

## مقارنة الدعم اللوجستي وتنظيم السباقات وأثرهما في الصلابة النفسية للاعبين المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية ولاعبين بعض اندية النخبة

فرج حمد مجيد<sup>(1)</sup>، دريد ضياء مهدي<sup>(2)</sup>، طه غافل عبدالله<sup>(3)</sup>

تأريخ تقديم البحث: (2022/10/22)، تأريخ قبول النشر (2022/11/13)، تأريخ النشر (2023/6/28)

DOI: [https://doi.org/10.37359/JOPE.V35\(2\)2023.1403](https://doi.org/10.37359/JOPE.V35(2)2023.1403)



<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

### المستخلص

هدف البحث الى مقارنة الدعم اللوجستي وتنظيم السباقات واثرها في الصلابة النفسية للاعبين المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية ولاعبين بعض اندية النخبة، وتم اختيار عينة البحث من (22) لاعبا من لاعبي من مؤسسات رياضية مختلفة، اعتمد الباحثون مقياس الصلابة النفسية لسمير صبري حسن 2020، وتكون المقياس من (29) فقرة، واستنتج الباحثون ان التدريبات الرياضية والمنافسات فضلا عن الضغوط الأخرى، تؤدي الى استهلاك مكامن الطاقة لدى الرياضيين وتؤثر في تفكير الفرد وادراكه للأحداث الضاغطة، كما ان التغيير المتزايد بوتيرة الحياة ومتغيراتها العديدة والالتزامات والمتطلبات التي تقع على عاتق اللاعبين وهم بهذه الاعمار ولدت مصدر ضغط نفسي هائل على اللاعبين وكل ما يحيط بهم من بيئة تعليمية ومجتمعية فولدت لديهم القلق من المستقبل واستنتج الباحثون ان الدعم اللوجستي وزيادة المشاركات تؤدي الى زيادة في الصلابة النفسية لدى اللاعبين.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، الطاقة السلبية، الضغط النفسي، القلق.

### ABSTRACT

#### ***Comparing Logistic Support and Race Organization and their Effect on Psychological Toughness of National Center for Gifted in Sports Players and League Club players***

*The research aimed at comparing logistic support and race organization and their effect on psychological toughness of national center for gifted in sports players and league club players. The subjects were (22) players from different sport institutions and the researchers applied Sameer Sabri Hassan's psychological toughness scale 2020. The scale consisted of (29) item to conclude that training and competition as well as other stress led to exhausting the players energy sources and negatively affect this thinking. In addition to that, the researchers concluded that continuous change in life and its variables and commitments create great psychological stress on the players and all those surrounding them. Finally, they concluded that logistic support and increased participations lead to increased psychological toughness in players.*

**Keywords:** *psychological toughness, negative energy, psychological stress, anxiety.*

(1) مدرس مساعد، ماجستير تربية رياضية، مديرية تربية صلاح الدين. (abwsameeralameer2021@gmail.com)

Faraj Hamad Majeed, Assist Instructor (Master), Saladin Education Directorate, (abwsameeralameer2021@gmail.com) (+9647700202202).

(2) مدرس مساعد، ماجستير تربية رياضية، مديرية تربية صلاح الدين (doreeddiaaa79@gmail.com)

Duraid Daa Mahdi, Assist Instructor, (Master), Saladin Education Directorate, (doreeddiaaa79@gmail.com) (+964782925050).

(3) مدرس، دكتوراه تربية رياضية، جامعة تكريت، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة (taha.sport@tu.edu.iq)

Taha Gafel Abdulla, Instructor, (PH.D), University of Tekrit, College of Physical Education and Sport Sciences, (taha.sport@tu.edu.iq) (+9647828306952).

## المقدمة:

من المعروف ان التدريب الرياضي هو عملية متشعبة، وتتداخل فيها العديد من العلوم، منها الفسلاجية والإدارية والميكانيكية فضلاً عن العلوم النفسية، ويمثل علم التدريب الرياضي علماً جامعاً لكل العلوم، وغالباً ما ينعكس التطور في تلك العلوم على العملية التدريبية، ولا شك ان العملية التدريبية هي عملية كثيرة التفاصيل، وتتسبب وتزداد تلك التفاصيل يوماً بعد يوم، وكلما ازداد مستوى اللاعبين ازدادت المتطلبات الى مرتبة اعلى وأصعب، فضلاً عن ازدياد مسؤولية المدربين واللاعبين والإداريين وكل من له صلة بالعملية التدريبية. وتتم عملية صناعة اللاعب بمراحل متعددة، ولها متطلبات عديدة وربما يتم اغفال بأن من اهم العوامل التي تتطلبها عملية صناعة اللاعب وصولاً الى مرحلة المنافسة هي الدعم اللوجستي، اذ يجب ان تستمر هذه العملية خلال عملية الاعداد ومروراً بالمنافسة فضلاً عن عملية الانتقاء، وأول من استعمل مصطلح (Logistic) هو الجيش الفرنسي عام 1905 للإشارة على تأمين وصول التموين والعتاد في التوقيت الملائم، اما في المجال الرياضي فهو يمثل تلبية متطلبات المستفيدين من لاعبين وإداريين ومدربين. (الجزار، 2011، صفحة 110). وتمثل الصلابة النفسية " قدرة الفرد على استخدام كل الامكانيات النفسية والظروف البيئية المتاحة كي يتمكن من تفسير ومواجهة احداث الحياة الضاغطة" (الحجاز و دخان، 2006، صفحة 32)، ان المركز الوطني لرعاية الموهبة الرياضية يهتم ويخطط ويطور باستمرار عملية صناعة البطل، ويحاول توفير الدعم اللوجستي المناسب لهذه العملية بدأ بالانتقاء الصحيح للاعبين مروراً بعملية الاعداد ووصولاً الى مرحلة المنافسة، ولعل الظروف التي يمر بها العراق والعالم من جائحة عالمية وظروف سياسية واقتصادية فضلاً عن المتطلبات الدراسية لأعمار اللاعبين ومتطلبات التدريب من التزام بالتدريب وتحكم بالسلوك وقبول كل التحديات وضعت على كاهل اللاعبين ضغطاً نفسياً يتطلب صلابة نفسية استثنائية تمكنه من الموازنة بين كل هذه الالتزامات وهو بهذا العمر.

تمثل الغرض من هذه الدراسة في تحليل متغيرات مهمة في العلم الرياضية وهي الدعم اللوجستي واقامة البطولات والصلابة النفسية للاعبين، فمن خلال عمل الباحثين كمدربين، والعلاقات التي تربطهم بمدربي المراكز فضلاً عن المدربين في الوسط الرياضي برزت مشكلة البحث وهي الشكوى المتكررة من المدربين الذين يعملون في الاندية من ضعف الأداء في التمرينات لا سيما الصعبة منها والتهرب من المنافسة فضلاً عن عدم ضبط سلوك اللاعبين لديهم في عملية التدريب والمنافسة وان هذه المجالات تتمثل بالصلابة النفسية للاعبين، وعليه ارتأى الباحثون الخوض في هذه المشكلة ومعرفة ما اذا كان هناك علاقة بين الدعم اللوجستي المقدم من قبل ادارة المركز واقامة البطولات وبين الصلابة النفسية للاعبين مركز الموهبة والتي تقتصر لها الاندية ولا تتبجحها لفرقهم ولاعبهم. واختلفت اراء الباحثون في موضوع الصلابة النفسية والتعامل معه ففي دراسة (زيد، حسون، و عبد، 2012) تناول الباحثون الصلابة النفسية من جانب تأثيره في تعلم المهارات الحركية وأثبتت الدراسة بأن ضعف الجانب النفسي والمتمثل بالصلابة النفسية يؤثر بشكل سلبي في مستوى تعلم مهارة مهارات الملاكمة لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، وفي دراسة (حسن، 2020) ذكر فيها بأن طبيعة التدريب والمتطلبات الخاصة برياضة العاب القوى من ناحية الارتفاع في حجم التدريبات الفردية زادت من مستوى الصلابة النفسية لدى اللاعبين اي ان متطلبات اللعبة ومتطلبات التدريب فيها كان لها الأثر المباشر في تطوير الصلابة النفسية لدى اللاعبين ، ويذكر (نعمة و بنية، 2014) في دراسة لهما بأن لاعبي كرة القدم الخماسي في اندية بغداد يعانون من ضعف في مجالات الصلابة النفسية والمتمثلة بالالتزام والضببط وتقبل التحدي، ويعزو الباحثون هذا الضعف الى عدم توفير المرشد النفسي في الاندية الرياضية فضلاً عن بعض مشاكل التنشئة الاجتماعية وتأثيرها في الناحية النفسية لدى اللاعبين.

## الطريقة والادوات:

استخدم الباحثون تصميم المقارنات وهو أحد تصاميم المنهج الوصفي، اما عينة البحث فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية وتكونت من (22) لاعبا من لاعبي مركز الموهبة التابع الى وزارة الشباب والرياضة بوسط حسابي للأعمار يبلغ (14.919) سنة بانحراف معياري (2.114). وبلغ الوسط الحسابي للعمر التدريبي (7.127) سنة بانحراف معياري (3.751) وعينة أخرى من لاعبي بعض اندية النخبة (الزوراء - الشرطة - النفط) وعددهم (22) لاعبا بوسط حسابي للعمار بلغ (14.852) بانحراف معياري (3.124) ووسط حسابي للعمر التدريبي (6.945) وانحراف معياري (2.215).

ولغرض الحصول على المعلومات الخاصة بمتغيرات البحث (الدعم اللوجستي واقامة البطولات التي توفرها الوزارة للمركز)، قام الباحثون بمقابلات شخصية مع مدراء المراكز في وزارة الشباب والرياضة دائرة التدريب البدني - قسم شؤون الاقاليم والمحافظات وادارات الأندية (الزوراء - الشرطة - النفط) فضلا عن مقابلات مع مسؤول النشاطات ومسؤول المخازن والتجهيزات وتم جمع المعلومات حول عدد البطولات المقامة ومستويات الدعم اللوجستي وفقا لأعدادها وانواعها.

وقام الباحثون باستخدام مقياس الصلابة النفسية (حسن، 2020) ، وتكون المقياس من (29) فقرة، موزع على ثلاث مجالات، ويتم الاجابة على المقياس من خلال بدائل ثلاثية (دائما - أحيانا- ابدا) واحتوى المقياس على عبارات ايجابية واخرى سلبية وتم تصحيح فقرات المقياس الايجابية بإعطاء الدرجات (3، 2، 1) والعكس للفقرات السلبية، وتحسر درجة المقياس الكلية بين (29 - 87) درجة، وكلما زادت الدرجة يعني ذلك زيادة في الصلابة النفسية. تم تطبيق المقياس على عيني البحث من خلال تجميعهم وتوزيع المقياس لغرض الإجابة عليه، وبعدها قام الباحثون بجمع النتائج وتفرغها في استمارة التفرغ النهائية لغرض اجراء المعالجات الإحصائية واستخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري واستخراج قم الفروق بين العينتين في متغيرات البحث.

## النتائج:

الجدول (1) الأوساط الحسابية وقيمة الفروق في متغير التجهيزات الرياضية ومعدل توزيعها بالعدد لكل رياضي بين مركز الموهبة وبعض لاعبي النخبة

النوع	مركز الموهبة		بعض اندية النخبة		قيمة t	مستوى الخطأ	الدلالة
	ع	س	ع	س			
بدلة تدريب رياضية	1.224	7.455	1.221	3.591	10.482	0.000	معنوي
الحذاء الرياضي + جوارب	1.342	7.909	1.125	4.136	10.104	0.000	معنوي
ملابس اللعب	2.077	10.864	1.211	6.318	8.869	0.000	معنوي
منشفة + حقيبة رياضية	1.249	3.318	0.907	1.818	4.558	0.000	معنوي

الجدول (2) الأوساط الحسابية وقيمة الفروق في معدل المباريات الرسمية وغير الرسمية المحلية والخارجية ومعدل المباريات لكل رياضي لكل رياضي بين مركز الموهبة وبعض لاعبي النخبة.

النوع	مركز الموهبة		بعض اندية النخبة		قيمة t	مستوى الخطأ	الدلالة
	ع	س	ع	س			
مباريات غير رسمية	23.773	8.479	7.682	1.524	8.761	0.000	معنوي
مباريات رسمية محلية	15.727	1.907	8.045	1.253	15.792	0.000	معنوي
مباريات دولية رسمية	7.500	1.472	1.545	0.596	17.588	0.000	معنوي

الجدول (3) الأوساط الحسابية وقيمة الفروق في مستوى الصلابة النفسية للاعبين مركز الموهبة وبعض لاعبي فرق النخبة لرياضي بين مركز الموهبة وبعض لاعبي النخبة

النوع	مركز الموهبة		بعض اندية النخبة		قيمة t	مستوى الخطأ	الدلالة
	ع	س	ع	س			
الصلابة النفسية	65.000	7.746	46.318	10.195	6.844	0.000	معنوي

### المناقشة:

ويمثل الدعم اللوجستي في المؤسسات الرياضية تدفق السلع والتجهيزات الرياضية لتلبية متطلبات اللاعبين والجهاز الفني، وهذا المر ضروري ولا بد منه لاستمرار العمل الرياضي وزيادة شعور الرياضي بالرضا ورفع بعض الضغوط النفسية نتيجة لشعوره بوجود إدارة مهتمة بشؤونه، اما على صعيد إقامة البطولات والمشاركات فهي تعد من الأركان الهامة لاستمرارية التدريب وقياس مستوى اللاعبين فضلا عن انها تمثل الهدف المنشود من العملية التدريبية كلها.

وتمثل الصلابة النفسية أحد العوامل الهامة لدى الرياضيين، إذ ان التدريبات الرياضية والمنافسات فضلا عن الضغوط الأخرى، تؤدي الى استهلاك مكامن الطاقة لدى الرياضيين، وتمثل الصلابة النفسية احد المظاهر النفسية التي تعمل على معادلة القدرات النفسية مع الضغوط التي يتعرض لها الفرد (غفوري، 2012).

ويتضح لنا من الجداول اعلاه معنوية الفروق في متغيرات الدعم اللوجستي (اعداد التجهيزات الرياضية التي استلمها كل لاعب من افراد العينة) ويتضح من الجدول أيضا معنوية الفروق في متغير اقامة البطولات والمشاركات (عدد المباريات لكل لاعب) فضلا عن معنوية الفروق في الصلابة النفسية لعينتي البحث، إذ تظهر النتائج وجود فروق معنوية في جميع متغيرات البحث، فالدعم اللوجستي وزيادة المشاركات أدى الى زيادة في الصلابة النفسية لدى اللاعبين. والعكس صحيح، وأثبتت النتائج تمتع عينة مركز الموهبة بالصلابة النفسية وان شعور العينة بالاهتمام من قبل وزارة الشباب والرياضة وإدارة مشروع مركز الموهبة من خلال استمرارية تدفق الدعم اللوجستي واقامة البطولات وزيادة مشاركتهم على الصعيدين الداخلي (بين مركز بغداد ومراكز المحافظات) وعلى الصعيد الخارجي (بين المركز والاندية الأخرى في بطولات العراق فضلاً عن المشاركات الدولية)، إذ تمتع لاعبو المركز الوطني بسمعة ممتازة من حيث

الانضباط والاداء خلال المنافسات المختلفة ، وهذا ما يذكره اسلام محمد علي بأن الصلابة النفسية تؤثر في تفكير الفرد وإدراكه للأحداث الضاغطة فهي توجهه الى التفكير بطريقة ايجابية معتقداً بقدرته في مواجهة الاحداث الضاغطة فتتغير نظرتة وتصبح اكثر واقعية بالنسبة للأحداث الضاغطة ، وهنا يكتسب الفرد خبرة تجعله ينظر للأحداث على انها فرصة للتطور والنمو (بطش، 2018، صفحة 109) فضلاً عن ان الصلابة النفسية تجعل الفرد يشعر بالرضا عن الحياة وبالتالي يكون هذا الرضا هو القاعدة الايجابية التي يستند عليها في التعامل الايجابي مع ضغوطها (Lai, Daniel & W & Lenenko, 2007)، ويرى الباحثون ان المتغير النفسي في المنافسات والتدريب لا يمكن التغاضي عنه والاستهانة به وتمثل الصلابة النفسية احد هذه العوامل العامة جداً، اذ ان "احد العوامل المهمة والاساسية من عوامل الشخصية في تحسين الاداء النفسي والبدني والصحة النفسية وكذلك المحافظة على السلوكيات الصحية هو الصلابة النفسية" (المفرجي و الشهري، 2008، صفحة 127)، ان التغيير المتزايد بوتيرة الحياة ومتغيراتها العديدة والالتزامات والمتطلبات التي تقع على عاتق اللاعبين وهم بهذه الاعمار ولدت مصدر ضغط نفسي هائل على اللاعبين وكل ما يحيط بهم من بيئة تعليمية ومجتمعية وتدريب تولد لديهم القلق من المستقبل وعدم استقرار الاوضاع السياسية والاجتماعية جعلت من النظرة المستقبلية للأغلبية تتسم بالضبابية وهذا يتطلب من اللاعبين التحلي بالصلابة النفسية فهي اهم سلاح لمواجهة هكذا ظروف يعيشونها بشكل يومي، اذ يذكر القطراوي وعبد العاطي بأن الصلابة النفسية تعطي القدرة العالية على مواجهة الضغوط بإيجابية وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية والايام بكفاءته في تحقيق التفوق والانجاز رغم ظروف الحياة الضاغطة (الصياد و القطراوي، 2015، صفحة 52)، ويمكن تفسير ذلك في ضوء مفهوم الصلابة النفسية ومكوناته الالتزام والتحكم التي تعمل كواقٍ ضد ما يقابل الفرد من ضغوط، حيث يصف مادي 2004 الأفراد الذين يتمتعون بدرجة عالية من التحكم بأنهم يحاولون حل المشكلات الصعبة التي تشكل نوعاً من التحدي بينما الأفراد الذين ليس لديهم رغبة في التحكم لا يميلون الى تحدي أنفسهم في مواجهة المشكلات الصعبة (Maddi, S.R., 2004).

ويرى الباحثون ان احد أسباب انخفاض مستوى الصلابة النفسية هو الإحباط، اذ يدرك الرياضية وجود عوائق تمنع تطوره وتمنع اشباع حاجاته في تحقيق الأهداف المنشودة، وهنا يأتي دور الإدارة الرياضية في توفير تقليل الشعور بالإحباط، اذ تمثل مفردات الدعم اللوجستي احد تلك العوامل الهامة والتي تشعر الرياضي بأهميته، اذ ان توفير التجهيزات الرياضية يمثل ابسط أنواع الدعم، ورغم بساطته الا انه يشكل دافعاً لا بأس به لتجاوز الإحباط، اذ يذكر كل من (Saleem، 2009) و (Azziz و Reja، 2019) ان الأسباب الرئيسة للتراجع في المستوى الفني والنفسية يعود الى الدعم المقدم الى الفرق الرياضية،

ومن جهة أخرى فان كثر المشاركات والزيادة في المباريات سواء التجريبية والرسمية الداخلية والخارجية لها مردود إيجابي وفعال في تجاوز الإحباط الحاصل من الزيادة من حجم التدريبات وتقليل من حجم المشاركة.

#### الاستنتاجات:

- الدعم اللوجستي وزيادة المشاركات تؤدي الى زيادة في الصلابة النفسية لدى اللاعبين.
- وتيرة الحياة وكثرة الالتزامات ولدت مصدر ضغط نفسي هائل على اللاعبين.
- يمثل الإحباط أحد العوامل الرئيسة في انخفاض مستوى الصلابة النفسية.
- يشكل الدعم اللوجستي أحد العوامل الهامة والتي تشعر الرياضي بأهميته.

### المصادر

- اسلام محمد علي بطش. (2018). فاعلية برنامج ارشادي نفسي ديني لرفع مستوى الصلابة النفسية لدى زوجات الشهداء . غزة: الجامعة الاسلامية كلية التربية.
- بشير ابراهيم الحجاز، و نبيل كامل دخان. (2006). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم. مجلة الجامعة الاسلامية، 14(2)، 398-369.
- تامر مصطفى الجزار. (2011). اللوجستيات كنظام متكامل في المؤسسات الرياضية. كلية التربية الرياضية جامعة الاسكندرية.
- حكمت عبد العزيز غفوري. (2012). دراسة مقارنة في الصلابة النفسية بين لاعبي دوري النخبة بكرة القدم. مجلة علوم الرياضة، 4(4)، 203-174.
- سالم محمد المفرجي، و عبد الله علي الشهري. (11، 2008). الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة. مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، 19، 127.
- سمير صبري حسن. (2020). الصلابة النفسية لدى لاعبين العاب القوى. مجلة جامعة الانبار للعلوم البدنية والرياضية، 409.
- عبد العاطي الصياد، و رياض القطراوي. (2015). الصلابة النفسية وعلاقتها بإدراك أساليب الحرب النفسية بين الماهية والقياس لدى سكان المناطق الحدودية في قطاع غزة. الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، 52.
- غازي نعمة، و هناء حسين بنية. (2014). تقويم الصلابة النفسية للاعبين خماسي كرة القدم في محافظة بغداد. مجلة الفتح، 87.
- ناهدة عبد زيد، رامي عبد الامير حسون، و ايمن هاني عبد. (2012). الصلابة النفسية وعلاقتها بالاداء الفني للكلمة المستقيمة اليسار للطلاب بالملاكمة. مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية ، 201.

Aziz, N., & Hamad, T. (2019). Specifying Standard and Criteria Levels of Administrative Work Performance and Artistic Activities Scale For Iraq Sport Teams. *Journal of Physical Education*, 31(2), 244-257.  
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V31\(2\)2019.938](https://doi.org/10.37359/JOPE.V31(2)2019.938)

Lai, Daniel, & W & Lenenko. (2007). Correlates of living alone among Single Elderly Chinese Immigrants in Canada. *International Journal of Aging and Human Development*, 121.

Maddi. S.R. . (2004). Hardiness: An operatinalization of Existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 279.

Saleem, I. (2009). Reasons behind the decline level of technical performance of the Iraqi sports clubs, teams. *Journal of Physical Education*, 21(3), 266-277.  
[https://doi.org/10.37359/JOPE.V21\(3\)2009.744](https://doi.org/10.37359/JOPE.V21(3)2009.744)

## الملاحق

### الملحق (1) مقياس الصلابة النفسية

ت	الفقرة	دائماً	أحياناً	أبداً
1	هناك التزام واضح بتنفيذ رسالة الفريق وأهدافها			
2	استثمر امكانياتي بطريقة مسؤولة تجاه زملائي			
3	اسعى الى اخذ زمام المبادرة في مجال استحداث اهداف لنفسي كلاعب			
4	الجأ الى تحمل المخاطرة بعد الهزيمة التي انا سببها			
5	اجد الحلول المناسبة لي اثناء المنافسة الرياضية			
6	ارى انخفاض مستوى ادائي الفني سبب هزيمتي في المنافسة			
7	اظهر التزاما تاما بالانظمة والتعليمات الصادرة من فريقي الرياضي			
8	امتك القدرة في المحافظة على وزني			
9	اشعر بالانسجام مع زملائي داخل الفريق في المنافسة			
10	هناك جهد واضح من قلبي في دعم فريقي وزملائي من اجل الفوز في المنافسات			
11	اتقبل المبادرات الجديدة وان كانت نتائجها غير مضمونة العوائد			
12	احاول ان لا اشعر بالقلق في اثناء المنافسة			
13	هناك التزام مستمر من قلبي في الحضور مواعيد التدريبات قبل الموعد المقرر			
14	تقبل الهزيمة في المباريات بشكل عنصراً جوهرياً في استراتيجيتي لتحقيق النجاح			
15	توجد روح التعاون بيني وبين زملائي داخل النادي			
16	اشعر بالرغبة والاستعداد في مواجهة المنافس			
17	اركز في التمارين من اجل الفوز في المنافسة			
18	لدي القدرة على التخطيط للتحكم في احداث المنافسة لتحقيق الانجاز الرياضي			
19	استطيع تلبية احتياجات فريقي للتغلب على ضغوط المنافسة بما يفوق توقعاتهم			
20	اعمل على ادامة السلوك القويم لآكون قدوة لغيري من اللاعبين في			

ت	الفقرة	دائما	احيانا	ابدا
	النادي			
21	التعامل الاخلاقي هي السمة المميزة لعلاقتي مع زملائي في النادي			
22	استسهل مواجهة الخصم في المنافسة			
23	ان سبب هزيمتي في اي منافسة ترجع لاسباب خاصة بي			
24	اسعى للتأثير على زملائي في المنافسة لتعزيز وجودي			
25	امتلك القدرة في الانفاق على علاجي عند اصابتي			
26	ينتابني الخوف من الاصابة في المنافسة			
27	اشعر أنني اتحمل المسؤولية اتجاه زملائي واقدم النصح والمشورة لهم			
28	اتحمل مسؤولية القرارات التي تصدر عني			
29	أستطيع التعبير عن ارائي الشخصية داخل فريقي الرياضي			