار له قيمة موجبة وتتراوح ما بين (الصفر والواحد الصحيح). وكذلك نسب المساهمة المتغيرات النفسية في مستوى الاداء المهاري للاعبين التايكوندو من المستويات العليا عينة البحث حيث قد تراوحت نسب المساهمة ما بين (٥٢.٢٦%) لمتغير واحد (٧٤.٦٤%) للمتغيرات مجتمعة. وقد توصل الباحثان من خلال المعالجة الإحصائية الى:

$Y = \text{المتغير التابع} = A = \text{المقدار الثابت} ; B = \text{معامل الانحدار} ; X = \text{المتغير المستقل}$

$$Y = a + B_1x_1 + B_2x_2 + B_3x_3$$

مستوى الاداء المهاري بدلالة المتغيرات النفسية لدى لاعبي التايكوندو =  $(٠.٣٧١) \times$  تركيز الانتباه +  $(٠.٢٥٩ \times \text{القلق}) + (٠.٢١٦ \times \text{دافعية الانجاز})$



شكل (١)

نقاط انتشار نتائج عينة البحث حول الخط المستقيم لأبعاد مقياس المتغيرات النفسية على مستوى الاداء المهاري لدى لاعبي التايكوندو من المستويات العليا

## جدول (٢٠)

### تحليل الانحدار للاختبارات البدنية على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو

المؤشرات المساهمة	الخطأ المعياري الثابت	المقدار	قيمة ف	معاملات الانحدار	نسب المساهمة
الوثب العريض من الثبات	٠.٧٥٣	٣.٢١٣	١١٩.٣٨٧	٠.٤٢٥	٥٥.٤٠
الوثب العريض من الثبات + عدو ٣٠ متر بداية متحركة	٠.٦٧٢	٤.٣٤٦	١٧٥.٩٤٣	٠.٤٢١	٧٧.٢٠
الوثب العريض من الثبات + عدو ٣٠ متر بداية متحركة + الوقوف على عرضة التوازن	٠.٨٥٦	٥.٥١٧	٢١١.٣٨٥	٠.٤١١	٨٦.٤٠
الوثب العريض من الثبات + عدو ٣٠ متر بداية متحركة + الوقوف على عرضة التوازن + الوثبة الرباعية	٠.٨٣٢	٧.١٥٥	١٧٨.٤٢٢	٠.٣٩٨	٩٢.١٠
الوثب العريض من الثبات + عدو ٣٠ متر بداية متحركة + الوقوف على عرضة التوازن + الوثبة الرباعية + مرونة مفصل الحوض	٠.٩٢٢	٨.٢٧٨	١٩٨.٨٩٦	٠.٣٩٦	٩٥.٤٠

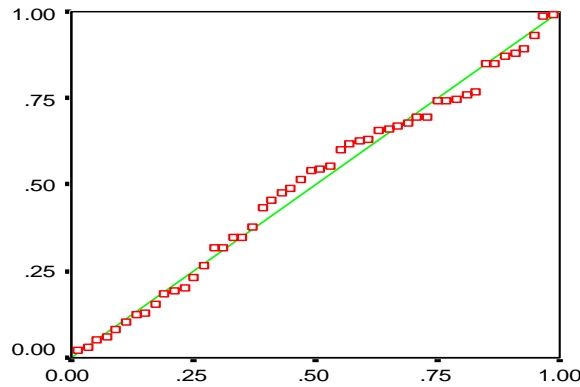
يوضح جدول (٢٠) نتائج تحليل الانحدار للاختبارات البدنية للمتغيرات للياقة البدنية الخاصة على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو أنه قد تراوحت معاملات الانحدار ما بين (٠.٤٢٥) : (٠.١٠٨) مما يشير الى أن الجزء الثابت من المتغيرات البدنية حقق قيمة موجبة أكبر من الصفر بالإضافة الى ان معامل الانحدار له قيمة موجبة وتتراوح ما بين (الصفر والواحد الصحيح). وكذلك نسب المساهمة المتغيرات البدنية في مستوى الاداء المهاري للاعبين التايكوندو من المستويات العليا عينة البحث حيث قد تراوحت نسب المساهمة ما بين (٥٥.٤٠%) لمتغير واحد (٩٥.٤٠%) للمتغيرات مجتمعة. وقد توصل الباحثان من خلال المعالجة الإحصائية الى:

معادلة التنبؤ بدرجة المتغير التابع (مستوى الأداء المهاري) بمعلومية درجات المتغيرات المستقلة (المتغيرات البدنية) قيد البحث بالصورة التالية:

$$Y = A + Bx_1 + B_2x_2 + B_3x_3 + B_4x_4 + B_5x_5$$

$$Y = 0.108 + 0.396x_1 + 0.278x_2 + 0.293x_3 + 0.258x_4 + 0.108x_5$$

مستوى الاداء المهاري بدلالة المتغيرات البدنية لدى لاعبي التايكوندو = (٠.٣٩٦ × الوثب العريض من الثبات) + (٠.٢٩٣ × عدو ٣٠ متر بداية متحركة) + (٠.٢٥٨ × الوقوف على عرضة التوازن) + (٠.٢١١ × الوثبة الرباعية) + (٠.١٠٨ × مرونة مفصل الحوض)



شكل (٢)

نقاط انتشار نتائج عينة البحث حول الخط المستقيم للمتغيرات البدنية على مستوى الاداء المهاري لدى لاعبي التايكوندو من المستويات العليا

عرض ومناقشة النتائج:

مناقشة نتائج الفرض الأول: يوجد مؤشر ايجابي لمستوي بعض المتغيرات النفسية المختارة للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.

### بالرجوع إلى نتائج جدول (١٣).

يتضح ما يلي: اظهرت استجابات افراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوي العالي عينة البحث انخفاض مستوي تأثير القلق الرياضي المرتبط بالمنافسة لدى لاعبي المستويات العليا.

حيث أظهرت استجابات العينة أن المتوسط الحسابي المرجح تراوح ما بين (١.١٢٠ : ٢.٠٤٠) للاستجاباتهم في بعد القلق الرياضي من وجهة نظر لاعبي التايكوندو ذوي المستوي العالي عينة البحث وان العبارة رقم (٦) وهي يمنعي (شعوري بالتوتر قبل المنافسة) من إجادة اللعب في المنافسة قد حصلت على اعلى اهمية نسبية وقدرها (٦٨.٠٠٠٪) بينما حصلت العبارة رقم (٤) وهي أخشى ارتكاب أخطاء خلال المنافسة على اقل اهمية نسبية وقدرها (٣٧.٣٣٣٪) في البعد الاول الخاص بمستوى القلق الرياضي، كما قد أشارت النتائج إلى أن القلق الرياضي أحد المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو حيث حصل اللاعبين مرتفعي الأداء على مستوى قلق رياضي يقع في درجة (نادراً) أي مستوى منخفض حيث حصل على متوسط مرجح (١.٤٥) ومتوسط مئوي مرجح (٤٨.٣٪) بناءً على التدرج الثلاثي للوزن المرجح.

وتعزو الباحثة من العرض السابق أن مستوي القلق مناسب إذا تناسب حجم القلق مع الخطر المتوقع حدوثه مما لا يؤثر على مستوي لاعب التايكوندو (المستوي العالي) على أهمية العامل النفسي ودوره في تحديد مستوي أداء اللاعبين وفي هذا الصدد تشير دراسة الوسيمي (٢٠٠٠) التي أكدت نتائجها بأن هناك ارتباط دال إحصائياً بين دافعية الإنجاز وقلق المنافسة الرياضية وهناك دراسات أكدت نتائجها على ذلك مثل ودراسة أبو زيد (٢٠٠١) التي أكدت نتائجها تميز لاعبي الأنشطة الفردية عن لاعبي الأنشطة الجامعية في قلق المنافسة ومن العوامل التي تؤثر على مستوي القلق بالنسبة للرياضي هو اللياقة البدنية العالية وهناك دراسات أكدت أن هناك علاقة بين السمات النفسية واللياقة البدنية حيث ارتباط اللياقة البدنية العالية بتحسين مستوي القلق مثل دراسة (Matsumoto, et al 2001).

وتشير دراسة أحمد (٢٠٠٣) الى أهمية دراسة السمات الدافعية وعلاقتها بقلق المنافسة حيث أشارت النتائج الى وجود فروق بين أفراد العينة من حيث الفئات الوزنية ، وترجع دراسة زينة وجاد (٢٠١٠) قلق المنافسة الرياضية إلى اهتمام اللاعبين الزائد بالمنافسة والخوف من الفشل وما يصاحبه من انفعالات غير سارة سواء كان ذلك ناتج عن قلق اللاعبين وخوفهم من عدم تحقيق الفوز نتيجة عدم ثقتهم بأنفسهم وإمكاناتهم أو لأن إعدادهم البدني والمهاروي الخططي لم يكن على المستوى المطلوب وهو الأمر الذي يسهم في ارتفاع مستوى محاولة تجنبهم للفشل.

ويتفق ذلك مع ما ذكره علاوي (٢٠٠٢، ص ٢٥) من أن دافع تجنب الفشل يكون واضحاً لدى اللاعب كلما ارتفع خوف وقلق اللاعب من احتمال توقع الفشل أي كلما اعتقد بقلة فرصته في احتمال الفوز.

وبناءً عليه فإن القلق الرياضي كمتغير نفسي له أهمية في الأداء الرياضي التنافسي للاعبين التايكوندو ذوي المستوى العالي ومن ثم فإنه من الضروري مراعاة أن يتسم اللاعب بسمة التحكم في القلق والتوتر الذي يسبق المنافسة، لذا يرى الباحثان مما تقدم انخفاض مستوى القلق لدى لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث.

#### بالرجوع إلى نتائج جدول (١٤).

**يتضح ما يلي:** اظهرت استجابات افراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث ارتفاع مستوى دافعية الانجاز المرتبط بالتدريب والمنافسة لدى لاعبي المستويات العليا.

حيث اظهرت استجابات العينة أن المتوسط الحسابي المرجح تراوح ما بين (١.١٢٠: ٢.٠٤٠) للاستجاباتهم في بعد دافعية الانجاز من وجهة نظر لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث وان العبارة رقم (١٠) وهي أنا دائم التفكير بما يمكن أن يحدث في المنافسة قد حصلت على اعلی اهمية نسبية وقدرها (٩٥.٣٣٣٪) بينما حصلت العبارة رقم (٦) وهي ارتكابي لخطأ في الأداء يؤثر على أعصابي طوال فترة المنافسة على اقل اهمية نسبية وقدرها (٤٣.٣٣٣٪) في البعد الثاني الخاص بمستوى الدافعية للإنجاز، كما قد أشارت النتائج إلى أن الدافعية للإنجاز أحد المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو حيث حصل اللاعبين مرتفعي الأداء على مستوى دافعية للإنجاز تقع في درجة (دائماً) أي مستوى مرتفع حيث حصل على متوسط مرجح (٢.٤٧٠) ومتوسط مئوي مرجح (٨٢.٣٣٣٪) بناءً على التدرج الثلاثي للوزن المرجح.

ومن خلال ما تقدم تتفق بعض الدراسات التي أكدت على أن دافعية الإنجاز أحد المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء اللاعبين منها دراسة (عبدة، ٢٠٠٨؛ عباس، ٢٠١٤).

كما ترجع دراسة زينة وجاد (٢٠١٠، ص ٣١) ارتفاع مستويات هذه دافعية الانجاز إلى أن المصارعين يجب عليهم التحرك على البساط بسرعة واستخدام بعض الحركات أو المهارات الحركية المتقنة للسيطرة على المنافس وبذلك لا بد من أن يمتلكوا الحافز الذي يدفعهم للأمام لتحقيق الفوز والتفوق وأن يكونوا مستعدين لتحقيق الصعاب وأن يكونوا الأفضل دائماً، كما أن ارتفاع سمة الحافز لدى اللاعبين يؤدي إلى زيادة قدرتهم على التحكم في انفعالاتهم ويكون لديهم قدراً كبيراً من الاستقرار الانفعالي وبالتالي لا ينتابهم القلق ولا تسهل استثارته كما يكونوا أكثر قدرة على تحقيق أهدافهم وبالتالي يتمتعون بالصلابة.



كما أشارت نتائج دراسة **خضر (٢٠٠٦)** إلى أهمية دراسة بعض المتغيرات النفسية وتوصلت إلى ضرورة تحسين سمه الفلق كحالة، وسمه الثقة بالنفس حيث تساهم في تحسن مستوى الأداء للطالبات في رياضة الجودو.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه **علاوي (١٩٩٨، ص ١٧)** من أن الحافز هو رغبة الرياضي في تحقيق المكسب وتحقيق النجاح وكذلك مدى طموحه لإنجاز الواجبات الصعبة وأن يسعى لان يكون رياضيا ممتازا.

وبناءً عليه فإن دافعية الانجاز كمتغير نفسي له أهمية في تطوير الأداء الرياضي سواء خلال فترة التدريب أو فترة المنافسات للاعب التايكوندو ذوي المستوى العالي ومن ثم فإنه من الضروري مراعاة أن يتسم اللاعب بمستوى عالي من الدافعية للإنجاز في خلال الفترة التي تسبق المنافسة وكذلك خلال فترة المنافسة، لذا يرى الباحثان مما تقدم ارتفاع مستوى الدافعية للإنجاز لدى لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث.

#### بالرجوع إلى نتائج جدول (١٥)

**يتضح ما يلي:** اظهرت استجابات افراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث ارتفاع مستوى تركيز الانتباه المرتبط بالتدريب والمنافسة لدى لاعبي المستويات العليا.

حيث اظهرت استجابات العينة أن المتوسط الحسابي المرجح تراوح ما بين (١.١٢٠: ٢.٠٤٠) للاستجاباتهم في بعد دافعية الانجاز من وجهة نظر لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث وان العبارة رقم (١٠) وهي شعوري بالتوتر قبل المنافسة لا يؤثر على تركيزي في كل ما يحدث داخل الملعب قد حصلت على اعلى اهمية نسبية وقدرها (٩٢.٦٦٧٪) بينما حصلت العبارة رقم (٨) وهي يمكنني عزل تفكيري عن أي أفكار دخيلة أثناء المنافسة على اقل اهمية نسبية وقدرها (٦٣.٣٣٣٪) في البعد الثالث الخاص بمستوى تركيز الانتباه. كما قد أشارت النتائج إلى أن تركيز الانتباه أحد المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو حيث حصل اللاعبين مرتفعي الأداء على مستوى تركيز للانتباه يقع في درجة (دائماً) أي مستوى مرتفع حيث حصل على متوسط مرجح (٢.٤٢٠) ومتوسط مئوي مرجح (٨٠.٦٦٧٪) بناءً على التدرج الثلاثي للوزن المرجح.

ومن العرض السابق يعزو الباحثان هذه النتائج إلى أن تركيز الانتباه أحد المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو (المستوى العالي) حيث تضيق الانتباه أو تثبيته نحو مثير معين واستمرار الانتباه على هذا المثير (المنافسة) لفترة من الزمن يؤثر على مستوى أداء لاعب التايكوندو (المستوى العالي). كما أن ممارسة النشاط الرياضي تحتاج إلى

المتطلبات النفسية بجانب المتطلبات البدنية وبالأخص للاعبين ذو المستوى العالي ومدى أهمية تركيز الانتباه في الاستجابة الصحيحة للمواقف المتغيرة لتحقيق النجاح أثناء المنافسة الرياضية هو خير دليل على أهمية العامل النفسي وأكدت الدراسات على ذلك كدراسة كل من دراسة (Gould, 1991 ؛ زهران، ٢٠٠٨ ؛ Ghorbanzadeh, Bayar, 2013).

وتشير دراسة حكمت وآخرون (٢٠٠٥) الى أهمية دراسة خصائص الانتباه ومستوى أداء لاعبي السباحة والكرة الطائرة، ودراسة أحمد (٢٠٠٣) أنه أشارت أهم النتائج الى عدم وجود فروق داله بين لاعبي الكاراتيه وفقاً لفئات الأوزان في الخصائص والارتباط الدال بين المتغيرات الدافعية والانتباه.

وبناءً عليه فإن تركيز الانتباه كمتغير نفسي له أهمية في تطوير الأداء الرياضي سواء خلال فترة التدريب أو فترة المنافسات للاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي ومن ثم فإنه من الضروري مراعاة أن يتسم اللاعب بمستوى عالي من بتركيز الانتباه في خلال الفترة التي تسبق المنافسة وكذلك خلال فترة المنافسة، لذا يرى الباحثان مما تقدم ارتفاع مستوى تركيز الانتباه لدى لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث.

ومن خلال ما تقدم من نتائج بجدول (١٣)، (١٤)، (١٥) حول المتغيرات النفسية بالمقياس النفسي قيد البحث توصل الباحثان الى تمتع أفراد عينة البحث بقدرات نفسية ايجابية في المتغيرات النفسية قيد البحث، وفي هذا الصدد يشير راتب (٢٠٠٤، ص ٣٣٨، ٣٣٩) إلى أن حدوث القلق وضعف التركيز وعدم التأكد من الهدف وكذلك فإن الرياضيين الذين فقدوا الثقة بالنفس يكون تركيزهم نحو نقاط الضعف مما يصرف انتباههم عن الأشياء الضرورية للأداء الجيد. وإضافة إلى هذا فإن الرياضيين الذين يفقدون هذه الصفة قد يراودهم الشعور بعدم الكفاية حتى مع استمرار الممارسة لذا يرى الباحثان ان لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي لديهم القدرة على المواجهة النفسية لبعض المتغيرات النفسية (القلق الرياضي - دافعية الانجاز - تركيز الانتباه) مما يوضح وجود مؤشر ايجابي لمستوي بعض المتغيرات النفسية المختارة للاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث، وبذلك يكون الباحثان قد توصلوا الى التحقق من صحة الفرض الأول.

مناقشة نتائج الفرض الثاني: يوجد مؤشر ايجابي لتقييم مستوى الأداء المهاري للاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.

بالرجوع إلى نتائج جدول (١٦).

**يتضح ما يلي:** اظهرت نتائج افراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث الى وجود مستوى أداء مهاري مناسب بالنسبة لدرجة كل مهارة باستمارة تقييم مستوى الأداء المهاري لدى لاعبي المستويات العليا.

حيث أظهرت نتائج تقييم مستوى الأداء المهاري أن المتوسط الحسابي لدرجة المهارات الثلاثة تراوح ما بين (٧.٠٠: ٧.٢٠) خلال تقييم المحكمين للأداء المهاري للاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث ان مهارة نارا تشاجي قد حصلت على اعلى نسبة وقدرها (٧٣.٠٠٪) بينما حصلت مهارة نى تشاجي على اقل نسبة وقدرها (٧.٠٠٪) في نتائج تقييم مستوى الأداء المهاري

ومن خلال ما تقدم يتضح وجود مستوى مهاري عالي للاعبي التايكوندو عينة البحث ويذكر **زهران (٢٠٠٤، ص ١٩٨)** أن عملية إتقان اللاعب للأداء الفني لنوع النشاط الذي يؤديه كإجادة لاعب التايكوندو وأدائه الممتاز في تنفيذ الركلات يساعد بلا شك على التقدم في مستواه الفني للعبة، كما يرفع من مدي وزيادة فرصة الأداء الأمثل في المباريات المختلفة ويعتبر مؤشر جيد يساعده علي إتقان الأداء الخططي، حيث أنه من خلال مباريات التايكوندو تحدث مواقف عديدة بين كلا اللاعبين، تحتم علي اللاعب استخدام مهارات معينه لتحقيق أكبر فائدة والفوز في المباراة.

ويشير **حماد (٢٠٠١، ص ٥)** من يتطلب الوصول للمستويات الرياضية العالية استخدام الأسلوب العلمي لتخطيط وتوجيه عملية التدريب الرياضي، كما خطي التدريب الرياضي خطوات واسعة في طريق العلم، وتوسع في استخدام العلوم المرتبطة التي تؤثر في عملياته فاستخدمها في تطوير ذاته وفي ذات الوقت تم تدعيم الكثير من مبادئه واستحدثت الكثير من قواعده وكان نتيجة ذلك التطور غير المسبوق في نتائج رياضات المستويات العليا.

وفي هذا الصدد تفق دراسة كل من **صالح (٢٠١١)؛ شومان (٢٠٠٩)؛ الغرباوي (٢٠٠٧)** على أهمية مستوى الأداء الفني المهاري للاعبي رياضة التايكوندو في تحديد مستوى اللاعبين خلال المنافسة، كما يرى **محمود (٢٠٠٠، ص ٢٦٧)** أنه يوجد ارتباط وثيق بين الأداء الفني (التكنيك) والأداء الخططي (التاكتيك)، فكلما كان الأداء الفني متنوعاً كلما استطاع اللاعب أن يستخدم وسائل تاكتيكية مختلفة، وإن الأداء الخططي (التاكتيك) هو القدرة على استخدام هذا السلاح وفقاً لمجريات المنافسة.

وبناءً عليه فإن تقييم الأداء المهاري كمتغير يظهر مستوى الأداء المهاري لعينة البحث الأمر الذي يوضح مستوى اللاعبين مهارياً، لذا يرى الباحثان مما تقدم ارتفاع مستوى الأداء المهاري لدي لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث، وبذلك يكون الباحثان قد تحققا من الفرض الثاني.

مناقشة نتائج الفرض الثالث: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مؤشرات بعض المتغيرات النفسية ومستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.

بالرجوع إلى نتائج جدول (١٧).

يتضح ما يلي: اظهرت نتائج افراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوي العالي عينة البحث الى وجود ارتباط بين المتغيرات النفسية ومستوي الأداء المهاري لدى لاعبي المستويات العليا عينة البحث.

حيث اظهرت النتائج أن مصفوفة الارتباط البسيط بين ابعاد مقياس المتغيرات النفسية على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو قد تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين ( -٠.٦٠٣ الى ٠.٤٤٠) مما يشير الى وجود ارتباط دال إحصائي عكسي سالب بين مستوى الأداء المهاري كمتغير تابع وبين بعد القلق الرياضي، ووجود ارتباط طردي موجب بين مستوى الأداء المهاري وبعد دافعية الإنجاز وتركيز الانتباه بمقياس المتغيرات النفسية قيد البحث.

وفي هذا تشير دراسة علي (٢٠١٦) إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الثقة بالنفس كسمة أو كحالة وأبعاد الأداء الرياضي للاعبين كرة القدم من الفرق الجامعية عينة البحث، ودراسة محمود (٢٠١٥) أن المتوسط العام للمتغيرات النفسية كان مرتفعاً ولجميع مجالات الدراسة، وأن مستوى الإنجاز أعطى مؤشر عالٍ على توزيع البيانات طبيعياً ولجميع الفعاليات، وكذلك اظهرت النتائج وجود علاقة بين مستوى المتغيرات النفسية ومستوى الإنجاز في جميع متغيرات الدراسة.

لذا فإن الإنجاز في المسابقات الرياضية يعتبر من أفضل العوامل التي توضح ثقة الفرد بنفسه ويرى علاوي (٢٠٠٢، ص١٤٢) أن دافعية الإنجاز هي استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتيان في ضوء مستوى أو معيار معين من مستويات أو معايير التفوق والامتيان عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتيان في مواقف المنافسة الرياضية.

يشير أولبورت إلى أن هناك سمات عديدة مرتبطة بصورة إيجابية ببعضها الآخر، فإذا عرفنا أن فرداً ما قد حصل على قدر عالٍ أو منخفض في سمة عندئذ يمكننا أن نتوقع أن يحصل على نفس القدر في سمة أخرى، هذا بالإضافة إلى أن هناك سمات أخرى مرتبطة بصورة عكسية، أي أن درجة عالية في سمة معينة تنبئ بدرجة منخفضة في سمة أخرى. (منصور وآخرون، ٢٠٠٣، ص٣٦٠)

مما يشير الى تأثير المتغيرات النفسية المختارة (القلق الرياضي - دافعية الإنجاز - مستوى تركيز الانتباه) على مستوى الأداء المهاري لعينة البحث من لاعبي التايكوندو من المستويات العليا، وبذلك يكون الباحثان قد تحققا من الفرض الثالث.

مناقشة نتائج الفرض الرابع: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مؤشرات بعض المتغيرات البدنية ومستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.

#### بالرجوع إلى نتائج جدول (١٨).

**يتضح ما يلي:** اظهرت نتائج افراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوي العالي عينة البحث الى وجود ارتباط بين بعض المتغيرات البدنية ومستوي الأداء المهاري لدى لاعبي المستويات العليا عينة البحث.

حيث اظهرت النتائج أن مصفوفة الارتباط البسيط بين المتغيرات البدنية على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو قد تراوحت قيم معامل الارتباط المحسوبة ما بين (٠.٦٥٤ الى ٠.٩٥٤) وقيمة (ر) الجدولية (٠.٢٧٣) مما يشير الى وجود ارتباط دال إحصائي طردي موجب بين مستوى الأداء كمتغير تابع وبين الاختبارات البدنية قيد البحث في أربع معاملات ارتباط وهي (الوثب العرض من الثبات - الوقوف على عرضة التوازن - الوثبة الرباعية - مرونة مفصل الحوض) وارتباط عكسي سالب في حالة واحدة وهي عدو ٣٠ متر بداية متحركة مما يشير الى أنه كلما قل زمن العدو خلال المسافة زادت سرعة اللاعب وبالتالي تأثير في مستوى الأداء المهاري كمؤشر على السرعة الحركية عند أداء المهارة .

وتتفق تلك النتائج مع الدراسات التي تمت في مجال رياضة التايكوندو وكذلك رياضات المنازلات عمة حيث أشارت دراسة كل من **حافظ وأحمد ومصطفي (٢٠١٥)؛ على (٢٠١٤)؛ صالح (٢٠٠٩)؛ شومان (٢٠٠٩)؛ الغريايوي (٢٠٠٧)** على ان عناصر اللياقة البدنية الخاصة لها تأثير إيجابي على تطور المستوى المهاري وأن الأداء المهاري في رياضة التايكوندو يتميز بالقوة المميزة بالسرعة في الأداء المهاري للاعبين في التدريب والمنافسة

مما يشير الى تأثير المتغيرات البدنية الخاصة قيد البحث (القوة المميزة بالسرعة - السرعة الحركية - التوازن - الرشاقة - المرونة) من خلال اختباراتهما على مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو عينة البحث من المستويات العليا، وبذلك يكون الباحثان قد تحققا من الفرض الرابع.

مناقشة نتائج الفرض الخامس: تتباين نسب مساهمة مؤشرات بعض المتغيرات النفسية قيد البحث في مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.

#### بالرجوع إلى نتائج جدول (١٩).

**يتضح ما يلي:** اظهرت نتائج تحليل المتغيرات النفسية لأفراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث اختلاف نسب مساهمة المتغيرات النفسية على مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث.

حيث أظهرت النتائج أن معامل التحديد في ثلاث حالات يشير الى ان الحالة الاولى قد حددت مستوى تركيز الانتباه كأكبر وافضل متغير مساهم على مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو بنسبة مساهمة لتفسير قدرها (٥٢.٢٦%) بينما حققت الخطوة الثانية لبعدي مستوى تركيز الانتباه والقلق مجتمعين نسبة مساهمة لتفسير قدرها (٦٤.٤٤%) من التباين الكلي وبذلك حقق بعد القلق نسبة مساهمة لتفسير قدرها (١٢.١٨%) كما توضح الحالة او الخطو الثالثة للأبعاد الثلاثة وهم مستوى تركيز الانتباه والقلق ودافعية الانجاز مجتمعين نسبة مساهمة لتفسير قدرها (٧٤.٦٤%) من التباين الكلي وبذلك حقق بعد دافعية الانجاز مساهمة لتفسير قدرها (١٠.٢٠%) مما يوضح نسب مساهم المتغيرات النفسية في مستوى الأداء المهاري قيد البحث.

ومن خلال النتائج فانه قد أشارت الدراسات العلمية الى مساهمة المتغيرات النفسية في ارتفاع المستوى الرياضي عامة ومستوى تركيز الانتباه خاصة حيث سرعة الأداء المهاري لرياضة التايكوندو وفي هذا الصدد يشير **الزغبى والخياط (٢٠١١، ص ١٢٥)** أنه يعد الانتباه من السمات النفسية الهامة للأداء الناجح للمهارات الرياضية، فالأداء العالي للمهارات لا يصل له الرياضي إلا عندما يوجه كامل انتباهه إلى عملية أدائه للمهارات دون الانتباه لشيء آخر، حيث يلعب الانتباه دوراً هاماً وكبيراً في السلوك الحركي للإنسان، وفي انفعالاته المختلفة، لذلك فان تشتت الانتباه له تأثير سلبي على الأداء، فعندما يوجه الرياضي انتباهه إلى المهارات، ويكون في حالة نفسية انفعالية إيجابية سيتمكن من أداء أفضل المستويات التي تسمح به قدراته البدنية، حيث يرى الباحثان أن تركيز الانتباه يلعب دوراً مهماً في الوصول إلى المستويات العليا في الأداء الحركي لرياضة التايكوندو لما له من تأثير على المسار الحركي عند أداء اللاعب مهارة معينة وبالتالي يذكر **شلس (٢٠١١، ص ١٨٣)** أن عدم وجوده يؤدي إلى عدم الدقة والإتقان فضلاً عن عدم الوضوح للجوانب الفنية لأجزاء هذه المهارة أو الأداء الحركي.

حيث تشير **Perandini, et al (2012)** الى أهمية الجانب النفسي في التدريب الرياضي للاعبين التايكوندو حيث قاموا بالتحقق مما إذا كان تصنيف المجهود المحسوس نفسياً (RPE) يمكن استخدامه لتحديد أهداف التدريب.

وتشير دراسة **حافظ وآخرون (٢٠١٥)** أن رياضة التايكوندو من رياضات المنازل التي تطلب قدرات بدنية ومهارية وخطية واعداد نفسي عالي لتؤهل اللاعبين للوصول إلى المستويات العالية حيث تطورت رياضة التايكوندو تطوراً سريعاً وأصبحت الحاجة إلى تطوير الجانب الفني

بالإضافة إلى ارتفاع مستوى اللياقة البدنية والمستوي الخططي أمراً جوهرياً حتى يستطيع اللاعب التصرف الجيد في مواقف اللعب المختلفة، ودراسة رفعت (٢٠١٠) إلى أهمية دراسة نسبة مساهمة بعض المهارات حيث أشار إلى إن أهم المهارات النفسية التي يحتاج إليها لاعب الكرة الطائرة عند الأداء المهارة هي القدرة على التصور الذهني، القدرة على مواجهة القلق، القدرة على تركيز الانتباه.

يُعد الجانب النفسي أهم المتطلبات الرئيسية المساهمة في رياضة التايكوندو كونه يؤهل اللاعب لأداء الجوانب البدنية والحركات المهارية والتركيبات الخططية الدفاعية والهجومية للمستويات العالية، وتتميز رياضة التايكوندو بأنها تعتمد على المتغيرات النفسية والعقلية للاعب بقدر اعتمادها على الجوانب البدنية والمهارية من خلال توافق الجهاز العصبي والعضلي للاعب على التكيف للمواقف المختلفة السريعة، وفي حالة تقارب النواحي البدنية والفنية بين اللاعبين غالباً ما يفوز العب المُعد نفسياً بطريقة أفضل. لذا يتضح من خلال النتائج نسب مساهمة مؤشرات المتغيرات النفسية قيد البحث في مستوى أداء لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث وكان أفضلها تركيز الانتباه وأقلها دافعية الإنجاز، وبذلك يكون الباحثان قد تحققا من الفرض الخامس.

مناقشة نتائج الفرض السادس: تتباين نسب مساهمة مؤشرات بعض المتغيرات البدنية قيد البحث في مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا عينة البحث.

#### بالرجوع إلى نتائج جدول (٢٠).

يتضح ما يلي: أظهرت نتائج تحليل المتغيرات البدنية لأفراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث إلى الاختلاف نسب مساهمة المتغيرات البدنية على مستوى الأداء المهاري.

حيث أظهرت النتائج أن معامل التحديد في خمس حالات يشير إلى أن الحالة الأولى قد حددت اختبار الوثب العريض كأكثر وأفضل متغير مساهم على مستوى الأداء لدى لاعبي التايكوندو بنسبة قدرها (٥٥.٤٠%) بينما حققت الخطوة الثانية لاختبار الوثب العريض من الثبات وعدو ٣٠ متر بداية متحركة مجتمعين نسبة تفسير قدرها (٧٧.٢٠%) من التباين الكلي وبذلك حقق اختبار عدو ٣٠ متر بداية متحركة نسبة مساهمة قدرها (٢١.٨٠%) كما توضح الحالة أو الخطو الثالثة للاختبارات الثلاثة وهم الوثب العريض من الثبات وعدو ٣٠ متر بداية متحركة والوقوف على عرضة التوازن ومجتمعين نسبة تفسير قدرها (٨٦.٤٠%) من التباين الكلي وبذلك حقق اختبار الوقوف على عرضة التوازن نسبة مساهمة قدرها (٩.٢٠%) كما توضح الحالة أو الخطو الرابعة للاختبارات الأربعة وهم الوثب العريض من الثبات وعدو ٣٠ متر بداية متحركة والوقوف على عرضة التوازن والوثبة الرباعية مجتمعين نسبة تفسير قدرها (٩٢.١٠%) من التباين

الكلى وبذلك حقق اختبار الوثبة الرباعية نسبة مساهمة قدرها (٥.٧٠%) بينما توضح الحالة او الخطو الخامسة للاختبارات الخمسة وهم الوثب العريض من الثبات وعدو ٣٠ متر بداية متحركة والوقوف على عرضة التوازن والوثبة الرباعية ومرونة مفصل الحوض مجتمعين نسبة تفسير قدرها (٩٥.٤٠%) في درجات المتغير التابع وبذلك حقق اختبار مرونة مفصل الحوض نسبة مساهمة قدرها (٣.٣٠%). مما يوضح نسب مساهم المتغيرات البدنية في مستوى الأداء المهاري قيد البحث.

ومن خلال النتائج فانه قد أشارت الدراسات العلمية الى مساهمة المتغيرات البدنية في ارتفاع مستوى الأداء المهاري في رياضة التايكوندو وفي هذا الصدد يشير **حافظ وأحمد ومصطفى** (٢٠١٥)؛ **على** (٢٠١٤)؛ **صالح** (٢٠٠٩)؛ **شومان** (٢٠٠٩)؛ **الغرباوي** (٢٠٠٧) الى أهمية المتغيرات البدنية الخاصة برياضة التايكوندو في تطوير مستوى الأداء المهاري

ويشير **حماد** (٢٠٠١) أن اللاعب يحتاج للوصول للمستويات الرياضية العالية استخدام الأسلوب العلمي لتخطيط برنامج اللياقة البدنية التخصص المناسب لمستوى اللاعب. ويرى **زهران** (٢٠٠٣، ٢٠٠٤) ان مستوى أداء اللاعب مهاري خلال المواقف المتغيرة التنافسية في بطولات التايكوندو ولمواجهة متطلبات وظروف المباراة يحتاج الى مستويات البدنية لكي يكون لديه فرصة للفوز في المباريات.

يُعد تطوير اللياقة البدنية الخاصة من أهم المتغيرات المساهمة في تطوير الأداء المهاري لاعبي رياضة التايكوندو حيث أن الحالة البدنية تساهم في مقدرة اللاعب على الأداء المهاري خلال المنافسة دون انخفاض القدرة على الأداء كنتيجة لتتدي الحالة البدنية للاعب لذا يتضح من خلال النتائج نسب مساهمة المتغيرات البدنية كمؤشرات على مستوى الأداء المهاري للاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي عينة البحث وكان أفضلها القوة المميزة بالسرعة باختبار الوثب العريض من الثبات، وبذلك يكون الباحثان قد تحققوا من الفرض السادس.

مناقشة نتائج الفرض السابع: يمكن استخلاص معادلة لتنبؤ بمستوى الأداء المهاري للاعبي التايكوندو ذوي المستويات العليا بدلالة بعض المتغيرات النفسية قيد البحث.

**بالرجوع إلى نتائج جدول (١٩).**

**يتضح ما يلي:** أظهرت نتائج تحليل الانحدار للمتغيرات النفسية لأفراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوى العالي الى تحقيق الجزء الثابت في المتغيرات النفسية قيمة موجبة أكبر من الصفر بالإضافة الى ان معامل الانحدار له قيمة موجبة وتتراوح ما بين (الصفر والواحد الصحيح).



حيث أظهرت النتائج بعد توافر الشروط النظرية لإجراء معامل الانحدار من حيث منطقية الإشارات وقيمة معاملات الانحدار حيث حقق الجزء الثابت قيمة موجبة أكبر من الصفر وأن ملخص نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد للنماذج الثلاثة تشير الى وجود تأثير دال إحصائي للمتغيرات المستقلة كما يوضح الجدول معاملات معادلة الانحدار المتعدد والتي تتمثل في قيمة المعامل البائي B وقيمة (ف) ودلالاتها وكذلك قيمة المقدار الثابت، مما ساهم في امكانية صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين الباحثان والعاملين في مجال علم النفس ورياضة التايكوندو على التنبؤ بدرجة المتغير التابع (مستوى الأداء المهاري) بمعلومية درجات المتغير المستقل (المتغيرات النفسية) بالصورة التالية:

مستوى الاداء المهاري بدلالة المتغيرات النفسية لدى لاعبي التايكوندو =  $17.163 + (0.371 \times$   
تركيز الانتباه) +  $(0.259 \times$  القلق) +  $(0.216 \times$  دافعية الانجاز)

يلاحظ من شكل (1) ان انتشار نتائج أفراد العينة يقع معظمة على الخط المستقيم او بالقرب منه مما يدل على التوزيع الاعتدالي للبواقي المعيارية وذلك لانحدار المتغيرات الاساسية (ابعاد المتغيرات النفسية المختارة) قيد البحث على متغير المستوى الاداء المهاري لدى لاعبي التايكوندو من المستويات العليا.

لذا من خلال تلك النتائج يرى الباحث أن هذا يتفق مع ما أشارت إليه نتائج بعض الدراسات التي قامت على دراسة العلاقة بين المتغيرات النفسية على مستوى الأداء المهاري في المجال الرياضي او الإنجاز الرياضي، وفي هذا الصدد تشير دراسة أحمد (2003) الى عدم وجود فروق داله بين لاعبي الكاراتيه وفقاً لفئات الأوزان في الخصائص النفسية والارتباط الدال بين السمات الدافعية وكل من الثقة في النفس والقلق الجسمي، الارتباط الدال بين السمات الدافعية خاصة وخصائص الانتباه.

ويذكر **Krane, Williams,(1993)** أن التفوق والتقدم في نتائج ممارسة الأنشطة الرياضية هو نتاج التوافق بين الجانب النفسي والجانب المهاري والبدني؛ حيث أكدت كثير من الدراسات والمراجع العلمية على أن التفاعل بين القدرات النفسية ومستوي الأداء المهاري بشكل علمي ومنسجم يؤدي إلى تحقيق أفضل النتائج الرياضية سواء كان ذلك على الصعيد التنافسي أو التدريبي للاعبين.

وتشير نتائج دراسة **هاشم وعطية (2014)** إلى ضرورة التركيز على تركيز الانتباه، الإدراك الحس-حركي) أثناء التدريب وأهمية إجراء بحوث ودراسات أخرى تنبؤية بدلالات أخرى لمتغيرات لم يتطرق إليها الباحث في بحثه.

لذا يتضح من خلال النتائج ومعالجتها احصائيا للمتغيرات النفسية قيد البحث ومستوى الأداء المهاري للعينة فقد اتضح أن الارتباط الطردي الموجب **Positive Correlation**

للمتغيرات قيد البحث أشار الى أنه إذا تغير أحد المتغيرين (النفسي - مستوى الأداء المهاري) فإن الآخر يتبعه في نفس الاتجاه ، وان نسب مساهمة المتغيرات النفسية في مستوى الأداء لعينة البحث قد توزعت توزيعاً طبيعياً مما ساهم في شكل انتشار النتائج ووقوعها قريبة من الخط المستقيم مما ساهم في توصل الباحثان الى المعادلة التنبؤية لمستوى أداء لاعبي التايكوندو ذوى المستوى العالي عينة البحث بدلالة المتغيرات النفسية قيد البحث ، وبذلك يكون الباحثان قد تحققا من الفرض السابع.

مناقشة نتائج الفرض الثامن: يمكن استخلاص معادلة لتنبؤ بمستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو ذوي المستويات العليا بدلالة بعض المتغيرات البدنية قيد البحث.

### بالرجوع إلى النتائج جدول (٢٠).

يتضح ما يلي: أظهرت نتائج تحليل الانحدار للمتغيرات البدنية لأفراد عينة البحث من لاعبي التايكوندو ذوي المستوي العالي الى تحقيق الجزء الثابت في المتغيرات البدنية قيمة موجبة أكبر من الصفر.

حيث أظهرت النتائج بعد توافر الشروط النظرية لإجراء معامل الانحدار من حيث منطقية الاشارات وقيمة معاملات الانحدار حيث حقق الجزء الثابت قيمة موجبة أكبر من الصفر وأن ملخص نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد للنماذج الثلاثة تشير نتائج تحليل تباين الانحدار المتعدد للنماذج الخمسة وجود تأثير دال إحصائي للمتغيرات المستقلة كما يوضح الجدول معاملات معادلة الانحدار المتعدد والتي تتمثل في قيمة المعامل البائي B وقيمة (ف) ودلالاتها وكذلك قيمة المقدار الثابت مما ساهم في امكان الباحثان لصياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين الباحثان والعاملين في رياضة التايكوندو والاعداد البني على التنبؤ بدرجة المتغير التابع (مستوى الأداء المهاري) بمعلومية درجات المتغيرات المستقلة (المتغيرات البدنية) قيد البحث بالصورة التالية:

مستوى الاداء المهاري بدلالة المتغيرات البدنية لدى لاعبي التايكوندو =  $8.278 + 0.396 \times$  الوثب العريض من الثبات) +  $0.293 \times$  عدو ٣٠ متر بداية متحركة) +  $0.258 \times$  الوقوف على عرضة التوازن) +  $0.211 \times$  الوثبة الرباعية) +  $0.108 \times$  مرونة مفصل الحوض).

كما يلاحظ من شكل (٢) ان انتشار نتائج أفراد العينة يقع معظمة على الخط المستقيم او بالقرب منه مما يدل على التوزيع الاعتدالي للبوقي المعيارية وذلك لانحدار المتغيرات البدنية قيد البحث على متغير المستوى المهاري لدى لاعبي التايكوندو من المستويات العليا عينة البحث.

ويرى الباحثان ان المعادلة سوف تعطى فرصة للربط بين الجانب التطبيقي لرياضة التايكوندو والجانب الأكاديمي حيث تعطى الفرصة للمدرب لتعرف على مستوى اللاعبين المهاري من خلال تلك المعادلة، كما أنه قد أشارت العديد من الدراسات العلمية الى التأثير الإيجابي لتطوير اللياقة البدنية الخاصة على مستوى الأداء المهاري للاعبين التايكوندو وذلك كدراسة كل من حافظ وأحمد ومصطفى (٢٠١٥)؛ علي (٢٠١٤)؛ صالح (٢٠٠٩)؛ شومان (٢٠٠٩)؛ الغريايوي (٢٠٠٧)، وكذلك مرجع زهران (٢٠٠٣، ٢٠٠٤) حيث أن رياضة التايكوندو تعتمد في أدائها على كفاءة الحالة البدنية والمواقف والمهارية المتغيرة وذلك لمواجهة متطلبات وظروف المباراة.

لذا يتضح من خلال النتائج ومعالجتها احصائيا للمتغيرات البدنية قيد البحث ومستوى الأداء المهاري للعينة فقد اتضح أن الارتباط الطردي الموجب للمتغيرات قيد البحث أشار الى أنه

إذا تغير أحد المتغيرين (البدني - مستوى الأداء المهاري) فإن الآخر يتبعه في نفس الاتجاه ، كما ان الارتباط العكسي لمتغير (السرعة - مستوى الأداء المهاري) يشير الى انه كلما قل زمن اللاعب في الأداء الى ارتفاع المستوى المهاري، وان نسب مساهمة المتغيرات البدنية في مستوى الأداء لعينة البحث قد توزعت توزيعاً طبيعياً مما ساهم في شكل انتشار النتائج ووقوعها قريبة من الخط المستقيم مما ساهم في توصل الباحثان الى المعادلة التنبؤية لمستوى أداء لاعبي التايكوندو ذوى المستوى العالي عينة البحث بدلالة المتغيرات البدنية قيد البحث، وبذلك يكون الباحثان قد تحققا من الفرض الثامن.

الاستخلاصات والتوصيات:

استخلاصات البحث:

قام الباحثان باستخراج النتائج وتفسيرها، وذلك للإجابة على تساؤلات الدراسة وتوصلا الى

الاستخلاصات التالية:

- صلاحية مقياس المتغيرات النفسية المختارة (القلق الرياضي - دافعية الإنجاز - تركيز

الانتباه) لتطبيق على لاعبي رياضة التايكوندو ذوى المستوى الرياضي العالي.

- صلاحية استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري للمهارات المختارة (بك تشاجي - نى تشاجي -

نارا تشاجي) لتطبيق على لاعبي رياضة التايكوندو ذوى المستوى الرياضي العالي.

- أتضح من استجابات لاعبي التايكوندو حول القلق الرياضي أن عدد (٢) عبارة قد جاءت

بمتوسطات مئوية مرجحة تقع في درجة (أحياناً) أي مستوى متوسط، في حين جاء عدد

(١١) عبارة بمتوسطات مئوية مرجحة تقع في درجة (نادراً) أي مستوى منخفض.

- أن القلق الرياضي أحد المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو

حيث حصل اللاعبون مرتفعي الأداء على مستوى قلق رياضي يقع في درجة (نادراً) أي

مستوى منخفض حيث حصل على متوسط مرجح (١.٤٥٠) ومتوسط مؤوي مرجح

(٤٨.٣٣٣٪).

- أتضح من استجابات لاعبي التايكوندو حول الدافعية للإنجاز ومدى مساهمتها في تحديد

مستوى أدائهم أن عدد (٩) عبارة قد جاءت بمتوسطات مئوية مرجحة تقع في درجة (دائماً)

أي مستوى مرتفع، في حين جاء عدد (٣) عبارة بمتوسطات مئوية مرجحة تقع في درجة

(أحياناً) أي مستوى متوسط، جاء عدد (١) عبارة بمتوسط مؤوي مرجح تقع في درجة (نادراً)

أي مستوى منخفض.

- أن الدافعية للإنجاز أحد المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو

حيث حصل اللاعبون مرتفعي الأداء على مستوى دافعية للإنجاز تقع في درجة (دائماً) أي

- مستوى مرتفع حيث حصل على متوسط مرجح (٢.٤٧٠) ومتوسط مأوى مرجح (٨٢.٣٣٣٪).
- أُنضح من استجابات لاعبي التايكوندو حول تركيز الانتباه ومدى مساهمتها في تحديد مستوى أدائهم أن عدد (٧) عبارة قد جاءت بمتوسطات مئوية مرجحة تقع في درجة (دائماً) أي مستوى مرتفع، في حين جاء عدد (٤) عبارة بمتوسطات مئوية مرجحة تقع في درجة (أحياناً) أي مستوى متوسط.
- حققت نتائج تقييم مستوى الاداء المهاري للاعب التايكوندو ذوي المستوي العالي عينة البحث في المهارات نسبة (٧١.٦٦٧٪) لإجمالي تقييم مهارات مستوى الاداء المهاري.
- أن تركيز الانتباه أحد المتغيرات النفسية المساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو حيث حصل اللاعبين مرتفعي الأداء على مستوى تركيز للانتباه يقع في درجة (دائماً) أي مستوى مرتفع حيث حصل على متوسط مرجح (٢.٤٢٠) ومتوسط مؤوي مرجح (٨٠.٦٦٧٪).
- وجود ارتباط دال إحصائي عكسي سالب بين مستوى الاداء المهاري كمتغير تابع وبين بعد القلق الرياضي بمقياس المتغيرات النفسية قيد البحث.
- وجود ارتباط طردي موجب بين مستوى الاداء المهاري وبعد دافعية الإنجاز وتركيز الانتباه بمقياس المتغيرات النفسية قيد البحث.
- أظهرت النتائج ترتيب المتغيرات النفسية كمؤشرات مساهمة في مستوى الاداء لدى لاعبي التايكوندو جاء مستوى تركيز الانتباه بنسبة مساهمة قدرها (٥٢.٢٦٪) بينما جاء مستوى تركيز الانتباه والقلق بنسبة مساهمة قدرها (٦٤.٤٤٪)، وحقق مستوي القلق الرياضي نسبة مساهمة قدرها (١٢.١٨٪)، وحقق مستوى تركيز الانتباه والقلق ودافعية الانجاز بنسبة مساهمة قدرها (٧٤.٦٤٪)، وحقق بعد دافعية الانجاز نسبة مساهمة قدرها (١٠.٢٠٪).
- معادلة المؤشر التنبؤي لمستوى الاداء المهاري بدلالة المتغيرات النفسية لدى لاعبي التايكوندو = ١٧.١٦٣ + (٠.٣٧١ × تركيز الانتباه) + (٠.٢٥٩ × القلق) + (٠.٢١٦ × دافعية الانجاز).
- وجود ارتباط دال إحصائي طردي موجب بين مستوى الاداء كمتغير تابع وبين الاختبارات البدنية قيد البحث في أربع معاملات ارتباط وهي (الوثب العرض من الثبات - الوقوف على عرضة التوازن - الوثبة الرباعية - مرونة مفصل الحوض)
- وجود ارتباط دال إحصائي عكسي سالب بين مستوى الاداء المهاري كمتغير تابع وبين عدو ٣٠ متر بداية متحركة.

- أظهرت النتائج ترتيب المتغيرات البدنية كمؤشرات مساهمة في مستوى الأداء المهاري للاعبى التايكوندو جاء الوثب العريض من الثبات (القوة المميزة بالسرعة) كأكبر متغير مساهم بنسبة قدرها (٥٥.٤٠%) بينما عدو ٣٠ متر بداية متحركة (السرعة الحركية) نسبة مساهمة قدرها (٢١.٨٠%)، والوقوف على عرضة التوازن (التوازن) نسبة مساهمة قدرها (٩.٢٠%)، وحقق اختبار الوثبة الرباعية (الرشاقة) نسبة مساهمة قدرها (٥.٧٠%)، وحقق اختبار مرونة مفصل الحوض (مرونة) نسبة مساهمة قدرها (٣.٣٠%).

- معادلة المؤشر التنبؤي لمستوى الاداء المهاري بدلالة المتغيرات البدنية لدى لاعبي التايكوندو = ٨.٢٧٨ + (٠.٣٩٦ × الوثب العريض من الثبات) + (٠.٢٩٣ × عدو ٣٠ متر بداية متحركة) + (٠.٢٥٨ × الوقوف على عرضة التوازن) + (٠.٢١١ × الوثبة الرباعية) + (٠.١٠٨ × مرونة مفصل الحوض).

توصيات البحث:

نظرا لما يتميز به هذا البحث من طبيعة وفى حدود ما أمكن التوصل إليه من استنتاجات يمكن التوصية بما يلي:

- ضرورة الاستفادة من نتائج المؤشرات المساهمة للمتغيرات النفسية المختارة قيد البحث للمساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو (المستوى العالي) للبحث على لاعبي المستويات العليا في رياضة التايكوندو.

- ضرورة الاستفادة من نتائج المؤشرات المساهمة للمتغيرات البدنية قيد البحث للمساهمة في تحديد مستوى أداء لاعبي التايكوندو (المستوى العالي) للبحث على لاعبي المستويات العليا في رياضة التايكوندو.

- ضرورة استخدام العاملين في مجال تدريب رياضة التايكوندو لمعادلة التنبؤ بمستوى الأداء المهاري للاعبى رياضة التايكوندو ذوي المستوى الرياضي العالي بدلالة المتغيرات (النفسية - البدنية).

- ضرورة استخدام استمارة تقييم مستوى الأداء المهاري للمهارات المختارة (بك تشاجي - نى تشاجي - نارا تشاجي) لتقييم مستوى أداء لاعبي رياضة التايكوندو ذوي المستوى الرياضي العالي.

- ضرورة استخدام مقياس المتغيرات النفسية المختارة (القلق الرياضي - دافعية الإنجاز - تركيز الانتباه) لتقييم مستوى المتغيرات النفسية للاعبى رياضة التايكوندو ذوي المستوى الرياضي العالي.

- ضرورة تطبيق مقياس المتغيرات النفسية المختارة بشكل دوري على لاعبي الأنشطة الفردية وخاصة التايكوندو في جميع المراحل السنية للتعرف على خصائص هذه المتغيرات وتأثيرها على اللاعبين واللاعبات والتعرف على جوانب القصور في ابعاد هذه الحالة وتطويرها.
- الاهتمام بضرورة تواجد الأخصائي النفسي الرياضي في الجهاز الفني للفريق لما له من الأهمية الكبيرة على الصحة النفسية للاعبين ومن تطوير المهارات النفسية.
- الاستفادة من المتغيرات النفسية المختارة خلال الاعداد النفسي للاعب التايكوندو.
- الاستفادة من الدراسة الحالية في المجال التطبيقي للتعرف على مستويات المتغيرات النفسية لدى الرياضيين في المجال التنافسي.

#### قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أبو زيد، إبراهيم خلاف. (٢٠٠٠). قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز لدى ممارسي بعض الأنشطة الفردية والجماعية (دراسة مقارنة). بحث منشور. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة حلوان. ٣٤٤، ص ٤٣:٢٩.
- ٢- أحمد، وليد محمد سيد. (٢٠٠٣). السمات الدافعية وعلاقتها بقلق المنافسة وخصائص الانتباه ومستوى أداء لاعبي الكاراتيه. رسالة دكتوراة غير منشورة. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة الزقازيق.
- ٣- حافظ، سامي محب وأحمد، هاني عبد الدايم ومصطفى، حسام الدين إبراهيم. (٢٠١٥). تأثير بعض التدريبات الخاصة على فاعلية الأداء الفني للركلة الأمامية الدائرية في مستوى الوجه (أولجل دوليو تشاجي) للاعب التايكوندو. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة. ٢٥ع. جامعة المنصورة - كلية التربية الرياضية، ص ١٢٩-١٤٩.
- ٤- حكمت، أسماء وحسين، وفاء وعبد الجبار، رياض. (٢٠٠٥). حدة الانتباه وعلاقته بالاستجابة الحركية في لعبتي السباحة والكرة الطائرة. بحث منشور. مجلة التربية الرياضية. الأكاديمية الرياضية. العراق. ١٤ (٢).

- ٥- حماد، مفتي ابراهيم. (٢٠٠١). التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة (ط٢). القاهرة: دار الفكر العربي.
- ٦- خضر، فايزة أحمد محمد. (٢٠٠٦). تأثير برنامج نفسي وحركي على بعض المتغيرات النفسية والفسولوجية ومستوى الاداء المهاري للطلبات في رياضة الجودو. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة. جامعة المنصورة - كلية التربية الرياضية. ع٧، ص٤٩٦-٥٤٠.
- ٧- راتب، أسامة كامل (٢٠٠٤). علم النفس الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ٨- راتب، أسامة كامل. (٢٠٠٤). تدريب المهارات النفسية "تطبيقات في المجال الرياضي" (ط٢). القاهرة: دار الفكر العربي.
- ٩- راتب، أسامة كامل. (٢٠١١). الإعداد النفسي لتدريب الناشئين: دليل المدربين وأولياء الأمور سلسلة المراجع في التربية وعلم النفس (ط٣). القاهرة: دار الفكر العربي.
- ١٠- رفعت، محمد محمد. (٢٠١٠). نسبة مساهمة بعض المهارات النفسية في لعبة الكرة الطائرة. المؤتمر العلمي الدولي الثالث عشر - التربية البدنية والرياضة - تحديات الألفية الثالثة، مج٣، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، ص٣٧٩-٤٠٤.
- ١١- الزبيدي، رحيم طو على. (٢٠١١). بعض السمات النفسية وعلاقتها بدقة التصرف الحركي للاعبين المبارزة الناشئين بسلاح الشيش. بحث منشورة. مجلة علوم التربية الرياضية. كلية التربية الرياضية. جامعة بابل. العراق.
- ١٢- الزغبى، صالح عبد الله والخياط، ماجد محمد. (٢٠١١). علم النفس الرياضي. عمان: دار الراجحة للنشر والتوزيع.



- ١٣- زهران، أحمد سعيد. (٢٠٠٣). التوجيه التنافسي وعلاقته بالعدوان لدى لاعبي التايكوندو (دراسة تحليلية مقارنة). بحث منشور. المجلة العلمية بكلية التربية الرياضية، جامعة طنطا. ص ٢٧٩.
- ١٤- زهران، أحمد سعيد. (٢٠٠٤). الطريق الأولمبي في رياضة التايكوندو. القاهرة: دار الكتب.
- ١٥- زهران، أحمد سعيد. (٢٠٠٤). القواعد العلمية والفنية لرياضة التايكوندو. القاهرة: دار الكتب.
- ١٦- زهران، أحمد سعيد. (٢٠٠٨). خصائص الطلاقة النفسية للاعبي المنتخب الكويتي للتايكوندو (دراسة تحليلية مقارنة). بحث منشور. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية. مصر. ٥٤ (أبريل). ص ٢٣٦.
- ١٧- زينة، أحمد محمد محمد وجاد، تامر محمد محمد. (٢٠١٠). السمات الدافعية ودافعية الانجاز لدى لاعبي الملاكمة والمصارعة: دراسة مقارنة. المؤتمر العلمي الدولي الثالث عشر - التربية البدنية والرياضة - تحديات الألفية الثالثة. مج ٣، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم. ص ١-٢٨.
- ١٨- الشافعي، أحمد فاروق. (٢٠٠٧). المحددات البيولوجية والسيكولوجية لانتقاء ناشئ الكاراتيه. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة بنها.
- ١٩- شلش، نجاح مهدي. (٢٠١١). التعلم والتطور الحركي للمهارات الرياضية. بغداد: الأيك للتصميم والطباعة.
- ٢٠- شمعون، محمد العربي. (٢٠٠١). التدريب العقلي في المجال الرياضي (ط٢). القاهرة: دار الفكر العربي.
- ٢١- شومان، حسام حسن أحمد. (٢٠٠٩). تأثير برنامج تدريبي مقترح للإعداد الخططي على مستوى الإنجاز للاعبي التايكوندو تحت ١٧ سنة. رسالة دكتوراه غير منشورة. كلية التربية الرياضية. جامعة بنها.

- ٢٢- صالح، محمود احمد عبد الدايم. (٢٠٠٩). تأثير برنامج (بدنى - مهاري) على تنميه بعض المكونات البدنية والاداء الفني للاعبى البومزا في رياضه التايكوندو. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الرياضية. جامعة المنصورة.
- ٢٣- عباس، عامر موسى. (٢٠١٤). السلوك الجازم وأثره في الاستجابة الانفعالية الثابتة والمتحركة لدى بعض لاعبي (الملاكمة، التايكوندو، الجودو). بحث منشور. مجلة علوم التربية الرياضية. كلية التربية الرياضية. جامعة بابل. ٧(١).
- ٢٤- عباس، لازم محمد وعباس، قاسم حمد. (٢٠١٢). علاقة القدرات البدنية الخاصة بالأداء المهاري وتعدد مراكز اللعب المختلفة لدى لاعبي كرة السلة. بحث منشور. القادسية لعلوم التربية. ١٢(١).
- ٢٥- عبده، مها علي. (٢٠٠٨). بناء مقياس المحددات النفسية لانتقاء اللاعب الدولي. بحث منشور، الرياضة (علوم وفنون). ٣١ (أكتوبر).
- ٢٦- علاوي، محمد حسن. (١٩٩٨). سيكولوجية الجماعات الرياضية. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- ٢٧- علاوي، محمد حسن. (١٩٩٨). موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- ٢٨- علاوي، محمد حسن. (٢٠٠٢). علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
- ٢٩- علاوي، محمد حسن. (٢٠٠٢). مدخل علم النفس الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- ٣٠- على، فهد مرزوق. (٢٠١٦). بعض المتغيرات النفسية وعلاقتها بمستوى الأداء الرياضي لدى طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية البنات للآداب والعلوم والتربية. جامعة عين شمس.
- ٣١- على، منى إبراهيم عبد الحميد. (٢٠١٤). تأثير استخدام المقطوعات التدريبية على تطوير بعض القدرات الحركية الخاصة ومستوى الأداء للجملة الحركية (كوريو) فى رياضة التايكوندو. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة الإسكندرية.
- ٣٢- عمرو، حسام حسين. (٢٠٠٩). الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى الأداء لدى لاعبي الجودو. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة بنها.
- ٣٣- الغرباوي، مروى محمد طلعت. (٢٠٠٧). برنامج تدريبي باستخدام بعض الأساليب المختلفة لتنمية القوة العضلية وتأثيره على فعالية أداة الركلة الخلفية المستقيمة للاعبى

- التايكوندو. رسالة دكتورات غير منشور. كلية التربية الرياضية. جامعة طنطا.
- ٣٤- محمود، مسعد علي.(٢٠٠٠).المبادئ الأساسية للمصارعة اليونانية الرومانية والحررة للهواة. المنصورة: دار الطباعة للنشر والتوزيع.
- ٣٥- محمود، معاذ عادل.(٢٠١٥). العلاقة بين بعض السمات النفسية ومستوى الإنجاز لدى عدائي المسافات القصيرة في الجامعات الأردنية. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الرياضية. جامعة اليرموك.الأردن.
- ٣٦- منصور، طلعت والشرقاوي، أنور وعز الدين، عادل وأبو عوف، فاروق.(٢٠٠٣). أسس علم النفس العام. القاهرة: مكتبة الأنجلو.
- ٣٧- هاشم، علي حسين وعطية، حيدر عباس.(٢٠١٤). التنبؤ بالتصرف الميداني بدلالة أهم المهارات النفسية والقدرات العقلية للاعبي خط الدفاع لأندية دوري النخبة بكرة القدم. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية. جامعة القادسية. كلية التربية الرياضية.١٤(٢). ص ١٥١-١٦٢.
- ٣٨- الوسيمي، عزة شوقي.(٢٠٠٠). دافعية الإنجاز وعلاقتها بقلق المباراة الرياضية لناشئ بعض الأنشطة الرياضية الجماعية. بحث منشور. مجلة كلية التربية. جامعة طنطا.٢٩ع.

- 39- **Ghorbanzadeh, B., & Bayar, P. (2013).** A Comparison of the Pre-Competition and Post-Competition Anxiety Levels of Taekwondo Athletes. *Life Science Journal*, 10(2).
- 40- **Gould, D., Eklund, R. C., & Jackson, S. A. (1991).** An in-depth examination of mental factors and preparation techniques associated with 1988 US Olympic team wrestling success. Grant report to USA Wrestling.
- 41- **Jannah, M., Mulyana, O.P., & Muthohir, T.C. (2015).** Psychological profiles of Indonesian elite swimmers. *Movement, Health & Exercise*, 4(2).
- 42- **Kimiecik, J.C. & Stein, G.L. (1992).** Examining flow experiences in sport contexts: conceptual issues and methodological concerns. *Journal of Applied Sport Psychology*, 4, 144-160.
- 43- **Matsumoto, d., takeuchi, m., ray, r., nakajima, t., uida, e., & wakayama, h. (2001).** The relationship between psychological characteristics. physical fitness. and physiology in judo athletes. *Research Journal of Budo*, 33(3), 1-11.
- 44- **Meroño, L., Calderón, A., & Hastie, P. (2015).** Effect of a Sport Education season on psychological variables in youth swimmers. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 35-46.
- 45- **Perandini, L. A., Siqueira-Pereira, T. A., Okuno, N. M., Soares-Caldeira, L. F., & Nakamura, F. Y. (2012).** Use of session RPE to training load quantification and training intensity distribution in taekwondo athletes. *Science & Sports*, 27(4), e25-e30.
- 46- **Williams J.M., & Krane, V. (1993).** Psychological characteristics of Performance. In J.M. Williams (ED), *Applied Sport Psychology: Personal Growth to peak Performance*, May field, Mountain View, CA. P137.

