

## تصنيف الملاكمين وفق (الثقة الرياضية كسمة والسلوك التنافسي) واثرها على فاعلية الاداء المهاري لأندية العراق بالملاكمة للمتقدمين (الفئة المتوسطة)

أ.م.د. علي عطشان خلف المشرفاوي

1436 هـ

### مستخلص البحث باللغة العربية.

ان مستوى الحالة النفسية للملاكمين مهم وله التأثير المباشر والكبير على أجهزة الجسم المختلفة للملاكمين فالإعداد النفسي يجب ان لا يهمل من قبل المعنيين ويجب ان يديروا الحالات النفسية حالها كحال المتغيرات البدنية والمهارية والخطئية والفلسجية وهذا ينتج من خلال السيطرة على تنمية أفكار الملاكم وتركيز انتباهه والتحكم بالانفعالات وعدم التوتر أو الخوف ويكون للملاكم الثقة العالية من خلال سلوكه التنافسي بمواجهة المنافسين على الحلبة لتحقيق أقصى أداء ومن هنا تركزت مشكلة البحث في تصنيف الملاكمين المتقدمين بحسب مقياسي الثقة الرياضية كسمة والسلوك التنافسي الى ثلاثة اصناف والتعرف على اثر كل صنف من الاصناف المدروسة على فاعلية الاداء المهاري للنزلات والتفاعل الحاصل بين الاصناف المدروسة واثرها على فاعلية الاداء المهاري للنزلات وقد شمل مجتمع البحث ملاكمو اندية العراق بالملاكمة للمتقدمين في الملاكمة (الفئة المتوسطة)، اذ تم التعامل مع الملاكمين المشاركين ببطولة اندية العراق المقامة في محافظة النجف وقد اختار الباحث (100) ملاكماً من اصل (136) ملاكم وقد أسفرت نتائج الدراسة الى ان هناك تفاعلاً بين المتغيرين المستقلين (الثقة بالنفس والسلوك التنافسي) وبالتالي يكون تأثيرهما كبير وواضح على فاعلية الاداء المهاري للملاكمين اذ ان التفاعل بين تلك المتغيرات لها تأثير على فاعلية الاداء للملاكمين أي إن الملاكم الذي يمتلك سلوك تنافسي يكون انجازه جيد وبهذا استنتج الباحث ان الثقة بالنفس لها الدور الكبير في تحقيق المستويات الجيدة والملاكم الذي يتمتع بثقة كبيرة يكون توجهه للمنافسة اكبر لتحقيق المراكز المتقدمة في الاداء المهاري للملاكمين.

## **Abstract.**

### **Classified According to Boxers (Sports Confidence as A Feature and Competitive Behavior) and their Impact on the Effectiveness of Skill Performance of Iraq Boxing Clubs for Applicants (Medium Category)**

The level of Psychological state is important for boxers and has a direct and large impact on the different organs of the body for boxers psychological preparation should not be ignores by the concerned and must be trained psychiatric conditions as do the physical and technical skills and tactical and physiological variables this produces through the control of development boxer ideas and focus his attention and control emotions and lack of tension or fear and have a boxer high confidence through competitive behavior face competitors on the track to achieve the maximum performance from here focused research problem in the recruitment of study self-confidence as a feature and the behavior of boxers and know quotient interaction between variables, as aim of the research to Classified boxers applicants, according to measurements of sports as a feature confidence and competitive behavior into three classes and get to know the impact of each category studied the effectiveness of Skill performance for rounds and the interaction between quotient varieties careless and its impact on the effectiveness of the performance skills of rounds boxers of the research community boxing clubs Of Iraq for applicants in boxing has been included (medium category), as it has been dealing with the boxers participants championship clubs Of Iraq held in the province of Najaf has researcher chose (100) boxer out (136) boxer has resulted in findings that there is interaction between the two independent variables (self-confidence and competitive behavior) Therefore have their impact large and clear on the effectiveness of the Skill performance of the boxers as the interaction between these variables have an impact on the effectiveness of the performance of the boxers that which boxer who owns competitive behavior have done well and this researcher concluded that self-confidence a great role in achieving good levels and the boxer who enjoys great confidence be heading for greater competition to achieve the advanced centers in the performance skills of boxers.

## 1- المبحث الأول: التعريف بالمبحث.

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

ان مستوى الحالة النفسية للملاكمين مهم وله التأثير المباشر والكبير على أجهزة الجسم المختلفة للملاكمين. فالإعداد النفسي يجب ان لا يهمل من قبل المعنيين بذلك ويجب ان يدربوا الحالات النفسية حالها كحال المتغيرات البدنية والمهارية والخطوية والفلسجية وهذا ينتج من خلاله السيطرة على تنمية أفكار الملاكم وتركيز انتباهه والتحكم بالانفعالات وعدم التوتر أو الخوف وتكون له الثقة العالية من خلال سلوكه التنافسي بمواجهة المنافسين على الحلبة، ولذا فقد تكون الحاجة ملحة الى المزيد من العناية بالناحية النفسية وحالات التطور والتفوق الرياضي وخاصة المتغيرات النفسية المدروسة التي تساعد الملاكمين على تعبئة قدراتهم وطاقاتهم البدنية لتحقيق أقصى أداء وأفضل الانجازات الرياضية ويمكن تطوير ذلك من خلال التدريب المستمر فكثير من الأبطال على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي والذي يحدد الفرق في القدرة على الانجاز العامل النفسي أثناء المنافسة حيث يؤدي دورا رئيسا في تحقيق الفوز ومن خلال ذلك يتضح من أهمية البحث الى امرين مهمين هما ان الثقة بالنفس وسلوك الملاكم يؤثر على فاعلية الاداء المهاري بالملاكمة من حيث اداء اللكمات والدفاعات الصحيحة ومن خلال ذلك تم تصنيف تلك المتغيرات للملاكمين الى مستويات اذ ان كل مستوى من هذه المستويات له تأثير على فاعلية الاداء المهاري والامر الثاني تعمل هذه الدراسة على تزويد الملاكمين والمدربين ببيانات عن الملاكمة بشكل علمي دقيق مدروس.

### 1-2 مشكلة البحث:

رغم التطور الحاصل في مختلف مجالات التربية الرياضية من خلال الدراسات والبحوث في مجال إعداد الملاكمين من جوانبه المتعددة البدنية و المهارية والخطوية يكون غير متكامل إلا اذا كان الإعداد النفسي ملازماً له اذ تعد تدريبات المهارات النفسية من أهم الوسائل التي تعمل على تطوير تلك الجوانب لدى الملاكمين اذ يرتكز ويتأسس تحقيق المستوى الرياضي العالي بهدف خلق القدرة على العمل بما يتناسب مع ظروف النزالات والتنافس و ينبغي العمل على تطوير حالات الثقة بالنفس وسلوكه اثناء النزال بشكل يعمل على تحقيق متطلبات التطور لدى الملاكمين ومن هنا تركزت مشكلة البحث في توظيف دراسة الثقة بالنفس كسمة وسلوك الملاكمين ومعرفة التفاعل الحاصل بين المتغيرات وما ينتج عن كل صنف من اثر على فاعلية الاداء المهاري اثناء النزالات.

### 1-3 اهداف البحث:

يهدف البحث الى:

1. تصنيف الملاكمين المتقدمين بحسب مقياسي الثقة الرياضية كسمة والسلوك التنافسي الى ثلاثة اصناف.
2. التعرف على اثر كل صنف من الاصناف المدروسة على فاعلية الاداء المهاري للنزالات.

3. التعرف على فروق الأصناف بمقياسي الثقة الرياضية كسمة والسلوك التنافسي واثرها على فاعلية الاداء المهاري للنزلات.
4. التعرف على التفاعل بين الاصناف المدروسة واثرها على فاعلية الاداء المهاري للنزلات.

#### 4-1 فروض البحث:

يفترض الباحث ما يلي:

1. هناك فروق معنوية لأصناف مقياسي الثقة الرياضية كسمة والسلوك التنافسي واثرها على فاعلية الاداء المهاري للنزلات.
2. هناك تفاعل معنوي بين الاصناف المدروسة وفاعلية الاداء المهاري للنزلات.

#### 5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: ملاكمو اندية العراق بالملاكمة للمتقدمين (الفئة المتوسطة).
- 2-5-1 المجال المكاني: القاعة المغلقة في محافظة النجف الاشرف.
- 3-5-1 المجال الزمني: المدة من 2014/9/15 ولغاية 2014/11/15

#### 2- المبحث الثاني: الدراسات النظرية.

##### 1-2 الثقة الرياضية كحالة:

"تعتبر الثقة بالنفس من سمات الشخصية الهامة بالمجال الرياضي نظراً لتأثيرها على اداء اللاعبين وبهذا تعني الثقة الرياضية كحالة درجة التأكد او الاعتقاد عند اللاعب في توقيت معين عن مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة (34:4)

##### 2-2 السلوك التنافسي:

استجابة لتفاعل حافزين في داخل الفرد الحافز الاول صاعداً للأعلى لمواصلة تحقيق قدرات اللاعب والحافز الثاني لمواصلة تقييم قدراته والمنافسين والانفعالات (107:6)

##### 3-2 اللكمات والدفاعات الصحيحة:

تعد اللكمات صحيحة اثناء النزلات من خلال الشروط التي يجب ان تتوفر في اداء اللكمة الصحيحة فعلى القاضي او الحكم ان يقوم بتسجيل اللكمة الصحيحة وفقاً لما يأتي (37:2)

1. خلال كل جولة يجب ان يقوم كل قاضي الضربات التي تحمل كافة المواصفات الصحيحة للضربة والتي يجب ان لا تصد او تحول وان تصل الى المكان المسموح عليه الضرب (الهدف) مباشرة بالقفاز المغلق بأي من الذراعين اليسار

ام اليمين لأي جزء من مقدمة او جانب الرأس او الجسم فوق الحزام وكذلك تحسب الضربات التي تبدأ بتأرجح والتي تصل الى الهدف بشكل صحيح.

2. تسجيل النقاط يجب ان يتبع المبادئ الاساسية نقطة واحدة لكل ضربة صحيحة.

3. يعتمد تسجيل النقاط وقبولها بواسطة الكمبيوتر عندما يتم تسجيل النقطة من قبل ثلاثة قضاة على الاقل من اصل خمسة يقومون بالضغط على الزر الاحمر او الازرق بنفس الوقت وخلال (ثانية واحدة) عند مشاهدة ضربة صحيحة تصل الى المكان المسموح عليه الضرب.

اما من حيث اداء الدفاع الصحيح فيجب اتباع ما يأتي (3:142):

1. المحافظة على وقفة الاستعداد.

2. عدم المبالغة في اداء الدفاع.

3. مراعاة التوقيت السليم للحركة الدفاعية مع الحركة الهجومية.

4. سرعة اختيار وسيلة الدفاع المناسبة لنوع لكمة المنافس.

### 3- المبحث الثالث: منهج البحث واجراءاته الميدانية:

#### 1-3 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة وحل مشكلة البحث.

#### 2-3 مجتمع وعينة البحث:

شمل مجتمع البحث ملاكمو اندية العراق بالملاكمة للمتقدمين في الملاكمة (الفئة المتوسطة)، اذ تم التعامل مع الملاكمين المشاركين ببطولة اندية العراق المقامة في محافظة النجف وقد تم اختيار (100) ملاكماً من اصل (136) ملاكم يمثلون نسبة (73.52%) من العدد الكلي.

#### 3-3 الوسائل والاجهزة والادوات:

استخدم الباحث مجموعة من الأدوات والوسائل والأجهزة التالية:

1. ساعة توقيت الكترونية نوع (Casio) عدد (2).

2. كاميرا نوع sony عدد (1).

3. المصادر العربية والاجنبية.

4. المقابلات الشخصية.

5. استمارة استبيان لمقياس الثقة الرياضية كسمة والسلوك التنافسي.

6. جهاز حاسوب مع اقراص CD.

### 3-4 التجربة الاستطلاعية:

التجربة الاستطلاعية تعني "تدريب عملي للباحث للوقوف بنفسه على السلبيات والإيجابيات التي تقابله أثناء إجراء الاختبارات لتفاديها مستقبلاً (3:142) ولهذا فقد أجرى الباحث تجربته الاستطلاعية في يوم الثلاثاء المصادف 2014/10/14 الساعة العاشرة صباحاً على عينة مكونة من (10) ملاكمين من منتخب محافظة الديوانية وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

- التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد وتبين انهم ذو كفاءة عالية.
- التأكد من صلاحية الأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث ومن هنا تم معرفة صلاحية الكامرة وساعات التوقيت وجهاز الحاسوب كونهما صالحين للقياس.
- التعرف على الأخطاء والصعوبات التي قد تظهر في التجربة الرئيسية.
- التعرف على الوقت المستغرق لتطبيق الاختبار.

### 3-5 إجراءات البحث الميدانية:

قام الباحث بعدة خطوات لتحقيق أهداف بحثه وهي الآتي:

#### 3-5-1 مقياس الثقة الرياضية كسمة:

يتكون المقياس من (13) عبارة ويقوم الرياضي بالاستجابة على عبارات القائمة على مقياس مدرج من (9) نقاط بحيث يحدد درجة الثقة الرياضية التي يتميز بها بصفة عامة عندما يتنافس بالمجال الرياضي وذلك بالمقارنة بلاعب آخر سواء في فريقه أو في فريق آخر يتميز بأعلى درجة من الثقة بالنفس بصفة عامة (7:55)

#### • حساب الدرجات:

يتم جمع الدرجات التي يحددها اللاعب في جميع العبارات وكلما اقترب مجموع هذه الدرجات من الدرجة العظمى وقدرها (117) كلما تميز اللاعب بدرجة أكبر من سمة الثقة الرياضية.

#### 3-5-2 مقياس السلوك التنافسي:

يتضمن المقياس السلوك التنافسي (7:44) من (50) عبارة ويقوم الرياضي بالاستجابة للعبارات على المقياس الثلاثي التدرج (دائماً - أحياناً - أبداً) وقام بتعريبه (محمد حسن علاوي) باقتباس المقياس وتعريبه واختصاره الى (20) عبارة فقط .

• حساب الدرجات:

يتضمن المقياس (9) عبارات في اتجاه السلوك التنافسي الايجابي وارقامها (2-3-6-8-10-11-12-17-13) وعند التصحيح يتم منح درجاتها كما يلي:

دائماً = درجة واحدة، احياناً = درجتان، ابداً = ثلاث درجات

كما يتضمن المقياس (11) عبارة في اتجاه السلوك التنافسي السلبي وارقامها (1-4-5-7-9-14-15-16-18-19-20) وعند التصحيح يتم منح درجاتها كما يلي:

دائماً = ثلاث درجات ، احياناً = درجتان، ابداً = درجة واحدة

ويتم جمع درجات جميع العبارات وكلما ارتفعت الدرجة الكلية للاعب الرياضي كلما دل ذلك على حاجته للتدريب على المهارات النفسية.

### 3-6 وصف قياس فاعلية الأداء المهاري بالملاكمة:

تم استخدام المعادلة الآتية لقياس فاعلية الأداء المهاري خلال النزال بالملاكمة وتحدد الفاعلية من خلال المعادلة الآتية (1:456)

$$\text{فاعلية الأداء المهاري} = \frac{\text{عدد الكلمات الصحيحة}}{\text{أجمالي المهارات الفنية}} + \frac{\text{معدل المهارات الفاشلة}}{\text{أجمالي المهارات التي نفذها المنافس}} \div \text{عدد الجولات}$$

### 3-7 التجربة الرئيسية:

تم إجراء التجربة الرئيسية عسراً في الدور النهائي للبطولة المقامة في محافظة النجف الاشرف بتاريخ / / 2014 وتم ذلك من خلال توزيع المقياسين على الملاكمين المتقدمين الذين ترحلوا للأدوار النهائية والبالغ عددهم (20) ملاكماً وبعد ملئ الاستمارات من قبل عينة البحث تم تفريغ الاستمارات وجمع البيانات ومعالجتها احصائياً من حيث تصنيفها.

### 3-8 تصنيف عينة البحث:

قام الباحث بإجراء عملية التصنيف لعينة البحث المتمثلة بالملاكمين المتقدمين والبالغ عددهم (20) ملاكماً لأغراض تقسيم العينة وفقاً لأصناف مقياس الثقة الرياضية كسمة والسلوك التنافسي ليتسنى لنا من معرفة فاعلية الاداء المهاري للملاكمين اذ تبين ان الثقة العالية كسمة للملاكمين كان عددهم (7) ملاكماً والثقة المتوسطة كسمة (11)

ملاكماً والثقة الضعيفة كسمة تبين (2) ملاكماً والسلوك التنافسي العالي للملاكمين كان عددهم (5) ملاكماً والسلوك التنافسي المتوسط (12) ملاكماً والسلوك التنافسي الضعيف تبين (3) ملاكماً وكما مبين في جدول (1).

### جدول (1)

يبين تصنيف العينة وفقاً لمقياس الثقة الرياضية كسمة والسلوك التنافسي

الاصناف									المتغيرات النفسية
ضعيف			متوسط			عالي			
ع ±	س	العدد	ع ±	س	العدد	ع ±	س	العدد	
1.41	67	2	3.05	80.91	11	1.68	89.14	7	الثقة الرياضية
2.08	35.67	3	1.38	41.60	12	1.14	47.58	5	السلوك التنافسي

### 3-9 الوسائل الإحصائية:

تم الاستعانة بالحقيبة الإحصائية (SPSS) لإجراء العمليات التالية:

1. الوسط الحسابي.
2. الانحراف المعياري.
3. النسبة المئوية.
4. تحليل التباين للعينات المستقلة.
5. تحليل التباين الثنائي (F) Anova.
6. أقل فرق معنوي (L. S. D).
7. التصنيف.

### 4- المبحث الرابع: عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها.

#### 4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج المتغيرات النفسية بأصنافها لفاعلية الاداء المهاري:

لبيان نتائج عملية البحث العلمي لابد من وصف التقديرات الكمية للمتغيرات المدروسة اذ يظهر إجمالاً وجود اختلافات بين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في تلك المتغيرات حيث يتبين من خلال الجدول (1) ان الثقة الرياضية كسمة كانت بالمستوى العالي هي اعلى وسط من الاصناف الاخرى للثقة وان دل ذلك على شيء فيدل على ان الثقة الرياضية كسمة شي مهم للملاكمين وهذا يجعل من الملاكمين لهم سلوك تنافسي عالي في النزالات وفي التدريب ومن خلال تلك النتائج للجدول اعلاه يتبين ان الفاعلية تتأثر بالثقة الرياضية والسلوك التنافسي لدى الملاكمين.



جدول (2)

جدول لبيان فاعلية الاداء المهاري لعينة البحث المدروسة

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	المتغير
0.52	0.55	فاعلية الاداء المهاري

2-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفروق واتجاهها للأصناف الثلاثة لمتغير (الثقة كسمة والسلوك

التنافسي في فاعلية الاداء المهاري:

جدول (3)

مستوى الدلالة *	قيمة F المحتسبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	اصناف المتغيرات النفسية
0.001	10	0.14	2	0.28	بين المجموعات	الثقة كسمة
		0.014	17	0.24	داخل المجموعات	
0.000	12.5	0.15	2	0.31	بين المجموعات	السلوك التنافسي
		0.012	17	0.21	داخل المجموعات	

جدول (4)

يبين نتائج قيم (L.S.D)

مستوى الدلالة	فروق الأوساط	المجاميع	الفاعلية	اصناف المتغيرات النفسية
0.000	-0.072*	المتوسط	عالي	الثقة كسمة
0.000	-0.126*	الضعيف		
0.000	-0.054*	الضعيف	المتوسط	السلوك التنافسي
0.000	*0.54	المتوسط	عالي	
0.000	*0.96	الضعيف		
0.000	0.42*	الضعيف	المتوسط	

3-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفروق واتجاهها للأصناف الثلاثة للمتغيرات المدروسة في فاعلية الاداء المهاري:

جدول (5)

مستوى الدلالة *	قيمة F المحتسبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المتغيرات النفسية
0.001	8.43	0.0078	5	0.039	بين المجموعات	الثقة كسمة والسلوك التنافسي
		0.0009	14	0.013	داخل المجموعات	

وعند ملاحظتنا الى نتيجة التفاعل بين المتغيرين المستقلين المدروسين وهي نتيجة دالة احصائيا وهذا يعني ان هناك تفاعلا بين المتغيرين (المستقلين).

جدول (6)

يبين نتائج قيم (L.S.D)

مستوى الدلالة	فروق الأوساط	المجاميع	الفاعلية	المتغيرات النفسية
0.008	0.054	المتوسط	عالي	الثقة كسمة مع السلوك التنافسي
0.000	0.967	الضعيف		
0.069	0.425	الضعيف	المتوسط	

4-4 مناقشة النتائج:

يتبين من خلال الجدول (3) ان هناك فروقا معنوية بين الاصناف الثلاثة للثقة بالنفس والسلوك التنافسي الذي عمد الباحث الى تصنيفهما من خلال تصنيف العينة الى مجموعات مستقلة لغرض التوصل الى تحقيق حاجات مهمة لدى الملاكمين اذ ان التصنيف يعمل على ايجاد التجمعات الخاصة للعينة ولبيان اتجاه الفروق عمد الباحث الى الأستعانة بقيمة أقل فرق معنوي بين الاصناف الثلاثة (L.S.D) أذ تبين من خلال الجدول (4) أن هناك فروقا معنوية دالة للأصناف المدروسة ويتضح من ذلك ان تلك المتغيرات مهمة لدى الملاكمين اثناء النزال ويتحقق ذلك من خلال عدة امور يجب على المدرب ان يركز عليها وهي زرع الثقة اذ ان الثقة بالنفس مهمة لدى الملاكمين ولها تأثير واضح على الاداء وبالتالي تؤثر على نتيجة الفاعلية للملاكمين اثناء الاداء المهاري في النزال الحقيقي، وعند ملاحظتنا لجدول (5) تبين ان هناك تفاعلاً بين المتغيرين المستقلين (الثقة بالنفس والسلوك التنافسي) وبالتالي يكون تأثيرهما كبير وواضح على فاعلية الاداء المهاري للملاكمين اذ ان التفاعل بين تلك المتغيرات لها تأثير على فاعلية الاداء للملاكمين أي إن الملاكم الذي يمتلك سلوك تنافسي يكون انجازه جيد ويعزو الباحث سبب ذلك كون الملاكمين يمتلكون هذا التنافس من

أجل تحقيق غاية معينة وهو الفوز في مجال اللكم والمنافسة وبذلك يزيد من قناعاتهم الشخصية بأداء جميع المهام التي تتناط بهم من قبل مدربيهم بشكل جيد وان الالتزام المتميز يجعل رغباتهم أن تكون قوية مسببة حماس ودافعية عالية للملاكمين ومن هذا نستنتج انه كلما كان السلوك التنافسي لملاكم قوي وكبير اثناء المنافسة كان لتحقيق الفاعلية الكبيرة وزاد من احتمال أراذتهم وتصميمهم على بذل جهود اكبر وهذا بدوره يحقق لنا ان الثقة بالنفس المقرونة بالسلوك التنافسي الصحيح للملاكم ومن ثم تحقق نتيجة ايجابية للملاكم وبالتالي سيعود على تحقيق الانجاز العالي للملاكمين اثناء النزال.

## 5- المبحث الخامس: الاستنتاجات والتوصيات.

### 1-5 الاستنتاجات:

استنتج الباحث ما يلي:

1. ان الثقة بالنفس لها الدور الكبير في تحقيق المستويات الجيدة في الاداء المهاري للملاكمين.
2. الملاكمين الذين يتمتعون بثقة كبيرة يكون توجههم للمنافسة اكبر لتحقيق المراكز المتقدمة.
3. معظم الملاكمين الذين يمتلكون ثقة بالنفس يكون لهم توجه حقيقي على الاداء التنافسي في النزال الحقيقي والذي بدوره سيحقق الفاعلية بالاداء الجيد للملاكمين.
4. اغلب الملاكمين الذي لديهم ثقة بالنفس يكون الدافع كبير على تحقيق الفوز وبالتالي يكون ادائهم بالنزال او المنافسة الحقيقية جيدة ويحقق الملاكمين مراكز متقدمة.

### 2-5 التوصيات:

1. الاهتمام بالثقة بالنفس لما له من دور بارز في التعرف على قابليات الملاكمين الحقيقية اثناء النزالات الحقيقية.
2. ضرورة اتباع الطرق الجيدة في زرع الثقة بالنفس للملاكمين من قبل المدربين لما له من دور بارز بالأداء الحقيقي للملاكمين وبالتالي تحقيق النتائج الجيدة.
3. ضرورة قيام المدربين باختبار ملاكميهم باختبارات نفسية (الثقة بالنفس والسلوك التنافسي) وبشكل دوري للتعرف على مستويات توجهاتهم النفسية لما لها من اثر واضح على فاعلية الاداء المهاري.
4. اجراء بحوث مشابهة على اختبارات نفسية اخرى ولفئات مختلفة ولكافة الالعاب الرياضية.

## المصادر.

1. أعداد لجنة التأليف والترجمة: الإحصاء باستخدام SPSS، ط1، شعاع للنشر والعلوم، حلب، 2007.
2. ترجمة واعداد ا. د كمال جلال ناصر: احكام وقواعد القانون الدولي للهواة (AIBA)، ط1، مطبعة الكلمة الطبية، بغداد، 2011.
3. سامي محب: المدخل الى الملاكمة الحديثة: مكتبة شجرة الدر، المنصورة، 2005.
4. صدقي نور الدين محمد: علم نفس الرياضة (المفاهيم النظرية – التوجيه والارشاد – القياس)، ط1، الاسكندرية، جامعة حلوان، 2004.
5. قاسم المندلوي وآخرون: الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية، جامعة الموصل، مطبعة التعليم العالي، 1989.
6. علي محمد مطاوع: سيكولوجية المنافسات ج 1، القاهرة، دار المعارف، 1977.
7. محمد حسن علاوي: الاختبارات والقياس في المجال الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.

### ملحق (1)

#### اسماء الخبراء والمختصين

1. د. كمال جلال: استاذ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، تعلم حركي.
2. د. عبد الكاظم جليل حسان: استاذ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة البصرة، علم نفس
3. د. عباس حسين: استاذ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل / ملاكمة.
4. د. سمير راجي: مدرس، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القادسية، ملاكمة.
5. قاسم لفنة: مدرس مساعد، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القادسية، وحكم سابق بالملاكمة.
6. السيد محسن صالح هويدي: مدرب درجة دولية وعضو اتحاد مركزي ورئيس اتحاد الملاكمة فرع بابل.
7. نجاح عبد الهادي: بكالوريوس تربية رياضية، حكم دولي، ملاكمة.
8. السيد سعد لفنة كزار: مدرب درجة دولية ورئيس اتحاد الملاكمة فرع الديوانية، ملاكمة.
9. السيد صادق زيدان: بكالوريوس تربية رياضية، عضو الاتحاد الفرعي لمحافظة الديوانية، ملاكمة.

### ملحق (2)

#### اسماء الخبراء والمختصين بالملاكمة

1. د. سمير راجي: مدرس، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة القادسية، ملاكمة.
2. قاسم لفنة: مدرس مساعد، كلية التربية الرياضية، جامعة القادسية، حكم سابق بالملاكمة.
3. السيد سعد لفنة كزار: مدرب درجة دولية ورئيس اتحاد الملاكمة فرع الديوانية، ملاكمة.
4. السيد صادق زيدان: بكالوريوس تربية رياضية، مدرب منتخب محافظة الديوانية، ملاكمة.
5. السيد حسن عبد الرضا: مدرب منتخب محافظة الديوانية / ملاكمة.

ملحق (3)

مقياس الثقة الرياضية كسمة

الدرجات									العبارات	ت
9	8	7	6	5	4	3	2	1	عند اداء المهارات الحركية الضرورية لأحراز التفوق خلال المنافسة الرياضية	-1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة خلال المنافسة الرياضية	-2
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على الاداء في المنافسة تحت الضغوط العصبية	-3
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة	-4
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على التركيز بصورة جيدة لكي احقق النجاح	-5
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي احقق الفوز في المنافسة	-6
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على انجاز اهدافي المرتبطة بالمنافسة	-7
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على ان اكون ناجحاً في المنافسة	-8
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على ان يستمر ناجحي	-9
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على التفكير والاستجابة بنجاح اثناء المنافسة	-10
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على مواجهة التحدي اثناء المنافسة	-11
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس اقوى مني	-12
9	8	7	6	5	4	3	2	1	في القدرة على القيام باداء ناجح بعد قيامي باداء فاشل	-13

ملحق (4)

مقياس السلوك التنافسي

ت	العبارات	دائماً	أحياناً	أبداً
1	ينخفض مستوى ادائي في المنافسة التي يشاهدعا بعض الاشخاص المهمين			
2	عندما ارتكب بعض الاخطاء اثناء المنافسة فأنتي لا اجد صعوبة في استعادة تركيز انتباهي			
3	تزداد ثقتي في نفسي كلما اقترب موعد المنافسة			
4	اعنف نفسي عندما ارتكب بعض الاخطاء اثناء المنافسة			
5	عندما ينتقدني مدربي او احد زملائي اثناء المنافسة فانني اجد صعوبة في تركيز انتباهي طوال الفترة الباقية من المنافسة			
6	تظهر قدراتي العالية بصورة واضحة اثناء المواقف الحساسة في المنافسة			
7	في المنافسات الهامة اشعر بالقلق من عدم قدرتي على الاداء بصورة جيدة			
8	قبل اشتراكي بالمنافسة لا احتاج للمزيد من الوقت لكي استعد نفسياً وذهنياً			
9	ينتابني القلق الشديد قبل اشتراكي في منافسة هامة			
10	عندما تسوء الامور في المنافسة فان ذلك لا يسبب في الارتباك او القلق			
11	ادائي في المنافسة الرياضية افضل بكثير من ادائي اثناء التدريب			
12	اثناء المنافسة عندما اعتقد الحكم قد اخطأ في بعض قراراته بالنسبة لي او لزملائي فانني لا انفعل			
13	بعد انتهاء المنافسة استطيع ان اتذكر كل ما حدث في المنافسة			
14	اخشى من احتمال اصابتي اثناء اشتراكي في المنافسة			
15	احاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة لان ذلك يسبب لي المزيد من الضيق			
16	قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة اشعر بأنني لا استطيع تذكر شي			
17	مستوى ادائي ثابت في المنافسات وفي حدود اقصى قدراتي			
18	بعد انتهاء المنافسة اشعر بانني كنت استطيع الاداء بصورة افضل			
19	اجد متعة اثناء التدريب بدرجة اكبر منها اثناء المنافسة			
20	ارتكب بعض الاخطاء في اللحظات الحساسة في المنافسة			