

الدافعية والثقة بالنفس وعلاقتها بأداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي في

الجمناستك الفني للرجال

محمد حمزة شهيبي⁽¹⁾، جمال سكران حمزة⁽²⁾، أحمد عبدالله لفتة⁽³⁾

تأريخ تقديم البحث: (2021/4/27)، تأريخ قبول النشر (2021/5/26)، تأريخ النشر (2021/6/28)

DOI: [https://doi.org/10.37359/JOPE.V33\(2\)2021.1145](https://doi.org/10.37359/JOPE.V33(2)2021.1145)

المستخلص

هدف البحث الى التعرف على علاقة الدافعية والثقة بالنفس بأداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وأعتمد الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كون الأقرب لحل مشكلة البحث، وتم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (480) طالباً يمثلون طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الثالثة، وبعد المعالجات الإحصائية، أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط عالية بين الدافعية والثقة بالنفس واداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي، في ضوء النتائج والاختبارات ومناقشتها توصل الباحثون إلى الاستنتاجات الآتية: يتمتع طلاب المرحلة الثالثة بمادة الجمناستك بدافعية وثقة بالنفس عاليين. ووجود علاقة ايجابية بين الدافعية والثقة بالنفس بأداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي.

الكلمات المفتاحية: الدافعية، الثقة بالنفس، علم النفس الرياضي، مهارات الجمناستك الفني.

ABSTRACT

Motivation and Self – Confidence and their relation to Routine Performance on Parallel Bars in Men’s Artistic Performance

The research aimed at identifying the relation between motivation and self – confidence on the performing routines in parallel bar. The researchers used the descriptive method on (480) thirds year college of physical education and sport sciences/ university of Baghdad students. The data was collected and treated using proper statistical operations to conclude that there is a high correlation relationship between motivation and self-confidence with routine performance on parallel bars. In addition to that, the researchers concluded that third year students have high motivation and self – confidence and there is a positive relation between motivation, self-confidence and routine performance on parallel bars.

Keywords: motivation, self – confidence, sport psychology, men’s artistic performance skills.

(1) مدرس، دكتوراه تربية رياضية، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. (Mohammed_Shihaib@yahoo.com)

Mohammed Hamza, Instructor (PH.D), University of Baghdad, College of Physical Education and Sport Sciences, (Mohammed_Shihaib@yahoo.com) (+9647901529549).

(2) مدرس، دكتوراه تربية رياضية، جامعة بغداد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. (Jomal.hamza@cope.uobaghdad.edu.iq)

Jamal Sekran, Instructor (PH.D), University of Baghdad, College of Physical Education and Sport Sciences, (Jomal.hamza@cope.uobaghdad.edu.iq) (+9647902840342).

(3) مدرس مساعد، ماجستير تربية رياضية، كلية الكوت الجامعة، قسم كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. (ahmed.abdullah@alkutcollege.edu.iq)
Ahmed Abdullah Lafta, Asst Instructor (Master), Al-Kut University, College, Department of Physical Education and Sport Sciences, (ahmed.abdullah@alkutcollege.edu.iq) (+9647 706922199).

المقدمة:

من العوامل المهمة في عملية اعداد الطلاب والتي تعتبر عاملا مهما الى جانب العوامل البدنية والمهارية في جميع الالعاب الرياضية هو الجانب النفسي وكذلك هناك العديد من السمات النفسية التي يحتاجها الطلاب من اجل الوصول الى عملية الاعداد النفسي الصحيح، "أن العوامل النفسية لا يمكن السيطرة عليهما كونها تتميز بالثبات النسبي، في حين نرى أن الجوانب الاخرى والمتمثلة بالجانب البدني والمهاري ولخططي يمكن السيطرة عليها من خلال التدريب الجيد المبني على الأسس العلمية الحديثة " (حيدر، 2010، صفحة 20) >

وتُعد الدافعية الحافز والمحرك للسلوك، وبدونها لن يستطيع المدرب او التدريسي أن يوصل بلاعبيه او بطلبته إلى المشاركة بالمنافسات مالم يعرف دافعتهم الأولية في التدريب بما يتناسب وقدراتهم البدنية والنفسية والمهارية والعقلية نحو التميز ويعززها بالثقة بالنفس.

ولعبة الجمناستيك الفني للرجال واحد من الالعاب التي تحتاج الى عوامل نفسيه كثيرة لما لهذه اللعبة من اداء حركي خاص لمهارتها على اجهزة الجمناستيك المتعددة ، وخاصة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، لأنها تحتاج الى قدرات بدنية ونفسية في الاداء المهاري لحركاتها الصعبة وتوصلت دراسة (عبد الكاظم واخرو، 2017) ان مقياس الثقة بالنفس قادر على قياس مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبات الخماسي الفتيات فضلاً عن أن مستويات مقياس الثقة بالنفس لدى لاعبة الخماسي الفتيات توزعت توزيعاً اعتدالياً وذلك في ضوء النسب المئوية على منحى التوزيع الطبيعي وتركزت اغلبها في المستوى المتوسط. اما دراسة (ثائر داود سلمان، سناء مجيد محمد، 2014) فأنها توصلت الى وجود علاقة ارتباط معنوية على مقياس الثقة بالنفس ومهاري التهديف من الثبات والطبطة كرة السلة لدى اللاعبين الناشئين بإقليم كوردستان، ووجود علاقة ارتباط معنوية على مقياس الدافعية ومهاري التهديف من الثبات والطبطة بكرة السلة لدى اللاعبين الناشئين. وتوصلت دراسة (واثق وسمي راضي، 2011) وقد توصلت الى أن الدافعية من العوامل المؤثرة في الأداء المهاري للاعبي الشباب من خلال وجود عالقة ارتباطيه دالة إحصائية بين مقياس الدافعية الرياضية ومستوى الأداء المهاري للاعبي الشباب بكرة القدم.

من هنا تكمن أهمية البحث في دراسة الدافعية والثقة بالنفس ومعرفة علاقتهما بأداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وتعميم نتائجها خدمة للبحث العلمي. وهدف البحث الى التعرف على علاقة الدافعية والثقة بالنفس بأداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. اما فرض الدراسة هو وجود علاقة دالة بين الدافعية والثقة بالنفس والاداء المهاري للسلسلة الحركية

الطريقة والادوات

أعتمد الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كون الأقرب لحل مشكلة البحث، وتم تحديد مجتمع البحث وعينته بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (480) طالبا يمثلون طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الثالثة وعددهم (14) شعبة وبعدها قام الباحثون بتحديد عينة البحث عشوائيا وبطريقة القرعة واختيرت شعبة (و) وعددهم (32) طالب اعتمد منهم (15) طالباً للتجربة الرئيسة وبعدها قام الباحثون بالتجربة الاستطلاعية على (4) طلاب من نفس الشعبة، اما وسائل جمع المعلومات فكانت المصادر العربية المقابلات الشخصية حاسبة يدوية واستخدم الباحثين جهاز المتوازي القانوني المنخفض.

الاختبارات المستخدمة: استخدم الباحثين المقياسين التاليين

- مقياس اختبار قياس دافعية الانجاز الرياضي: (الملحق 1) (علاوي، 1998 ، صفحة 181) وهو الذي صمم من قبل جو ولس وتم تعريبه من قبل محمد حسن علاوي 1998. وقد تضمن المقياس (20) فقرة حيث يتم تصحيح العبارات وفق ما يأتي: بدرجة كبيرة جدا 5 درجة، وبدرجة كبيرة 4 درجات، وبدرجة متوسطة 3 درجة، وبدرجة قليلة 2

- درجة، ويديره قليلة جدا 1 درجة، إذ إن أعلى درجة تكون (100) وأقل درجة هي (20) والوسط الفرضي (60) من خلال هذه الدرجات يكون تحديد الدرجة التي من خلالها يتم التعرف على دافعية اللاعب (عالية، أو واطئة) .
- مقياس اختبار قياس الثقة بالنفس: (الملحق 2) (علاوي، 1998 صفحة 212) وهو مقياس مقنن تم تعريبه من قبل محمد حسن علاوي 1998 حيث تم جمع الدرجات من جميع العبارات وكلما اقترب المجموع من (117) تميز اللاعب بدرجة أكبر من الثقة الرياضية وهي أعلى درجة إما أقل درجة (13) والوسط الفرضي (65).
 - اختبار السلسلة الحركية على المتوازي:
 - ✓ توصيف الاختبار: تقييم أداء مهارات السلسلة الحركية على جهاز المتوازي
 - ✓ الأدوات المستخدمة: جهاز متوازي قانوني منخفض أبسطه اسفنجية
 - ✓ طريقة الاداء: الوقوف في بداية جهاز المتوازي القفز والاستناد بالذراعين على البارين، يقوم اللاعب بأداء ثلاث مرجحات وعند المرجحة الثالثة من الامام يقوم بفتح الرجلين والاستناد بهم على البارين مشدودتين ومؤشرتين ويمسك البارين من اقرب نقطة الى الفخذين ويقوم بتقريب الاكتاف الى البارين لأداء الوقوف على الاكتاف والثبات لمدة 2 ثانية ومن ثم يقوم بعمل زاوية في مفصل الورك واداء الدرحة الامامية مع فتح الرجلين والاستناد بها على البارين مؤشرتين وممدودتين ثم سحبها الى الاسفل ويؤدي ثلاث مرجحات والهبوط الى جانب البار مع نصف لفة للثبات.
 - ✓ التسجيل: يقيم الاداء من 10 درجات مقسمة الى المرجحة 2 درجة، الوقوف على الاكتاف 2 درجة، الدرحة 2 درجة، المرجحة 2 درجة، والهبوط 2 درجة، والمجموع الكلي للمهارات هو 10 درجة.
 - التجربة الاستطلاعية: أجرى الباحثون التجربة الاستطلاعية على عينة من طلاب والبالغ عددهم 4 طلاب وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية معرفة الوقت اللازم لإجراء الاختبارات ومعرفة الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه الباحثون الأسس العلمية للاختبار:
 - معامل الصدق: تم التحقق من صدق كل من المقياسين (دافعية الانجاز والثقة بالنفس من خلال إيجاد صدق المحتوى وذلك بعرض المقياسين على مجموعة من الخبراء والمختصين في العلوم التربوية والنفسية والتربية الرياضية وذلك للتعرف على مدى ملائمتها لعينة البحث تبين أن هناك اتفاقا بنسبة (100 %) حول الفقرات جميعها .
 - معامل ثبات الاختبار: ولغرض التأكد من حصول المقياسين على درجة ثبات عالية قام الباحثين بتطبيق الاختبار على عينة مكونة من (4) طلاب. وأعيد تطبيق الاختبار بعد أسبوع تحت ظروف الاختبار الأول نفسها وعلى العينة ذاتها ثم تم حساب معامل الارتباط النتائج.
 - الموضوعية: وقد تميز الاختبار الحالي بوضوح فقراته وبساطتها ويمكن تفسير البيانات التي نحصل عليها بدقة وأسئلة محددة وكذلك إجابته، ويستطيع أفراد العينة فهم عباراته والإجابة عنها بسهولة وبدون أي التباس مما يؤكد موضوعية الاختبار.
 - التجربة الرئيسية: أجرى الباحثون تجربتهم الرئيسية على مجتمع البحث حيث تم توزيع استمارة المقياس النفسية على مجتمع البحث وتم شرح فقرات المقياس النفسية من أجل إيضاح بعض من فقرات المقياس.
 - الوسائل الإحصائية: لأجل التوصل إلى نتائج الدراسة تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) باستخدام قوانين الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (T) ومعامل الارتباط بيرسون

النتائج:

الجدول (1) يبين مستوى الدافعية لدى طلاب المرحلة الثالثة

المقياس	ن	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
الدافعية	15	60	76.133	4.733	13.199	0.000	معنوي

معنوي عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)

الجدول (2) يبين مستوى الثقة بالنفس لطلاب المرحلة الثالثة

المقياس	ن	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
الثقة بالنفس	15	60	80.267	4.978	11.878	0.000	معنوي

معنوي عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (14)

الجدول (3) يبين علاقة الارتباط بين الثقة بالنفس ومستوى اداء المهاري للسلسلة الحركية على جهاز المتوازي

الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (R) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
الثقة بالنفس	80.267	4.978	0.731**	0.002	معنوي
الاداء المهاري	7.267	.979			

معنوي عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول (4) يبين علاقة الارتباط بين الدافعية ومستوى اداء المهاري للسلسلة الحركية على جهاز المتوازي

الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (R) المحسوبة	sig	الدلالة
الدافعية	76.133	4.733	*0.618	0.013	معنوي
الاداء المهاري	7.267	.979			

معنوي عند مستوى دلالة (0.05).

المناقشة:

من خلال الجدول (1) والجدول (2) ومن خلال قيم الاوساط الحسابية التي هي أكبر من الوسط الفرضي في كلا المقياسين الدافعية والثقة بالنفس وهذا يدل على ان مستوى الدافعية والثقة بالنفس لدى الطلاب هي عالية وتؤكد قيمة الدلالة والمعنوية الحقيقية الواضحة من خلال قيمتها في كلا الجدولين والتي هي اقل من (0.05) "اذ ان لدافعية التعلم عنصر هام في نجاح العملية التعليمية" (احمد، 2021). الى ان الطلاب لديهم ثقة بالنفس التي "تعد احد العوامل المهمة في نمو وتطوير بعض السمات الشخصية لديهم اذ ان الطالب الذي يمتلك هذه السمة ينظر الى نفسه بإيجابية ويكون مستوى طموحه مرتفعا في الاداء ويكون مؤمن بقدراته ولديه القدرة على اتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب لقدراته العقلية والنفسية والجسمية ويعمل على بذل المزيد من الجهد والمثابرة من اجل الاداء بنجاح مما يعكس عليه بشكل ايجابي وعلى تعزيز ثقته بنفسه" (هدى، 2020)، وهذا ما أكده (اسامة، 2000، صفحة 300) الى ان "للاعب الذي يكون ناجحا يصبح اكثر ثقة في النفس ويشعر بثقة اكبر وتكون لديه دافعية اكبر ببذل الجهد من اجل التفوق، بينما اللاعب الذي تكون خبراته فاشلة تكون ثقته بنفسه ضعيفة ويشعر بدرجة اقل نحو قيمته لذاته".

ومن خلال الجدولين (3) و(4) الخاصين بعلاقة ارتباط المقياسين بالأداء المهاري على جهاز المتوازي ومن خلال قيمة (R) المحسوبة الواضحة لها في المقياسين وهي قيمة طردية ومن خلال قيمة مستوى الدلالة الخاصة بالمعنوية والدلالة والتي اتضحت قيمتها في كلا المقياسين وهي قيمة معنوية لأنها أصغر من (0.05). يتضح ان علاقة ارتباط قيمة الثقة بالنفس بالأداء اعلى من قيمة ارتباط الدافعية بالأداء. لان الثقة بالنفس "تعمل وتساعد على تنمية القدرات الحركية وتطوير الأداء المهاري وتساهم في ربط وتسلسل الحركة من خلال تطوير المهارات الحركية وتعطي المزيد من الثقة والمقدرة على الشعور بالأداء الفني الأفضل ومستوى الانجاز الأحسن" (صال،2019) اما الدافعية هي حالة داخلية او خارجية التي يمتلكها الفرد والتي تحرك سلوكه وتوجهه نحو تحقيق الاهداف (ابوجادو، 2003: 292). وايضا الى ذلك يرى الباحثون دور التدريسي في استخدامه الطريقة والاسلوب والاستراتيجية في تبسيط عملية التعلم، وذلك من خلال استخدامه، اولا الاجهزة المساعدة التي تضيف الى الطالب الثقة بالنفس الزائدة من اتخاذ قرارات انية وجريئة لأداء المهارات لأنه يراها سهلة الأداء، ثانيا استخدام التدريسي لعنصر للتحفيز من خلال المكافآت كان تكون المكافئة تشجيعية او من خلال اعطاء درجات تفضيلية للمتميز هذا من جانب الدافعية لأداء مهام صعبة للحصول على المكافئة التشجيعية او الدرجات

الاستنتاجات:

- يتمتع طلاب المرحلة الثالثة بمادة الجمناستك بدافعية وثقة بالنفس عاليين.
- وجدود الدافعية لدى الطلاب عند اداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي.
- يمتلك الطلاب الثقة بالنفس عند اداء السلسلة الحركية على جهاز المتوازي.

المصادر

- ابوجادو، محمد علي صالح (2003) علم النفس التربوي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان
- احمد عجيل ياور ديمير (2021) الدافعية للتعلم وعلاقتها بالمناخ المدرسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية العلوم النفسية، ، المجلد 32، العدد 01،
- أسامة كامل راتب؛ (2000) تدريب المهارات النفسية، تطبيقات في المجال الرياضي، ط1، دار الفكر
- ثائر داود سلمان، سناء مجيد محمد (2014): دراسة الثقة بالنفس والدافعية وبعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بمهارتي التهديد من الثبات والطبوبة بكرة السلة للاعبين الناشئين بإقليم كوردستان مجلة علوم الرياضة، المجلد 6، العدد 4،
- حيدر كريم سعيد (2005): الحاجات النفسية وعلاقتها بدقة التهديد بكرة القدم، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة القادسية، .
- صالح جويد هليل، كمال عبد نجم، (2019)، ثقة بالنفس وعلاقتها بدقة التهديد بكرة قدم الصالات للطالبات مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية، المجلد 5، العدد 2،
- عبد الكاظم جليل حسان، واخرون (2017)، تصميم مقياس الثقة بالنفس لدى لاعبات كرة القدم منتخبات التربية (الصالات) في المنطقة الوسطى والجنوب مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية، المجلد 16، العدد 16، العربي، القاهرة،
- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية. القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1998.
- هدى عيدان غفران بشير مريم عبد الجبار (2020)، الثقة بالنفس وعلاقتها بأداء التشكيلة الحركية بأداة الطوق لطالبات المرحلة الثالثة مجلة الرياضة المعاصرة، المجلد 18، العدد 1،
- واثق وسمي راضي (2011) علاقة السمات الدافعية الرياضية بأداء بعض القدرات مهارية لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم مجلة علوم الرياضة، المجلد 3، العدد 3 ملحق العدد الثاني.

الملاحق

الملحق (1) استمارة مقياس الثقة بالنفس

الدرجات									العبارات
9	8	7	6	5	4	3	2	1	
									عند أداء المهارات الحركية الضرورية لإحراز التفوق في خلال المنافسية الرياضية
									في القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة خلال الضغوط الرياضية
									في القدرة على الأداء في المنافسة تحت الضغوط العصبية
									في القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة
									في القدرة على التركيز بصورة جيدة لكي احقق النجاح
									في القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي أحقق الفوز في المنافسية
									في القدرة على انجاز أهدافي المرتبطة بالمنافسية
									في القدرة على أن أكون ناجحا في المنافسة
									في القدرة على ان يستمر ناجحي
									في القدرة على التفكير والاستجابة بنجاح إنشاء المنافسية
									في القدرة على مواجهة التحدي بناء المنافسة
									في القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس أقوى مني
									في القدرة على القيام بأداء ناجح بعد قيامي بأداء فاشل

الملحق (2) استمارة مقياس دافعية الإنجاز

الدرجات					العبارات
درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جدا	
					اجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في المنافسة
					يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه
					عندما ارتكب خطأ في الأداء اثناء المنافسة فإنني احتاج لبعض الوقت لكي انسى هذا الخطأ
					الامتياز في الرياضة لا يعتبر من أهدافي الأساسية
					احس غالبا بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة
					استمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين أنها مهمة صعبة
					اخشي الهزيمة في المنافسة
					الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد
					في بعض الأحيان عندما انهزم في منافسة فان ذلك يضايقني لعدة أيام
					لدي استعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي انجح في رياضتي
					لا أجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في منافسة
					الفوز في المنافسة يمنحني الرضا
					اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية
					أفضل أن استريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية
					عندما ارتكب خطأ في الأداء فان ذلك يرهقني طوال فترة المسافة
					لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضتي
					قبل اشتراكي في المنافسة لا اشغل في التفكير عما يمكن أن يحدث في المنافسة أو عن نتائجه
					احاول بكل جهدي أن أكون أفضل لاعب
					أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة
					هدفي هو ان أكون مميزا في رياضتي