

## التردد النفسي وعلاقته بالاستجابة الانفعالية والاداء الرقمي لفعالية القفز العالي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م / حيدر عباس عبد الأمير

[Hadrabbas33@gmail.com](mailto:Hadrabbas33@gmail.com)

مديرية تربية بابل

تاريخ نشر البحث 2024/6/25

تاريخ استلام البحث 2024/3/22

### الملخص

يهدف البحث إلى التعرف على مستوى التردد النفسي والعلاقة بين المتغيرين الاستجابة الانفعالية والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي لدى طلاب التربية البدنية – جامعة بابل 2022- 2023 حيث افترض الباحث للتردد النفسي تأثير على الاستجابة الانفعالية واداء المستوى الرقمي لفعالية القفز العالي لدى طلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل. واستخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح والعلاقات الارتباطية لملائمتها لطبيعة البحث وتم تحديد مجتمع البحث طلاب المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل وهم يمثلون العينة فقط تم استبعاد عينة التجربة الاستطلاعية والمختصين باللعبة واصبح العدد(90) طالب والأدوات المستخدمة في البحث هو مقياس التردد النفسي والاستجابة الانفعالية واستخدم الباحث الحقيبة الاحصائية في معالجة البحث واستنتج الباحث إن اللاعب لديه تردد نفسي واستجابة انفعالية وأداء فعالية القفز العالي ويوجد ارتباط بين المتغيرات المبحوثة وقد ثبت الباحث عدة توصيات منها استخدام البرامج النفسية بشكل مستمر للرياضي وحل كل المشاكل.

**الكلمات المفتاحية: التردد النفسي، الاستجابة الانفعالية، الأداء الرقمي، فعالية القفز العالي، طلاب**

**Psychological frequency and its relationship to emotional response and digital performance of the high jumping event for students of the College of Physical Education and Sports Sciences**

**M. Hayder Abbas Abdel Amir**

**Babylon Education Directorate**

**[Hadrabbas33@gmail.com](mailto:Hadrabbas33@gmail.com)**

***Date of receipt of the research 1/4/2024 Date of publication of the research 25/4/2024***

**Abstract**

The research aims to identify the level of psychological hesitation and the relationship between the two variables, emotional response and digital performance of the high jumping event among physical education students - University of Babylon 2022-2023.

The researcher hypothesized that psychological frequency has an effect on the emotional response and performance of the digital level of the high jump event among second-year students - College of Physical Education and Sports Sciences, University of Babylon.

The researcher used the descriptive approach in the survey method and correlational relations to suit the nature of the research. The research population was identified as students of the second stage of the College of Physical Education and Sports Sciences - University of Babylon. They represent the sample only. The sample of the exploratory experiment and specialists in the game were excluded, and the number became (90) students. The tools used in the research are the frequency scale. Psychological and emotional response. The researcher used the statistical bag to process the research. The researcher concluded that the athlete has psychological hesitation, emotional response, and effective high jumping performance. There is a correlation between the variables investigated. The researcher has proven several recommendations, including the continuous use of psychological programs for the athlete and the solution of all problems.

**Keywords: psychological frequency, emotional response, digital performance, high jumping effectiveness, students**

## 1-1 مقدمة البحث وأهميته

يرى المختصين بالرياضة ان علم النفس من العلوم الضرورية للنهوض بعملية التعليم والتدريب والمنافسات والنشاطات الرياضية ودراسة الجوانب النفسية وتقويم انعكاسها على طلاب التربية الرياضية يعد مؤشرا لاستعداداته وقدراته الذي يتعرض اليها نتيجة العديد من الضغوط النفسية التي تؤثر سلبا على سير العملية التعليمية وتعلم المهارات وتحقيق الانجازات، ان السمات والحالات النفسية المهمة المؤثرة تلعب دورا أساسيا وفعالا بالتحكم النفسي لدى المعلمين والطلاب عند أداء وظيفتهم لان الاعداد النفسي الجيد يساهم في التغلب على الكثير من المشاكل النفسية التي تواجه الفرد في ظروف الحياة العامة وخاصة في الجوانب الخاصة بأداء الطالب في التربية الرياضية ان التردد هو حالة تنتاب الفرد وتغيره وتؤثر على التعليم مما يتسبب الى الضعف وعدم القدرة على العمل في تحقيق المستوى المطلوب مما يؤكد على الاهتمام بموضوع التردد النفسي الذي يساعد المعلم في توجيه الاعداد النفسي بشكل يجعل التردد النفسي غير مؤثر على أداء الطلاب للمحاضرات العلمية والعملية ان العلاق الكبير بين الانفعال والتردد النفسي يجعل الطالب ضرورة ملحه في ضبط هذه الجوانب للخروج من دوامة التخبط في الأداء والوقوع بالخطأ عند أداء العمل التربوي وان الانفعالات مرتبطة بالنشاط الممارس سواء في حالة التعليم او التدريب لما لها من تأثير إيجابي وسلب في الداء التربوي والتعليمي والسلوكي للطلاب مما يؤثر بالنتيجة في اداءه ان الاستجابة الانفعالية ، والتردد النفسي لهما الدور الكبير في عملية تثبيت أداء الطالب عند تقديمهم لأداء الفعالية وبما ان العاب القوى وفعالية القفز العالي هي من الفعاليات الأساسية في المنهج المعتمد في الرياضة لذي من المهم دراسة هذا الموضوع ومن هنا برزت الاهمية للبحث والاهتمام بالحالة النفسية وعلاقة التردد بالاستجابة الانفعالية وان التردد النفسي هو إحدى الحالات النفسية المؤثرة في لدى معلم التربية الرياضية، لذلك سيتم وضوح التردد النفسي والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

### 1 – 2 مشكلة البحث

وان التعليم الناجح هو الذي يحاول عن طريق المثيرات المتعددة التي يقدمها ان يثير القوى الداخلية لدى الطلاب وذلك بتقديم موضوعات تتحدى قدراتهم وتجعلهم يهرعون الى النشاط الذي يقودهم الى التعليم وعدم التردد والثقة العالية بالنفس فهو يضع أمامهم أهدافاً معينة بأسلوب جيد وجذاب يجعلهم متشوقين الى تحقيقها، وفي هذا البحث يحاول الباحث معرفة أثر التردد الذي هو شعور نفسي لدى الرياضي عند تعرضه لمواقف مفاجئة. ومن خلال ملاحظة الباحث وجد أن أغلب الطلاب يتردد في أداء فعالية القفز العالي لأسباب مختلفة

منها ارتفاع العارضة، ولأجل الوقوف على الحالة النفسية كان لزاماً ان نعرف واقع المتغيرات التي يتم بحثها لدى الطلاب لمحاولة حل لهذه المشكلة، ان التردد النفسي يولد الخوف والقلق عند الطلاب وينعكس ذلك على الاداء المهاري وسيولد شعور بعدم الثقة بالأداء الجيد وينعكس سلباً على الاستقرار النفسي والتأثير المتبادل بينهما. وبسبب علامات ومظاهر التردد النفسي الواضح الذي تظهر على متعلمي فعالية القفز العالي من طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة

### 1- 3 اهداف البحث

- 1- التعرف على التردد النفسي وعلاقته بمستوى الأداء الرقمي لفعالية القفز العالي للطلاب
- 2- التعرف على الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بمستوى الأداء الرقمي لفعالية القفز العالي للطلاب
- 3- التعرف على العلاقة بين التردد والاستجابة الانفعالية لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

### 1- 4 فروض ابحت

- 1- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التردد النفسي والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي
- 2- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاستجابة الانفعالية والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي لدى عينة البحث

### 1- 5 مجالات البحث

- 1- 5- 1 المجال البشري : طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل
- 1- 5- 2 المجال الزمني : من 20 / 1 / 2023 الى 14 / 4 / 2023
- 1- 5- 3 المجال المكاني : قاعات وملاعب كلية التربية الرياضية جامعة بابل

### 2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية

#### 2- 1 منهج البحث

اعتمد المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمته وطبيعة المشكلة والمتغيرات المبحوثة

#### 2- 2 مجتمع البحث

مثل مجتمع البحث طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعه بابل للعام الدراسي 2022 / 2023.

#### 2- 2- 1 عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وعددها (90) طالب من المرحلة الثانية كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل وأيضاً تم اختيار (10) طالب لعينة البحث الاستطلاعية

## جدول (1) يبين عينات البحث المستخدمة

عينة البحث الكلية		عينة البحث الاساسية		عينة البحث الاستطلاعية		عينة البحث
النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	
%100	100	%90	90	%10	10	

## جدول (2) يبين التجانس لدى عينة البحث

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الالتواء
1	العمر	سنة	17.42	0.11	18.50	-0.94
2	الطول	سم	176.31	3.09	178.00	0.52
3	الوزن	كغم	74.00	3.72	76.00	1.49

يتضح من الجدول 2 ان جميع القيم التي حصلت عليها العينة هي تحت المنحنى الاعتدالي في تجانس افراد عينة البحث.

## 2-3 أدوات وأجهزة البحث: -

- 1-المصادر والمراجع العربية.
- 2-الملاحظة.
- 3-الاستبانة

- 1-حاسبة يدوية صيني ( sharp )
- 2-جهاز كومبيوتر نوع (hp).

## 2-4 إجراءات البحث: -

## 2-4-1 إجراءات اعداد مقياس البحث: -

أعداد مقياس الاستجابة الانفعالية لـ (عصام محمد عبد الرضا) والذي يتكون من (31) سؤال وقد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين وقد أبدوا رأيهم في المواصفات الجيدة للمقياس مع اجراء بعض التعديلات الملحق (1).

اما بالنسبة لأداة التردد النفسي تم الاعتماد على مقياس الذي أعده (فراس حسن عبد الحسين) حيث يتألف المقياس من (40) فقرة يجيب عنها المختبر وعرض ايضا على الخبراء والمختصين الذين ذكروا سابقا وأبدوا ملائمته للعمل والشكل النهائي للمقياس في الملحق (2).

## 2-4-2 التجربة الاستطلاعية: -

تم إجراء هذه التجربة بتاريخ 2023/3/4 على (10) طالب من طلاب كلية التربية البدنية وتم خلالها تفهم الطلاب للمقياسين والفقرات ومعرفة المشاكل التي من الممكن حدوثها من أجل الاستعداد لها.

## 3-4-2 أسلوب تصحيح المقياس: -

تكون فقرات الاستجابة الانفعالية من (31) والجواب عنها وفق ثلاثة بدائل وهي (غالبا، أحيانا، نادرا) وتعطى أوزان للدرجات (1،2،3) على التوالي للفقرات الايجابية والعكس للفقرات السلبية اما بالنسبة لمقياس التردد النفسي فيتكون من (40) فقرة ويجب اللاعب عنها وفق خمسة بدائل وهي (أبدأ، نادرا، أحيانا، غالبا، دائما) وتعطى درجات (5،4،3،2،1) على التوالي وتكون هذه الإجابة للفقرات الايجابية والعكس للفقرات السلبية.

## 4-4-2 حساب الدرجة الكلية: -

بما ان مقياس الاستثارة الانفعالية يتكون من (31) فقرة فإن أعلى درجة للاعب تكون (93) وأقل درجة هي (31) والوسط الحسابي بلغ (72,27) والانحراف المعياري بلغ (10,01) اما بالنسبة لمقياس التردد النفسي فيتكون من (40) فقرة لذا فإن أعلى درجة للاعب هي (200) وأقل درجة هي (40) والوسط بلغ (182,89) والانحراف بلغ (7,97).

## التحليل الاحصائي لمقياس التردد النفسي ومقياس الاستجابة الانفعالية

### 1 – القدرة التمييزية لفقرات مقياس التردد النفسي

تم اجراء التحليل الاحصائي لمقياس التردد النفسي المكون من (40) فقرة واتبع الباحث الخطوات

- 1 تُرتب درجات العينة على المقياس من أعلى درجة إلى أدنى درجة.
- 2 تعيين ما نسبته 27% من الاستثمارات الحاصلة على الدرجات العليا و27% من الاستثمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا
- 3 حساب معامل تمييز كل فقرة من فقرات مقياس التردد النفسي والبالغة (40) فقرة وفقرات مقياس الاستجابة الانفعالية والبالغة (31) فقرة باستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين بواسطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) إذ تعد القيمة التائية المحسوبة مؤشراً لتمييز كل فقرة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية مقدارها (2.000) ، ولقد أظهرت نتائج التحليل الإحصائي ان الفقرات جميعها مميزة وتم قبولها كما مبين في الجدول (3)

رقم الفقرة بالمقياس	المجموعة الدنيا %27		المجموعة العليا %27		قيمة (t) المحسوبة	Sig	قوة الفقرة التمييزية
	ع	-س	ع	-س			
1	0.591	3.304	0.417	4.782	13.855	0.000	مميزة
2	0.665	3.152	0.501	4.565	11.502	0.000	مميزة
3	0.893	3.043	0.834	4.282	6.875	0.000	مميزة
4	0.995	3.173	0.623	4.500	7.656	0.000	مميزة
5	0.927	3.369	0.455	4.717	8.847	0.000	مميزة
6	0.685	3.413	0.778	4.434	6.678	0.000	مميزة
7	0.779	3.282	0.905	4.260	5.555	0.000	مميزة
8	0.856	2.978	0.401	4.804	12.101	0.000	مميزة
9	1.050	3.087	0.721	4.543	6.753	0.000	مميزة
10	0.544	3.717	0.772	4.739	6.332	0.000	مميزة
11	0.807	3.282	0.417	4.782	10.197	0.000	مميزة
12	0.880	3.260	0.912	4.521	5.744	0.000	مميزة
13	0.859	3.130	0.580	4.587	8.528	0.000	مميزة
14	0.944	3.673	0.878	4.630	4.031	0.000	مميزة
15	0.722	3.500	0.722	4.478	5.494	0.000	مميزة
16	0.967	3.326	0.689	4.543	5.950	0.000	مميزة
17	0.941	3.043	0.505	4.500	8.242	0.000	مميزة
18	1.151	3.087	0.340	4.869	9.070	0.000	مميزة
19	1.113	3.217	0.401	4.804	8.092	0.000	مميزة
20	0.958	3.282	0.401	4.804	8.935	0.000	مميزة
21	0.878	3.369	0.363	4.847	9.549	0.000	مميزة
22	0.617	3.587	0.249	4.934	13.727	0.000	مميزة
23	1.004	3.456	0.417	4.782	8.269	0.000	مميزة
24	0.806	3.434	0.000	5.000	13.155	0.000	مميزة

رقم الفقرة بالمقياس	المجموعة الدنيا %27		المجموعة العليا %27		قيمة (t) المحسوبة	Sig	قوة الفقرة التمييزية
	ع	س-	ع	س-			
25	0.928	2.934	0.314	4.891	13.534	0.000	مميزة
26	0.770	3.369	0.363	4.847	11.770	0.000	مميزة
27	0.932	3.413	0.431	4.760	8.896	0.000	مميزة
28	0.916	3.217	0.565	4.760	9.720	0.000	مميزة
29	0.923	3.760	0.512	4.782	6.561	0.000	مميزة
30	0.731	3.673	0.534	4.739	7.970	0.000	مميزة
31	0.748	3.195	0.465	4.695	11.539	0.000	مميزة
32	1.144	3.391	0.604	4.652	6.607	0.000	مميزة
33	1.171	3.304	0.512	4.782	7.842	0.000	مميزة
34	0.714	3.608	0.604	4.652	7.564	0.000	مميزة
35	0.609	3.630	0.604	4.652	8.074	0.000	مميزة
36	0.824	3.173	0.717	4.587	8.768	0.000	مميزة
37	0.710	3.369	0.706	4.652	8.684	0.000	مميزة
38	0.960	3.521	0.473	4.673	7.298	0.000	مميزة
39	0.800	3.934	0.604	4.652	4.853	0.000	مميزة
40	0.855	3.608	0.473	4.673	7.385	0.000	مميزة

## 2- معامل الاتساق الداخلي

أجري الباحث معامل الاتساق الداخلي من خلال إيجاد نتائج ارتباط الفقرة بمقياس التردد النفسي وظهرت النتائج كما مبين في الجدول الآتي

## جدول رقم (4) يبين معامل ارتباط الفقرات بالمقياس الكلي

رقم الفقرة	معامل الارتباط*	مستوى الخطأ	دلالة الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط*	مستوى الخطأ	دلالة الارتباط
1	0.60	01000	معنوي	21	0.59	0.020	معنوي
2	0.75	0.001	معنوي	22	0.73	0.001	معنوي
3	0.59	0.020	معنوي	23	0.61	0.020	معنوي
4	0.72	0.001	معنوي	24	0.65	0.010	معنوي
5	0.61	0.10	معنوي	25	0.67	0.010	معنوي
6	0.81	0.000	معنوي	26	0.81	0.000	معنوي
7	0.72	0.001	معنوي	27	0.83	0.000	معنوي
8	0.74	0.000	معنوي	28	0.61	0.010	معنوي
9	0.71	0.001	معنوي	29	0.74	0.000	معنوي
10	0.56	0.020	معنوي	30	0.83	0.000	معنوي
11	0.83	0.000	معنوي	31	0.65	0.020	معنوي
12	0.67	0.010	معنوي	32	0.81	0.000	معنوي
13	0.58	0.020	معنوي	33	0.62	0.010	معنوي
14	0.64	0.010	معنوي	34	0.72	0.001	معنوي
15	0.72	0.001	معنوي	35	0.74	0.001	معنوي
16	0.62	0.010	معنوي	36	0.56	0.020	معنوي
17	0.81	0.000	معنوي	37	0.61	0.010	معنوي
18	0.76	0.000	معنوي	38	0.59	0.001	معنوي
19	0.56	0.020	معنوي	39	0.72	0.000	معنوي
20	0.81	0.000	معنوي	40	0.81	0.000	معنوي

\* معنوي عند مستوى دلالة  $\geq (0.05)$

كما أجري الباحث الإجراءات العلمية لمقياس الاستجابة الانفعالية المكون من (31) فقرة وتم اجراء القدرة التمييزية ومعامل الاتساق الداخلي بعرض نتائج ارتباط الفقرات بالمقياس وجاءت نتائجها معنوية وتم قبول جميع الفقرات.

**5-4-2 الخصائص العلمية للمقياس: -****1-5-4-2 الصدق:****الصدق الظاهري**

وقد تحقق هذا النوع من الصدق عند عرض مقياس التردد النفسي على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي.

**2-5-4-2 الثبات: -**

تم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ لمعرفة الثبات وظهرت الاستجابة الانفعالية (0,82) ومقياس التردد النفسي بلغت (0,87) وهذان مؤشران عاليان على ثبات المقياسين.

**6-2 التجربة الرئيسية: -**

تم تطبيق التجربة الرئيسية في جامعة بابل في الفترة 3 / 4 / 2023 حيث تم توزيع استمارات المقياسين على عينة البحث البالغة (90) طالبا وبعد تأشير المقياسين من قبل الطلاب وتم تفرغ النتائج ومعالجتها احصائيا.

**2 - 7 شرح الإنجاز الرقمي وتوصيفه:**

تم الاعتماد على نتائج المحاولات الناجحة للاختبارات التي طبقت على طلاب المرحلة الثانية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل، والتي اعتمدها الباحث في تحديد درجة العملية للطلاب بوجود كادر العمل المساعد ومدرس المادة في تأريخ (3 / 4 / 2023)، إذ تم توزيع الطلاب فعالية (القفز العالي)، إذ كان عدد الطلاب لفعالية القفز العالي (90) طالبا، كما تم تحويل الدرجات الخام للإنجاز الرقمي لفعاليات (القفز العالي) إلى قيم معيارية بمعالجتها إحصائيا وذلك لغرض استخدامها في العلاقات الارتباطية الناتجة من الدراسة

**8-2 الوسائل الإحصائية: -**

تم استخدام الحقيبة spss : -

- الوسط الحسابي
- النسبة المئوية
- الوسيط
- الالتواء
- الانحراف المعياري
- اختبار (ت)
- معامل بيرسون.

**3- عرض النتائج ومناقشتها: -**

في ضوء اهداف البحث ووفقا لفروضه التي اعتمدها الباحث من أهدافه للتحقق من مدى صحة الفروض وجاءت على النحو التالي:

**3 – 1 عرض ومناقشة نتائج العلاقة بين التردد النفسي والأداء الرقمي لفعاليه القفز العالي لدى عينة البحث**

**جدول (3) يوضح نتائج العلاقة بين التردد النفسي والاداء الرقمي**

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الارتباط	sig	الدلالة
التردد النفسي	182.89	7.97	186.0	0.292	0.005	معنوية
القفز العالي	1.25	0.112	1.25			

الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.200

يتضح من الجدول (3) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التردد النفسي والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي للطلاب ، ويرى الباحث ان هذه النتائج ترجع الى ان سمة التردد واحدة من الحالات النفسية المهمة التي تلعب ادوار أساسيا وفعالا بالتحكم في الإنجاز الرياضي العالي ومن العناصر الأساسية في تعلم المهارات الحركية في الجانب الرياضي حيث يسهم الاعداد النفسي الجيد في التغلب على الكثير من الصراعات والانفعالات والأزمات النفسية التي يمر بها الطالب سواء في الجانب الحياتي بصفة علما او الجانب الرياضي بصفة خاصة مثل أجواء المنافسات العالية وتعلم المهارات الصعبة التي تتضمن جانب المخاطرة والتي تظهر بشكل واضح في اداء فعالية القفز العالي سواء خلال فترة أداء الامتحانات العملية حيث يتميز أداء فعالية القفز العالي بنسبة من المخاطرة لذا يأتي دور الاعداد النفسي الذي يساعد على توظيف العديد من المهارات النفسية المختلفة مثل الثقة بالنفس والحديث الذاتي الإيجابي التي تساعد على الحد من الأفكار السلبية التي يفكر فيها الطلاب مما يساعد على توقف الأفكار السلبية عن انفسهم وعن قدراتهم وامكانياتهم مما يعزز ثقتهم بأنفسهم ويقلل من التردد النفسي ، كما يرجح الباحث على مدى انعكاس الجوانب النفسية على الطالب الرياضي والتي

تعد مؤشرا لاستعداداته وقدراته في حالة تعرضه للعديد من الضغوط النفسية التي يتأثر الانجاز في المنافسات الرياضية وخاصة اثناء الامتحانات التي تواجه الطالب.

ويؤكد أسامة راتب (2007) ان التردد النفسي هو تأثير نفسي مباشر على الأداء الرياضي في ساعات محددة، ويؤدي الى عدم تحقيق الأداء الرقمي لفعالية القفز العالي في الدروس وأهمية ان نتعرف على مستوى التردد النفسي مما يساعد المعلم في توجيه الاعداد النفسي لجعل التردد النفسي اقل حده على الطلاب اثناء المحاضرات العملية او المنافسات الرياضية. (أسامة راتب، 2007، 34)

### 3 - 2 عرض ومناقشة نتائج العلاقة الارتباطية بين الاستجابة الانفعالية النفسي والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي لدى عينة البحث

#### جدول (4) يبين نتائج العلاقة بين الاستجابة الانفعالية والاداء الرقمي

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الارتباط	sig	الدلالة
الاستجابة الانفعالية	72.27	10.01	74.50	0.257	0.009	معنوية
القفز العالي	1.25	0.112	1.25			

الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 0.200

من خلال جدول (4) وجود علاقة ارتباط دالة احصائيا بين الاستجابة الانفعالية والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي للطلاب، ويرى الباحث ان النتائج التي ظهرت ترجع الى مدى ارتباط الانفعالات بالنشاط الرياضي الممارس ارتباطا قويا سواء كان هذا الارتباط في مراحل التعليم والتدريب او من خلال المنافسة الرياضية مما لها تأثير سواء بالسب او الايجاب على العمل الوظيفي وأداء المهارات المختلفة التي يحتاجها أداء فعالية القفز العالي وكذلك النواحي السلوكية والنفسية للفرد الرياضي مما يؤثر على ادائه وانجازه خلال فترة التدريب والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي كما يرجح الباحث ذلك الى مدى قدرة الطلاب على معالجة حالات القلق والانفعالات المصاحبة اثناء أداء فعالية القفز العالي يصاحبه مخاطر اثناء أداء الفعالية ( القفز العالي ) لذا يجب على الطلاب كلاعبين ان يمتلكوا الخبرة الكافية نتيجة ممارستهم الأنشطة الرياضية لقدرتهم بمعالجة مختلف المواقف والضغوط اثناء الأداء وكذلك التفكير بشكل إيجابي في الأداء مما يساعدهم على تحقيق الأداء الرقمي .

وهذا ما أكده محمد العربي شمعون (2002) ان عدم معالجة الحالات الانفعالية والتكامل بين العقل والجسم وبناء الأفكار التي تؤثر سلبيا على الأداء والتحكم والتوتر يؤدي الى عدم التوازن البدني والعقلي وبالتالي يؤثر على الأداء الرقمي. (محمد العربي شمعون، 2002، ص65)

### 3 - 3 عرض ومناقشة نتائج العلاقة الارتباطية بين التردد النفسي والاستجابة الانفعالية للطلاب

جدول (5) يبين نتائج العلاقة بين التردد النفسي والاستجابة الانفعالية

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الارتباط	sig	الدلالة
الاستجابة الانفعالية	72.27	10.01	74.50	0.266	0.008	معنوي
التردد النفسي	182.89	7.97	186.0			

الجدولية لمستوى دلالة ( 0.05 ) = 0.200

يتضح من جدول رقم ( 5 ) وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التردد النفسي والاستجابة الانفعالية لدى عينة البحث الأساسية ، ويرى الباحث ان هذه النتائج ترجع الى مدى العلاقة بين التردد النفسي والاستجابة الانفعالية فكلما زاد التردد النفسي عند الرياضي نتيجة الى ما تضمنته المناقشة الرياضية من الكثير من المشاكل في الأداء التذي يشكل ضغطا نفسيا فكلما زادت الانفعالات التي تنعكس اثارها على السلوك الرياضي وادائه فاذا كان اللاعب قادرا على السيطرة على نفسه فهذا يعني ان الانفعال ذو تأثير إيجابي يمكنه من تحقيق النجاح وهذا لا يظهر الا اذا زادت الثقة بالنفس عند الطالب الرياضي وعلى العكس اذا كان الانفعال ذو تأثير سلبي فتظهر عند الرياضي حالات الخوف والقلق والتردد النفسي وفقدان الثقة بالنفس مما يعيق.

قدرته على التركيز من اجل تحقيق النجاح خلال أداء الفعالية الرياضية ويؤكد ذلك عبد العزيز عبد المجيد (2007) بان الانفعال يقوم بمثابة تحفيز لأنه حالة من التوترات التي تحدث للفرد ويعمل على إزالة من حالة التوترات وعدم التوازن ، ان الانفعالات الفرد على سلوك جيد يقلل حالة التوترات التي يعاني منها وينتثر الفرد إذا لم يستطيع تحقيق رغباته الى التخلص من التراكمات الموجودة لأنه في حالة توتر يسعى التخلص منها والعودة الى حالة الاتزان الذي كان عليه. (عبد العزيز عبد المجيد، 2007، ص130)

## 4 – الاستنتاجات والتوصيات

### 4 – 1 الاستنتاجات

- 1 – وجود علاقة ارتباط بين التردد النفسي والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي لدى عينة البحث.
- 2 – وجود علاقة ارتباطية بين استجابات الانفعال والأداء الرقمي لفعالية القفز العالي لدى عينة البحث.
- 3 – وجود علاقة ارتباطية بين التردد النفسي والاستجابة الانفعالية لدى الطلاب.

### 4 – 2 التوصيات

- 1 – اعداد البرامج النفسية للحد من التردد النفسي للرياضي من خلال استخدام الحديث الذاتي الإيجابي.
- 2 – ابراز دور واهمية المهارات العقلية الأساسية والتخصصية طبقا لنوع النشاط الرياضي خلال برنامج الاعداد المتكامل للرياضي وخاصة الثقة بالنفس.
- 3 – اجراء المزيد من الدراسات التي تتناول تأثير الممارسة الرياضية على الجوانب النفسية والانفعالية لدى الطلاب لمساعدتهم على النمو النفسي المتزن.

## المصادر والمراجع

- 1 -أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضة (المفاهيم – التطبيقات) القاهرة، دار الفكر العربي، 2007.
- 2 -مصطفى باهي: المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، 1999.
- 3 -محمد شمعون: التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، دار الفكر، 2002.
- 4 -محمد حسن: الصلابة والاستثارة الانفعالية وعلاقتها بالتنافس، مجلة علوم الرياضة، المجلد 10، العدد 6، كلية التربية الرياضية جامعة بابل، 2017
- 6 -عبد العزيز عبد المجيد: سيكولوجية الضغوط في الرياضي، ط2، مركز الكتاب للنشر، 2007.
- 7 -صالح شافي ساجت وآخرون، مجلة البحوث والدراسات التربوية الرياضية: (العدد، 14، 2002).

## ملحق (1) مقياس الاستجابة الانفعالية

ت	الفقرات	غالبا	احيانا	نادرا
1	استقر نفسيا عند استخدامي عملية الاسترخاء			
2	اقدم أداء جيد عندما أكون مرتاح نفسيا			
3	النجاح بالأداء افضل من الفشل في الامتحان			
4	يزداد قلقي عندما أتعرض لإصابة ما.			
5	لا اهتم للزملاء الذين تكون قراراتهم خاطئة			
6	ادعوا لله بالتوفيق عند الاداء			
7	اتقبل النصائح من ملائي في الاداء			
8	التفكير يجعلني اتوتر في الاداء			
9	حديث المدرس لي يفقد تركيزي في المنافسة			
10	ادخل الحمام كثيرا قبل البدء بالفعالية			
11	لا احب سماع صيحات الطلاب البذيئة			
12	تزيد ثقتي عندما يعلمني المدرس طريق الاداء			
13	احصل على نتائج جيدة عندما يشجعني المدرس			
14	تزداد انفعالاتي عندما يكون المدرس غير مهني			
15	ارسم خارطة ذهنية قبل تنفيذ الاداء.			
16	عندما ارتكب أخطاء الوم نفسي ولو كان بسيطاً لأقل درجة			
17	متابعة المدرس بالعمل يجعلني أكثر تشويقاً بالأداء			
18	قرب زملائي مني يجعلني اقوى			
19	أطمئن نفسياً عندما تكون العارضة على ارتفاع قليل			
20	عند حضور اقربائي يكون أدائي أفضل			
21	اتعصب من التوجيهات الغير مفيدة			
22	أناثر بعدم تقديم أداء جيد			
23	أقدم أداء جيد عند حضور شخصيات مرموقة			

ت	الفقرات	غالبا	احيانا	نادرا
24	تحيز الإداريين لبعض اللاعبين يجعلني غير متزن			
25	أقدم مستويات جيدة عند مشاركتي بمباريات متكافئة			
26	يقل انفعالي عندما أشاهد تحفيز من الآخرين			
27	كل ما تقترب المنافسات تزداد دقات قلبي			
28	المنافسة ذات الأهمية الكبيرة تجعلني أقدم اداء مميزاً			
29	احب المشاركة في المباريات التنافسية اكثر من التدريب			
30	اندم كثيراً عندما تتكرر اخطائي في المباريات			
31	اهتم كثيراً وافكر في الأداء قبل دخول المنافسة.			

## ملحق ( 2 ) مقياس التردد النفسي

ت	الفقرات	تتطبق علي تماماً	تتطبق علي	لا تتطبق علي	لا تتطبق علي تماماً
1	أخشى من ضعف أدائي في القفز العالي				
2	يساورني الشك بإصابتي عند أداء الركضة التقريبية				
3	أتحلى بقوة الإرادة عند أداء الفعالية				
4	أمتلك خبرة وتجارب سابقة تجعلني واثقاً من أدائي				
5	عند إحساسي بالإرهاق أتردد في عبور العارضة				
6	ثقتي بنفسي تجعلني لا أتردد في الاداء				
7	أخشى سخرية الآخرين مني عند ادائي للفعالية				
8	ضعف علاقتي بالأستاذ تجعلني أتردد في أدائي				
9	يشعرنني درس العاب القوى بالحيوية والنشاط				
10	أدائي الجيد للقفز العالي يعود لإعدادي النفسي العالي				
11	شجاعتي تجعلني غير متردد في أدائي				
12	ارتفاع العارضة وصعوبة الأداء يجعلني متردد اثناء القفز				
13	معرفة الغاية من الفعالية تجعلني لا أتردد في أدائها				
14	هدوئي واستقراري النفسي يبعد التردد عني				

				أَتَغِيبُ عَنِ حُضُورِ الدَّرْسِ خَوْفًا مِنْ أَدَائِي	15
				أَتَرَدَّدُ عِنْدَمَا يَرَاوَدُنِي الشُّعُورُ بِالفِشَلِ	16
				لَا أَتَرَدَّدُ فِي أَدَائِي بِسَبَبِ خَبْرَتِي العَمَلِيَّةِ وَالنَّظَرِيَّةِ	17
				أَتَرَدَّدُ عِنْدَمَا يَكُونُ شُعُورِي بِالأَدَاءِ لَيْسَ بِالمُسْتَوَى المَطْلُوبِ	18
				التَّخَوُّفُ مِنَ الهَبُوطِ يَسَبِّبُ لِي تَرَدُّدًا فِي الأَدَاءِ	19
				إِحْساسِي بِالمَلَلِ يَجْعَلُنِي لَا أَتَعَلَّمُ الفِعالِيَّةِ	20
				أَشْعُرُ بِعَدَمِ قَدْرَتِي عَلَى أَدَاءِ عُبُورِ العَارِضَةِ	21
				أَتَعْرِقُ وَبِرْتَفَعِ نَبْضِي قَبِيلَ أَدَاءِ البِدَايَةِ	22
				شَخْصِيَّتِي هِيَ السَّبَبُ فِي تَرَدُّدِي	23
				عِنْدَمَا يَطْلُبُ مِنِّي اتِّخَاذَ قَرَارٍ أَكُونُ بَطِيئًا بِاتِّخَاذِهِ	24
				التَّغْيِيرَاتُ المَفاجِئَةُ اليَوْمِيَّةُ تَجْعَلُنِي لَا أَرُغِبُ بِأَدَاءِ القَفْزِ العَالِي	25
				الفِشَلُ المَتَكَرِّرُ يَسَبِّبُ لِي التَّرَدُّدَ فِي أَدَائِي	26
				ارْتِباكِي وَعَدَمُ اسْتِقْرَارِي يَجْعَلُنِي مَتَرَدِّدًا فِي أَدَائِي	27
				أَدَائِي غَيْرُ الجَيِّدِ يَجْعَلُنِي مَتَرَدِّدًا فِي أَدَاءِ القَفْزِ العَالِي	28
				عِنْدَمَا يَكُونُ إِحْساسِي غَيْرَ جَيِّدٍ لَا أَرُغِبُ بِأَدَاءِ الفِعالِيَّةِ	29
				رُوحِي المَعْنُويَّةُ العَالِيَّةُ تَجْعَلُنِي غَيْرَ مَتَرَدِّدٍ فِي الأَدَاءِ	30
				خَجَلِي يَسَبِّبُ لِي الإِرْبَاكَ فِي أَدَائِي	31
				إِنِّي مَتَفَانٌ بِشَكْلِ عَامٍ	32
				امْتِلاكِي لِرُوحِ الأَمَلِ بِالفُوزِ يَجْعَلُنِي لَا أَتَرَدَّدُ مِنْ أَدَاءِ القَفْزِ العَالِي	33
				أَتَرَدَّدُ عِنْدَمَا أَتَعَرَّضُ لِإِحْبَاطِ مَا	34
				مُثَابَرَتِي لَا تَجْعَلُنِي مَتَرَدِّدًا فِي أَدَاءِ القَفْزِ العَالِي	35
				أَشْعُرُ بِالتَّرَدُّدِ فِي أَدَائِي عِنْدَمَا أَشَاهِدُ زَمَلائِي	36
				ضَعْفُ عِلاقَتِي بِزَمَلائِي يَجْعَلُنِي أَتَرَدَّدُ بِأَدَائِي	37
				عِنْدَمَا يَكُونُ الطُّلابُ أَمَامِي يَجْعَلُنِي أَتَرَدَّدُ مِنْ أَدَاءِ الفِعالِيَّةِ	38
				أَتَعَثَّرُ فِي خَطَوَاتِي عِنْدَمَا يَطْلُبُ المَدْرَسُ مِنِّي الأَدَاءِ	39
				يَرَهِّبُنِي سَماعُ اسْمِي لِالأَدَاءِ فِي الامْتِحانِ العَمَلِي	40

