

البناء النفسي وعلاقته بدقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب

نيزك رعد هاني ، أ.د ناهدة عبد زيد الدليمي

^{2,1} جامعة بابل / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، العراق.

*الايمل: nazak.hani.hphy21@student.uobabylon.edu.iq

تاريخ نشر: 2026/03/25

تاريخ استلام: 2026/01/14

الملخص

وتكمن اهمية البحث من خلال عملية الربط ما بين الجوانب النفسية المتمثلة في البناء النفسي مع البرامج التعليمية للطلبة مما يسهم في رفع مستوى الاداء المهاري لديهم حيث يمثل البناء النفسي «البنية الداخلية» التي تسمح للطلبة بأن يُحَفِّز نفسه، يُوجِّه انتباهه، يتحكَّم في القلق أو التوتر الذي قد ينشأ في اللحظات الحرجة، فيتجنَّب تراجع الأداء عند الضغط. ،وبما أن مهارة الضرب الساحق تُعدُّ من أكثر المهارات تطلُّباً من الجانب النفسي (ارتفاع الضغوط، الحاجة لاتخاذ القرار السريع، والمواجهة بكتلة دفاعية)، فإنَّ فهم البناء النفسي وعلاقته بالدقة في تنفيذ الضرب الساحق للطلاب يُعدُّ محورياً هاماً للبحث والتطبيق في ميدان التربية الرياضية والكرة الطائرة.

تحدد مشكلة البحث في الحاجة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين البناء النفسي ودقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى الطلاب، وتحديد السمات النفسية الأكثر إسهاماً في دقة الأداء، بهدف توفير قاعدة علمية تُمكن المعلمين من تصميم برامج تعليمية ونفسية متكاملة تُحسِّن من مستوى الأداء المهاري في المواقف التعليمية والتنافسية على حد سواء. يهدف البحث الى : بناء مقياس البناء النفسي للضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب ، التعرف على العلاقة بين البناء النفسي والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب .

يفرض البحث الى : توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين البناء النفسي والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب . الاستنتاجات: تم بناء مقياس البناء النفسي لدى طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . التوصيات: يوصى باستخدام مقياس البناء النفسي كأداة تشخيص وتقييم لمتابعة التطورات الحاصلة في هذا المتغير بشكل دوري لدى الطلبة ، بما يساهم في رصد الاثر التعليمي والنفسي للتدخلات التعليمية المختلفة.

الكلمات المفتاحية:

البناء النفسي، مهارة الضرب الساحق، الكرة الطائرة.



Psychological structure and its relationship to the accuracy of performing the volleyball spike skill for students

Nayzak Raad Hani, PROF.DR. NAHIDAH ABD ZAID ALDULIMEY

^{1,2} Physical Education and Sports Sciences-University of Babylon, Iraq.

*Corresponding author: nazak.hani.hphy21@student.uobabylon.edu.iq

Received: 14-01-2026

Publication: 25-03-2026

Abstract

The importance of this research lies in its connection between the psychological aspects of students' psychological makeup and their educational programs, which contributes to raising their skill performance level. Psychological makeup represents the "internal structure" that allows students to motivate themselves, direct their attention, and control anxiety or tension that may arise in critical moments, thus preventing a decline in performance under pressure. Since the spiking skill is one of the most psychologically demanding skills (high pressure, the need for quick decision-making, and the need to counter with a defensive block), understanding psychological makeup and its relationship to the accuracy of spiking in students is a crucial focus for research and application in the field of physical education and volleyball.

The research problem is defined as the need to reveal the nature of the relationship between psychological structure and the accuracy of the volleyball spike skill among students, and to identify the psychological traits that contribute most to the accuracy of performance, with the aim of providing a scientific basis that enables teachers to design integrated educational and psychological programs that improve the level of skill performance in educational and competitive situations alike.

This research aims to: develop a psychological structure scale for students' volleyball spikes and identify the relationship between psychological structure and students' volleyball spikes.

The research hypothesizes that there is a statistically significant relationship between psychological structure and students' volleyball spikes.

Conclusions: A psychological structure scale was developed for second-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences.

Recommendations: It is recommended to use the psychological structure scale as a diagnostic and evaluative tool to monitor the development of this variable periodically among students, thus contributing to monitoring the educational and psychological impact of various educational interventions.

Keywords:

Psychology, the skill of the smash hit, the space ball.



1 - التعريف بالبحث:

1 - 1 المقدمة واهمية البحث:

تُعد الكرة الطائرة من الألعاب الرياضية الجماعية التي تتطلب تكاملاً بين القدرات البدنية والمهارية والنفسية، حيث يمثل الضرب الساحق إحدى المهارات الهجومية الأساسية والحاسمة في تحديد نتائج المباريات. ويتميز الأداء الناجح لهذه المهارة بضرورة توافر مستوى عالٍ من التوافق الحركي والقوة الانفجارية والدقة في التوقيت والتنفيذ، وهي عناصر لا تعتمد فقط على الجوانب البدنية والفنية، بل ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالبناء النفسي للاعب.

يُشير البناء النفسي إلى مجموعة السمات والخصائص النفسية المستقرة نسبياً لدى الفرد، والتي تشمل الثقة بالنفس، والقدرة على التركيز، وضبط الانفعالات، والدافعية، والاتزان الانفعالي، إضافة إلى القدرة على مواجهة الضغوط النفسية. وفي سياق الأداء الرياضي، يلعب البناء النفسي دوراً محورياً في تحديد مستوى الأداء المهاري، خاصة في المهارات التي تتطلب دقة عالية وسرعة في اتخاذ القرار كمهارة الضرب الساحق.

تتطلب مهارة الضرب الساحق قدرة عالية على التحكم في الأداء في ظل عملية التعلم، حيث يواجه الطالب تحديات نفسية متعددة كالخوف من الفشل، وضغط الدرس، وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة. ومن هنا، فإن فهم العلاقة بين البناء النفسي ودقة أداء الضرب الساحق يُعد ضرورة علمية وتطبيقية لتطوير عملية التعليم التي تُراعي الجوانب النفسية إلى جانب الجوانب البدنية والمهارية. وتكمن أهمية البحث من خلال عملية الربط ما بين الجوانب النفسية المتمثلة في البناء النفسي مع البرامج التعليمية للطلبة مما يساهم في رفع مستوى الاداء المهاري لديهم حيث يمثل البناء النفسي «البنية الداخلية» التي تسمح للطالب بأن يُحِز نفسه، يُوجّه انتباهه، يتحكم في القلق أو التوتر الذي قد ينشأ في اللحظات الحرجة، فيتجنب تراجع الأداء عند الضغط. وبما أن مهارة الضرب الساحق تُعدّ من أكثر المهارات تطلباً من الجانب النفسي (ارتفاع الضغوط، الحاجة لاتخاذ القرار السريع، والمواجهة بكتلة دفاعية)، فإن فهم البناء النفسي وعلاقته بالدقة في تنفيذ الضرب الساحق للطلاب يُعدّ محوراً هاماً للبحث والتطبيق في ميدان التربية الرياضية والكرة الطائرة.

1 - 2 مشكلة البحث :

تحتوي لعبة الكرة الطائرة على العديد من المهارات الهجومية، التي يجب تعلمها وإتقانها بشكل سليم وصحيح، ومن هذه المهارات هي مهارة الضرب الساحق التي تمتاز بصعوبة تعلمها خاصة في المراحل الأولى للتعلم لأن تلك المهارة تحتوي على مراحل فنية عدة، لاحظ الباحث من خلال خبرته في تدريب وتعليم الكرة الطائرة أن العديد من الطلاب يُظهرون أداءً مهارياً جيداً للضرب الساحق خلال



التعلم، لكنهم يفشلون في الحفاظ على نفس المستوى من الدقة خلال المنافسات الفعلية. كما أن بعض الطلاب يتأثر أداؤهم بشكل ملحوظ عند مواجهة مواقف الضغط النفسي، أو عند ارتكاب أخطاء متتالية، مما يشير إلى وجود عوامل نفسية تؤثر على دقة الأداء المهاري.

تتحدد مشكلة البحث في الحاجة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين البناء النفسي ودقة أداء مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لدى الطلاب، وتحديد السمات النفسية الأكثر إسهاماً في دقة الأداء، بهدف توفير قاعدة علمية تُمكن المعلمين من تصميم برامج تعليمية ونفسية متكاملة تُحسن من مستوى الأداء المهاري في المواقف التعليمية والتنافسية على حد سواء.

3-1 اهداف البحث :

- بناء مقياس البناء النفسي للضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب .
- التعرف على العلاقة بين البناء النفسي والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب .

4-1 فرض البحث :

- توجد علاقة ذات دلالة معنوية بين البناء النفسي والضرب الساحق بالكرة الطائرة للطلاب .

5-1 مجالات البحث :

1-5-1: المجال البشري : طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل البالغ عددهم (217) للعام الدراسي 2024 - 2025م.

1- 5- 2- المجال الزمني : 2024/12/19 ولغاية 2025/2/10 .

1- 5- 3- المجال المكاني : القاعات الدراسية والرياضية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث:

أتبع الباحثان المنهج الوصفي لكونه يتلاءم مع طبيعة مشكلة البحث .

2 – 2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل للعام الدراسي 2024-2025 ، والبالغ عددهم (217) طالب ، تم استبعاد مجموعة من الطلاب الراسبين والغائبين البالغ عددهم (5) طالب ، وبهذا يكون العدد الكلي لمجتمع البحث (212) طالباً كما مبين في الجدول (1).



جدول (1)

يبين مجتمع البحث وعيناته والنسب المئوية لها

ت	المتغيرات	العدد	النسبة المئوية %
1	عينة التجربة الاستطلاعية	14	6.6 %
2	عينة بناء المقياس	162	76.42 %
3	عينة البحث الرئيسية	36	16.98 %
4	المجموع	212	100 %

2 - 3 الوسائل والادوات والاجهزة :

2 - 3 - 1 وسائل جمع المعلومات :

استعانة الباحثان بوسائل جمع المعلومات الاتية :

1 - المصادر و المراجع .

2 - المقابلة الشخصية .

3 - الاستبانة .

4 - الملاحظة .

5 - الاختبارات والقياس .

2 - 3 - 2 الادوات والاجهزة :

استعان الباحثان بالأدوات والاجهزة الاتية :

1 - ملعب كرة الطائرة قانوني 2 - كرات طائرة قانونية عدد (25) كرة نوع (MIKASA) 3 - شريط ملون

4 - شريط قياس 5 - مسطرة عدد (1) 6 - شبكة طائرة عدد (2) 7 - اقلام رصاص عدد (32)

8 - استمارات جمع البيانات 9 - كاميرة تصوير عدد (1) 10 - ساعة توقيت عدد (2) 11 - صافرة عدد (2) .

2 - 4 إجراءات البحث الميدانية :

2 - 4 - 1 إجراءات بناء مقياس البناء النفسي :

أعتمد الباحثان في تحديد مجالات المقياس وصياغة فقراته اذ تبني الباحث في بناء مقياسه الوارد عن (اسلام محمود) حيث عرفه (وهو جملة المكونات المتكاملة الجسمية والحركية والعقلية والمعرفية والانفعالية العاطفية والروحية التي ترتبط مع بعضها ارتباطا وظيفيا والتي تكون القوى الدينامية المحددة



الشكل والمتداخلة والمتفاعلة معا والتي تؤثر في بعضها البعض وتنشأ من خبرات الإشباع والإحباط التي يتعرض لها الفرد وتكون في النهاية البنية النفسية المميزة للفرد).
وبذلك تكون المجالات التي حصلت على موافقة السادة الخبراء لصلاحيتها في قياس البناء النفسي هي: (الجسمي ، النفسي الانفعالي ، الاجتماعي ، المعرفي العقلي ، الروحي السلوكي) قام الباحث بأعداد (50) فقرة موزعة على مجالاته الخمسة بواقع (10) فقرة لكل مجال ، أعتد الباحث ثلاث بدائل للإجابة على فقرات مقياس (البناء النفسي) وكانت بدائل الاجابة (دائماً ، احياناً ، ابدأ) ومفتاح التصحيح (3 ، 2 ، 1) للفقرات الإيجابية و (3 ، 2 ، 1) للفقرات السلبية ، حيث تكون مقياس البناء النفسي بصورته النهائية من (38) فقرة، كما تضمن المقياس عدد من البدائل اذ اعتمد الباحث سلم التقدير الثلاثي وهي (دائماً) اعطيت الوزن (3) درجة ، (أحياناً) اعطيت الوزن (2) درجة ، (ابداً) اعطيت الوزن (1) درجة ، وأن فقرات المقياس كلها ايجابية ، وعند احتساب درجات المقياس اذ أن اعلى درجة للمقياس هي (114) و اقل درجة (38) وبوسط فرضي (76) .

2 - 1 - 4 - 1 الخصائص السيكومترية لمقياس (البناء النفسي):

اولاً : صدق المقياس :

استعمل الباحث صدق المحتوى و صدق التكوين الفرضي للتحقق من صد المقياس .

1 - صدق المحتوى : وهناك نوعان من صدق المحتوى هما :

أ - الصدق الظاهري : وقد تحقق هذا النوع من الصدق عندما تم عرض مقياس البناء النفسي على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال (علم النفس الرياضي والاختبار والقياس والتعلم الحركي والكرة الطائرة) لإقرار صلاحية مجالات وفقرات المقاييس ومدى قدرة تلك العبارات على قياس مكونات السلوك التي تقيسها وقد كان عددهم (11) خبيراً .

ب - الصدق المنطقي : وقد تحقق من هذا النوع للمقياس في ضوء التعريف الدقيق لكل مجال ، وقد تبنى الباحث تعريفاً لكل مجال من المجالات التي تغطيها فقرات المقياس ، وقد تم التحقق من تغطية فقرات المقياس للمجالات بحسب رأي الخبراء .

2 - صدق التكوين الفرضي : قد تحقق الباحث من صدق التكوين الفرضي بالطريقتين الاتيتين :

أ - القدرة التمييزية (المجموعتان الطرفيان) : من خلال استعمال طريقة المجموعتين الطرفيتين لإبقاء الفقرات ذات التميز العالي .

ب - الاتساق الداخلي : وقد استعمل الباحث هذا الأسلوب عندما أوجد معاملات ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس وارتباط الدرجة بالمجال ، وكذلك معامل ارتباط المجال بالدرجة الكلية .

ثانياً : ثبات المقياس :



للتحقق من ثبات المقياس استخدام الباحث الاتي :

1 – طريقة التجزئة النصفية : تعتمد طريقة التجزئة النصفية أساساً على تقسيم فقرات الاختبار على قسمين يحصل كل فرد على درجة من كل قسم وهكذا يصبح كل قسم وكأنه اختبار مستقل ولكن " يتم اجراء الاختبار مرة واحدة أي أن الفترة الزمنية بين أجزاء القسمين معدومة " ، وتم احتساب التجزئة النصفية من خلال عزل الفقرات الفردية عن الفقرات الزوجية من اجل معرفة التجانس بين الفقرات الفردية والزوجية والجدول (2) يبين نتائج .

2 – معادلة الفاكرومباخ : أن فكرة هذه الطريقة تقوم على اساس حساب الارتباطات بين العلاقات المجموعة الثابت على جميع الفقرات في الاختبار ، وكأننا قسمها الاختبار ليس على قسمين كما لاحظنا في الطريقة النصفية بل هنا يقسم على عدد من الاجزاء يساوي عدد فقراته ، أي كل فقرة تشكل اختبار فرعياً والجدول (2) يبين نتائج ذلك .

جدول (2)

يبين نتائج الثبات للمقياس (البناء النفسي)

معادلة الفاكرومباخ	التجزئة النصفية			المقياس البناء النفسي
	معادلة سبيرمان براون	معامل الارتباط	Sig	
0.897	0.887	0.796	0.000	4.106

2-4-2 اختبار قياس دقة مهارة الضرب الساحق القطري:

الهدف من الاختبار : قياس دقة مهارة الضرب الساحق لمناطق محددة .

الأدوات المستعملة : ملعب الكرة الطائرة قانوني ، كرات عدد (5) ، شريط لاصق ملون لتقسيم الملعب المقابل للطالب المختبر الى مثلثين متساويين ثم يقسم المثلث الداخلي وعلى ثلاث مناطق قياس كل منطقة (3) أمتار ، استمارة تقييم.

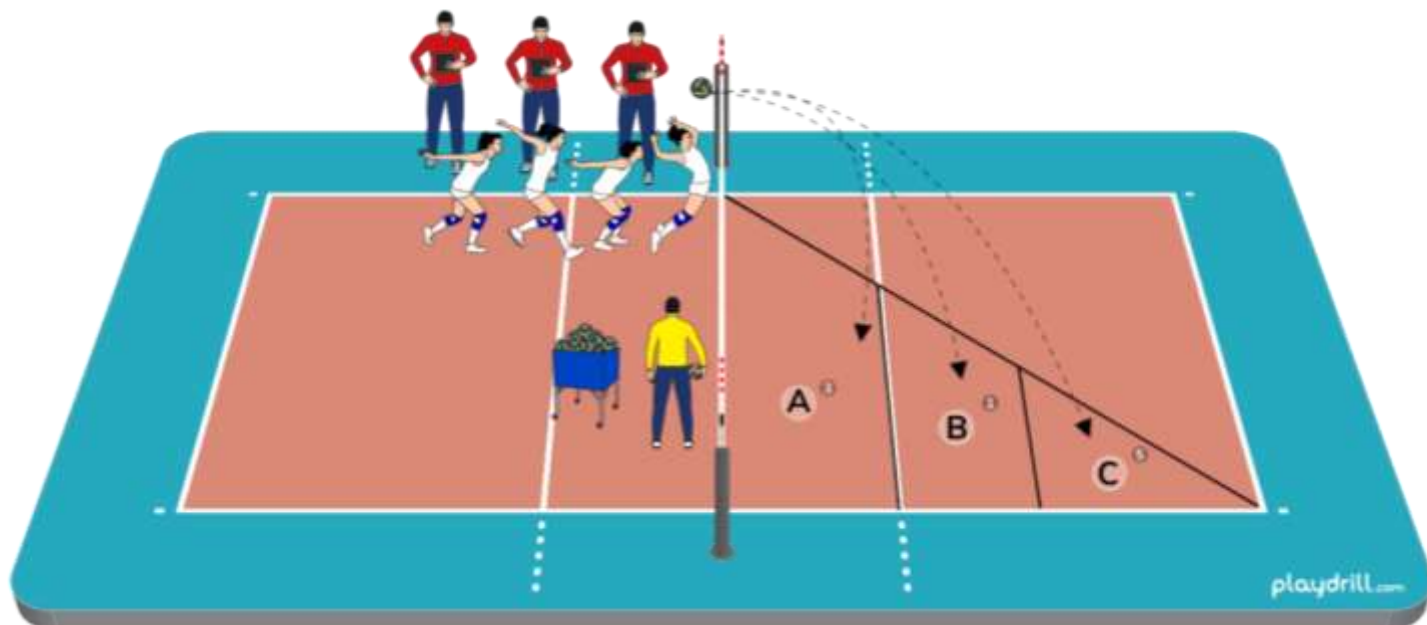
طريقة الأداء : بعد الأداء يقوم الطالب المختبر بالضرب الساحق المستقيم نحو المثلث الداخلي لجهة الشبكة.

شروط الأداء :

- 1 - لكل طالب خمس محاولات .
- 2 - يلزم أن يكون الأعداد جيداً في كل محاولة .
- 3 - تحسب الدرجات علة وفق مكان سقوط الكرة :
 - أ – المنطقة الأولى (3) درجات .
 - ب – المنطقة الثانية (1) درجة .
 - ج – المنطقة الثالثة (5) درجات .



د - خارج هذه المناطق يحصل المختبر على (صفر).
التسجيل : يسجل للطالب المختبر الدرجات التي حصل عليها في المحاولات الخمس أي أن لهذا الاختبار هي (25) درجة .



الشكل (1)

يوضح اختبار دقة مهارة الضرب الساحق بالكرة الطائرة

2- 4 - 3 التجربة الاستطلاعية للاختبارات المهارية :

أجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين الموافق (2025/1/6) في الساعة الحادية عشر صباحاً في ملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل على (14) طالب من خارج عينة البحث الرئيسية ، وقد تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، اذا كان الهدف من التجربة ما يأتي :

- 1 - التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات . 2- التأكد من صلاحية وملاءمة الاختبارات لأفراد العينة.
- 3 - التعرف على الوقت المستغرق لأجراء الاختبارات . 4- التأكد من كفاءة فريق العمل المساعد .
- 5 - التعرف على الصعوبات التي يمكن أن تحدث خلال تطبيق التجربة الرئيسية لأجل وضع الحلول لها .



2-4-4 التجربة الرئيسية

قام الباحثان بتوزيع استمارات مقياس البناء النفسي واجراء اختبار دقة مهارة الضرب الساحق لأفراد عينة البحث الرئيسية ، يوم الاثنين الموافق (2025/2/3) في تمام الساعة العاشرة صباحاً على قاعات و ملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل .

2-4-5 الوسائل الاحصائية :

1- النسبة المئوية. 2- الوسط الحسابي. 3- الانحراف المعياري. 4- المنوال. 5- معامل الالتواء

6- قانون (t) للعينات المتناظرة والمستقلة .

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض نتائج معامل الارتباط بين البناء النفسي ودقة اداء مهارة الضرب الساحق:

جدول (3)

يبين قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	دلالة
البناء النفسي	98.68	2.31	0.90	معنوي
دقة اداء مهارة الضرب الساحق	36.20	1.062		

يبين الجدول (3) ان الوسط الحسابي للبناء النفسي بلغت قيمته (98.68) وبانحراف معياري قيمته (2.31) اما بالنسبة لدقة اداء مهارة الضرب الساحق فبلغت قيمته (36.20) وبانحراف معياري قيمته (1.062) ام قيمة معامل الارتباط فبلغت (0.90) .

يعزو الباحثان وجود هذه العلاقة الى ضعف البنية النفسية لدى الطلاب ، اذ ان العامل النفسي يعد من اعمدة النجاح في العملية التعليمية ، ولذلك ينبغي على المعلمين توظيفه في خدمة الطلاب ، عبر تعزيز شعورهم بالهدوء ، والثقة ، والتفاؤل ، كذلك ترسيخ الثقة المتبادلة والتعاون والاحساس بمسؤولية مشتركة بين جميع الافراد.

ينبغي على المعلم أن يغرس الثقة في نفوس الطلاب عند أداء المهارات ، لان غياب الثقة في النفس لدى بعض الطلاب يعرضهم للفشل والخوف خلال عملية التعلم ، مما قد يؤدي الى اضطراب نفسي مثل القلق او التوتر ، ان تعزيز الثقة الذاتية يعد من الركائز الاساسية لدعم الأداء التعليمي ، اذ يساعد الطلاب على مواجهة التحديات بثبات والتقليل من التوتر النفسي.

وهذا ما يؤكد (عبدالله الموسوي) بان "الاهتمام بالمتعلم وجعله محورا للعملية التعليمية ومركزا للنشاط واحترام آرائه وقدراته وغمره بالعطف والقبول والتشجيع هو عامل اساس يساعد على التعلم".



كما انه "عندما يتم تبادل أفكار متنوعة وتجارب مبتكرة ، يمكن أن ينشأ بيئة تشجع على الابتكار في تطبيق مهارة الضرب الساحق الكرة الطائرة يمكن للطلاب أن يستوحوا من أركان الآخرين لتجربة أساليب جديدة وفعالة".

4-الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

- 1 – تم بناء مقياس البناء النفسي لدى طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 2 – أظهرت نتائج الدراسة أن اعتماد مقياس البناء النفسي كان له تأثير جوهري وإيجابي في تعزيز جوانب النفسية لدى الطلاب .
- 3 – هناك علاقة إيجابية بين البناء النفسي ودقة أداء الضرب الساحق بالكرة الطائرة .

2-4 التوصيات:

- 1 – يوصى باستخدام مقياس البناء النفسي كأداة تشخيص وتقييم لمتابعة التطورات الحاصلة في هذا المتغير بشكل دوري لدى الطلبة ، بما يساهم في رصد الأثر التعليمي والنفسي للتدخلات التعليمية المختلفة .
- 2- ضرورة إجراء المزيد من الدراسات التجريبية والتطبيقية التي تتناول مهارات أخرى في الكرة الطائرة ، وكذلك في الألعاب الجماعية الأخرى ، مع توسيع قاعدة العينات لتشمل كلا الجنسين ومختلف الفئات العمرية .
- 3 – خلق بيئة تدريبية تشجع على الخطأ والتعلم يجب أن يشعر الطالب أن الأخطاء جزء من عملية التعلم وليس دليل فشل .



المصادر:

- اسلام محمود شهوان : البناء النفسي لشخصية الأسير الفلسطيني وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، غزة ، الجامعة الإسلامية ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، 2007 .
- عبدالله حسن الموسوي : الدليل الى التربية العلمية ، أريد ، عالم الكتب الحديث ، 2005 .
- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : الاختبارات النفسية والمهارية ، مصر ، دار الفكر العربي ، 1987 .
- محمد صبحي حسانين ، حمدي عبد المنعم : الأسس العلمية للكرة الطائرة وطرق القياس والتفوييم ، ط1 ، القاهرة ، دار الكتاب للنشر ، 1997 .
- Capranica ،L. ،Tessitore ،A. ،Guidetti ،L. ،& Figura ،F. Pedagogical knowledge exchange among youth volleyball coaches. International Journal of Sports Science & Coaching ،2020.
- Mihaela, P.L. (2015). *Psychological Factors of Academic Success*. [PDF] Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S187704281501664>

X

الملاحق:

ملحق (1)

أسماء الخبراء و المختصين الذين عرضت عليهم استمارة استبيان مقياس البناء النفسي

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص الدقيق	مكان العمل
1	عامر سعيد جاسم الخيكاني	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
2	حيدر عبد الرضا الخفاجي	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
3	أمل علي هادي سلومي	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
4	محمد نعمة الشمري	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
5	هيثم حسين عبد الجبوري	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
6	هيثم محمد كاظم الجبوري	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
7	عبدالودود احمد الزبيدي	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة تكريت كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
8	حسين عبد الزهرة	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة كربلاء كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
9	عايد كريم الكفاني	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة القاسم الخضراء كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
10	سلام محمد حمزه	أ.د	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة
11	رعد عبد الامير الفتلاوي	أ.م.د	علم النفس الرياضي	جامعة بابل كلية التربية البدنية و علوم الرياضة



ملحق (2)

مقياس البناء النفسي بصورته النهائية

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	أبداً
1	تمتاز قفرتي بارتفاع وقوتها مما يساعدني على الوصول إلى الكرة بسهولة			
2	أتقن استخدام كلتا يدي مما يجعلني أكثر مرونة في استقبال وتمرير الكرة			
3	طولي المثالي يساعدني على الوصول إلى الكرات العالية			
4	أتمتع بقدر كبير من التحمل مما يساعدني على الحفاظ على مستواي طوال الدرس			
5	قوتي العضلية تساعدني على تنفيذ الضربات القوية والفعالة			
6	ممارسة كرة الطائرة بانتظام ساهمت في تحسين لياقتي البدنية بشكل ملحوظ			
7	الغذاء الصحي المتوازن يمدني بالطاقة اللازمة لأداء التمارين بشكل فعال			
8	أمتلك قدرة جيدة على التصدي للكرات القوية وأساهم في تحويل الهجمات			
9	أشعر بالثقة الكاملة بقدرتي على تقديم أفضل ما لدي للتعلم في الدرس			
10	أجد صعوبة في التحكم في الانفعالات مما قد يؤثر سلباً على التواصل مع زملائي في الدرس			
11	أنا ملتزم بتنفيذ الخطط التي يضعها المدرس وأثق بقدرتي على تحقيق الأهداف			
12	العلاقة القوية التي تربطني بزملائي في الدرس هي سر قوتنا ونجاحنا والذي يؤدي إلى المزيد من الجهد والتعلم			
13	كل درس هو فرصة للتعلم والتطور وأنا فخور بالتقدم الذي أحرزه في أداء المهارات			
14	التعلم مع زملائي جعلني شخصاً أكثر قوة وثقة بنفسني			
15	أتعلم من أخطائي وأستفيد من كل تجربة أمر بها أثناء الدرس			
16	كلما تعلمت زادت ثقتي بقدراتي وارتفعت معنوياتي والتعامل مع الأخطاء أثناء التعلم في الدرس			
17	دعم زملائي في الدرس يعزز ثقتي بقدراتي			
18	العمل الجيد هو أساس نجاحنا وأعتبر أي تصرف يؤثر سلباً على الطلاب			
19	أشعر بالفخر عندما يتم تكريم أحد زملائي فهذا يعكس التزامنا جميعاً بالتميز والتفوق			
20	ميدان اللعب علمني أهمية الاحترام المتبادل بين الطلاب			
21	التدريبات والمنافسات الشديدة في الدرس صقلت إرادتي وقدرتي على التحمل			
22	أستغل وقتي في الدرس لتطوير مهاراتي ومساعدة زملائي			
23	كل تعلم في الدرس يزيد من ثقتي بنفسني وإرادتي			
24	أقسم محتوى المهارة إلى أجزاء ليسهل تعلمها في الدرس			
25	لدية المعلومات كافية عن قواعد لعبة الكرة الطائرة			
26	أبادر في إجراء عملية التعديل على بعض المعلومات الرياضية للمهارة التي ترد للخروج بمعلومات جديدة			
27	أتعامل مع المهارات على أنها وحدة واحدة مكملة للأخرى في التعلم			



ت	الفقرات	دائماً	احياتاً	ابداً
28	أقسم المهارة الرياضية الى عدة اقسام لكل منها معنى خاص بها ومن ثم الربط بينها لتكوين المهارة ككل			
29	أكون مهارة رياضية جديدة استنادا للمهارات السابقة التي تعلمتها			
30	أعدل وبصورة مستمرة في المعلومات المعرفية في الجانب التعليمي			
31	أستخدم الاشكال والرسوم عند الاجابة عن اداء المهارات في الدرس			
32	الإيمان هو الوقود الذي يدفعني لتقديم أفضل أداء لتعلم المهارة في الدرس			
33	التوكل على الله يمنحني الثقة بالنفس والتركيز اللازمين للتفوق في تطوير مهاراتي باستمرار			
34	الكلية هي بيتي الثاني وزملائي هم عائلتي الكبيرة وأسعى دائماً لإسعادهم بتقديم عروض قوية ومثيرة			
35	أعتبر التحديات التي أوجهها في الدرس فرصة للتطور والنمو وأسعى دائماً لتحويل الصعاب إلى نقاط قوة			
36	قيمتي الدينية تشكل أساس شخصيتي الرياضية وتساعدني على اتخاذ القرارات الصحيحة داخل وخارج الدرس			
37	الابتسامة هي لغة عالمية وأسعى دائماً لخلق جو إيجابي بين زملائي لتقوية الروابط			
38	الرياضة هي عبادة وأنا أؤديها بكل إخلاص			

