



النفسية ودورها في تحقيق الإنجاز للاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت

د/ مبارك ناصر سلمان العازمي¹ - د/ بشاير حامد الحمادي²

1- دكتوراه الفلسفة في التربية البدنية، موجه فني تربية بدنية بوزارة التربية بدولة الكويت

2- موجهة فنية بمنطقة الأحمدية التعليمية بوزارة التربية بدولة الكويت

الملخص

هدف البحث: (معرفة السمات النفسية ودورها في تحقيق الإنجاز للاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت). مجتمع البحث (لاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت). عينة البحث وطريقة اختيارها (عدد 35 لاعب وثب طويل في الموسم الرياضي 2018م-2019م). المنهج العلمي (المنهج الوصفي - الأسلوب المسحي). أدوات القياس (استبيان السمات النفسية للاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت، وتم إجراء صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي على استمارة الاستبيان). المعالجات الإحصائية (تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والالتواء). نتائج البحث (أظهرت النتائج التفاوت في السمات النفسية للاعبين الوثب الطويل المتمثلة في (الثقة والتصميم، ضبط النفس، سمة العدوان، التماسك، إثبات الذات). الكلمات المفتاحية: السمات النفسية- الوثب الطويل.



ويهدف التدريب الرياضي أساساً إلى محاولة الوصول بالفرد إلى أعلى مستوى ممكن في نوع النشاط الرياضي المختار وتحقيق هذا الهدف يرتبط ارتباطاً وثيقاً بتربية شاملة ملتزمة أي تنمية وتطوير مختلف قدرات ومهارات وصفات وسمات ومعارف ومعلومات الفرد الرياضي بصورة تساهم في قدرته على تحقيق أعلى المستويات الرياضية. (8: 23-24)

وتُميز السمات شخصيات بعض الناس عن بعضهم فهي ليست صفات طارئة ولكنها تتوقف على المواقف الخاصة التي يتعرض لها الفرد بل هي صفات ثابتة نسبياً أي يبدو أثرها في عدد كبير من

المقدمة ومشكلة البحث

علم نفس الرياضة أصبح له نظرياته ومفاهيمه التي تساهم بدور فعال في الإجابة على العديد من التساؤلات المتعلقة بالمشكلات الرياضية مثل تحديد السمات الشخصية للرياضيين المتميزين، وأسس تطوير الطاقة النفسية وتعلم الطلاقة والتدريب عليها، وتحديد أبعاد الدافعية وكيفية تطويرها خلال مراحل العمر، وتحديد مفهوم الثقة للرياضي ومصادر الثقة، وما هي أساليب بنائها، والفروق المتميزة بين الجنسين في الثقة، وما هي أهداف الإنجاز ووجهة نظر الرياضي نحو مفهوم الفشل أو النجاح.

أما **سعد جلال، محمد حسن علاوي (1978)** فيقسمون سمات الشخصية الرياضية إلى مجموعات متعددة وهي كالآتي: (6: 43)

1. مجموعة السمات البدنية.
2. مجموعة السمات العقلية.
3. مجموعة السمات الخلقية.

وبالرجوع الى تصنيف **أبو العلا احمد واحمد عمر روبي (1995م)** للسمات للشخصية الرياضية، نجد أن الشخصية وحدة متكاملة متداخلة الوظائف، فالسمات الانفعالية الوجدانية تؤثر في السمات العقلية المعرفية والعكس صحيح، وكذلك فان الأداء في المجال الرياضي يعتمد على هذين النوعين من السمات من حيث ارتباط السمات العقلية المعرفية بالأداء الأقصى ويقصد به أفضل أداء يمكن أن يقوم به الرياضي، بينما ترتبط السمات الانفعالية الوجدانية بالأداء المميز، وهو ما يؤديه الرياضي بالفعل وطريقة أدائه، أي انه يظهر دوافع الرياضي وميوله والعوامل النفسية الكامنة وراء الأداء بأسلوب أو طريقة معينة.

ويشير **طارق بدر الدين (2005م)** بأن الممارسة الرياضية تتطلب توافر مجموعة من المهارات النفسية الأساسية التي تؤهل الرياضي وتساعد على التوافق النفسي وفي التغلب على الضغوط النفسية التي تواجهه من خلال مواقف التدريب أو المنافسات الرياضية، لذلك إتجهت بعض الدراسات الحديثة إلي محاولة تحديد هذه المهارات النفسية التي يعلمها الرياضي ويتدرب عليها وتوظيفها بهدف التفوق خلال الممارسة الرياضية. (9: 30)

المواقف المختلفة، وعلى هذا فمعرفة سمة معينة لشخص تُعين على التنبؤ بسلوكه الى حد كبير. وبالنظر لما تلعبه السمات النفسية من أثر بالغ في التأثير على شخصية الرياضي وبالتالي على نتائج الانجازات التي يحصل عليها لذا صار مجال دراسة السمات النفسية للرياضي من المجالات الهامة (5: 105)

ويعتمد بعض الباحثين المهتمين بدراسة السمات النفسية في المجال الرياضي على أن التفوق في رياضة معينة مرهون إلى حد كبير بمدى ملائمة السمات النفسية للفرد بطبيعة المتطلبات والخصائص النفسية المميزة لنوع الرياضة (11: 107) (16: 37)

ويمكن تعريف السمة بانها استعداد دينامي أو ميل، ثابت نسبياً الى نوع معين من السلوك أي يبدو أثره في عدد كبير من المواقف المختلفة، فالسيطرة استعداد او ميل الى الظهور أو التسلط في أكثر المواقف التي تعرض المسيطر، والمثابرة استعداد للاستمرار في العمل على الرغم من صعوبته وجفافه في مواقف كثيرة يختلف فيها نوع العمل. (13: 97)

فهناك اختلاف كبير بين العلماء في تحديد عدد السمات التي تتكون منها الشخصية الرياضية أو السمات التي ترتبط بالنشاط الرياضي، وفي هذا الإطار يقسم **أبو العلا احمد، واحمد عمر روبي (1995م)** السمات إلى نوعين رئيسيين هما: (64: 1 - 65)

السمات العقلية المعرفية.

السمات الانفعالية الوجدانية.

مشكلة البحث:

لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد ويتميز بها عن غيره من أنواع الأنشطة الراضية سواء كانت جماعية أو فردية، وذلك من حيث طبيعة ومكونات النشاط الرياضي الممارس وما ينبغي أن يتميز به اللاعب من سمات نفسية معينة.

وتعد السمات النفسية من المواضيع التي اهتم بها علماء النفس لأنها تتناول الفرد في كل جوانبه النفسية ومفرداته البدنية والعقلية والاجتماعية وما يتعلق به من أنشطة متنوعة تؤثر عليه من تفاعله مع محيطه، فالسمات تبنى على أساس وراثي لكنها تهذب وتصفل من خلال مزاوله النشاط الرياضي داخل البيئة وخارجها في كافة مراحل تكوين الشخصية، أو أن يتعلمها عن طريق المحاولة والخطأ أو عن طريق التقليد (67:15) (40:10)

والارتقاء بالمستوى الرياضي يتطلب إعداد متواصل للرياضيين ولسنوات عديدة، وينطلق هذا الإعداد من السمات الشخصية لدى الرياضيين وكيفية توظيفها وتعزيزها لخدمة الرياضي والحركة الرياضية، ونظراً لتمييز مسابقة الوثب الطويل وإزدياد الفجوة بين الأرقام القياسية العالمية، نظراً لأنها من مسابقات الميدان والمضمار التي تأثرت بهذا التطور على المستوى العالمي والأولمبي، فقد إستشعر الباحثان ضرورة التعرف على السمات النفسية للاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت.

تساؤل البحث:

ما هو مقياس السمات النفسية ودورها في تحقيق الإنجاز للاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت؟

إن لممارسي الأنشطة الرياضية بشكل عام سمات نفسية معينة تميزهم عن غيرهم من غير الرياضيين، كما وأن لرياضي المستويات العالية سماتهم الخاصة التي تميزهم عن دونهم في المستوي، ولذلك يجب اعتماد كل ذلك عند استخدام أساليب الإلتقاء والتقويم لإختيار اللاعبين سواء المبتدئين أو الناشئين أو الدوليين. (2:32)

وتعد ألعاب القوى أحد أنواع الألعاب الرياضية التي لها ما يميزها عن الألعاب الأخرى وتجعلها لعبة واسعة الإلتشار من حيث قربها من متطلبات الحياة اليومية (مشي، جري، قفز، وثب) وبعدها عن الإحتكاك، إضافة إلي أنها أصبحت مجالاً هاماً وتطبيقاً لعلوم التدريب الرياضي المختلفة كالفسولوجيا وعلم التدريب، والميكانيكا وغيرها. (14:66)

وتعد مسابقة الوثب الطويل من المسابقات التي تحتوى على أربعة مراحل فنية أساسية هامة (الإقتراب - الإرتقاء- الطيران- مرحلة الهبوط) و تمثل تحد بين اللاعب وذاته لتحقيق مستوى رقمي أعلى، ويتفوق فيها دائماً من كانت حالته الذهنية والنفسية والفنية والبدنية أفضل من الآخرين، وكل من تلك المراحل تحتاج الى توافر سمة نفسية بعينها لتمكن اللاعب من تحقيق الإنجاز في مسابقة الوثب الطويل نظراً لتأثر تلك المسابقة بالتطور الهائل في مجال التدريب على المستوى الإقليمي والعالمي، والأولمبي.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف علي:

السمات النفسية ودورها في تحقيق الإنجاز للاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت.

مصطلحات البحث:

السمة: "هي أي جانب يمكن تمييزه، ويكون ذو دوام نسبي، وعلى أساسه يختلف الفرد عن غيره، ويرى أن السمات لا تلاحظ، ولكن الذي يلاحظ هو السلوك، ومن ملاحظته يستدل على السمات، ويطلق جلفورد على السلوك الذي يلاحظ ويشير إلى وجود السمة اسم مؤثر السمة" (104:6)

وعرفها **حسين رشوان (2006م)** "إنها نظام نفسي عصبي مركزي يختص بالفرد، ويعمل على جعل المتغيرات المتعددة متساوية وظهفياً، ويعمل على إصدار أشكال متساوية من السلوك والتكيف والتعبير وتوجيهها. (71:5)

الدراسات السابقة العربية والاجنبية:

الدراسات السابقة باللغة العربية:

1-دراسة **هاني محمود أبو بكر (2018م)** (17) بعنوان " بروفيل نفسى لإنقاء لاعبي المستويات العالية فى رياضة الرجبي"، أظهرت النتائج وجود فرق بين لاعبي الرجبي المهاجمين والمدافعين فى خصائص البروفيل النفسى.

2-دراسة **سهيلة حمزة (2016م)** (7) بعنوان "محددات التحضير النفسى الرياضى لدى لاعبي كرة القدم دراسة ميدانية لبعض فرق الجهوي الثانى لولاية برج بوعريريج"، وكانت أهم نتائج الدراسة أن التحضير النفسى قصير المدى له علاقة فى الحصول على نتائج رياضية سواء كانت سلبية أو إيجابية لأنه عامل مهم من عوامل الفوز

أو الخسارة وأن الإعداد النفسى قصير المدى يرتبط إرتباط مباشر كلياً بالتحضيرات البدنية والتقنية والتكتيكية.

3-دراسة **فهد مرزوق علي راشد (2016م)** (12) بعنوان "بعض المتغيرات النفسية وعلاقتها بمستوى الأداء الرياضى لدى طلاب الجامعة"، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الثقة بالنفس كسمة أو حكالة وأبعاد الأداء الرياضى للاعبى كرة القدم من الفرق الجامعية عينة البحث، وجود علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية وأبعاد الأداء الرياضى للاعبى كرة القدم من الفرق الجامعية عينة البحث.

4-دراسة **راند عبد الأمير عباس، ميثم صالح كريم (2013م)** (3) بعنوان " السمات الشخصية لدى الرياضيين وغير الرياضيين"، وكانت أهم الإستنتاجات، لا يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين فى سمة (العصبية والعدوانية والقابلية للاستثارة والهدوء والسيطرة)، يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين ولصالح الرياضيين فى سمة الاجتماعية، يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين ولصالح غير الرياضيين فى سمة الإكتئاب والكف.

5-دراسة **رحيم حلو علي الزبيدي (2011م)** (4) بعنوان "بعض السمات النفسية وعلاقتها بدقة التصرف الحركى للاعبى المبارزة الناشئين بسلاح الشيش"، وكانت أهم الإستنتاجات وجود

أدوات ووسائل جمع البيانات:

في ضوء هدف الدراسة وتساؤلاته استخدم الباحثان الاستبانة لجمع البيانات والمعلومات وقد قاما بتطبيق المقياس والذي يتكون من (23) عبارة موزعة على خمسة مجالات وهي "سمة الثقة والتصميم، ضبط النفس، العدوان، تماسك الفريق، وإثبات الذات" مستخدمان سلم الاستجابة الخماسي بطريقة (ليكرت) على النحو الآتي:

أوافق بشدة (5) درجات، أوافق (4) درجات، محايد (3) درجات، ولا أوافق (2) درجة، لا أوافق بشدة (1) درجة، والملحق رقم (1) يوضح ذلك مع ملاحظة عكس الدرجات السابقة في حالة العبارات السلبية على النحو التالي:

أوافق بشدة (1) درجة، أوافق (2) درجة، محايد (3) درجات، لا أوافق (4) درجات، لا أوافق بشدة (5) درجات.

صدق وثبات الأداة:

للتأكد من ذلك استخدم الباحثان صدق المحتوى من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين، إضافة إلى صدق الاتساق الداخلي، حيث أظهر معامل الارتباط الداخلي بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس على الاتساق الداخلي للمقياس.

أما بخصوص ثبات الاستبيان، فقد تم حسابه بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه (test – retest) على عينة قوامها (5) لاعبين وهي عينة التقنين، حيث تم استبعادهم من عينة الدراسة بفارق زمني مدته أسبوعان بين التطبيقين الأول والثاني، والجدول (2) يوضح ذلك.

علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين (سمة الثقة بالنفس، والدافعية، والذكاء) ودقة التصرف الحركي للاعبين المبارزة الناشئين بسلاح الشيش، وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين (سمة القلق) ودقة التصرف الحركي للاعبين المبارزة الناشئين.

الدراسات السابقة باللغة الأجنبية:

6-دراسة إيفان رابيلو وآخرون Ivan S. Rabelo, (2014م) (18) بعنوان "تحليل السمات الشخصية للاعبين الرجبي وكرة القدم، والتي توصلت إلي إختلاف السمات الشخصية لدي لاعبي الرجبي عن لاعبي كرة القدم، كما توجد خمسة مستويات معيارية تميز السمات الشخصية للاعبين الرجبي وكرة القدم، كما أظهرت النتائج الحاجة إلي دراسات مقارنة علي عينات أخرى وفقاً لمستويات معيارية محددة.

إجراءات البحث:**منهج البحث:**

استخدم الباحثان المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي نظراً لملائمة لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث:

تكون مجتمع البحث من لاعبي الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت، وعددهم (40) لاعباً.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الحالية من وعددهم (35) لاعباً، أي نسبة (87.5%) من مجتمع الدراسة الكلي، تم اختيارهم بالطريقة العمدية، ويبين جدول (1) تفاصيل مجتمع البحث.

جدول (1)

تفاصيل مجتمع البحث

| النسبة المئوية | | المجتمع |
|----------------|----|--------------------|
| %100 | 40 | مجتمع الأصل |
| %87.5 | 35 | العينة الأساسية |
| %12,5 | 5 | العينة الاستطلاعية |

جدول (2)

ثبات الأداة

| معامل الثبات | السمة |
|--------------|----------------|
| 0.870 | الثقة والتصميم |
| 0.885 | ضبط النفس |
| 0.811 | سمة العدوان |
| 0.817 | التماسك |
| 0.813 | إثبات الذات |
| 0.893 | الدرجة الكلية |

للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

- المتوسطات الحسابية، والنسب المئوية.
- اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) واختبار شيفيه (Scheffe Test) للمقارنات المتوسطات في حالة الدلالة الإحصائية.
- اختبار (ت) لمجموعتين مستقلتين (Independent t – test).

يتضح من جدول (2) أن معامل الثبات كان مرتفعاً، وتراوح ما بين (0.813 – 0.885) ووصل الثبات الكلي إلى 0.893 وجميعها تعبر عن معامل ثبات عال يمكن الاعتماد عليه لتحقيق أهداف الدراسة.

المعالجات الإحصائية:

من أجل الإجابة عن تساؤل الدراسة، استخدم الباحث برنامج الحزم الإحصائية

تم استخدام تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لتوضيح الفروق في السمات النفسية للاعبين، وتبين ذلك نتائج جدول (5).

يتضح من جدول (5) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في مستوى السمات النفسية للاعبين الوثب الطويل.

ومن خلال عرض النتائج في الجدولين (4)، (5) والذي يبين الأوساط الحسابية والانحرافات لمتغيرات البحث لاختبارات السمات النفسية للاعبين الوثب الطويل وكانت كالآتي:-

يتضح ترتيب نتائج السمات النفسية للاعبين والمؤثرة في تحقيق الإنجاز لهم وذلك لعينة البحث مرتبة كالتالي: مجال الثقة والتصميم المرتبة الأولى بالنسبة المئوية (77.20%) وهذه النسبة تشير إلى أن درجة السمة في هذا المجال كانت كبيرة بينما جاء في المرتبة الثانية مجال التماسك بدلالة النسبة المئوية والتي بلغت (73.28%) وتشير هذه النسبة المئوية إلى أن السمة على هذا المجال كانت بدرجة كبيرة، في حين جاءت في المرتبة الثالثة مجال إثبات الذات حيث بلغت النسبة المئوية (68.40%) وتشير هذه النسبة إلى أن درجة السمة على هذا المجال كانت متوسطة، وقد جاء في الترتيب الرابع مجال ضبط النفس حيث بلغت النسبة المئوية (67.16%) وتشير هذه النسبة إلى أن درجة السمة على هذا المجال كانت متوسطة، وجاء في الترتيب الخامس والأخير مجال العدوانية بنسبة مئوية بلغت (45.15%) وتشير هذه النسبة إلى أن هذه السمة جاءت بدرجة منخفضة، وبهذا يكون أعلى مجال هو سمة الثقة والتصميم وأقل سمة هي سمة العدوان.

عرض النتائج ومناقشتها

عرض النتائج:

أولاً: النتائج المتعلقة بتساؤل البحث:

- ما هو مقياس السمات النفسية ودورها في تحقيق الإنجاز للاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت؟

للإجابة عن التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لكل مجال وللدرجة الكلية ونتائج جدول (3) تبين ذلك.

يتضح من جدول (3) إن درجة السمات النفسية عند لاعبي الوثب الطويل كانت متوسطة وذلك بدلالة عينة البحث النسبة المئوية (71.86%)، وكانت مرتبة كالتالي الأول: مجال الثقة والتصميم المرتبة الأولى بالنسبة المئوية (77.20%) وهذه النسبة تشير إلى أن درجة السمة في هذا المجال كانت كبيرة بينما جاء في المرتبة الثانية مجال التماسك بدلالة النسبة المئوية والتي بلغت (73.28%) وتشير هذه النسبة المئوية إلى أن السمة على هذا المجال كانت بدرجة كبيرة، في حين جاءت في المرتبة الثالثة مجال إثبات الذات حيث بلغت النسبة المئوية (68.40%) وتشير هذه النسبة إلى أن درجة السمة على هذا المجال كانت متوسطة، وقد جاء في الترتيب الرابع مجال ضبط النفس حيث بلغت النسبة المئوية (67.16%) وتشير هذه النسبة إلى أن درجة السمة على هذا المجال كانت متوسطة، وجاء في الترتيب الخامس والأخير مجال العدوانية بنسبة مئوية بلغت (45.15%) وتشير هذه النسبة إلى أن هذه السمة جاءت بدرجة منخفضة، وبهذا يكون أعلى مجال هو سمة الثقة والتصميم وأقل سمة هي سمة العدوان.

تم استخدام المتوسطات الحسابية للسمات النفسية للاعبين ونتائج جدول (4) تبين ذلك.

جدول (3)
المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لدرجة السمات النفسية للاعبين
الوثب الطويل (ن = 35)

| ترتيب المجال | درجة السمات النفسية | النسبة المئوية (%) | متوسط الاستجابة | مجالات السمات النفسية |
|--------------|---------------------|--------------------|-----------------|-----------------------|
| الأول | كبيرة | 77.20 | 3.89 | الثقة والتصميم |
| الرابع | متوسطة | 67.16 | 3.45 | ضبط النفس |
| الخامس | متوسطة | 45.15 | 3.38 | سمة العدوان |
| الثاني | كبيرة | 73.28 | 3.85 | التماسك |
| الثالث | متوسطة | 68.40 | 3.70 | إثبات الذات |
| | متوسطة | 71.86 | 3.65 | الدرجة الكلية |

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

جدول (4)
المتوسطات الحسابية للسمات النفسية للاعبين الوثب الطويل

| الدرجة الكلية | إثبات الذات | التماسك | سمة العدوان | ضبط النفس | الثقة والتصميم | المجال اللعبة |
|---------------|-------------|---------|-------------|-----------|----------------|---------------------|
| 3.49 | 3.62 | 4.28 | 3.84 | 3.98 | 3.88 | مسابقة الوثب الطويل |

جدول (5)

نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في السمات النفسية للاعبين

| الدلالة | (ف) | متوسط الانحراف | مجموع مربعات الانحراف | درجات الحرية | مصدر التباين | المجالات |
|---------|------|----------------|-----------------------|--------------|----------------|----------------|
| *0.001 | 2.62 | 1.57 | 4.71 | 5 | بين المجموعات | الثقة والتصميم |
| | | 0.27 | 37.41 | 105 | داخل المجموعات | |
| | | | 42.13 | 110 | المجموع | |
| *0.005 | 4.47 | 2.04 | 6.13 | 5 | بين المجموعات | ضبط النفس |
| | | 0.45 | 60.73 | 105 | داخل المجموعات | |
| | | | 66.86 | 110 | المجموع | |
| *0.008 | 4.14 | 1.74 | 5.22 | 5 | بين المجموعات | سمة العدوان |
| | | 0.42 | 56.31 | 105 | داخل المجموعات | |
| | | | 61.54 | 110 | المجموع | |
| 0.001 | 6.26 | 2.66 | 7.98 | 5 | بين المجموعات | التماسك |
| | | 0.42 | 56.95 | 105 | داخل المجموعات | |
| | | | 64.93 | 110 | المجموع | |
| 0.06 | 2.48 | 1.30 | 3.89 | 5 | بين المجموعات | إثبات الذات |
| | | 0.52 | 70.20 | 105 | داخل المجموعات | |
| | | | 74.10 | 110 | المجموع | |
| *0.0001 | 7.99 | 1.4 | 4.21 | 5 | بين المجموعات | الدرجة الكلية |
| | | 0.17 | 23.38 | 105 | داخل المجموعات | |
| | | | 27.60 | 110 | المجموع | |

* دال إحصائياً عند مستوى $(\alpha = 0.05)$.

بين الضغوط النفسية وأبعاد الأداء الرياضي للاعبى كرة القدم من الفرق الجامعية عينة البحث، ودراسة راند عبد الأمير عباس، ميثم صالح كريم (2013م) (3)، وكانت أهم الاستنتاجات، لا يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين في سمة (العصبية والعوانية والقابلية للاستثارة والهدوء والسيطرة)، يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين ولصالح الرياضيين في سمة (الاجتماعية، يوجد فرق بين الرياضيين وغير الرياضيين ولصالح غير الرياضيين في سمة الإكتئاب والكف، ودراسة رحيم حلو علي الزبيدي (2011م) (4)، وكانت أهم الاستنتاجات وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين (سمة الثقة بالنفس، والدافعية، والذكاء) ودقة التصرف الحركي للاعبى المبارزة الناشئين بسلاح الشيش، وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين (سمة القلق) ودقة التصرف الحركي للاعبى المبارزة الناشئين، دراسة إيفان رابيلو وآخرون، Ivan S. Rabelo, (2014م) (18) والتي توصلت إلي اختلاف السمات الشخصية لدي لاعبي الرجبي عن لاعبي كرة القدم، كما توجد خمسة مستويات معيارية تميز السمات الشخصية للاعبى الرجبي وكرة القدم، كما أظهرت النتائج الحاجة إلي دراسات مقارنة علي عينات أخري وفقاً لمستويات معيارية محددة.

الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات:

من خلال عرض الإطار النظري والدراسات السابقة وعرض ومناقشة

ويرى الباحثان إن الجانب النفسي يعد إحدى المتطلبات الرئيسية للاعبى الوثب الطويل كونه يؤهل اللاعب لأداء الجوانب البدنية والحركية والمهارية فالثقة بالنفس وضبط الذات هو حجر الأساس في بناء الشخصية لما له من أهمية خاصة في فهم ديناميكية الشخص وتوافقه النفسي، إذ كلما تمتع الرياضي بثقة عالية بالنفس استطاع أن يضع لنفسه أهدافاً تتناسب مع قدراته، لذا فإن امتلاك الرياضي الثقة بالنفس وضبط الذات والتماسك يشعره بقيمة ذاته وأنه أكثر فاعلية في تصحيح أخطائه وينهج اتجاهها" يعكس فكرة الفرد عن نفسه وخبرته الشخصية و يعد ذا قيمة كبيرة في الصراع من أجل الإنجاز والتفوق.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من هاني محمود أبو بكر (2018م) (17) والتي أظهرت النتائج وجود فرق بين لاعبي الرجبي المهاجمين والمدافعين في خصائص البروفيل النفسي، ودراسة سهيلة حمزة (2016م) (7)، وكانت أهم نتائج الدراسة أن التحضير النفسي قصير المدى له علاقة في الحصول علي نتائج رياضية سواء كانت سلبية أو إيجابية لأنه عامل مهم من عوامل الفوز أو الخسارة وأن الإعداد النفسي قصير المدى يرتبط ارتباط مباشر كلياً بالتحضيرات البدنية والتقنية والتكتيكية، دراسة فهد مرزوق علي راشد (2016م) (12)، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الثقة بالنفس كسمة أو حكاية وأبعاد الأداء الرياضي للاعبى كرة القدم من الفرق الجامعية عينة البحث، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية

البروفيل النفسي للناشئ الرياضي (دراسة عاملية)، مجلة بحوث التربية الشاملة، جامعة الزقازيق.

4. **رائد عبد الأمير عباس، ميثم صالح كريم (2013م):** السمات الشخصية لدى الرياضيين وغير الرياضيين، مجلة كلية التربية الأساسية، جامعة بابل، ع10، العراق.

5. **رحيم حلو علي الزبيدي (2011م):** بعض السمات النفسية وعلاقتها بدقة التصرف الحركي للاعبين المبارزة الناشئين بسلاح الشيش، مجلة علوم التربية الرياضية، ع4، مج4.

6. **زكي محمد محمد حسن (2006م):** التفوق الرياضي (المفهوم- الجوانب الأساسية- الرعاية)، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع.

7. **سعد جلال ومحمد حسن علاوي (1978م):** علم النفس التربوي الرياضي، ط1، القاهرة، دار المعرفة.

8. **سهيلة حمزة (2016م):** محددات التحضير النفسي الرياضي لدى لاعبي كرة القدم دراسة ميدانية لبعض فرق الجهوي الثاني لولاية برج بوعريريج، رسالة ماجستير، معهد علوم وتقنيات النشاطات البنّية والرياضة، جامعة محمد بوضياف، الجزائر.

9. **صدقي نور الدين محمد (2004م):** علم النفس الرياضي، المفاهيم النظرية، المكتبة الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر.

النتائج التي توصل إليها الباحث يستنتج ما يلي:

* إن مقياس السمات النفسية للاعبين الوثب الطويل ببعض أندية دولة الكويت تكون من السمات التالية:

1. الثقة والتصميم.
2. التماسك.
3. إثبات الذات.
4. ضبط النفس.
5. سمة العدوان.

التوصيات:

من خلال ما توصلنا إليه الباحثان من استنتاجات يوصيا بالآتي:

1. الإهتمام بالإعداد النفسي لتنمية السمات النفسية للاعبين الوثب لما له من تأثير إيجابي على تحسين المستوى النفسي للسمات التي تتطلبها مسابقة الوثب الطويل.
- 2- تطبيق مقياس السمات النفسية للاعبين الوثب الطويل لأنه يعكس المستوى النفسي للاعب وبالتالي قدرته على تحقيق الرقم القياسي لمسابقة الوثب الطويل.

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

1. **أبو العلا احمد عبد الفتاح، احمد روبي (1995م):** انتقاء الموهبين في المجال الرياضي، القاهرة، عالم الكتب.
2. **أسامة راتب، إبراهيم خليفة، مني مختار (2002م):** بناء مقياس

10. طارق محمد بدر الدين (2005م): الرعاية النفسية للناشئ الرياضي، سلسلة الثقافة الرياضية، ع22، المكتبة المصرية.
11. عبد المنعم الميلوي (2006م): الشخصية وسماتها، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية.
12. عصام الهلالي (2014م): الرياضة والطبقات الإجتماعية، مركز الكتاب الحديث للنشر، القاهرة.
13. فهد مرزوق علي راشد (2016م) بعنوان "بعض المتغيرات النفسية وعلاقتها بمستوي الأداء الرياضي لدي طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، مجلة البحث العلمي في التربية، ع17.
14. كوثر جبارة (2008م): بناء مقياس للشخصية متعدد الأبعاد والتحقق من فاعليته في التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي في كليات الطب والهندسة والحقوق. رسالة جامعية غير منشورة. جامعة عمان العربية للدراسات العليا: عمان، الأردن.
15. ماجد مجلي، قاسم خويلة (1997): دراسة تحليلية لأسباب الاصابات الرياضية الشائعة لدى لاعبي ألعاب القوى في الأردن، مجلة دراسات العلوم التربوية، 24(2)، الجامعة الأردنية.
16. ماجدولين عبد المهدي بصول (2008م): دراسة مقارنة لأثر مسابقات الجمباز والسباحة على تنمية مفهوم الذات لدى طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، إربد.
17. محمد حسن علاوي (2006م): مدخل في علم النفس الرياضي، ط5، مركز كتاب النشر، القاهرة.
18. هاني محمود أبو بكر (2018م): بروفييل نفسى لإنتقاء لاعبي المستويات العالية في رياضة الرجبي، قسم أصول التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، مصر.
- ثانياً: المراجع الأجنبية:
19. Ivan S. Rabelo, Diego Alves Tajés, Priscilla Rodrigues Santana, Katia Rubio(2014): Investigation of Personality Traits in Rugby and Soccer Teams, International Journal of Humanities and Social Science , Vol. 4, No. 11(1). September.