

## بناء مقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو في العراق

أ. م. د. محمود شكر صالح drmahmood64@hotmail.com

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

تاريخ تسليم البحث ٢٠١٩/٥/٢٦ ..... تاريخ قبول النشر ٢٠١٩/٧/٣

### المخلص

#### هدف البحث الى :

- بناء مقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو في العراق.
  - إيجاد مستويات معيارية للاعبين التايكواندو في العراق في ضوء مقياس الذات المهارية.
  - التعرف على الذات المهارية للاعبين التايكواندو في العراق.
- تمثل مجتمع البحث بلاعبين التايكواندو المشاركين في بطولة العراق للموسم الرياضي ٢٠١٨ ، والبالغ عددهم (١٧٨) لاعباً ، موزعين على ( ١٨ ) نادياً. أما عينة البحث فقد تمثلت بالذين استطاع الباحث الوصول اليهم والحصول على اجاباتهم عن فقرات المقياس المراد بناؤه، والبالغ عددهم ( ١٢٤ ) لاعباً من الأندية الثمانية عشر المشاركين، بنسبة ( ٦٤,٢٤ ) من المجتمع الكلي للبحث والبالغ عددهم (١٧٨).
- إذ تم تقسيم عينة البحث الى عينتين تمثلت بعينة بناء(٦٠)لاعباً و (١٢٤) لاعباً كعينة تطبيق .
- استخدم الباحث الوسائل الإحصائية اللآتية للتوصل إلى نتائج البحث وهي النسبة المئوية ، والوسط الحسابي ، والانحراف المعياري و، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، وقانون (ت) للفروقات ، ومعامل الالتواء .

#### واستنتج الباحث ما يأتي:

- تم بناء مقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو.
  - تم إيجاد المستويات المعيارية لمقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو.
  - إن اغلب لاعبي التايكواندو هم بالمستوى المعياري (متوسط) في مقياس الذات المهارية.
- وأوصى الباحث الى ما يأتي:
- اعتماد المقياس المعد في هذا البحث كمؤشر لقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو.
  - اعتماد المستويات المعيارية التي استخرجها الباحث .
- الكلمات المفتاحية : ( الذات المهارية ، لاعبي التايكواندو ، الدافعية نحو الانجاز ، الخبرات الرياضية)

### Building the self-esteem of Taekwondo players in Iraq

Dr. Mahmoud Shukr Saleh drmahmood64@hotmail.com

University of Mosul - College of physical Education & sport scenes

#### The study aimed:

- 1- Building a self-assessment scale for the Taekwondo players in Iraq.
  - 2-Creating standard levels of Taekwondo players in Iraq in the light of the self- assessment scale.
  - 3-self-identification skills of Taekwondo players in Iraq.
- the Iraqi The research community is represented by the Taekwondo players participating in

championship for the sports season 2018, which are (178) players distributed in (18) clubs. The sample of the research consisted of those who were able to reach them and obtain their answers on the scales of the scale to be built. The number of (124) players from the (18) participating clubs was (64,24) of the total research community (178) The sample is divided in two samples of (60) players and (124) players.

The researcher used the necessary statistical means in constructing the skill level of the Iraqi players in Taekwondo .

**The researcher concluded the following :**

- 1- the self-assessment scale of Taekwondo players was built.
- 2- the standard levels of the self-assessment of the skills of Taekwondo players were found.
3. Most Taekwondo players are at the standard (average) level in the self-assessment scale.

The researcher recommended to adopt the scale prepared in this research as an indicator to measure the self-assessment of the skill of Taekwondo players.

**Key words: (Skill Self, Taekwondo Players, Motivation Towards Achievement, Mathematical Experiences)**

١-١ التعريف بالبحث:

١-٢ المقدمة وأهمية البحث :

تعد رياضة التايكواندو واحدة من الألعاب الأولمبية التي شهدت تطوراً كبيراً وانجازاً عظيماً ، وذلك لدخولها مضمار الألعاب الأولمبية، وإن الوصول إلى المستويات الرياضية العالية وتحقيق الفوز في رياضة التايكواندو لم تعد عملية سهلة كونها تحتاج إلى تخطيط من الناحية البدنية والمهارية والخطوية والنفسية . كما إن تأهيل لاعب التايكواندو لا يقتصر على الجانب البدني كونه يمثل أهم المكونات للألعاب الأخرى ، وإنما تعتمد لعبة التايكواندو على الجانب المهاري والخططي والنفسي ، فضلاً عن أن مستوى الأداء المهاري للاعب تؤثر فيه عدة عوامل من ضمنها الجانب النفسي ، فخلال المباريات نجد أن اللاعب يتعرض لمواقف مختلفة لظروف المباراة والتحكيم وبالتالي سيولد نوع من الاستثارة التي تختلف درجتها، كما وان شدة هذه الاستثارة ستحدد طبيعة مستوى الأداء المهاري للاعب اثناء المباراة .

تعد لعبة التايكواندو رياضة لها أهميتها من حيث المكانة التي تحتلها الألعاب كافة. إذ تتأثر بكثير من الضغوط المحيطة بها لذا فهي تتعامل مع معظم العلوم لكي تصل باللاعب للمستوى الذي يطمح إليه ، وقد تكون هناك صعوبة للاعب في تفاعله مع المجتمع الرياضي الذي يعيش فيه ، مما يؤثر على الصورة التي يكونها عن نفسه من خلال علاقاته المتبادلة مع الآخرين، ونتيجة لشعوره بالضعف سوف تكون لهذه الصورة أهمية كبرى في بناء شخصيته ومكانته وهذا نتيجة شعور اللاعب بالنقص المهاري .

يعد مفهوم الذات من المفاهيم النفسية المهمة لكل شخص يبذل المزيد من الجهد من أجل حماية ذاته وتدعيم قيمة الذات ، لأن قيمة الرياضي لذاته هي مفتاح الدافعية وتزداد هذه الدافعية نحو الانجاز ، كما أن الخبرات الرياضية المبكرة ذات أهمية كبيرة في تشكيل الثقة بالنفس ، والعكس من هذا للذين لديهم خبرات فشل مبكرة يصبحون أقل ثقة بأنفسهم ويشعرون بقيمة أقل لأنفسهم ، من هنا يجب التأكيد على نقطة مهمة هي أن يتعرف اللاعب على نواحي

الخطأ في أدائه. (علاوي، ٢٠٠٢، ٣٣) وإن مفهوم الذات في المجال الرياضي هو ما يكونه الرياضي من صورة عن نفسه من خلال ما يؤديه من مهارات رياضية مختلفة ، ويعدّها مصدراً للتأثير في البيئة المحيطة، إذ تؤدي الذات المهاري دوراً مهماً في التأثير على أداء اللاعبين، وإن مستوى الذات لديهم يمثل العامل الحاسم في انجاز أقصى أداء ممكن من حيث التأثير المباشر في مستوى الرياضي في الألعاب الفرعية عنه في الألعاب الفردية، وذلك لأن الألعاب الفردية وخاصة رياضة التايكواندو تكون المسؤولية فيها موجهة الى اللاعب وحده معتمداً على قدراته الشخصية وقابليته متمثلة بفاعليته أو كفاءته الذاتية .

ان أهمية الذات المهارية تبرز لنا واضحة في هذا المجال من خلال تأثيرها المباشر في اللاعب نفسه والذي ينعكس على ما يقدمه من مستوى في اثناء سير المباراة فعندما يشعر الفرد بحالة عدم الرضا سوف ينعكس هذا بصورة سلبية في انجازه الرياضي . لذا فان الذات المهارية تعد من انواع الذات التي تعني تعبير الفرد عما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبة ما، ومدى كفايته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل في مجموعها المهارات الحركية الأساس في تلك اللعبة ، وإن امتلاك هذه الصفة تتولد من خلال الأستمرارية في التجريب واكتساب الخبرة من خلال المشاركات في البطولات .

ومن هنا برزت أهمية البحث في دراسة الذات المهارية وذلك لكون لاعب التايكواندو لا يعتمد على اتقان المهارات الحركية بذاته المهارية ، والاستعداد النفسي الجيد عن ذاته وامتلاكه لها نتيجة لتراكم خبرات التدريب والمنافسات الوصول الى الأداء الجيد، بعيداً عن كل أنواع السلوكيات العدوانية التي تكون موجهة إلى اللاعب المنافس التي تؤثر عليه سلبياً، هنا كان لابد من دراسة هذه المتغيرات النفسية للاعب التايكواندو .

#### ١-٢: مشكلة البحث :

نشاهد لاعب التايكواندو في أثناء ممارسته رياضة التايكواندو أكثر توتراً وقلقاً قياساً ببقية الالعاب الأخرى، إذ نلاحظ الاختلاف وبدرجة عالية فاللاعبين يمرون بحالات نفسية ويتحملون عبئاً كبيراً نتيجة لما تتطلبه رياضة التايكواندو من أداء فردي، ومن خلال خبرة الباحث في مجال اللعب، والتدريب والاطلاع على المصادر العلمية في رياضة التايكواندو وعلى حد علم الباحث توصل إلى عدم وجود مقياس للذات المهارية مبنياً على أسس علمية للاعب التايكواندو، ونظراً للدور الكبير الذي يلعبه معرفة اللاعب بذاته المهارية كما تشير الكثير من المصادر وفي الالعاب الرياضية المختلفة ولما كانت مقاييس الذات المهارية تبنى وفقاً لمتطلبات كل نشاط رياضي خاص، لذا دعت الحاجة الى تناول بناء مقياس الذات المهارية بلعبة التايكواندو لأهميتها ودورها في اعطاء الصورة المهارية للاعب فضلاً عن كونها وسيلة تقويمية وموضوعية يمكن أن يتناولها الباحث بمزيد من الاهتمام والدراسة

#### ١-٣: أهداف البحث: يهدف البحث الى ما يأتي:

١-٣-١ بناء مقياس الذات المهارية للاعب التايكواندو في العراق.

١-٣-٢ التعرف على مستوى الذات المهارية للاعب التايكواندو في العراق.

١-٣-٣ إيجاد مستويات معيارية للاعب التايكواندو في العراق في ضوء مقياس الذات المهارية.

#### ٤-١ مجالات البحث

١-٤-١ المجال البشري: لاعبو التايكواندو في العراق، المشاركين في بطولة العراق للموسم الرياضي (٢٠١٨)

١-٤-٢ المجال الزمني: المدة من ١١/١٢ / ٢٠١٨ ولغاية ٢٦ / ٣ / ٢٠١٩ .

١-٤-٣ المجال المكاني: القاعات الرياضية للأندية الرياضية.

#### ١-٥ مصطلحات البحث :

- **تقدير الذات:** هو عبارة عن "مدرك أو اتجاه يعبر عن إدراك الفرد لنفسه وعن قدرته على كل ما يقوم به من أعمال وتصرفات، ويتكون هذا المدرك في إطار حاجات الطفولة، وخاصة الحاجة إلى الاستقلال والحرية والقبول والنجاح". (فهيمي، ١٩٨٧، ٢٤٥) كما يعرف بأنه "عبارة عن تقييم الشخص لذاته على نهاية قطب موجب أو سالب أو بينهما". (الطحان، ١٩٩٥، ٣٧)

- **الذات المهارية:** هي عبارة عن تقدير الرياضي لما يتمتع به من مهارات حركية خاصة بلعبته ومهما كانت كفاءته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية المختلفة التي تشكل من مجموعها المهارات الحركية الأساسية . (علاوي، ٢٠٠٢، ١٥٢)

- **التايكواندو:** هي فن من فنون القتال يعود اصلها الى كوريا نشأت قبل (٢٠٠٠) سنة، تعني فن استخدام الركل بالرجل والضرب بالقبضة . (زهران، ٢٠٠٤، ١٣).

- **الذات المهارية في التايكواندو:** ما يتمتع به اللاعب من مهارات حركية ومدى كفاءته واستعداداته بالنسبة للمهارات الحركية فضلاً عن ادراك مستوى الحالة للمهارات الأساسية والاستمرار في أداء التدريبات عليها بروح عالية في لعبة التايكواندو .

#### ٢- الدراسة المشابهة:

- **دراسة العنزى (٢٠١١)** بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق هدف البحث إلى ما يأتي:

- بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق .  
واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المعيارية والمسحية لملائمتها والبحث الحالي .  
واشتملت عينة البحث على لاعبي كرة اليد الذين يمثلون أندية المنطقة الشمالية في العراق المشاركين في بطولة دوري القطر بكرة اليد للموسم ٢٠١٠/٢٠١١ والذين سيمثلون عينة البناء للمقياس والبالغ عددهم (٩٦) لاعباً، حيث تم صياغة فقرات المقياس بصورته الأولية وبواقع (٨٢) فقرة، منها (٢٩) فقرة سلبية و(٥٣) فقرة ايجابية، وتكون الإجابة عنه في ضوء مقياس خماسي التدرج (دائماً، غالباً، احياناً، نادراً، ابداً)، وتم بعد ذلك استخراج الصدق الظاهري للمقياس بعرضه على السادة الخبراء والمتخصصين، وأسفرت هذه العملية عن حذف (١٥) فقرة من المقياس الأولي، وكذلك تم استخراج القوة التمييزية للفقرات الباقية، واستخراج معامل الاتساق الداخلي،

وأُسفرت هذه العملية عن حذف (٤٥) فقرةً من المقياس كونها فقرات غير مميزة أو غير متسقة مع المقياس، وبذلك أصبح المقياس النهائي يتكون من (٢٢) فقرةً بصورته النهائية، وتم التحقق من ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية.

### ٣- إجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته وطبيعة البحث الحالي.  
٣-٢-١ مجتمع البحث: تمثل مجتمع البحث بلاعبين التايكواندو المشاركين في بطولة العراق للموسم الرياضي ٢٠١٨، والبالغ عددهم (١٧٨) لاعباً موزعين على (١٨) نادياً. والجدول (١) يبين ذلك.

جدول (١) يبين مجتمع البحث

ت	اسم النادي	اللاعبين	العينة المأخوذة
١.	السليمانية	١٤	٨
٢.	نوروز	١٦	٨
٣.	أشتي	١٢	٨
٤.	الشورجة	٨	٦
٥.	العلم	٨	٦
٦.	برائتي	٨	٦
٧.	حليجة	١٢	١٠
٨.	زيريفاني	٨	٦
٩.	رانيا	٨	٦
١٠.	الموصل	١٤	١٢
١١.	المستقبل المشرق	١٢	١٠
١٢.	جمجمال	٨	٦
١٣.	سعد	٨	٦
١٤.	سيروان	٨	٦
١٥.	الطوز	٨	٤
١٦.	الثورة	٦	٤
١٧.	زاخو	١٣	٨
١٨.	ارارات	٧	٤
	المجموع	١٧٨	١٢٤

٣-٢-٢ عينة البحث

تمثلت من الذين استطاع الباحث الوصول اليهم والحصول على اجاباتهم عن فقرات المقياس المراد بناؤه، والبالغ عددهم ( ١٢٤ ) لاعباً من الأندية الثمانية عشر المشاركين، بنسبة ( ٦٤,٢٤ ) من المجتمع الكلي للبحث والبالغ عددهم ( ١٧٨ )، والجدول ( ٢ ) يبين عينة البحث.

جدول (٢)

(عينة البناء والتطبيق)

عينة التطبيق	عينة البناء				العينة
	المجموع	ثبات	تمييز	تجارب	
١٢٤	٩٦	٣٠	٦٠	٦	١٢٤

٣-٣ أداة البحث

٣-٣-١ خطوات البناء لمقياس الذات المهارية

يتم بناء المقاييس والاختبارات عندما يكون الاختبارات المنشورة في المراجع والدوريات العلمية المتخصصة غير مناسبة للعينة المحلية . (رضوان ، ٢٠٠٦ ، ٤٦١)

لاحظ الباحث أن هناك تعاريف نظرية للذات المهارية تشمل محتوى الموضوع تم الاستعانة بها في عمليات بناء المقياس وتوظيفها بما يخدم البحث، إذ تطلب البحث بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي التايكواندو في العراق، واتبع الباحث الخطوات الآتية للبناء:

٣-٣-١-١ اعداد الصيغة الأولية للمقياس

من خلال خبرة الباحث العلمية والعملية والأكاديمية كونه لاعباً ومدرباً في التايكواندو، قام بإعداد الصيغة الأولية للمقياس بحيث تشمل على جميع المهارات الهجومية والدفاعية الأساسية في لعبة التايكواندو، حيث قام بصياغة فقرات المقياس الأولية في ( ٦٣ ) فقرة، منها ( ٤٢ ) فقرة ايجابية ن ، و ( ٢١ ) فقرة سلبية، واعتمد في اعداد الفقرات وصياغتها على اسلوب الاختيار من متعدد، إذ يقوم اللاعب تحديد اجابته باختيار بديل واحد من بين عدة بدائل لها أوزان مختلفة علماً ان بدائل المقياس المقترحة خمسة بدائل هي دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً تعطى لها أوزان بين (١-٥) درجة للفقرات السلبية ومن (٥-١) للفقرات الايجابية وقد روعي في اعداد وصياغة فقرات المقياس ما يأتي :

- ان لا تكون الفقرات طويلة .
- ان تكون العبارة قابلة لتفسير واحد.
- ان تكون العبارة بصيغة المتكلم .
- عدم استخدام العبارات التي يحتمل ان يجيب عنها الجميع أو لا يجيب لكي لا تتعدم فرصة المقارنة أمام الباحث.
- ان تكون العبارة واضحة ومفهومة المعنى والهدف .
- ان لا تكون الفقرات كاشفة عن نفسها(كاظم ، ١٩٩٠ ، ٩٧ ) .

### ٣-٣-٢ التحليل المنطقي لل فقرات:

٣-٣-٢-١ صدق المحكمين للمقياس: لغرض التعرف على صدق الفقرات تم عرض المقياس بشكله الأولي (٦٣) فقرة كما في الملحق (١) على السادة ذوي الخبرة والاختصاص في علم النفس الرياضي ، والقياس والتقويم كما في الملحق رقم (٢)، لغرض تقويمه والحكم على مدى صلاحيتها وملائمتها للمجال الذي خصصت له واجراء التعديلات المناسبة من خلال حذف أو اعادة صياغة أو إضافة وبما يتلاءم ومجتمع البحث فضلاً عن ذكر صلاحية بدائل الإجابة المقترحة ، اذ يعد هذا الأجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقياس والملحق رقم (١) يبين ذلك . اذ يمكن اعتماد صدق المحكمين نوع من أنواع الصدق وان هذا الاجراء يمثل وسيلة من وسائل ايجاد الصدق في بناء المقاييس النفسية ويسمى بالصدق الظاهري (عيسوي ، ١٩٩٩، ٥٥).

وبعد جمع الاستمارات تم استخراج الصدق (صدق الخبراء) للمقياس حيث تم الاعتماد على نسبة اتفاق (٧٥%) من آراء السادة الخبراء حيث يشير بلوم وآخران، ١٩٨٣ "الى انه يمكن الاعتماد على موافقة آراء المحكمين بنسبة (٧٥%) في مثل هذا النوع من الصدق" (بلوم ، وآخرون ، ١٩٨٣ ، ١٢٦).

وبموجب هذا الإجراء الاحصائي تم استبعاد (٣) فقرات لحصولها على نسبة اتفاق أقل من (٧٥%) وهي الفقرات ذات التسلسلات ( ٦١،٢٢،١٦ ) في أصل المقياس (الملحق ١) ليصبح المقياس بواقع ( ٦٠ ) فقرة، تم الاعتماد عليها في عمليات بناء المقياس لإجراء القوة التمييزية للفقرات واجراء التجربة الاستطلاعية ، أما بخصوص صلاحية البدائل للعبارات فكانت نسبة الاتفاق عليها (١٠٠%) من قبل السادة الخبراء .

٣-٣-٢-٢ صدق المحتوى : ويسمى بالصدق المضمون ويهدف الى معرفة مدى تمثيل الاختبار أو المقياس لجوانب السمة أو الصفة او القدرة المطلوب قياسها ، وبما اذا كان الاختبار أو المقياس يقيس جانباً محددًا من هذه الظاهرة لم يقيسها كلها (علاوي و رضوان ، ٢٥٨، ٢٠٠٨) وقد تم التحقق من هذا الصدق في اداة البحث من خلال تمثيل فقرات للأداء المهاري الهجومي وفقرات اخرى للأداء المهاري الدفاعي وهكذا بقيت المهارات بحيث شمول مهارات اللعبة بفقرات حسب اهميتها وتوضيح مفهوم كل فقرة وصياغة فقراتها .

### ٣-٣-٣ التطبيق الأولي للمقياس

٣-٣-٣-١ التجربة الاستطلاعية للمقياس: قام الباحث بتطبيق التجربة الاستطلاعية لمقياس تقييم الذات المهارية لدى لاعبي التايكواندو كما في (الملحق ٢) على لاعبي نادي الموصل والبالغ عددهم (٦) لاعبين، حيث تم تطبيق التجربة الاستطلاعية بتوزيع المقياس على اللاعبين واستلامه بتاريخ (٢٦ / ١٢ / ٢٠١٨)، وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية هو:

- التعرف على الوقت المستغرق للإجابة عن المقياس حيث كان الوقت الأنسب اللازم للإجابة عن فقرات المقياس يقترب من (١٤) دقيقة.

- التعرف الى إجابات اللاعبين الأولية، اذ كانت اغلب الإجابات جيدة وتدل على فهم اللاعبين لفقرات المقياس.

- التعرف الى مدى وضوح الفقرات بالنسبة للاعبين والتي أنتجت التعرف على مقدار فهم ووضوح الفقرات بالنسبة للاعبين

## ٣-٣-٣ اسلوب المجموعتين المتضادتين

من مواصفات المقياس الجيد اجراء عملية التحليل الاحصائي لفقراته لمعرفة "قدرة الاختبار المقترح على التفريق بين الأفراد الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من السمة او القدرة من ناحية، وبين الأفراد الذين يتمتعون بدرجة منخفضة من السمة نفسها أو القدرة من ناحية اخرى (رضوان، ٢٠٠٦: ٢٤٤)، حيث تم بعد حذف الفقرات التي سقطت حسب آراء السادة الخبراء والبالغ عددها (٣) فقرات، تم توزيع فقرات المقياس الباقية والبالغ عددها (٦٠) فقرة على أفراد عينة البناء والبالغ عددها (٦٠) لاعباً، وبعد جمع الاستمارات وترتيب الدرجات ترتيباً تنازلياً، تم اختيار المجموعتين المتطرفتين والبالغ عددهما (٣٠) لاعباً في كل مجموعة من المجموعتين العليا والدنيا، وتم بعد ذلك استخراج قيمة (ت) المحسوبة لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات اجابات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، ومعرفة قدرة الفقرات على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين والجدول (٣) يبين معاملات التمييز لفقرات المقياس.

## الجدول (٣)

يبيّن قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين المتطرفتين

رقم الفقرة	معامل التمييز	رقم الفقرة	معامل التمييز	رقم الفقرة	معامل التمييز	رقم الفقرة	معامل التمييز	رقم الفقرة	معامل التمييز
١	٥,٠٧٧	١٣	١,٩٦٩	٢٥	٤,٦٢٨	٣٧	٥,٥٣٣	٤٩	٤,٨٢٩
٢	٣,٦٦٢	١٤	٣,١٧٨	٢٦	٥,٢٨٦	٣٨	٤,٧١٢	٥٠	٨,٨٢٧
٣	٤,٠٧٠	١٥	٥,٤٩٠	٢٧	٦,٠٠٥	٣٩	٦,٨٢٣	٥١	٤,٠٩٨
٤	٥,١٨٣	١٦	٤,٣٩٦	٢٨	٤,٩٧٦	٤٠	٢,٩٦٠	٥٢	٢,٤٨٨
٥	٥,٨٠١	١٧	٤,٣٩٥	٢٩	٣,٨٨٧	٤١	٤,٩٢٦	٥٣	٣,٣٦٣
٦	٤,٢١٢	١٨	٤,٨٠٨	٣٠	٥,٥٨٠	٤٢	٥,٢٨٦	٥٤	٣,٣٢٩
٧	٤,٥٨٨	١٩	٤,٤٥٢	٣١	٤,٨٩٤	٤٣	٣,٩٥٦	٥٥	١,٩٧١
٨	٣,٩٠١	٢٠	٣,٣١٠	٣٢	٤,٧٩٧	٤٤	٤,٧٥٠	٥٦	٢,٥٧٧
٨	٢,٤٧٩	٢١	٣,٣٥٤	٣٣	٥,٦٩٢	٤٥	٥,٩٨٥	٥٧	٢,٠٢١
١٠	٣,١٩٧	٢٢	٥,٨٦٠	٣٤	٥,٣٤١	٤٦	٤,٩٩٠	٥٨	٤,٠١٣
١١	٤,٧١٠	٢٣	٤,٤٠٥	٣٥	٦,٤٨٣	٤٧	٤,٢٩٥	٥٩	١,٦٥٧
١٢	٤,٥٣٩	٢٤	٦,٩٥٥	٣٦	٦,٠٦٠	٤٨	٥,٠٦٣	٦٠	٤,٠٤٤

\* قيمة (ت) الجدولية عند نسبة خطأ (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٨) = ٢,٠٠٠

يتبين من الجدول (٣) ان القيم التائية لفقرات المقياس قد اقتربت بين (١,٦٥-٨,٨٢٧) وعند الرجوع الى قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٨) والبالغة (٢,٠٠٠)، نجد ان هنالك ثلاث فقرات وهي (٥٩، ٢٥، ٥٥) كانت قيمة (ت) المحسوبة أصغر من قيمة (ت) الجدولية، اما الفقرات الباقية وعددها (٥٧) فقرة هي فقرات مقبولة والتي كانت قيمة (ت) المحسوبة لها اكبر من قيمة (ت) الجدولية .



٣-٣-٣-٣ معامل الاتساق الداخلي

يقدم هذا الأسلوب مقياساً متجانساً في فقراته بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل ، القدرة على إبراز الترابط بين فقرات المقياس (السامرائي والبلداوي ،١٩٨٧،٩٦).  
تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول الى القوة التمييزية للفقرات ، إذ إن هذا الأسلوب يقدم لنا مقياساً متجانساً في فقراته بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل ، فضلاً عن قدرتها على إبراز الترابط بين فقرات المقياس، حيث تم قياس درجة ارتباط كل فقرة مع المجموع الكلي لفقرات المقياس لعينة التمييز نفسها والبالغة (٦٠) لاعباً وللفقرات المقبولة في التمييز والبالغ عددها (٥٧) فقرة والجدول (٤) يبين ذلك.

الجدول (٤)

يبين معامل الاتساق الداخلي لفقرات المقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٥٢٨	١٣	٠,٤٨٨	٣٧	٠,٥٣٦	٤٩	٠,٦٢٥		
٢	٠,٤٣٩	١٤	٠,٥١٦	٣٨	٠,٥٨٨	٥٠	٠,٥٨٧		
٣	٠,٥٢١	١٥	٠,٥٩٢	٣٩	٠,٤٣٨	٥١	٠,٤٤٧		
٤	٠,٥٨٢	١٦	٠,٥٢٧	٤٠	٠,٥١٢	٥٢	٠,٣٤٩		
٥	٠,٧٢٨	١٧	٠,٥٦١	٤١	٠,٤٩٧	٥٣	٠,٢٧٩		
٦	٠,٤٦٠	١٨	٠,٥١٩	٤٢	٠,٤٧٨	٥٤	٠,٣٤٣		
٧	٠,٥٣٢	١٩	٠,٤١٣	٤٣	٠,٥٢٩				
٨	٠,٤٨٣	٢٠	٠,٥٣٣	٤٤	٠,٥٣٧	٥٦	٠,٢٥٦		
٩	٠,٤٦٦	٢١	٠,٦٠٢	٤٥	٠,٥٤٨	٥٧	٠,٣٧١		
١٠	٠,٤٧١	٢٢	٠,٤٩٤	٤٦	٠,٥٩٩	٥٨	٠,٤٢٤		
١١	٠,٤٩٠	٢٣	٠,٦٠٢	٤٧	٠,٥٨٩				
١٢	٠,٥٢٣	٢٤	٠,٥١٤	٤٨	٠,٤٨٣	٦٠	٠,٤٣٧		

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٥٨) ومستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٢٥٠

يتبين من الجدول (٤) ان قيم (ر) المحسوبة لفقرات المقياس يقترب بين (٠,٢٥٦-٠,٧٢٨) وعند الرجوع الى قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٨) والبالغة (٠,٢٥٠)، نجد ان جميع الفقرات مقبولة والتي كانت قيمة (ر) المحسوبة لها اكبر من قيمة (ر) الجدولية وقد اعتبرت جميع الفقرات مميزة

٣-٣-٣-٤ ثبات المقياس

يعني ثبات الاختبار درجة التماسك والدقة التي يمكن لوسيلة القياس المستخدمة ان تقيس الظاهرة موضوع القياس ويعد معامل الثبات مؤشراً احصائياً مهماً لجودة الاختبار (فرحات، ٢٠٠١، ٦٤) (٢٠٠١)  
استخدم الباحث للحصول على معامل الثبات تم استخدام معامل (ألفا) لاستخراج الثبات على عينة مقدارها (٣٠) إذ بلغت قيمة معامل ألفا (٠,٨٩٣). وهذا يعد معامل ثبات جيد .

### ٣-٣-٥ وصف المقياس وتصحيحه (الصورة النهائية)

مقياس الذات المهارية لدى لاعبي التايكواندو في العراق، والذي تم بناؤه في هذه الدراسة يتألف من (٥٧) فقرة منها (٣٧) فقرة ايجابية هي الفقرات ذات التسلسلات ( ١، ٢، ٣، ٥، ٦، ٨، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٣، ٢٤، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١، ٣٣، ٣٤، ٣٥، ٣٨، ٤٠، ٤١، ٤٢، ٤٣، ٤٤، ٤٦، ٤٨، ٥٣، ٥٤، ٥٦، ٥٧) و ( ٢٠ ) فقرة سلبية وهي الفقرات ذات التسلسلات (٤، ٧، ٩، ١٠، ١٦، ٢٠، ٢١، ٢٢، ٢٥، ٣٢، ٣٦، ٣٧، ٣٩، ٤٥، ٤٧، ٤٩، ٥٠، ٥١، ٥٢، ٥٥).

كما في الملحق(الملحق ٣)، ويتم تصحيح المقياس في ضوء مقياس خماسي التدرج، حيث يتم منح (٥) درجات للبدل (دائماً)، و(٤) درجات للبدل (غالباً)، و(٣) درجات للبدل (احياناً)، و(٢) درجة للبدل (نادراً)، و(١) درجة للبدل (ابداً)، هذا بالنسبة للفقرات الايجابية وبالعكس تم عكس البدائل بالنسبة للفقرات السلبية، حيث تعتبر الدرجة الأعلى او الأكبر هي الأفضل بالنسبة للاعب التايكواندو في تقييمه لذاته المهارية في المهارات الأساسية بالتايكواندو، اذ تنحصر درجات المقياس بين (٢٨٥-٥٧).

### ٣-٤ التجربة الرئيسة للمقياس

إذ قام الباحث بتوزيع المقياس بصورته النهائية (٥٧) فقرة الملحق (٢)، على لاعبي التايكواندو في الأندية المشمولة بالبحث وفي أوقات متفاوتة في القاعات الداخلية الخاصة بالأندية (مجتمع البحث)، وذلك للمدة من (٨ / ١ / ٢٠١٩) ولغاية (٩ / ٣ / ٢٠١٩)، حيث تم جمع واستلام (١٢٤) استمارة صالحة للتحليل الإحصائي ومكتملة الإجابات عن جميع الفقرات من اجل إجراء واكمال التحليل الإحصائي لبناء المعايير الخاصة بمقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو.

### ٣-٥ الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث للتوصل إلى نتائج البحث الوسائل الإحصائية الآتية:-

( النسبة المئوية ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، قانون (ت)، معامل الالتواء معامل ألفا ).

(التكريني والعيدي، ١٩٩٩، ٤٥٧) و(الكناني، ٢٠٠٩: ١٠ - ١٩٠)

٤- عرض النتائج ومناقشتها:

٤-١ عرض نتائج بناء مقياس الذات المهارية

بعد ان توصل الباحث لبناء مقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو يتمتع بمعاملات علمية جيدة عبر خطوات عديدة لبناء المقياس يكون قد تحقق الهدف الاول والجدول (٥) يبين ذلك

جدول (٥)

يبين المعالم الإحصائية لمقياس الذات المهارية لدى لاعبي التايكواندو

المقياس	الدرجة المثالية	س-	ع±	المنوال	الالتواء
مقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو	٢٨٥	١٩٥,٦٣٧	٣٣,١٤١	١٩٨	٠,٠٠٧١

إذ يتبين من الجدول (٥) ان الدرجة المثالية للمقياس هي (٢٨٥)، اما الوسط الحسابي للمقياس يبلغ (١٩٥,٦٣٧) وبانحراف معياري مقداره (٣٣,١٤١)، وكان معامل الالتواء (0.071). وهو معامل التواء جيد يدل على ملائمة المقياس لعينة البحث.

٤-٢ عرض نتائج المستويات المعيارية

ولتحقيق الهدف الثالث من الدراسة الوصول للمستويات المعيارية لمقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو وكما مبين في الجدول (٦)

جدول (٦)

يبين المستويات المعيارية لمقياس الذات المهارية لدى لاعبي التايكواندو

الدرجات الخام	المستويات	العدد	النسبة المئوية
١٣٠-٩٦	ضعيف جداً	١١	٨,٨٧%
١٦٢-١٣١	ضعيف	٤	٣,٢٢%
١٩٥-١٦٣	مقبول	٢٣	١٨,٥٤%
٢٢٩-١٩٦	متوسط	٧٢	٥٨,٠٦%
٢٦١-٢٣٠	جيد	١٤	١١,٢٩%
٢٩٦-٢٦٢	جيد جداً	٠	٠,٠٠%
المجموع		١٢٤	

#### ٤-٣ عرض نتائج التعرف على المستويات المعيارية:

حيث تستخدم المستويات المعيارية لغرض تقويم مستوى عينة البحث في تقييمهم لذاتهم المهارية ، اذ "تساعد هذه المستويات في تفسير الدرجات الخام وإعطائها معنى له دلالة مما يجعلها أكثر موضوعية في أثناء استخدامها في عملية التقويم" (الجوادي، ١٩٩٧: ١٠٢).

إذ يتبين من الجدول (٦) ان عدد اللاعبين في المستوى المعياري (ضعيف جدا ) إذ بلغ (١١) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (٨,٨٧%)، وكذلك يتبين ان عدد اللاعبين في المستوى المعياري (ضعيف ) إذ بلغ (٤) لاعبين وبنسبة مئوية مقدارها (٣,٢٢%)، وكذلك يتبين أن عدد اللاعبين في المستوى المعياري (مقبول) قد بلغ (٢٣) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (١٨,٨٤%)، وكذلك يتبين ان عدد اللاعبين في المستوى المعياري (متوسط ) إذ بلغ ( 72 ) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (٥٩,٠٦%)، ويتبين إن عدد اللاعبين في المستوى المعياري (جيد) إذ بلغ (١٤) لاعبين وبنسبة مئوية مقدارها (١١,٢٩%)، ويتبين ان عدد اللاعبين في المستوى المعياري (جيد جداً) إذ بلغ (صفر) لاعباً وبنسبة مئوية مقدارها (٠%).

وهنا نشير ان (٣٨) لاعباً من عينة البحث هي ضمن المقبول والضعيف والضعيف جداً وهذا يعطي اهمية للمقياس في الكشف عن هذا الضعف ، وكما يظهر في المقياس انه لا يوجد مستوى جيد جداً وعينة البحث هم من افضل لاعبي العراق وهذا الاستنتاج والفائدة من المقياس الجديد وبذلك تحقق الهدف الثالث .

#### ٥- الاستنتاجات والتوصيات

##### ١-٥ الاستنتاجات

استنتج الباحث ما يأتي:-

- ١- تم بناء مقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو. لمقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو.
- ٢- تم إيجاد المستويات المعيارية
- ٣- إن اغلب لاعبي التايكواندو هم بالمستوى المعياري (متوسط) في مقياس تقييم الذات المهارية.

##### ٢-٥ التوصيات

يوصي الباحث بما يأتي:-

- اعتماد المقياس المعد في هذا البحث كمؤشر لقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو.
- اعتماد المستويات المعيارية التي استخرجها الباحث

- المصادر العربية والاجنبية :

- ١- بلوم ، بنيامين وآخرون (١٩٨٣) تقييم تعليم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة محمد امين المفتي وآخرون ، وآخرون دار فتلو هيل ، القاهرة .
- ٢- التكريتي ، وديع ياسين والبيدي ، حسن عبد (١٩٩٩) : التطبيقات الاحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر .
- ٣- الجوادي ، عبدالكريم قاسم (١٩٩٧) بناء بطارية اختبار المهارات الهجومية بكرة اليد لطلاب كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل ، اطروحة دكتوراه غير منشورة / كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- ٤- الحياياني ، محمود شكر صالح (٢٠٠٦) تصميم اختبارات المطاولة الخاصة لأداء للاعبين التايكواندو للفئات المختلفة اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل .
- ٥- رضوان ، محمد نصر الدين (٢٠٠٦) : المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ٦- زهران ، احمد سعيد (٢٠٠٤) : التايكواندو ، دار الكتب ، القاهرة .
- ٧- السامرائي ، باسم نزهت ، والبلداوي ، طارق حميد (١٩٨٧) بناء مقياس اتجاهات الطلبة نحو مهنة التدريب المجلة العربية للبحوث التربوية ، المجلد العدد 2 .
- ٨- الطحان ، لبنى (١٩٩٥) ، تقدير الذات وعلاقته ببعض المخاوف لدى الطفل الأصم ، رسالة ماجستير مودعة لدى جامعة عين شمس ، مصر .
- ٩- فرحات ، ليلي السيد فرحات (٢٠٠٧) القياس والاختبار في التربية الرياضية ، ط٤ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
- ١٠- علاوي ، محمد حسن (٢٠٠٢) موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ط١ ، دار الكتاب للنشر ، مصر .
- ١١- علاوي ، محمد حسن ، ورضوان ، محمد نصر الدين (٢٠٠٨) القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة .
- ١٢- العنزي ، احمد مؤيد حسين علي (٢٠١١) بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق ، مجلة علوم التربية الرياضية العدد ٤ المجلد الرابع . كلية التربية / جامعة الموصل .
- ١٣- عويس ، خير الدين علي احمد (١٩٩٩) دليل البحث العلمي ، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة .
- ١٤- فهمي ، مصطفى (١٩٨٧) الصحة النفسية ، دراسة في سيكولوجية التكيف ، القاهرة المطبعة العربية الحديثة
- ١٥- الكنانى ، عايد كريم عبد عون (٢٠٠٩) ، مقدمة في الإحصاء وتطبيقات SPSS ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف ، العراق .
- ١٦- النبهان ، موسى (٢٠٠٤) : اساسيات القياس في العلوم السلوكية ، ط١ ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .

ملحق (١)

يبين استبيان اراء الخبراء والمختصين حول مدى صلاحية المقياس

بسم الله الرحمن الرحيم

السيد الخبير ..... المحترم

م/صلاحية المقياس

تحية طيبة....

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (بناء مقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو في العراق) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال علم النفس والقياس والتقويم ، نرجو من سيادتكم بيان مدى صلاحية فقرات المقياس المعروض على حضراتكم من عدمه في قياس التقييم الذاتي للمهارات الأساسية لدى لاعبي التايكواندو في العراق، وكذلك إضافة أية فقرات أخرى ترونها مناسبة للمقياس، علماً ان المقياس هو خماسي البدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، ابداً) حيث تعطى الدرجات كالآتي:

- دائماً ٥ درجات
- غالباً ٤ درجات
- أحياناً ٣ درجات
- نادراً ٢ درجة
- ابداً ١ درجة

هذا بالنسبة للفقرات الايجابية وبالعكس بالنسبة للفقرات السلبية، والمؤشرة أمام كل فقرة نوعها سلبية أم ايجابية.

شاكرين حسن تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي

مع جزيل الشكر والتقدير

اسم الخبير الثلاثي:

المرتبة العلمية:

الاختصاص الدقيق:

الكلية والقسم:

الباحث

د. محمود شكر صالح

ت	العبارات	تصلح	لاتصلح	تصلح بعد التعديل	نوع الفقرة
١	أستطيع الرد عن الركلات التي تلعب على وسط الجسم بسهولة.				ايجابية
٢	أستطيع الركل على وسط الجسم بسهولة .				ايجابية
٣	أتحرك بالسرعة المناسبة داخل ساحة المنافسة.				ايجابية
٤	أجد صعوبة في الأنسحاب .				سلبية
٥	بعد الدفاع يمكنني إن أتحرك بسهولة للتغطية أو الهجوم				ايجابية
٦	يمكن إن أوجه ركلاتي القوية على المنافس الذي يتصف دفاعه بالضعف				ايجابية
٧	أتردد عند الدفاع عن الركلات العالية				سلبية
٨	يمكنني أن أنواع ركلاتي على المنافس				ايجابية

٩	لا أجيد الضرب القوي على المنافس.	سلبية
١٠	أجد صعوبة في الدفاع عن الركلات العالية	سلبية
١١	أستطيع إن أسجل نقطة في أي جولة	ايجابية
١٢	أجيد الدفاع في أي مكان في ساحة المنافسة	ايجابية
١٣	أستطيع أن أسجل النقاط في مكان من ساحة المنافسة	ايجابية
١٤	أجيد ضرب المنافس من مسافات بعيدة	ايجابية
١٥	أستطيع التحرك في أي اتجاه من ساحة المنافس بسهولة .	ايجابية
١٦	يمكنني إن أدافع في أي مكان من ساحة المنافسة .	ايجابية
١٧	يعرف اللاعب المنافسين مدى خطورتي .	ايجابية
١٨	أستطيع إن أدافع ضد أي هجوم من منافسي.	ايجابية
١٩	يصعب على المنافس إن يدافع ضربتي القوية	ايجابية
٢٠	أستطيع إن أؤدي الركلات للمكان الذي أريده.	ايجابية
٢١	أدافع عن وسط الجسم فقط ولا أجيد الدفاع عن باقي أجزاء الجسم	سلبية
٢٢	أستطيع توجيه ضرباتي على وسط جسم المنافس بسهولة .	ايجابية
٢٣	تحركاتي في ساحة المنافسة دقيقة .	ايجابية
٢٤	يمكنني إن أوجه ضربتي إلى اللاعب المنافس بقوة.	ايجابية
٢٥	لا أحب أداء المهارات العالية التي قد تؤدي الى السقوط على الأرض.	سلبية
٢٦	أجيد كبت هجوم المنافس بسهولة.	ايجابية
٢٧	أستطيع إن أدافع عن نفسي مهما كان المنافس صعبا.	ايجابية
٢٨	تحركاتي في ساحة المنافسة تمكنني من حسن أداء واجباتي الهجومية والدفاعية	ايجابية
٢٩	أستطيع خداع اللاعب المنافس بأداء الركلات المتنوعة.	ايجابية
٣٠	أنا ماهر في عمل الهجمات المباشرة على المنافس .	ايجابية
٣١	أجيد أداء جميع أنواع الركلات .	ايجابية
٣٢	أصعب مهارة هي أداء الركلات الدائرية.	سلبية
٣٣	أجيد أداء جميع أنواع الدفاعات.	ايجابية
٣٤	أستطيع إن أؤدي الركلات بقوة على اللاعب المنافس.	ايجابية
٣٥	أنا أركل بشكل ممتاز على رأس اللاعب المنافس.	ايجابية
٣٦	دفاعي في ركن ساحة المنافسة غير جيد.	سلبية
٣٧	أجد صعوبة في توجيه الركلات إلى اللاعب المنافس في منطقة المنافس	سلبية
٣٨	أستطيع أداء الدفاع عن الضربات الخطأ التي يوجهها اللاعب المنافس	ايجابية
٣٩	أجد صعوبة في توجيه ضرباتي إلى اللاعب المنافس في حالة يكون قريب جدا مني	سلبية

٤٠	اعتر نفسي افضل لاعب مهارياً في فريقي في المهارات الهجومية والدفاعية	اجابية
٤١	احس باني لاعب من الطراز الاول في مهارات التايكواندو الدفاعية والهجومية	اجابية
٤٢	جميع حركات الخداع التي أقوم بها ناجحة ويمكنني بها تسجيل النقاط وخداع اللاعب المنافس	اجابية
٤٣	بامكاني السيطرة على أيقاع المباراة وقتما ارغب بذلك	اجابية
٤٤	بامكاني التعرف وبسهولة على نقاط ضعف اللاعب المنافس بمجرد ان تبدأ المباراة	اجابية
٤٥	أخشى من تأدية المهارات من القفز خوفاً من الإصابة	سلبية
٤٦	بامكاني التحرك بسهولة وسرعة لبدء هجوم ضد اللاعب المنافس	اجابية
٤٧	يصعب علي الاحتفاظ بنفس المستوى للمهارات طيلة فترة المباراة	سلبية
٤٨	بامكاني تسجيل النقاط بأكثر من مهارة	اجابية
٤٩	أحاول التخلص من ركلات المنافس بأسرع وقت خوفاً من مهاجمة لي	سلبية
٥٠	احس باني ضعيف بدنياً ومهارياً من منافسي قبل بداية المباراة	سلبية
٥١	أتردد عند الدفاع ضد لاعب مهاجم اشعر بأنه افضل مني بدنياً ومهارياً	سلبية
٥٢	يصعب علي التحرك الدفاعي بصورة صحيحة وسريعة داخل ساحة المنافسة	سلبية
٥٣	أتميز بالسرعة العالية في تنفيذ الهجوم السريع المرتد	اجابية
٥٤	أتميز بالدقة والقوة في أداء المهارات	اجابية
٥٥	إذا أصبحت في موقف محرج خلال المباراة بأمكاني التصرف الصحيح والسليم	اجابية
٥٦	تحركاتي في الملعب دقيقة ومحسوبة ومدروسة	اجابية
٥٧	اعتبر نفسي صاحب الركلات القوية ولا يمكن الدفاع عنها بسهولة	أجابية
٥٨	لا أجيد مهارات الأنسحاب والتراجع خلال المباراة	سلبية
٥٩	أتردد عند اللعب على النقطة الذهبية	سلبية
٦٠	لا أجيد المهارات الهجومية خلال المباراة	سلبية
٦١	أشعر بضعف قدرتي بنفسي عند اللعب أمام جمهور المنافس	سلبية
٦٢	اشعر بضعف قدراتي المهارية عند اللعب في ساحة المنافسة	سلبية
٦٣	تزداد ثقتي بنفسي عندما يشجعني مدربي خلال المنافسة	اجابية



ت	الخبير	الاختصاص	الكلية
١	أ.د. مكي محمود حسين	القياس والتقويم	التربية البدنية وعلوم الرياضة
٢	أ.د. ايثار عبدالكريم	القياس والتقويم	التربية البدنية وعلوم الرياضة
٣	أ.د. وليد خالد رجب	القياس والتقويم	التربية البدنية وعلوم الرياضة
٤	أ.د. غيداء سالم عزيز	القياس والتقويم	التربية البدنية وعلوم الرياضة
٥	أ.د. سبهان محمود الزهيري	القياس والتقويم	التربية البدنية وعلوم الرياضة
٦	أ.م. د. مؤيد عبدالرزاق الحسو	علم النفس الرياضي	التربية البدنية وعلوم الرياضة
٧	أ.م. د. علي حسين محمد	القياس والتقويم	التربية البدنية وعلوم الرياضة
٨	أ.م. د. وليد ذنون غانم	علم النفس الرياضي	التربية البدنية وعلوم الرياضة
٩	أ.م. د. رافع ادريس	علم النفس الرياضي	التربية البدنية وعلوم الرياضة
١٠	م. د. محمد خيري	علم النفس الرياضي	التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (٣)

مقياس الذات المهارية للاعبين التايكواندو

عزيزي اللاعب :

في أدناه تعليمات المقياس ، يرجوا الباحث منكم قراءتها بعناية من اجل الإجابة الدقيقة على فقرات المقياس وهي :

1- عدم ذكر الاسم .

2- عدم ترك أي فقرة بلا إجابة

3- ضرورة الإجابة بصدق في ضوء ما تشعر به .

٤- وضع علامة ( √ ) إمام الفقرة التي تصف حالتك بدقة .

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	أستطيع أن اتحاشى الركلات التي تلعب على وسط الجسم بسهولة.					
٢	أستطيع الركل على وسط الجسم بسهولة .					
٣	أتحرك بالسرعة المناسبة داخل ساحة المنافسة.					
٤	أجد صعوبة في الانسحاب من النزال					
٥	بعد الدفاع يمكنني إن أتحرك بسهولة للتغطية أو الهجوم					
٦	يمكن إن أوجه ركلاتي القوية على المنافس الذي يتصف دفاعه بالضعف					
٧	أتردد عند الدفاع عن الركلات العالية					
٨	يمكنني أن أنوع ركلاتي على المنافس					

					٩ لا أجد الضرب القوي على المنافس.
					١٠ أجد صعوبة في الدفاع عن الركلات العالية
					١١ أشعر بأنني أستطيع إن أسجل نقطة في أي جولة
					١٢ أجد الدفاع في أي مكان في ساحة المنافسة
					١٣ أستطيع أن أسجل النقاط في مكان من ساحة المنافسة
					١٤ أجد ضرب المنافس من مسافات بعيدة
					١٥ أستطيع التحرك في أي اتجاه من ساحة المنافس بسهولة .
					١٦ أشعر بضعف قدرتي بنفسني عند اللعب أمام جمهور المنافس
					١٧ يعرف اللاعب المنافسين مدى خطورتني .
					١٨ أستطيع إن أدافع ضد أي هجوم من منافسي.
					١٩ يصعب على المنافس إن يدافع عن ضرباتي القوية
					٢٠ أستطيع إن أؤدي الركلات للمكان الذي أريده.
					٢١ أدافع عن وسط الجسم فقط ولا أجد الدفاع عن باقي أجزاء الجسم
					٢٢ أشعر بضعف قدراتي المهارية عند اللعب في ساحة المنافسة
					٢٣ تحركاتي في ساحة المنافسة مدروسة.
					٢٤ يمكنني إن أوجه ضربتي إلى اللاعب المنافس بقوة.
					٢٥ أشعر بأنني لا أجد أداء مهارات الأنسحاب والتراجع خلال المباراة
					٢٦ أجد صد هجوم المنافس بسهولة.
					٢٧ أستطيع إن أدافع عن نفسي مهما كان المنافس صعبا.
					٢٨ تحركاتي في ساحة المنافسة تمكنني من حسن أداء واجباتي الهجومية والدفاعية .
					٢٩ أستطيع خداع اللاعب المنافس بأداء الركلات المتنوعة.
					٣٠ أنا ماهر في عمل الهجمات المباشرة على المنافس .
					٣١ أجد أداء جميع أنواع الركلات .
					٣٢ أرى بان أصعب مهارة هي أداء الركلات الدائرية.
					٣٣ أجد أداء جميع أنواع الدفاعات.
					٣٤ أستطيع إن أؤدي الركلات بقوة على اللاعب المنافس.
					٣٥ أنا أركل بشكل ممتاز على رأس اللاعب المنافس.
					٣٦ دفاعي في ركن ساحة المنافسة غير جيد.

					أجد صعوبة في توجيه الركلات إلى اللاعب المنافس في منطقة المنافس	٣٧
					أستطيع الدفاع عن الضربات الخطأ التي يوجهها اللاعب المنافس لي	٣٨
					أجد صعوبة في توجيه ضرباتي إلى اللاعب المنافس في حالة يكون قريب جدا مني	٣٩
					اعتبر نفسي افضل لاعب مهارياً في فريقي في المهارات الهجومية والدفاعية	٤٠
					احس بانى لاعب من الطراز الاول في مهارات التايكواندو الدفاعية والهجومية	٤١
					جميع حركات الخداع التي أقوم بها ناجحة ويمكنني بها تسجيل النقاط وخداع اللاعب المنافس	٤٢
					بامكاني السيطرة على أيقاع المباراة وقتما ارغب بذلك	٤٣
					بامكاني التعرف وبسهولة على نقاط ضعف اللاعب المنافس بمجرد ان تبدأ المباراة	٤٤
					أخشى من تأدية المهارات من القفز خوفاً من الإصابة	٤٥
					بامكاني التحرك بسهولة وسرعة لبدء هجوم ضد اللاعب المنافس	٤٦
					يصعب علي الاحتفاظ بنفس المستوى للمهارات طيلة فترة المباراة	٤٧
					بامكاني تسجيل النقاط بأكثر من مهارة	٤٨
					أحاول التخلص من ركلات المنافس بأسرع وقت خوفاً من مهاجمة لي	٤٩
					احس بانى ضعيف مهارياً من منافسي قبل بداية المباراة	٥٠
					أتردد عند الدفاع ضد لاعب مهاجم اشعر بأنه افضل منى بدنياً ومهارياً	٥١
					يصعب علي التحرك الدفاعي بصورة صحيحة وسريعة داخل ساحة المنافسة	٥٢
					أتميز بالسرعة العالية في تنفيذ الهجوم السريع المرتد	٥٣
					أتميز بالدقة والقوة في أداء المهارات	٥٤
					اشعر بأننى لا أجيد المهارات الهجومية خلال المباراة	٥٥
					تزداد ثقتي بنفسى عندما يشجعني مدربي خلال المنافسة	٥٦
					اعتبر نفسي صاحب الركلات القوية ولا يمكن الدفاع عنها بسهولة	٥٧