

## ملخص البحث باللغة العربية:

الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بمستوى أداء بعض مسكات الرمي في المصارعة الرومانية لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار

اشتمل البحث على خمسة أبواب ، حيث قام الباحثان في الباب الاول من التطرق لأهمية البحث ، وعرض المشكلة ، وتثبيت الأهداف وذكر المجالات للبحث ، أما الباب الثاني فقد اشتمل على الدراسات النظرية وبما يخص الموضوع ، وفي الباب الثالث تطرق الباحثان إلى منهجية البحث وأجراءاته الميدانية ، حيث ذكرا منهج البحث وهو المنهج الوصفي - دراسة العلاقات الارتباطية ، ثم عرضا عينة البحث وتفاصيلها وطريقة اختيارها ، ثم ذكرا الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث والاختبارات لمستوى القوة ومهارات المصارعة قيد البحث وتطرقا أيضاً إلى طريقة إجراء الاختبارات المهارية ، وفي نهاية هذا الباب ذكر الباحثان الوسائل الإحصائية التي استخدمها في البحث. أما الباب الرابع فقد عرض الباحثان من خلاله النتائج التي حصلوا عليها وقاما بتحليلها ومناقشتها. وفي الباب الخامس عرض الباحثان استنتاجاتهما التي حصلوا عليها من خلال تحليل ومناقشة النتائج وأخيراً قام الباحثان بذكر بعض التوصيات التي جاءت على أساس ما استنتج الباحثان.

### Summary:

**Emotional arousal and its relationship to the performance of some throwing skills in Greek-Roman wrestling for third level students in the College of Physical Education -University of Anbar.**

The research included five parts, in 1<sup>st</sup> part, the researchers mentioned of the importance of research, presentation of the problem, and installs the objectives mentioned areas of research. 2<sup>nd</sup> part has included theoretical studies which were in regard to the subject. 3<sup>rd</sup> part, the researchers dealt with the research methodology and procedures, the research method was a survey - the study of relationships connectivity, then they across the research sample with details and the method chosen, then they mention to equipments and the tools which used to research and measurements of physical and skills of wrestling under consideration and referred also to the conduct of the tests skills,

at the end of this part the researchers mention the means of statistical which used in the search. Part 4<sup>th</sup> the researchers offered from the results obtained through them and they analyzed and discussed these results. In Part 5<sup>th</sup> the researchers showing conclusions obtained from the analysis and discussion of results and finally the researchers mention some of the recommendations that came on regarding what the researchers concluded.

## ١- الباب الأول: التعريف بالبحث

### ١-١ المقدمة وأهمية البحث:

تعد لعبة المصارعة من الألعاب الرياضية التي تتميز بما يتطلب من اللاعب فيها امتلاك القدرة على بذل مجهود كبير ، اذ تعتبر من الالعاب التي تتطلب تدريبا للجسم والعقل في ان واحد. ولهذا يجب ان يتسم لاعب المصارعة بامتلاكه القدرات المختلفة والاعداد البدني والنفسي الدائم بالاضافة الى المتطلبات البدنية والمهارية الاخرى من اجل النجاح في الوصول بهذا اللاعب للفوز ومن بعدها المحافظة على مستوى الإنجاز الذي وصل إليه . ولما علم النفس من تأثيرات كبيرة في مستوى الأداء للاعبين والطلاب سلباً كان أم إيجاباً كلاً حسب الموقف المؤثر فعليه كان الاعداد النفسي هو البحث عن الاسباب التي تؤثر على السلوك ومن ثم الوصول الى مخطط من خلال اليات محددة تسهم في تطوير وتعديل السلوك الذي يسهم ايجابيا للوصول الى المستويات المنشودة من الأداء وتعظيمه ولهذا فان الاعداد النفسي المبني على الاسس والمبادئ العلمية يسهم بطريقة مباشرة ليخرج اللاعب على افضل مستوى بدني ومهاري وخططي .(١)

واهمية توفير السمات النفسية والقدرات والاستعدادات والامكانيات الخاصة والمرتبطة بنوع النشاط تكمن في ارتباطها الوثيق بالتفوق الرياضي ، حيث إنها تشكل القوى الداخلية للاعب والطالب والدافعة له بشكل دائم لتحقيق اهدافه واستغلال قدراته وطاقاته مما يؤدي الى المثابرة والتوافق النفسي برغم اختلاف مستواه في المواقف المختلفة.

-----  
-----

(١) مفتي ابراهيم حماد ، التدريب الرياضي (تخطيط وتطبيق وقيادة) ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨) ، ص ٢٣٣ .

وان سمة الاستثارة الانفعالية لها دور مهم في التأثير على مستوى أداء اللاعبين بالنسبة للفوز والخسارة كتتنافس ، ونجاح وفشل بالنسبة للطلاب في درس المصارعة ، ومن هنا برزت اهمية البحث في معرفة العلاقة بين هذه السمة والأداء للطلاب اثناء الاداء في الامتحانات ، مما لهذه السمة من اهمية واضحة في تحقيق النجاح والتفوق .

### ٢-١ مشكلة البحث:

بما ان لعبة المصارعة من الألعاب الفردية التي لها خصائص ومميزات تختلف عن بقية الالعب كونها تلعب بحركات سريعة جداً ونشطة وقوة تحمل وتركيز عاليين ، لذا يجب أن يمتلك لاعبيها العديد من القدرات البدنية ، والمهارية ، والعقلية ، والسمات النفسية والتي بمجملها يكون اللاعب صاحب امتياز عن غيره في هذه اللعبة ، وان مساعدة اللاعب أو الطالب الرياضي المتفوق في حل مشكلاته النفسية وتقديره وتشجيعه والايان بقدراته وخبراته التي اكتسبها من خلال التمرين أو الدرس ، وتعزيز النجاح فيه من اجل تجاوز الصعوبات والوصول الى الابداع والتفوق والابتكار فلا بد من الوقوف على سماته او قدراته النفسية وتنميتها والعمل على تحقيق التوافق النفسي الملائم له ، وقد لاحظ الباحثان ان هناك إهمال واضح في مجال الاعداد النفسي للطلاب ، والذي له تأثير واضح على الاداء مما دفع الباحثان إلى الدراسة والوقوف او التعرف على الفروقات بين اللاعبين بمستوى هذه السمة من خلال الأداء المهاري لهم ، ومن ثم العمل على ايجاد السبل العلمية التي تساعد على التكامل والانتقاء في مستوى أدائهم .

### ٣-١ أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:

١- التعرف على مستوى الاستثارة الإنفعالية لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار .

٢- التعرف على مستوى الأداء المهاري لبعض مسكات الرمي في المصارعة الرومانية لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار .

٣- التعرف على العلاقة بين مستوى الاستثارة الإنفعالية و الأداء المهاري لبعض مسكات الرمي في المصارعة الرومانية لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار.

#### ١-٤ مجالات البحث:

١- المجال البشري: طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار.

٢- المجال المكاني: قاعة المصارعة في كلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار.

٣- المجال الزمني: الفترة من ٢٠١٢/٣/١ ولغاية ٢٠١٢/٣/١٨.

٢- الباب الثاني: الدراسات النظرية والمشابهة:

١-٢ الدراسات النظرية:

١-١-٢ الاستثارة الإنفعالية:

يعتبر سلوك الفرد قاعدة من قواعد السلوك العام التي يقاس اليها في مختلف المواقف ، وهو التعبير عن نشاطه واتجاهه وردود فعله ويكون نتاج مؤثرات كثيرة ومركبة ومعقدة ، تتجمع وتنشأ في تغير مستمر ولكل سلوك ردود اتجاه للمواقف ولاسيما المواقف الرياضية التي يتطلب من اللاعب ان تتوفر لديه قدر من القدرات النفسية التي تساهم في انجازه للوصول الى افضل المستويات العالية بجانب القدرات البدنية والمهارية والفسولوجية ... ، وان تعزيز هذه الصفات او القدرات النفسية وتعديلها وتميئتها وتنشئتها تساعد الفرد على ضبط سلوكه وتوجيهه في المواقف التي تستثير سلوكه المتعدد والمتغير . وان معرفتها وتحديد قوتها عند اللاعب تساعد على التنبؤ بحدوثها وعلى معرفة الاستجابات المتوقعة عند اللاعب في مواقف مختلفة ولها فائدة كبيرة في مجال بناء قدراته وتطوير إمكانياته وثبوتها وتحسينها أي بناء الشخصية الرياضية ، والتي تهدف الى تقويم القدرات ومدى استعداداته للمنافسة وامكانياته لتحقيق الإنجاز العالي في المستقبل (١) فالنشاط الرياضي يتضمن أنواع متعددة من الخبرات الانفعالية التي تتميز بقوتها والتي تؤثر تأثيرا واضحا على سلوك الفرد وهذا يتطلب من اللاعب الرياضي القدرة على التحكم في انفعالاته واخضاعها لسيطرته ، وان التغير المستمر أثناء سير المباريات والدائم كلها لها تأثير واضح على المستوى الذي يظهر عليه اللاعب في المنافسة وتؤثر بشكل مباشر على مستوى المباراة. وأن اللاعب الرياضي يتعرض عند التدريب والمنافسة إلى حالات انفعالية مختلفة من حيث الشدة وتغيرها في المواقف المختلفة ، وبما ان تتميز المنافسات الرياضية العالية الى ارتفاع الانفعالات والتوتر لدى اللاعبين نتيجة لتعرضهم للمواقف البطولية ويكون تأثيرها واضح على ادائه أثناء المنافسة واختلافهم برغم الإمكانيات العالية المتوفرة لديه من القدرات الاخرى ، ولهذا تلعب الانفعالات النفسية دور كبير وتؤثر على ادائه الرياضي ومستوى

انجازة (٢)، فالحالات الانفعالية هي تعبير عن حالة شعور الفرد وقدراته على التعرف في المواقف المختلفة فكثير من المواقف الانفعالية غير مستقرة والتفاوت بين الافراد من حيث الشدة وردود افعالهم هي نتيجة اختلافهم في طبائعهم الانفعالية واتجاهاتهم وميولهم ومن ثم التفاوت في استجاباتهم الانفعالية اتجاه المواقف المختلفة والمتكررة. وان الحالات الانفعالية المختلفة يدركها الفرد في اتجاه سلوكه المختلف ومدى ادراكه لنفسه على

----- (١) علي سلمان سويلم ، دراسة بعض المحددات الاساسية التخصصية لانتقاء الناشئين بالمصارعة الرومانية ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ٢٠٠١ ، ص ١٤ .

(٢) يحيى كاظم النقيب ، علم النفس الرياضي ، (السعودية ، معهد اعداد القادة ، ١٩٩٠) ، ص ١٥٧ .

تفسير سلوكه ، وعليه فان السلوك يحدث بشكل يمكن توقعه من خلال تنظيم عملية تعزيز الاستجابات الصحيحة ، فالانفعالات خلال سير المنافسات الرياضية تصاحب حالات استثنائية قوية أي التهيج الانفعالي الرياضي الذي يشعر بها الفرد بزيادة هائلة في قدراته وطاقاته ولا يشعر بالتعب وتشد وتقوي كل العمليات النفسية لدى الرياضي والتي تؤثر بصورة واضحة على المستوى الذي يظهره (١) فالخبرة الانفعالية تستدعي تفسيراً لما نشعر به او لما يدعو للاستثارة ويستخدم فيها الفرد معلومات من خبراته الماضية ومستوى ادراكه لما يجري حوله ليصل بذلك الى تفسير مشاعره ويقرر في ضوء هذا التفسير كيف يتصرف والنمط الذي يستخدمه لتمييز حالته الانفعالية (٢) والاستثارة الانفعالية هي الشدة التي يطلق بها السلوك او الاستجابة فكلما زادت الاستثارة ارتفع مستوى الاداء وانها تتأثر بعوامل عديدة مثل طبيعة المهارة والفروق الفردية والعوامل البيئية وتختلف شدتها من حيث التأثير السلبي او الايجابي على المراحل الاولى من التعلم من المراحل اللاحقة ، فالمنافسات الرياضية تكون مصحوبة بالانفعال والاثارة والتوتر وتبدو واضحة على اللاعب اثناء ادائه للمهارات الحركية ، فنلاحظ الاستثارة العالية تؤثر ايجابياً على مستوى اداء اللاعب الماهر للمهارات الرياضية مما يؤدي اللاعب الى اتقان المهارة وتصبح الاستجابة الصحيحة هي المسيطرة لديه وتحسن الاداء للمهارات الحركية بخلاف التأثير السلبي عند زيادة الاستثارة تؤدي الى عرقلة التعلم واكتساب المهارة الحركية بالنسبة للناشئين (٣) وان تقدير اللاعب للمواقف المثيرة للانفعال والذي يتعرض لها يعتمد على ادراكه الموقف وكيفية التصرف والتفكير والسيطرة يعد عنصراً هاماً في تقدير مستوى الاستجابة الانفعالية له. وان اللاعب

الرياضي الذي يتسم بسمّة الثقة بالنفس نلاحظ في قدراته ومهاراته ويكون لديه مفهوم ايجابي عن ادائه ويتصف بالصدق والواقعية ولا يبدو عليه القلق او التوتر او الخوف في مواقف مختلفة كما لديه واقعية عالية للانجاز والتفوق والتحسين في الاداء ويستطيع اتخاذ القرارات بسرعة وبسهولة(٤)

- 
- (١) علي حسن علاوي ، علم النفس الرياضي ، ط:٧، (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٢) ، ص٢٥٦ .
- (٢) راضي الوقفي ، مقدمة في علم النفس: ط٣ ، (عمان ، كلية الاميرة ثروت ، ١٩٩٨) ، ص٣٦٨ .
- (٣) يحيى كاظم النقيب ، مصدر سبق ذكره ، ص١٦٣ .
- (٤) ابراهيم عبد ربه خليفة وحييب حبيب العدوي ، الانتقاء النفسي - تطبيقات في التربية البدنية والرياضية ، (الجيزة ، مطبعة العمراني ، ٢٠٠٢) ، ص٦٧ .

فباللاعب الذي يعرف نقاط قوته وضعفه وكيفية استخدامه والذي يسجل درجة مرتفعة في قياس هذه السمة يتسم بالقدرة على التعبير عن اراءه ويتصف دائما بالاستقرار والثبات وعدم التردد مما يؤثر ايجابيا على ردود افعاله والاستجابات الجيدة للمواقف الرياضية المختلفة ، وهذا يؤدي الى الارتقاء بالمستوى وتحصيل افضل النتائج العالية (١)

### ٢-١-٢ مسكات الرمي في المصارعة الرومانية (٢) :

مسكات الرمي هي المهارات التي ينفذها المصارع والتي تهدف إلى كسر قاعدة ارتكاز المنافس ورفع واسقاطه على البساط (الأرض) ، وهي متعددة من حيث الشكل والمسار الحركي ولكنها تشترك بالهدف وهو إحراز النقاط من خلال تغيير وضع جسم المنافس من حالة الاستقرار والاتزان إلى الحالة التي يمنح بها قانون اللعبة النقاط من أجل الفوز ، وهذه المسكات جميعاً تنفذ بمسك أو حجز أجزاء من جسم المنافس شرط أن تكون من الحزام إلى أعلى الجسم (الجزع مع الطرفين العلويين والرأس) في المصارعة الرومانية ومن أي جزء من أجزاء الجسم بالنسبة للمصارعة الرومانية عدا المناطق التي يحرم قانون اللعبة استهدافها خلال اللعب ، وتعتبر هذه المسكات من المهارات التي تتطلب بذل جهد كبير أثناء الأداء بالإضافة إلى دقة عالية تقنياً.

### ٣- الباب الثالث: منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

### ٣-١ منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة مشكلة البحث.

### ٣-٢ عينة البحث:

اشتملت عينة البحث (٥٠) خمسون طالباً من المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية - جامعة الانبار اختيروا بالطريقة العمدية ، استثنى منهم (١٠) عشرة طلاب لإخضاعهم للتجربة الاستطلاعية.

- 
- (١) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، الاختبارات المهارية والنفسية في مجال الرياضي ، ط:١ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، (١٩٧٨) ، ص٤٧٥ .
- (٢) حمدان رحيم الكبيسي ، محاضرات اختصاص المصارعة ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٦ - ١٩٩٧ .

### ٣-٣ الأجهزة والادوات المستخدمة:

- ١- المصادر العربية والاجنبية.
- ٢- الاختبارات والقياس.
- ٣- استمارة تسجيل لقياسات الطول والوزن والعمر.
- ٤- استمارة الاستبيان الخاصة بقياس مستوى الاستثارة الإنفعالية.
- ٥- بساط مصارعة.

### ٣-٤ مقياس الاستثارة الانفعالية للرياضيين (١) :

وضع هذا المقياس بالاصل كل من (دورتي ف هاريس ، Dorthy v. Harris) و (بيت ل هارس ، Bette L Harris) ، وقام بأعداد صورته العربية وتقنيته (أسامة كامل راتب - ١٩٩١) ، ويتكون المقياس من (٥٠) عبارة ويجيب الرياضي على كل عبارة في المقياس في ضوء مقياس مدرج من ثلاثة نقاط هي: غالباً احياناً نادراً ويتراوح مدى الدرجات المقياس بين (٥٠ - ١٥٠) (\*) درجة وارتفاع الدرجة على المقياس يعكس زيادة شدة التوتر والاستثارة ، ويهدف

المقياس إلى التعرف على درجة الاستثارة لدى الرياضيين في مواقف المنافسة الرياضية ، وقام الباحثان بعرض هذا المقياس على الخبراء لبيان صلاحيته في البيئة العراقية وحصل على تأييد الخبراء (\*\*)

### ٣-٥ اختيار المسكات المناسبة لإجراء البحث:

قام الباحثان باختيار ثلاث مسكات رمي في المصارعة الرومانية والتي قد تم تدريسها لطلاب المرحلة الثالثة وفق المنهاج السنوي ، حيث كانت هذه المسكات هي أنسب الأنواع من مجموع ما ثبت في المنهاج السنوي على أساس تقبل الطلاب لها وسرعة تعلمها واتقان أدائها وهي: مسكة الرمي بحجز الرأس ، مسكة الرمي بحجز الذراع ، مسكة الرمي بحجز الجذع.

-----

(١) أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات) ، ط:٢ ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧) ، ص ٣٠٦.

\* انظر الملحق رقم (١)

\*\* انظر الملحق رقم (٢).

### ٣-٦ اختبارات مسكات الرمي قيد البحث:

اعتمد الباحثان طريقة قياس الأداء المعتمد في الامتحانات في كليات التربية الرياضية والذي يعتمد على تقييم الأداء المهاري للطلاب من خلال مراقبة أدائه لأقسام المهارة الثلاث (القسم التحضيري ، القسم الرئيسي ، القسم النهائي) ومقارنتها بالأداء المثالي الذي يعتمد أدائه في الأساس على شروط ولوائح القانون الدولي للعبة ، وكانت هذه الاختبارات كالآتي:

### ٣-٦-١ مسكة الرمي بحجز الرأس.

- اسم الاختبار: اختبار مسكة الرمي بحجز الرأس.
- الهدف من الاختبار: قياس مستوى الأداء المهاري لمسكة الرمي بحجز الرأس.
- الأدوات المطلوبة: بساط مصارعة.



- طريقة أداء الاختبار: يقف اللاعب أمام المنافس بوضع التماسك (الوضع التحضيرى للمسكة) ، وعند إعطائه الإيعاز ينفذ المسكة على المنافس ويثبت في وضع التثبيت (القسم الختامي للمسكة) حتى يسمع الإيعاز الثاني فيترك المنافس.
  - طريقة التسجيل: يقيم الأداء حسب الأقسام الثلاثة للمسكة (التحضيرى والرئيسى والختامى) ويعطى للتحضيرى (٢) درجتان ، وللرئيسى (٦) ستة درجات ، وللختامى (٢) درجتان.
- ٢-٦-٣ مسكة الرمي بحجز الذراع.**

- اسم الاختبار: اختبار مسكة الرمي بحجز الذراع.
  - الهدف من الاختبار: قياس مستوى الأداء المهارى لمسكة الرمي بحجز الذراع.
  - الأدوات المطلوبة: بساط مصارعة.
  - طريقة أداء الاختبار: يقف اللاعب أمام المنافس بوضع التماسك (الوضع التحضيرى للمسكة) ، وعند إعطائه الإيعاز ينفذ المسكة على المنافس ويثبت في وضع التثبيت (القسم الختامى للمسكة) حتى يسمع الإيعاز الثاني فيترك المنافس.
  - طريقة التسجيل: يقيم الأداء حسب الأقسام الثلاثة للمسكة (التحضيرى والرئيسى والختامى) ويعطى للتحضيرى (٢) درجتان ، وللرئيسى (٦) ستة درجات ، وللختامى (٢) درجتان.
- ٣-٦-٣ مسكة الرمي بحجز الجذع.**

- اسم الاختبار: اختبار مسكة الرمي بحجز الجذع.
  - الهدف من الاختبار: قياس مستوى الأداء المهارى لمسكة الرمي بحجز الجذع.
  - الأدوات المطلوبة: بساط مصارعة.
  - طريقة أداء الاختبار: يقف اللاعب أمام المنافس بوضع التماسك (الوضع التحضيرى للمسكة) ، وعند إعطائه الإيعاز ينفذ المسكة على المنافس ويثبت في وضع التثبيت (القسم الختامى للمسكة) حتى يسمع الإيعاز الثاني فيترك المنافس.
  - طريقة التسجيل: يقيم الأداء حسب الأقسام الثلاثة للمسكة (التحضيرى والرئيسى والختامى) ويعطى للتحضيرى (٢) درجتان ، وللرئيسى (٦) ستة درجات ، وللختامى (٢) درجتان.
- ٧-٣ التجربة الاستطلاعية:**

قام الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (١٠) عشرة طلاب تم اختيارهم من بين عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية (القرعة) وقد تمت التجربة بتاريخ

٢٠١٢/٣/٤ ، وخضعت عينة التجربة لكل اختبارات البحث والغرض من التجربة كان الوقوف على مكان القوة والضعف في أداء الاختبارات وإعطاء صورة واضحة لفريق العمل المساعد عن الطريقة التي ستتم بها إجراء الاختبارات وتسجيل النتائج.

### ٨-٣ قياس الاستثارة الإنفعالية:

تم إجراء قياس الاستثارة الإنفعالية للعينة بتاريخ ٢٠١٢/٣/١١ في قاعة المصارعة لكلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار ، حيث وزع الباحثان استمارات الاستبيان على جميع أفراد العينة وطلب منهم الإجابة على جميع فقرات الاستبيان بعد أن شرحا طريقة تسجيل الإجابة على الاستمارة ، وأعطى أفراد العينة وقتاً مفتوحاً للإجابة حيث لم يتم تحديد أي وقت.

### ٩-٣ الاختبارات المهارية:

تم إجراء الاختبارات المهارية لعينة البحث بعد إكمالهم الإجابة على الاستبيان جميعاً ، حيث طلب الباحثان من الخبراء (\*) تقييم أداء كل طالب بالدرجات (١ - ١٠) وعلى أساس أقسام المهارة الثلاث وكالاتي:

----- \* الخبراء :

١- أ.م.د. وعد عبد الرحيم تدريسي كلية التربية الرياضية - جامعة الانبار.

٢- عبد المجيد عبد الرحمن حكم اتحاد المصارعة - فرع الأنبار.

٣- محمد دحام نبهان حكم اتحاد المصارعة - فرع الأنبار.

١- القسم التحضيري - ٢ درجتان.

٢- القسم الرئيسي - ٦ ستة درجات.

٣- القسم الختامي - ٢ درجتان.

بعدها تم جمع الدرجات لكل مهارة والمعطات من قبل الخبراء وتقسيمها

على عدد الخبراء وتسجيلها لكل طالب.

### ١٠-٣ الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحثان برنامج (Spss 17) الذي يعمل في بيئة ( Windows )  
 (7) لتحليل النتائج ومعاملتها إحصائياً بواسطة: الوسط الحسابي ، الانحراف  
 المعياري ، معامل الالتواء ، معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ، F – Test .

٤- الباب الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث:

٤-١ عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لنتائج قياس الاستثارة الانفعالية  
 والأداء المهاري لعينة البحث:

جدول رقم (١)

الأداء المهاري				الاستثارة الانفعالية				المتغيرات والمستويات
ضعيف	متوسط	عالي	عالي جدا	ضعيف	متوسط	عالي	عالي جدا	
4.8000	6.5000	8.3000	4.7000	67.200	91.300	110.60	127.400	الوسط الحسابي
٠.6325	٠.5270	٠.4830	٠.4830	4.0221	2.9078	4.4771	4.92612	الانحراف المعياري

من خلال الجدول رقم (١) ظهر إن الوسط الحسابي لدرجة الاستثارة الانفعالية  
 للمستويات (عالي جداً ، عالي ، متوسط ، ضعيف) كانت على التوالي (110.60 ، 127.400 ،  
 91.300 ، 67.200) بانحراف معياري قدره على نفس التوالي (4.4771 ، 4.92612 ،  
 2.9078 ، 4.0221) أما قيمة الوسط الحسابي للأداء المهاري للمستويات (عالي جداً ، عالي ،  
 متوسط ، ضعيف) كانت على التوالي (4.8000 ، 6.5000 ، 8.3000 ، 4.7000)  
 بانحراف معياري قدره على نفس التوالي (٠.4830 ، ٠.4830 ، ٠.5270 ، ٠.6325)

٤-٢ عرض نتائج موقع الفروق ومجموع المربعات ودرجة الحرية ومتوسط المربع وقيمة ف<sub>٢</sub>  
 وقيمة المعنوية بين نتائج قياس مستوى الاستثارة الانفعالية والأداء المهاري لعينة  
 البحث:

جدول رقم (٢)

المتغيرات	موقع الفروق	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربع	ف	قيمة المعنوية
الاستثارة الانفعالية	بين المجاميع	20115.875	3	6705.292	389.026	0.000
	داخل المجاميع	620.500	36	17.236		

0.000	100.748	28.825	3	86.475	بين المجاميع	الأداء المهاري
		٠.286	36	10.300	داخل المجاميع	

تحت مستوى دلالة (٠.٠٥)

من الجدول رقم (٢) ظهر إن مجموع المربعات ودرجة الحرية ومتوسط المربع للفروق بين مجاميع المستويات للاستثارة الانفعالية كانت على التوالي (20115.875) (٣) (6705.292) ، أما داخل المجاميع فقد ظهرت على التوالي (620.500) (٣٦) (17.236) بينما ظهر إن مجموع المربعات ودرجة الحرية ومتوسط المربع للفروق بين مجاميع المستويات للأداء المهاري كانت على التوالي (86.475) (٣) (28.825) ، أما داخل المجاميع فقد ظهرت على التوالي (10.300) (٣٦) (٠.286) وظهرت قيمة (ف) لمستويات الاستثارة الانفعالية (٥٠.٨١٠) وقيمتها بالنسبة للأداء المهاري (100.748) ، وأخيراً ظهرت قيمة المعنوية لكل من مستويات الاستثارة الانفعالية والاداء المهاري (٠.٠٠٠٠) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥).

٣-٤ عرض نتائج متوسط الفروق وقيمة المعنوية لنتائج قياس مستوى الاستثارة الانفعالية والأداء المهاري لعينة البحث:

جدول رقم (٣)

المتغيرات	المستويات	متوسط الفروق	الخطأ المعياري	قيمة المعنوية
-----------	-----------	--------------	----------------	---------------

٠.000	1.85667	16.80000*	عالي	عالي جدا	الاستثارة الانفعالية
٠.000	1.85667	36.10000*	متوسط	عالي جدا	
٠.000	1.85667	60.20000*	ضعيف	عالي جدا	
٠.000	1.85667	19.30000*	متوسط	عالي	
٠.000	1.85667	43.40000*	ضعيف	عالي	
٠.000	1.85667	24.10000*	ضعيف	متوسط	
٠.000	٠.23921	3.60000*	عالي	عالي جدا	
٠.000	٠.23921	1.80000*	متوسط	عالي جدا	
٠.678	٠.23921	٠.10000	ضعيف	عالي جدا	
٠.000	٠.23921	1.80000*	متوسط	عالي	
٠.000	٠.23921	3.50000*	ضعيف	عالي	
٠.000	٠.23921	1.70000*	ضعيف	متوسط	

تحت مستوى دلالة (٠.٠٥)

من خلال الجدول رقم (٣) ظهر إن قيمة متوسط الفروق والخطأ المعياري لنتائج قياس للاستثارة الانفعالية بين المستويين (عالي جداً ، عالي) كانت على التوالي (16.80000) ، (1.85667) بينما كانت للمستويين (عالي جداً ، ومتوسط) (36.10000 ، 1.85667) ، أما للمستويين (عالي جداً ، ضعيف) فكانت (60.20000) ، (1.85667) ، وظهرت للمستويين (عالي ، متوسط) (19.30000) ، (1.85667) ، وللمستويين (عالي ، ضعيف) (43.40000) ، (1.85667) ، أما للمستويين (متوسط ، ضعيف) فكانت (24.10000) ، (1.85667) ، وظهرت قيمة المعنوية بين جميع المستويات أعلاه (٠.٠٠٠) تحت مستوى دلالة (٠.٠٥).

أما فيما يخص نتائج الأداء المهاري فظهرت قيمة متوسط الفروق والخطأ المعياري بين المستويين (عالي جداً ، عالي) كانت على التوالي (3.60000) ، (٠.23921) بينما كانت للمستويين (عالي جداً ، ومتوسط) (1.80000) ، (٠.23921) ، أما للمستويين (عالي جداً ، ضعيف) فكانت (٠.10000) ، (٠.23921) ، وظهرت للمستويين (عالي ، متوسط) (1.80000) ، (٠.23921) ، وللمستويين (عالي ، ضعيف) (3.50000) ، (٠.23921) ، أما للمستويين (متوسط ، ضعيف) فكانت (1.70000) ، (٠.23921) ، وظهرت قيمة المعنوية بين جميع المستويات أعلاه (٠.٠٠٠) ما عدا بين المستويين (عالي جداً ، ضعيف) فقد ظهرت قيمة المعنوية للفروق بينهما (٠.678) ، تحت مستوى دلالة (٠.٠٥).

٣-٤ تحليل ومناقشة النتائج:

من خلال الجدول رقم (٣) ظهرت لنا نتائج قيمة العنوية للفروق بين جميع المستويات بالنسبة للاستثارة الانفعالية (٠.٠٠٠) ، وهذه القيمة أصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥) وهذا يعني وجود فروق معنوية (١) بين جميع المستويات قيد البحث وبدل ذلك على عدم وجود أي ارتباط معنوي بين هذه المستويات ويعزى سبب ذلك إلى أن جميع أفراد العينة قد أظهروا مستويات للاستثارة الانفعالية تختلف فيما بينها وبعد تصنيفها حسب قوة الاستثارة في أربعة مستويات هي (عالي جداً ، عالي ، متوسط ، ضعيف) أظهرت عدم الارتباط فيما بينها.

أما بالنسبة للأداء المهاري فلقد ظهرت لنا نتائج قيمة العنوية للفروق بين المستويات (عالي جداً ، عالي) ، (عالي جداً ، ومتوسط) ، (عالي جداً ، ضعيف) (٠.٠٠٠) ، وهي أصغر من مستوى الدلالة (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق معنوية بين نتائج الأداء المهاري وبالنتيجة وبالتالي عدم وجود ارتباط معنوي فيما بينها ما عدا المستويين (متوسط ، ضعيف) فكانت (٠.678) ، وهي قيمة أكبر من مستوى الدلالة (٠.٠٥) وهذا معناه عدم وجود فروق معنوية بين هذين المستويين وبالتالي وجود علاقة ارتباط معنوي بينهما.

وبالعودة للجدول رقم (١) وملاحظة الأوساط الحسابية لنتائج الأداء المهاري نجد إن هذه النتائج ارتبطت طردياً مع مستوى الاستثارة الانفعالية في المستويات (عالي ، متوسط ، ضعيف) أي كلما زادت الاستثارة الانفعالية كلما ارتفع مستوى الأداء المهاري ويعزوا الباحثان هذا الارتباط إلى الاستثارة بمستوى معين تعطي للطالب حافزاً إيجابياً للعمل ومحاولة الوصول به إلى مستوى جيد فإثارة الجهاز العصبي وتهيئة العضلات للعمل ومراجعة المهارة ذهنياً وغيرها من العوامل التي تدفع للأداء الجيد تحتاج إلى استثارة مناسبة للشروع بها إضافة إلى إن هذه المستويات من الاستثارة تحفز حالة القلق الميسر للطالب والذي من خلاله يبذل كل ما يمتلك من قدرة مهارية وحركية لتحسين أدائه والظهور بمظهر الفائز أمام استاذة والحصول على التقويم الجيد والنتيجة العالية في امتحاناته ، في حين إن ظهور الارتباط المعنوي بين المستويين (عالي جداً ، ضعيف) فقد أعطى دلالة على إن الاستثارة الانفعالية في مستوياتها العالية جداً يكون تأثيرها سيء على الأداء ويعزوا الباحثان هذا الأمر إلى أن المستويات العالية من الاستثارة تحفز لظهور القلق المعسر والذي يؤثر بشكل مباشر جداً وبشكل سلبي على الأداء فالقلق من الفشل والتعرض للإحراج أمام الأستاذ وزملاء الصف يؤدي بالنتيجة إلى فقدان الثقة بالنفس والتي تجعل الطالب غير واثق بقدراته وما تعلمه خلال دروسه

حتى لو كان ممن أتقنوا المهارة المطلوبة ولهم القدرة على أدائها بشكل جيد ، ولهذا يتجه الطالب إلى التخبط بأفكاره مما يجعله غير قادر على مواجهة الضغط النفسي الذي يظهر عليه نتيجة فقدانه للثقة بنفسه مما يؤدي بالنهاية إلى فشله التام في أداء ما يطلب منه ، لذلك ظهر المستوى الضعيف والمستوى العالي جداً من الاستثارة الانفعالية بنتائج أداء مهاري مترابطة وهي سيئة لا ترتقي مع نتائج المستويات الأخرى من الاستثارة الانفعالية.

## الباب الخامس:

### ٥- الاستنتاجات والتوصيات:

#### ١-٥ الاستنتاجات:

استناداً لنتائج البحث ومناقشتها استنتج الباحثان ما يلي:

- ١- هناك تأثير إيجابي لمستويات الاستثارة الانفعالية في حدودها المعقولة على نتائج الأداء المهاري لمسكات الرمي في المصارعة الرومانية ، فكلما ارتفع مستوى الاستثارة الانفعالية ضمن هذه الحدود ارتفع معه مستوى الأداء المهاري.
- ٢- تتأثر نتائج الأداء المهاري لمسكات الرمي في المصارعة الرومانية بالمستويات العالية من الاستثارة الانفعالية ، حيث كلما ارتفعت مستويات الاستثارة الانفعالية مقترية من حدودها القصوى تنخفض بالمقابل مستويات الأداء المهاري.

#### ٢-٥ التوصيات:

من خلال الاستنتاجات التي خرج بها الباحثان فأنهما يوصيان بما يأتي:

- ١- الاهتمام بالجانب النفسي لطلاب المصارعة وتطوير مستويات الثقة بالنفس لديهم لجعلهم قادرين على السيطرة على انفعالاتهم حين تستثار مما يجعلهم قادرين على بذل وتقديم ما هم فعلا قادرين على إظهاره من المستوى الجيد في الأداء.
- ٢- إجراء مزيد من الأبحاث والدراسات للوصول إلى طريقة واضحة لاستخدام الاستثارة الانفعالية لخدمة الدرس العملي للألعاب الرياضية .
- ٣- توجيه المدرسين والمدرين إلى عدم التعامل مع المستويات العالية من الاستثارة للانفعال للطلاب أو اللاعبين لما لها من تأثيرات سلبية ممكن إن تفشل العملية التعليمية والتدريبية برمتها.
- ٤- عدم تأنيب الطالب بالشكل الذي يحطم معنوياته عند فشله في الأداء المهاري بحيث يكون هذا الأداء سبب تعرضه للمستويات العالية من الاستثارة الانفعالية.

## المصادر:

١. ابراهيم عبد ربه خليفة وحبیب حبیب العدوي ، الانتقاء النفسى - تطبيقات فى التربية البدنية والرياضية ، (الجيزة ، مطبعة العمراني ، ٢٠٠٢).
٢. أسامة كامل راتب ، علم النفس الرياضى (المفاهيم والتطبيقات) ، ط:٢ ، (القاهرة ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٧).
٣. راضى الوقفى ، مقدمة فى علم النفس ، ط:٣ ، (عمان ، كلية الاميرة ثروت ، ١٩٩٨).
٤. علي حسن علاوي ، علم النفس الرياضى: ط٧ ، (القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٢).
٥. علي سلمان سويلم ، دراسة بعض المحددات الاساسية التخصصية لانتقاء الناشئين بالمصارعة الرومانية ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ٢٠٠١.
٦. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، الاختبارات المهارية والنفسية فى مجال الرياضى ، ط:١ ، (القاهرة ، دار الفكر العربى ، ١٩٧٨).
٧. مفتي ابراهيم حماد ، التدريب الرياضى (تخطيط وتطبيق وقيادة) ، (القاهرة ، دار الفكر العربى ، ١٩٩٨).
٨. محفوظ جودة ، التحليل الإحصائى ، ط:١ (عمان ، دار وائل للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٨).
٩. نزار الطالب ومحمود سلمان ، مبادئ الاحصاء والاختبارات البدنية الرياضية ، (الموصل ، مؤسسة دار الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨١).
١٠. يحيى كاظم النقيب ، علم النفس الرياضى ، (السعودية ، معهد اعداد القادة ، ١٩٩٠).



## الملحق رقم (١)

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يروم الباحث استخدام مقياس للاستثارة الانفعالية كأحد متطلبات إنجاز بحثه الموسوم (الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بمستوى أداء بعض مسكات الرمي في المصارعة الرومانية لطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار) وبعد استطلاع قام به الباحث للمصادر والمواقع الرياضية بهذا الخصوص ، وجد مقياساً وضع بالأصل من قبل (دورتي ف هاريس ، Dorthy v. Harris) و (بيت ل هارس ، Bette L Harris) وقام بأعداد صورته العربية وتقنيته (أسامة كامل راتب ١٩٩١) ، ويتكون المقياس من (٥٠) عبارة ويجيب الرياضي على كل عبارة في المقياس في ضوء مقياس مدرج من ثلاثة نقاط هي: (غالباً أحياناً نادراً) ويتراوح مدى الدرجات المقياس بين (٥٠ - ١٥٠) درجة ، وارتفاع الدرجة على المقياس يعكس زيادة شدة التوتر والاستثارة ، ويهدف المقياس إلى التعرف على درجة الاستثارة لدى الرياضيين في مواقف المنافسة الرياضية ، وقد قام الباحث بتغيير بسيط وهو استبدال عبارة المنافسة بعبارة الامتحان كون إن المقياس سينفذ على الطلاب وليس الرياضيين المحترفين.

ولما تتمتعون به من خبرة علمية وعملية في هذا المجال يرجو الباحث من حضرتكم التكرم بمساعدته وذلك ببيان رأيكم حول صلاحية المقياس المذكور والمرفق طياً للاستخدام في البيئة العراقية.

يشكر الباحث تعاونكم الكريم ... مع فائق التقدير

الباحث

التوقيع:

اسم الخبير:

التاريخ:

رأي الخبير:  يصلح  لا يصلح

## مقياس الاستشارة الانفعالية للرياضيين

ت	الفقرات	غالباً	أحياناً	نادراً
١	أدائي أثناء الدرس أفضل كثيراً من الامتحان.			
٢	يضايقتني ان يشاهد أدائي أشخاص مهمون.			
٣	اشعر بصعوبة النوم قبل الامتحان.			
٤	يقلقتني تفكير الآخرين في مستوى أدائي.			
٥	يصعب علي استعادة تركيز انتباهي إذا ارتكبت أخطاء أثناء الامتحان.			
٦	ينتشتت انتباهي أثناء الامتحان.			
٧	اتبع نظاماً معيناً عندما استعد للامتحان.			
٨	ارتكب المزيد من الأخطاء عندما تزداد المنافسة بيني وبين زملائي الطلاب.			
٩	اشعر بالخوف الشديد عند اقتراب موعد الامتحان.			
١٠	أعاقب نفسي عندما ارتكب أخطاء بسيطة أثناء الامتحان.			
١١	نقد المدرس او الزملاء لي يعوق مقدرتي على تركيز الانتباه في الامتحان.			
١٢	أعاني بعض اضطرابات في المعدة أثناء الدرس وتزداد أثناء الامتحان.			
١٣	اشعر بالخوف من عدم أداء ما في استطاعتي في الامتحانات الهامة (النهائية).			
١٤	يهمني جدا الأداء بأقصى طاقتي.			
١٥	أنا طالب متمكن في الامتحانات.			
١٦	أستطيع أثناء الإحماء - وانتظار بداية الامتحان - التركيز بشكل إيجابي في أدائي.			
١٧	احتفظ في ذهني بالمهارات بشكل مفصل.			
١٨	أكون عصبيا ومهموما قبل الامتحانات الهامة (النهائية).			
١٩	أفتقد السيطرة على أفكاري قبل الامتحان.			
٢٠	يسهل ارتباكي وإثارتي قبل الامتحان.			
٢١	أحتاج بعض الوقت قبل الامتحان بغرض الأعداد الذهني.			
٢٢	أحقق أفضل أداء عندما اعرف بالتحديد المطلوب أدائه ، ومتى يتم ذلك ، ومع من.			
٢٣	يتحسن أدائي كلما زادت صعوبة الامتحان.			
٢٤	أحقق أفضل أداء عندما أكون عصبيا وقلقاً.			
٢٥	أحقق أفضل أداء عندما أكون مسترخيا وهادئاً.			
٢٦	يمكنني التصور الذهني لجميع المواقف المرتبطة بالامتحان قبل بدايته.			

٢٧	عندما أكون مركزا تماما في الامتحان لا انتبه الى أي مثير في المحيط.
٢٨	أجد صعوبة في تركيز الانتباه عندما يسير الامتحان على النحو غير المتوقع له.
٢٩	استمتع بالامتحان اكثر من الدرس.
٣٠	أحقق أفضل أداء عندما يشجعني مدرسي وزملائي.
٣١	أستطيع تذكر جميع الأشياء التي حدثت في الامتحان بعد انتهائه.
٣٢	أستطيع التصور الذهني للأداء (ارى/اشعر).
٣٣	أضع أهدافا لادائي لكل درس.
٣٤	أضع أهدافا لادائي لكل امتحان.
٣٥	اشعر بعد إنهاء الامتحان انه كان في إمكاني الأداء بشكل افضل.
٣٦	احرص على اثاره منافسي كلما امكني ذلك.
٣٧	اخشى اصابتي اثناء الاداء.
٣٨	افكر بعد الامتحان في كيف كان ادائي ، وماذا أستطيع ان افعل لتطويره في الاداء التالي.
٣٩	إذا تعرضت لقرار خاطئ من المدرس أستطيع تركيز الانتباه مرة أخرى.
٤٠	اشعر بالحاجة الى دخول الحمام مرات عديدة قبل الامتحان.
٤١	اشعر بالضعف والوهن قبل الامتحان مباشرة.
٤٢	احاول تجنب التفكير في الامتحانات القادمة لما يسببه ذلك لي من عصبية زائدة.
٤٣	اشعر اني لاأستطيع تذكر أي شئ قبل الامتحان مباشرة.
٤٤	يكون ادائي باستمرار قريبا أو في حدود قدراتي.
٤٥	استمتع بالدرس اكثر من الامتحان نظرا لانه اقل ضغطاً للاداء.
٤٦	إذا حدث ان تشتت انتباهي اثناء الامتحان فاني سرعان ما أستطيع تركيز انتباهي مرة أخرى.
٤٧	تزداد عصبيتي كلما زاد عدد المشاهدين لي في الامتحان.
٤٨	تزداد عصبيتي عن المعتاد اذا كان احد الاشخاص المهمين يشاهد ادائي.
٤٩	افكر كثيرا في كيفية ادائي ، والاداء الذي ارغب فيه عندما اكون بعيدا عن الدرس والامتحان.
٥٠	أستطيع ان ارى واشعر بوضوح اداء المهارات التي اريد تصورها ذهنياً.
	الدرجة الكلية

الملحق رقم (٢)

أسماء الخبراء

- |  |                            |
|--|----------------------------|
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ١- أ.د. حمدان رحيم الكبيسي |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ٢- أ.د. عمار عباس          |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ٣- أ.د. كمال جلال ناصر     |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ٤- أ.د. صريح عبد الكريم    |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ٥- أ.د. حسين علي العلي     |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ٦- أ.م.د. طارق نزار        |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ٧- أ.م.د. علي شبوط         |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ٨- أ.م.د. تماضر عبد العزيز |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ٩- أ.م.د. عدي طارق         |
| كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد    | ١٠- أ.م.د. أحمد فرحان علي  |
| كلية التربية الرياضية - جامعة الأنبار. | ١١- أ.م.د. وعد عبد الرحيم  |
| اتحاد المصارعة - فرع الأنبار.          | ١٢- عبد المجيد عبد الرحمن  |
| اتحاد المصارعة - فرع الأنبار.          | ١٣- محمد دحام نبهان        |