

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة

بكرة السلة

م.م رواء عبد الأمير عباس كلية التربية الرياضية - جامعة البصرة

ملخص البحث :

إن ما يميز لعبة الكرة السلة اعتمادها على القدرات العقلية والنفسية بالقدر نفسه الذي تعتمد عليه القدرات البدنية ومن هنا تكمن أهمية البحث في التعرف على الانجاز والثقة بالنفس وعلاقتها بدقة مهارة التهديد من الرمية الحرة لدى لاعبي منتخب جامعة البصرة بكرة السلة للموسم الرياضي (٢٠١٢م - ٢٠١٣م).

إما مشكلة البحث فكانت تتعلق بأهمية العوامل العقلية لدى لاعبي الكرة السلة بالإضافة إلى العوامل البدنية والمهارية ودورها في تكامل بناء وإعداد اللاعب ليكون مؤهلاً لتحقيق النتائج المتقدمة العلاقة. وقد فرضت الباحثة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين دافعية الانجاز الرياضي والثقة بالنفس ودقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة لدى أفراد عينة البحث.

وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي نظراً لملائمته طبيعة المشكلة ، وبعد إجراء الاختبارات تم معالجة البيانات إحصائياً وقد توصلت الباحثة إلى أهم النتائج وهي وجود علاقة ارتباط معنوية بين اختبار دافعية الانجاز للرياضي واختبار دقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة.

إضافة إلى وجود علاقة ارتباط معنوية بين اختبار الثقة بالنفس الرياضية ودقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة. ومن أهم التوصيات ضرورة الاهتمام بتطبيق الاختبارات النفسية والمهارية من أجل التعريف على مستوى التقدم في كلا العنصرين النفسي والمهاري .

١ - التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

شهدت الحركة الرياضية تطوراً سريعاً وفعالاً في السنوات الماضية، وقد حدث هذا التطور كنتيجة فعلية لكثير من البحوث والدراسات التي أجريت من الألعاب الرياضية المختلفة، ومنها لعبة الكرة السلة التي شهدت تطوراً ملحوظاً وكبيراً لما تحتويه من مزيج رائع من الأداء الفني التي حظيت بتطور في قانونها وجوانبها الخطئية وفي ارتفاع مستويات انجاز اللاعبين بدنياً ونفسياً ، إن ما يميز لعبة الكرة السلة اعتمادها على القدرات العقلية والنفسية بالقدر نفسه الذي تعتمد عليه القدرات البدنية والمهارية ولما كانت مهارات اللعبة تكمل أحداها الآخر وهي المحور

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

الأساس في بناء الفريق لذا لا بد من الدقة في الأداء وتنفيذ هذه المهارات بما ينسجم مع التغيرات في الخطط وتغير قانون اللعبة الذي جعل إيقاع اللعبة أسرع من السابق حيث يتطلب ذلك تدريب دقيق يتناسب ومتغيرات اللعبة التي تحدث بسرعة فائقة تتناسب وصغر ملعب الكرة السلة نسبياً .

فمن خلال تعرف سلوك الرياضي الذي هو غاية الباحثين والمربين والمهتمين بدراسة علم النفس الرياضي وبسبب المتغيرات العديدة التي تطرأ على اللاعب في التدريب والمنافسة فهو بحاجة للبحث عن إثبات نفسه، وتحقيق رغباته للوصول إلى مستوى انجاز معين ومن الموضوعات التي تهتم المدربين لفهم سلوك الرياضي وتفسير سبب عدم استمراره وتطوره ، إذ يستطيع المدرب إن يوصل اللاعب إلى الملعب لكنه لا يستطيع الحصول منه على أفضل انجاز ما لم يعرف دافعية الأولية نحو الانجاز ويعززها ويبني ثقته بنفسه وأدائه عن طريق الاستمرار في التدريب وخلق فرص نجاح متكررة بما يتناسب وقدرات اللاعب البدنية والنفسية والمهارية والعقلية، فعندما يتعرف المدرب على مستويات الثقة بالنفس ودافعية لاعبيه نحو الانجاز الرياضي سيتمكن من الوصول بفريقه إلى أفضل انجاز خلال العملية التدريبية الأمر الذي يؤدي تحقيق النتائج الجيدة في المنافسات .

ومن هذا تكمن أهمية البحث فالباحثة تطرقت إلى دافعية الانجاز كونه محرك لسلوك لاعب الكرة السلة والثقة بالنفس كاتجاه عام للاعب الكرة السلة وعلاقتها بدقة مهارة التهديد من الرمية الحرة لدى لاعبي منتخب جامعة البصرة بالكرة السلة للعام (٢٠١٢م - ٢٠١٣م) .

١-٢ مشكلة البحث :

نظراً لأهمية العوامل النفسية لدى لاعبي الكرة السلة بالإضافة إلى العوامل البدنية والمهارية ودورها في تكامل بناء وإعداد اللاعب ليكون مؤهلاً لتحقيق النتائج المتقدمة فالتعرف على العوامل النفسية والمهارية مجتمعة وعلاقتها أحدهما بالآخر مهمة للمدربين لمعرفة وتفسير حالات تذبذب مستويات لاعبيهم في الأداء خلال العملية التدريبية بما ينعكس على تذبذب أداء فريقهم .

تعد الدقة في التهديد من الرمية الحرة لدى لاعبي الكرة السلة من العوامل الرئيسية في فوز أي فريق وبالأخص التصويب من الرمية الحرة ، وان أي ضعف في دقة هذا النوع من التهديد يعد مشكلة بالنسبة للفائزين على العملية التدريبية ، الذي ينعكس على دافعتهم نحو الانجاز والثقة بالنفس الرياضي فعندما يتمكن المدرب من التعرف على المهارات والسمات النفسية المهمة في دقة الأداء المهارات بواسطة الاختبارات المقننة والمعتمدة وقياس الحالة النفسية للاعب الكرة السلة ومحركات سلوكه للرياضي في تحقيق النتائج وقياس الثقة بالنفس للرياضي وكيفية تعزيزها وعلاقتها بدقة التهديد من الرمية الحرة لدى لاعبي منتخب جامعة البصرة بالكرة السلة. ومن خلال تحديد مشكلة البحث يمكن جمع إبعاد التذبذب الأداء المهاري للاعبين الكرة السلة عن طريق تعرف على العلاقة بين المتغيرات النفسية والمهارية للاعبين جامعة البصرة لكرة السلة .

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

١-٣ أهداف البحث :

- ١- التعرف على العلاقة بين دافعية الانجاز الرياضي ودقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة لدى لاعبي منتخب جامعة البصرة لكرة السلة للعام (٢٠١٢م-٢٠١٣م).
- ٢- التعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس ودقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة لدى لاعبي منتخب جامعة البصرة لكرة السلة للعام (٢٠١٢م-٢٠١٣م).
- ٣- التعرف على العلاقة بين دافعية الانجاز الرياضي والثقة بالنفس و دقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة لدى لاعبي منتخب جامعة البصرة لكرة السلة للعام (٢٠١٢م-٢٠١٣م).

١-٤ فروض البحث :

- ١- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين دافعية الانجاز الرياضي ودقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة للاعبين منتخب جامعة البصرة بكرة السلة للعام (٢٠١٢-٢٠١٣).
- ٢- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين الثقة بالنفس ودقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة للاعبين منتخب جامعة البصرة بكرة السلة للعام (٢٠١٢-٢٠١٣).
- ٣- توجد علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية معنوية بين دافعية الانجاز الرياضي والثقة بالنفس ودقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة للاعبين منتخب جامعة البصرة بكرة السلة للعام (٢٠١٢-٢٠١٣).

١-٥ مجالات البحث :

- ١-٥-١ المجال البشري : لاعبو منتخب جامعة البصرة بكرة السلة للعام (٢٠١٢م - ٢٠١٣م).
- ١-٥-٢ المجال الزمني : الفترة من ٢٠١٣/١/٧ ولغاية ٢٠١٣/١/٨ .
- ١-٥-٣ المجال المكاني : القاعة الداخلية لكلية التربية الرياضية .

٢- الدراسة النظرية :

٢-١ ماهية الدافعية :

يعد موضوع الدافعية Motivation واحدا من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة لاهتمامات الناس جميعا. فهو يهم الأب الذي يريد إن يعرف لماذا يميل طفله إلى الانطواء على نفسه والعزوف عن اللعب، ويهم المربي الرياضي لمعرفة دوافع ممارسة الأفراد للرياضية لكي يحفزهم لتطوير الأداء بما يرضي دوافعهم . ويستطيع المدرب إن يجبر الناشئ على ممارسة رياضة معينة ، لكنه لا يضمن انه سوف يبذل جهده كله إذا فقد الدافع الذاتي القوة. (You can lead the horse to the river*but you cont force drink)) (أي يمكنك

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديف من الرمية الحرة بكرة السلة

إن تقود الحصان إلى النهر* لكنك لا تستطيع إن تجبره على شرب الماء) "فمن خلال السلوك الذي هو ظاهرة نشطة تعمل في حركة وفي تغير مستمرين" .

ويكون كل سلوك مرغوب أو غير مرغوب نتاج أسباب عادة ما تكون متضافرة في نسيج متشابك. وتعرف القوى التي تهيب السلوك حركة وتعضده ، أو تنتشطه وتبعث الطاقة اللازمة فيه، بالدافع أو الحوافز أو الحاجات إذا كان يمكن ملاحظة السلوك، فأن الدافع يمكن الاستدلال عليه من السلوك نفسه .

وتتميز الدافعية عن بعض العوامل المؤثرة في السلوك ، مثل الخبرات السابقة للفرد ، وقدراته الجسمية، والموقف البيئي الذي يجد نفسه فيه على هذا فان تعريف (الدافعية) " تكوين فرضي ، وهي عملية استشارة السلوك وتنشيطه وتوجيهه نحو هدف معين" ^(١) ، وان سلوك الإنسان يتصف بالتوجه المختار والفعال والمثابرة، وبرود الأفعال التي يفضلها الفرد، ذلك انه قادر على رفض منبهات معينة وتفضيل منبهات أخرى ويرجع ذلك كله إلى الدافعية في ارتباطها بالمفاهيم والقدرات العقلية والتي تمثل الحاجات الفسيولوجية بصفة إنسانية واضحة ومتوقعة وذات دلالات سلبية وإيجابية. ^(٢)

تكون الدافعية على نوعين : ^(٣)

١-الدافعية الداخلية : Intrinsic Motivation.

٢-الدافعية الخارجية : Extrinsic Motivation.

٢-١-١ مفهوم دافعية الانجاز الرياضي ^(٤):

لقيت الدراسة الحاجة إلى الانجاز (Need To Achievement) من علماء النفس اهتماما اكبر مما حظيت به معظم الدوافع الاجتماعية ، ويمكن القول إن الدوافع إلى انجاز النجاح في المنافسة الرياضية يمثل الدافعية الداخلية (Intrinsic Motivation) لدى اللاعب وتجعله يقترب من الموقف التنافسي واجتيازه ويشير (كوكس ١٩٩٣) إلى إن دافع الانجاز يعادل مصطلح الثقة بالنفس (Self confidence) .

جدول رقم (١)

يبين تحديد مفاهيم دافعية الانجاز لأنموذج ماكيلاند واتكنسون نقلا عن كوكس ١٩٩٣ على النحو الآتي ^(١):

(١) طلعت منصور وآخرون : أسس علم النفس . القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية، ١٩٨٧، ص ١١٣ .

(٢) لنذري،ك،هوك،ج ترجمة فرج احمد فرج : نظريات الشخصية . القاهرة ، الهيئة المصرية للكتاب ، ١٩٧١ ، ص ٦٣ .

(٣) محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية الرياضية (النظرية والتطبيق والتجريب) ، القاهرة ، دار الفكر العربي، ط١، ١٩٩٥ ، ص ٢٤-٢٥ .

(٤) محمود عبد الفتاح عنان : نفس المصدر السابق . ١٩٩٥، ص ٢٤-٢٥ .

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

الرمز	الوصف	العامل
N·Ach	دافعية الانجاز	الحاجة إلى الانجاز
MS	دافعية الاستعداد لتحقيق الانجاز	الدافع للنجاح
Maf(fof)	دافعية تحاشي الإعداد لموقف الانجاز أو تأجيله	الدافع لتجنب الفشل
PS	احتمالات إدراك النجاح	احتمال النجاح
IS	إدراك الرضا المرتبط بالنجاح	قيمة حافز النجاح
Mext	المكافآت الخارجية مثل المال والمدح والميداليات	الدافعية الخارجية
M-S(fof)	الخوف من النجاح ونجد في النساء اساساً	الدافع لتجنب الفشل

٢-١-٢ العوامل المؤثرة في الدافعية الانجاز الرياضي^(٢):

يتوقع من الأشخاص الذين يتميزون بدافعية انجاز عال إن يكون لديهم إدراك واضح عن الأشياء يؤدونها تميزاً عن الأشخاص ذوي دافعية انجاز منخفضة وقد لخص الدكتور أسامة كامل راتب إلى توضيح العوامل مؤثرة على الناشئين :

- ١- الرؤية للمستقبل .
- ٢- التوقع للهدف .
- ٣- خبرات النجاح .
- ٤- التقدير الاجتماعي .
- ٥- الحاجة لتجنب الفشل أو النجاح .
- ٦- تقدير الذات .
- ٧- الحاجة الانجاز .

٢-٢ مفهوم الثقة بالنفس وأهميتها :

(١) أسامة كامل كاتب : علم النفس الرياضي . القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط ٣ ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٥١-٢٥٢ .

(٢) أسامة كامل راتب ؛ مصدر سبق ذكره ، ص ٢٥١-٢٥٢ .

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

إن الثقة بالنفس مفهوم نفسي يتطور عند الفرد بفعل الخبرة من الممارسة والإدراك (١). وهي "عامل أساس في تكوين مظاهر الشخصية (٢)، ويرى كثير من الرياضيين إن الثقة بالنفس (Self-Confidence) هي الاعتقاد في تحقيق المكسب أو الفوز، وهذا اعتقاد خاطئ، ربما يؤدي إلى مزيد من الافتقاد إلى الثقة الزائدة. ولكن مفهوم الصحيح لها يعني: توقع الرياضي الواقعي بتحقيق النجاح، فالثقة بالنفس لا تعني ماذا يأمل إن يفعله الرياضي، لكن ما الأشياء الواقعية التي يتوقع عملها .

٢-٢-١ خصائص الثقة بالنفس (٣) :

وفسرت العلاقة بين الثقة بالنفس ببعض البنى النفسية وكما يأتي :

- علاقة الثقة بالنفس بالتقبل الاجتماعي .
- علاقة الثقة بالنفس بالقدرة على اتخاذ القرار .
- علاقة الثقة بالنفس بالإقدام والمبادرة .
- تطوير الأداء وتحسينه وعلاقة بالثقة بالنفس .
- علاقة الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية .
- الثقة بالنفس والمخاطرة .
- الثقة بالنفس وعلاقتها بالتعاون والإيثار .
- الثقة بالنفس وعلاقتها بالصحة النفسية .

٢-٢-٢ مستوى الثقة في النفس المثلى (٤):

إن الرياضيين الذين يتمتعون بالثقة بالنفس المثلى optimal self confidence يضعون لأنفسهم أهدافاً واقعية تتناسب مع قدراتهم ويفهمون قدراتهم بشكل جيد يجعلهم يشعرون بالنجاح عندما يصلون إلى حدودهم العليا لقدراتهم ، ولا يحاولون انجاز أهداف غير واقعية بالنسبة لهم .

٢-٣ التهديد :

- (١) علي جاسم عكلة الزبيدي: الثقة بالنفس عند الأطفال والمراهقين . جامعة بغداد ، كلية التربية، ١٩٨٩، ص ٣.
- (٢) العادل محمد أبو علام : قياس الثقة بالنفس عند الطالبات. جامعة الكويت، مؤسسة الصباح، ١٩٧٨، ص ١٨ .
- (٣) علي جاسم عكلة الزبيدي: نفس المصدر السابق . ص ٢٧-٣٤ .
- (٤) أسامة كامل راتب: مصدر سبق ذكره. ص ٣٣٧-٣٣٨ .

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

إنّ مهارة التهديد تعد من الأسلحة الهجومية الفعالة في لعبة كرة السلة لذا تتحدد نتيجة المباراة حسب عدد النقاط التي يحرزها في سلة الفريق المنافس خلال زمن المباراة .

والتهديد يعد الوسيلة الوحيدة للوصول إلى الفوز من خلال إصابة سلة الفريق المنافس؛ إذ أنّ التهديد على السلة هو المحصلة النهائية لإتقان مهارات كرة السلة جميعها وبرامج التدريب وخطط اللعب.^(١)

ويشير (محمد، ٢٠٠٣) إلى أن " للتهديد أهمية قصوى في التأثير على نتيجة المباراة على نجاح المهارات الهجومية الفردية منها والجماعية". ويضيف (محمد، ٢٠٠٣) إلى أن التهديد "محاولة فعلية جادة للاعب المهاجم لإدخال الكرة إلى هدف المنافس مستثمراً في ذلك قابليته البدنية والفنية والذهنية والنفسية ضمن إطار القانون الدولي . "

يؤكد (محمد، ٢٠٠٣) أنّ هناك عوامل عدة تؤثر في دقة التهديد منها :

١- التركيز .

٢- الثقة بالنفس .^(٢)

٢-٣-١ أنواع التهديد:^(٣)

١- التهديد من الثبات (الرمية الحرة) .

٢- التهديد بالقفز .

٣- التهديد السلمي .

٢-٣-١-١ التهديد من الثبات (الرمية الحرة) :

تلعب الرمية الحرة دوراً هاماً في تحديد نتائج كثير من المباريات؛ إذ أنه كثيراً ما تحسم المباريات فوزاً أو خسارة من فوق خط الرمية الحرة، وتنتم الرمية الحرة بالسهولة نظراً " لأن متغيرات الدفاع والمسافة تكون ثابتة" . وتعد "الرمية الحرة النوع الوحيد الذي يتمكن منه اللاعب من تهديد الكرة إلى الهدف دون وجود منافس مدافع له"^(١).

ويشير (احمد والفت) إلى أنّ " أي لاعب يستطيع إن يستخدم الطريقة الصحيحة للتهديد يكون ماهراً في الرميات الحرة إذا تدرب بتركيز وانتظام؛ وأثناء المباريات يجب على اللاعب إن يركز انتباهه أثناء الرمية الحرة بصرف

(١) سالم المختار: مع كرة السلة. بيروت، مؤسسة المعارف، ١٩٩١، ص ٦٢.

(٢) محمد محمود كاظم: منهج تدريبي مقترح لتطوير سرعة ودقة التهديد من الخط الخلفي للاعب كرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ١٩٩٧، ص ٢٨.

(٣) محمد عبد الرحيم إسماعيل : مصدر سبق ذكره ، ٢٠٠٣ ، ص ٨٥.

(٤) رعد عبد الأمير وآخرون: أثر نجاح الرمية الحرة على نتائج فرق الجامعات العراقية بكرة السلة، في وقائع المؤتمر العلمي الخامس لكليات التربية الرياضية في القطر العراقي. كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، ١٩٨٩، ص ١٠٩.

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

النظر عن أية مؤثرات موجودة بالملعب أو خارجه وفي الوقت نفسه يجب إن يثق اللاعب في قدراته على إصابة الهدف؛ لأنّ عامل الثقة هو مفتاح التهديد الناجح" (٢).

٣ - منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

٣ - ١ منهج البحث :

قد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي نظراً لملائمته طبيعة المشكلة .

٣ - ٢ عينة البحث :

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتخب جامعة البصرة بالكرة السلة للعام (٢٠١٢م / ٢٠١٣م) ، والبالغ عددهم (١٢) لاعب وقد شكلت نسبة عينة البحث (١٠٠%) من المجتمع الأصل .

٣-٣ وسائل جمع المعلومات :

١- المصادر العربية .

٢-المقابلات الشخصية .

٣- حاسبة يدوية .

٣-٤ الأدوات والأجهزة المستخدمة بالبحث :

١- ملعب كرة سلة قانوني .

٢-كرات سلة ، صافرة .

٣-٥ الاختبارات المستخدمة :

أولاً / اختبار قياس دافعية الانجاز الرياضي^(١):

- الغرض من الاختبار: قياس مستوى دافعية الانجاز لعينة البحث .

- الأدوات المستعملة : فقرات مقياس دافعية الانجاز الرياضي ، هو تصميم جو ولس، وتعريب محمد حسن علاوي يتضمن (٢٠) عبارة .

(١) احمد أمين فوزي، الفت هلال : مبادئ كرة السلة ، الإسكندرية، الفنية للطباعة والنشر، ب.ت،ص٥٥ .

(٢) محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية. القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ ، ص ١٨١ .

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

درجة كبيرة جداً ٥	درجة كبيرة ٤	درجة متوسطة ٣	درجة قليلة ٢	درجة قليلة جداً ١	العبارات
					١- أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في منافسة
					٢- يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه
					٣- عندما ارتكب خطأ في الأداء إثاء المنافسة فأنتني احتاج لبعض الوقت لكي انسي هذا الخطأ
					٤- الامتياز في الرياضة لا يعتبر من أهدافي الأساسية
					٥- أحس غالباً بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة
					٦- استمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين أنها مهمة صعبة
					٧- أخشي الهزيمة في المنافسة
					٨- الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة اكبر من بذل الجهد
					٩- في بعض الأحيان عندما انهزم في منافسة فان ذلك يضايقني لعدة أيام
					١٠- لدى استعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي انجح في رياضتي
					١١- لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في منافسة
					١٢- الفوز في المنافسة يمنحني الرضا
					١٣- اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية
					١٤- أفضل إن أستريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

					١٥- عندما ارتكب خطأ في الأداء فان ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة
					١٦- لدى رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضتي
					١٧- قبل اشتراكي في المنافسة لا انشغل في التفكير عما يمكن ان يحدث في المنافسة أو عن نتائجها
					١٨- أحاول بكل جهدي إن أكون أفضل لاعب
					١٩- أستطيع إن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة
					٢٠- هدفي هو إن أكون مميزا في رياضتي

الاسم :

الوزن :

الطول :

العمر :

الهواية :

تأريخ البدء بممارسة لعبة الكرة السلة :

التعليمات أو (مواصفات الأداء)

- هذا ليس اختبار لمستواك الرياضي أو قدرتك، فضلا عن ذلك لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خطأ .
- لا تترك عبارة من دون إجابة واذكر المعلومات الخاصة بك عن العمر والوزن والطول والهواية وتاريخ البدء بممارسة لعبة الكرة الطائرة .
- **التسجيل** : يتم تصحيح العبارات وفق ما يأتي: بدرجة كبيرة جدا = ٥ درجة ، وبدرجة كبيرة = ٤ درجات، وبدرجة متوسطة = ٣ د ، وبدرجة قليلة درجتان ، وبدرجة قليلة جدا = درجة واحدة ، حيث إن أعلى درجة تكون (١٠٠) وأقل درجة هي (٢٠) والوسط الفرضي (٦٠) من خلال هذه الدرجات يكون تحديد الدرجة التي من خلالها يتم التعرف على دافعية اللاعب (عالية ، واطئة) .

ثانيا/ اختبار قياس الثقة بالنفس^(١):

- الغرض من الاختبار: قياس مستوى الثقة بالنفس لدى عينة البحث .
- الأدوات المستعملة : فقرات مقياس الثقة بالنفس الرياضية (تعريب محمد حسن علاوي) .

(١) محمد حسن علاوي : مصدر سبق ذكره. ١٩٩٨ ، ص ٢١٢ .

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

الدرجات									العبارات
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١- عند أداء المهارات الحركية الضرورية لإحراز التفوق في خلال المنافسة الرياضية
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٢- في القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة خلال الضغوط الرياضية
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٣- في القدرة على الأداء في المنافسة تحت الضغوط العصبية
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٤- في القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٥- في القدرة على التركيز بصورة جيدة لكي أحقق النجاح
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٦- في القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي أحقق الفوز في المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٧- في القدرة على انجاز أهدافي المرتبطة بالمنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٨- في القدرة على إن أكون ناجحا في المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	٩- في القدرة على إن يستمر ناجحي
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١٠- في القدرة على التفكير والاستجابة بنجاح إثناء المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١١- في القدرة على مواجهة التحدي إثناء المنافسة
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١٢- في القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس اقوي مني
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	١٣- في القدرة على القيام بأداء ناجح بعد قيامي بأداء فاشل

- التسجيل : يتم جمع الدرجات من جميع العبارات وكلما اقترب المجموع من (١١٧) تميز اللاعب بدرجة اكبر من الثقة الرياضية وهي أعلى درجة إما اقل درجة (١٣) والوسط الفرضي (٦٥) .

ثالثاً/ اختبار دقة التهديد من الرمية الحرة على السلة^(١):

٣-٦ الوسائل الإحصائية :

لأجل التوصل إلى نتائج الدراسة تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) .

(١) ريسان خريبط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، جامعة البصرة ، مطابع التعليم العالي ، ط١ ، ١٩٨٩ ، ص٣٦٩-٣٧٠ .

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

٤- عرض النتائج ومناقشتها :

٤-١ عرض وتحليل ومناقشة نتائج كل من اختبار دافعية الانجاز الرياضي واختبار دقة التهديد من الرمية الحرة :

جدول (٢)

يوضح قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) المحسوبة والجدولية لكل من اختبار دافعية الانجاز ودقة التهديد من الرمية الحرة

الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية*
دافعية الانجاز الرياضي	٦٨.٨	٥.٧٩	٠.٢٤	٠.٦٧٥
دقة التهديد من الرمية الحرة	١٢.٥	٢.٥٧		

* تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠)

تبين من الجدول (٢) إن قيمة الوسط الحسابي لاختبار دافعية الانجاز الرياضي قد بلغت (٦٨.٨) وانحراف قدرة (٥,٧٩) إما اختبار دقة التهديد من الرمية الحرة فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (١٢,٥) وانحراف قدرة (٢,٥٧) وعند حساب قيمة (ر) الاختباري دقة التهديد من الرمية الحرة مع اختبار دافعية الانجاز ظهرت بقيمة (٠,٢٤) وهي اصغر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٦٧٥) مما يدل على عدم وجود ارتباط معنوي بين الاختبارين .

٤-٢ عرض وتحليل ومناقشة نتائج اختبار الثقة بالنفس للرياضي واختبار دقة التهديد من الرمية الحرة :

جدول (٣)

يوضح قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ر) المحسوبة و الجدولية لكل من اختبار الثقة بالنفس الرياضي واختبار دقة التهديد من الرمية الحرة

الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحسوبة	قيمة (ر) الجدولية*
اختبار الثقة بالنفس الرياضي	٨٧.٢٥	١٤.٤٧	٠.٧٧	٠,٥٧
دقة التهديد من الرمية الحرة	١٢.٥	٢.٥٧		

* تحت مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠)

يبين الجدول (٣) قيمة الوسط الحسابي لاختبار الثقة بالنفس للرياضي قد بلغت (٨٧.٢٥) وانحراف معياري قدرة (١٤,٤٧) إما اختبار دقة التهديد من الرمية الحرة فقد بلغت قيمة الوسط الحسابي (١٢,٥) وانحراف قدرة (٢,٥٧) وعند حساب قيمة (ر) الاختباري دقة التهديد من الرمية الحرة مع اختبار دافعية الانجاز ظهرت بقيمة (٠,٧٧)

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديد من الرمية الحرة بكرة السلة

وهي اكبر من قيمة (ر) الجدولية البالغة (٠,٥٧) مما يدل وجود ارتباط معنوي بين الاختبارين وتعزو الباحثة سبب هذا الارتباط إلى إن عامل الثقة بالنفس له تأثير ايجابي على أداء دقة التهديد من الرمية الحرة لدى عينة البحث . لأن الثقة بالنفس هي بمثابة التعبير عن قيمة الشخص لنفسه . وان مميزات الرياضة المبكرة ذات أهمية في تشكيل الثقة بالنفس لدى الرياضيين ، وان قيمة الرياضي لنفسه هو مفتاح الدافعية نحو الانجاز ^(١).

٥ - الاستنتاجات والتوصيات .

٥ - ١ الاستنتاجات :

في ضوء نتائج الاختبارات ومناقشتها توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات الآتية :

١- دافعية الانجاز الرياضي متغير مهم جدا في شخصية لاعب كرة السلة وكذلك عامل الثقة بالنفس الرياضية ومؤثرة في نتائج دقة التهديد لعينة البحث .

٢- عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين اختبار دافعية الانجاز للرياضي واختبار دقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة .

٣- وجود علاقة ارتباط معنوية بين اختبار الثقة بالنفس الرياضية ودقة التهديد من الرمية الحرة بالكرة السلة .

٥ - ٢ التوصيات :

بالاستناد إلى الاستنتاجات التي خرجت بها الباحثة والتي اتفقت مع الأهداف والفروض الموضوعية توصلت الباحثة إلى مجموعة من التوصيات وهي :

١- ضرورة الاهتمام بتطبيق الاختبارات النفسية والمهارية من اجل التعريف على مستوى التقدم في كلا العنصرين النفسي والمهاري .

٢- دافعية الانجاز والثقة بالنفس الرياضية من المتغيرات النفسية المهمة المؤثرة في سلوك شخصية لاعب الكرة السلة وضرورة تعرفها للمدربين للاعبين.

- المصادر:

- ١- احمد أمين فوزي، الفت هلال : مبادئ كرة السلة ، الإسكندرية ، الفنية للطباعة والنشر .
- ٢- أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط٣ ، ٢٠٠٠ .
- ٣- العادل محمد أبو علام : قياس الثقة بالنفس عند الطالبات ، جامعة الكويت ، مؤسسة الصباح ، ١٩٧٨ .
- ٤- حسنين محمد: أساليب العصف الذهني ، عمان ، الأردن ، جمعية عمال المطابع ، ط٢ .
- ٥- رعد عبد الأمير وآخرون: اثر نجاح الرمية الحرة على نتائج فرق الجامعات العراقية بكرة السلة، في وقائع المؤتمر العلمي الخامس لكليات التربية الرياضية في القطر العراقي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، ١٩٨٩ .

(١) أسامة كامل راتب : مصدر سبق ذكره. القاهرة. ص ٣٤٧ .

علاقة دافعية الانجاز والثقة بالنفس بدقة التهديف من الرمية الحرة بكرة السلة

- ٦- ريسان خريبط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، جامعة البصرة ، مطابع التعليم العالي ، ط١ ، ١٩٨٩ .
- ٧- سالم المختار : مع كرة السلة ، بيروت ، مؤسسة المعارف ، ١٩٩١ .
- ٨- طلعت منصور وآخرون : أسس علم النفس . القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٨٧ .
- ٩- علي جاسم عكلة الزبيدي : الثقة بالنفس عند الأطفال والمراهقين ، جامعة بغداد ، كلية التربية ، ١٩٨٩ .
- ١٠- لنذري،ك،هوك،ج ترجمة فرج احمد فرج : نظريات الشخصية ، القاهرة ، الهيئة المصرية للكتاب ، ١٩٧١ .
- ١١- محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ .
- ١٢- محمد عبد الرحيم إسماعيل : الأساسيات المهارية والخطية الهجومية في كرة السلة ، الإسكندرية ، منشأة المعارف ، ط٢ ، ٢٠٠٣ .
- ١٣- محمود عبد الفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية الرياضية (النظرية والتطبيق والتجريب) ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط١ ، ١٩٩٥ .
- ١٤- محمد محمود كاظم : منهج تدريبي مقترح لتطوير سرعة ودقة التهديف من الخط الخلفي للاعب كرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ١٩٩٧ .

Abstract

The Relationship between Achievement Motivation and Self-Confidence with Accurately Scoring of the Free Throw in ball Basketball

Assistant Lecture RAWAA ABDULAMEER ABBAS

What distinguishes basketball is its dependence on mental capacity and physical abilities and here lies the importance of research in the identification of achievement and self-confidence and their relationship on the of skill accurate scoring of free there of the Basra University basketball players for the sports season (2012 -2013).

The research problem was related to the importance of mental factors in basketball players in addition to the physical and skill factors and their role in the integration of building and preparation of the player to be eligible to achieve the results. The researcher made use of a statistically significant relationship between physical achievement motivation and self-confidence and accuracy of scoring of the free throw in basketball of the research sample.

The researcher used the descriptive method due to its suitability to the problem. Baadagrae tests were the statistical data of processing. The researcher has realized important results ; is there a of significant correlation between test of achievement motivation of the athlete and testing the accuracy of the scoring of the free throw in the basket ; significant correlation between physical ability test of self-confidence and accuracy of the scoring in the free throw basketball. One of the most important recommendations is the need for attention to the application of psychological tests and skills to define the level of progress in this respect .